



Mittelhessen-Bote

auch als kostenloses E-Paper
www.bote.de

Schluss mit dem Rauchen

Tricks machen den
Erfolg wahrscheinlicher

KW 3, Samstag, 20. Januar 2024

Das lokale Mitteilungsblatt

Ausgabe F 2

Hallo,
liebe Leser

Manchmal ist weniger mehr. Das musste ich kürzlich wieder schmerzlich erfahren. Bewaffnet mit Einkaufsliste, den Einkaufswagen schiebend, bahne ich mir meinen Weg an den Regalen vorbei. Um die Ecke biegender, Richtung Frischetheke, wabert sie mir schon entgegen: die „Duftwolke des Grauens“. Zwei junge Damen unterhalten sich lebhaft, welcher vegane Aufstrich nun der bessere ist. Beide eingehüllt in eine Melange sehr unterschiedlicher Duftnoten. Scheinbar waren beide vorher im benachbarten Drogeriemarkt, um alle vorrätigen Parfummarken zu testen. Mir stockt ein wenig der Atem. Ich flüchte Richtung Kühltheke. Schwatzend folgen sie mir. Scheinbar haben wir ähnliche Lebensmittelfavoriten. Langsam bekomme ich Kopfschmerzen. Ich lasse sie vorbeiwabern und flüchte Richtung Fleisch- und Wurstwaren. Hier fühle ich mich sicher. Der Einkauf hat nun entschieden länger gedauert. Das nächste Mal verlasse ich den Supermarkt und warte, bis die Luft rein ist.

Euer Boto

Versammlung
des Rhönklub

Neuhof. Der Rhönklub ZV Neuhof lädt alle Mitglieder für Sonntag, 28. Januar zur Jahreshauptversammlung in den Gasthof Deutsches Haus (Ebert) ein. Beginn ist um 17 Uhr. Auf der Tagesordnung stehen u.a. Ehrungen und die Übergabe der Wanderpokale

Biblischer Vortrag

Flieden. Am Freitag, 26. Januar, um 19.30 Uhr, findet in Flieden-Döngesmühle, im DGH ein biblischer Vortrag statt, mit dem Thema: „Macht das Leben Sinn?“ Der Referent, Thomas Diehl, Mitarbeiter des Missionswerkes, Werner Heukelbach, wird davon berichten, wie wir Menschen, auch in dieser turbulenten Zeit, ein vor Gott sinnvolles Leben führen können. Es freuen sich auf euer Kommen, die freien Christen Flieden. Der Besuch dieser öffentlichen Veranstaltung ist kostenfrei und unverbindlich.

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

Hochschule Fulda baut weitere
duale Studiengänge aufLand Hessen bewilligt über 1,7 Millionen Euro
Förderung für weitere drei Jahre

Fulda. Das Hessische Ministerium für Wissenschaft und Kunst (HMWK) bewilligte im Rahmen des hessischen Förderprogramms proDUAL für den Zeitraum von 2024 bis 2026 Mittel im Umfang von über 1,7 Millionen Euro zur Erweiterung des Angebots für duale Studiengänge. Die Hochschule Fulda nutzt die Fördermittel unter anderem zum Aufbau des neuen dualen Bachelorstudiengangs „Betriebswirtschaftslehre“ und eines Studiengangsschwerpunkts „Gebäudeenergietechnik“.

Aktuell gibt es an der Hochschule Fulda zwölf duale Studiengänge, ab dem Wintersemester 2024/25 startet zusätzlich der duale Bachelorstudiengang „Pflege“ sowie der duale Masterstudiengang „Angewandte Informatik“. Von den knapp 9.000 Studierenden, die aktuell an der Hochschule eingeschrieben sind, studieren rund 13 Prozent dual.

„Sowohl bei den Studierenden als auch den Praxispartnerinnen und Praxispartnern erfreuen sich unsere dualen Studiengänge großer Beliebtheit“, sagt Professorin Dr. Kathrin Becker-Schwarze, Vizepräsidentin für Lehre und Studium. Zwei Formen des dualen Studiums werden an der Hochschule angeboten: das ausbildungsintegrierte und das praxisintegrierte Studium. Während beim ausbildungsintegrierten Studium die Studierenden sowohl mit einem Ausbildungs- als auch einem Studienabschluss abschließen, wechseln sich beim praxisintegrierten Studium Lehr- und Praxisphasen ab. Für die praktischen Teile des Studiums sind die Studierenden bei Unternehmen der Region angestellt. „Die dualen Studienangebote tragen ganz entscheidend zur Vernetzung der Hochschule Fulda mit Unternehmen und Einrichtungen aus der Region bei, von der beide Seiten profitieren“, sagt die Vizepräsidentin. Hochschulpräsident Prof. Dr. Karim Khakzar ergänzt: „Vor dem Hintergrund des herrschenden Fachkräftemangels sind duale Studienangebote für die Unternehmen aus der Region eine attraktive Möglichkeit, junge Nachwuchskräfte frühzeitig an sich zu binden und damit langfristig in der Region zu halten. Umgekehrt sind duale Studienplätze bei den Studierenden auch deshalb besonders beliebt, da sie in aller Regel bereits während des Studiums eine Aufwandsentschä-



Mit der nun bewilligten Förderung baut die Hochschule Fulda neben dem neuen dualen Bachelorstudiengang „Betriebswirtschaftslehre“ zusätzlich auch einen Studiengangsschwerpunkt „Gebäudeenergietechnik“ am Fachbereich Elektro- und Informationstechnik auf. Foto: Hochschule Fulda / Alexander Mengel

digung zur Finanzierung ihres Lebensunterhalts erhalten.“

Die Hochschule Fulda unterstützt bei der Suche eines passenden Unternehmens als Praxispartner. „Unser Netzwerk wächst stetig und neue Unternehmen, die sich beteiligen wollen, sind jederzeit willkommen.“

Duales Studienangebot
wird erweitert und
ausgebaut

Mit der neuen Förderung soll im Rahmen von sechs Projekten bis 2026 das duale Studienangebot ausgebaut und weiterentwickelt werden. So wird im Fachbereich Wirtschaft ein neuer dualer Bachelorstudiengang „Betriebswirtschaftslehre“ beginnen. Der Fachbereich Elektro- und Informationstechnik entwickelt einen dualen Studiengangsschwerpunkt „Gebäudeenergietechnik“ im Rahmen des bestehenden Bachelorstudiengangs Elektrotechnik. Die übrigen vier Projekte zielen auf den Ausbau und die Optimierung bereits etablierter Studiengänge und Rahmenbedingungen ab. Dies betrifft unter anderem den dualen, ausbildungsintegrierten Bachelorstudiengang „Diätetik“ des Fachbereichs Oecotrophologie. Im Fachbereich Angewandte Informatik soll die Durchlässigkeit des Bildungswegs von der IT-Ausbildung in ein duales Informatikstudium verbessert werden. Der Fachbereich Sozialwesen widmet sich der Frage, wie praxisorientierte Abschlussarbeiten im dualen Studium der Sozialen Arbeit noch besser begleitet werden können. Schließlich sollen auch die allgemeinen Kooperationsstrukturen zwischen Praxispartnereinrichtungen und Hochschule übergreifend für alle dualen Studiengänge weiterentwickelt werden.

Stetiger Ausbau des
dualen Studienangebots

Die Hochschule Fulda schärft mit der nun vierten Bewilligung des Förderprogramms proDUAL ihr Profil und baut das duale Studienangebot weiter aus. Während der ersten Förderphase von 2018 bis 2021 führte sie die dualen Bachelorstudiengänge „Angewandte Informatik“ und „Soziale Arbeit“ sowie das Kommunikationsportal „Dual-Kompass“ ein. In der zweiten Förderphase von 2020 bis 2023 etablierte die Hochschule den dualen Bachelorstudiengang „Steuerwesen“, der zum Wintersemester 2023/24 erfolgreich mit 33 Studienanfänger*innen startete. Zusätzlich wurde das Projekt „GoDual“ umgesetzt mit dem Ziel, die Attraktivität des dualen Studiums für Unternehmen, Studierende und Studieninteressierte zu steigern. In der dritten Förderphase von 2022 bis 2025 wird unter anderem die Konzeption und Einführung eines dualen Masterstudiengangs am Fachbereich Angewandte Informatik gefördert, der zum Wintersemester 2024/25 starten soll.

Hintergrund zu proDUAL

Das Programm proDUAL des Hessischen Ministeriums für Wissenschaft und Kunst fördert Projekte, die duale Studiengänge, Vernetzungsstrukturen und Kooperationen mit Unternehmen ausbauen. Staatliche Hochschulen erhalten eine Anschubfinanzierung, um beispielsweise die Weiterentwicklung von Studiengängen sowie den Ausbau und die Bewerbung bestehender Studienangebote zu stärken.

Weitere Informationen

Duales Studienangebot an der Hochschule Fulda:
www.hs-fulda.de

Schnelle Hilfe
im Schadenfall

Kfz-Prüfstelle Schlüchtern
Am Elmacker 4a
FON 06661 911 1425
mail@ib-bratz.de



Bratz
Ingenieurbüro • Kfz-Sachverständige

Öffnungszeiten

Mo - Fr: 8 - 12 Uhr und 14 - 18 Uhr
Sa: 9 - 12 Uhr

Lesung zum
Holocaust-Gedenktag

Am Mittwoch, 24. Januar in Heubach

Kalbach. Die Autorin Charlotte Wiedemann kommt am Mittwoch, 24. Januar, zu einer Lesung in die ehemalige Synagoge Heubachs (Friedenstraße 9). Sie wird aus ihrem Buch „Den Schmerz der Anderen begreifen“ lesen. Der Band trägt den Untertitel „Holocaust und Weltgedächtnis“. Wiedemann macht sich darin für eine empathische Erinnerungskultur stark. Dabei geht es nicht um ein Verdrängen von Schuld, sondern um eine angemessene Sicht auf „den Schmerz der Anderen“. Dazu gehört auch der Blick auf Israel und Palästina - schon vor dem 7. Oktober ein schwieriges Feld. Die Thematik bekommt eine zusätzliche Ak-

tualität, weil Christinnen aus Palästina die Liturgie für den Weltgebetstag 2024 erarbeitet haben, der in den Kirchen Anfang März begangen wird. Der Förderverein Landsynagoge Heubach lädt wenige Tage vor dem Internationalen Tag des Gedenkens an die Opfer des Holocaust zu dieser Lesung ein. Der Gedenktag wird weltweit am 27. Januar begangen. Das Datum erinnert an die Befreiung des Konzentrationslagers Auschwitz-Birkenau durch die Rote Armee am 27. Januar 1945. Die Lesung beginnt um 19.30 Uhr, es wird einen Büchertisch geben. Der Eintritt ist frei, der Verein bittet um eine angemessene Spende für seine Arbeit.

Konzert mit „Joyful“

Gospelsongs vom Domplatz in St. Lukas

Fulda. Auf dem Domplatz erfreuten sich vor Weihnachten ca. 5000 Menschen an den mitreißenden Rhythmen von Songs aus der Gospel- und Popszene, leidenschaftlich vorgetragen von der Gruppe „Joyful“. Ein Wiedersehen mit den Sängern und Sängerinnen von Joyful gibt es am Sonntag, 21. Januar in St. Lukas. Unter der Leitung von Theo Sauer wechseln sich die jungen Ta-

lente mit Chorgesang und Soli ab. Gerne darf mitgesungen und mitgeklatscht werden. „Joyful“ begeistert das Publikum überall, wo die Gruppe auftritt. Wer gut gelaunt in die Arbeitswoche starten möchte, ist herzlich eingeladen, um 17 Uhr in St. Lukas/Aschenberg dabei zu sein. Der Eintritt ist frei. Es wird um eine Spende für das Wasserprojekt im Bistum Nsukka, Nigeria, gebeten.

Gefährliche Körperverletzung

Fulda. In der Silvesternacht, gegen 23.59 Uhr, wurde ein 35-jähriger Mann aus Hosenfeld durch Feuerwerk verletzt. Der Mann befand sich zu dieser Zeit auf dem Universitätsplatz im Bereich zwischen dem Vonderaumuseum und der benachbarten Schule, als plötzlich eine Rakete in die entsprechende Personengruppe flog. Die Polizei Fulda ermittelt nun wegen des Verdachts der gefährlichen Körperverletzung und bittet Zeugen, die Hinweise zum Versacher geben können, sich an das Polizeipräsidium Osthessen unter Telefon 0661/105-0, jede andere Polizeidienststelle oder die Onlinewache unter www.polizei.hessen.de zu wenden.

Heute mit Beilagen in Teilausgaben



Englisch für „Senioren“

Neue Kurse – auch zum Auffrischen



- ein Mal pro Woche
- tagsüber in kleinen Gruppen
- keine Vorkenntnisse erforderlich
- Sprechen statt Grammatik
- Mindestalter: **50 Jahre**
- Anfänger u. Fortgeschrittene
- Teilnahme an Reisen möglich
- vor Ort und online
- gemeinsam mit viel Spaß

Sie wollen ... ein paar Worte
Englisch mit Ihren Enkeln
oder Freunden sprechen?
... englische Begriffe verstehen,
die uns täglich begegnen?
... etwas Neues lernen?
... sich auf Reisen verständigen?
... in Gesellschaft aktiv sein
und geistig am Ball bleiben?

Im Februar und März
starten die neuen
Kurse – es informiert Sie:
Michael Friesl
☎ 060 52-9 26 99 99



Öffentliche Mondscheinstadtführung

Mit dem Nachtwächter durch Schlüchterner Gassen

Schlüchtern. Am Donnerstag, 25. Januar ist es wieder soweit, der Nachtwächter Wolfgang Krein führt Sie unter dem Vollmond durch die historische Altstadt und ihre alten Gassen. Erleben Sie das Brauchtum, die Geschichte und die Lebensart der Dreiturmstadt im oberen Bergwinkel. Die öffentlichen Vollmondstadtführungen sind für Einzelpersonen und auch für Gruppen möglich.

Die Stadtführung dauert ca. 1,5 – 2,0 Stunden und der Kostenbeitrag, beträgt 4 Euro pro Person. Abmarsch ist um 20 Uhr vor dem Bergwinkelmuseum.

in der Schlossstraße 13.
Witterungsbedingte Kleidung
anziehen und eine Laterne
oder Lampion und gute Laune
mitbringen. Sollten Gruppen
bei den öffentlichen Vollmond-
stadtführungen teilnehmen,
melden sie sich, wie immer bei
der Kontaktstelle, Herrn Wolf-
gang Krein an, 0151 539 430 00
oder stadtfuehre-
r36381@gmail.com, damit dann
eventuell 2 Führungen daraus
gemacht werden können.
Selbstverständlich sind weiter-
hin Gruppen-Stadtführungen
zu fast jeder Tageszeit nach Ih-
ren Wünschen möglich.
Fragen Sie einfach an.

Kindertagespflegepersonen dringend gesucht

Landkreis und Stadt laden zu Infoabend am 7. Februar –
Qualifizierungskurs beginnt im April

Landkreis Fulda. Kindern in den ersten Lebensjahren eine familiennahe Betreuung ermöglichen, ihre individuellen Bedürfnisse berücksichtigen und Eltern mehr Flexibilität geben: Die Kindertagespflege ist als gesetzlich anerkannte Betreuungsform ein wichtiger Baustein im Betreuungsangebot im Landkreis Fulda und in der Stadt Fulda. Der Bedarf ist hoch, es werden dringend neue Tagesmütter und Tagesväter gesucht. Im April startet ein neuer Qualifizierungskurs. Zur Vorbereitung hierauf sind Interessierte herzlich zu einem Infoabend am Mittwoch, 7. Februar, eingeladen.

Kindertagespflegeperso-
nen sind selbstständig tä-
tig und kooperieren mit
dem jeweiligen Jugend-
amt von Stadt bzw. Land-
kreis. Eine Tagesmutter
bzw. ein Tagesvater be-
treut maximal fünf Kinder
unter drei Jahren – meis-
tens im eigenen Haushalt.
Die theoretische und prak-
tische Qualifizierung er-
folgt über kostenfreie Kur-
se im Umfang von insge-
samt 300 Stunden. Etwa
die Hälfte davon wird vor
Aufnahme der Tätigkeit
absolviert.

Wer Tagesmutter oder Ta-
gesvater werden und am
nächsten Qualifizierungs-
kurs teilnehmen möchte,
erhält am Mittwoch, 7. Fe-
bruar, von 18.30 bis 20 Uhr
im VHS-Bildungshaus in
der Flemingstraße 20-22,



Die Fachstellen von Stadt und Landkreis Fulda begleiten die Qualifizierung der KTPP, die von der VHS des Landkreises Fulda durchgeführt wird. Von rechts: Jutta Henschke (VHS Landkreis Fulda), Kristin Wald (Stadt Fulda), Katrin Kister, Jutta Correll und Kerstin Hohmann (alle Landkreis Fulda). Es fehlt Christiane Becker-Ott (Stadt Fulda). Foto: Anna-Lena Bieneck

Foto: Anna-Lena Bieneck

36041 Fulda, umfangreiche Infos durch die Fachstellen Kindertagespflege. Die Anmeldung für den Infoabend erfolgt bei Katrin Kister vom Landkreis Fulda, E-Mail: tagespflege@landkreis-fulda.de

ge@landkreis-fulda.de,
oder bei Kristin Wald von
der Stadt Fulda,
E-Mail: tagespflege@fulda.de, die auch vorab Fra-
gen beantworten.
Ausführliche Informatio-

nen sind zudem zu finden unter www.landkreis-fulda.de/kindertagespflege und <https://www.fulda.de/unsere-stadt/kindertagesbetreuung-schulen/kindertagespflege>.

Inspirierend, spannend und locker

Rückblick auf einen gelungenen Bistums-Empfang zum neuen Jahr

Fulda. Das Veranstaltungsformat hat sich bewährt: Nach der erfolgreichen Premiere im Vorjahr feierte das Bistum Fulda auch Anfang Januar 2024 seinen Empfang zum neuen Jahr in einem lockeren Rahmen und mit inspirierenden Impulsen im Bonifatius-haus in Fulda-Neuenberg. Gemeinsam mit ihren Gästen im Saal und Akteuren des Bonifatius-Musicals auf der Bühne diskutierten Bischof Dr. Michael Gerber und Generalvikar Prälat Christof Steinert dabei am Beispiel des Musicals über den Dialog der Kirche mit der Gesellschaft und der zeitgenössischen Kultur.

Mit mehreren Videos blickt das Bistum Fulda nun auf den gelungenen Abend zurück: Auf dem YouTube-Kanal und der Homepage des Bistums finden sich dazu ein kurzer



Während des Bistumsempfangs zum neuen Jahr diskutierte Bischof Dr. Michael Gerber (Mitte) mit den Musical-Darstellern Andreas Lichtenberger als Bonifatius und Anke Fiedler, welche die Rolle der Lioba spielt. Foto: Bistum Fulda / Martin Engel

Foto: Bistum Fulda / Martin Engel

Rückblick, ein Film mit spontanen Statements einiger Besucher und Beteiligten des Empfangs sowie ein Beitrag, der den Impulsvortrag von Bischof Dr. Michael Gerber

ebenso umfasst wie eine Gesprächsrunde mit den Akteuren des Musicals sowie musikalische Kostproben aus dem Stück. www.bistum-fulda.de

Training für Eltern in Trennung

Freie Plätze: Abendkurs „Kinder im Blick“
startet am 22. Januar

Landkreis Fulda. Wenn Eltern sich trennen, ändert das vieles – für die Erwachsenen, aber vor allem für die Kinder, die in einer solchen Belastungszeit besondere Aufmerksamkeit und Zuwendung brauchen. Ein Abendkurs „Kinder im Blick“ der Erziehungsberatungsstelle des Landkreises Fulda bietet Hilfe für Eltern, die in Trennung leben. Der Kurs mit insgesamt sieben Terminen startet am Montag, 22. Januar. Es gibt noch freie Plätze.

Im Fall einer Trennung sollten Eltern ihren Kindern zur Seite stehen und ihnen durch diese

Zeit helfen. Das ist für die meisten Eltern nicht leicht zu realisieren. Finanzielle Probleme, Konflikte mit dem anderen Elternteil und mehr Stress erfordern Kraft, Zeit und Nerven, häufig auf Kosten der Kinder, aber genauso oft auf Kosten des eigenen Wohlbefindens. Der Kurs behandelt drei grundlegende Fragen: Wie kann ich die Beziehung zu meinem Kind positiv gestalten und seine Entwicklung fördern? Was kann ich tun, um Stress zu vermeiden und abzubauen? Wie kann ich den Kontakt zum anderen Elternteil

teil im Sinne meines Kindes
gestalten?

Der Kurs findet immer montags jeweils von 18 bis 21 Uhr in der Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche, Marienstraße 5, 36039 Fulda, statt. Der erste Termin ist am 22. Januar. Die Kursgebühr beträgt 20 Euro.

Weitere Infos und Anmeldung bei der Beratungsstelle, Tel. (0661) 9015780, E-Mail: erziehungsberatung@landkreis-fulda.de sowie online unter www.erziehungsberatung-fulda.de.

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

GRÜNHÄUSER

Die Lokalzeitung für den Main-Kinzig-Kreis

SELECT

NORWEGENS HIGHLIGHTS

MIT BUS, SCHIFF UND ZUG DURCH NORWEGEN

NOCH WENIGE
PLÄTZE FREI –
SCHNELLE BUCHUNG
EMPFOHLEN!

Top-Frühbucherpreis
ab **€ 1999,-** p. P.
anstatt € 2049,-

IHRE LEISTUNGEN:

REISE
CODE **BU4075**

- Fahrt im modernen Fernreisebus
- Inklusiv-Leistungen im Bus (täglich Mittagsimbiss inklusive einem Kaltgetränk und unbegrenzter Kaffee Genuss auf der Fahrt)
- Fährüberfahrten Kiel – Oslo – Kiel
- 2x Übernachtung in 2-Bett-Innenkabine mit DU/WC
- 6x Übernachtung mit Halbpension in landestypischen Hotels der gehobenen Mittelklasse
- Komfortable Zimmer mit Dusche oder Bad/WC, Sat-TV, Telefon
- 8x Frühstücksbuffet
- **Ausflugsprogramm:**
 - Stadtführung Oslo
 - Stadtführung Bergen
 - Zugfahrt mit der Bergenbahn von Geilo nach Myrdal inklusive Reservierung (2. Klasse)
 - Bootsfahrt Nærøfjord Flåm – Gudvangen
 - Flåmbahnfahrt Myrdal – Flåm
 - Bootsfahrt ab/bis Geiranger
 - Eintritt Norwegisches Fjordcenter, Geiranger
 - Zugfahrt mit der Raumabahn von Åndalsnes nach Dombås (2. Klasse)
 - tägliche Besichtigungen
 - herrliche Panoramafahrten
- Inkludierte Eintritte: alle Eintritte während der Rundreise laut Programmausschreibung
- reisewelt-Reiseleitung durch Reinhard Väth von Anfang an

GUTE GRÜNDE FÜR DIESE REISE:

- ✓ *Erleben Sie Norwegen auf dem Landweg, per Zug und vom Wasser aus, und entdecken Sie die grandiose Vielfalt dieses faszinierenden Landes*
- ✓ *Select-Reise von reisewelt für besonders hohen Komfort: täglicher Mittagsimbiss und unbegrenzter Kaffee Genuss auf der Fahrt*
- ✓ *Ausgewogenes Programm mit vielen landschaftlichen Highlights und wunderschönen Städten wie Oslo und Bergen*

05.06. – 13.06.2024

9 Tage

DURCHFÜHRUNGSGARANTIE

Einzelzimmerzuschlag: € 650,-

Wunschleistung: Aufpreis Außenkabine auf Anfrage

Unser **FRÜHBUCHER-PREIS** bis 29.02.2024 –
jetzt buchen und **€ 50,- p. P. sparen!**

„Ich freue mich auf Sie!“ Ihr Reinhard Väth

Telefon: 06655 9609-0

reisewelt Teiser & Hüter GmbH

Fuldaer Str. 2 | 36119 Neuhof

www.reisewelt-neuhof.de

Neues Programm

Theologische Bildung in Fulda



Der Rektor der Theologischen Fakultät, Prof. Dr. Cornelius Roth (links) und Dr. Marco Bonacker, Leiter der Abteilung Bildung und Kultur im Bischöflichen Generalvikariat, stellen das gemeinsame Programm vor. Foto: privat

Fulda. Das Dezernat Theologische Bildung des Bischöflichen Generalvikariats und die Theologische Fakultät Fulda mit ihrer Bibliothek haben nun ein gemeinsames Halbjahresprogramm vorgestellt. Ihr Ziel: Fulda als Ort theologischer Diskurse zu stärken. „Theologie ins Gespräch bringen und gemeinsam den Bildungsstandort Fulda stärken, das haben wir uns zum Ziel gesetzt“, macht Dr. Marco Bonacker, Leiter der Abteilung Bildung und Kultur im Bischöflichen Generalvikariat, deutlich. Eine Arbeitsgruppe der beiden Kooperationspartner habe in den vergangenen Monaten ein vielfältiges und qualitativ hochwertiges Programm zusammengestellt, das Veranstaltungen zur theologisch-historischen Bildung und auch theologisch hochaktuelle Fragen behandelt, so Bonacker. Der Rektor der Theologischen Fakultät, Prof. Dr. Cornelius Roth, betont: „Die Theologische Fakultät will zusammen mit der Bibliothek noch stärker als bisher alle Menschen der Stadtgesellschaft einladen, sich mit historischen und theologischen Themen zu be-

schäftigen und auseinanderzusetzen und freut sich in diesem Zusammenhang über die vertiefte Kooperation mit dem Dezernat Theologische Bildung des Bistums.“ Das Programm solle zum theologischen Diskurs anregen und möglichst viele Menschen mit verschiedenen historischen und theologischen Themen in Berührung bringen, betonen Bonacker und Roth. Es umfasst etwa die Reihe der Schlaglichter, die von Bibliotheksdirektorin Dr. Alessandra Sorbello Staub verantwortet wird, ebenso wie einen Vortrag von Prof. Dr. Christian Ilies zum 300. Geburtstag von Immanuel Kant. Die Veranstaltungsreihe des Kontaktstudiums beschäftigt sich darüber hinaus mit dem Thema Suizid. Dabei sollen ethische, medizinische, psychologische und biblische Perspektiven auf dieses Thema vorgestellt werden. Der Programmflyer umfasst den Zeitraum Januar bis Juni 2024. Er kann per E-Mail unter bildung@bistum-fulda.de bestellt werden. Zudem liegt er an vielen Orten in Fulda aus, etwa im Dom und in der Stadtpfarrkirche.

Jubel-Konfirmationen

Evangelische Kirchengemeinde Mottgers-Weichersbach-Schwarzenfels

Sinntal. Am Sonntag, 28. April um 10 Uhr lädt die evangelische Kirchengemeinde Mottgers-Weichersbach-Schwarzenfels die Jubel-Konfirmandinnen und Konfirmanden der Jahre 1974, 1964, 1959, 1954 und 1949 zur Feier der Goldenen-, Diamanten-, Eisernen-, Gnaden- und Kronjuwelen-Konfirmation in die Kirche nach Mottgers ein. Bitte leiten Sie diese Einladung auch in Ihrem Jahrgang weiter: eine persönliche Einladung erfolgt nicht und eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Falls der

Wunsch zu einem gemütlichen Beisammensein im Anschluss bei den einzelnen Jahrgängen besteht, bittet die Kirchengemeinde dies in der jeweiligen Gruppe zu organisieren. Die Kirchengemeinde freut sich auf einen Gottesdienst voller Erinnerungen, alten und neuen Freundinnen und Freuden, Musik, Fröhlichkeit und ganz viel Segen. Die Silberkonfirmation des Jahrgangs 1999 findet am 29. September in Schwarzenfels statt.

Zum Narrenumzug anmelden

Schlüchtern. Der Schlüchterner Carneval-Club „Die Spätzünder“ (SCC) veranstaltet auch in diesem Jahr am Fastnachts-sonntag, 11. Februar, wieder einen großen Narrenzug durch die Straßen der Stadt. Start ist traditionell um 14.01 Uhr im Bereich Alte Bahnhofstraße/Höbäckeweg. Anschließend nimmt der Lindwurm wie schon im vergangenen Jahr wegen der Baustelle auf dem Rathausplatz eine geänderte Route. Diese führt über die Abschnitte Alte Bahnhofstraße, Unter den Linden, Schloss-, Lotichius-, Breitenbacher- und Obertorstraße wiederum in die Schlosstraße. Der Zug endet vor der Stadthalle, in der anschließend eine große After-Zug-Party stattfindet. Sprecherwagen befinden sich im Bereich Unter den Linden/Obertorstraße sowie Obertor-/Poststraße. Florian Jost von der Zugleitung weist darauf hin, dass es in diesem Jahr Änderungen bei der Umzugsordnung gibt. So hat der SCC die Auflage bekommen, dass jeder Faschingswagen vorab vom TÜV Hessen abgenommen werden muss. Dafür gibt es einen gemeinsamen Termin Ende Januar. Details und das Anmeldeformular sind abrufbar unter www.scc-spätzünder.de.

Herbert Motten
Ihr Partner rund ums Holz

JETZT NEU: AKUSTIKPANEELE
TÜREN | BAUHOZ | FUSSBÖDEN
HOBELWARE | PLATTEN

TH. HERBERT GMBH & CO. KG
Fuldaer Str. 14 | 97786 Motten
Tel. 097 48/9119-0 | herbert-motten.de

Blutspende

Steinau. Das DRK ruft dazu auf mit guter Tat ins neue Jahr zu starten. Nächster Termin ist am Dienstag, 30. Januar, von 15.30 bis 20 Uhr in der Großsporthalle, Am Steines in Steinau. Alle Termine und weitere Informationen unter www.blutspende.de oder unter 0800 11 949 11. Jetzt Blutspendertermin online reservieren unter www.blutspende.de/termine

Sannerz Helau

Sinntal. Am Samstag, 27. Januar wird es in Sannerz im Sportlerheim närrisch. Los geht's ab 15.11 Uhr mit dem Kinderfasching. Ab 16.11 Uhr ist der „bunte“ Trainingsauftakt der SG Sterbfritz-Sannerz, ab 19.11 Uhr startet der Kappenabend. Den Gästen, gerne kostümiert, wird neben stimmungsvoller Musik auch ein närrisches Programm geboten. Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt.

Hilfe im Notfall

Polizei 110 · Feuerwehr 112 · Rettungsdienst 112
Giftnotruf (061 31) 19240

Altkreis Schlüchtern

20. bis 26. Januar 2024

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 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 Feier- 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 zwischen 8.30 und 9.00 Uhr.

- 20.01.24:

 - Sprudel-Apotheke**, Bad Soden-Salmünster
Romthaler Str.12 **[0 60 56] 12 95**
- 21.01.24:

 - Alte Apotheke**, Flieden
Schlüchterner Str. 2..... **[0 66 55] 42 42**
- 22.01.24:

 - Bergwinkel-Apotheke**, Schlüchtern
Grabenstr. 1 a..... **[0 66 61] 20 20**
- 23.01.24:

 - Engel-Apotheke**, Bad Soden-Salmünster
Bad Sodener Str. 2a **[0 60 56] 83 09**
- 24.01.24:

 - Einhorn-Apotheke**, Sinntal
Schlüchterner Str. 9..... **[0 66 64] 2 08**
- 25.01.24:

 - Apotheke am Schloss**, Birstein
Schlossstraße 10..... **[0 60 54] 63 71**
- 26.01.24:

 - Alte Apotheke**, Flieden
Schlüchterner Str. 2..... **[0 66 55] 42 42**

HERSTELLER MESSETAGE!

ZUSÄTZLICH BERATERTAGE

18. Januar DONNERSTAG	19. Januar FREITAG	20. Januar SAMSTAG
LÄNGER SHOPPEN 10–20 UHR		LÄNGER SHOPPEN 10–20 UHR

40%

AUF ALLE AKTIONSPREISE A)

Gilt auf alle mit „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel mit Kundenkarte

hülsta

ruf BETTEN

THIELEMEYER
Markenmöbel aus Westenhofen

Heidelberger
BETTWERKE

NEFF

himolla

JETTE HOME

ALNO

Berndes

GRAY & JONES

Paul Neubaus
LIGHTS FOR LIVING

ESPRIT home

Villeroy & Boch

SWTCH

breckle

medium

SKACEN BEDS

NATUZZI

nobilis

“HUKLA”
So will ich leben

wohnwert

emsa

fan
frankentisch schlafkonfort

BLANCO

schlafgut

ESTELLA

PELLIG
TEPPICHE

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

A) Im Möbelhaus gewährt Ihnen Höffner nach Vorlage Ihrer Höffner Kundenkarte auf alle als „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel 40% Rabatt auf den am Artikel ausgezeichneten „Preis ohne Kundenkarte“. Alle in Anzeigen und Prospekten angegebenen Preise sind Endpreise, die etwaige Rabatte und Aktionsvorteile bereits beinhalten. Insgesamt nehmen mindestens 20.000 Artikel an der Aktion teil. Keine Barauszahlung. Gültig für Neukäufe. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. In zeitlich befristeten Aktionen sind höhere Kundenkartenrabatte möglich.

Schüler entdecken den Süden Englands

Sprachfahrt des Ulrich-von-Hutten-Gymnasium

Schlüchtern. Nach drei Jahren Pandemie bedingter Pause konnte zum zweiten Mal die England-Sprachfahrt für 50 Schülerinnen und Schüler der Jahrgänge 9 und 10 des Ulrich-von-Hutten-Gymnasiums (UvH) stattfinden. Das ganze Projekt wurde initiiert von Herrn Brasch und des Weiteren begleitet von den Lehrkräften Herrn Ickes, Frau Hebenstreit und Frau Pfeifer. Herr Brasch und Herr Ickes leiteten eine die Sprachfahrt vor- und nachbereitende AG. Am frühen Montag, den 30. Oktober, ging es mit dem Bus los. Aufgrund des Schlüchterner Kalten Marktes stiegen die Schüler auf dem ehemaligen Norma-Parkplatz ein und konnten noch lange genug ausschlafen, bis es nach etlichen Kilometern, vier Ländern und vielen Pausen von Calais in Frankreich aus mit der Fähre weiterging. In Dover, GB, angekommen, ging es mit dem Bus gleich weiter, welcher sich durch viele enge englische Küstenstraßen schlängeln musste bis zum Zielort Eastbourne. Die Schüler wurden noch abends in Paaren auf die jeweiligen Gastfamilien verteilt und hatten so noch Zeit, sich mit den englischen Familienmitgliedern einzufinden und zu unterhalten. Am nächsten Tag stand ein Tagestrip zur Nachbarstadt Brighton an, welcher mit einem Besuch im Sea Life begann, dem ältesten noch aktiven Aquarium der Welt. Nach längerer Freizeit in der Stadt



Die Schüler am Eastbourne Educational Centre.

fand eine Führung durch zwei „local guides“ statt, in welcher man viel Wissenswertes über die Geschichte des Ortes erfahren konnte. Am Mittwoch startete der Englischunterricht durch vier „native speaker“ am Eastbourne Educational Centre, ebenfalls in mehrere Kleingruppen aufgeteilt. Am Tag vor der Abreise war ein Ausflug nach London geplant. Doch schon am Vortag sah es brenzlich aus – der Sturm Ciarán trieb sein Unwesen, von welchem man bereits einiges in den Nachrichten gehört hatte. Nach aufwendiger Korrespondenz mit vielen verschiedenen Parteien wurde dem Lehrerteam um Herrn Brasch die Entscheidung dadurch abgenommen, dass die Züge nach London aufgrund des Sturmes am Donnerstagmorgen gestrichen wurden. Dadurch ließ sich die Reisegruppe aber nicht klein kriegen und die Leitung zog „Plan B“: eine weitere dreistündige Unterrichtseinheit im Educa-

tional Centre sowie einen Bowling-Nachmittag, was sich als positive Alternative und Notlösung erwies. Neben dem Bowlen konnten alle ihre Wurfkünste unter Beweis stellen, aber auch im direkt anliegenden Casino die letzten Pfund verspielen. Am Abreisetag fand schließlich das letzte Mal Unterricht (9.00 bis 12.00) statt und ebenso die Aushändigung von entsprechenden Sprachzertifikaten für alle Schüler. Zum Abschied wurde noch ein Gruppenfoto vor der Schule gemacht; so wie es dort auch schon seit vielen Jahren Tradition ist bei Schülergruppen aus aller Welt. Elisa Mika, 10c, über den Unterricht: „Wir waren in vier Gruppen mit jeweils 12-13 Schülern pro Raum eingeteilt. Die drei Lehrerinnen und ein Lehrer wechselten jede Stunde die Klasse, sodass es einen abwechslungsreichen Schultag ergab. Die Methoden waren außerdem offener und spielerischer als die gewohn-

ten. Dank der Kleingruppen hatte jeder die Chance, sich zu beteiligen und sein English einzusetzen. Es wurde alles an Übungen eingesetzt: Hören, Lesen und Verstehen, Schreiben und Beschreiben, Sprechen, Präsentieren und Vorspielen (Minitheater). Jeder Lehrer setzte seine Schwerpunkte anders, von Aussprache über Ausdrucksweise zu Mimik und Körpersprache. Wichtig war nur die Freude oder zumindest Bereitschaft zu lernen, but ‘of course’, ‘in English, please!’“ Nach ausgiebigem Shoppen, Souvenirjagen sowie Verköstigung stand die Heimfahrt an: noch immer war der Sturm präsent, weshalb die Busfahrt entlang der Küste bei starkem Wind und Regen langsamer verlief und auch die Fähre zurück (dieses Mal Dover – Dunkerque) zwei Stunden Verspätung hatte. Eine lange Nachtfahrt folgte und die Schüler kamen am Samstag um 7.30 am Ausgangsort an, wo die Eltern schon auf sie warteten.

Die Sprachfahrt war im Großen und Ganzen ein gelungenes Projekt, das vielen Schülern die Möglichkeit bot, erste Erfahrungen und Kontakte mit der englischen Sprache, Kultur und Landeskunde auf englischem Boden zu machen. Mit Aufsicht auf viele weitere Fahrten war diese ein Startschuss nach der langen Pause, welche als wunderbare Gelegenheit von allen wahrgenommen und erlebt wurde. Die 50 beteiligten Schüler und Schülerinnen bedankten sich ganz herzlich bei Herrn Brasch und Herrn Ickes sowie Frau Pfeifer und Frau Hebenstreit für die Organisation und Durchführung dieser gelungenen Sprachfahrt. Claudius Brasch brachte das Projekt wieder ins Rollen und wirkte als Urheber, Organisator und hauptverantwortliche Kraft der gesamten Englandfahrt. Die Planungen für die nächste Sprachfahrt im September 2024 sind bereits in vollem Gange. Schließlich möchte man neben dem lockeren Mario Dallagrazia am Steuer besonders dem Förderverein der Schule seinen Dank aussprechen, welcher mit einem großzügigen Zuschuss die Kosten für den fremdsprachlichen Unterricht vor Ort trug. Die vier englischen Sprachlehrer, aber auch Jill und Tony seitens der englischen Agentur, gaben sich viel Mühe und waren, so die Rückmeldung an die UvH-Lehrer, angetan von der Leistungsbereitschaft und dem sprachlichen Können der UvH-Schüler.

IMPRESSUM

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

Verleger: Oliver Naumann,
Ehrhard Naumann
Geschäftsführer: Oliver Naumann,
Jochen Grossmann
Chefredakteur: Thomas Welz
Anzeigen/Key-Account: Johanna 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 gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 37/50.
Der Mittelhessen-Bote erscheint mit den Regionalausgaben Gelnhäuser Bote, Hanauer Bote, Maintaler Bote, Langenselbolder Bote, Schlüchterner Bote, Fuldaer Land-Bote, Wetterauer Wochen-Bote, Büdinger 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; Biebergemünd – Wochenblatt Biebergemünd.
Auflage: 308.360.
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.

2024

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

Mittelhessen-Bote
Partner der Vereine

Medizin

Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

Wenn der Schmerz in den Gelenken sitzt



Dagegen können Sie etwas tun!

Gelenkschmerzen können Betroffenen das Leben schwer machen. Millionen Deutsche kennen dieses regelmäßige Leiden. Doch ein spezielles Arzneimittel überzeugt zahlreiche Schmerzgeplagte: Rubaxx (Apotheke) ist wirksam bei rheumatischen Gelenkschmerzen, dabei aber sanft zum Körper.

Gelenkschmerzen sind weit verbreitet. Etwa 20 Millionen Deutsche leiden an Kniebeschwerden. Auch andere Gelenke wie Hüfte, Schulter oder Finger bereiten vielen Probleme. Mittlerweile vertrauen zahlreiche Betroffene auf spe-

zielle Arzneitropfen namens Rubaxx. Das Besondere darin: der natürliche Arzneistoff T. quercifolium, der wirksam bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Knochen ist.

Wirksam gegen Schmerzen, sanft zum Körper

Die Arzneitropfen Rubaxx bieten Betroffenen Wirksamkeit kombiniert mit guter Verträglichkeit. Denn ihr Arzneistoff wirkt schmerzlindernd, ist dabei aber sanft zum Körper. Die typischen schweren Nebenwirkungen wie Magengeschwüre oder Herzbeschwerden sind nicht bekannt, Wechselwir-

kungen mit anderen Arzneimitteln ebenfalls nicht.

Wirkung ohne Umwege

Dank der Tropfenform kann der Wirkstoff in Rubaxx direkt über die Schleimhäute aufgenommen werden und seine schmerzlindernde Wirkung ohne Umwege entfalten – im Gegensatz zu Tabletten, die erst im Magen zersetzt werden müssen. Ein weiterer Pluspunkt der Tropfen: Betroffene können

Starkes Duo bei rheumatischen Gelenkschmerzen

Mit den Arzneitropfen von Rubaxx bekämpfen Sie Ihre rheumatischen Gelenkschmerzen von innen heraus. Bei akut schmerzenden Gelenken empfiehlt sich jedoch eine zusätzliche Behandlung mit dem Rubaxx Schmerzgel zur äußeren Anwendung. Dieses kann direkt auf das betroffene Gelenk aufgetragen werden und somit seine Wirkung unmittelbar an der schmerzenden Stelle entfalten.

nommen werden und seine schmerzlindernde Wirkung ohne Umwege entfalten – im Gegensatz zu Tabletten, die erst im Magen zersetzt werden müssen. Ein weiterer Pluspunkt der Tropfen: Betroffene können

Rubaxx je nach Stärke ihrer Schmerzen individuell dosieren.

Fazit: Überzeugen auch Sie sich von Rubaxx, die Nr. 1* Arzneitropfen bei rheumatischen Schmerzen in Deutschland.

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx
(PZN 13588561)

www.rubaxx.de

Cellulite, Falten, schlaffe Haut?

Dieses Arzneimittel hilft von innen!

Oft stehen wir Frauen vor einem scheinbar unlösbaren Problem: Wie werde ich die schlaffe Haut, die lästigen Dellen und Falten los? Diese unschönen Erscheinungen entstehen durch ein schwaches Bindegewebe, also von innen.

Wissenschaftlern ist es gelungen, ein Arzneimittel mit einem dualen Wirkstoffkomplex zu entwickeln (Revoten Tabletten, rezeptfrei, Apotheke), der von innen wirkt! Die zwei enthaltenen natürlichen Arzneistoffe dienen laut den Ergebnissen der Arzneiprüfungen und der Pharmakologie als Anregungs- sowie Heilmittel für die nachlassenden Stoffwechselvorgänge im Bindegewebe.

So können unschöne Anzeichen von Bindegewebsschwäche wie schlaffe Haut und Cellulite natürlich von innen bekämpft werden.

Für Ihre Apotheke:

Revoten Tabletten
(PZN 18405588)

www.revoten.de

REVOTEN. Wirkstoffe: Acidum silicicum Trit. D4, Calcium carbonicum Hahnemann Trit. D4. Die Anwendungsgebiete entsprechen den homöopathischen Arzneimittelbildern. Dazu gehört: Bindegewebsschwäche. www.revoten.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • Remitan GmbH, 82166 Gräfelfing

*Arzneitropfen bei rheumatischen Schmerzen; Absatz nach Packungen, Quelle: Insight Health, MAT 06/23 • Abbildungen Betroffenen nachempfunden
RUBAXX. Wirkstoff: Rhus toxicodendron D1. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. • RUBAXX SCHMERZGEL. Wirkstoff: Rhus toxicodendron D1. 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 Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Reli- gions- wissen- schaftler	Abk.: habili- tatus	ältere physik. Energie- einheit	▼	latei- nisch: Mensch, Mann	Lehre vom Licht	veraltet: Schul- haus- meister	▼	Nord- germane, Normanne	▼	mit ... und Klang	Haupt- stadt der Türkei	▼	griech. Göttin d. Acker- baus	▼	Unterlage für die PC-Maus (Kurz w.)	franz.- belg. Fluss zur Nordsee	▼
►	▼	▼			▼			Kennziffer für jedes Buch (Abk.)	►	▼			Helden- gedicht	►	▼		
ein Kör- per- teil	►			Republik China		österr. Klein- gewicht	►				Fluss zur Volga	►				Wahl- zettel- kasten	
►				▼		Deck- schicht		alt- perua- nischer Adliger	►				Tonart	►		▼	
Götze, Idol		Schuh- macher- werkzeug	►	Moor- bad in Bayern (Bad ...)			▼				Wahl- übung im Sport	▼	Sport- gerät der Werfer	▼	dt. Schrift- stellerin (Luise) † 2002		Hoheits- zeichen
►		▼						Staat in West- afrika	▼	Truppen- unter- kunft	►		▼			▼	
med.: Schlüssel- bein (veraltet)	kommen- tieren, fest- stellen		waden- lange Kleidung		Gesichts- ausdruck	spött.: schöner Mann (frz.)	►					Stück Kautabak	►				
Universi- tät, Hoch- schule (2 Wörter)	►	▼	▼		▼					Wund- starr- krampf	▼	aktualisierte Computer- software (engl.)	▼	süddt.: Junge		weibl. Vorname	
►						Ge- steins- art	▼	Beküm- mertheit	►			▼		▼		▼	
nicht überein- stim- mend		ugs.: heran		US-Prä- sident (1969- 1974) †		franz. Schrift- steller (André) †	►				zimper- lich, spröde	►					
an etwas zurück- denken (sich ...)	►	▼		▼				Fahrrad mit Hilfs- motor			Zahl- wort	▼	Teil der Schiffs- takelung	►			
Bast- faser, China- gras	►					verwe- sender Tier- körper		poet.: Sage, Kunde	►				AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS ■ H ■ P ■ V ■ ■ ■ F ■ I ■ ■ ■ ■ ■ R ■ T ■ M ■ S ■ S ■ E ■ ■ U ■ N ■ A ■ ■ S ■ U ■ E ■ S ■ ■ D ■ R ■ A ■ N ■ K ■ R ■ O ■ N ■ E ■ R ■ B ■ E ■ D ■ I ■ A ■ ■ L ■ U ■ S ■ T ■ L ■ O ■ S ■ F ■ R ■ A ■ ■ N ■ A ■ G ■ E ■ L ■ ■ F ■ I ■ N ■ C ■ A ■ ■ N ■ F ■ U ■ A ■ D ■ H ■ A ■ ■ A ■ ■ C ■ A ■ ■ S ■ T ■ R ■ A ■ H ■ L ■ D ■ E ■ K ■ R ■ E ■ T ■ ■ K ■ A ■ R ■ D ■ I ■ O ■ T ■ P ■ A ■ R ■ I ■ A ■ R ■ ■ ■ P ■ A ■ R ■ A ■ ■ N ■ L ■ A ■ R ■ A ■ ■ M ■ I ■ E ■ N ■ ■ N ■ K ■ A ■ R ■ E ■ L ■ K ■ ■ K ■ M ■ I ■ A ■ U ■ ■ P ■ E ■ N ■ N ■ I ■ I ■ B ■ A ■ D ■ E ■ W ■ A ■ N ■ N ■ ■ L ■ ■ A ■ ■ S ■ T ■ I ■ L ■ O ■ ■ ■ N ■ E ■ I ■ D ■ ■ R ■ U ■ H ■ R ■ P ■ O ■ T ■ T ■ U ■ G ■ L ■ I ■ ■ R ■ E ■ U ■ S ■ R ■ I ■ V ■ E ■ R ■ I ■ S ■ ■ A ■ R ■ T ■ E ■ R ■ I ■ E ■ T ■ A ■ N ■ D ■ ■ L ■ A ■ H ■ N ■ P ■ R ■ U ■ E ■ F ■ E ■ N ■				
US-Gold- schatz- depot (Fort ...)	►				weibl. Vorname												
Unheil ver- künden		nord- franz. Stadt	►			Ent- deckung, Aus- grabung	►										
►					Verkehrs- weg	►						1262					

„Die Küchenbrigade“ im Kirchen-Kino Altengronau

Sinntal. Die ebenso begnadete wie streitbare Köchin Cathy Marie ist Chefin in einem Sternelokal und steht kurz davor, ihren Traum eines eigenen Restaurants zu verwirklichen. Doch dann legt sie sich einmal zu viel mit ihrer Chefin an und findet sich plötzlich ohne Job und in ernsten finanziellen Schwierigkeiten wieder. So ist sie gezwungen zu nehmen, was da ist: Kantinenköchin in einem Heim für unbegleitete minderjährige Flüchtlinge. Dort gerät sie in die kulinarische Hölle: Dosenravioli, Mikrowelle und eine eher ahnungslose, allerdings hochmotivierte Küchenbrigade aus Heimbewohnern. Ihr Traum scheint in weite Ferne gerückt. Der französische Spielfilm „Die Küchenbrigade“ wird am Freitag, 26. Januar um 19.30 Uhr in der Evangelischen Kirche Altengronau gezeigt, empfohlen ab 14 Jahren. Der Eintritt ist frei, um eine Spende für die weitere Dachsanierung bittet der Förderverein der Altengronauer Kirche.

Versammlung des Männerchor „Sangeslust“ Altengronau

Sinntal. Der Männerchor „Sangeslust“ Altengronau lädt für Donnerstag, 25. Januar um 19.30 Uhr alle Mitglieder zur Jahreshauptversammlung ins Clubheim des FV Viktoria Altengronau ein. Auf der Tagesordnung stehen unter anderem die Berichte des 1. Vorsitzenden und des 1. Kassierers, Vorhabenplanung 2024, sowie Neuwahlen des gesamten Vorstandes.

Infoabend der Stadtschule Schlüchtern

Schlüchtern. Sicherlich ist die Entscheidung für eine weiterführende Schule, die Ihr Kind ab dem Sommer 2024 besuchen soll, nicht einfach. Darüberhinaus veranstalten alle weiterführenden Schulen ihren „Tag der offenen Tür“, an dem man erste Eindrücke über die Gebäude, die Ausstattungen und natürlich auch die pädagogischen Inhalte der Schulen bekommen kann. Der „Tag der offenen Tür“ der Stadtschule war am 1. Dezember und sehr gut besucht. Zusätzlich lädt die Schule zu einem Infoabend in das Forum der Stadtschule am Dienstag, 6. Februar, 19 Uhr ein, um noch einmal ganz speziell auf Ihre Fragen und benötigten Informationen zum Übergang Ihres Kindes in die Stadtschule einzugehen. Die Schule stellt ihr Motto, die Schulformen, die Themenklassen (Musik, Sport, Kunst, FSA/ Pilotklassen), die Rhythmisierung, ihr Ganztagsangebot, die Lernzeit und Projektarbeit und vieles mehr, vor. Sie stellen Ihre Fragen, die Stadtschule wird antworten.

ANZEIGE

Empfehlung der Woche bei brüchigen Nägeln

Neben äußeren Pflegemaßnahmen auch auf die Nährstoff-Versorgung achten!



Gepflegte Fingernägel sind ein wichtiger Teil eines schönen Äußeren. Leider sind sie oft trocken, spröde und brechen ab oder reißen ein. Der Wunsch nach festen Nägeln muss aber nicht unerfüllt bleiben...

Der Erhalt schöner Nägel kann durchaus zur Herausforderung werden. Vor allem wenn sie bereits von Natur aus spröde sind. Gleichzeitig können auch äußere Umstände wie häufiges Händewaschen, der Kontakt mit Putzmitteln oder die trockene Heizungsluft im Winter dazu beitragen, dass sie weniger Was-

ser binden, zwangsläufig trockener werden und abbrechen bzw. einreißen. Wir haben uns angesehen, was man für feste Nägel tun kann.

Sofortmaßnahme

Als erste Sofortmaßnahme kann es helfen, die Hände und speziell die Nägel mittels geeigneter Cremes zu pflegen. Sie versorgen die spröden Nägel mit Feuchtigkeit von außen und bewahren auch die Nagelhaut vor dem Einreißen. Auch ein Ölbad (Finger etwa 10 Minuten in lauwarmem Olivenöl „baden“) kann dabei helfen.

Langfristige Ergebnisse

Wichtig zu wissen ist jedoch: Sowohl beim Eincremen als auch bei einem Fingerbad werden die Nägel nur kurzfristig mit der nötigen Feuchtigkeit versorgt. Um stattdessen langfristig sichtbare Ergebnisse zu erzielen, sollte man im Inneren des Körpers ansetzen – und zwar bei der Nährstoffversorgung. Führen wir unserem Körper nämlich die richtigen Nährstoffe zu, werden diese über die Blutbahn direkt zu den Nagelwurzeln transportiert, wo sie die Struktur und den Nagelaufbau unterstützen. Bei regelmäßiger Einnahme

tragen sie so dazu bei, dass der Nagel beim Nachwachsen weniger spröde ist und sich eine feste Nagelplatte bildet.

Kraftstoffe für die Nägel

Eine besonders wichtige Rolle spielt hier MSM (ein organischer Schwefel). Er stärkt die schützende Keratin-Schicht der Nagelplatte. In diesem Zusammenhang ist auch die Zufuhr von Biotin sinnvoll, da es den Keratin-Anteil im Körper erhöht, der die Nägel festigt. Nicht zuletzt brauchen feste Nägel auch Silizium (in großen Mengen etwa in der Goldhirse enthalten). Dieses wirkt im Körper – und somit auch in den Nägeln – als wichtiger Feuchtigkeitsspeicher, wodurch die Nägel nicht mehr so leicht spröde werden.

Sinnvolle Dosierung

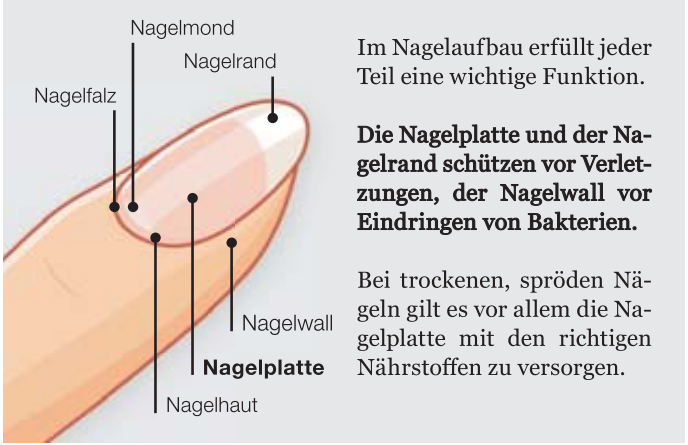
In idealer Kombination vereint finden sich all diese Wirkstoffe in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten. Das hochwertige Präparat kommt aus Österreich und ist dort bereits seit Jahren das meistgekaufte Produkt für feste Nägel.* Seit einiger Zeit ist es nun auch in Deutschland erhältlich und überzeugt Anwender mit sichtbaren Ergebnissen. Wie alle Produkte der führenden österreichischen Apothekenmarke Dr. Böhm® wird auch Haut Haare Nägel unter höchsten Arzneimittelstandards produziert – keine Selbstverständlichkeit für ein Nahrungsergänzungsmittel.

Tipp:

Da Nägel normalerweise nur zwischen 0,5 und 1,2 mm pro Woche wachsen, ist eine kurmäßige Einnahme über einen längeren Zeitraum sinnvoll.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel IT IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 10/2023.

Aufbau eines Fingernagels



Jetzt überzeugen!



Dr. Böhm® Haut Haare Nägel

- ✓ Silizium aus der Goldhirse als Feuchtigkeitsspeicher für die Nägel
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM) + Biotin für bruchfeste Nägel
- ✓ Sicht- und spürbare Ergebnisse

Bestehen Sie auf das Original! Falls nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Haut Haare Nägel gerne für Sie. **PZN: 15390975**

Auch Königinnen besuchen den hessischen Imkertag

Imkerverein Schlüchtern und Bergwinkel-Werkstätten richten Veranstaltung aus

Schlüchtern. Naturnähe und verschiedene regionale Initiativen zum Schutz der Umwelt und zum Erhalt der Artenvielfalt gehören zum Leben im Schlüchterner Land. Zum Beispiel gibt es dort viele aktive Hobby-Imkerinnen und Hobby-Imker. Diese bereiten zurzeit eine besondere Veranstaltung vor: Der Landesverband hessischer Imker wird am Sonntag, 17. März, seinen 54. Imkertag in Schlüchtern ausrichten – mit Unterstützung des örtlichen Imkervereins und der Bergwinkel-Werkstätten des BWMK.

Ein aktives Vereinsleben und großes Interesse an Bienenzucht in Zusammenhang mit Umwelt, Natur und Ökosystemen kennzeichnet den Imkerverein Schlüchtern. Daher hatte sich der Verein angeboten, den 54. Hessischen Imkertag zu veranstalten und dazu auch die Bergwinkel-Werkstätten ins Boot zu holen. Die Bergwinkel-Werkstätten gehören zur BWMK gGmbH (Behinderten Werk Main-Kinzig) und bieten



Im Frühjahr werden auch im Bergwinkel die ersten Honigbienen ausschwärmen. Die Temperaturen müssen dazu über zwölf Grad Celsius klettern.

Menschen mit Behinderungen Arbeit und Qualifizierung in der Holzverarbeitung und Montage. „Wir haben uns insbesondere mit der Herstellung qualitativ hochwertigen Imkereizubehörs einen Namen gemacht“, so Projektleiter Volker Röll. Die Bienenkästen, Rahmen, Zargen und ähnlichen Utensilien unter dem Namen „Bergwinkel-Imkereibedarf“ werden europaweit vertrieben.

Dieses Jahr wird die Verkaufsmesse mit dem hessischen Imkertag verbunden. Veranstaltungsort wird die Stadthalle Schlüchtern sein. Neben den Bergwinkel-Werkstätten werden auch andere Anbieter mit ihren Produkten vertreten sein – so etwa die Gärtnerei Immengarten, der Imkereibedarf „Die Biene“, das Imkergut „Cum Natura“, die Imkerei Eichholz aus Steinau und an-

dere mehr. „Wir sind den ganzen Tag von 10 bis 17 Uhr vertreten und bieten unsere Produkte an“, so Röll. Zur Eröffnung wird auch Schlüchterns Bürgermeister Matthias Möller sprechen, der zugleich Schirmherr der Veranstaltung ist. Das Programm sieht noch weitere Höhepunkte vor. So wird der Vorsitzende des Landesverbandes hessischer Imker, Oliver Lenz, verdiente Imker ehren und auch den Hessischen Züchterpreis verleihen. Auch Hoheiten werden erwartet: Die seitherige Honigkönigin Kathrin Dippel wird ihre Krone an Katharina Sperzel weitergeben. Zudem sind drei Fachvorträge geplant: Zur Verbreitung und Bekämpfung der Asiatischen Hornisse (*Vespa velutina*) in Hessen; sowie über die Vorkommen der *Vespa Velutina* an der Bergstraße. Überdies wird es um „Wege zu einer behandlungsfreien Imkerei“ gehen – hier insbesondere in Hinblick auf die Varroa-Milbe.

IHR TERMIN RICHTIG NOTIERT...

... auf einem Kalender des

DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN
ggnz & Co. KG

Sie erhalten ab sofort bei uns:

TISCHKALENDER UND WANDKALENDER IN UNTERSCHIEDLICHEN GRÖßEN
Pro Person werden im Kundencenter des Druck- und Pressehauses Naumann zwei Wandkalender kostenlos abgegeben. Weitere sind zum Stückpreis von 2,00 € erhältlich.

STREIFENKALENDER GROSS UND STREIFENKALENDER KOMPAKT MIT MONATLICHER ÜBERSICHT ...
... geben wir zum Preis von 9,90 € pro Stück ab.

Restposten 50% Preisnachlass

Wandkalender 100 x 70 cm 70 x 50 cm
Tischkalender DIN A4
Streifenkalender Groß 15 x 100 cm
Streifenkalender Kompakt 15 x 44 cm

PS: Selbstverständlich drucken wir auch Kalender mit Ihrem Firmenlogo. Unsere Druckereiverwaltung berät Sie gerne unter Telefon (06051)833 151. FRAGEN SIE NACH!

DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN
ggnz & Co. KG
63571 Gelnhausen | Gutenbergstraße 1 | www.gnz.de
Telefon: (06051)833 151 | E-Mail: Druckereiverwaltung@gnz.de

Fasching in Ahl

Bad Soden-Salmünster. Unter dem Motto: „Bad Ahl am See lässt’s wieder krachen!“ lädt der Kultur- und Heimatverein Ahl wieder zu zwei Faschingsveranstaltungen mit Live-Musik, Bütenreden, Gardetänzen und anderen Überraschungen ein. Sie finden statt am Freitag, 2. Februar und Samstag, 3. Februar, jeweils ab 19.39 Uhr im Bürgerhaus „Alte Schule Ahl“. Einlass ist jeweils ab 19 Uhr. Kartenvorverkauf für beide Veranstaltungen ist am Sonntag, 28. Januar, von 17 bis 18 Uhr im Feuerwehr-Gerätehaus Ahl. Von 16 bis 18 Uhr bietet die Feuerwehr Würstchen und Getränke vor dem Gerätehaus an.

Erinnerung an Mozart

Bad Soden-Salmünster. Konzerte des Südhessischen Kammerorchesters unter der Leitung von Musikdirektor Jaroslav Bilik anlässlich des Geburtstages von Wolfgang Amadeus Mozart finden in Bad Soden-Salmünster am 20. Januar um 15.30 Uhr und in Bad Orb am 21. Januar um 10.30 Uhr statt. Ausführende Künstler: MD Jaroslav Bilik Konzertmeister - 1. Geige, Anna Petrovets - 2. Geige, Ferdinand Pastorek - Viola, András Kováts - Violoncello, Nicole Basadore - Flöte, Irina Maurer - Klavier.

Glaubenstage werden fortgesetzt

Bad Soden-Salmünster. Im November 2022 fanden sogenannte Glaubenstage in der katholischen Pfarrgemeinde St. Peter und Paul Bad Soden-Salmünster statt. Diese werden am Wochenende 20./21. Januar fortgesetzt. Sie beginnen am Samstag, 20. Januar, um 19.15 Uhr im Maximilian-Kolbe mit einem „Let’s talk about“, in dem über Inhalte des Glaubenslebens gesprochen

wird. Anschließend folgt um 20.30 Uhr ein Lobpreisgottesdienst. Am Sonntag, 21. Januar, wird um 10.30 Uhr gemeinsam Gottesdienst in der Kirche St. Peter und Paul gefeiert, ehe die Möglichkeit zu Begegnung und Austausch im Joseph-Müller-Haus geboten wird. Die Pfarrgemeinde St. Peter und Paul Bad Soden-Salmünster lädt alle Interessierten herzlich ein.

WINTERAKTION

20%

RABATT AUF ALLE GLAS-TERRASSENDÄCHER

5%

MESSE-RABATT AUF DER BAUMESSE OFFENBACH 19. – 21.01.2024

20% RABATT

AUF ALLE GLAS-TERRASSENDÄCHER
BSP. PREMIUMLINE 5x3m

4.676€ inkl. 19% MwSt. **3.741€**

Schneelastzone 2 - 0,85kN/m²

Bei Vorlage dieser Beilage 20% in Ihrer Aylux Filiale sichern!

*gültig bis zum 06.02.2024 nur in der Filiale
*zzgl. Montagekosten
*nicht mit anderen Aktionen kombinierbar

- ✓ Persönliche Beratung
- ✓ Hochwertige Materialien
- ✓ Maßanfertigungen
- ✓ Schnelle Installation

Jetzt vor Ort erleben und sparen!

AYLUX FRANKFURT
★★★★★ 4.6
Assar-Gabrielsson-Str. 15
63128 Dietzenbach
Tel: +49 (0)6074 84 56 550
E-Mail: frankfurt@aylux.de
www.aylux.de

SCAN ME

Schluss mit dem Rauchen

Tricks machen den Erfolg wahrscheinlicher

Geld sparen, Treppen ohne Atemnot steigen, ein gutes Vorbild fürs Kind sein: Wer genau weiß, warum er oder sie mit dem Rauchen aufhören will, hat eine stärkere Motivation. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) rät daher: sich die persönlichen Gründe für den Rauchausstieg immer wieder vor Augen führen, am besten aufschreiben. Doch auch das stärkste Warum schützt nicht davor, dass ein Rauchstopp eine Herausforderung sein kann. Typische Fallstricke – und was dann wichtig ist: *Was mache ich, wenn ich jetzt unbedingt eine Zigarette rau-*

chen will? Stark bleiben, das ist nun das Motto. Dafür kann man den vier A-Tipps folgen, die die BZgA vorschlägt: – Aufschieben: Auch wenn es sich nicht so anfühlt – das Verlangen nach einer Zigarette lässt meist nach, oft schon nach 30 Sekunden bis drei Minuten. Eine Taktik, um Zeit verstreichen zu lassen: zehnmal tief ein- und ausatmen. – Ausweichen: „Willst du auch eine?“. Hilfreich ist, Situationen wie diesen vorausschauend aus dem Weg zu gehen, rät die BZgA. Wer dennoch bei Raucherpausen dabei sein will, kann offen mit dem eige-



Die letzte Kippe: Wer genau weiß, warum er mit dem Rauchen aufhören will, hat eine stärkere Motivation. Foto: Axel Heimken/dpa/dpa-mag

nen Rauchstopp umgehen und darum bitten, keine Zigarette angeboten zu bekommen. – Abhauen: Und wenn es kaum auszuhalten ist, in der Nähe von Rauchern zu sein? Dann rät die BZgA, sich für einen Moment zurückzuziehen. – Ablenken: Kleine, angenehme Tätigkeiten lenken vom Verlangen nach einer Zigarette ab. Wer Kaugummis oder gesunde Snacks wie Nüsse parat hat, beschäftigt den Mund – auch das ist Ablenkung. *Was mache ich, wenn ich doch eine geraucht habe?* Der bessere Umgang ist ein zweiter Anlauf. Aus dem

Scheitern kann man dem Psychotherapeuten Mykola Fink von der Schön Klinik Bad Bramstedt zufolge lernen – allerdings nur, wenn man eine ehrliche Analyse vornimmt. Dazu gehört, aufzudecken, warum man schwach geworden ist und Strategien zu entwickeln, wie sich das künftig vermeiden lässt. *Was mache ich, wenn mich ein Rauchstopp auf eigene Faust überfordert?* Dann können digitale Entwöhnungsprogramme einen Versuch wert sein. 14 von ihnen hat die Stiftung Warentest untersucht und drei mit der Note „gut“ bewertet („test“-Ausgabe

1/2024). Testsieger ist gleich zweimal der Anbieter Sanero Medical mit „Nichtraucherhelden“: einmal die Android-App (Note 1,8) und einmal das Webseiten-Programm (2,3). Außerdem die App von Smoke Free 23 (2,4). Die Testsieger-Apps setzen auf Methoden der kognitiven Verhaltenstherapie. Das heißt: Sie helfen dabei, die eigenen Gewohnheiten zu hinterfragen und durch neue zu ersetzen. Unterstützung gibt es auch über das BZgA-Beratungstelefon zur Rauchentwöhnung, das unter der Nummer 0800 8313131 erreichbar ist.

StellenMarkt

Stellengesuche

Suche Putzstelle für spät mittags 2-3h im Raum Hasselroth, Freigericht, Langenselbold, Neuberg, Hailer, Meerholz und Umgebung. Info unter ☎ 0152-28467700

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

Altenpflegerin mit Herz und viel Erfahrung sucht eine neue, seriöse Stelle als 24 Std. Senioren Betreuerin. ☎ 0159/01489862

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

Stellenangebote

Reinigungskraft für 2 Personenhaushalt in Rothenbergen, 3 Stunden je Woche, Bezahlung nach Vereinb. E-Mail: Gerkob@web.de

Stellenangebote

Arbeitest Du gerne am PC? Ja? Dann melde Dich bei uns. Wir suchen mehrere Mitarbeiter*innen für leichte Eingabe- u. Bearbeitungstätigkeiten am PC für unser Büro in Langenselbold (Laufnähe Bahnhof) : Minijob, Werkstudent, Vollzeit oder Teilzeit - Zeitrahmen MO bis FR zwischen 7 und 17 Uhr, verschiedene flexible Arbeitszeitmodelle sind möglich. ☎ 06184-9205-80, - Mail: ml@i-dms.de - InnoData GmbH - Der Bankendienstleister

Wer hilft uns bei der Hausarbeit, kochen, putzen, waschen usw. Wir bieten Ihnen eine Festanstellung an 2-3 Tagen mit 10-12 Stunden/Wo, mittags/nachmittags ab 13:00 Uhr in 63546 Hammersbach an. Leistungsgerechte Bezahlung mit allen Sozialleistungen sind selbstverständlich. Gerne auch Hilfe aus der Ukraine, 1 Zi-Wo. kann angemietet werden. Wir würden uns über einen Anruf von Ihnen unter ☎ 0170-7810528 freuen.

Rentner sucht Haushaltshilfe alle 2 Wochen für ca. 4 Stunden in GN-Meerholz ☎ 06051/69188

Stellenangebote

Betreuungspersonen im Kreis Hanau und MKK auf Honorarbasis gesucht. Auch perfekt für rüstige Vorrheiständler*innen oder Rentner*innen. Unterstützen Sie mit einer sinnvollen Tätigkeit unseren gemeinnützigen Verein und werden Kinderbetreuer*in, Seniorenbetreuer*in und /oder Haushaltshilfe, welcher zudem soziale Kontakte fördert und einen guten Stundenlohn beinhaltet. Kontakt : hanau@notmuetterdienst.de oder Betreuer:in beim NMD - soziale Nebentätigkeit mit Sinn (notmuetterdienst.de)

Büglern (m/w/d) gesucht. Vormittags 4-5 Std. Gute Deutschkenntnisse erwünscht, körperlich belastbar und teamfähig. Quereinsteiger willkommen. Reinigung Schulz, Linsengericht, ☎ 06051/71885

Schullandheim **Wegscheide** (Bad Orb) sucht **Reinigungskräfte / 13,20 €** **Küchenkräfte / 14,30 €** Infos unter www.wegscheide.org 0160/320 33 35

Gemeinnützige Wohnungsbau-Genossenschaft Wächtersbach eG



Unsere Genossenschaft wurde im Jahr 1949 gegründet und wir sind tätig im Sinne des Genossenschaftsgedankens. Aktuell verwalten und unterhalten wir 346 Wohn- und Gewerbeeinheiten im eigenen Bestand und bieten unseren Mitgliedern seit über 75 Jahren eine gute, sichere und sozialverantwortliche Wohnungsvergung.

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir zur Ergänzung unserer Verwaltung, unbefristet in Vollzeit (37 h/Woche) / Teilzeit (30 h/Woche), Arbeitszeit verteilt auf Montag bis Freitag, einen

Verwaltungsmitarbeiter / Immobilienkauffrau / -mann (w/m/d).

Eine ausführliche Stellenbeschreibung finden Sie auf unserer Homepage unter: <https://gewobau-waechtersbach.de>

Wir freuen uns auf Ihre vollständigen und aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen, mit Angabe Ihres möglichen Eintrittstermins, per E-Mail.

Kontakt:
An den Vorstand
grit.knoefel@gewobau-waechtersbach.de
Gemeinnützige Wohnungsbau-Genossenschaft Wächtersbach eG
Poststr. 53a, 63607 Wächtersbach
Tel. 06053-1809, Fax: 06053-70367
www.gewobau-waechtersbach.de



Das renommierte Institut für Demoskopie Allensbach sucht

Interviewer (m/w/d)

für eine nebenberufliche Tätigkeit (mündliche Interviews, vorwiegend in Privathaushalten an Ihrem Wohnort). Wenn Sie aufgeschlossen sind, über ein sicheres Auftreten verfügen, an Menschen, interessanten Themen und an einem kleinen Nebenverdienst interessiert sind, dann schicken Sie uns einfach einen tabellarischen Lebenslauf zu (keine Zeugnisse, noch kein Passbild).

IfD Institut für Demoskopie Allensbach
Interviewer-Ressort · 78472 Allensbach
Fax: 07533/30 48 · interviewer@ifd-allensbach.de
www.ifd-allensbach.de/das-institut/interviewen-fuer-allensbach/

Wir suchen:

• **Auslieferungsfahrer** (m/w/d)
mit Führerschein Kl. C1 bis 7,5 t
gerne auch Quereinsteiger (m/w/d)

Für die Auslieferung, Einweisung und Service von **Whirlpools, SwimSpa und Wärmekabinen.**
Kurbewerbung: info@engelwellness.de

EW Wellness GmbH
Im Steinigen Graben 30
63571 Gelnhausen
Tel.: +49 (0) 60 51 - 53 843 - 0
E-Mail: info@engelwellness.de

Wir suchen einen engagierten, teamfähigen

Chefkoch/Küchenleiter (m/w/d) in Vollzeit

für unser 8-köpfiges Küchenteam. Sie verfügen über eine abgeschlossene Ausbildung als Koch/Köchin und haben mindestens zwei Jahre Berufserfahrung in der Gemeinschaftsverpflegung.

Einsatzbereitschaft Mo. bis So. (5-Tage-Woche) im Rahmen unserer Servicezeiten von 6.00 bis ca. 14.00 Uhr, Ausnahme der Spätdienst 16.30 bis 19.30 Uhr

Weitere Informationen unter: www.salztalklinik.de

Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte per E-Mail an:



info@salztalklinik.de
Parkstraße 18
63628 Bad Soden-Salmünster



und bewerben Sie sich als

examinierte/r

Altenpfleger*in/Krankenpfleger*in (w/m/d)
unbefristet in Vollzeit

Sie arbeiten in der Altenpflege und erleben arbeitstäglich körperliche und psychische Dauerbelastungen?
Wir bieten Ihnen eine echte Alternative!

Unsere Rehabilitanden benötigen regelhaft keine pflegerische Unterstützung in der täglichen Versorgung. Anstatt körperlich herausfordernder grundpflegerischer Arbeit liegt unser Fokus auf aktivierender, rehabilitativer Betreuung, auf Anleitung/Beratung und Schulung.

Ihre Aufgaben:

- Übernahme diagnostischer und behandlungspflegerischer Leistungen
- Ausführung ärztlicher Verordnungen
- Gesprächsführung in Belastungssituationen
- Führen einer elektronischen Dokumentation

Ihr Profil:

- abgeschlossene Ausbildung als examinierte*r Altenpfleger*in/Krankenpfleger*in (w/m/d)
- flexible und eigenverantwortliche Arbeitsweise sowie Teamfähigkeit und natürlich die Freude an der Profession im Umgang mit Patienten aller Altersklassen
- Eingliederungsprogramm für Berufsanfänger, Wiedereinsteiger und langjährig Erfahrene: Natürlich bieten wir Ihnen als Berufseinsteiger nach der Ausbildung, nach längerer Abwesenheit vom Beruf oder bei langjährig Erfahrenen aus Institutionen der Altenpflege einen umfassend begleiteten (Wieder-)Einstieg ins Reha-Setting.

Wir bieten Ihnen:

- Mitarbeit in einem eingespielten Team mit flachen Hierarchien und einer offenen Kommunikationsstruktur
- intensive Einarbeitung im 3-Schicht-System unter Berücksichtigung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- umfangreiche und gezielte Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten inklusive Bildungsurlaub (z. B. Fachweiterbildungen Wundmanager*in und Hygienebeauftragte*r)
- betriebliche Zusatzleistungen und zahlreiche Mitarbeiterabbate
- 30 Tage Urlaub sowie erweiterte Regelungen für Sonderurlaub und bei ehrenamtlichen Tätigkeiten
- eine umfassende betriebliche Gesundheitsförderung (Gesundheitstage, Sportangebote u. v. m.)

Noch Fragen?
Zögern Sie nicht, uns anzusprechen...
...unsere Pflegedienstleitung Frau Lorenz steht Ihnen gerne zur Verfügung.

SCHNELLBEWERBUNG
per E-Mail an
bewerbung@spessartklinik.de

Spessart-Klinik Bad Orb GmbH · Personalabteilung
Würzburger Str. 7–13 · 63619 Bad Orb

Mittelhessen-Bote

Heute gesucht –
morgen gefunden

Telefon 06051 833-241



Wir suchen zum sofortigen Eintritt

Staplerfahrer (m/w/d)

Vollzeit, in Festanstellung

Wenn Sie im Besitz eines gültigen Staplerführerscheines sind, zeitlich flexibel abrufbar zur Verfügung stehen, zudem körperlich belastbar sind, in Gelnhausen oder der näheren Umgebung wohnen, senden Sie uns bitte Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen, vorzugsweise per E-Mail, an Personal@gnz.de

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



NORMA®

Spezialitäten aus OSTEUROPA



ab Montag, 22. Januar

BECHEROVKA

Kräuterlikör
das Original –
Der Kräuterlikör
aus Tschechien

38 % vol,
0,7-l-Flasche
(1 l = 14,27)

UVP 13,99
9,99*

28% billiger



KOMETA

Echt ungarische Salami XXL

Ungarn – Classic
1-kg-Packung
(1 kg = 10,99)

UVP 13,99
10,99*

XXL

21% billiger



Univer

Delikatess Creme
Ungarn – Zwiebel-, Knob-

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

UVP 2,79
1,79*

35% billiger



MOBILNY

Würstchen
Polen,

700-g-Packung
(1 kg = 7,13)

UVP 5,99
4,99*

16% billiger



SEDITA

Horalky/Mila
Slowakei – Mila:Waffeln

gefüllt mit einer Milchcreme und halbseitig mit Schokolade überzogen; Horalky: Waffeln mit Erdnusscremefüllung 5x50-g-Packung (1 kg = 11,56) je 5er-Pack

UVP 2,89
2,89*

12% billiger

zum Vergleich: UVP Einzelriegel = -,-66

RIGA GOLD

Fischspezialität
in der Dose Lettland –

Geräucherte Muscheln, Thunfisch in Öl 120-g-Dose (1 kg = 20,75), Sardinen oder Geräucherte Sprotten in Olivenöl 240-g-Dose (1 kg = 10,38) je Dose

UVP 2,69
2,49*



DOVGAN

Sprotten Lettland –

in grüner Chilisauce, in Olivenöl mit Zitronen oder in pikanter Tomatensauce, 3x100-g-Dose (1 kg = 11,10) je 3er-Pack

UVP 3,99
3,33*

16% billiger



MOBILNY

„Podwawelska“
Brühwurst Polen –

mittelgroß, 520-g-Packung (1 kg = 8,63)

UVP 5,79
4,49*

22% billiger



DREAM

Clementinen

Spanien, Kl. I, Sorten: Clemenvilla oder Hernandina, ausgewählte, sonnengereifte Früchte, Kal. 1X-2, 2,2-kg-Netz (1 kg = 1,66) je Netz

große Früchte!

3,65*

XXL



Bon Alliance

Premium Speisekartoffeln

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

3,99*

2,5 kg!



Ernte

Metzgerzwiebeln

Deutschland, Kl. I, besonders große Gemüsezwiebeln, geeignet für Salate und Schmorgerichte, Kal. 70/90 + 80/100 mm, 3-kg-Netz (1 kg = 1,10) je Netz

3,29*

3 kg!



PERFECT

Color-/Universal-
waschmittel Gel

5-l-Flasche für 125 Waschladungen (pro Waschgang –,07) je Flasche

UVP 14,99
8,99*

40% billiger



Glanz Meister

Geschirrspüler-
Trocken-Effekt,

Alles in 1 90-Tabs-Packung (pro Waschgang –,09)

UVP 8,99
7,99*

11% billiger

Saubermax

Schwämme/
Schmutzradierer

Schmutzradierer XXL 10er-Pack, Ergoschwämme XXL 8er-Pack oder Profi-Reinigungsschwämme 6er-Pack je Packung

UVP 2,99
2,99*

6er-Pack

10er-Pack

Dr. Beckmann

Farb & Schmutz
Fänger Mehrweg-

tuch 1-Stück-Packung oder All in 1 40-Stück-Packung je Packung

UVP 2,99
2,99*

25% billiger



NORMA®

AUCH 2024 IMMER MEHR FÜRS GELD!

IN 2023 HABEN WIR ÜBER 60% UNSERER ARTIKEL DAUERHAFT IM PREIS GESENKT!

ElleNor **Strickfleece-Mantel**
mit Coral-Fleece-Futter

- 100 % Polyester
- Kapuze mit Kordelzug weitenregulierbar
- 2 seitliche Eingriffstaschen
- Extra schwere Qualität
- Größen S (36/38) – XL (48/50) je Mantel

Extra weiche und wärmende Qualität in trendiger Melange-Optik

Anthrizit-Melange

Grau-Melange

UVP 19,99
19,99*

24 Auch online

MAUI **Thermo-Mikrofleece-Jacke**
für Damen oder Herren • Extra schwere Qualität, 100 % Polyester • Mit Antipilling- und Antistatik-Ausrüstung • Damen-Größen M – XL • Herren-Größen M – XXL je Jacke

Herren Anthrazit-Melange/Schwarz

Herren Marine/Anthrazit-Melange

Damen Anthrazit-Melange/Schwarz

Damen Beere/Schwarz

UVP 52,95
15,99*

69% billiger

24 Auch online

TREKK STAR **Outdoor-Thermo-Stiefel**
• Strapazierfähiger Obermaterial-Mix • Kuscheliges, textiles Warmfutter

- Profilierte Laufsohle • Damen-Größen 38 – 41
- Herren-Größen 42 – 45 je Paar

Damen Schwarz

Herren Navy/Multi

Damen Schwarz/Pink

Herren Schwarz

UVP 34,99
19,99*

42% billiger

24 Auch online

ElleNor **Sherpa-Fleece-Kapuzenjacke**
für Damen oder Herren • 100 % Polyester

- Brust- und Eingriffstasche mit Reißverschluss
- Damen-Größen S (36/38) – XL (48/50)
- Herren-Größen M (48/50) – XXL (60/62)

Damen Rhododendron

Herren Black Iris

Extra warmes Sherpa Fleece

je Ausführung
14,99*

24 Auch online

MB **Winter-Komfort-Boots** für Herren • Innenausstattung aus kuscheligem Warmfutter • Aus pflegeleichtem und strapazierfähigem Obermaterial • Weich gepolsterter Schafttrand • Leichte, flexible und druckdämpfende PU-Laufsohle • Größen 41 – 45 Schwarz mit Klettverschluss

Braun mit seitlichem Reißverschluss

UVP 29,99
21,99*

26% billiger

24 Auch online

Lady **Taillesslips 4er-Pack** für Damen, seamless • Rundum keine Nähte

- Perfekte Passform durch Elasthan
- Größen M (40/42) – XL (48/50) je 4er-Pack

je 1 x Meerblau, Beere, Marine, Karminrot

je 4er-Pack
10,99*

4er Pack

Auch erhältlich: (Modellbeispiele)

24 Auch online

Woll-Sneaker für Damen und Herren

- Temperaturregulierend und atmungsaktiv
- Geruchshemmend • Ultraleichte Phylon-Laufsohle mit hoher Trittdämpfung • Waschbar bei 30°C (Wollprogramm)

Damen Braun/Beige

Damen Schwarz/Burgund

Herren Grau/Schwarz

Herren Schwarz

UVP 44,95
22,99*

48% billiger

24 Auch online

badkomfort **3D-WC-Sitz** mit Absenkautomatik • Aus MDF • Hochwertige, verchromte Metall-Scharniere • Passend für alle handelsüblichen WC-Becken • Brillanter, scharfer 3D-Effekt • Hochwertige, nahtlose Randbeklebung • Inkl. Befestigungsmaterial

Jetzt noch tieferer Effekt Absenkautomatik

Delfin mit 3D-Bewegungsmotiv

Seestern

Meereswelt

Orchidee

je Ausführung
25,99*

24 Auch online

TOPTEX **Softshell-Outdoor-Arbeitsjacke** für Herren

- 96 % Polyester, 4 % Elasthan • Wärmendes Mikrofleece-Futter
- Wasserabweisend und winddicht
- Mit Membran für einen optimalen Klimaausgleich
- Größen M (48/50) – XXL (60/62)

Jacke mit Klimafunktion

Winddicht (3.000 mm Wassersäule)

atmungsaktiv klimaregulierend 2.000 g/m²/24h

Membran Klimaausgleichend

Schwarz/Anthrazit

UVP 19,99
19,99*

24 Auch online

BIONIC FINISH® ECO Wasser- und Schmutzabweisend

TOPTEX **Klarsichtboxen** aus robustem Kunststoff

Made in EU

2er-Set, je Box ca. 37 x 26 x H 14 cm, ca. 10 l

2er-Set, je Box ca. 33 x 20 x H 22 cm, ca. 10 l

1er, ca. 54 x 38 x H 16 cm, ca. 25 l oder 1er, ca. 37 x 26 x H 26 cm, ca. 20 l

Auch erhältlich: 3er- oder 6er-Set

je Ausführung
6,99*

(ohne Inhalt)

24 Auch online

NORMA®

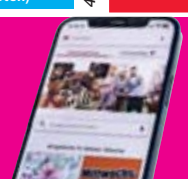
www.norma-online.de

* 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)

NEU

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



Hier gratis downloaden oder updaten

