

„Use it or lose it!“
Englisch für „Senioren“; 50+
Neue Kurse – vor Ort und online
☎ 060 31 - 6 85 38 67
ELKA: www.friels.eu

MediaBerater



Ober Mörlen,
Butzbach,
Münzenberg,
Rockenberg

Jörg
Martschin

Telefon: 0176-11 833 355
E-Mail: key-account@gnz.de

Konfliktbewältigung
in Gruppen

Wetteraukreis. Konflikte – ihre Ursachen und Wege zur Konfliktlösung. Das ist das Thema einer Fortbildung, die sich gezielt an Selbsthilfegruppen und ehrenamtlich engagierte Menschen richtet. Konflikte treten oftmals dann auf, wenn Menschen mit unterschiedlichen Wertevorstellungen und Persönlichkeiten aufeinander treffen. Die daraus resultierende Auseinandersetzung muss dabei nicht nur negativ sein, sie bietet vielmehr oft die Chance darauf, dass etwas Neues entsteht. Anschließend erarbeiten sie Strategien zu deren Lösung. Angeleitet werden sie dabei von Claudia Kielmann. Sie ist ausgebildete Trainerin für persönliche Weiterentwicklung. Die Fortbildung findet am 12. Oktober (Donnerstag) in der Zeit von 19 bis 21.30 Uhr in Friedberg statt. Der genaue Kursort wird nach der Anmeldung bekannt gegeben. Eine Anmeldung per E-Mail ist über die Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises mit der Adresse selbsthilfe@wetteraukreis.de möglich.

Blutspendetermin
wird zum Oktoberfest

Ehrung für 50 Blutspenden



Das Team des DRK Münzenberg bei der Anmeldung.

Münzenberg. Es war eine hervorragende Stimmung und mit der Familie Cosic als neuen Partner des DRK, hatte man ein tolles Ambiente zum Abschluss der Blutspendetermine des DRK Münzenberg in diesem Jahr.

Leider musste die Spenderzahl aufgrund personeller Engpässe des Blutspendendienstes limitiert werden und so war der Termin am vergangenen Montag mit 85 Spenderinnen und Spendern ausgebucht.

Ein große Überraschung war für viele „LebensretterInnen“ an diesem Abend der neu gestaltete Imbiss zum Abschluss der Blutspende. Geradezu Oktoberfeststimmung kam auf, als das Team des DRK seine Gäste in die Räume der Bürgerhaus-Gaststätte „DaZumal“ einlud und Familie Cosic mit einer deftigen Gulaschportion und einem alternativen überbackenen Käse mit Nudeln für kulinarische Genüsse sorgte. Alle Gäste bestätigten mit großem Lob das neue Angebot und das DRK freut sich gemeinsam mit Familie Cosic über die zukünftige Zusammenarbeit im Rahmen der Gambacher Blutspendetermine.

Neben 5 Erstspendern freute sich Teamleiter Markus Feigler vom Münzenberger DRK, mit Christine Tschertner einen langjährigen Stammgast für die 50. Blutspende mit einem Weinpräsent auszeichnen zu können.

Das DRK Münzenberg bedankt sich bei allen Bürgerinnen und Bürgern für die in diesem Jahr geleistete Unterstützung und freut sich schon auf das kommende Jahr, mit vielen erfolgreichen Blutspendeterminen, die nach der Karnevalsaison am 19. Februar 2024 starten. Hier weist das DRK schon heute darauf hin, dass die Altersgrenze für volljährige Bürgerinnen und Bürger aufgehoben wurde und gesunde Menschen nun auch noch im Seniorenalter Blut spenden dürfen.

Das DRK Münzenberg bedankt sich bei allen Bürgerinnen und Bürgern für die in diesem Jahr geleistete Unterstützung und freut sich schon auf das kommende Jahr, mit vielen erfolgreichen Blutspendeterminen, die nach der Karnevalsaison am 19. Februar 2024 starten. Hier weist das DRK schon heute darauf hin, dass die Altersgrenze für volljährige Bürgerinnen und Bürger aufgehoben wurde und gesunde Menschen nun auch noch im Seniorenalter Blut spenden dürfen.

Oktoberfest in Ober-Hörgern

Freundeskreis „De'Gadde“ hatte zum Feiern eingeladen

Münzenberg (js). Das große Oktoberfest in München ist zwar schon vorbei, aber an vielen Orten in Deutschland finden immer noch diverse Ableger statt. So hatte der Freundeskreis „De'Gadde“ zum entsprechenden Feiern eingeladen und veranstaltete auf seinem Vereinsgelände in Ober-Hörgern ein kleines aber zünftiges Oktoberfest. Die Vereinsmitglieder unter der Leitung ihres 1. Vorsitzenden Adrian Düringer hatten alles bestens vorbereitet. Das Zelt und die Tische waren in den bayrischen Farben Blau-Weiß geschmückt. Ab 17 Uhr war geöffnet. Zu diesem Zeitpunkt waren zunächst nur wenige Gäste gekommen. Aber schon kurze Zeit später füllte sich das Zelt vor dem Vereinsheim mit vielen Besuchern. Viele von ihnen kamen zünftig in Lederhosen bzw. Dirndl. An der Theke herrschte Hochbetrieb, denn viele wollten ein Maß gezapft haben und das dauert eben. Natürlich gab es auch alkoholfreie Getränke aber auch diverse „Kurze“. Für den guten Appetit wurden warmer Fleischkäse im Brötchen mit Krautsalat sowie Brezel mit einer Portion Obazda oder Brezeln solo angeboten. Außerdem gab es noch deftige Pfefferbeißer. Das ließen sich viele der zahlreichen Besucher gut schmecken. Abwechslung gab es hinter dem Ver-



Diese Drei waren zu diesem Abend zünftig gekleidet.

einsheim, wo ein lauschiges Feuer brannte. Da konnte man sich gemütlich die Hände wärmen. Neben dem Zelt war in Hüfthöhe eine Gleitbahn aufgebaut, auf der man zu späterer Stunde Biergläser gleiten ließ. Alle

Gäste ließen es sich gut gehen und genossen die lockere und entspannte Atmosphäre. Insgesamt war auch in diesem Jahr das Oktoberfest des Freundeskreises „De'Gadde“ wieder ein voller Erfolg.

ANZEIGE

Gesundheit spezial – Thema Inkontinenz

Für eine starke
Blase ab 40

Inkontinenz ist für viele ein Tabuthema. Dabei ist sie ein weitverbreitetes Problem – gegen das sich etwas tun lässt.



Viele kennen diese peinlichen Situationen: Bei körperlicher Belastung wie etwa beim Sport, beim Heben von schweren Gegenständen oder beim Niesen gelingt es nicht, die Blase zu kontrollieren. Oft kommt es dann zu einem Malheur, das sich nicht mehr verhindern lässt. Die Folge: Man fühlt sich nicht nur in der Öffentlichkeit unwohl, sondern hat auch Schwierigkeiten

sich dem Partner zu nähern. So zeigt etwa eine Studie, dass sich bei 45 % aller Frauen die Inkontinenz auch auf das Sexualleben auswirkt.

Jede 4. Frau betroffen

Die Annahme vieler Betroffener, dass sie allein mit dem Problem kämpfen, ist jedoch eine Fehl-

einschätzung. Tatsächlich leiden in Deutschland etwa sechs bis acht Millionen Menschen an Harninkontinenz – die Dunkelziffer liegt laut Deutscher Kontinenz Gesellschaft sogar noch viel höher.

Die Ursache für die Probleme findet sich meist im Bereich von Blasen- und Beckenboden. So

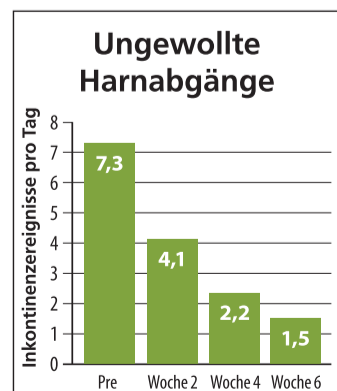
kann etwa die Beckenbodenmuskulatur durch Schwangerschaften bzw. Geburten elastischer und weicher werden. Dadurch erfüllt sie ihre Stützfunktion nicht mehr so gut.

Die hormonelle Umstellung in den Wechseljahren kann ebenfalls dafür verantwortlich sein: Die weiblichen Sexualhormone (Östrogene) werden weniger und der Beckenboden wird nicht mehr so gut durchblutet, wodurch er schwächer wird. Das ist mit der Grund, warum leichte Inkontinenz besonders häufig ab 40 Jahren auftritt.

Pflanzliche
Unterstützung

Die gute Nachricht: Es gibt eine rein pflanzliche Möglichkeit, um selbst tätig zu werden: den Kürbis. Er wird schon seit jeher in der Pflanzenheilkunde verwendet.

Jetzt untermauern aktuelle Untersuchungen, dass sich schon nach wenigen Wochen ein positiver Effekt zeigt: Die Zahl der ungewollten Harnabgänge bei Frauen verringerte sich damit von 7,3 auf 1,5 pro Tag.¹



¹Sogabe H. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2001; 46: 727–737

Geheimtipp aus Österreich

Ein Produkt, das österreichische ApothekerInnen bereits seit Jahren gerne bei einer

sensiblen Blase empfehlen, ist Dr. Böhm® Kürbis für die Frau. Die Tabletten enthalten einen hochdosierten Extrakt aus steirischen Kürbiskernen und konnten in Österreich bereits hunderttausende Frauen überzeugen.

Bis dato kannten nur einige wenige das Präparat von ihren Österreich-Urlauben. Mit der Zeit wurde es aber auch immer häufiger im Bekannten- und Freundeskreis weiterempfohlen und in Apotheken nachgefragt. Nicht zuletzt deshalb ist die Marke Dr. Böhm® (unter anderem mit

den überzeugenden Kürbis-Tabletten) heute auch in Deutschlands Apotheken erhältlich.

Das Sortiment ist speziell auf die Bedürfnisse von Frauen zugeschnitten und hat sich dank sinnvoller Dosierungen und des Verzichts auf versteckte Zusatzstoffe innerhalb kürzester Zeit zum echten Geheimtipp entwickelt.

Idealerweise werden die Kürbis-Tabletten über einen längeren Zeitraum (mindestens drei Monate) eingenommen und mit Beckenbodenübungen kombiniert.

Empfehlung
der Woche

Dr. Böhm® Kürbis für die Frau



Nahrungsergänzungsmittel

- Stärkt die Blasenmuskulatur
- Rein pflanzlich
- Kurmäßige Einnahme empfohlen

Bestehen Sie auf das Original! Sollte Dr. Böhm® Kürbis für die Frau in Ihrer Apotheke noch nicht vorrätig sein, bestellt es Ihre Apotheke gerne für Sie: **PZN 15390969**

Angebote gültig vom 16.10. – 21.10.2023

Jede Woche erfrischende Angebote!



Warsteiner Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l / 24 x 0,33 l,
zzgl. 3,10 / 3,42 € Pfand,
1l = 1,20 / 1,51 €

Mega-Sparaktion!
mit der logo-Getränke-App

ANGEBOT

11,99



9,99**
1l = 1,00 € / 1,26 €

Weißenoher Bier
diverse Sorten, außer Bonator
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,40 €

ANGEBOT **13,99**

Erdinger Brauhaus
Helles, Natur Radler,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,50 €

ANGEBOT **14,99**

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

-25%
ANGEBOT **14,99** **13,99****
1l = 1,40 €

Andechs Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,60 €

ANGEBOT **15,99**

Würzburger Hofbräu Pilsner
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,42 € Pfand,
1l = 1,20 €

ANGEBOT **11,99**

Aktion!
+ 4er Pack GRATIS!

Entspricht einem Kastenpreis von 9,99 €

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

ANGEBOT **5,99** **5,49****
1l = 0,46 €

Hopf Helle Weiße
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
1l = 1,70 €

Aktion!
+ 2 Flaschen GRATIS!
Entspricht einem Kastenpreis von 15,45 €

-19%
ANGEBOT **16,99**

MIXery Biermix
diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 1,91 €

-31%
ANGEBOT **3,79** **3,49****
1l = 1,76 €

CREW Republic
Local Hero, Drunken Sailor,
Pack = 4 x 0,33 l,
zzgl. 0,32 € Pfand,
1l = 3,36 €

4,99
ANGEBOT **4,44** **3,99****
1l = 3,02 €

top frisch Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,39 €

3,99
ANGEBOT **3,29** **2,99****
1l = 0,36 €

Bad Brückener Mineralwasser
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,67 €

7,29
ANGEBOT **5,99**

Plose Mineralwasser
naturale,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
1l = 1,17 €

ANGEBOT **6,99**

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

-20%
ANGEBOT **5,99**

Possmann Äpfelwein, Apfelsaft*
diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
1l = 1,42 €

-23%
ANGEBOT **8,49** **7,99****
1l = 1,33 €

Bad Brambacher Garten-Limonade
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 1,01 €

ANGEBOT **8,49**

Bad Brückener*
Apfelschorle, Johannisbeere,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 1,00 €

ANGEBOT **8,99**

Capri-Sun
diverse Sorten,
Pack = 10 x 0,2 l,
1l = 1,50 €

-30%
ANGEBOT **2,99** **2,79****
1l = 1,40 €

Coca-Cola XXL*
koffeinhaltig,
2 l - Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 0,65 €

-32%
ANGEBOT **1,29**

Jim Beam Whiskey & Cola
koffeinhaltig,
0,33 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 6,03 €

-29%
ANGEBOT **1,99**

Ritter Zahony Silvaner, Saulheimer Domherr, Dirmsteiner Schwarzerde
1 l - Flasche,
1l = 3,49 €

ANGEBOT **3,49**

Schlitzer
Doppelkorn,
Burgenkümmel,
0,7 l - Flasche,
1l = 11,41 €

ANGEBOT **7,99**

Lörch
Alte Williams Christ-Birne, Alter Mirabellenbrand,
0,7 l - Flasche,
1l = 14,99 €

14,99
ANGEBOT **10,49** **9,99****
1l = 14,27 €

Die neue logo Getränke App
Jetzt downloaden, sparen & gewinnen!

Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln, in Lose tauschen & mit Glück gewinnen!

NEU

1 x Roborock S8 Pro Ultra Saugroboter ...und weitere attraktive Gewinne

www.logo-getraenke.de

Monster Energy
diverse Sorten, koffeinhaltig,
0,5 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 1,76 €

-45%
ANGEBOT **0,88**

Asbach Uralt
0,7 l - Flasche,
zzgl. 0,15 € Pfand,
1l = 15,70 €

ANGEBOT 10,99

Aktion!
+ 1 Flasche Coca-Cola 1 l GRATIS!

*Nicht in allen Filialen verfügbar. Lieblingsmarkt in der logo App wählen und Aktionsteilnahme der Filiale einsehen. Für Druckfehler keine Haftung!
** Nur in Verbindung mit einem Coupon der logo Getränke App. Alle Bedingungen dazu finden Sie in unserer logo Getränke App.

Schnelles Internet für alle – mit dem T Tablet der Telekom

ANZEIGE

In Zeiten von mobiler Arbeit und digitalem Lernen ist schnelles Internet kein Luxus für Technik-Fans mehr, sondern unverzichtbarer Bestandteil des Alltags. 5G ist die Technologie der Stunde – aber längst nicht alle haben bereits Zugang dazu. Mit dem neuen T Tablet leistet die Telekom einen wichtigen Beitrag zu mehr digitaler Teilhabe.



Gute Technik muss nicht teuer sein. Mit einem 26,31 cm (10,4 Zoll) Bildschirm, bis zu 13 Stunden Bildschirmlebenszeit und 128 GB Speicher ist das T Tablet ein echter Alleskönner. Die 8-Megapixel-Frontkamera sorgt für ein hochauflösendes Bild in Videocalls. Der langlebige Akku ist die perfekte Basis für entspanntes

Streaming von unterwegs, und dank Dual SIM lässt sich Privates und Berufliches kinderleicht trennen. Das Beste: Das nahtlose digitale Erlebnis gibt es zu einem unschlagbaren Preis-Leistungs-Verhältnis. Das T Tablet ist für einmalig günstige 219 Euro oder für nur

1 Euro in jedem Magenta Mobilfunk- und Datentarif mit 24 Monaten Laufzeit erhältlich.

Das gemeinsam von Telekom und Google entwickelte T Tablet macht auch beim Thema Sicherheit keine Kompromisse: Während der ersten drei Jahre bekommt das T Tablet monatlich Sicherheitsupdates von Google. Das Betriebssystem erhält Aktualisierungen auf Android 14 und später auf Android 15.

Übrigens: Wer sein neues T Tablet bis zum 30. Juni 2024 registriert, bekommt für drei Monate 100 GB Google One Cloud-Speicher kostenlos dazu!



Neu-Auflage in Friedberg

Rückkehr nach vier Jahren: Die Messe kehrt 2024 zurück

Friedberg. Im Jahr 2024 erlebt die Messe Wetterau in Friedberg nach einer vierjährigen Pause eine Neuauflage. Wegen der Corona-Pandemie und den damit verbundenen Herausforderungen musste die beliebte Veranstaltung pausieren. Der Gewerbeverein Region Friedberg e.V. hat sich entschieden, die Messe im Mai/Juni 2024 erneut stattfinden zu lassen. Der ehemalige Vereinsvorsitzende Friedrich Wilhelm Durchdewald übernimmt die Leitung der Messe, unterstützt von Michael Heller. Die Veranstaltung kehrt zum ursprünglichen Veranstaltungsort, der Stadthalle Friedberg mit Freigelände, zurück. Dies ermöglicht es, die Kosten für ausstellende Betriebe trotz wirtschaftlicher



Vereinsvorsitzender Michael Hausner, sein Stellvertreter Hans-Dietrich Kathari, vom Messeleiter F. W. Durchdewald sowie sein Stellvertreter Michael Heller. (von links)

Herausforderungen stabil zu Juni statt. Weitere Informationen sind auf der Website des Gewerbevereins erhältlich.

Ende einer Ära

Ein neues Kapitel für die Büdinger Fußball-Schiedsrichter

Büdingen. Bei den Büdinger Fußball-Schiedsrichtern ist in dieser Woche eine Ära zu Ende gegangen: Die Kefenröder Fußball-Institution Gerhard Sinner hat nach 22 Jahren Amtszeit bei den Vorstandswahlen des Freundeskreises der Schiedsrichtervereinigung nicht mehr für das Amt des Präsidenten kandidiert. Nun hat der Förderverein seit seiner Gründung 2001 erstmals eine neue Spitze: Wunschkandidat Matthias Kristek, der wohl bekannteste Büdinger Schiedsrichter, wurde einstimmig als Sinners Nachfolger gewählt. Der ehemalige DFB-Schiedsrichter aus Aulendiebach tritt in große Fußstapfen. Sinner, der dieser Tage 75 Jahre als geworden ist und für den ein geordneter Übergang oberste Priorität hatte, bleibt dem Verein aber weiterhin erhalten. Nach einer einstimmig beschlossenen Satzungsänderung wurde Gerhard Sinner vom frisch gewählten Vorstand zum ersten Ehrenpräsidenten des Vereins ernannt. Das besondere an Sinners langer Amtszeit: Der Kefenröder war selbst nie Schiedsrichter. „Dafür ist Gerhard Sinner ein begnadeter Netzwerker und bestens über die Grenzen des Fußballkreises bekannt, bis in die höchsten Ebenen“, resümierte der hessische Verbandslehrwart Andreas Schröter während der Mit-



Verabschiedung von Gerhard Sinner.

gliederversammlung. Sein Kollege, DFB-Lehrwart und Ex-Bundesliga-Schiedsrichter Lutz Wagner würdigte Sinner in einer Videobotschaft, dass er „mehr Schiedsrichter ist als manch anderer“, stets mit sehr viel Herz leiste und damit stets für Zusammenhalt Sorge. Sinners Netzwerk stellte sich seit jeher als Glücksgriff für die Büdinger Schiedsrichtervereinigung heraus. Nachwuchs-Trainingslager, Coachings, Ehrungen, Feierlichkeiten zur Förderung der Gemeinschaft - vieles davon war die Unparteiischen überhaupt erst möglich, weil Sinner unermüdlich Sponsoren für die Vereinigung organisierte. Und so ist es ihm auch zum 100-jährigen Jubiläum der Schiedsrichtervereinigung im Juni gelungen, einen großen Festakt im Bürgerhaus Wolf zu organisieren - die heimischen Refe-

rees dankten es ihm zuhause. Nun beginnt eine neue Ära beim Schiedsrichter-Freundeskreis. Und in Zeiten von Schiedsrichter-Mangel, unbesetzten Spielen und steigenden Gewaltakten gegen Unparteiische wird es wohl keine einfache Ära. Deshalb könnte auch die Bedeutung des Freundeskreises immer wichtiger werden, um die Unparteiischen bei Laune zu halten. Schließlich sind die Sportskameraden an der Pfeife zumeist als Einzelkämpfer unterwegs. Dem will sich der erfahrene Unparteiische und Sinners-Nachfolger Matthias Kristek verstärkt widmen. Ihm zur Seite stehen im Vorstand weiterhin die beiden Vizepäsidenten Jens Heil und Patrick Kalbhenn sowie Schatzmeister Benjamin Strauch. Und natürlich kann das Quartett auch weiterhin auf die Erfahrung und die Kontakte von Gerhard Sinner bauen.

DANKKE

FÜR DAS GROSSE VERTRAUEN!



PATRICK APPEL

ANNETTE WETEKAM

TOBIAS UTTER

LANDRAT
JAN WECKLER

LANDRATS- UND LANDTAGSWAHL IM WETTERAUKREIS

CDU

Veranstaltungen

„Die Hex' soll brennen!“

Abendliche Stadtführung



Friedberg. Es war eine grausame Zeit: Kriege, die über Jahrzehnte gingen, haben in unserer Region ganze Landstriche entvölkert, die Menschen verroht, gepaart mit Missernten und reichlich Aberglauben entstand der Hexenwahn. Durch dieses dunkle Kapitel der Stadtgeschichte führt am Freitag, dem 27. Oktober, um 19 Uhr, die Natur- und Kulturführerin Annette Miksch in mittelalterlicher Gewandung. In etwa 1,5 Stunden werden

mögliche Stätten des Geschehens besucht. Wer war betroffen? Was stand diesen Frauen bevor? Der Teilnehmerbeitrag für die Führung beträgt für Erwachsene 7 Euro. Weitere Informationen unter anmi@natur-kultur-wetterau.de oder per Telefon unter 06047-9770193. Der Treffpunkt ist an der Stadtkirche am Brautportal, südlicher Eingang im Chorbereich.

Auf weihnachtlicher Tour in Deutschland

The Celtic Spirit – A Celtic Christmas Night

Preisgekrönte zeitgenössische irische Musiker spielen den wahren Geist der keltischen Vergangenheit Irlands. Ein lebhafter Abend mit traditioneller Musik, Poesie und wunderschönen Liedern von einem Ensemble aus irischer Harfe, Violine, Ziehharmonika und Uilleann-Pfeifen, begleitet von einem irischen Spitzentänzer auf der Bühne. The

Celtic Spirit – A Celtic Christmas Night ist ein unvergesslicher Abend mit den besten traditionellen Weihnachtsliedern aus Irland. Das Konzert steht unter der Leitung des renommierten irischen Komponisten Carl Hession und stellt neben den traditionellen Songs auch neue Kompositionen und Arrangements von ihm vor.



30.11.2023 / 20:00 UHR / BAD ORB / KONZERTHALLE
Tickets & Infos bei allen bekannten VVK-Stellen und unter www.star-concerts.de

Pflanzliches Schmalz weckt „alle Sinne“

Besonders im Herbst sehnen wir uns nach deftigen Speisen, die den vollen Geschmack entfalten. Hier hinter verbirgt sich unser fünfter Geschmacksinn „umami“. Ein Geheimtipp für dieses intensive Aroma ist das rein pflanzliche Schmalz von Deli Reform. Vegan und aus sorgfältig ausgewählten, ungehärteten Pflanzenölen kreiert, bereichert es mit Kräutern und Gewürzen jedes herzhaftes Gericht. Selbstgemachte Gnocchi gepaart mit dem rein pflanzlichen Schmalz nach Griebenart sind ein wahrer Umami-Traum. Der Herbst ruft nach „umami“. Die Geschmacksrichtung, 1908 von Kikunae Ikeda entdeckt, beschreibt ein köstliches, salziges Geschmackserlebnis. Pflanzliche Zutaten können diesen Geschmack genauso hervorrufen wie tierische Produkte. Kürbis, ein Superfood, bietet sich hierbei als ideale Ergänzung an. Insbesondere der nährstoffreiche Hokkaidokürbis harmoniert perfekt mit dem rein pflanzlichen Schmalz von Deli

Reform. Die Kombination entfesselt ein wahres Geschmacksfeuerwerk. Darüber hinaus sind die Deli Reform Schmalz-Produkte nicht nur geschmackssintensiv und aromabindend, sondern auch laktosefrei und ohne Konservierungsstoffe. Ob in warmen Speisen oder auf Brot, das pflanzliche Schmalz ist ein Highlight. Es ist in den Varianten nach Griebenart, Zwiebel-Apfel und Knoblauch erhältlich. Mehr Rezeptideen sowie spannende Artikel über Achtsamkeit und gesünderes Essen gibt es im Deli Reform Magazin unter www.deli-reform.de.



Biber- ratte	Meeres- raub- fisch	amerik. Sänger (Bing) † 1977	Nordost- europäer, Baite	starker Zweig	Haupt- stadt von Süd- korea	Südsee- insel- weit	Oper von Verdi † 1901	Kletter- pflanze	Tochter d. Priamos (griech.) Mythol.	poetisch: Löwe	Verban- nungsort
Schutz des Ziffer- blatts						Ziffer, Nummer			Platz in Berlin (Kurz- form)		
das All- Eine (chin. Philos.)		dumme, förichte Handlung						Oker- Zufluss (Harz)			Gebäude
ital. Reis- gericht						erster Mensch (A. T.)			Stadt am Thür- inger Wald		
speziell behand. Balg des Schafes	antikes Zwei- gespann	öster. Kurz- form von Josefine		Stadt im Ruhgebiet öster. Architekt †				landsch.: Fussel	Leder- streifen	Mitglied e. früheren brit. Pop- gruppe	körper- seelische Belastung
						Held, Halbgott	Reise-, Linien- verkehrs- mittel				
farbige Natur- erschlei- nung	über- raschen, er- wischen	früher: eine Adlige am Hof	Geschäfts- zimmer	nicht dunkel				lat.: das ist (2 Wörter)			
							Eroberer, Ein- dringling		Arno- Zufluss		Fluss in Nordost- spanien
Kreis- halb- messer				Verzie- rung auf Metall- arbeiten		Cam- ping- zubehör					
Stimm- abgabe- bereich	hin und ...	Sagen- könig von Theben		nord. Schick- sals- göttin				großer Greif- vogel		frz. Mehr- zahl- artikel	
						Kampf- sportart		abwei- chend sizilian. Hafen			
span. männl. Vorname				weib- liches Rind		Weid- werk					
Vor- silbe: vor (lat.)			Neben- bestim- mung (Vertrag)								
Stadt im Hegau (Baden- Würt.)	elektron- ischer Baustein					be- deckter Abzugs- graben					
			Bezah- lung in freien Berufen								

1248

AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS

```

B I S I P P A
U M S C A R A C A S K E B A B
B A L L O N P S C H L I E R E
R I K E U D U R C H I N N I G
E N A C C R A O L O K A
P U N C H O A N A E N S
C U P H D H A K A S H I E B
R V I R E N A A Q U A R K R
Z I E M L A B S U R D K A I
E R R B O S N A I E H E R N
A L K O V E N N W E H R I T Z
B O N N N R O K O K O
A K I H I T O A L S O
M U S K A T S A U G E R
M A N O D E F A R N
                
```

Höffner

Wo Wohnen wenig kostet!

SUPER SALE WEEK

Sie sparen

Beim Kauf ab 100€

50€

Höffner Sparscheck

Gilt auf alle mit „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel mit Höffner Kundenkarte, siehe A)

Sie sparen

Beim Kauf ab 1.250€

500€

Höffner Sparscheck

Gilt auf alle mit „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel mit Höffner Kundenkarte, siehe A)

Sie sparen

Beim Kauf ab 2.500€

1.000€

Höffner Sparscheck

Gilt auf alle mit „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel mit Höffner Kundenkarte, siehe A)

Sie sparen

Beim Kauf ab 5.000€

2.000€

Höffner Sparscheck

Gilt auf alle mit „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel mit Höffner Kundenkarte, siehe A)

DAS GAB'S NOCH NIE!

Höffner Möbelgesellschaft GmbH & Co. KG • Rabenastr. 3-9 • 63584 Gründau-Lieblos
Tel. 06051/822-0 • www.hoeffner.de • Öffnungszeiten: Mo-Sa von 10-19 Uhr

A) Höffner gewährt Ihnen auf alle Artikel, die als „Aktionspreis“ gekennzeichnet sind, gegen Vorlage Ihrer Kundenkarte einen der folgenden Gutscheine: 50€ ab 100€ Einkaufssumme, 500€ ab 1.250€ Einkaufssumme, 1.000€ ab 2.500€ Einkaufssumme, 2.000€ ab 5.000€ Einkaufssumme oder 4.000€ ab 10.000€ Einkaufssumme der jeweils am Artikel ausgezeichneten höheren Preise ohne Aktionsvorteil. Alle in Anzeigen und Prospekten angegebenen Preise sind Endpreise, die etwaige Rabatte und Aktionsvorteile bereits beinhalten. Nicht mit anderen Aktionsvorteilen kombinierbar. Pro Person und Haushalt nur ein Gutschein. Keine Barauszahlung oder Anwendung auf Kaufgutscheine, Bücher und Dienstleistungen. Gültig für Neukäufe. Gültig bis mindestens 24.10.2023.

1,-

Höffis Currywurst

Solange der Vorrat reicht. Verzehr nur im Restaurant. Nur gegen Vorlage des Coupons für Sie und Ihre Begleitung. Preis je Portion. Gültig bis einschließlich 24.10.23.

196 Blutspender

Matthias Lang spendet zum 200mal



Vorsitzender Norbert Gerlach überreicht Matthias Lang ein Dankeschön-Präsent für seine 200. Blutspende

Bad Nauheim. Dieser Tage fand in der Frauenwaldhalle in Nieder Mörlen der vorletzte Blutspendetermin in Bad Nauheim für dieses Jahr statt.

Passend zum Monat stand der Termin im Zeichen des Oktoberfestes. Der Essenbereich präsentierte sich in Blau-Weiß. Zum Essen gab es dazu passende Speisen in Buffet-Form.

An diesem Nachmittag und Abend konnten die Rotkreuzler 196 Blutspender begrüßen. Allein 23 davon kamen

zum ersten Mal zur Blutspende. Das DRK hofft, dass diese 23 auch in Zukunft regelmäßig zur Spende kommen.

Matthias Lang aus Bad Nauheim erhielt an diesem Abend für seine 200. Blutspende neben der Urkunde des DRK-Blutspendedienst Baden-Württemberg-Hessen auch ein kleines Dankeschön-Präsent vom DRK-Ortsverein Bad Nauheim.

Der nächste Blutspendetermin ist am 27. Dezember wieder in der Frauenwaldhalle in Nieder Mörlen.

Wetteraukreis. Der Ehrenbrief des Landes Hessen ist eine Auszeichnung für besonderes ehrenamtliches Engagement im Bereich der demokratischen, sozialen oder kulturellen Gestaltung der Gesellschaft. Diese besondere Auszeichnung haben Markus Gerlach aus Büdingen sowie Andreas Müth aus Hirzenhain nun im Auftrag des Hessischen Ministerpräsidenten aus der Hand von Landrat Jan Weckler erhalten.

Was Markus Gerlach und Andreas Müth verbindet, ist ihr jahrzehntelanges ehrenamtliches Engagement in der Kommunalpolitik – „ein oft unterschätzter und für unsere Demokratie besonders wichtiger Bereich“, wie Landrat Weckler bei der feierlichen Verleihung im Plenarsaal des Friedberger Kreishauses betonte. Das Ehrenamt werde stets zurecht gelobt, sei aber auch in Gefahr, so der Landrat: „Denn es wird für Vereine, Organisationen und Parteien immer schwieriger, Menschen zu finden, die sich für das Gemeinwohl engagieren wollen. Deshalb muss man immer wieder für das Ehrenamt werben und nach außen hin dokumentieren, wie wichtig das Ehrenamt für unsere Gesellschaft ist. Markus Gerlach und Andreas Müth sind hierfür herausragende Beispiele.“

Die Kommunalpolitik prägt Markus Gerlach in allen Bereichen: Seit 2006 engagiert er sich im Ortsbeirat Michelau,

Seit Jahrzehnten engagiert

Markus Gerlach und Andreas Müth mit dem Ehrenbrief des Landes Hessen ausgezeichnet



Landrat Jan Weckler zeichnet Markus Gerlach (links) und Andreas Müth (rechts) mit dem Ehrenbrief des Landes Hessen aus.

seit 2009 als Ortsvorsteher und somit „Gesicht von Michelau“. Noch länger, nämlich bereits seit 2003, ist er Mitglied in der Stadtverordnetenversammlung von Büdingen. Von 2001 bis 2009 sowie erneut seit 2019 fungiert Markus Gerlach als stellvertretender Vorsitzender des CDU-Stadtverbandes Büdingen. Zudem engagiert sich der 53-Jährige in der Freiwilligen Feuerwehr Michelau und ist seit 2017 Wehrführer.

„Für die Belange seines Stadtteils fungiert Markus Gerlach seit vielen Jahren als ständiger Ansprechpartner. Er hat mit großem persönlichen Einsatz für die Dorferneuerung, das Dorfgemeinschaftshaus, den Umbau der alten Schule und des Dorfplatzes gearbeitet – die Auszeichnung mit dem Landesehrenbrief ist mehr als verdient“, so Landrat Weckler.

– die Auszeichnung mit dem Landesehrenbrief ist mehr als verdient“, so Landrat Weckler.

Seit 30 Jahren als Gemeindevertreter aktiv

Ebenfalls auf jahrzehntelanges Engagement in der Kommunalpolitik kann der gebürtige Schottener Andreas Müth zurückblicken. Seit 1993 sitzt der 58-Jährige in der Hirzenhainer Gemeindevertretung. Seit 1980 ist er beim Niddaer Caernvalsverein aktiv, seit 2011 sogar als Sitzungspräsident. Seit 1984 bringt er sich als Sänger in verschiedenen Vereinen ein und ist seit 1991 Mitglied des Pfarrgemeinderates der Katholischen Kirche Gedern, Schotten und We-

nings.

„Andreas Müth ist mit fester Stimme und viel Humor fest verwurzelt im Leben und im Glauben – das ist aller Ehren wert. Herzlichen Dank für diesen bemerkenswerten Einsatz“, so der Landrat, dessen Glückwünschen sich auch Büdingens Bürgermeister Benjamin Harris und Hirzenhains Bürgermeister Timo Tichai mit kurzen Grußworten anschlossen.

Beide Geehrte bedankten sich nach der feierlichen Übergabe der Ehrenbriefe bei ihren Familien: „Das Hobby Kommunalpolitik nimmt viel Zeit und Kraft in Anspruch. Ohne euer Verständnis und eure Unterstützung wäre vieles nicht möglich gewesen.“

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Gute Nacht Deutschland! So finden Sie zurück in den Schlaf

Warum ein spezielles Schlafmittel Millionen Betroffenen Hoffnung schenkt und was Experten dazu sagen

Der Kampf gegen die Schlaflosigkeit: Mehr als 50 Prozent schlafen hierzulande schlecht ein, fast 70 Prozent leiden an Durchschlafproblemen – Schlafstörungen sind zur wahren Volkskrankheit geworden.

Ausgerechnet die historisch viel diskutierte Heilpflanze Baldrian, der man bereits von der Antike bis zum Mittelalter vielfältige Heilwirkungen zuschrieb, steht nun wieder im Fokus von Millionen Menschen als vielversprechende Hilfe gegen die zermürenden Schlafprobleme.

Wiederkehrende Schlafstörungen belasten Millionen Deutsche

Sich stundenlang im Bett hin- und herwälzen und einfach nicht zur Ruhe kommen – jeder zweite Deutsche kennt diese Probleme beim Einschlafen. Doch ein noch größeres Problem ist das Durchschlafen: Fast 70 Prozent leiden unter Durchschlafstörungen. Die Auslöser von Schlafstörungen, die Millionen Deutsche jede



Nacht quälen, sind vielfältig, allen voran Stress und seelische Belastungen. Andauern der Schlafmangel kann auch langfristige negative Folgen nach sich ziehen. So verdichten sich die Hinweise zunehmend, dass chronische Schlafstörungen u. a. zu Erkrankungen wie Diabetes mellitus, einem geschwächten Immunsystem oder psychischen Erkrankungen wie Depressionen führen können.

Die erste klassische Hilfe, die Betroffene oft wählen, sind

chemisch-synthetische Schlafmittel. Doch diejenigen, die zu diesen Präparaten als schnelle Einschlafhilfe greifen, stellen häufig fest: Eine langfristige Lösung kann dies kaum sein. Denn zum einen reduzieren chemisch-synthetische Schlafmittel meist den Tiefschlaf, worunter die Schlafqualität enorm leiden kann. Betroffene kämpfen dann meist mit Müdigkeit am Folgetag. Zum anderen gewöhnt sich unser Körper häufig an viele Präparate, sodass ihre Wirkung mit der Zeit nachlässt.

Das meistverkaufte pflanzliche Schlafmittel in deutschen Apotheken: Baldriparan – Stark für die Nacht

Das deutsche Forscherteam der traditionsreichen Apothekenmarke Baldriparan hatte sich daher umfassend mit der historisch **bemerkenswerten Arzneipflanze Baldrian** und vor allem deren Dosierung beschäftigt: Sie extrahierten einen hoch dosierten Trockenextrakt aus der Baldrianwurzel und bereiteten ihn in spezieller **hoher Dosierung** im Arzneimittel **Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke)** auf. So entstand ein gut verträgliches, **pflanzliches Arzneimittel**, welches bei nervös bedingten Schlafstörungen helfen kann. **Dabei beschleunigt Baldriparan nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen – und das ohne Gewöhnungseffekt.** Das Präparat wirkt rein pflanzlich, **verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht, bewahrt die Tiefschlafphase** und fördert so das Durchschlafen.¹

Baldriparan®

Fördert nicht nur das Ein-, sondern auch das **Durchschlafen**¹



- Keine Schläfrigkeit am Folgetag
- Mit hoch dosiertem Baldrian(wurzelextrakt)
- Wirkt rein pflanzlich und ohne Gewöhnungseffekt
- Macht nicht abhängig

Baldriparan®

Stark für die Nacht
(PZN 00499175)



Schmerzen?

Schmerzen entstehen dort, wo es uns weh tut. Allerdings sorgt erst unser Gehirn dafür, dass wir den Schmerz auch wahrnehmen. Zur schnellen Schmerzbekämpfung sollte man daher lokal und zentral ansetzen. Genau deshalb haben Wissenschaftler der Marke Spalt vor vielen Jahren die Spalt Schmerztabletten entwickelt: eine einzigartige Kombination aus 300 mg ASS und 300 mg Paracetamol. Der bewährte Wirkstoff ASS (Acetylsalicylsäure) setzt lokal am Ort des Schmerzgeschehens an, während Paracetamol dem Schmerz zentral im Gehirn entgegenwirkt. Die schmerzstillende Wirkung ist stärker als nach Einnahme der Einzelsubstanzen und die Nebenwirkungen sind geringer als bei vergleichbar dosierten Monopräparaten mit ASS.

Nicht umsonst vertrauen Schmerzgeplagte seit über 88 Jahren auf Spalt: **Spalt schaltet den Schmerz ab – schnell!**

Für Ihre Apotheke:
Spalt Schmerztabletten
(PZN 08689834)



SPALT SCHMERZTABLETTEN. Für Erwachsene bei akuten leichten bis mäßig starken Schmerzen. Schmerzmittel sollen längere Zeit oder in höheren Dosen nicht ohne Befragen des Arztes angewendet werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! www.spalt-online.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • *OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 06/2023 • Abbildung Betroffenen nachempfunden
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Lebensversicherungen-BGH-Urteil: Geldregen für Versicherte!

ANZEIGE

Wenn Sie eine private Kapitallebens- 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 es Ihnen, sich Ihr Geld mit guter Verzinsung zurückzuholen, ohne Abzug der viel zu hohen Maklerprovisionen und Verwaltungskosten der Versicherungsgesellschaften. Das Beste dabei: Dies gilt auch für bereits ausbezahlte oder gekündigte Versicherungen. Auch hier können Sie nachträglich Tausende Euro zusätzlich vom Versicherer einfordern, selbst dann, wenn Ihnen Ihre Unterlagen nicht mehr vollständig vorliegen. 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. Ein sattes Plus auf Ihrem Konto winkt!



Starkes Urteil für Versicherte.
Foto: fotomek/stock.adobe.com

Ob Ihr Vertrag betroffen ist, prüft zum Beispiel das Düsseldorfer Verbraucherportal helpcheck.de gratis und unverbindlich für Sie. Die Prüfung erfolgt auf Basis Hunderte 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/geldregen

Osteoporose wird zu selten erkannt!

ANZEIGE

6,3 Millionen Menschen sind in Deutschland an Osteoporose erkrankt, aber nur jeder fünfte Betroffene wird angemessen versorgt.¹ Sogar bei einem osteoporosebedingtem Knochenbruch bleiben 80 Prozent der Betroffenen ohne Diagnose, weil die Ursache nicht festgestellt wird.²



Diagnosefindung Osteoporose.
Foto: microgen/istockphoto.com

Aktiv vorbeugen

Bewegung beugt einer Osteoporose vor und unterstützt die Therapie nach erfolgter Diagnose.³ Sportarten wie Nordic Walking, Gymnastik oder Krafttraining kräftigen die Muskeln und trainieren den Gleichgewichtssinn.⁴ Eine kalziumreiche Ernährung und eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D runden die Präventionsmaßnahmen ab und sind auch bei einer bestehenden Osteoporose Teil der Behandlung.^{5,6}

Versorgung verbessern

Welche Maßnahmen können die Versorgung betroffener Menschen



verbessern? Wurde eine Osteoporose diagnostiziert, ist es wichtig, die Therapie langfristig konsequent umzusetzen. Für viele Menschen ist das schwierig. Hier können Disease-Management-Programme (DMP) helfen. Das erste speziell für Menschen mit Osteoporose startet im Oktober in Schleswig-Holstein.⁷ DMPs sind auf die gezielte Behandlung und Betreuung von Menschen mit chronischen Krankheiten ausgerichtet. Informationen zur Osteoporose, Alltagstipps, geeignete Sportvideos und leckere Rezepte für eine kalziumreiche Ernährung gibt es auf www.aktionsbuenndnis-osteoporose.de.

Quellen:
¹ Hadji P, Klein S, Gothe H et al. Epidemiologie der Osteoporose – Bone Evaluation Study. Eine Analyse von Krankenkassen-Routinedaten. Dtsch Arztebl Int. 2013;110(4):52–7.
² International Osteoporosis Foundation – About Osteoporosis. www.osteoporosis.foundation/patients/aboutosteoporosis. [Zugriff: 10.08.2023]
³ Kemmler W, Bebernek M, Kohl M et al. Exercise and fractures in postmenopausal women. Final results of the controlled Erlangen Fitness and Osteoporosis Prevention Study (EFOPS). Osteoporos Int. 2015;26(10):2491–9.
⁴ Bonaiuto D, Shea B, Iovine R et al. Exercise for preventing and treating osteoporosis in postmenopausal women. Cochrane Database Syst Rev. 2002(3):CD000333.
⁵ <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/faq/calcium/>. [Zugriff: 10.08.2023]
⁶ <https://www.dge.de/wissenschaft/weiterepublikationen/faq/vitamin-d/?l=0#m>. [Fragen 1, 2 und 6; Zugriff: 10.08.2023]
⁷ <https://www.kvsh.de/presses/premisseitteilungen/dmp-osteoporose>. [Zugriff: 10.08.2023]

DEUNP-0823-80026

Von Terminatoren und Bauerntöchtern Ausstellung in der Kreisverwaltung in Friedberg

Wetteraukreis. Arnold Schwarzenegger, Christopher Lloyd und Michael J. Fox, besser bekannt als Marty McFly und Dr. Emmett L. „Doc“ Brown aus „Zurück in die Zukunft“: Sie und einige andere Berühmtheiten aus der Film- und Fernsehwelt sind in einer Ausstellung im Kreishaus in Friedberg zu sehen. Fotorealistisch gezeichnet von Silvia Schmitt. Landrat Jan Weckler hat die Ausstellung eröffnet. „Der erste flüchtige Blick vermutet eine Fotografie, doch wer genauer hinsieht merkt: Hier hat eine künstlerische Hand akribisch und mit viel

Liebe fürs Detail gezeichnet“, sagt Landrat Jan Weckler. Mit Buntstiften und Bleistiften zeichnet Silvia Schmitt, seit 2014 freischaffende Künstlerin, ihre fotorealistischen Porträts. Die Autodidaktin ließ sich durch diverse Künstler inspirieren und entwickelte daraus ihre eigene Technik. Bereits in der Kindheit entdeckte Silvia Schmitt ihre Leidenschaft für das figürliche Zeichnen mit Bunt- und Bleistift. Die Friedberger Künstlerin zeichnet am liebsten Menschen. „Mich faszinieren Gesichter, die eine Geschichte

erzählen, die Aufmerksamkeit erregen, Menschen mit einer außergewöhnlichen Ausstrahlung. Dann recherchiere ich dazu, besorge mir Bilder und zeichne die Personen“, sagt Silvia Schmitt. Für ihre Zeichnungen investiert sie sehr viel Zeit. 100 Stunden für ein Bild sind keine Seltenheit, es können aber auch 1700 Stunden werden. An ihrem Porträt von Arnold Schwarzenegger hat sie 150 Stunden gearbeitet. Dafür hatte sie im Vorfeld auf Facebook Kontakt mit Ralf Möller aufgenommen, Schauspieler, Bodybuilder und enger

Freund von Arnold Schwarzenegger. Nach einer Vorlage zeichnete sie Schwarzenegger und zeigte ihm das Porträt zunächst online. 2016 trafen sich Silvia Schmitt und Arnold Schwarzenegger in München. Dieser war begeistert und erteilte ihr in der Zwischenzeit den Auftrag für ein weiteres Bild. „Daran arbeite ich seit zwei Jahren, es wird in den nächsten Monaten fertig sein und dann in meiner Ausstellung im April 2024 in Graz zu sehen sein“, sagt sie. Das arbeitsintensive Engagement von Silvia Schmitt wur-



Eröffnen die Ausstellung „Von Terminatoren und Bauerntöchtern“: Landrat Jan Weckler und die Künstlerin Silvia Schmitt.

de mehrfach ausgezeichnet, unter anderem mit dem American Art Award. Die Ausstellung „Von Terminatoren und Bauerntöchtern“ ist noch bis zum 27. Oktober im Kreishaus in Friedberg zu sehen: Montag bis Donnerstag von 7.30 bis 16 Uhr, Freitag 7.30 bis 12.30 Uhr.

Das Qualitätshaus Macher

Das Qualitätshaus Macher
Gießener Str. 6 61200 Wölfersheim
Tel. 06036 - 6489999

Termine nach telefonischer Absprache

Montag 16. Oktober	Dienstag 17. Oktober	Mittwoch 18. Oktober	Donnerstag 19. Oktober	Freitag 20. Oktober
---------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

Montag bis Freitag von 10.00 – 16.00 Uhr

Die Experten sind vor Ort

WIR KAUFEN AN: Wir zahlen bis zu **65,- €** pro Gramm



Ankauf von Goldschmuck aller Art
Altgold, Bruchgold, Münzen, Barren, Platin sowie gut erhaltene Ringe, Broschen, Ketten (Armbänder bevorzugt in breiter Form), Colliers, Medaillons, Golduhren – auch defekt, VB Pelz mit Gold

ANTIKER KORALLENSCHMUCK, KORALLENKETTEN, KORALLENSCHNITZEREIEN (bevorzugt in Blutrot), **ZAHNGOLD** (mit und ohne Zähne), **PELZMÄNTEL, MILITÄRORDEN, SERIÖSER ANKAUF**

Gerne prüfen wir Ihren Schmuck auf Echtheit!

Trachten aller Art



Taschen aller Art



Ankauf von Orientteppichen aller Art bis 7000 €*

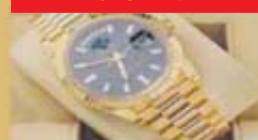


*in Verbindung mit Gold

Wir kaufen Ihren Schmuck!



Ankauf von Uhren aller Art



Bernstein bis 2.500 €

Bernstein aller Art

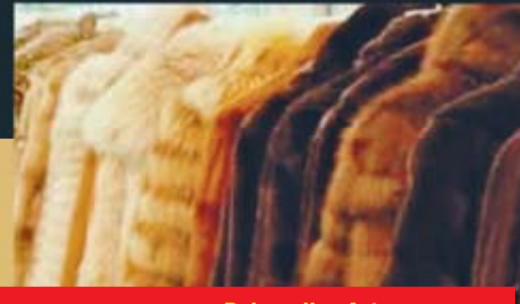


Wir kaufen auch Modeschmuck



Pelze aller Art

in Verbindung mit Gold



Zinn aller Art



Gold- und Silbermünzen



Gold ist aktuell hoch im Kurs! Profitieren Sie von unserer Expertise!

Gerne prüfen wir Ihre Erbstücke auf Echtheit.



Uhren



Abzeichen



Ankauf von Lederjacken & Mäntel

Für Pelzmäntel & Jacken bis zu 2000 €*



Gerne übernehmen wir Ihre Spritkosten bis zu 30 € bei Verkauf

Wir schätzen Ihre Antiquitäten, Pelze und Ihren Schmuck kostenlos und unverbindlich!



Familie Hoffman schrieb: „Sehr empfehlenswert“, seriöser Empfang, nette Beratung und korrekte Abwicklung.

Das Qualitätshaus Macher
Gießener Str. 6
61200 Wölfersheim
Tel. 06036 - 6489999

Die Nr. 1 im Taunus

Bekanntschafen

SICH GEGENSEITIG GUTTUN, DARUM GEHT ES!
C A R S T E N, 74 J., verwitwet, 180 cm groß und Geschäftsführer meines Unternehmens und mein Herz klopft einsam und sucht Dich zum gemeinsamen Herzschatz. Ich bin romantisch, natürlich, treu u. lebe in besten finanz. Verhältnissen. „Meine Heimat ist die Welt“. Hast Du die Eröffnung von „The Sphere“ in Las Vegas gesehen, so toll, da würde ich gerne mit Dir hin. Ich liebe Sonne, Kälte, Regen, Sternenhimmel, den Duft der Pflanzen, dein Lächeln, Torte, buntes Laub, Wolken am Himmel, Auto fahren mit Musik, bin zärtlich, leidenschaftlich und wünsche mir eine „sanfte“ bis „temperamentvolle“ Frau. Ich habe schon einige Kochkurse gemacht, würde auch in die Ope gehen und habe einen faible für Technik und Elektronik. Lieben Sie auch das Meer, die Sonne, die erste Berührung unserer Seelen...? Ich bin ein Mann, der noch Träume hat, sich das Lausbubenhafte bewahrt hat. Als äußerst leidenschaftlicher, zärtlicher Typ, der darauf brennt, Dich zu treffen, findest Du in mir darüber hinaus jemanden, der neben aller Spontantät und Lebenslust sowie der Leichtigkeit des Seins auch die notwendige Ernsthaftigkeit mitbringt, um Dir ein treuer, liebevoller und verantwortungsbewusster Partner zu sein. Geben Sie uns diese Chance zum Glück. Bitte rufen Sie an, pv handy ☎ 0172 - 3712035, od. Mail an CarstenEDV@wz-mail.de - telefonisch auch gerne am Wochenende erreichbar.

WÜNSCHST DU DIR AUCH ...?!
SPÄTE, TIEFE LIEBE + EINFACH FÜREINANDER DA SEIN!
EDITH, 78 J, Bankkaufrau/ Rentnerin, mit Hobby Helfen ... Ich habe bisher gezögert, eine Annonce aufzugeben, weil ich sehr unsicher bin, was genau mich erwartet. Ich wohne hier in der Umgebung, singe im Chor, mag Handarbeit und bin ehrenamtlich tätig. Ich bin eine schöne, junge, schlanke vitale Frau (156 cm klein), die für Sie da sein möchte. Ich habe jedoch eine Katzenallergie, was Du wissen solltest. Wenn bunte Blätter fallen, gib mir deine Hand, glaub an unser Glück u. unsere reife Liebe. Ich bin eine ehrliche, fröhliche Frau, gepflegte jugendliche Erscheinung, mit Charme, Natürlichkeit, wunder-schönen Augen, sinnlich, romantisch, frei u. unabhängig für „IHN“. Ich liebe die Sonne und den Regen, die Ruhe zuhause beim Kochen und Backen Deiner Leibspeise. Ich habe ein gemütliches Heim, bin aber auch umzugsbereit. Gerne würde ich Sie glücklich machen, bin ohne finanzielle Sorgen, fahre gerne Auto. Ich möchte für Sie „ALLES“ sein, ein Küsschen am Morgen, sich verstehen u. helfen. Mir fehlen schöne Gespräche, Vertrauen, Verstehen, Nähe und Zärtlichkeit. Welcher fröhliche Herr (Alter egal) der es ernst meint, ruft über pv bitte gleich an, Tel.: 0151 - 59897641

LASS UNS ZUSAMMEN LACHEN, LIEBEN ... ERWACHSEN WERDEN WIR SPÄTER!
GARTEN-ARCHITEKT NORBERT, Anfang 80 und 1.76 groß, bin ein fitter, fröhlicher, ganz alleinstandender Privatier und immer noch teils in meinem Unternehmen tätig, weil es so schön ist, immer wieder neue Ideen zu verwirklichen. Ich wandere gerne und kehre danach lieber in einer Dorfschänke ein als in einem luxuriösen Lokal, besichtige gerne Kirchen, Burgen und Ausstellungen. Ich bin gesund, vital, humorvoll u. lustig, ein Kavaliere, feinsinnig, großzügig im Wesen u. Denken. Lebe sehr selbstständig und bin nicht darauf aus, eine neue Wohngemeinschaft erzwingen zu müssen. Würde einer Partnerschaft (Alter ist egal, wenn noch jung im Herzen) gerne Raum geben, sich zu entwickeln. Alles Weitere wird sich ergeben. Geben Sie unserem Glück über pv die Chance des Kennenlernens. Bitte haben Sie Mut, auf meine erste Anzeige hatte sich niemand gemeldet, u. rufen Sie an, Tel. 01520 - 7866545.

Ich, Gabi, 61 J., schlank, strahl. Augen, fühle mich sehr einsam u. meine Lebensfreude ist getrübt. Gerne würde ich gemeinsam im Herbstlaub spazieren gehen, wieder für 2 kochen u. abends auf dem Sofa kuscheln. Wenn Du auch die Zweisamkeit suchst, melde Dich üb. pv für ein unkompliziertes Kennenlernen. ☎ 0176-34498341

Monika, 65 J., mit hüb. Gesicht u. Top-Figur. Bin ganz u. gerne Frau, koche u. backe liebend gerne, mag fernsehen zu zweit, fahre sicher Auto u. halte den Haushalt gut in Schuss. Mir fehlt ein ganz normaler Mann, für den ich mit ganzem Herzen da sein darf. Melde Dich üb. pv u. gib uns eine Chance. ☎ 01520-8293309

Witwer, 80er Jahre, 1,65, schlank, gutes Aussehen, wünscht sich die Frau, welche bereit ist, mit mir gemeinsam in meinem hübschen Anwesen unser Leben zu verbringen. Bitte nur ernstgemeinte Zuschriften. Chiffre 74742

Suche nette Bekanntschaft! Bin lustig, offen, reise gerne, höre gerne Musik und bin immer für ein Spaßchen zu haben. Falls Du mich kennenlernen möchtest, kannst Du mich gerne kontaktieren. ☎ 0163-6755420

Hilfe, alleine ist nicht schön, Liebe üben steht geschrieben, Er ist 75 und Christ, sucht nette Menschen für Freundschaft und Partnerin ☎ 0178/2116262

Rentner seit 1 Jahr, sucht eine liebe und ehrliche Lebenspartnerin zum gemeinsamen Zusammenziehen. Eigenes Haus und Auto vorhanden! Näheres unter ☎ 06664/7250

Ich, 69/190 cm, bin ein cooler Typ und ungebunden, suche Partnerin für gemeinsame Unternehmungen und evtl. auch für den Rest unseres Lebens. Chiffre 75312

Dienstleistungen

BAUMARBEITEN HEE
 Baumfällung · Gartenpflege
 Tel. 0173/8842112

Service rund um Haus und Garten: Hausmeisterservice, Gartenpflege u. Umgestaltung, Baumfällung, Obstbaum- u. Gehölzschnitt, Mäharbeiten, Brennholzaufarbeitung, Kleinreparaturen etc., seit über 30 Jahren Problemlös. aller Art ☎ 06058-6216

Handwerkliche Dienstleistungen für Haus und Garten. ☎ 0176-52530194

Dienstleistungen

Hoti Malermeister: Innen/Außen Anstrich/Putz, Tapezier-/Lackierarbeiten, Trockenbau, Vollwärmeschutz, Badsanierung (auch barrierefrei), Bodenbelag: Fliesen, Laminat, Vinyl. ☎ 0160-96687594

Sie wollen renovieren? Maler- und Tapezierarbeiten, Fußbodenverlegung. Alles aus einer Hand. Schnell, sauber u. preiswert. Persönliche Beratung vor Ort ist selbstverständlich. ☎ 06183-928475 o. 0179-2108959

Sie müssen zur MPU? - Jetzt die richtigen Schritte einleiten! Ich biete Ihnen eine qualifizierte Vorbereitung zum fairen Preis. www.erfolgreich-mpu-bestehen.com ☎ 06043/405394 o. 0177/5429604

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

Alles aus einer Hand! Fliesen, Vinyl, Malerarbeiten, Sanierungsarbeiten für Wohnungen und Bad. ☎ 0177/3142944 o. 06181/4358764

Gartenservice übernimmt Arbeiten rund ums Haus u. Garten. Firma Jakob. ☎ 06053/6182193 oder 0157/87095866

Gartenzwerge haben noch Termine frei. Erledigen kleine Gartenarbeiten rund ums Haus. ☎ 0152/06133318

Flohmarkt

Flohmarkt in Langenselbold am So. 15. Oktober auf dem Parkplatz vom Höfner-Logistikzentrum - trödeln, schleppen und genießen - Jeder kann mitmachen! Info: lampentmaerkte.de und bei facebook, ☎ 02473/20596-50

Haushaltsauflösungen

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

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

Wann? 21. Oktober 23, von 10 - 16 Uhr. Wo? Hausbergstr. 11, 61231 Bad Nauheim/Nieder-Mörlen. Was? Möbel, Bilder, Lampen, Dekoartikel uvm. (kein Gold, kein Schmuck!)

Kaufgesuche

Herr Leibnitz kauft an: Pelze aller Art, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernstein-schmuck, Perücken, Puppen, Leder- u. Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo.-So 8-20 Uhr ☎ 06104/9879935

Kaufe alte Motorräder und Mofas, auch defekt, sowie Scheunenfund, alte Autos z.B. Mercedes und BMW. ☎ 06051/6095826 o. 0176/37656265

Kaufgesuche

Frau Millie kauft: Pelze, Nerze aller Art, Kleidung, Möbel, Porzellan, Uhren, Bleikristall, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Silberbesteck, Zinn, Modeschmuck, Teppiche, Perücken, Bücher, Krüge, Münzen, Bernstein, Silber aller Art, Altgold, Bruchgold, Goldschmuck, Zahngold, Leder-/Krokotaschen, Antiquitäten, Gardinen, Bilder, Schallplatten, Orden, Ferngläser u. Puppen, kpl. Nachlässe, auch Wohnungsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Werteschätzung, zahle bar vor Ort, tägl. von 7.00-21.30 Uhr, gerne auch am Wochenende. ☎ 069-59772692

Frau Danna sucht und kauft Pelze, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Perücken, Ferngläser, Bleikristall, Bilder, Modeschmuck, Silberbesteck, Bernsteinschmuck, Goldschmuck, Münzen, Teppiche, Porzellan, Silber, Nähmaschinen, Korallen, Krüge, alte Musikinstrumente, Armbanduhren, Taschenuhren, Militärsachen, Gobelin, Möbel, Gardinen uvm. sowie Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Anfahrt sowie Werteschätzung. Zahle Höchstpreise! 100 % seriös u. diskret. Barabwicklung vor Ort. Mo. - So. 8 - 20.30 Uhr, ☎ 06031-7768934

Frau Angel sucht Pelze u. Nerze aller Art, Gardinen, Möbel, Bleikristall, Gobeline, Nähmaschinen, Figuren, Puppen, Perücken, Zinn, Bernstein, Goldschmuck, Zahngold, Silber, Modeschmuck, Silberbesteck, Armbanduhren, Taschenuhren, Silber-/Goldmünzen, Orientteppiche, Porzellan, Schallplatten, Ferngläser, Schreibmaschinen, Krüge uvm. Absolute Höchstpreise. 100% Zufriedenheitsgarantie, kostenlose Beratung und Begutachtung sowie Anfahrt. Von Mo. - So., von 7.30 - 21 Uhr. ☎ 069/97696592 und 0178/1461775

1A Sammler Rico kauft Trödel, Pelze, Zinn, Silber, Figuren, Teppiche, Näh-/Schreibmaschinen, Porzellan, Puppen, Besteck, Modeschmuck, Bernstein, Goldschmuck, Zahngold, Militaria, Orden, Bierkrüge, Ferngläser, Münzen, Antiquitäten, Musikinstrumente sowie Uhren uvm. (auch defekt) Haushaltsauflösungen Nachlässe. Komme gerne unverbindlich vorbei. ☎ 06181/3064677

Ankauf v. Münzsammlungen...
 Numismatiker kauft Münzen u. Briefmarken aller Art zum Sammlerwert!
Tel. 0162 8093327

Kaufe Werkzeug, Maschinen, Geräte aller Art f. Schlosser, Elektriker, Schreiner, Goldschm., Uhrm. usw. + Musikinstrumente. Haushaltsaufl. + Entrümpelung ☎ 0176-45944797

Achtung: Kaufe alte Musikinstrumente, z.B. Geigen, Cello, Kontrabass, Bratsche, Saxophon, Fagott, Gitarre usw., auch reparaturbedürftig. ☎ 06051/6095826 o. 0176/37656265

Reinigung

Blitz-Blank!!! Fenster/Rahmen, Wintergartenreinigung gefällig oder Grundreinigung Ihrer Wohnung? Wir kommen! Gerne reinigen wir auch Ihre Wohnung alle 14 Tage mit absolut zuverlässigem Personal! 51 Jahre Fa. Ralf Hüber, Meisterbetrieb. www.hueber-reinigungsservice.de ☎ 06101-3131

Rund ums Haus

Neu im MKK: Trödel Tom macht Haushaltsauflösg./ Nachlässe/ Entrümpelungen: nachhaltig durch An-u. Verkauf von Verwertbarem. Noch freie Termine ☎ 0160/12574090 troedeltom@yahoo.de

RJL Haus u. Garten. Wir bieten an: Maler- u. Tapezierarbeiten, Putz u. Anstrich außen, Trockenbau, Badsanierung, Fliesenarbeiten, Dachrinnen, Kellersanierung innen u. außen, Pfisterarbeiten. ☎ 0155/10736733

Teppichreinigung

Wir reinigen in Ihrer Wohnung zu Sonderpreisen Teppiche/T.-böden, Polstermöbel + Matratzen, antiallerg. mit Geruchsbeeitigung, farbrsich wie neu mit Langzeitimpregnierung! 51 Jahre Ralf Hüber Meisterbetrieb. www.hueber-reinigungsservice.de ☎ 06101-3131

Tiermarkt

Deutsche Doggenwelpe, Rüde, 16 Wochen alt, zu verkaufen. ☎ 0175-5294199

Verkäufe

Trapezbleche 1. Wahl und Sonderposten aus eigener Produktion, Top-Preise, cm-genau, 98646 Eishausen, Straße in der Neustadt 107, bundesweite Lieferung. ☎ 03685/40914-0. 5 % online-Rabatt sichern! www.dachbleche24.de

Achtung Brennholz! Jetzt bestellen, frisch od. trocken, 1 m lang od. ofenfertig, keine Schüttmeter-Raumeter (Ster), Lieferung möglich. ☎ 0160-93018661

Trapezbleche 2. Wahl: 2 m u. 3 m ab 5,99 €/m². Trapezbleche 1. Wahl: versch. Längen, Farben, Profile, ab 6,99 €/m², ca. 8.000 m² auf Lager. Birstein: ☎ 06054/9071127

Kontakte

www.rosbacher-erotikparadies.de
DIANA Ober-Rosbach!
06003-6346 NEU!

Wundersch. LENI, 22 J., H+H, 0155-10166365

... auch als kostenloses epaper

 www.bote.de

IMPRESSUM
Mittelhessen-Bote
 mit Kreisaußgaben Main-Kinzig-Kreis (für den gesamten Main-Kinzig-Kreis) Wetterauer Wochen-Bote (für den gesamten Wetterau-Kreis)
 Verleger: Oliver Naumann, Erhard Naumann
 Geschäftsführer: Oliver Naumann, Jochen Grossmann
 Chefredakteur: Johanna Welz
 Anzeigen/Key-Account: Thomas Röder
 Vertriebsleiter: Ronald Schmidt
 Anzeigenannahme: Montag bis Freitag von 8.00-17.00 Uhr;
 Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Bei telefonisch aufgegebenen Anzeigen keine Gewähr. Zur Zeit gibt die Anzeigenpreisliste Nr. 36/49. Der Mittelhessen-Bote erscheint mit den Regionalausgaben Gelnhäuser Bote, Hanauer Bote, Maintaler Bote, Langenselbolder Bote, Schlüchtern Bote, Fuldaer Land-Bote, Wetterauer Wochen-Bote, Bidingen Bote, Oberhessen-Bote. In der Ausgabe Main-Kinzig-Bote werden die amtlichen Bekanntmachungen des Main-Kinzig-Kreises und folgender Städte und Gemeinden veröffentlicht: Gelnhausen - Mitteilungsblatt; Langenselbold - Langenselbolder Bote; Wächtersbach - Wächtersbacher Stadtanzeiger; Gründau - Gründauer Anzeiger; Freigericht - Freigerichter Bote; Hasselroth - Hasselrother Anzeiger; Linsengericht - Linsengerichter Anzeiger; Biebergönd - Wochenblatt Biebergönd. Auflage: 306.360. Kombination mit Gießener Zeitung. Auflage: 128.875. Gesamtauflage: 435.235. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder werden weder Gewähr übernommen noch eventuelle Kosten erstattet. Für den Inhalt der Anzeigen übernehmen wir ebenfalls keine Haftung. Der Mittelhessen-Bote erscheint am Wochenende. (Änderung der Erscheinungstermine vorbehalten). Bei Nichterscheinen infolge höherer Gewalt, bei Streik, Aussperrung u.ä. Gründen, besteht kein Anspruch auf Entschädigung. Verteilung: kostenlos an die Haushalte. Bezugspreis bei Postzustellung: 2,50 € zzgl. MwSt.
 Verlag und Herstellung: Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen. Zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum genannten Verantwortlichen.
 Falls Sie unsere Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, eine E-Mail an zustellung@bote.de zu senden und einen Aufkleber mit dem Hinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten oder Zeitungsrohr anzubringen.

2023
Anzeigen (06051) 833-244
Redaktion (06051) 833-202
Vertrieb (06051) 833-299
Telefax (06051) 833-230

BESTELLSCHEIN FÜR EINE PRIVATE KLEINANZEIGE



Mittelhessen-Bote am Samstag

inklusive **Neue Zeitung** Preis pro Erscheinung **bis zu 5 Zeilen** jede weitere Zeile
Gesamtausgabe 27,50 € 4,70 €

Anzeigentext Rubrik ▶

1 Text in Blockschrift in die Kästchen eintragen.

2

3

4

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

Name, Vorname _____

Straße, Hausnummer _____

PLZ/Wohnort _____

Telefon (für evtl. Rückfragen) _____

DE _____

IBAN _____

BIC _____

Bank _____

Datum, Unterschrift _____

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

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

sollen abgebucht werden (bitte Bankverbindung eintragen)

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

Abstand und Warnblinker

Stauende auf der Autobahn

Um auch bei Stau auf der Autobahn sicher zu bleiben, rät der TÜV Thüringen schon bei drohender Staugefahr, vorsorglich das Tempo zu drosseln, etwas mehr Abstand zum Vordermann zu halten und bremsbereit zu bleiben. Denn wenn ein Stauende schon hinter der nächsten

Kurve auftaucht, könne manchmal selbst eine Notbremsung „nichts mehr retten“.

Für den normalen Abstand nennt der TÜV Thüringen den halben Tachostand in Metern als Faustregel. Er sollte dann situationsbedingt verlängert werden. Später bei Schrittge-

windigkeit sind zwei Wagenlängen, beim Stillstand dann eine Wagenlänge genannt.

Um den nachfolgenden Verkehr zu warnen, geht die Warnblinkanlage besser spätestens an, wenn man sich dem Stauende nähert. Dabei bremsst man behutsam ab, so-

fern das möglich ist. Zudem muss die Rettungsgasse gebildet werden, sobald die Autos mit Schrittgeschwindigkeit fahren oder stehen. Die Gasse wird stets zwischen der äußersten linken und den rechts davon liegenden Spuren gebildet. Ansonsten drohen Strafen. *dpa*



Eine gut gedämmte Fassade rechtfertigt eine Mieterhöhung. Allerdings kann es in Härtefällen auch Ausnahmen geben. Foto: Klaus-Dietmar Gabbert/dpa-mag

Autohandel

Barankauf! Fahrzeuge, Pkw, Lkw, Busse, Wohnmobile aller Art, jeder Zustand, mit od. ohne TÜV. Auch Agria oder Motorräder. Faire Preise! ☎ 0177-2802695 auch WhatsApp

Ankauf von PKW und LKW, alle Hersteller, alle Modelle, Zustand, TÜV und KM egal, auch mit Schäden jeglicher Art. Jederzeit erreichbar. ☎ 06403/9688211 + 0176/23479199

Pkw Ankauf

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

Pkw Ankauf

Ankauf v. Autos ab Bj. 1961 alle Arten: LKW, Geländewagen, Wohnmobile, Unfallwagen, mit u. ohne Schäden, KM und TÜV egal. Ohne Reklamation, jederzeit erreichbar! ☎ 06431/2867746, 0176/22749486

Liebe Leser! Kaufe PKW's! Auch ohne TÜV u. Unfallschaden. Zu fairen Preisen. Bitte alles anbieten. ☎ 06053-7068811 oder ☎ 0152-54658507

Reisemobile

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

ImmobilienMarkt

Garagen

Garagen, Lager, 4 - 38 m², in gepf., sicherer Liegenschaft, 3 Min. vom Amtsgericht HU entfernt. ☎ 01520-2311680

Grundstücke

Zu amtlichen Preisen suchen wir ständig Gärten, Äcker, Wiesen zum Kauf bzw. für vorgemerkte Kunden. Grasmück GmbH, 63654 Büdingen Tel. (06042) 6691 oder 0171-5734404

Finden + Verkaufen

Immob.-Gesuche

Eheleute suchen freistehendes Ein- oder Zweifamilienhaus zum Kauf oder zur Miete in ruhiger Lage, Erlensee +50 km. ☎ 0152-24236902

Tierärztin sucht Bauernhof!
Fvl Makler Tel. 06021-4424400

Mietgesuche

Ehemaliger Polizeibeamter, 73 J., sucht Einzimmerwohnung, Parterre, UG oder 1. OG im Main Kinzig Kreis, Offenbach oder Rödermark, Hanau, ab 01.01.24. ☎ 0171/8102566

Vermietungen

Helle DG-Wohnung in Hanau-Steinheim Süd (4-FH), mögl. für 1 Person. Kombiniertes Wohn-/Schlafraum, gr. Küche, Tgl.-Bad mit Dusche, Fußbodenheizung, Loggia, keine Haustiere, ab 01.01.24 frei, Kaltm. 430,- €, Uml. 120,- €, KT 1.100,- €, von Privat. ☎ 0176-60884291

Helle, großzügige Whg., ca. 135 m² (neues Bad, EBK) auf 2 Ebenen, 1. OG im 3 FH, Hanau-Steinheim, ab 01.01.2024 frei, KM 1.250,-€ + 300,-€ NK + 2,5 Kaltmieten Kt., von privat, keine Haustiere. ☎ 0176/60884291

Somborn, ruh. Lage m. Fernsicht: Helle 3-Zi.-DG-Whg., ca. 80 m², Tgl.-Bad m. Wa.+ Du., Kü., Lam.-Fußb., ren. Ke., Waschk., sofort od. spät bez., 560,- € + NK/Kt. ☎ 069/411213

Älteres EFH in Gelnhausen-Hailer zu vermieten. 4 ZKB, Balkon, Gasheizung, 800,- € + NK + Kt. ☎ 06051/66706

Büdingen: 2 ZKB, WC, 73 m², EG, Balkon, Kellerraum, ab sofort frei, 550,- € + Uml. + Kt. ☎ 06668/287

StellenMarkt

International arbeiten

So findet man ein Auslandspraktikum

Wer während seiner Ausbildung Erfahrungen im Ausland sammeln möchte, kann das bei einem Praktikum tun. Doch für die Suche nach einem Praktikumsplatz im Ausland sollte man einige Monate einplanen. Das deutsche Konzept eines Praktikums ist in vielen europäischen Ländern nicht verbreitet, so die Autoren der Broschüre „In die Ferne, fertig, los: Dein Weg ins Auslandspraktikum“ der Zentralen

Auslands- und Fachvermittlung (ZAV) der Bundesagentur für Arbeit, die bei der Suche behilflich sein kann. Auf dem Service-Portal der Nationalen Agentur beim Bundesinstitut für Berufsbildung (BIBB) finden Auszubildende zudem eine Suchfunktion für Auslandspraktika. Das Jugendinformationsnetzwerk Eurodesk bietet auf seiner Seite www.rausvon-zuhause.de einen Last-Minute-Markt an. *dpa*

Stellengesuche

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

Buchhalter sucht stundenweise Nebenätigkeit. Keine Versicherungen oder Ähnliches. ☎ 06048-1009

Stellenangebote

Friseurin gesucht für Bad Orb, 1-2 Tage in der Woche, gerne auch jemand Älteres, Berufserfahrene oder Wiedereinsteiger, die diesen Beruf erlernt und längere Zeit pausiert haben. ☎ 06052/928300 oder Mobil 0160/1804987

Sie suchen eine Nebenätigkeit? Familiär geführtes Hotel sucht Aushilfe zur Zimmerreinigung. Gerne auch vitale Rentner/in. Arbeitszeit und Lohn nach Vereinbarung. Hotel Weidenau OHG, Bad Orb ☎ 06052/80000

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort Mitarbeiter in Vollzeit und als Aushilfe im Krankentransport. Bewerbung unter: info@krankentransporte-fischer.de

Zuverlässige Putzhilfe in Nidderau alle 14 Tage ca. 3,5 - 4 Std. für 2-Personen-Haushalt gesucht. ☎ 0171-3270010 oder 06187-1764

Suche deutschsprachige Putzhilfe nach Ronneburg-Hüttengesäß 14-tägig vormittags für 3 Stunden. ☎ 0170/5482124

Stellenangebote

Dienstleister sucht Telefonprofi (m/w/d) zur telefonischen Kundenakquise im Home-Office (15,- €/Std. + Prämie). ☎ 0172/8537162

Putzhilfe ab Nov. 23 für 2-4 Std./Wo. in Freigericht-Bernbach auf Minijob-Basis gesucht. Chiffre 75058

BAUMANN GEBÄUDEREINIGUNG

Wir suchen eine **Reinigungskraft (m/w/d)** im Bereich Unterhaltsreinigung für ein Objekt in **ROSBACH vor der Höhe**

Die Arbeitszeiten sind Mo. - Fr. von 5.00 - 8.00 Uhr
Lohn/Gehalt: 13,00 €/Stunde.
Bewerbungen telefonisch unter **06055-938401**

Ihre Bewerbung schicken Sie bitte an info@g-s-baumann.de
Infos zum Unternehmen: www.g-s-baumann.de

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

Mittelhessen-Bote

Jobbörse

Telefon 06051 833-241



Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams ab sofort eine/n

Mechaniker/in / Elektriker/in / Schreiner/in oder Quereinsteiger/in aus dem KFZ-Bereich (m/w/d)

in Vollzeit für unsere Reisemobil-/Wohnwagen-Fachwerkstatt

Ihre Aufgaben:

- Sie erledigen effizient und kompetent alle anfallenden Wartungs- und Reparaturaufgaben an unseren Kunden- und Fuhrparkfahrzeugen
- Montage von Anbauteilen, Gasprüfungen, Dichtigkeitsprüfungen etc.

Anforderungsprofil:

- Abgeschlossene handwerkliche Berufsausbildung
- Deutsch in Wort und Schrift
- Führerschein der Klasse B

Wir bieten Ihnen:

- Vielseitige und abwechslungsreiche Aufgabenstellungen
- Einen sicheren und langfristigen Arbeitsplatz mit leistungsgerechter Vergütung

Interessiert?

Dann freuen wir uns auf Ihre aussagefähigen Bewerbungsunterlagen unter Angabe Ihrer Gehaltsvorstellung und des frühestmöglichen Eintrittstermins an:

HÜTTLrent GmbH · Robert-Bosch-Str. 2-4 · 63477 Maintal (Gewerbegebiet Ost) oder per E-Mail: info@huettlrent.de

Für einen ersten vertraulichen Kontakt stehen wir unter der Telefonnummer: **0151-25041310** gerne zur Verfügung.

MKK MAIN-KINZIG-KREIS

Geschäftszeichen: 11.1/2/124/2023

Wir suchen für das **Amt für Schulwesen, Bau- und Liegenschaftsverwaltung und Zentrale Dienste** zum nächstmöglichen Zeitpunkt, befristet

eine Hausmeisterin / einen Hausmeister (m/w/d) für die Schule am Weinberg sowie die Fröbelschule Langenselbold

Den vollständigen Ausschreibungstext mit allen relevanten Informationen finden Sie im Internet unter: karriere.mkk.de

MKK MAIN-KINZIG-KREIS

Geschäftszeichen: 11.1/2/122/2023

Wir suchen für das **Amt für Schulwesen, Bau- und Liegenschaftsverwaltung und Zentrale Dienste** im Rahmen einer Krankheitsvertretung, zum nächstmöglichen Zeitpunkt, in Vollzeit

eine Hausmeisterin / einen Hausmeister (m/w/d) für die Martinus-Schule Bad Orb sowie die Kreisrealschule Bad Orb

Den vollständigen Ausschreibungstext mit allen relevanten Informationen finden Sie im Internet unter: karriere.mkk.de

Wir suchen **(Junior) Sales Manager Online Marketing (m/w/d)** in Vollzeit oder Teilzeit



GNZ KINZIGNEWS salelocal.de

Im Druck- und Pressehaus Naumann setzen wir auf mehr als nur auf Anzeigen – bei uns dreht sich alles um Beziehungen. Wir suchen einen charmanten (Junior) Sales Manager Online Marketing (m/w/d) für unsere „Gelnhäuser Neue Zeitung“ und „KinzigNews“, der Kunden dabei unterstützt, online zu glänzen.

Unser Angebot:

- Spannende Tätigkeit in einem etablierten Medienunternehmen
- Ein Team, das Sie willkommen heißt und fundiert einarbeitet
- Attraktives, leistungsorientiertes Gehalt
- Modernes Arbeitsumfeld, in dem Kollegen zu Freunden werden
- Ihre Ideen sind gefragt und willkommen.
- Flache Hierarchien, schnelle Entscheidungswege

Ihre Verantwortlichkeiten:

- Kreativ unterstützen Sie Geschäftspartner dabei, die Welt der Onlineanzeigen und Social-Ads zu erobern.
- Sie analysieren Kundenbedürfnisse und bieten begeisternde maßgeschneiderte Lösungen für die gewünschte Wirkung.
- Sie schaffen aus Neukunden treue Partner und pflegen nachhaltige Geschäftsbeziehungen.
- Sie präsentieren überzeugend und verhandeln auf Entscheidungsebene bis zum Abschluss.
- Sie behalten Trends im Onlinewerbeuniversum im Blick und teilen Ihr Fachwissen.

Ihr Profil:

- Erfahrung im Bereich Sales/Verkauf oder Onlinemarketing sowie Bereitschaft zur Weiterentwicklung
- Onlinemedien, Social Media und Onlinemarketing sind spannende Felder für Sie.
- Sie beherrschen die Kundenkommunikation und legen Wert auf stabile Kundenbeziehungen.
- Kreative Ideen für Anzeigenkonzepte sind erwünscht.
- Sie meistern Herausforderungen positiv und beharrlich.
- Sie arbeiten sowohl eigenständig als auch im Team.
- Kenntnisse der lokalen Wirtschaft sind von Vorteil, Führerschein Klasse B von Nutzen.

Interessiert, Teil unseres Teams zu sein?
Bitte Bewerbungsunterlagen an personal@gnz.de senden. Fragen? Unsere Personalabteilung steht unter 06051 833104 zur Verfügung. Wir freuen uns auf Sie!

DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN
Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Telefon (06051) 833 104 · Telefax (06051) 833 120
E-Mail: Geschaeftsfuehrung@gnz.de · Internet: www.dpn-media.de

TANZ' VOR FREUDE!



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

- Klein-Karben
- Niddatal-Bönstadt und -Kaichen
- Nieder- und Ober-Wöllstadt
- Bad Vilbel-Dortelweil
- Ober-Mörlen
- Bad Nauheim-Stadt
- Friedberg-Stadt, -Ockstadt und -Dorheim

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

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

NORMA®

Mehr fürs Geld.

JETZT ZUGREIFEN! SOLANGE VORRAT REICHT!

ab Montag, 16. Oktober

Krakus Wurstchen XXL
Im Aktionskühlschrank!
20 Stück, 800-g-Packung (1 kg = 7,49)
800 g
17% billiger
UVP 7,29
5,99*



Recla Prosciutto Crudo
original italienischer Rohschinken, am Stück, ca. 700-g – 900-g-Packung, Ware einzeln ausgepreist (1 kg = 13,99)
21% billiger
UVP 1 kg = 17,90
z. B. 700 g
9,79*



Ouzo of plomari
Ouzo Mehr als 120 Jahre Tradition
40% vol, 0,7-l-Flasche (1 l = 12,84) je Flasche
25% billiger
UVP 11,99
8,99*



DR. OETTER Russisch Brot mit Karamell
100-g-Packung + 15% mehr Inhalt (1 kg = 6,87)
20% billiger
UVP -,99
-,79* **15% mehr Inhalt**



OBST vom Bodensee
Äpfel Deutschland, Friedrichshafen
Kl. I, Sorte: Elstar, große Früchte, Kal. 70/80 + 75/85mm, 2,2-kg-Beutel (1 kg = 1,36) je Beutel
neue Ernte!
2,99* **2,2 kg!**



PICK Echt ungarische Kolbasz/Balaton
Salami classic oder mittelscharf, 200-g-Packung (1 kg = 13,95) je Packung
33% billiger
UVP 4,19
2,79*



ABRAHAM Bauernschinken
kräftig geräuchert 100-g-Packung (1 kg = 19,90)
20% billiger
UVP 2,49
1,99*



WC FRISCH WC-Stein Kraft Aktiv
Blauspüler Chlor oder Kraft Aktiv Lemon
3x50-g-Packung (1 kg = 26,60) je 3er-Pack
31% billiger
zum Vergleich: UVP Einzelpackung = 1,95
3,99* **3er-Pack**



PUSZTA Original Letscho
Ungarn, 680-g-Glas (1 kg = 2,93)
33% billiger
UVP 2,99
1,99*



fresh Zwetschgen
Republik Moldau/Serbien Kl. I, Sorte: President, bestens geeignet zum Einkochen, Backen und Genießen, 2-kg-Korb (1 kg = 2,-) je Korb
2 kg!
3,99* **XXL**
(Abbildung ähnlich)



Dauerhaft beste Preis-Leistung

my smile XXL Toffees
900-g-Packung (1 kg = 4,43)
900 g
3,99*



my smile Cashewbruch
300-g-Packung (1 kg = 9,30)
18% billiger
zum Vergleich: Ardilla Cashewkerne 200-g-Packung = 2,29
2,79* **300 g**



my smile Konfitüre extra
Aprikosen-, Sauerkirschen- oder Erdbeer-Konfitüre
860-g-Glas (1 kg = 3,13) je Glas
860 g
2,69*



my smile XXL Balsamico
3,5% Säure 1-l-Flasche (1 l = 1,99) je Flasche
1 Liter
1,99*



Pom'Alliance Premium Speisekartoffeln
„Pom'Alliance“, Frankreich
Sorten: Gourmandine oder Jazzy, festkochend und gelbfleischig, 2,5-kg-Beutel (1 kg = 1,60) je Beutel
2,5 kg!
3,99*



NORMA® IMMER MEHR FÜRS GELD!

SEIT ÜBER 50 JAHREN – IMMER DER BESTE PREIS!

Ronley Jogg-Jeans für Herren
• 63% Baumwolle, 36% Polyester, 1% Elasthan
• Elastikbund mit Kordelzug
• Mit trendigen Wascheffekten
• Größen M (48/50) – XXL (60/62) je Jogg-Jeans
Blue Denim
Dark Denim
12,99*

Thermo-Stepp-Jacke für Damen
• 100% Polyester • Elastische Paspelierung am Ärmel-/Saumabschluss • 2 seitliche Eingriffstaschen mit Reißverschluss
• Größen S (36/38) – XL (48/50) je Jacke
Kapuze mit Innenfutter
Grün
Schwarz
16,99*

Thermo-Stepp-Jacke Rot
Viskose-Ripp-Leggings Schwarz
Ultraleicht und mit wärmender Wattierung!



Thermo-Fleece-Bettwäsche „Soft Touch“
in 2 Größen • 100% Polyester • Mit Marken-Reißverschluss
• Atmungsaktiv • Feuchtigkeits- und temperatenausgleichend
Extra warme und weiche „Soft-Touch“ Thermo-Fleece-Qualität!

Belfort
Kissen ca. 80x80 cm Bezug ca. 135x200 cm
14,99*

Copenhagen
Kissen ca. 80x80 cm Bezug ca. 155x220 cm
17,99*

Munich
Athens

Thermo-Fleece-Spannbettuch
„Soft Touch“ in 3 Größen
• 100% Polyester, Mikrofaser
• Atmungsaktiv • Höchste Formstabilität • Antistatikausrüstung
• Steghöhe ca. 27 cm
Beere
Silber
Mint
Grau
Kitt
Anthrazit

ca. 90-100x200 cm
7,99*

ca. 140-160x200 cm
9,99*

ca. 180-200x200 cm
12,99*



ElleNor Kapuzen-Sweatkleid für Damen
• 60% Baumwolle, 40% Polyester
• Innen weich angeraut
• Größen S (36/38) – XL (48/50) je Sweatkleid
Praktische Känguru-Tasche!
Blau
11,99*



Uddle Boot Outdoor-/Freizeitstiefel
• Strapazierfähiges Obermaterial
• Textiles Warmfutter • Robuste und griffige TPR-Laufsohle
• Größen 42 – 45
Mit hochwertigem Warmfutter!
51% billiger
UVP 49,90
je Paar
23,99*

Camel
Schwarz



CASA ROYALE Pfanne „Parma“ mit cremefarbener Beschichtung
• Hochwertiger Aluguss • Mit langlebiger Thermoceramica Antihaf-Versiegelung
• Soft-Touch-Griff • Außen glänzende Silikonbeschichtung, dadurch pflegeleichte Reinigung • Backofenfest bis 150°C
4 Jahre Garantie
KRATZFEST
extrem hitzebeständig bis 400°C

JREBLON CERAMIC CX2
WELLBURGER German Technology

Pfanne Ø ca. 20/24/28 cm
17,99* **19,99*** **21,99***

Schmorpfanne Ø ca. 28 cm
24,99*

24 Auch online
LGAD tested Quality
Übertestete Qualität Sicherheit
Induktions geeignet



CASA ROYALE Aluminium-Pfanne „Napoli“
• Geschmiedetes Aluminium mit Grelblon®-C3-Antihafversiegelung
• Edle gold-/braunfarbene Sprenlack
• Extra hoher Rand • Backofenfest bis 200°C (ohne Griff)
NEU

Türkisblau
Abnehmbarer Griff
Rotviolett

24 Auch online
Ø ca. 20 cm
15,99*

Ø ca. 24 cm
17,99*

Ø ca. 28 cm
19,99*

JREBLON CERAMIC C3
WELLBURGER German Technology
Induktions geeignet



KRAFT WERKZEUGE Dichtungssortiment
Schlauchschellensortiment mit Griff
28-teilig
6,99* **24 Auch online**



Dichtungs-Sortiment 385-teilig
6,99*



Kupferdichtringe 100-teilig
6,99*



O-Dichtungs-Sortiment 420-teilig
6,99*




*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.

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

NEU DIE NEUE NORMA®-APP IST DA!
FILIALANGEBOTE, ONLINE-PROSPEKTE, NORMA24-ONLINESHOP
DIE GANZE NORMA-WELT IN EINER APP!

Hier gratis downloaden oder updaten



NORMA®
www.norma-online.de