

# Wetterauer Wochen-Bote



**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 Mitteilungsblatt im Wetteraukreis

Ausgabe H 3

*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 biegsam, 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 Parfummärken 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*

## Trude Trash kommt nach Glauburg

**Glauburg.** Die Gemeinde Glauburg freut sich darauf, erneut die Travestie-Ikone Trude Trash mit Gästen präsentieren zu können. Sie laden am 23. März um 20 Uhr (Einlass ab 18.30 Uhr) in die Mehrzweckhalle der Gemeinde Glauburg zu einer Show der Extra-Klasse ein. Travestie-Künstler Norbert Baumgartl alias Trude Trash lädt mit seinen Gästen Star-Parodistin Regina Red, Isabell Chanell und dem stimmungsvollen Tarabas van Luk zu einem bunten Abend mit Gesang, Tanz, tollen Kostümen, ganz viel Spaß und Kunst ein. Für Speisen und Getränke ist bestens gesorgt. Karten gibt es für 25 Euro im Vorverkauf des Rathauses der Gemeinde Glauburg (auch Postversand gg. Portoübernahme möglich). Ticketbuchung per Telefon unter Nummer 06041/826818 oder per E-Mail an: sarah.adler@gemeinde-glauburg.de.

**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: anzeigen@bote.de  
Internet: www.bote.de

## Herausforderungen und Verantwortung

140 Gäste beim Neujahrsempfang des Wetteraukreises



Ein großer Geschenkkorb für den Referenten (von links): Landrat Jan Weckler, FFH-Geschäftsführer Marco Maier und Kreistagsvorsitzender Armin Häuser.

**Wetteraukreis.** Er findet traditionell am ersten Montag nach den Weihnachtsferien statt: der Neujahrsempfang des Wetteraukreises. 140 Gäste aus Politik, Gesellschaft, Wirtschaft, Verwaltung, Vereinen, Kirche und Ehrenamt kamen in feierlichem Rahmen im Plenarsaal des Friedberger Kreishauses zusammen. Landrat Jan Weckler blickte in seiner Rede auf herausfordernde Zeiten zurück – und nahm gemeinsam mit Marco Maier, Geschäftsführer der FFH-Mediengruppe und Referent des Nachmittags, die Rolle der Medien in Zeiten von Fake-News in den Blick. Der Neujahrsempfang bot einmal mehr die Gelegenheit, das vergangene Jahr Revue passieren zu lassen und miteinander ins Gespräch zu kommen, Kontakte zu knüpfen und zu pflegen. In diesem Sinne begrüßten Landrat Jan Weckler, Kreistagsvorsitzender Armin Häuser, Erste Kreisbeigeordnete Stephanie Becker-Bösch und Kreisbeigeordneter Matthias Walther jeden ankommenden Gast persönlich.

Landrat Weckler wünschte in seiner Begrüßungsrede ein frohes, glückliches und gesundes neues Jahr: „Ihnen allen, die Sie heute gekommen sind, möchte ich Danke sagen. Sie sind wichtige Kooperationspartner für den Wetteraukreis und Sie repräsentieren und prägen mit Ihren Institutionen unsere Region.“ Zum Glück spiele die Pandemie inzwischen keine große Rolle mehr, jedoch müsse sich die Gesellschaft nun anderen, nicht minder großen Herausforderungen stellen: „Globale Krisen wie der brutale Überfall der islamistischen Hamas auf Israel, das größte Pogrom gegen Juden seit dem Holocaust, erfordern nicht nur unser Mitgefühl, sondern auch klare Positionen. Die Sicherheit Israels ist deutsche Staatsräson, und wir verurteilen diesen terroristischen Akt der Hamas aufs Schärfste“, so Landrat Weckler. Gleichzeitig sei zu beobachten, dass Fake-News und Vorurteile wieder einen Nährboden für aufkeimenden Antisemitismus in Deutschland bieten: „Dem müssen wir mit aller Entschiedenheit entgegenreten.“

### Unabhängiger Journalismus als Schutzschild

Bewusst in Umlauf gebrachte Falschmeldungen hätten nicht nur das Potenzial, das Vertrauen in die Politik und die Verwaltung nachhaltig zu erschüttern, sondern könnten mitunter auch schwerwiegende Folgen für die Gesellschaft und die Demokratie als Ganzes haben. „In einer vernetzten Welt, in der die Grenzen zwischen Realität, Künstlicher Intelligenz und Fiktion immer häufiger verschwimmen, wirkt unabhängiger Journalismus als Schutzschild gegen Populismus, Demokratiefeindlichkeit und Desinformation“, so der Landrat. Und damit war das Stichwort des Nachmittags auch schon gefallen: Fake-News. Referent Marco Maier, Geschäftsführer der FFH-Mediengruppe, gab in seinem Impulsvortrag Denkanstöße rund um das Thema „Die Rolle der Medien in Zeiten von Fake-News – und wie sich die FFH-Mediengruppe Vertrauen durch Unabhängigkeit bewahrt“.

te Informations-Basis seien, so Maier: „Diese Rolle ist Freude, Bürde und Verantwortung zugleich.“ Bis dato seien Fake-News meist „hausgemacht“ und von realen Menschen erdacht worden. Inzwischen bilde oft Künstliche Intelligenz – trotz vieler nützlicher Eigenschaften – die Basis für falsche Informationen, die kaum noch von der Realität unterschieden werden könnten.

### Auch die Konsumenten tragen Verantwortung

Um dieser Gefahr und Herausforderung entgegenzutreten, müssen Medien transparent unabhängig agieren, also frei von politischen und wirtschaftlichen Einflüssen, betonte Maier. „Es liegt aber auch in der Verantwortung der Medienkonsumenten, Nachrichten kritisch zu hinterfragen und nicht alles blind zu glauben, was uns präsentiert wird. Auch soziale Netzwerke sind nicht immer Heimathafen von aufrechtem Journalismus, gerade hier empfiehlt es sich, Informationen durch eine zweite Quelle abzusichern.“ Nach dem Schlusswort durch Kreistagsvorsitzenden Armin Häuser nutzten die Gäste die Gelegenheit, miteinander ins Gespräch zu kommen – beispielsweise beim Gang zum Buffet, das auch in diesem Jahr wieder von den Wetterauer Direktvermarktern gestellt wurde. Die Organisation übernahm Norbert Schön, Vorsitzender der Erzeugergemeinschaft Wetterauer Direktvermarkter.

## Mietobergrenzen angepasst

Steigende Kaltmieten für Sozialleistungsempfänger

**Wetteraukreis.** Zum 1. Januar 2024 werden die Mietobergrenzen im Wetteraukreis für Bezieherinnen und Bezieher von Sozialleistungen turnusmäßig angepasst. „Die Mietobergrenzen wurden entsprechend der Marktentwicklung je nach Wohnungsgröße und Wohnort in aller Regel angehoben, zum Teil ganz erheblich. Zum Beispiel steigt die Kaltmiete für Ein-Personen-Wohnungen im Vergleich zu 2022 um durchschnittlich 8 Prozent“, teilt Erste Kreisbeigeordnete und Sozialdezernentin Stephanie Becker-Bösch mit. Auch die Zahl der Vergleichsräume wurde erhöht, um eine differenziertere Betrachtung zu ermöglichen.

Für Menschen, die Sozialleistungen beziehen, zum Beispiel durch das Jobcenter Wetterau, ändern sich mit Wirkung zum 1. Januar 2024

die Mietobergrenzen, das heißt die angemessenen Kaltmieten. Die Berechnung der Mietobergrenzen basiert auf der Rechtsprechung des Bundessozialgerichtes. Das Gericht verlangt zur Beurteilung der Angemessenheit von Mieten ein sogenanntes „schlüssiges Konzept“. „Dieses Konzept hat der Wetteraukreis bereits im Jahre 2014 in Kraft gesetzt. Seitdem werden die Mietobergrenzen alle zwei Jahre überprüft und angepasst“, erläutert Sozialdezernentin Becker-Bösch.

### Überprüfung alle zwei Jahre

Zur Evaluation der Mietobergrenzen wurden rund 17.000 Datensätze ausgewertet, deren Werte unter anderem aus Zeitungs- und Internetanzeigen, tatsächlichen Mietverhältnissen und Daten des

Amtes für Bodenmanagement gewonnen wurden. Im Vergleich der Berechnung 2022 liegen damit rund 2000 Datensätze weniger vor: „Dies liegt vor allem an dem angespannten Wohnungsmarkt und deutlich weniger Inseraten“, erläutert Sozialdezernentin Becker-Bösch. Aufgrund seiner großen Fläche mit gut 1100 Quadratkilometern und historischen Strukturen ist der Wetteraukreis sowohl städtisch als auch ländlich geprägt. Der Wetteraukreis ist somit – bezogen auf den Wohnungsmarkt – kein homogener Sozialraum. Ziel der Bildung von Vergleichsräumen ist es, Kommunen mit möglichst vergleichbaren Lebens- und Wohnbedingungen zusammenzufassen. Zugrunde gelegt werden Kriterien wie die Nähe zur Metropolregion Frankfurt, das vorhandene

Straßen- und Schienennetz, ÖPNV-Anbindung oder der Zugang zu Supermärkten und Bildungseinrichtungen. Um den unterschiedlichen Lebensbedingungen in den Wetterauer Kommunen besser gerecht zu werden, werden aus bisher vier Vergleichsräumen künftig sechs Vergleichsräume. Die Durchnumerierung der Räume erfolgt anhand ihrer geografischen Lage – bisher von Süd nach Nord, künftig in umgekehrter Reihenfolge. Mit den Mietobergrenzen 2024 liegen nun die aktualisierten Werte angemessener Mietpreise vor. Die genaue Übersicht ist ab 01.01.2024 auf der Website des Wetteraukreises zu finden: <https://wetteraukreis.de/service/soziales/dienstleistungen/mietobergrenzen-im-wetteraukreis>.



### Lesung ist ausverkauft

**Münzenberg.** Die Lesung mit Tim Frühling am 4. Februar im Dorfgemeinschaftshaus von Ober-Hörgern, die vom Café nebenan veranstaltet wird, ist ausverkauft. Es gibt auch an der Tageskasse keine Karten mehr.

### Heringessen statt Neujahrsempfang

**Florstadt.** Die CDU Florstadt startet ins Jahr mit einem geselligen Heringessen. Am Freitag, 16. Februar, wird ab 19:00 Uhr im Bürgerhaus Leidhecken unter dem Motto „Florstadt einfach machen - Mit Traditionen gemeinsam die Zukunft gestalten“ bei Wetterauer Pellkartoffeln und handgemachtem Heringssalat nach altem Familienrezept gemeinsam mit Florstädter Bürgern das neue Jahr begrüßt. Als Highlight des Abends wird Bürgermeisterkandidat Daniel Imbescheid (CDU) über seine Ideen und Pläne sprechen und für Gespräche und Diskussionen zur Verfügung stehen. Zudem werden weitere Politiker aus Kreis und Land erwartet – eine gute Gelegenheit für Austausch, Information und Äußerung der eigenen Gedanken und Bedenken. Heringssalat und Pellkartoffeln werden von der CDU Florstadt gesponsert. Da die Plätze begrenzt sind, wird um Anmeldung gebeten unter [info@cdu-florstadt.de](mailto:info@cdu-florstadt.de) oder telefonisch/WhatsApp/SMS unter 0160 1402112.

## Kerzenreste können Leben verändern

Weiterhin Spendenaktion für die Ukraine

**Münzenberg.** Das Deutsche Rote Kreuz (DRK) Münzenberg erneuert seinen Aufruf an die Gemeinschaft, sich an einer entscheidenden Spendenaktion zu beteiligen. In einer fortlaufenden Bemühung, den leidenden Menschen in der Ukraine zu helfen, bittet

das DRK um die Spende von Kerzen- und Wachsresten. Diese werden genutzt, um sogenannte Büchsenlichter herzustellen – eine einfache, aber lebensrettende Erfindung, die in den Kriegsgebieten der Ukraine dringend benötigt wird.

Die Büchsenlichter, aus recyceltem Wachs in Blechbüchsen gegossen, bieten nicht nur Licht in der Dunkelheit, sondern ermöglichen es den Menschen auch, kleine Mahlzeiten zu kochen, und bieten lebensnotwendige Wärme in Wohnungen und Schützengräben. Jede einzelne Kerzenspende trägt dazu bei, die harten Bedingungen, unter denen die Menschen in der Ukraine leben müssen, zu erleichtern.

Bis zum 31. Januar nimmt das DRK Münzenberg am DRK-Heim in Gambach, Am Heiligen Stock 2, noch Kerzen- und Wachsspenden entgegen. Jeder Bürger ist herzlich eingeladen, seine ungenutzten Kerzen- und Wachsreste beizusteuern.



Sammelbehälter des DRK am DRK-Heim Gambach, Am Heiligen Stock 2 (direkt neben der katholischen Kirche).

## Auszeichnung für Antkowiak

Bundeswehr-Reservisten danken für hervorragende Zusammenarbeit

**Friedberg.** In den letzten Tagen seiner Amtszeit als Bürgermeister der Stadt Friedberg (Hessen) wurde Dirk Antkowiak von verschiedenen Vereinen und Institutionen für seine vertrauensvolle und herausragende Zusammenarbeit in den zurückliegenden sechs Jahren gewürdigt. Unter anderem besuchte die Reservistenkameradschaft im Wetteraukreis Antkowiak im Rathaus, um ihm

ihren Dank auszusprechen und eine besondere Ehrung zuteilwerden zu lassen. Oberstleutnant der Reserve und Vorsitzender der Reservistenkameradschaft (RK) Wetterau, Harry Paduch, führte eine Delegation ins Rathaus, um Antkowiak persönlich für die vergangenen sechs Jahre des Zusammenwirkens mit der Stadt Friedberg zu danken. Neben persönlichen Worten überreich-

te Paduch gemeinsam mit dem stellvertretenden Vorsitzenden des RK, Stabsfeldwebel d.R. Jens Farschtschiyan, und weiteren Mitgliedern des RK Bürgermeister Antkowiak die höchste Auszeichnung des Kreisverbandes der Reservisten der Bundeswehr: ein Schild mit dem Wappen des RK Wetterau. Antkowiak spielte während seiner Amtszeit als Bürgermeister eine entscheidende

Rolle bei der Intensivierung der Kooperation zwischen Bundeswehr und Stadt Friedberg. Die Stadt unterstützt die Bundeswehr auf verschiedene Weisen, darunter bei Gedenkmärschen und den jährlichen Limes-Märschen durch die Friedberger Gemarkung. Im Gegenzug zeigt der Verband der Reservisten der Bundeswehr (VdRBw) Präsenz bei städtischen Gedenkveranstaltungen und unterstützt aktiv bei verschiedenen Anlässen.

Die Verleihung der gelben Schleife durch den Stab Division Schnelle Kräfte (DSK) an die Stadt Friedberg unterstreicht die gemeinsame Unterstützung der Staatsbürger in Uniform. Harry Paduch betonte: „Es ist uns eine Ehre, Bürgermeister Dirk Antkowiak für seine herausragenden Verdienste auszeichnen zu dürfen.“ Antkowiak bedankte sich bei der RK Wetterau für die wiederaufgelebte Tradition und freute sich über den Abschiedsbesuch und die Auszeichnung zum Ende seiner Amtszeit als Bürgermeister.



Auszeichnung für den scheidenden Bürgermeister durch den Kreisverband Wetterau der Reservisten der Bundeswehr: Walter Simon, Dirk Antkowiak, Harry Paduch, Ralph Eisenträger, Jens Farschtschiyan und Stephen Orthey. (von links)

## Fleißige Teilnehmer geehrt

Rückblick und Auszeichnungen bei der „Fit-Fun-Fitness“-Gruppe der SG Rodheim

**Rodheim.** In der ersten Trainingsstunde der „Fit – Fun – Fitness“ – Gruppe der Abteilung Ski der SG Rodheim blickte Übungsleiter Hans Joachim Nagel kürzlich auf das vergangene Jahr zurück und ehrte die „Fleißigsten Trainingsteilnehmer 2023“. Susanne Ritz verteidigte mit einer Teilnahmequote von saten 82 % ihren ersten Platz aus dem Vorjahr. Sie verwies die langjährige Teilnehmerin Sabine Neuser auf den zweiten Platz, die aber immerhin eine Teilnahmequote von stattlichen 71 % aufweisen konnte. Melanie Höhler und Ute Franke teilten sich sportlich Rang 3 des internen kleinen Wettbewerbs. Alle erfreuten sich über eine kleine Aufmerksamkeit. Die Abteilung Ski der SG Rodheim bietet mit „Fit – Fun – Fitness“ eine 90-minütige Trainingseinheit in der Sporthalle in Rodheim an. Die Teilnehmer erwartet eine bunte Mischung aus den Be-

reichen Ganzkörpergymnastik, Konditionsaufbau und Koordinationsschulung. Bei kleinen Aufwärmspielen kommt auch der Spaß nicht zu kurz. Rücken- und Wirbelsäulengymnastik sowie Tiefenentspannung runden das Programm ab. Der Vorsatz „Sport treiben“ liegt gemäß Studien regelmäßig auf Platz 3 der guten Vorsätze. Die Devise für das neue Jahr lautet daher: Nicht lange planen, sondern tun! Die Übungsstunde findet immer mittwochs um 19:30 Uhr im Sportzentrum Rodheim, Feld 3, statt. Neugierig geworden? Die Gruppe freut sich immer über Männer und Frauen, die den Wiedereinstieg in den Sport suchen, ohne leistungsorientiert Sport zu treiben wollen. Interessierte kommen direkt ins Training oder informieren sich bei dem Abteilungsleiter Andreas Topp unter der Tel.-Nr. 0 60 07 / 91 72 06 oder bei Übungsleiter Hans Joachim „Hajo“ Nagel, Tel.-Nr. 0 60 07 / 3 66. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

## Räumliche Erweiterung

Neues Mobiles Raumsystem an der Eichendorff-Schule in Niddatal-Ilbenstadt geht an den Start

**Wetteraukreis.** An der Eichendorff-Schule in Niddatal-Ilbenstadt wurde Ende Dezember das neue Mobile Raumsystem zur Nutzung an die Schule übergeben, sodass es nun im Januar in Betrieb genommen werden kann. Die Anlage besteht aus jeweils zwei Räumen im Erdgeschoss und im Obergeschoss und wurde neben der Turnhalle der Eichendorff-Schule aufgestellt.

Zur kurzfristigen räumlichen Erweiterung wurde an der Eichendorff-Schule in Niddatal-Ilbenstadt seit Juli 2023 ein Mobiles Raumsystem errichtet, welches aus vier Räumen besteht, die jeweils etwa 55 Quadratmeter groß sind. Nun steht die Anlage punkthaltig zum neuen Jahr neben der Turnhalle, sodass die Schülerinnen und Schüler dort seit dem Ende der Weihnachtsferien beschult und betreut werden können. Zwei Klassenräume sind im Obergeschoss angesiedelt und bieten mit Einzeltischen, rollbaren Regalen und Sofas eine leicht umzuräumende, flexible Einrichtungsvarianten.



Das neue Mobile Raumsystem an der Eichendorff-Schule bietet vier zusätzliche Räume, die jeweils etwa 55 Quadratmeter groß sind.

te. Im Erdgeschoss wurden Räume für den Ganztagsbetrieb eingerichtet. Mit vielen verschiedenen Sitzgruppenformen ist sowohl das Lernen als auch das Spielen und Bewegen möglich. Um diese Arbeits- und Betreuungsumgebung zu unterstützen, wurden die Räume mit höhenverstellbaren runden Tischen, Trapezischen, Hokki-Bewegungssitzen, Stühlen und Sofas ausgestattet. Im Rahmen des Pakts für den

Ganztags wird so ein bedarfsorientiertes und ganztägiges Bildungs- und Betreuungsangebot für die Schülerinnen und Schüler geschaffen. Die Eichendorff-Schule ist seit dem Schuljahr 2021/22 im Landesprogramm „Pakt für den Ganztags“, durch den ein Bildungs- und Betreuungsangebot an Grundschulen an fünf Tagen in der Woche bis 17 Uhr gewährleistet wird. In allen vier Räumen befinden sich ausreichend Schränke für die Lehrmate-

rialien der Schülerinnen, Schüler und Lehrkräfte, sodass notwendige Lehrmittel direkt in den Räumen verstaut werden können. Zur weiteren Flexibilität wurden die halbhohen Schränke auf Rollen gestellt und können so nach Bedarf flexibel im Raum platziert werden. Alle Räume wurden außerdem mit Doppelschiebetafeln ausgestattet. Die Kosten für die Maßnahme beliefen sich insgesamt auf rund 1 Mio. Euro.

## 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  
☎ 0 60 31-6 85 38 67

**ELKA**  
Erfolgreich lernen.  
Konzepte im Alter  
www.friessl.eu

## Start des Jahres

NABU Friedberg startet Jahresprogramm in Dorheim mit Blick auf 1249 Jahre Geschichte

**Friedberg.** Auch für das kommende Jahr hat der NABU Friedberg wieder ein attraktives Veranstaltungsprogramm vorgelegt. Start ist am Sonntag, 14. Januar 2024 ein Rundgang in Dorheim unter der sachkundigen Führung durch den Historiker und Ortsvorsteher Dr. Klaus-Dieter Rack. Ein Jahr vor dem 1250jährigen Ortsjubiläum soll bei einem Gang durch die Altgassen an markanten Punkten wie Wetterbrücke, Marktplatz mit Amtshaus, ehemaliger Schule, Johanniskirche, Hofgut und Schloss die Geschichte Dorheims veran-

schaulich werden. Solche innerörtlichen Spaziergänge führt der NABU Friedberg seit einigen Jahren zum Jahresbeginn durch, da die traditionellen Grenzgänge in der Gemarkung durch den fortschreitenden Klimawandel an Attraktivität verloren haben: statt Frost und Schnee gibt es im Januar oft Regen und Matsch. Darauf folgt im Frühling und Sommer ein bunter Mix aus langjährig bewährten Klassikern wie Obstbaumschnittkurs, Steinkauz- und Vogelstimmenwanderung sowie Fledermaus-Exkursion und in den letzten

Jahren neu aufgenommenen Führungen zu den Themen Amphibien, Insekten, heimische Wildkräuter und artenreiche Blumenwiesen. So vielfältig wie die Themen sind auch die Referentinnen und Referenten. Neben langjährigen Praktikern des Naturschutzes konnten qualifizierte Fachwissenschaftler:innen gewonnen werden. Im NABU-Erlebnispunkt am Streuobsterlebnispfad auf dem Dorheimer Wingert finden im April und Oktober wieder die beliebten Tauschmärkte „alles rund um Garten, Terrasse und

Balkon“ statt. Den Abschluss des Jahres bilden wieder die Adventsmärkte Dorheim, Stadtkirche Friedberg und Ossenheim, wo der NABU wieder Naturschutzartikel wie Nistkästen und Vogelfutter sowie Produkte der heimischen Streuobstwiesen wie hausgemachte „Marmeladen“ (= Fruchtaufstriche nach Lebensmittelrecht), Apfelsaft und -wein anbietet. Das vollständige Programm mit Orts- und Zeitangaben und weiteren Informationen findet sich auf der Homepage [www.NABU-Friedberg.de](http://www.NABU-Friedberg.de).

## Konzerte in der Trinkkuranlage

Im Zeichen des Klaviers

**Bad Nauheim.** Mit seinen „Lieblingsstücken für Cello und Klavier“ verwöhnt das Lupu-Mientka Duo am Samstag, 20. Januar, um 16:00 Uhr die Ohren. Anca Lupu aus Rumänien am Klavier und Gabriel Mientka, Violoncello, aus den USA - eine Kombination von osteuropäischem Temperament und amerikanischem Humor - spielen seit 2010 in dieser Kombination zusammen. Am Sonntag, 21. Januar, um 16:00 Uhr spielen junge Talente der Musik-

schule Bad Nauheim aus den Klavierklassen von Benjamin Schütze und Julia Winnikova „Virtuose Klavierkammermusik“. Die jungen Nachwuchsmusikerinnen und -musiker bereiten sich auf den Wettbewerb „Jugend musiziert“ Anfang Februar vor. Mit Klavierduos und Duos für Violine und Klavier haben sie ein niveauvolles und kurzweiliges Konzert mit Werken unter anderem von Mozart, Dvorak und Rachmaninoff zusammengestellt.

## Zeitreise ins 13. Jahrhundert

**Münzenberg.** Mit der „Blauen Stunde“ geht es in der dritten Ausgabe der neuen Lesungsreihe auf eine Zeitreise. Barbara Molitor lädt ein, die faszinierende, fremde und manchmal auch grausame Welt in der zweiten Hälfte des 13. Jahrhunderts kennenzulernen. Die Veranstaltung findet am Sonntag, 28. Januar, um 16:00 Uhr im Kulturhaus Alte Synagoge statt. Der Eintritt ist frei. „Vermeide Leid.“ Es ist der einzige Hinweis, den die achtzehnjährige Anna von einer rätselhaften alten Frau erhält. Die Welt um sie herum ist plötzlich extrem verändert. Nach einigen Tagen begreift Anna, dass sie sich auf einer mittelalterlichen

Burg im Jahr 1265 befindet. Wie soll sie Leid vermeiden, in einer Zeit, in der Krankheiten und harte Strafen zum Alltag gehören und in der die strenge Isengard von Falkenstein mit eiserner Hand über das Burgleben herrscht? Doch weit über der Burgherrin steht eine viel höhere Macht: Frau Fortuna, die Herrin des Schicksals. Der Roman „Fortunas Tor“ gewährt einen faszinierenden Einblick in mittelalterliches Alltagsleben. Doch es geht auch darum, dass es manchmal nur Kleinigkeiten sind, die Lauf des Lebens verändern können und dass es neben bloßem Glück auch Achtsamkeit für Andere braucht.

## Gut informiert einstimmen

Vorbereitung auf den Weltgebetstag

**Friedberg.** Die Frauen des Dekanatsfrauenausschusses im Evangelischen Dekanat Wetterau laden herzlich ein zu zwei Weltgebetstagsveranstaltungen im Januar. Der Blick richtet sich in diesem Jahr nach Palästina. In diesem Jahr müssen wir besonders gut informiert in das Gebet einstimmen, so die einhellige Meinung der Weltgebetstagsfrauen. Interessierte können in der Wetterau zur Vorbereitung des Weltgebetstags am Mittwoch, 24. Januar, um 14.30 Uhr in die Wilhelmskirche nach Bad Nauheim kommen. Dort wird die Liturgie vorgestellt, es gibt Informationen zum Leben in der Re-

gion und den Bibelstellen. Eine vertiefende Veranstaltung zur Lage bietet der Dekanatsfrauenausschuss eine Woche später am Mittwoch, 31. Januar, um 19.30 Uhr im katholischen Pfarrheim in Rockenberg, Kirchgasse 6, an. Unter der in der Wetterau bekannten Rubrik „Weltgebetstag kulturell“ geht es um Hintergründe zum Nah-Ost-Konflikt und zur Lage der Christinnen und Christen im Heiligen Land zwischen Hoffnung und Verzweiflung. Anmeldungen bis 16. bzw. 27. Januar bei Karola Odenweller (Tel. 06032 87042, E-Mail: karola@odenweller.de).

## Berufliches Gymnasium und Fachoberschule

JPR-Schule Friedberg informiert

**Friedberg.** Die Johann-Philipp-Reis-Schule (JPRS) in Friedberg veranstaltet für Schüler der Jahrgangsstufen 9 und 10 und deren Eltern Informationsabende zu den beiden studienqualifizierenden Schulformen Berufliches Gymnasium (BG) und Fachoberschule (FOS): Zum BG am 25. Januar um 18.00 Uhr im Raum A 09 (Zugang Friedensstraße 18) und zur FOS am 6. Februar um 19.00 Uhr

im Raum C 29 (Zugang Im Wingert 5). An beiden Abenden halten die Abteilungsleiter Tobias Bauschke (BG) und Dr. Thomas Uchronski (FOS) Infovorträge über die Aufnahme, den Verlauf der Schullaufbahn und die Unterrichtsinhalte. Weiterhin stehen sie für Fragen und beratende Gespräche zur Verfügung. Weitere Informationen finden Interessenten auf der Schulhomepage [www.jprs.de](http://www.jprs.de).

### MediaBerater



Ober Mörlen, Butzbach, Münzenberg, Rockenberg

**Jörg Martschin**

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

Neben den Infoabenden haben Eltern und interessierte Schüler jederzeit die Möglichkeit auf der Schulhomepage über einen Link ihre Kontaktdaten zu hinterlassen für eine Einladung zu einer Videokonferenz oder für einen Rückruf zu einer telefonischen Beratung bzw. persönlichen Beratung vor Ort.

# Abschied von einer Klanglegende

Last Christmas für die Dankeskirchen-Orgel

**Bad Nauheim.** Die festlichen Töne der Weihnachtsgesänge sind verstummt, doch in der Bad Nauheimer Dankeskirche hält die alte Walcker-Orgel noch einige Gottesdienste durch, bevor sie nach 58 Jahren ihren Platz räumt. Dies bedeutet für die Gemeinde eine Baustelle und vorübergehende Einschränkungen, jedoch auch eine Zeit der Rückbesinnung und Vorfreude auf einen neuen, beeindruckenden Klang.

Die Orgel hat ihre Glanzzeiten erlebt, als Kantor Rainer Lille die Meisterwerke der großen französischen Komponisten auf ihr spielte und deutschlandweite Anerkennung erlangte. Sie begleitete Hochzeiten mit prächtigen Klängen und fand ihren Platz in zahllosen alten und neuen Kirchenliedern im Gottesdienst. Kantor Frank Scheffler, der die Orgel seit 1999 betreut, hat sie trotz anfänglicher Schwächen liebevoll gepflegt und ihr in den letzten zwei Jahren mit dem vollständigen Bach'schen Orgelwerk einen beeindruckenden Abschied bereitet.

Die neue Orgel, die auf dem Fundament des ersten Instruments von 1906 ruht, wird sorgfältig ausgewähltes Pfeifenmaterial, darunter einige von 1906, 1965 und 1999, wiederverwenden. Die Orgelbaufirma Klais legt dabei besonderen Wert auf Qualität und konnte trotz steigender Baukosten den Angebotspreis von 2020 halten. Die gut 1000 Pfeifen werden vor dem Aufbau in Bonn einem Probe-Orgelaufbau unterzogen.

Experten bescheinigen der Gemeinde, dass sie für ihr Geld „sehr viel Orgel“ erhält. Der neue Orgelspieltisch wird neben den drei Manualen 110 Register-schalter beherbergen, und das Fernwerk, eine Rarität, wird wieder angebunden. Der Raum für die rund 2500 Pfeifen wird optimal genutzt, und die Einweihung der neuen „Klangquelle“ ist für das vierte Quartal 2024 geplant.

Während der Bauphase von Februar bis Oktober wird die Taufsteintische im Hauptschiff vorübergehend gesperrt, um Platz für das Gerüst und die Malerarbeiten zu schaffen. Ein Wasser-

schaden am linken Fenster neben der Orgel wird behoben. Nach dem Aufbau der Orgel erfolgt in den folgenden drei Monaten die Inton-

ation, und die Kirchenbesucher können sich auf die Einweihung der neuen „Klangquelle“ im vierten Quartal 2024 freuen.



Die historische Walcker-Orgel in der Dankeskirche wird nach 58 Jahren abgebaut. Kantor Frank Scheffler freut sich auf die kommende Ära mit der modernisierten Klangquelle.



# HERSTELLER MESSESTAGE!

ZUSÄTZLICH BERATERTAGE

18. Januar

19. Januar

20. Januar

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 Westenholtz

**Heidelberger**  
BETTWAREN

**NEFF**

**himolla**

**JETTE HOME**

**ALNO**

**Berndes**

**LEIFHEIT**  
Immer eine Idee besser

**kaeppel**

**FACKELMANN**

**ESTELLA**

**FELLIG**  
TEPPICHE

**GRAY & JONES**

**Paul Neubaus**  
LIGHTS FOR LIVING

**ESPRIT**  
home

**SWTCH**

**breckle**

**medium**

**SKAGEN BEDS**

**NATUZZI**

**nobilis**

**"HUKLA"**  
So will ich leben

**wohnwert**

**emja**

**fan**  
frankenthal schlafkonfort

**BLANCO**

**schlafgut**

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.

# 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 rauchen 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 eigenen Rauchstopp umgehen und darum bitten, keine Zigarette angeboten zu bekommen.

- Abhauen: Und wenn es kaum auszuhalten ist, in der



Die letzte Kippe: Wer genau weiß, warum er mit dem Rauchen aufhören will, hat eine stärkere Motivation.

Foto: Axel Heimken/dpa/dpa-mag

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 Kaugummi 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). Test-sieger 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.

# Vakuum und Schockfrost

So bleibt Gefriergut lecker

Gekochtes und Gebackenes einfrieren und später genießen: tolle Idee. Aber oft leiden der Geschmack und die Struktur von Lebensmitteln im Tiefkühlgerät. Die Stiftung Warentest hat ein paar Tipps, wie sie länger lecker bleiben:

- Gefrierbrand an rohem Fleisch und Fisch vermeidet man, indem man die Produkte im Vakuum einfriert. Dafür einfach die Luft so gut wie möglich aus dem Gefrierbeutel herausstreichen und gut verschließen. Oder ein Vakuumiergerät nutzen.

Tipp: An der Fleischtheke im Supermarkt oder beim Metzger wird das Vakuumieren oft auch angeboten.

- Viele moderne Kühlgeräte haben eine Schnellgefrierfunktion, die man einschalten sollte, wenn Neues in die Fächer kommt. Das kann helfen, die Qualität des Gefrierguts besser zu erhalten. Denn kühlen die Lebensmittel schockartig ab, bilden sich im Inneren seltener große Eiskristalle, so die Zeitschrift «test» (Ausgabe 6/2023).

- Schonend tauen Speisen im Kühlschrank auf. Und man spart Strom, denn das Tiefgekühlte senkt zeitweise die Temperatur im Kühlschrank ab.

Die Warentester raten übrigens, Hefeteig für Kuchen und Pizza auf Vorrat zu produzie-



Tiefgekühltes bleibt lecker, wenn man beim Einfrieren der Lebensmittel und Speisen Gefrierbrand vermeiden kann.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

ren und portionsweise im Gefrierbeutel einzufrieren. Und Torten sollte man vor dem Einfrieren in Stücke schneiden.

## Neujahrstreffen der CDU Bad Vilbel

**Bad Vilbel.** Die CDU Bad Vilbel lädt zu ihrem traditionellen Neujahrstreffen am Samstag, 20. Januar, um 16:00 Uhr in den Gartensaal der Vilcolstadthalle Bad Vilbel ein. Als Gastredner konnte der Hessische Justizminister Prof. Dr. Roman Poseck gewonnen werden, der über das Thema „Vertrauen in Demokratie und Rechtsstaat stärken“ sprechen wird. Bereits vor Beginn des Neujahrstreffens laden die Christdemokraten ab 15:30 Uhr zu einem Sektempfang ein. Im Anschluss an die Veranstaltung wird wieder eine Gulasch-Suppe angeboten. Alle interessierten Bürger sind eingeladen. Der Eintritt ist kostenlos.

## Tischtenniscamp des TV Bad Vilbel

**Bad Vilbel.** Die Tischtennisabteilung des TV Bad Vilbel plant erneut ein Sommercamp. Interessierte können intensiv an ihren Fähigkeiten im schnellsten Rückschlagspiel der Welt feilen. Mit bewährtem Konzept ist das Camp in der letzten Woche der Sommerferien (19. bis 23. August) von 10 bis 15 Uhr. „An diesen fünf Tagen wollen wir, der Trainer Harry Felder und ich, Kindern zwischen 8 und 12 Jahren den Tischtennis- und Vereinssport spielerisch näherbringen“, erläutert Abteilungsleiter Peter Kervin. Die Lokalität für das Camp ist die Turnhalle des TV Bad Vilbel in der Huizener Straße 22-24. Anmeldungen und Fragen über PEK69@t-online.de.

## Erfahrungen mit Demenz

**Bad Vilbel.** Das Café Kleeblatt, Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz, bietet wieder eine offene Gesprächsgruppe „Begleitung von Menschen mit Demenz“ an; das Treffen findet am Donnerstag, 25. Januar im AWO-Treff, Wiesengasse 2, Bad Vilbel, 19:00 - 20:30 Uhr statt. Die Gesprächsgruppe wird von Karin Lotz geleitet. Familienmitglieder von Menschen mit Demenz sowie alle am Thema Interessierte sind herzlich willkommen. Eigene Erfahrungen sowie Fragen zum Umgang mit demenziell veränderten Menschen können in der Gruppe besprochen werden. Die Teilnahme ist kostenlos. Ein vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

## Medizin

ANZEIGE

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 Knieschmerzen. 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 aufge-

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.**

### 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.

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 Stoffwechselforgänge 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 D11. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. • RUBAXX SCHMERZGEL. Wirkstoff: Rhus toxicodendron D11. 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

Angebote gültig vom 22.01. – 27.01.2024

Jede Woche erfrischende Angebote!

**logo**  
GETRÄNKE • FACHMARKT

**Leikeim Bier**

diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 4,50 € Pfand,  
1l = 1,30 €



**12.99** **11.99\*\***  
1l = 1,20 €

**Holsten Pilsener**

Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,05 €



**Radeberger Pilsner**

Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,40 €



**Urfränkisches Landbier**

hell,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,40 €



**Keiler Bier**

diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 4,50 € Pfand,  
1l = 1,40 €



**Licher Bier**

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



**Ayinger Bier**

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



**König Ludwig Bier**

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



**Budweiser Budvar**

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



**Paulaner Original Münchner Hell**

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



**Elisabethen Quelle Mineralwasser\***

diverse Sorten,  
Kasten = 6 x 1 l,  
zzgl. 2,40 € Pfand,  
1l = 0,83 €



**RhönSprudel Mineralwasser**

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



**Bad Brückener Mineralwasser**

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



**Mio Mio**

diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 0,5 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 1,33 €



**Förstina Schorle**

diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 0,94 €



**Aktion! Azur Mineralwasser\***

diverse Sorten,  
2 Kasten á 12 x 1 l,  
zzgl. 9,90 € Pfand,  
1l = 0,50 €



**Coca-Cola Kombikiste**

teilweise koffeinhaltig,  
Kasten = 6 x 1 l,  
zzgl. 2,40 € Pfand,  
1l = 1,33 €



**Heil Apfelsaft, Apfelwein\***

diverse Sorten,  
Kasten = 6 x 1 l,  
zzgl. 2,55 € Pfand,  
1l = 1,42 €



**Lipton ICE Tea**

diverse Sorten,  
Koffeinhaltig,  
1,5 l - Flasche,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
1l = 0,66 €



**Rockstar Energy**

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



**Captain Morgan**

White Rum Mojito,  
Original Spiced Gold & Cola,  
teilweise koffeinhaltig,  
0,25 l - Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
1l = 7,96 €



**Moselland Akzente**

diverse Sorten,  
0,75 l - Flasche,  
1l = 5,32 €



**Yeni Raki**

0,7 l - Flasche,  
1l = 19,99 €



**Die neue logo Getränke App**

Jetzt downloaden,  
sparen & gewinnen!



www.logo-getraenke.de

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

NEU



1x iPhone 15  
1x 2 Konzertkarten  
Peter Fox  
Domplatz Fulda

**Asbach Uralt**  
0,7 l - Flasche,  
1l = 15,70 €

**10.99**



+ 1 Flasche  
Coca-Cola 1 l  
GRATIS!\*\*  
zzgl. Pfand 0,15 €

**Schlitz**  
Whisky Liqueur\*  
0,5 l - Flasche,  
1l = 33,98 €

**16.99**



\*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.

## Wie nasser Putzlappen

Kann man korkenden Wein noch trinken?



Der Wein schmeckt komisch? Dann sollte man den Riechtest machen. *Erinnert der Geruch eher an einen nassen Putzlappen, dann korkt er.*

Foto: Christin Klose/dpa-mag

Man sieht es ihm nicht immer an, auch der Verschluss sieht meist noch tadellos aus - und dennoch schmeckt der Wein oder Sekt irgendwie komisch. Schnell kommt dann die Frage auf: Hat man nur eine Sorte gewählt, die einem nicht schmeckt oder korkt der Tropfen? Wie man da sicher geht, erklärt Ernst Büscher vom Deutschen Weininstitut (DWI). *Wie erkennt man, ob die Flasche korkt?*

Ernst Büscher: Was man glaubt zu schmecken, riecht man eigentlich auch. Deshalb sollte man beim ersten Verdacht zunächst die Nase nutzen. Insbesondere unsere Weißweine und Sekte sind empfindlich für die Beein-

flussung durch den Korken. Sie sollten eine klare Frucht und Frische haben - beim Weißburgunder etwa erinnert der Duft an Zitrusnoten, beim Grauburgunder geht es Richtung Birne.

Wenn der Geruch aber dumpf ist und an einen nassen Putzlappen erinnert, ist das ein eindeutiges Zeichen, dass Kork Einfluss auf den Geschmack genommen hat. Das Gemeine ist nur, dass das nicht von heute auf morgen passiert, sondern sich entwickelt. Zu Beginn verliert der Wein seine Brillanz - vergleichbar mit einem Grauschleier über einem Bild. Viele denken dann, der Wein schmecke langweilig.

Bei Rotweinen ist diese Entwicklung noch schwerer zu erkennen. Wenn der Wein eine intensive Aromatik mit beerigen Noten oder Röstaromen aus dem Barrique und viele Gerbstoffe mitbringt, ist es schwieriger, Fehltonen herauszuschmecken. Da passiert es selbst Profis schon mal, dass sie muffige Noten nicht erkennen. *Was macht man mit einem korkenden Wein?*

Wegschütten, denn der ist verdorben. Er eignet sich auch nicht mehr zum Kochen.

Übrigens können auch Flaschen mit Schraubverschlüssen «korken», beispielsweise wenn die Verschlüsse direkt neben Kartons gelagert wurden.

## Nix mit Bienchen und Blümchen

Mit Kindern Klartext reden

Woher kommen Babys? Was unterscheidet Jungen und Mädchen? Dass kleine Kinder irgendwann solche Fragen stellen, ist zu erwarten. Eltern sollten darauf in Ruhe antworten und beispielsweise Geschlechtssteilen keine Spitznamen geben. Das rät die Sexualpädagogin Mareike Brede in der Zeitschrift «Baby und Familie» (Ausgabe 9/2023).

Am besten sprechen Eltern von Anfang an mit Kindern über Sexualität. Denn das Thema umfasst viel mehr als den reinen Geschlechtsverkehr - dabei geht es auch um Körper, Nähe, Identität und Beziehungen, erklärt Brede. Das Wissen über den eigenen Körper ist ein wichtiger Aspekt, wenn es um Aufklärung geht.

Es ist gut, wenn Kinder ganz selbstverständlich mit Begriffen wie Penis oder Vulva aufwachsen. Bezeichnungen wie Pullermann oder Mumu seien in Ordnung - «solange das Kind die konkreten Begriffe kennt», so die Expertin. Abstrakte Begriffe wie «Schmuckkästchen» seien hingegen gefährlich. Denn dann würden Kinder unter Umständen nicht verstehen, wenn sie Schmerzen haben oder Hilfe brauchen, warnt Brede.

Kinder sind unterschiedlich neugierig. Sollte der Nachwuchs nicht von sich aus fragen, könnten Eltern kurz vor der Grundschule damit beginnen, ihr Kind aufzuklären.



*Kinder haben viele Fragen zu Sex und nackten Körpern: Eltern sollten dieser Neugier entspannt begegnen und in Ruhe antworten.*

Foto: Andrea Warnecke/dpa-mag

Damit sie im Unterricht nicht damit überrumpelt werden. Dabei können auch Bücher helfen - damit Sexualität gar nicht erst ein Tabuthema wird.

## Lieber gleich tätig werden

Küchentipp: So wird die Mikrowelle ohne Mühe sauber

Dieser einfache Trick lässt selbst angetrockneten Schmutz im Innenraum der Mikrowelle mit einem Wisch verschwinden: Sie geben vorher eine Tasse oder einen Suppenteller mit Wasser in das Gerät und erhitzen es. Der entstehende Wasserdampf weicht die Verkrustungen auf, so dass sie sich danach recht einfach mit einem Schwammtuch entfernen lassen. Darauf noch ein wenig Wasser und Spülmittel geben, rät der Industrie-

verband Körperpflege- und Waschmittel (IKW).

Am besten ist es aber, Verschmutzungen direkt wegzuwischen, wenn sie noch frisch sind. Der IKW rät dafür ebenfalls zum Schwammtuch, das mit Wasser und etwas Handgeschirrspülmittel befeuchtet wird.

Der Drehteller der Mikrowelle lässt sich zum Reinigen auch einfach herausnehmen und sogar in die Spülmaschine geben.



*Mit dampfendem Wasser und einem Wisch verschwindet Schmutz wie von selbst.*

Foto: Christin Klose/dpa-mag

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: Obwohl beim Eincremen als auch bei einem Fingerbad werden die Nägel nur kurzfristig mit der nötigen Feuchtigkeit versorgt. Um stattdessen langfristige 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

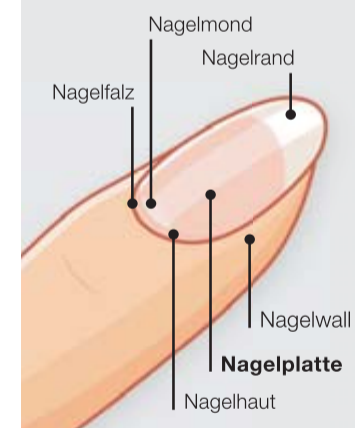
In idealer Kombination vereint finden sich all diese Wirkstoffe in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten. Das hochwertige Präparat kommt aus Österreich und ist dort bereits seit Jahren das meistverkaufte Produkt für feste Nägel.\* Seit einiger Zeit ist es nun auch in Deutschland erhältlich und überzeugt 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 IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 10/2023.

## Aufbau eines Fingernagels



Im Nagelaufbau erfüllt jeder Teil eine wichtige Funktion.

**Die Nagelplatte und der Nagelrand schützen vor Verletzungen, der Nagelwall vor Eindringen von Bakterien.**

Bei trockenen, spröden Nägeln gilt es vor allem die Nagelplatte mit den richtigen Nährstoffen zu versorgen.

## 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, bestellen Sie Ihre Apotheke Dr. Böhm® Haut Haare Nägel gerne für Sie. PZN: 15390975

## Leben mit links

Was für Linkshänder sinnvoll ist

Mit links schreiben ist nicht weiter ungewöhnlich. Trotzdem gibt es für Linkshänder Hürden. Welche es gibt und worauf Eltern achten sollten - die wichtigsten Fragen und Antworten.

**Wie entsteht Linkshändigkeit?** Eine Antwort auf diese Frage suchen Wissenschaftler noch. Vermutlich sind verschiedene Faktoren dafür verantwortlich, dass bei Linkshändern die rechte Gehirnhälfte und damit die linke Hand dominiert. Die Tatsache, dass die Kinder linkshändiger Eltern häufiger ebenfalls die linke Hand bevorzugen, deutet auf eine genetische Komponente hin.

Aber auch andere Einflüsse spielen wohl eine Rolle. Ob die rechte oder linke Hand dominiert, wird bereits im Mutterleib angelegt und zwar bei der Ausbildung des Rückenmarks, fanden Forscher der Ruhr-Universität Bochum heraus.

**Wie erkennt man Linkshändigkeit, was sollten Eltern beachten?**

Ob links oder rechts, das zeigt sich bei einigen Kindern schon sehr früh - und bleibt bei anderen lange unklar. Aufmerksam hinzuschauen, aber die Händigkeit vor dem Kind nicht zu thematisieren, «damit man es nicht in seinem Verhalten beeinflusst», rät Johanna Barbara Sattler, die 1985 in München die erste Beratungsstelle für Linkshänder in Deutschland gründete.



*Wenn unklar ist, ob ein Kind Links- oder Rechtshänder ist, sollte das bereits vor der Einschulung getestet werden. Sonst hat es ein Linkshänder-Kind beim Schreiben oder Basteln etwa mit der Rechtshänderschere unnötig schwer.*

Foto: Zeljko Dangubic/Westend61/dpa-mag

Mit welcher Hand der Stift oder der Löffel gehalten werden, ist nur bedingt aussagekräftig: «Kinder passen sich oft unbewusst an eine rechtshändige Umgebung an», sagt Sattler.

Achten sollte man deshalb besonders auf die kleinen spontanen Bewegungen: Mit welcher Hand deutet das Kind auf Gegenstände, wie kratzt es sich an der Nase?

Bleibt dennoch unklar, ob das Kind Links- oder Rechtshänder ist, rät Sattler zu einer professionellen Testung, nach Möglichkeit schon deutlich vor der Einschulung.

**Sind Linkshänder-Produkte sinnvoll?**

Die Welt ist auf Rechtshänder ausgerichtet. Küchengeräte, Werkzeuge, Maschinen werden so designt, dass Rechtshänder sie gut bedienen können, dass Knöpfe intuitiv erreichbar sind und die Finger ganz automatisch in die Griffmulden finden.

Für Linkshänder funktioniert

das nicht. Bei ihnen muss die Hand entweder einen Umweg nehmen oder sie müssen doch mit rechts agieren. «Doch wenn man die Dinge nicht mit seiner leistungsfähigeren Hand machen kann, wirkt man langsamer und ungeschickter, die eine Gehirnhälfte ist unter-, die andere überfordert», sagt Sattler.

Dass es mittlerweile eine ganze Reihe von Gerätschaften gibt, mit denen sich das vermeiden lässt, sei vielen Linkshändern gar nicht bewusst, sagt Heiko Hilscher, Geschäftsführer des Online-Shops linkshaender.de, zu dem auch ein Laden für Linkshänder-Produkte in Erfurt gehört. Im Sortiment sind beispielsweise Füller und Scheren, Messer und Dosenöffner, Computermäuse und Tastaturen.

**Sport, Musik - wie sieht es in der Freizeit aus?**

Linkshänder zu sein, hat in einigen Sportarten durchaus Vorteile, und zwar immer

dann, wenn man sich Duelle mit direkten Gegnern liefern muss, fanden Wissenschaftler der Universität Kassel heraus. Beim Tischtennis, Fechten oder Tennis seien sie überdurchschnittlich erfolgreich. Grundsätzlich gelte: Werfen oder den Schläger schwingen sollte man mit der Hand, mit der es am besten geht - und kicken mit dem stärkeren Fuß, sagt Johanna Barbara Sattler. Bei Linkshändern ist auch das der linke.

**Zum Rechtshänder umgeschult - ist es sinnvoll, das wieder rückgängig zu machen?**

Bis in die 90er Jahre wurden in Deutschland Kinder spätestens in der Schule von links auf rechts umgeschult. Die über Jahrzehnte eingeübten Bewegungsmuster wieder rückgängig zu machen und der eigentlich dominanten Hand zu ihrem Recht zu verhelfen, ist möglich, aber ein mühsamer Prozess und nicht immer sinnvoll: «Auch die Rückschulung kann zu Belastungsprozessen führen», sagt Johanna Barbara Sattler.

Sie rät, sich vorab beraten zu lassen: «Ich schaue mir dabei etwa an, welche Tätigkeiten noch mit der linken Hand erledigt werden.» Eine Rückschulung dauere etwa zwei Jahre - oft müsse sie den anfänglichen Enthusiasmus bremsen, erzählt Sattler: «Viele wollen gleich mit links schreiben, doch das funktioniert in der Regel nicht.»

## Todesgefahr für Vögel

Gummibänder vom Gemüse-Einkauf



Weißstörche mögen Würmer - und Gummibänder, die aussehen wie Würmer. Aber diese können ihnen zum Verhängnis werden.

Foto: Patrick Pleul/dpa-Zentralbild/dpa-mag

Manchmal kommt es auf Kleinigkeiten an: Gummibänder, die im Supermarkt Radieschen, Frühlingszwiebeln und Schnittblumen zusammenhalten und mit diesen auf dem Kompost landen, sind eine Todesgefahr für Vögel. Denn die Tiere halten die Haushaltsgummis für Regenwürmer.

Betroffen ist zum Beispiel der Weißstorch. Dem Landesbund für Vogel- und Naturschutz in Bayern (LBV) werden immer wieder tote Weißstörche gemeldet, bei denen verschlungene Gummibänder im Magen gefunden wurden. «Die Vögel halten die elastischen Gummibänder wegen Form und Konsistenz für Regenwürmer, eine ihrer Leibspeisen», so Weißstorch-Expertin Oda Wieding vom LBV. «Die Tiere

sind dabei nicht in der Lage, den Irrtum am Geschmack zu erkennen.»

Der LBV geht davon aus, dass solche Verwechslungen von Abfällen mit echter Nahrung viele Vogelarten gefährden - vom größeren Rotmilan bis zur kleinen Blaumeise. Sie verheddern sich im Müll oder verschlucken Abfälle, den sie auf Beeten, Feldern und Wiesen finden. Diese Todesursache wird aber nur entdeckt, wenn man die Kadaver medizinisch untersucht - das passiert laut LBV nur in Einzelfällen.

Daher sollten insbesondere Gummibänder nicht mit den Schnittresten von Gemüse oder den verwelkten Blumen auf dem Kompost landen, sondern getrennt davon in den Restmüll kommen.



SONNENSCHUTZSYSTEME

# WINTER AKTION

## 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€** **3.741€**  
inkl. 19% MwSt.

Schneelastzone 2 - 0,85kN/m<sup>2</sup>

**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

**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



SCAN ME




## Autohandel

Barankauf! Fahrzeuge, Pkw, Lkw, Busse, Wohnmobile aller Art, jeder Zustand, mit o. ohne TÜV. Auch Agria o. Motor-/Fahrräder. Faire Preise! ☎ 0177-2802695 auch WhatsApp

## 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

**Finden + Verkaufen**

## Pkw Ankauf

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

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

## Reisemobile

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

Das Motoröl im Auto muss regelmäßig gewechselt werden. Welcher Schmierstoff genau für den eigenen Pkw vom Hersteller freigegeben ist und wie oft ein Austausch fällig wird, steht in der



Ungeöffnete Ölfaschen sind für gewöhnlich bis zu fünf Jahre haltbar, bereits geöffnete Gebinde maximal ein Jahr. Foto: Bodo Marks/dpa-mag

## Tipps zum Schmierstoff

So lange ist Motoröl haltbar

Betriebsanleitung, so der Tüv Süd. Wer sich hier aber mit einem günstigen Angebot seiner Spezifikation bevorraten will, sollte beachten: Ungeöffnete Dosen sind für ge-

wöhnlich bis zu fünf Jahren haltbar, wenn sie kühl und trocken gelagert werden, so die Prüfgesellschaft. Bereits geöffnete Gebinde sind maximal ein Jahr haltbar. Dazu auch etwaige Abfülldaten auf den Dosen oder Flaschen sowie Hinweise der Ölhersteller beachten.

## FundGrube

### Bekanntschäften

**KOMM MIT - BIETE SÜDSEE-ZAUBER ODER SKI-GAUDI UND LIEBE + GLÜCK!**  
**ARCHITEKT RICHARD, 77 J.**, ganz alleinst. und noch beratend als Architekt tätig, Lust ein Haus mit mir zu entwerfen. Ich bin 187cm groß, dynam., gutaussehend, niveauvoll, mit Charisma, treu und zärtlich. Habe ein schönes Zuhause - doch mir fehlt das Wichtigste, die Frau / Partnerin an meiner Seite. Komm bitte mit: Abenteuer-Urlaube, Wochenendtrips - Paris, London oder Rom, egal ... und ich lache gerne, auch über mich selber. Ich wünsche mir eine liebe, natürl. Frau ... bestimmt finden wir uns auf diesem modernen Weg. Weihnachten u. Silvester 2023 war ich „toller Hecht!“ ganz allein mit meiner Weihnachtsgans, die sich allerdings in Ruß auflöste, da ich den falschen Knopf am Backofen drückte: „Selbstreiner!“ der Backofen war verschlossen, so konnte ich noch meiner lieben Gans zuprostern. Aber „2024“ wird alles besser - mit DIR, einer fröhlichen Frau. Beruflich u. finanziell habe ich viel erreicht, jetzt möchte ich Liebe finden, dich verwöhnen, dich liebhaben und unseren Urlaub in die Sonne buchen und glücklich werden mit „DIR“ für immer. Dein pv Anruf ist unsere Chance, Tel.: 0172 - 3712035 od. E-Mail an: RichardWolf@gwz-mail.de

**LIEBE IST EINE BLUME, DIE IMMER WIEDER BLÜHEN KANN!**  
**JOACHIM, verwitwet, Anfang/Mitte 80-jähriger Lehrer**, jetzt Pensionär in besten finanziellen Verhältnissen. Ich möchte mit Ihnen das Leben genießen. Bin ein ganz normaler fröhlicher Lausbub + Gentleman, ein dynamischer, sehr jugendlicher, vitaler Mann, gönne jedem das Beste, bin kultiviert, niveauvoll, hilfsbereit u. mag es, in der Natur zu sein und wandern zu gehen und ich mag Abenteuerreisen, viel lachen, aber auch ernsthafte Gespräche. Das neue Jahr möchte ich gern mit „DIR“ beginnen - wenn wir uns treffen u. es knistert, wird es für immer halten. Weihnachtsurlaub nachholen, ob bei einem Cocktail am weißen Sandstrand od. auf einer romant. Almhütte... „Du entscheidest“. Ich suche kein Abenteuer, sondern eine ehrliche, treue Partnerschaft, die zur Liebkosung der Seele wird u. für immer hält. Unser Glück über pv ist Ihr spontaner Anruf zur Liebe, handy 0172 - 3707138, od. eine E-Mail: Carsten0407@insurat-wz.de. 2024 wird der Start in unser gemeinsames Leben - für immer!

**ICH HALTE DICH IMMER IM ARM + DU ERZÄHLT MIR DEINE TRÄUME + GLÜCK OHNE ENDE!**  
**CARSTEN, 66 J / 1.88**, verwitwet, Dipl. Bau-Ingenieur, jetzt Rentner, aber nicht langweilig. Ich habe ein Segelboot, bin schlank und sportlich und für alle Aktivitäten zu haben. Ich bin ein fröhlicher, großzügiger Mann, gönne jedem das Beste, bin kultiviert, niveauvoll, hilfsbereit u. mag es, in der Natur zu sein und wandern zu gehen und ich mag Abenteuerreisen, viel lachen, aber auch ernsthafte Gespräche. Das neue Jahr möchte ich gern mit „DIR“ beginnen - wenn wir uns treffen u. es knistert, wird es für immer halten. Weihnachtsurlaub nachholen, ob bei einem Cocktail am weißen Sandstrand od. auf einer romant. Almhütte... „Du entscheidest“. Ich suche kein Abenteuer, sondern eine ehrliche, treue Partnerschaft, die zur Liebkosung der Seele wird u. für immer hält. Unser Glück über pv ist Ihr spontaner Anruf zur Liebe, handy 0172 - 3707138, od. eine E-Mail: Carsten0407@insurat-wz.de. 2024 wird der Start in unser gemeinsames Leben - für immer!

### 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

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

Alles aus einer Hand! Fliesen, Vinyl, Malerarbeiten, Sanierungsarbeiten für Wohnungen und Bad. ☎ 01777/3142944 o. 06181/4358764

### Fahrräder

Suche altes Rennrad bis 300€, gerne auch reparaturbedürftig, junger Sammler. ☎ 0172-6945501

### Haushaltsauflösungen

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

Haushaltsauflösung, Entrümpelung, Umzugshilfe, Nachlassankauf, Geschäftsauflösung, Demontage, Problemlösung aller Art. Beratung und Festpreisangebot kostenfrei. Fa. Jakob ☎ 06053/6182193 o. 0157/87095866

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

### Kaufgesuche

Herr Leibnitz kauft an: Pelze aller Art, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernsteinschmuck, Perücken, Puppen, Leder- u. Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelins, 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

### Kaufgesuche

Frau Millie kauft: Pelze, Nerze aller Art, Kleidung, Silber aller Art, Altgold, Bruchgold, Goldschmuck, Zahngold, Möbel, Porzellan, Uhren, Bleikristall, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Silberbesteck, Zinn, Modeschmuck, Teppiche, Perücken, Bücher, Krüge, Münzen, Bernstein, Leder-/Krokotaschen, Antiquitäten, Gardinen, Bilder, Schallplatten, Orden, Ferngläser u. Puppen, kpl. Nachlässe, auch Wohnungsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Werteschätzung, zahle bar vor Ort, tägl. von 7-21.30 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, Gobelins, Möbel, Gardinen uvm. sowie Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Anfahrt sowie Werteschätzung. Zahle Höchstpreis! 100 % seriös u. diskret. Barabwicklung vor Ort. Mo. - So. 8 - 20.30 Uhr, ☎ 06031-7768934

Seriöse Einkäufer: Leder und Pelze, Alt-/Bruch-/Zahngold, Barren, Goldschmuck, Münzen, Uhren, Zahle Goldpreis. Erbschaftsnachlässe, Porzellan, Bilder, Figuren, Bleikristalle, Gläser, Hausgeräte, Schmuckkästen, Teppiche, alte Schuhe, Briefmarken, Deko, Modeschmuck, Silber, Perlen, Zinn. Kostenlose Anfahrt, zahle absolute gute Preise, zu 100% seriös diskret, Barzahlung vor Ort 100%, Mo.-So. von 8-20 Uhr. ☎ 0178/3203866

Achtung, hier ist euer / eure Sammler/-in! Wir suchen Zinn, Silberbesteck, def. Uhren, Münzen aller Art, Orden u. Militärsachen, Bernsteinketten, Pelze aller Art, Ferngläser, Fotoapparat. Machen Sie Ihre alten Sachen zu Geld! Wir zahlen bar und seriös. Anruf auch am Wochenende. ☎ 06183/8181819 oder ☎ 06183/8182651

Info! Timo su. Pelze aller Art, Zinn, Silber, Gold, Modeschm., Korallen, Münzen, def. Uhren, Teppiche, Bernsteine, Flohmarktsa., Möbel u. Militärs., zahle bar u. fair, komme auch am WE. ☎ 06181-3029629

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

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

### Nachhilfe

Erteile Nachhilfe in Mathematik bis Klasse 13; auch Vorbereitung auf Abschlussprüfungen. ☎ 06051-71862

### 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

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

### Teppichreinigung

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

### Verkäufe

1A Trapezbleche auf Maß direkt v. Hersteller. 5% Online-Rabatt + Lieferung bundesweit. ☎ 03685/40914-143 www.dachbleche24-shop.de

### Verkäufe

Tiefpreisangebote im Möbelland. Küchen + Möbel zu Fabrikpreisen. Neuste Küchen + Möbelmodelle garantiert günstiger als vergleichbare Mitbewerber bei 100% Qualität + 100% Garantie. Einige Ausstellungsküchen + Modelle noch bis zu 67% günstiger. Alle direkt + sofort. Neu dieses Jahr bei Kauf einer komplett Küche Geschirrspüler für 1.- € Möbelhallen Neuberg. Im Unterfeld 2, 63543 Neuberg. Mo.-Fr. 10-18 Uhr, Sa. bis 16 Uhr. ☎ 06183-8991911

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

**VICTORIA** Ober-Rosbach! Gem. MBI  
rosbacher-erotikparadies.de  
**06003-6346**

Lena, Massage, Hausb., 0177-5694832

### Erotik

Nachte Rentnerin (67) 01523-3284034

... auch als kostenloses epaper  
**Mittelhessen-Bote**  
www.bote.de

### IMPRESSUM

**Mittelhessen-Bote**  
mit Kreisausgaben  
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: Thomas Weh  
Anzeigen/Key-Account: Johanna Röder  
Vertriebsleiter: Ronald Schmidt

Anzeigennachnahme:  
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. 37/50.

Der Mittelhessen-Bote erscheint mit den Regionalausgaben Gelnhäuser Bote, Hanauer Bote, Maintaler Bote, Langenselbolder Bote, Schlüchtern Bote, Fuldaer Land-Bote, Wetterauer Wochen-Bote, Biedinger Bote, Oberhessen-Bote. In der Ausgabe Main-Kinzig-Bote werden die amtlichen Bekanntmachungen des Main-Kinzig-Kreises und folgender Städte und Gemeinden veröffentlicht:

Gelnhausen - Mittelteilungsblatt; Langenselbold - Langenselbolder Bote; Wächtersbach - Wächtersbacher Stadtanzeiger;

Gründau - Gründauer Anzeiger; Freigericht - Freigerichter Bote; Hasselroth - Hasselrother Anzeiger; Linsengericht - Linsengerichter Anzeiger; Biebergöndel - Wochenblatt Biebergöndel.

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](mailto: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

## 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

2

3

4

5

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

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ/Wohnort

Telefon (für evtl. Rückfragen)

DE

IBAN

BIC

Bank

Datum, Unterschrift

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

Chiffre-Anzeigen ZUSÄTZLICH Chiffre-Gebühr von 5,- € (eingehende Zuschriften werden Ihnen zugestellt)  Rechnung Bei Rechnungsstellung werden 7,50 € Bearbeitungsgebühr zzgl. MwSt. berechnet  sollen abgebucht werden (bitte Bankverbindung eintragen)

# Immobilienmarkt

## Günstig zu Eigentum?

Geschenkte Immobilie: Recht und Pflicht

Wer eine Immobilie geschenkt bekommt, kommt verglichen mit Kauf und Neubau günstig zu Eigentum. Und was dann? Einziehen, verkaufen, vermieten, umbauen? Alles das ist möglich: Beschenkte haben als neue Eigentümer die gleichen Rechte wie ihre Vorgänger - und die gleichen Pflichten.

Grenzen setzen lediglich Gesetze und mögliche Vereinbarungen im Schenkungsvertrag.

Prüfen sollten Neueigentümer, ob für ihr Haus eine Pflicht zur energetischen Sanierung besteht und wie aufwendig diese wird. Das hängt insbesondere vom Zustand und der Ausstattung der Immobilie ab.

Hinzu kommt, dass sowohl bei Häusern als auch in WEG häufig Sanierungsstau existiert, der irgendwann teuer abgear-



Immobilie geschenkt bekommen? Dann ist das nicht nur ein Privileg, sondern auch eine Verpflichtung.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

beitet werden muss. Unter Umständen ist die geschenkte Immobilie dann doch nicht mehr ganz so günstig.

### Garagen

Garagen, Lager, 4 - 38 m<sup>2</sup>, in gepfl., sicherer Liegenschaft, 3 Min. vom Amtsgericht HU entfernt. ☎ 01520-2311680

Ab 01.02.2024 steht die Garage in der Stolzenhald Str. 24, 63628 Bad Soden-Salmünster zur Miete zur Verfügung. ☎ 0160-7756534

### Grundstücke

Zu amtlichen Preisen suchen wir ständig Gärten, Äcker, Wiesen zum Kauf bzw. für vorgemerkte Kunden. **Grasmück GmbH**, 63654 Büdingen Tel. (06042) 6691 oder 01 71-5734404

### Immob.-Gesuche

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

Hufschmid sucht Bauernhof in Alleinlage! Fvl Makler Tel. 060 21-4 42 44 00

### Mietgesuche

Männl., Single, 47 J. mit Festanstellung in Frankfurt, sucht ab sofort zwischen Maintal u. Freigericht u. Umgebung eine kl. Wohnung, KM bis max. 400,- € ☎ 0151/10952328

### Mietgesuche

Suche, von Privat, zur Miete, 3 Zimmerwohnung ca. 85cm<sup>2</sup>, ab Juli 2024 im Raum Gelnhausen. elli-michi2201@t-online.de

Suche 1-2 Zi. Wohnung in Biebergemünd-Wirtheim oder Biebergemünd-Kassel ☎ 0176/20962236

### Vermietungen

Wächtersbach-Stadt, 1ZKB mit EBK, 54m<sup>2</sup> Appartement, eig. Terrasse, Gartenmitbenutzung, 600€ + NK + 3MM Kautions als Einlieger-Wgh. zum Erstbezug frei. ☎ 0176/6406640

Wohnung zu vermieten Wächtersbach Innenstadt, zentrale Lage, Dachgeschosswohnung, 3 Zimmer, Küche, Bad, Balkon frei ab 1.2.24. 510,-€ + Nebenkosten. Chiffre 79988

Freigericht-Bernbach ca. 50m<sup>2</sup> 2Zi-K-Bad. Ebenerdig, sofort frei. Ideal 1 Person oder Mutter mit Kind. Miete 330,-€ + NK 110,-€. Küchenmöbel vorhanden. ☎ 06055-1721

Bad Orb: DG-Mais.-Wgh., 4 Zi., Kü., Bad, DU, 2x WC, ca. 85 m<sup>2</sup>, Dachterr., ab 01.05.24 frei, KM 750,- € + 200,- € + 2 MM Kt. ☎ 06052/5224 o. 0151/68170059

Büdingen: 2 ZKB, WC, Kellerraum, 500,-€ + Uml. + Kt., ab sofort frei ☎ 06668/287

## StellenMarkt

**TANZ' VOR FREUDE!**

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

- Niddatal
- Karben-Rendel
- Bad Vilbel-Dortelweil
- Friedberg
- Bad Nauheim Stadt und -Steinfurth
- Friedberg Stadt, -Dorheim und -Ockstadt

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 (060 51) 833 292 oder -293 · Telefax (060 51) 833 288  
E-Mail: Vertrieb@gnz.de · Internet: www.dpn-media.de

|                                    |                           |                               |                            |                                 |                             |                       |                        |  |                             |   |                                |
|------------------------------------|---------------------------|-------------------------------|----------------------------|---------------------------------|-----------------------------|-----------------------|------------------------|--|-----------------------------|---|--------------------------------|
| Religions-schaffter                | Abk.: habilitatus         | ältere physik. Energieeinheit | lateinisch: Mensch, Mann   | Lehre vom Licht                 | veraltet: Schulhausmeister  | Nordgermane, Normanne | mit ... und Klang      | Hauptstadt der Türkei                  | griech. Göttin d. Ackerbaus | Unterlage für die PC-Maus (Kurzwe.)   | franz.-belg. Fluss zur Nordsee |
| ein Körperteil                     |                           |                               | Republik China             | österr. Kleingewicht            |                             |                       | Fluss zur Wolga        |  | Heldengedicht               |   | Wahlzettelkasten               |
|                                    |                           |                               |                            | Deck-schicht                    | alt-peruanischer Adliger    |                       |                        |  | Tonart                      |   |                                |
| Götze, Idol                        | Schuhmacherwerkzeug       | Moorbad in Bayern (Bad ...)   |                            |                                 |                             |                       | Wahlübung im Sport     |  | Sportgerät der Werfer       | dt. Schriftstellerin (Luise) † 2002   | Hohheitszeichen                |
|                                    |                           |                               |                            |                                 |                             | Staat in Westafrika   | Truppenunterkunft      |  |                             |   |                                |
| med.: Schlüsselbein (veraltet)     | kommentieren, feststellen | wadenlange Kleidung           |                            | Gesichtsausdruck                | spött.: schöner Mann (frz.) |                       |                        |  | Stück Kautabak              |   |                                |
| Universität, Hochschule (2 Wörter) |                           |                               |                            |                                 |                             |                       | Wundstarrkrampf        | aktualisierte Computersoftware (engl.) |                             | südt.: Junge  | weibl. Vorname                 |
| nicht übereinstimmend              | ugs.: heran               |                               | US-Präsident (1969-1974) † | franz. Schriftsteller (André) † | Ge-stein-sart               | Beküm-merheit         |                        |  |                             |   |                                |
| an etwas zurückdenken (sich ...)   |                           |                               |                            |                                 |                             |                       | Fahrrad mit Hilfsmotor | Zahlwort                               | Teil der Schiffs-takelung   |   |                                |
| Bast-faser, China-gras             |                           |                               |                            | verwe-sender Tier-körper        | poet.: Sage, Kunde          |                       |                        |  |                             | <b>AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS</b><br>■ H ■ P ■ S ■ V ■ F ■ I ■ ■ ■ ■ ■<br>■ R ■ I ■ M ■ E ■ S ■ S ■ E ■ U ■ N ■ A ■ S ■ U ■ E ■ S ■ ■<br>■ D ■ R ■ A ■ N ■ K ■ R ■ O ■ N ■ E ■ R ■ B ■ E ■ D ■ I ■ A ■ ■<br>■ L ■ U ■ S ■ T ■ L ■ O ■ S ■ F ■ R ■ A ■ D ■ N ■ A ■ G ■ E ■ L ■ ■<br>■ F ■ I ■ N ■ C ■ A ■ N ■ F ■ U ■ A ■ D ■ H ■ A ■ ■ ■<br>■ C ■ A ■ S ■ T ■ R ■ A ■ H ■ L ■ D ■ E ■ K ■ R ■ E ■ T ■ ■<br>■ K ■ A ■ R ■ D ■ I ■ O ■ T ■ P ■ A ■ R ■ I ■ A ■ ■ ■<br>■ P ■ A ■ R ■ A ■ N ■ L ■ A ■ R ■ A ■ M ■ I ■ E ■ S ■ ■<br>■ I ■ N ■ K ■ A ■ R ■ E ■ L ■ K ■ K ■ M ■ I ■ A ■ U ■ ■<br>■ P ■ E ■ N ■ N ■ I ■ I ■ B ■ A ■ D ■ E ■ W ■ A ■ N ■ N ■ E ■ ■<br>■ L ■ A ■ S ■ T ■ I ■ L ■ O ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■<br>■ R ■ U ■ H ■ P ■ O ■ T ■ T ■ U ■ G ■ L ■ I ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■<br>■ R ■ E ■ U ■ S ■ R ■ I ■ V ■ E ■ R ■ I ■ S ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■<br>■ A ■ R ■ T ■ E ■ R ■ I ■ E ■ T ■ A ■ N ■ D ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■<br>■ 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    |                       |                        |  |                             |   |                                |
|                                    |                           |                               |                            | Verkehr-sweg                    |                             |                       |                        |  |                             |   |                                |

## StellenMarkt

### Und mein Urlaub?

Arbeitsrecht bei einem Jobwechsel

Der Urlaubsanspruch ist die «heilige Kuh» im europäischen Arbeitsrecht. So formuliert es Alexander Brederick, Fachanwalt für Arbeitsrecht in Berlin. Dass gesetzlicher Urlaub bei einem Arbeitgeberwechsel unter den Tisch falle, könne daher im Grunde nicht passieren. Der gesetzliche Urlaubsanspruch liegt bei 24 Werktagen im Jahr - oder 20 Tagen bei einer Fünftagewoche, vertraglicher Urlaub kann mehr sein. Steht ein Wechsel an, nehmen Beschäftigte in der Regel bis zum Stichtag den Urlaub, der ihnen bei der alten Stelle zusteht. Ansonsten müssen noch offene Urlaubstage finanziell abgegolten werden: «Das gilt als genommen», sagt Brederick. Beim neuen Arbeitgeber



Wer im Laufe des Kalenderjahres den Job wechselt, muss dem neuen Arbeitgeber unter Umständen eine Bescheinigung über den bereits genommenen Urlaub vorlegen.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

steht einem Beschäftigten dann erneut anteilig Urlaub zu.

### Stellengesuche

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

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

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

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



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 (060 51) 833 104 · Telefax (060 51) 833 120  
E-Mail: Personal@gnz.de · Internet: www.dpn-media.de

### Stellenangebote

Betreuungspersonen im Kreis Hanau und MKK auf Honorarbasis gesucht. Auch perfekt für rüstige Vorrührständer\*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)

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

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

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

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.

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

Wir suchen für unser Team im Autohaus Fischer-Schädler GmbH zum sofortigen Eintritt eine/n (m/w/d)

**Hol- und Bring-Fahrer/in (m/w/d)**  
von Mo. - Fr. auf 538-€-Basis. Wir freuen uns über Ihre schriftliche Kurzbewerbung. Diese können Sie gerne an **Autohaus Fischer-Schädler GmbH** Frau Fischer-Weitzel Zeppelinstr. 13-15 61118 Bad Vilbel senden. Oder per Mail an: bewerbung@fischer-schaedler.de

**Kommunales Center für Arbeit**  
Jobcenter

Anstalt des öffentlichen Rechts des Main-Kinzig-Kreises

Sie suchen eine neue berufliche Perspektive mit sozialpolitischer Verantwortung und einen Arbeitgeber, der Sie in Ihrer beruflichen und persönlichen Weiterentwicklung unterstützt? Dann sind Sie bei uns richtig!

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir für unsere KCA-Zentrale in Gelnhausen

**Sachbearbeiter\*in Personalwirtschaft (m/w/d)**  
im Bereich der Grundsicherung für Arbeitsuchende nach dem SGB II.

Die Stellenausschreibung mit allen relevanten Informationen finden Sie unter: [www.kca-mkk.de/Arbeiten im KCA](http://www.kca-mkk.de/Arbeiten_im_KCA).

Bitte bewerben Sie sich direkt über unser Jobportal.

[www.kca-mkk.de](http://www.kca-mkk.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](mailto:interviewer@ifd-allensbach.de)  
[www.ifd-allensbach.de/das-institut/interviewen-fuer-allensbach/](http://www.ifd-allensbach.de/das-institut/interviewen-fuer-allensbach/)

# 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)  
**28% billiger**  
UVP 13,99  
**9,99\***

**KOMETA**  
Echt ungarische  
**Salami XXL**  
Ungarn – Classic  
1-kg-Packung  
(1 kg = 10,99)  
**21% billiger**  
UVP 13,99  
**10,99\***  
1 kg

**Univer**  
**Delikatesse Creme**  
Ungarn – Zwiebel-, Knob-  
lauch-, Paprika-, Gulaschcreme, Knob-  
lauch-Chili-Gewürz-  
Creme, Zwiebel-Chili-  
Creme oder Paprikamark  
mild oder scharf,  
160-g-Tube (1 kg = 11,19)  
je Tube  
**35% billiger**  
UVP 2,79  
**1,79\***  
3er-Pack

**MOBILNY**  
**Würstchen**  
Polen,  
700-g-Packung  
(1 kg = 7,13)  
**16% billiger**  
UVP 5,99  
**4,99\***  
700 g

**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

**SEBITA**  
**Horalky/Mila**  
Slowakei – Mila:Waffeln  
gefüllt mit einer Milchcreme  
und halbseitig mit Schoko-  
lade überzogen; Horalky: Waffeln mit  
Erdnusscremefüllung  
5x50-g-Packung  
(1 kg = 11,56)  
je 5er-Pack  
**12% billiger**  
zum Vergleich: UVP  
Einzeltopfel = -,-66  
**2,89\***  
5er-Pack

**RIGA GOLD**  
**Fischspezialität**  
in der Dose Lettland –  
Geräucherte Muscheln,  
Thunfisch in Öl 120-g-Dose (1 kg = 20,75),  
Sardinen oder Geräucherte Sprotten in  
Olivöl 240-g-Dose (1 kg = 10,38) je Dose  
**billiger**  
UVP 2,69  
**2,49\***

**DOVGAN**  
**Sprotten Lettland** –  
in grüner Chilisauce, in  
Olivöl mit Zitronen oder  
in pikanter Tomatensauce, 3x100-g-Dose  
(1 kg = 11,10) je 3er-Pack  
**16% billiger**  
UVP 3,99  
**3,33\***  
3er-Pack

**MOBILNY**  
**„Podwawelska“**  
Brühwurst Polen –  
mittelgroß, 520-g-  
Packung (1 kg = 8,63)  
Im Aktions-  
kühlregal:  
**22% billiger**  
UVP 5,79  
**4,49\***  
520 g

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

**PERFECT**  
**Color-/Universal-**  
waschmittel Gel  
5-l-Flasche für 125  
Waschladungen  
(pro Waschgang -,-07)  
je Flasche  
**40% billiger**  
UVP 14,99  
**8,99\***  
125 WL

**Glanz Meister**  
**Geschirrspüler-**  
Trocken-Effekt,  
Alles in 1  
90-Tabs-Packung  
(pro Waschgang -,-09)  
**11% billiger**  
UVP 8,99  
**7,99\***  
Megapack

**Saubermix**  
**Schwämme/**  
Schmutzradierer  
Schmutzradierer XXL 10er-Pack,  
Ergoschwämme XXL 8er-Pack  
oder Profi-Reinigungs-  
schwämme 6er-Pack  
je Packung  
**6er-Pack**  
**2,99\***  
**8er-Pack**  
**10er-Pack**

**Dr. Beckmann**  
**Farb & Schmutz**  
Fänger Mehrweg-  
tuch 1-Stück-Packung  
oder All in 1  
40-Stück-Packung  
je Packung  
**25% billiger**  
zum Vergleich: UVP All in 1 = 3,99  
**2,99\***

**Ernte**  
**Metzgerzwiebeln**  
Deutschland, Kl. I,  
besonders große Gemüse-  
zwiebeln, geeignet für Salate und  
Schmorgerichte,  
Kal. 70/90 +  
80/100 mm,  
3-kg-Netz  
(1 kg = 1,10)  
je Netz  
**3 kg!**  
**3,29\***  
besonders groß

## 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  
Anthrakit-  
Melange  
Grau-  
Melange  
**19,99\***  
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  
Marine/  
Anthrakit-  
Melange  
Damen  
Schwarz/  
Petrol  
Damen  
Beere/  
Schwarz  
**69% billiger**  
UVP 52,95  
**15,99\***  
Auch erhältlich:  
Regelmäßige  
Produkt-  
überwachung  
www.oeko-tex.com

**TREKK STAR**  
**Outdoor-Thermo-Stiefel**  
• Strapazierfähiger Obermaterial-Mix  
• Kuscheles, textiles Warmfutter  
• Profilierte Laufsohle • Damen-Größen 38 – 41  
• Herren-Größen 42 – 45 je Paar  
Damen  
Schwarz/  
Pink  
Herren  
Navy/  
Multi  
Herren  
Schwarz  
**UVP 34,99**  
**19,99\***  
**42% billiger**

**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  
Rhodo-  
dendron  
Herren  
Black Iris  
Extra warmes Sherpa Fleece  
je Ausführung  
**14,99\***

**MB**  
**Winter-Komfort-Boots** für  
Herren • Innenausstattung aus kuscheli-  
gem Warmfutter • Aus pflegeleichtem  
und strapazierfähigem  
Obermaterial • Weich  
gepolsterter Schafttrand  
• Leichte, flexible und  
druckdämpfende PU-  
Laufsohle • Größen  
41 – 45  
Schwarz mit  
je Paar  
Klettverschluss  
Reißver-  
schluss  
Braun mit seitlichem  
Reißver-  
schluss  
**UVP 29,99**  
**21,99\***  
**26% billiger**  
Regelmäßige  
Produkt-  
überwachung  
www.tuv-rheinland.com

**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  
Herren  
Grau/  
Schwarz  
Damen  
Schwarz/  
Burgund  
**4er Pack**  
**10,99\***  
Auch erhältlich:  
Regelmäßige  
Produkt-  
überwachung  
www.tuv-rheinland.com

**Woll-Sneaker** für Damen und Herren  
• Temperaturregulierend und atmungsaktiv  
• Geruchshemmend • Ultraleichte Phylon-Laufsohle mit  
hoher Trittdämpfung • Waschbar bei 30°C (Wollprogramm)  
• Damen-Größen 38 – 41  
• Herren-Größen 42 – 45  
je Paar  
Herren  
Braun/Beige  
Damen  
Schwarz/Burgund  
Herren  
Grau/  
Schwarz  
Damen  
Grau/Schwarz  
**NEU**  
**48% billiger**  
UVP 44,95  
**22,99\***  
Obermaterial und Innenaus-  
stattung mit  
70% Schur-  
woll-Anteil  
Regelmäßige  
Produkt-  
überwachung  
www.tuv-rheinland.com

**TOPTEX**  
**Softshell-Outdoor-Arbeitsjacke** für Herren  
• 96% Polyester, 4% Elasthan • Wärmendes Mikrofleece-Futter  
• Wasserabweisend und winddicht  
• Mit Membran für  
einen optimalen Klima-  
ausgleich  
• Größen  
M (48/50) –  
XXL (60/62)  
Blau/  
Schwarz  
Schwarz/  
Anthrakit  
**je Jacke**  
**19,99\***  
Auch  
online  
BIONIC  
FINISH®ECO  
Wasser- und  
Schmutzabweisend

**TOPTEX**  
**Klarsichtboxen**  
aus robustem Kunststoff  
Made in EU  
2er-Set,  
je Box  
ca. 37x26x  
H 14 cm,  
ca. 10l  
2er-Set,  
je Box  
ca. 33x20x  
H 22 cm,  
ca. 10l  
1er,  
ca. 54x38x H 16 cm,  
ca. 25l oder 1er,  
ca. 37x26x H 26 cm,  
ca. 20l  
Auch erhältlich:  
3er- oder 6er-Set  
je Ausführung  
**6,99\***  
(ohne Inhalt)

**badkomfort**  
**3D-WC-Sitz** mit Absenk-  
automatik • Aus MDF • Hochwer-  
tige, verchromte Metall-Scharniere  
• Passend für alle handelsüblichen  
WC-Becken • Brillanter, scharfer 3D-Effekt  
• Hochwertige, nahtlose Randbeklebung  
• Inkl. Befestigungsmaterial  
Jetzt noch tieferer  
Effekt  
Absenk-  
automatik  
Delfin  
mit 3D-  
Bewegungs-  
motiv  
Seestern  
Meereswelt  
Orchidee  
je Ausführung  
**25,99\***

\*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](http://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.

**NEU** **DIE NEUE NORMA®-APP IST DA!**  
FILIALANGEBOTE, ONLINE-PROSPEKTE, NORMA24-ONLINESHOP  
DIE GANZE NORMA-WELT IN EINER APP!  
Hier gratis  
downloaden  
oder updaten