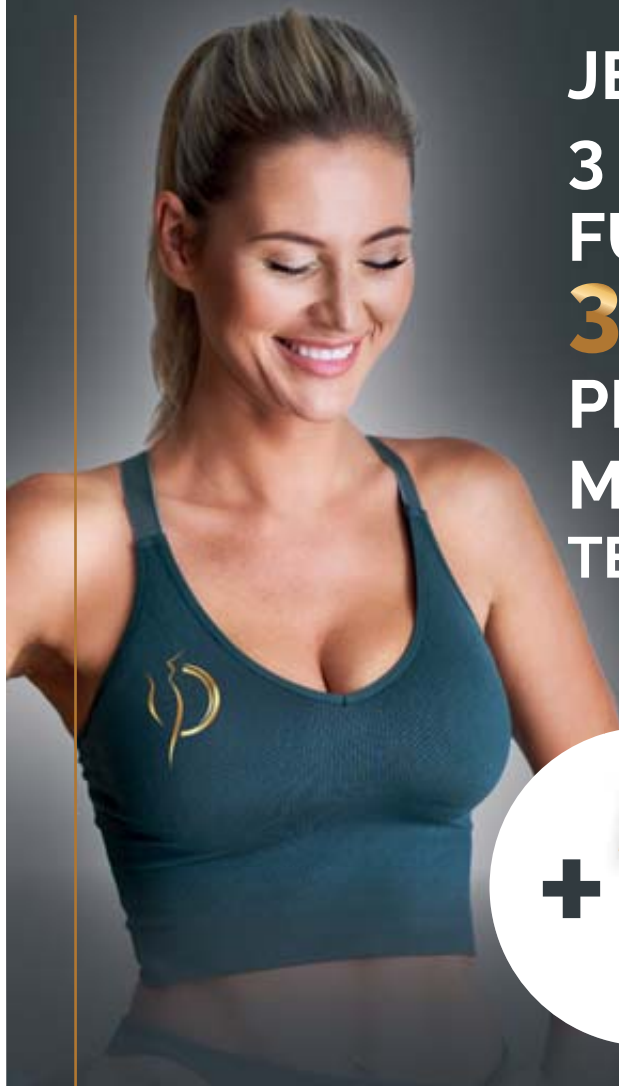


NUR FÜR FRAUEN!



JETZT
3 MONATE
FÜR NUR
39,90 €
PRO
MONAT
TESTEN!



€ 250,-*
STARTBONUS*

Willkommen im **Fitnessstudio** nur für Frauen auf 700m² im ehemaligen Top Fit in Friedberg. Tauche ein in eine moderne **Fitnessoase**, die sich ganz den Bedürfnissen der Frau widmet. Genieße **hochwertige Ausstattung**, **persönliche Betreuung** und ein **inspirierendes Ambiente**.

Entdecke eine exklusive Community, in der **dein Wohlbefinden im Mittelpunkt steht** – der perfekte Ort, um deine Fitnessziele zu erreichen.



E G Y M SMART STRENGTH



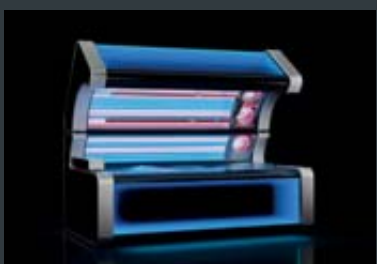
E G Y M SMART FLEX



MATRIX CARDIO



BOOTY BUILDER



SONNENBANK



WELLNESS / SAUNA

Für Frauen die Ziele haben!
Wir bringen dich in Form

*in Verbindung einer Mitgliedschaft ab 12 Monate

BE WOMAN
FITNESS- & BODYLOUNGE

www.be-woman.de

ENTSPANNT & MIT STIL ZUR WUNSCHFIGUR?

Know-How aus der ganzen Welt und die professionellsten Bodyforming-Geräte an einem Ort vereint: das ist BODYLOUNGE.



Die **Bodylounge** im **BE Woman** bietet eine **optimale Ergänzung** zum Sport! Ziele erreichen ist das wichtigste in unseren Konzepten. Fitness und die passende und **abgestimmte Ernährung** ist das eine! **Modernste Technik** die in kürzester Zeit **sensationelle Ergebnisse** im Bereich **Figuroptimierung** bringt das zweite!

Alles einzeln buchbar – gemeinsam unschlagbar!

In unserem Eröffnungsangebot könnt ihr die Behandlungen von **Liposana3** und **Ballancer** für nur **€ 59,-** buchen und euch selbst vom Erfolg überzeugen! 2 Stunden „Auszeit“ die euch begeistern wird!



LIPOSANA3
be yourself - just better...

Erfahre ultimative Entspannung und Revitalisierung mit Ballancer im BE Woman. Unsere modernen Ballancer-Geräte fördern die Durchblutung, reduzieren Cellulite und unterstützen das Lymphsystem. Genieße eine effektive Methode für Stressabbau und verbesserte Regeneration, um deinen Körper optimal auf dein nächstes Training vorzubereiten.



BALLANCER

Entdecke mit Liposana 3 im BE Woman eine innovative Methode zur Figuroptimierung. Unsere fortschrittliche Technologie ermöglicht gezielte Körperformung und strafft die Haut. Erlebe effektive Behandlungen, die deine Figur formen und das Selbstbewusstsein steigern.



**Deine Kennenlern-
behandlung für
€59,- buchen!**



BETTINA EBENER-VOGT
INHABERIN

BE WOMAN Pfingstweide 3 | 61169 Friedberg
info@be-woman.de | Tel. / Whatsapp 0175 900 25 90

Wetterauer Wochen-Bote



Heimat im Blick

mit Ihrem
lokalen Mitteilungsblatt



Was ist besser?

Nackt oder mit Pyjama
ins Bett gehen



KW 8, Samstag, 24. Februar 2024

Das Mitteilungsblatt im Wetteraukreis

Ausgabe H 2

Hallo, liebe Leser

Vor zwei Wochen wurde an dieser Stelle versucht, eine vertonte Märchenstunde des Komikers Otto mit den Worten „Das Lied von den Geschwistern, die durch den Wald gehen“ zu umschreiben. Bei den Geschwistern handelt es sich übrigens um Hänsel und Gretel, die von ihren Eltern im Wald ausgesetzt wurden und sich verirrt haben. Spaziergehen ist irgendwie anders. Dachten sich bestimmt auch die Brüder Grimm. In Hanau wackelte in diesem Moment ein Denkmal. Wortfindungsschwierigkeiten gab es vor Kurzem auch auf der heimischen Couch. Nach dem Nachmittagschlafchen erblickte die bessere Hälfte noch etwas verschlafen die Tierwelt der Doku, die gerne als Begleitung der sonntäglichen Ruhepause über den Bildschirm flimmert. „Ich weiß, was das ist!“, schallt es enthusiastisch: „Ein Rüsselschwein!“ Auf dem Bildschirm ist ein Erdferkel zu sehen ...

Euer Boto

Greenpeace Multimediaschau

Friedberg. Der neue Multimediaavortrag von Markus Mauthe soll in erster Linie eines: Menschen motivieren und zusammenbringen. Am 3. März werden auf der großen Leinwand in der Stadthalle Friedberg faszinierende Fotografien und außergewöhnliche Videosequenzen die Zuschauern mit auf eine Reise zu den sogenannten Klimakippunkten nehmen. Vor Ort besuchten Naturfotograf Markus Mauthe und sein Team Klimaaktivisten der Regionen, die einen Einblick in ihre Arbeit geben. Es entsteht ein facettenreiches Bild unseres Planeten mit großartigen Aufnahmen von Naturschönheiten aber ebenso kritischen Einblicken über Zerstörungen.

Ihr Draht zu uns:

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

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

Frühjahrsputz für die Gesundheitsstadt

Müllsammelaktion „#SauberesBadNauheim“ am 2. März

Bad Nauheim. Achtlos weggeworfene Pizzakartons, Plastikflaschen und diverse Verpackungen – leider liegt auch in der Gesundheitsstadt Bad Nauheim einiges in der Natur herum, was normalerweise in die Abfalltonne gehört. Am Samstag, 2. März, können Bürger:innen bei der Müllsammelaktion #SauberesBadNauheim ab 9 Uhr gemeinsam mit der Stadtverwaltung ein Zeichen gegen illegale Müllablagerungen setzen und sich für ein sauberes Stadtbild engagieren. „Im vergangenen Jahr haben sich rund 250 Bürgerinnen und Bürger an der Aktion beteiligt. Zahlreiche Vereine, Gruppen und Initiativen sind auch diesmal wieder dabei und helfen beim Frühjahrsputz für unsere Stadt. Für die außergewöhnlich hohe Einsatzbereitschaft innerhalb unserer Stadtgesellschaft sind wir sehr dankbar“, berichtet Bürgermeister Klaus Kreß.

Aktion startet um 9 Uhr

In allen Stadtteilen gibt es Treffpunkte für die freiwilligen Helfer:innen: In der Kernstadt am Parkplatz Frankfurter Straße, in Nieder-Mörlen an der Mehrzweckhalle in der Frauenwaldstraße, in Schwalheim am Buxtonplatz, in Rödgen



Sie haben die Müllsammelaktion „Sauberes Bad Nauheim“ in Vergangenheit unterstützt: Erster Stadtrat Peter Krank, Bürgermeister Klaus Kreß, ehemaliger städtischer Mitarbeiter Jürgen Führer, Bürgerin Stefanie Friedmann und Sohn sowie Johannes Herold, damaliger Fachdienstleiter Stadtbildpflege (v.l.n.r.).

am Parkplatz des Sportplatzes, in Wisselsheim in der Ortsmitte am Kastanienhof und in Steinfurth am Parkplatz an der Wetter. „An allen Sammelstellen stehen Mitarbeitende der Stadtverwaltung bereit, um unsere Helferinnen und Helfer einzuweisen. Wir stellen auch Handschuhe, Müllbeutel und Greifzangen zur Verfügung“, informiert Steffen Schneider, Fachbereichsleiter

des städtischen Kur- und Servicebetriebs.

Dankeschön auf dem Bauhof

Zum Abschluss der Gemeinschaftsaktion wird um 12 Uhr in einem Gewächshaus des Bauhofs (Hohe Straße 19) ein Get-Together veranstaltet. Dort gibt es neben Getränken auch einen Imbiss und ein kleines Dankeschön.

Um besser planen zu können, bittet die Stadtverwaltung alle Interessierten darum, sich vorab anzumelden. Info: Anmeldungen für die Aktion #SauberesBadNauheim, am 2. März, nimmt Christina Bamberger vom städtischen Kur- und Servicebetrieb telefonisch unter 06032-343 621 oder per E-Mail an abfallentsorgung@bad-nauheim.de entgegen.

Vogelschutz im Fokus

Die Brut- und Setzzeit: Naturerlebnis auf der Streuobstwiese



Wo alte Baumhöhlen Geschichten erzählen findet der farbenfrohe Grauspecht sein Zuhause. Ein eindrucksvolles Beispiel für die Schutzbedürftigkeit und Einzigartigkeit unserer Natur. Foto: Karl-Hermann Heinz

ven Heckenrückschnitt. Hingegen sind schonende Schnittmaßnahmen zur Beseitigung des jährlichen Pflanzenzuwachses und zur Gesunderhaltung der Bäume weiterhin erlaubt.

Auf Streuobstwiesen sollten trotzdem mit Bedacht Maßnahmen ergriffen werden, da viele Vogelarten in dieser Zeit alte Obstbäume für den Nestbau und die Brutaufzucht nutzen. Daher ist es ratsam, grobe Schnittmaßnahmen an Bäumen und Hecken bis Ende

Februar durchzuführen. Zwischen März und September sollte geprüft werden, ob belegte Nester am Baum oder in Nistkästen und Röhren vorhanden sind. Bei Funden ist es empfehlenswert, die Schnittmaßnahmen auf einen späteren Zeitpunkt zu verschieben. Zudem ist es förderlich, Stämme abgestorbener Bäume zu belassen, denn der Erhalt dieser natürlichen Strukturen unterstützt die Biodiversität und trägt dazu bei, dass unsere Streuobst-

wiesen weiterhin vielfältige Ökosysteme bleiben. Für vertiefende Informationen zur optimalen Pflege und zur Ökosystemleistung von Streuobstwiesen bietet der Naturschutzfonds verschiedene Kurse und Veranstaltungen an. Aktuelle Termine und weitere Informationen finden Interessierte auf der Homepage des Naturschutzfonds Wetterau e.V. unter <https://naturschutzfonds.wetterau.de/bildergalerie/aktuelles/termine>.

Die Streuobstberatung

Die Beratung ist Teil des Projekts „Vorbereitung, Begleitung und Evaluation von Maßnahmen des Naturschutzes und der Landschaftspflege durch den Naturschutzfonds Wetterau e.V.“ und wird durch das Land Hessen im Rahmen der Richtlinie zur Förderung von Landschaftspflegeverbänden gefördert. Bewilligungsstelle ist das Regierungspräsidium Darmstadt. Die Förderung trägt insbesondere zur Umsetzung der Ziele der Hessischen Biodiversitätsstrategie bei.

Beilagen in Teilausgaben



Selbsthilfe-Meile 2024

Wetteraukreis. Am 6. Juli (Samstag) findet die Selbsthilfe-MEILE 2024 statt. Von 10 bis 15 Uhr werden sich Interessierte entlang der Bad Nauheimer Kiespromenade rund um das Thema Selbsthilfe im Wetteraukreis informieren können. Wer einen Stand betreuen möchte, kann sich ab sofort anmelden. Die diesjährige Selbsthilfe-MEILE steht unter dem Motto „Gemeinsam mit anderen – Selbsthilfe macht STARK!“. Veranstalter und organisiert wird sie von der Selbsthilfe-Kontaktstelle des Wetteraukreises. Selbsthilfegruppen, Gesprächskreise, Beratungsstellen, ehrenamtliche Institutionen und soziale Einrichtungen aus dem gesamten Wetteraukreis haben an diesem Samstag die Möglichkeit, ihre Angebote vorstellen und mit Interessierten ins Gespräch zu kommen. Die Selbsthilfelandchaft des Wetteraukreises bietet vielfältige Angebote. An den zahlreichen Infoständen erhalten Besucher kompetent Auskunft. Hier finden Interessierte viele Expertinnen und Experten, die zu den von ihnen vertretenen Themen rund um körperliche und psychische Erkrankungen sowie belastende Lebenssituationen informieren. Wer einen Stand betreiben möchte, kann sich hierfür online unter <https://wetteraukreis.de/selbsthilfe/aktuelles/selbsthilfe-meile/anmeldeformular-zur-teilnahme> anmelden. Fragen beantwortet die Selbsthilfe-Kontaktstelle, Telefon (06031) 83-2345, E-Mail selbsthilfe@wetteraukreis.de.



Ihr Kind hat Probleme beim Lesen, Schreiben (Deutsch/Englisch) oder Rechnen?
Lassen Sie Schule nicht zur Qual werden – Lesen, Schreiben und Rechnen braucht Ihr Kind in jedem Fach.
Wir bieten individuelle Förderung in Deutsch, Englisch und Mathe an. Erstberatung und Test sind kostenlos.

PFI Michael Friesl, www.friesl.net, Telefon (0 60 31) 6 85 38 65



Persönliche Förderung vor Ort und Live-Webunterricht!

Seniorentreff in Friedberg

Friedberg. Das nächste Treffen des Seniorenkreises 55+

der Evangelischen Stadtmission Friedberg findet am Montag, 26. Februar 2024, um 15 Uhr statt. Die Veranstaltung ist im Gemeindehaus der Stadtmission in der Straßheimer Straße 9, mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen durch die Linien 30 und 31 des Stadtbusses, Haltestelle Straßheimer Straße. Das Gemeindehaus ist behindertenfreundlich, alles ebenerdig für Rollator und Rollstuhlfahrer geeignet. Kostenlose Parkplätze sind neben dem Gemeindehaus reichlich vorhanden. Nach einer Kurzandacht gibt es Kaffee und Kuchen, es ist auch Zeit um mit Tischnachbarn ins Gespräch zu kommen. Einige Musikbeiträge geben Gelegenheit zum Mitsingen. Eingeladen sind alle Interessierten aus Friedberg und Umgebung, der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Start der Amphibienwanderung

Artenschutz selbst erleben

Rosbach. Am 9. Februar waren dieses Jahr erstmals wieder Amphibien an der Landesstraße L3352 zwischen Rodheim und Rosbach unterwegs, um sie überqueren zu wollen, was Schutzzäune verhindern - viel zu früh. Normalerweise fängt die Amphibienwanderung in Rosbach Ende Februar an. Doch es ist viel zu warm. Über 5°C und Regen sind für Amphibienwanderungen im Frühjahr optimal. Allabendlich machen sich nun wieder bei entsprechendem Wetter Amphibienschützer der Naturschutzverbände aus Rosbach und Bürger der Stadt Rosbach ehrenamtlich auf den Weg, sammeln die wartenden Amphibien am Zaun ein und bringen sie sicher auf die andere Straßenseite. Neue Helfer sind herzlich willkommen. Auto- und Radfahrer werden gebeten, mit Licht und vorsichtig zu

fahren, um niemanden zu gefährden. Was aktiver Artenschutz bedeutet, wie die Amphibienschützer arbeiten, wie die unterschiedlichen Amphibienarten, die gefunden werden, bestimmt werden und vieles, vieles mehr können Interessierte am Amphibienschutzzaun zur Abenddämmerung (ab ca. 18:30 Uhr) mit Uwe Steib, BUND Rosbach selbst erleben. Anmeldungen an amphibienschutz@bund-rosbach.de. Dauer ca. 2 Stunden. Der Termin am Zaun findet nur bei für Amphibien optimalem Wetter und nach Absprache statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Benötigt werden dem Wetter angepasste, warme Kleidung, Warnweste für jeden, Taschenlampe und Eimer. Kinder müssen mindestens 6 Jahre alt sein und dürfen nur in Begleitung eines Elternteils dabei sein.

Erfolgreiche Rathouserstürmung

Karnevalstrubel in Rosbach

Rosbach. Pünktlich um 15.11 Uhr war es am Samstag, den 10. Februar wieder soweit: Mit einem lauten „Rosbach Rollau!“ zog eine große Schar Närrinnen und Narren vor das Rosbacher Rathaus, um dem Rathauschef den Schlüssel zu entwenden und damit die Herrschaft über das Rathaus zu übernehmen. Dieser zeigte sich jedoch wenig beeindruckt und ließ verlauten, dass er seinen Thron nicht kampflos räumen werde. Doch trotz aller Bemühungen konnten Bürgermeister Steffen Maar sowie die Stadträte Norbert Schön und Ernst Gruner das Rathaus nicht verteidigen. Es half nichts: Mit großem Hehlau eroberte das Hasenspringer-Prinzenpaar Johannes I. und Prinzessin Julia I. schließlich den großen Rathausschlüssel und hisste gemeinsam mit



Bürgermeister mit Schlüssel und Schatzkiste.

der jubelnden Narrenschar die Hasenspringer-Fahne vor dem Rathaus. Obwohl die Närrinnen und

Narren während der Erstürmung wieder mit Würstchen und Getränken besänftigt wurden, plünderten sie zum Ab-

schluss noch die hölzerne Stadtkasse und verteilten den Inhalt an das närrische Volk, bevor sie zum großen Triumphzug durch Rosbach aufbrachen. Bis Aschermittwoch ist das Rosbacher Rathaus nun in Narrenhand und es wird sicher ein gutes Jahr dauern, bis die geplünderte Stadtkasse wieder entsprechend gefüllt ist. Prinz Johannes versprach in seiner Regierungserklärung, dass während seiner Amtszeit nur Spaß, Freude und Frohsinn herrschen werden und betonte, dass diese Tugenden schon während der Amtszeit von Steffen Maar ein hohes Gut gewesen sein müssen. Maar lobte die Karnevalsvereine für die erfolgreiche Kampagne und die vielen Veranstaltungen: „Vielen Dank für Euer Engagement!“

AKTIONSTAGE

Freitag 1. März + Samstag 2. März

porta

FREITAG + SAMSTAG BIS 20 UHR



Pro%z Ente

25%

AUF ALLES

ohne Wenn und Aber*1

NUR BIS SAMSTAG, 02.03.

Exklusiv für dich

Die Protzente präsentiert: Pro%zente



0%*2

FINANZIERUNG

ohne Anzahlung
BIS ZU 150 WOCHEN
zinsfrei

OSTEREIER

PALETTE BUNTE OSTEREIER
30 Stück, Bodenhaltung,
hart gekocht, max. 2 Paletten
pro Kunde, MHD 23.03.2024
69901

je 5.99

Abholpreis



SOLANGE DER VORRAT REICHT

RABATT BIS 02.03.24 GÜLTIG

61118 Bad Vilbel-Dortelweil • Porta Möbel Handels GmbH & Co. KG Bad Vilbel
Industriestr. 2 • Beim Kultur- und Sportforum • Tel.: 06101 601-0 • Öffnungszeiten: Mo-Sa 10-19 Uhr

*1 Nicht in Verbindung mit anderen Aktionen und Rabatten. Aktionsbedingungen beim Onlinekauf siehe porta.de. Gültig nur für Neukäufe und gegen Vorlage des Coupons bis 02.03.2024. *2 0,0% effektiver Jahreszins, keine Anzahlung, Mindesteinkaufswert 150€, monatliche Mindestrate 10€. Verbrauchern steht ab einem Nettodarlehensbetrag von 200€ ein Widerrufsrecht zu. Finanzierung über die Santander Consumer Bank AG, Santander-Platz 1, D-41061 Mönchengladbach. Bonität vorausgesetzt. Gültig nur für Neukäufe bis 02.03.2024.

GVG stoppt Glasfaserprojekt

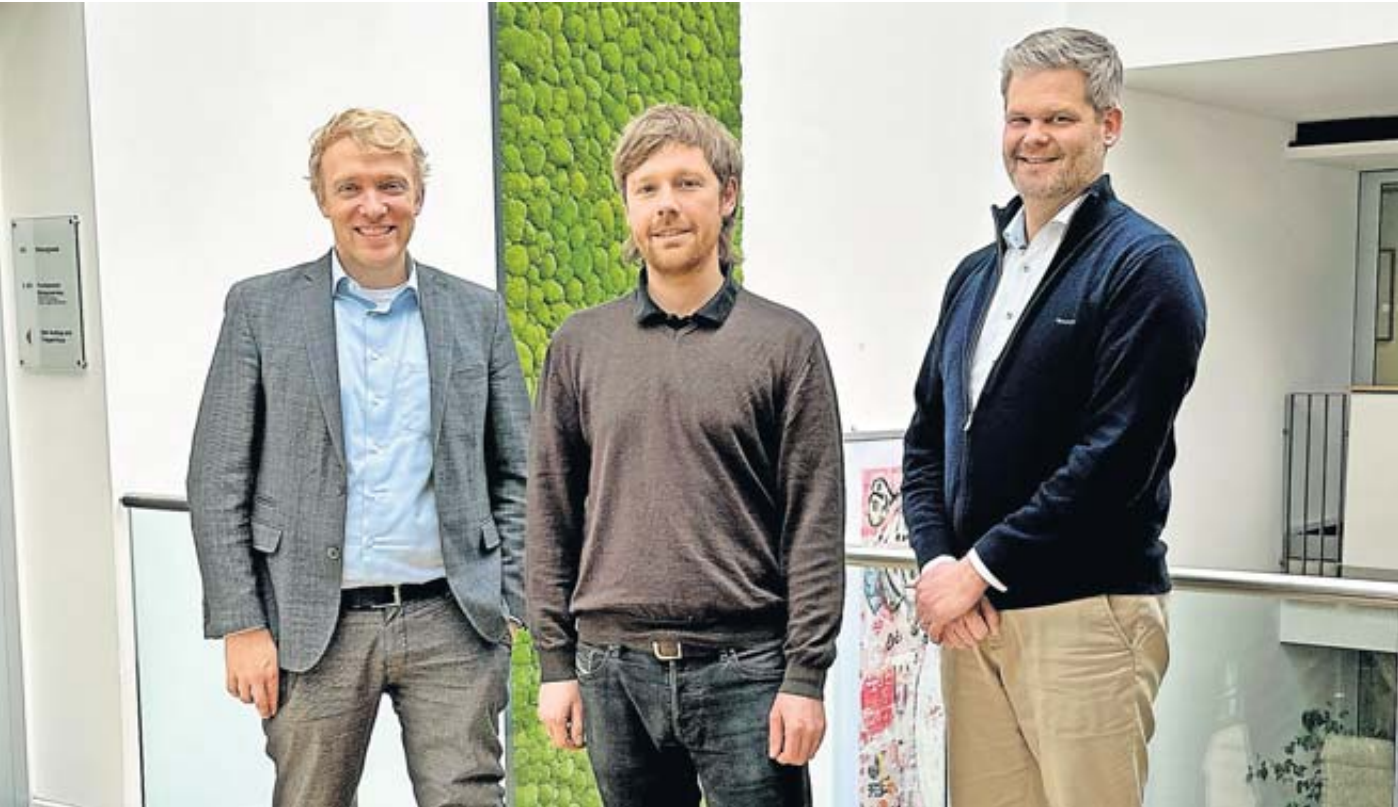
Dahlhaus: Nachricht enttäuschend – Stadt sucht neuen Partner

Friedberg. Die GVG Glasfaser GmbH mit Sitz in Kiel hat offiziell angekündigt, den gemeinsam mit der Stadt geplanten eigenwirtschaftlichen und flächendeckenden Breitbandausbau über die Marke „teranet“ in der Kreisstadt Friedberg zu stoppen. Die Entscheidung, die in einer Pressemitteilung am 16. Februar verkündet wurde, hat in Friedberg große Enttäuschung ausgelöst. Bürgermeister Kjetil Dahlhaus äußerte sich dazu: „Die GVG hat uns vor vollendete Tatsachen gestellt, wir werden wieder bei null starten müssen.“ Gemäß Angaben der Stadt war der Vermarktungsprozess Ende November 2023 abgeschlossen, jedoch gab es seitdem keine Kommunikation aus Kiel, trotz mehrfacher Kontaktaufnahme der Stadt Friedberg, um sich über den Fortschritt zu informieren. Dies führte zu Besorgnis, wie Dahlhaus betonte: „Die lange Informationspause der GVG ließ bereits nichts Gutes erahnen.“ Erst nach einem dringlichen Schreiben des neuen Bürgermeisters kam es am 15. Februar 2024 zu einer Videokonferenz zwischen Stadt, Stadtwerken und der GVG. Dabei teilte der für Friedberg zuständige Sprecher der GVG mit, dass das Projekt in Friedberg nicht weiterverfolgt werde, da die Stadtteilübergreifende Quote von 40 Prozent verfehlt

wurde. Bürgermeister Dahlhaus bedauerte, dass die GVG die Stadt nicht frühzeitig informiert und in die Entscheidungsfindung einbezogen habe. Dies hätte möglicherweise Lösungen ermöglicht. Um den Sachverhalt besser zu verstehen, wurden die genauen Ergebnisse der Vermarktung angefragt. In ihrer Pressemitteilung am 16. Februar führte die GVG das Unterschreiten der 40%-Marke und verschlechterte wirtschaftliche Bedingungen als Gründe für den Planungsstopp an. Sie änderte ihre strategische Ausrichtung vorerst, um den Fokus auf bereits bestehende Ausbauprojekte zu legen. Der neue Bürgermeister der Stadt, seit dem 8. Januar im Amt, muss nun mit dem Ausstieg der GVG umgehen. Trotzdem bedeutet dies nicht das Ende des Glasfaserausbau für die Stadt. Sie plant, sich einen anderen Partner zu suchen, um das Projekt fortzusetzen. Allerdings ist dies nicht nur ärgerlich, sondern wirft die Stadt auch zeitlich zurück. Die Stadt wird nun gemeinsam mit einem Beratungsunternehmen ein Markterkundungsverfahren und einen Branchendialog mit Telekommunikationsunternehmen durchführen, um potenzielle Partner zu finden und gleichzeitig Fördermittel für den Ausbau zu beantragen.

Klimaanpassungsmanager eingestellt

Oliver Jenschke erstellt Klimaanpassungskonzept



Heiko Heinzel, Fachbereichsleiter Stadtentwicklung (links) und Matthias Mroncz, Fachdienstleiter Stadtplanung (rechts) freuen sich über die Verstärkung von Klimaanpassungsmanager Oliver Jenschke für die Stadt Bad Nauheim.

Bad Nauheim. Die Gesundheitsstadt hat einen Klimaanpassungsmanager. Oliver Jenschke ist seit Oktober vergangenen Jahres für die Bad Nauheimer Stadtverwaltung tätig. „Für eine lebenswerte und zukunftsfähige Stadt, stellen wir uns proaktiv den sozialen, ökologischen und ökonomischen Herausforderungen“, sagt Bürgermeister Klaus Krefß. Hauptaufgabe des 31-Jährigen ist die Erarbeitung eines Klimaanpassungskonzepts für Bad Nauheim. „Das Ziel ist es, die für Bad Nauheim notwendige Anpassung an den sich vollziehenden Klimawandel systematisch und in Übereinstimmung mit unserem Handeln als Stadt in Puncto Nachhaltigkeit und Klimaschutz anzugehen und umzusetzen“, erklärt der Rathauschef. Die Stelle wird im Rahmen der deutschen Anpassungsstrategie an den Klimawandel vom Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz gefördert. Innerhalb des zweijährigen Förderzeitraums wird Klimaanpassungsmanager Oliver Jenschke ein Konzept erstellen und unterstützt damit den Fachbereich Stadtentwicklung hinsichtlich eines klimaresilienten Städtebaus.

Inhalte des Klimaanpassungskonzepts

Kern eines Klimaanpas-

sungskonzepts ist es, die Stadt Bad Nauheim an das sich wandelnde Klima anzupassen. Dieser Transformationsprozess ist notwendig, um die Stadt und die Menschen, die darin leben, zu schützen und gleichzeitig die attraktiven Lebensbedingungen der Stadt zu sichern und weiterzuentwickeln. Das bedeutet mitunter mehr Schutz vor Extremwetterereignissen, wie Hitzewellen oder Starkregen. Als Bestandteil des Konzepts wird der Handlungsbedarf erfasst und die drängendsten Maßnahmen bestimmt. Es wird eine Klimanalyse und einen Maßnahmenkatalog enthalten. Als Projektzeitraum sind zwei Jahre vorgesehen, in dem bereits erste Maßnahmen umgesetzt werden. Die Möglichkeit einer Anschlussförderung besteht.

Umweltbewusst und engagiert

Oliver Jenschke ist motiviert und engagiert: „Der Brückenschlag zwischen Umwelt und Stadtentwicklung, insbesondere unter planerischen und entwicklungstechnischen Aspekten, reizt mich.“ Er absolvierte in Gießen den Master-Studiengang Umweltwissenschaften und war dort zuletzt als wissenschaftliche Hilfskraft und als studentischer Vertreter im Allgemeinen Studierenden-ausschuss der Justus-Liebig-Universität tätig. In Gießen befindet sich sein Lebensmit-

telpunkt. Sein ehrenamtliches Engagement und Interesse am Themenbereich zeigt er seit Jahren in einem Gemeinschaftsgarten in Gießen, den er mit aufgebaut hat und pflegt. Als aktiver Teil der Gießener Zivilgesellschaft setzt er sich außerdem engagiert für die Zukunft seines Wohnorts ein – so auch im Rahmen der Verkehrswende und einer fahrradfreundlicheren Stadt.

Klimaanpassung zum Schutz der Bürger

Das zu erarbeitende Klimaanpassungskonzept von Klimaanpassungsmanager Jenschke wird naturbasierte Maßnahmen zum Schutz der Stadt und deren Bürger umfassen. Naturbasierte Lösungen stehen im Kontrast zu einem technischen Ansatz, also beispielsweise Hitzeschutz durch eine Fassadenbegrünung anstatt mittels einer Klimaanlage. Die Maßnahmen werden sich harmonisch in Freiraum und Stadtbild integrieren. Heiko Heinzel, Fachbereichsleiter Stadtentwicklung, freut sich über die Verstärkung seines Teams: „Klimaanpassungsrelevante Maßnahmen haben wir bei verschiedenen Projekten der Stadtentwicklung berücksichtigt. Oliver Jenschke wird diese datengestützt, anhand der Klimanalyse, für die Kurstadt ausbauen und ergänzen.“ „Klimaanangepasstes Bauen ist für Bad Nauheim ein wichtiger

Schritt auf dem Weg in eine nachhaltigere Zukunft, weshalb der Klimaanpassungsmanager das Team der Stadtplanung komplettieren wird“, ergänzt Matthias Mroncz, Fachdienstleiter Stadtplanung. Die Anpassung der Stadt an den sich vollziehenden Klimawandel ist eine Herausforderung, die neben dem Städtebau auch weitere Leistungen der Stadt betrifft. Daher arbeitet der Klimaanpassungsmanager eng mit anderen Fachbereichen und den Tochtergesellschaften der Stadt zusammen. Im Juli 2023 startete das Projekt zur energetischen Quartierssanierung im Griebßbreiviertel. Ziel ist es, das Wohngebiet klimabewusster und nachhaltiger zu gestalten. Im Rahmen dieses Vorhabens werden verschiedene Beteiligungsformate angeboten. Am 5. März findet ein Workshop zum Thema Klimaanpassung mit den Akteuren aus dem Quartier statt, bei dem Oliver Jenschke involviert ist. Für Jenschke sozusagen ein Vorgeschmack für die Erstellung des Klimaanpassungskonzepts, in das der Klimaanpassungsmanager ab 2025 auch die Öffentlichkeit einbeziehen wird. Info: Weitere Infos zu den bisherigen und laufenden Maßnahmen für eine nachhaltige und zukunftsfähige Stadt sind auf der städtischen Homepage unter Nachhaltigkeit und Klima auf www.bad-nauheim.de zu finden.

Mittelhessen-Bote
Informativ & vielseitig
Telefon 06051 833-241

„I have a dream“
Englisch für „Senioren“; 50+
Neue Kurse – vor Ort und online
☎ 06031 – 6853867
ELKA: www.friesl.eu

40 Jahre „Die Hesse komme!“

Rodgau Monotones eröffnen Sommer am See

Wölfersheim. Erbarme – zu spät! Die Hesse komme! Es gibt wohl kaum jemanden in der Region, der diese Zeilen nicht kennt und sofort mitsingen kann. Die Charterfolge des Albums „Volle Lotte“ und der Single „Die Hesse komme!“ verhalfen den Rodgau Monotones 1984 zum endgültigen Durchbruch. 40 Jahre ist das nun her und ein Grund zu Feiern! Im Rahmen ihres Jubiläums eröffnet die hessische Kultband die Open Air Reihe „Sommer am See“ in Wölfersheim. Im November 1977 trafen sich fünf Musiker aus dem Großraum Rodgau zum ersten Mal im Proberaum und gründeten die „Rodgau Monotones“. Im Jahr darauf kam mit Henni Nachtsheim ein sechster Musiker dazu. Sie wollten zusammen Musik machen, die kein Deutsch- bzw. Jazzrock, sondern eher Party-Rock ist. Das ist ihnen gelungen. 1982 nahmen sie ihr erstes Album Wollt ihr Musik, oder was? auf und gingen regional auf Tour. Mit der Singleauskopplung „Ei Gude wie“ aus ihrem zweiten Album „Fluchtpunkt Dudenhofen“ schafften sie ihre ersten Radioeinsätze. Die Charterfolge des Albums „Volle Lotte“ und der Single „Die Hesse komme!“ verhalfen den Rodgau Monotones 1984 zum endgültigen Durchbruch. 40 Jahre ist das

nun her und ein Grund zu Feiern! Als eine der sympathischsten deutschen Bands machen sie die Republik unsicher und sind immer noch weit davon entfernt, leise zu werden. Mit ihrem schrägen Humor und der Eigenschaft, sich selbst und die Welt nicht ganz so bierernst zu nehmen, halten sie die Fahne des Rock’n’Roll so hoch es nur geht. „Die Rodgau Monotones sind ein lebendiges Stück hessischer Musikgeschichte. Mit ihren unverwechselbaren Songs haben sie sich in die Herzen vieler Menschen gespielt. Wir sind begeistert, dass wir sie bei ‚Sommer am See‘ in Wölfersheim begrüßen dürfen und freuen uns darauf, gemeinsam mit ihnen zu feiern. Die Rodgau Monotones sind mehr als eine Band, sie sind ein Stück hessischer Identität,“ ist Bürgermeister Eike See begeistert. Der Kartenvorverkauf für dieses einmalige Konzertereignis startet an diesem Donnerstag. Fans der Rodgau Monotones und Liebhaber des hessischen Rock’n’Roll sollten sich beeilen, um die besten Tickets zu sichern. Tickets sind im Bürgerbüro der Gemeinde, im Ticketshop Friedberg, online auf der Webseite der Gemeinde und an allen Reserix und AdTicket-Vorverkaufsstellen erhältlich.

Kompetenz in Sachen Fenster und Türen

RIESER Fenster

Kunststoff- und Alu-Fenster
Rollläden
Haustüren

Industriestraße 2
63607 Wächtersbach
Telefon 06053 6125-0
www.rieser-fenster.de

MediaBerater

Rosbach, Bad Nauheim, Friedberg, Florstadt, Reichelsheim, Echzell, Wölfersheim

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

MediaBeraterin

Rosbach, Bad Nauheim, Friedberg, Florstadt, Reichelsheim, Echzell, Wölfersheim, Bad Nauheim

Barbara Stenger
Telefon: 06051-833 268
E-Mail: telefonverkauf@gnz.de

LIDL
Lidl lohnt sich

GROSSER SONDERVERKAUF
FR., 1.3., 10 – 20 UHR & SA., 2.3., 10 – 17 UHR

Friedberg, Pfingstweide 26

Kartenzahlung möglich

Bis zu **-60%** günstiger

Lidl Dienstleistung GmbH & Co. KG, Bonfelder Str. 2, 74206 Bad Wimpfen. Namen und Anschrift der regional tätigen Unternehmen unter www.lidl.de/filialsuche oder 0800 4353361. Für Druckfehler keine Haftung. *Aktionenware von Umtausch und Geld-zurück-Garantie ausgeschlossen. Herstellergarantie und gesetzliche Gewährleistung bleiben davon unberührt.

Frauenmonat März

Vielfältiges Programm rund um den Internationalen Frauentag in der Wetterau

Wetteraukreis. Unter dem Motto „Sei dabei und stärke die Gemeinschaft“ laden Vereine, Organisationen, Bürgermeisterinnen und die Frauenbeauftragten des Wetteraukreises zu einem vielfältigen Programm rund um den Internationalen Frauentag am 8. März ein. Die knapp 20 Veranstaltungen finden im gesamten Wetteraukreis und online statt. Mut machen, inspirieren und Frauen darin bestärken, sich zu vernetzen und für ein selbstbestimmtes Leben für Frauen und Mädchen einzutreten – dafür stehe jede der Veranstaltungen auf ihre eigene Weise, so Landrat Jan



Landrat Jan Weckler wirbt gemeinsam mit dem Fachdienst Frauen und Chancengleichheit und Kooperationspartnerinnen für den „Frauenmonat März“.

Weckler und Claudia Taphorn, Fachdienstleiterin Frauen und Chancengleich-

heit beim Wetteraukreis: „Ob beim Frauenfrühstück oder Frauencafé, an Infoständen,

bei einer Lesung, einem Vortrag, einer Kunstausstellung oder einem der Workshops –

das Angebot ist vielfältig und für jede ist etwas dabei.“

2. März (Samstag) - Brunch mit dem Motto: Frauen für Frieden
Das Programm startet mit einem Brunch der Lajna Imailah, der Frauenorganisation der Ahmadiyya Muslim Jamaat, um 10 Uhr in der Moschee in Friedberg. Alle interessierten Frauen sind eingeladen, gemeinsam zu frühstücken und über Ansätze für mehr Frieden zu sprechen. Anmeldung und Informationen: Saba Rana, E-Mail frauenorganisation.amj.friedberg@gmail.com.

8. - 28. März - Ausstellung und Poetry-Slam „Friedberger Frauen sehenswert“
Ab dem 8. März, dem Weltfrauentag, ist eine Ausstellung des Frauenzentrums im Kreishaus in Friedberg zu sehen. Vorgestellt werden bemerkenswerte Frauen aus Friedberg. Gemeinsam mit einer dieser bemerkenswerten Frauen, der iranischen Künstlerin Tanasgol Sabbagh, wird zudem am 19. März um 14.30 Uhr zu einem Poetry-Slam im Kreativhaus Friedberg, Kaiserstraße 89, eingeladen.
Ausstellung geöffnet zu den Öffnungszeiten der Kreisverwaltung.

Exakt definierter Druck für gesunde Beine

-Anzeige-

Modebewusstsein und Venengesundheit: Kompressionsstrümpfe bei Schaub Schuhtechnik

Ob im Alltag, beim Sport oder im Berufsleben: Erkrankungen wie chronische Venenschwäche, Krampfadern, Thrombose oder auch Härtefälle wie Lymphödem schränken Ihr Leben unnötig ein. Mit einer medizinischen Kompressionsstrumpf-Therapie und einer fachgerechten Beratung von Schaub Schuhtechnik in Wächtersbach und Gründau erhalten Sie individuell ausgesuchte Kompressionsstrümpfe für sie und ihn. Dabei setzen die Experten für Ihre Bein- und Fußgesundheit auf die Kooperation mit bekannten sowie qualitativen Herstellern und bieten Ihnen unter anderem hochwertige Produkte an, beispielsweise von der deutschen Marke Bauerfeind. „Mit der richtigen Therapie können Kompressionsstrümpfe nicht nur Symptome lindern, sondern Krankheiten daran hindern, unnötig voranzuschreiten“, sagt Geschäftsinhaber Marco Kneip. Vergessen Sie zudem das Klischee des hautfarbenen Strumpfes: Schaub Schuhtechnik verfügt über ein



vielseitiges Sortiment mit einer Auswahl an unterschiedlichen Modellen, Formen und Farben.

Bringen Sie Farbe in Ihr Leben

Bauerfeind bringt mit seinen Produkten VenoTrain micro und VenoTrain soft Farbe in Ihr Leben. Mit dem VenoTrain soft, dem Kompressionsstrumpf für hohe Bean-

spruchung, erhalten Sie eine wohltuende Massage. Er fördert die Durchblutung über die Wirkung der medizinischen Kompression heraus. VenoTrain soft ist pflegeleicht und in großer Farbvielfalt inklusive aktueller Fashion-Colors erhältlich. Ein Mikrofaser-Anteil von über 50 Prozent macht den VenoTrain micro zu einem Kompressionsstrumpf, der besonders hautfreundlich und anschmiegsam ist. Beugen Sie Besenreisern und Krampfadern vor – auch während der Schwangerschaft. Erleben Sie mehr Tragekomfort durch einen faltenfreien Sitz und Komfortzonen am Fuß.

Ödem-Kompressionsversorgung für Ihr Wohlbefinden

Kompressionsprodukte wirken nicht nur vorbeugend und gegen leichte Beschwerden, sondern sind auch eine effektive Therapie bei chronischen Lymphabfluss-Störungen. Zusammen mit manueller Lymphdrainage (MLD) und einem speziellen Bewegungsprogramm helfen sie, das Gewebe zu

entstauen und ein Fortschreiten von Lymphödemen zu verhindern. Mit dem VenoTrain curaflow, der Flachstrick-Kompression von Bauerfeind, verabschieden Sie sich von Leidensdruck und Traurigkeit. Die maßgefertigten Flachstrickprodukte passen sich optimal der individuellen Form Ihrer Arme, Beine, Hände oder des Brustkorbs an. Ob klassisch, elegant oder farbenfroh: den curaflow gibt es in verschiedenen Farben. Erfahren Sie eine spürbare Entlastung Ihres Lymphgefäßsystems und erleben Sie dabei Geschmeidigkeit, Bodyshaping-Effekt, Atmungsaktivität und vor allem Lebensqualität. Die Therapie mit Kompressionsstrümpfen ersetzt jedoch nicht den Termin und das Gespräch mit einem Arzt, wie Inhaber Marco Kneip weiß. Bei Fragen hilft Ihnen Schaub Schuhtechnik gerne weiter und berät Sie mit Kompetenz. Schauen Sie also vorbei und finden Sie gemeinsam mit den geschulten Mitarbeitern den für Sie passenden Strumpf.



SCHAUB

SCHUHTECHNIK

individuelle **Einlagen** | orthopädische **Maßschuhe**
orthopädische **Schuhzurichtungen** | **Kompressionsversorgung**
Diabetikerversorgung | **Sport- und Funktionsbandagen**



Poststrasse 25
63607 **Wächtersbach**

In der Aue 3
63584 **Gründau-Lieblos**

Fon. 060 53 · 25 33
Fax. 060 53 · 41 75

Fon. 060 51 · 474755 2
Fax. 060 51 · 474755 3

Öffnungszeiten:
Montag- Freitag 9.00-12.30
14.00-18.00
Mittwoch 9.00-12.30
Samstag 9.00-12.00

www.schaub-schuhtechnik.de

info@schaub-schuhtechnik.de

Gutschein
Bei einer Kompressionsstrumpfversorgung
Pro Person nur ein Gutschein und nur im Original. Nur auf wirtschaftliche Aufzahlung anrechenbar.
Gültig bis 31.05.2024.

50%

Gutschein
Bei einer Einlagenversorgung
Pro Person nur ein Gutschein und nur im Original. Nur auf wirtschaftliche Aufzahlung anrechenbar.
Gültig bis 31.05.2024.

50%

7. März (Donnerstag) - Podiumsdiskussion mit Filmausschnitten aus „Die Unbeugsamen“
Zur Podiumsdiskussion mit Filmausschnitten aus dem Film „Die Unbeugsamen“ am 7. März von 15 bis 17.30 Uhr laden die Frauen Arbeit Bildung (FAB) GgmbH, die FAB e.V. und Der Mittelstand, BVMW e.V. ein. Es werden Herausforderungen und Hindernisse beleuchtet, mit denen Frauen noch heute konfrontiert sind. Die Teilnehmenden werden ermutigt, neue Wege zu finden, um Gleichberechtigung in ihren eigenen Lebensbereichen zu integrieren.
Teilnahme kostenfrei, Kolleg des K2, Am Preulen 1, Echzell, Anmeldung unter <https://evee-no.com/384240383>.

Veranstaltungsübersicht

Alle Veranstaltungen sind im Internet unter <https://wetteraukreis.de/frauenseiten/aktuelles/frauenmonat-maerz> zu finden. Mehr Informationen und den Newsletter mit allen Veranstaltungen gibt es beim Fachdienst Frauen und Chancengleichheit des Wetteraukreises, E-Mail fachdienst-frauen@wetteraukreis.de, Telefon (06031) 83-5301.



Angebote gültig vom 26.02. – 02.03.2024

Jede Woche erfrischende Angebote!

Würzburger Hofbräu Pilsner

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

Aktion!

**+ 4er Pack
GRATIS!**

-20%

11,99



Entspricht einem Kastenpreis von **9,99 €**

**Hasseröder
Premium Pils**
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,20 €

-33%

11,99



Veldensteiner
Vollbier Hell, Kräusen Helles,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,40 €

ANGEBOT

13,99

12,99**
1l = 1,30 €



Beck's Bier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,40 €

-30%

13,99



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

-25%

14,99

13,99**
1l = 1,40 €



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

ANGEBOT

10,99



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

ANGEBOT

13,99

12,99**
1l = 1,30 €



**Nur für
kurze Zeit!**



Erdinger Weißbier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 1,50 €

-25%

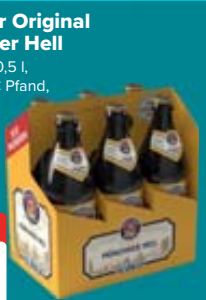
14,99



**Paulaner Original
Münchner Hell**
Pack = 6 x 0,5 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 1,66 €

ANGEBOT

4,99



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

-25%

5,99



Rosbacher Mineralwasser*
diverse Sorten,
2 Kasten á 12 x 0,75 l,
zzgl. 6,60 € Pfand,
1l = 0,67 €

Aktion!

**DOPPEL-
KASTEN!**

~~13,58~~

11,98



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

9,79

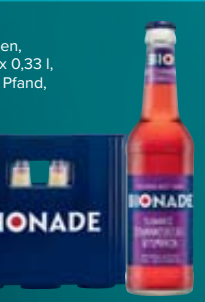
8,49



Bionade
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,33 l,
zzgl. 2,46 € Pfand,
1l = 2,52 €

11,49

9,99



Leikeim Cola-Mix
koffeinhaltig,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1l = 1,00 €

ANGEBOT

9,99



effect
Energy Drink,
koffeinhaltig,
11-Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 1,99 €

-20%

1,99



top frisch Mineralwasser

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

-20%

3,99



pepsi Kombikiste
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,83 €

Aktion!
**+ 1 Pack
Doritos
GRATIS!**

-23%

9,99

9,49**
1l = 0,79 €



**Rheinhessen
Silvaner**
QbA trocken,
0,75 l-Flasche,
1l = 3,99 €

3,49

2,99



**Nur für
kurze Zeit!**

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

4,49

3,99



Ouzo 12, Gold*
0,7 l-Flasche,
1l = 12,84 €

9,99

8,99



**Sierra
Tequila***
Blanco, Reposado,
0,7 l-Flasche,
1l = 14,27 €

-31%

9,99



**Baileys
Original**
0,7 l-Flasche,
1l = 14,99 €

12,99

10,49



Ballantine's
Finest Blended
Scotch Whisky,
0,7 l-Flasche,
1l = 15,70 €

-27%

10,99



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

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



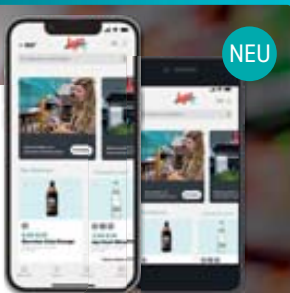
www.logo-getraenke.de

Google Play

App Store

2 x eine 3 l-Flasche
Asbach Uralt
limitierte Street
Art Edition

1 x 2 Konzertkarten
Peter Fox
Domplatz Fulda



NEU

**Mionetto
Prosecco**
0,75 l-Flasche,
1l = 7,99 €

-33%

5,99



9 Mile
Vodka,
0,7 l-Flasche,
1l = 17,13 €

ANGEBOT

11,99



*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.

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



www.logo-getraenke.de

kalt ange-richtete Gemüse-suppe	▼	Stadt bei Reckling-hausen	▼	geschäfts-liehe Ver-tretungs-vollmacht	▼	Schmalz-gebäck	Stadt im Emsland	▼	Meer-enge der Ostsee	Stadt in Nord-frank-reich	dt. Vor-silbe der Ver-neinung	▼	halt!	▼	geschla-genes Eiweiß	alt-griech. Markt-platz	span. Mehr-zahl-artikel	Spion
Impf-stoff-röhrchen	▶		▼					▼	Wüste im Iran	▶		▼	älteste lat. Bi-belüber-setzung	▶		▼		
fein, dünn, sanft	▶					Staat der USA	▶								witzige Film-szene (engl.)	▶		
vom Hundert	▶								schnell, sogleich		Süd-tiroler Alpen-gipfel	▶	Sache, Angelegenheit (franz.)	▶				
▶						Drehteil an Ma-schinen	▶	ugs.: Miss-erfolg	▶				alt-peruan. Volk		Haar-tracht		starke Feuch-tigkeit	
Verfilz-maschi-ne, -vorgang		also, folglich (lat.)	▶	Steuer-gerät, Ein-steller	▶							Titel spa-nischer Prinzen	▶					
syrisch-libanes. Grenz-gebirge	▶		▼					ein Platz im Kfz		Radio-emp-fangs-teil	▶				frühere ital. Währungs-einheit			Ausflug zu Pferd
▶				Stadt an der ital. Riviera (2 Wörter)	▶	flink, beweg-lich	▶				männl. Wild-schwein	▶						▼
kalter Adria-wind		sowohl als auch		russ. Raum-schiff	▶				keram. Überzugs-masse		Süd-frucht		Kosename der österr. Kaiserin Elisabeth	▶				
alt-russ. Adliger	▶					Vorna-me der Schy-gulla	▶	Hülsen-frucht-konserve	▶									
röm. Göttin der Freiheit		Graf in „Polen-blut“ (Spitzn.)	▼	Saug-wurm		Aus-wuchs an Tier-köpfen	▶			Trieb-fahrzeug der Bahn (Kurz-w.)		Figur von M. Twain (Huckle-berry ...)		Erd-schicht, Ober-keuper	▶			
▶								Stadt in der Schweiz	▶									
früherer Titel in Venedig u. Genua	▶					Vorname von Gogol † 1852	▶											
chem. Grund-stoff	▶									dt. Stadt am Rhein	▶							
Einzel-vortrag	▶					früheres mexik. Indianer-volk	▶											

Cookin’ with the Jazz Sisters

Bad Vilbel. Mit einer Jazz- und Blues-Reihe starten die Naturfreunde Bad Vilbel am Samstag, den 24. Februar in die Konzertsaison. Die vier Jazz Sisters aus Frankfurt kennen keine Genrengrenzen und nehmen ihr Publikum im aktuellen Programm mit auf eine kulinarische Reise. Wie der Titel erahnen lässt, gibt es jede Menge Songs rund ums Kochen und gute Essen. Das Rezept dazu ist ganz einfach: Man nehme ein Schlagzeug, Kontrabass, eine Gitarre und Gesang,

vermenge das Ganz mit je einem Esslöffel Jazz-Standards, Pop-Songs und Eigenkompositionen und gebe eine gute Prise selbstgeschriebene Texte und eine Hand voll frische Arrangements dazu. Und für ganz Neugierige gibt noch eine kleine Sneak-Preview auf das neue Programm “To the moovies - Filmmusik mit den Jazz Sisters”. Die Veranstaltung findet im Haus der Begegnung, Marktplatz 2 in Bad Vilbel statt. Einlass um 19.30 Uhr. Der Eintritt ist frei.

Für Ordnung sorgen

Aufräumtipps für Eltern



Aufräumen gehört zum Spielen dazu, findet Marie Kondo.
Foto: Christin Klose/dpa-mag

Marie Kondo hat das Aufräumen zum Trend gemacht - und vermittelt, dass diese Aufgabe glücklich machen kann. Auch ihren drei Kindern gibt die Aufräumberaterin von Anfang an mit, dass spielen und danach für Ordnung zu sorgen zusammengehört. Das sind Marie Kondos Tipps für Eltern mit kleinen Kindern:

1. **Erklären:** «Erklären Sie Ihren Kindern während des Aufräumens, was Sie tun, damit sie von Ihnen lernen können», empfiehlt Marie Kondo.

2. **Spiele und Aufräumen gehört zusammen:** «Zeigen Sie den Kindern, dass Aufräumen und Spielen zusammengehören», so Kondos Tipp. «Sobald sie laufen können, ermutigen Sie sie, ihre Sachen nach dem Spielen wegzuräumen.»

3. **Fester Platz fürs aufgeräumte Spielzeug:** «Bringen Sie ihnen bei, dass alles ein Zuhause hat», rät Kondo. «Legen Sie einen festen Platz fest, an dem jedes Spielzeug aufbewahrt wird, und sorgen Sie dafür, dass Ihre Kinder wissen, wohin ihr Spielzeug gehört.»

4. **Nur etwas kaufen, wenn es dafür Platz gibt:** Feste Aufbewahrungsorte helfen dabei, den Überblick zu bewahren, wie viel Stauraum man eigentlich im Zimmer oder im ganzen Haus zur Verfügung hat. Das gilt für Spielzeug und Gebrauchsgüter wie Feuchttücher und Windeln gleichermaßen. «Wenn Sie erkennen, dass dieser Platz begrenzt ist, verhindern Sie, dass Ihre Wohnung von weiteren Sachen überflutet wird», so Marie Kondo.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen



Nervt Ihr Rücken auch?

Wenn der Rücken nervt, sind oft die Nerven schuld! Essenzielle Nährstoffe können wertvolle Unterstützung leisten. Der Restaxil UMP B-Komplex (Apotheke) vereint eine Vielzahl wichtiger Nährstoffe. So enthält er z. B. den Vitamin B-Komplex. Besonders hilfreich: Thiamin und Vitamin B12, die zu einer normalen Funktion des Nervensystems beitragen. Vitamin B9, besser bekannt als Folsäure, spielt hingegen eine Rolle bei der Zellteilung. Zudem ist in Restaxil UMP B-Komplex Calcium enthalten, das zu einer normalen Signalübertragung zwischen den Nervenzellen beiträgt. Uridinmonophosphat (UMP), ein wichtiger Baustein der Nukleinsäuren, gibt Restaxil UMP B-Komplex seinen Namen.

Für Ihre Apotheke:

Restaxil UMP B-Komplex

(PZN 16198895)

www.restaxil.de

Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheblichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn Informationen und Erfahrungen aus dem vergangenen Tag.



Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag z.T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nachlassen. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befördern.

Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einen erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besinnen sich zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit

dem natürlichen Arzneimittel Baldriparan. Seit fast 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zurück, und das auf ganz natürliche Weise ohne Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von

Baldrianwurzelextrakt am Markt. Denn bekannt ist: Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen¹. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tiefschlafphase. Zugleich verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder erholt in den Tag starten können.

„Baldriparan hilft mir super“

Im Netz findet man zahlreiche positive Erfahrungen mit Baldriparan – Stark für die Nacht. Eine begeisterte Anwenderin berichtet etwa: „Baldriparan hilft mir super. Ich kann oft aus beruflichen Gründen nicht gut schlafen und dann sind diese Tabletten meine Rettung.“

Tipp für unsere Leser

Jetzt Baldriparan – Stark für die Nacht auf **pureSGP.de** bestellen und bis zu **10 % sparen!**

bis zu **10%** sparen

pureSGP.de

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • Abbildung Betroffenen nachempfunden
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.
• PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Was ist besser? Nackt oder mit Pyjama ins Bett gehen

Im Pyjama, im Nachthemd oder ohne alles: Schlafen ist etwas Individuelles und somit ist es auch die Wahl der Kleidung. Doch schläft es sich nackt besser und tiefer, wie es immer wieder heißt? „Pauschal zu sagen, unbekleidet ist gleich besserer Tiefschlaf – das kann man tatsächlich nicht“, sagt der Diplom-Psychologe Markus B. Specht. Er leitet das Zentrum für interdisziplinäre Schlafmedizin der DKD Helios Klinik Wiesbaden. Im Interview verrät er, warum es einen Unterschied machen kann, ob man mit oder ohne Kleidung schläft – und wie es mit der Hygiene im Bett aussieht.

Frage: Die Meinungen zum Nackt-Schlafen sind gespalten. Wozu rät die Schlafmedizin?

Markus Specht: Tatsächlich ist es so, dass das sehr individuell ist. Das hat letztlich damit zu tun, wie man sich selbst wohlfühlt. Aber ich würde es nicht empfehlen wollen, unbekleidet zu schlafen. Im Schlaf durchlaufen wir unterschiedliche Schlafstadien, immer in einem Wechsel zwischen Tiefschlaf und Träumen. Im Traumschlaf ist unsere Temperaturregulation nicht wirklich gut. Und wenn ich da viel schwitze, dann kann das dazu führen, dass nicht nur meine Kleidung, die ich dann aber nicht an habe, sondern meine ganze Bettdecke nass wird und man sich vielleicht aufdeckt. Bei winterlichen Außentemperaturen ist dann die nächste Erkältung sehr nahe. Da wir in knapp 20 Prozent der Nacht träumen, ist es gerade dann wichtig, dass wir uns zumindest durch Körperbekleidung vor Auskühlung schützen. Man sollte generell ein gut temperiertes Schlafzimmer haben, es sollte nicht über 21 und nicht unter 17 Grad sein. Übrigens: Im Sommer unbekleidet zu schlafen, kann gut funktionieren, es kann aber auch negativ sein. Gerade dann, wenn man mit offenem Fenster schläft und dann ein schöner Windzug einen ab- bzw. auskühlt. Auch das kann zu unangenehmen Nebeneffekten wie Erkältung und Ähnlichem führen.

Frage: Beim Schlafen ohne Kleidung denkt man direkt auch an den Hygieneaspekt. Wie hygienisch ist es wirklich,



Richtig gut geschlafen? Ein gemütliches Schlaf-Outfit kann seinen Anteil daran gehabt haben. Foto: Christin Klose/dpa-mag

nackt zu schlafen?

Specht: Das kann man machen, wenn man mindestens einmal in der Woche seine Bettwäsche wäscht. Auch wenn man Schlafkleidung trägt, sollte man alle zwei Wochen die Bettwäsche wechseln, da man ja durchschnittlich acht Stunden im Bett verbringt. In dieser Zeit wird man Körpersäfte absondern, wie zum Beispiel beim Schwitzen. Wenn man selbst mal ein verschwitztes T-Shirt an zwei Tagen hintereinander der anzieht, dann riecht das nicht mehr so gut. Und es können sich auch zunehmend Krankheitserreger breit machen. Man kann sich also vorstellen, dass es mit der Bettwäsche ähnlich ist.

Frage: Kann man überhaupt sagen, was einen guten Pyjama ausmacht?

Specht: Es gibt Patienten, die schlafen gerne in enger Kleidung. Und manche brauchen es ganz weit und locker. So ein klassisches Nachtwand mit Schlafmütze, die man früher benutzt hat, gibt es nicht mehr so wirklich oder hat kaum noch jemand. Aber da muss jeder für sich sehen, worin er sich am wohlsten fühlt. Wenn ich mich mit unbequemen Klamotten ins Bett lege und unwohl fühle, ist die Schlafstörung vorprogrammiert.

Attraktives Ferienprogramm Fachstelle Jugendarbeit mit neuem Ziel: Hamburg für Mädchen und ein Projekt zur Europawahl

Wetteraukreis. Die Vorstellung des neuen Ferienprogramms 2024 für den Wetteraukreis fand kürzlich unter der Leitung von Erster Kreisbeigeordneter Stephanie Becker-Bösch und dem Fachbereich Jugendarbeit statt. „Wenn aktuell Urlaubsaktivitäten geplant werden, lohnt sich ein Blick in das neue Ferienprogramm der Fachstelle Jugendarbeit des Wetteraukreises. Auf etwa 70 Seiten werden die vielfältigen Angebote des Wetteraukreises, der Städte und Gemeinden sowie die Freizeitmöglichkeiten verschiedener Träger für die Oster-, Sommer- und Herbstferien präsentiert“, erklärt Erste Kreisbeigeordnete Stephanie Becker-Bösch. Das Programm bietet über das gesamte Jahr hinweg eine breite Palette an Aktivitäten. Während der Osterferien stehen unter anderem ein dreitägiges Geocaching-Angebot für Jugendliche im Alter von 12 bis 16 Jahren sowie ein eintägiges Resilienz-Training zur Auswahl. Eine Neuheit im Programm ist eine mehrtägige Hamburg-Fahrt für Mädchen Anfang April, die es ermöglicht, die Großstadt zu erkunden.

Für die Sommerferien sind vier Freizeiten geplant, die sich über acht bis zehn Tage erstrecken und Ziele wie Büdingen, den Bodensee, Borkum oder Österreich ansteuern, jeweils entsprechend der Altersgruppen der Teilnehmer. Am Ende der Sommerferien wird wieder das kostenlose Wetterauer Zukunftscamp für Jugendliche ab 15 Jahren angeboten. Dort haben die Jugendlichen die Möglichkeit, sich über vier Tage intensiv mit ihrer beruflichen Zukunft und passenden Ausbildungen auseinanderzusetzen, unterstützt durch das Jugendbildungswerk. In den Herbstferien steht unter anderem eine Filmwoche für medienbegeisterte Jugendliche ab zehn Jahren auf dem Programm. Ebenso wird eine Erlebnistour für Jungen ab zwölf Jahren in die Sächsische Schweiz angeboten, die den Fokus auf die Natur und Kultur der Region legt. Auch außerhalb der Ferienzeit gibt es attraktive und preisgünstige Ausflüge für Familien sowie ein Abenteuerwochenende mit Camping und Kanufahren. Bei Veranstaltungen wie dem Live Ac-

tion Role Play (LARP) oder dem „JuEFA-Tag“ stehen Kreativität und Zusammenarbeit im Vordergrund. Im Juni bietet das Jugendbildungswerk zudem das kostenlose Projekt „EU und Du“ an, das Jugendliche ab 16 Jahren auf die Europawahl vorbereitet – inklusive Planspiel und der Möglichkeit zur Schulbefreiung. „Ich freue mich über das neue und vielseitige Programm, in dem für jeden etwas dabei sein kann. Auch in diesem Jahr sind einige Angebote bereits stark nachgefragt, daher wird eine zeitnahe Anmeldung dringend empfohlen. Obwohl die Nachfrage hoch ist, sind noch einige Angebote verfügbar, die freie Plätze haben. Zusätzlich werden für jede Veranstaltung Wartelisten geführt, was die Möglichkeit zum Nachrücken bietet. Ich wünsche allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern eine wundervolle Ferienzeit voller unvergesslicher und unterhaltsamer Erlebnisse. Die Broschüre liegt in den Dienststellen der Kreisverwaltung, bei Städten und Gemeinden sowie bei freien Trägern aus“, so Sozialdezernentin Stephanie Becker-Bösch.

DEUTSCHLANDS
KÜCHENPROFI

KÜCHENTAGE

FREITAG 23. Februar SONDERÖFFNUNG 10-20 UHR	SAMSTAG 24. Februar SONDERÖFFNUNG 10-20 UHR	MONTAG 26. Februar	DIENSTAG 27. Februar
--	--	---------------------------------	-----------------------------------

**KEINER LIEFERT UND MONTIERT
MEHR KÜCHEN IN DEUTSCHLAND
ALS HÖFFNER!**

1/2 PREIS

Gilt auf alle mit „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel mit Höffner Kundenkarte (Siehe A)

FÜR FREI GEPLANTE KÜCHEN^{A)}

0% FINANZIERUNG

OHNE ANZAHLUNG.
OHNE GEBÜHREN.

6 Jahre

bis zu

KEINE ZINSEN^{F)}

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

ALNO nobilia nolte BLANCO EFF BORA Quooker SIEMENS Miele

A) Höffner gewährt Ihnen gegen Vorlage Ihrer Kundenkarte auf frei geplante Küchen, die mit „Aktionspreis“ gekennzeichnet sind, einen auf 50% erhöhten Kundenkartenrabatt auf den am Artikel ausgetragenen „Preis ohne Kundenkarte“. In Einzelfällen sind für teilnehmende Artikel während oder nach Aktionsende zusätzliche Preisreduzierungen möglich. Alle in Anzeigen und Prospekten angegebenen Preise sind Endpreise, die etwaige Rabatte und Aktionsvorteile bereits beinhalten. Keine Barauszahlung. Gültig bis 27.02.2024. Nach Ende der Aktion wieder geringerer Kundenkartenrabatt. **F)** Ohne Anzahlung - ohne Gebühren. Ihre 0% Finanzierung von Möbeln und Einrichtungsgegenständen für Laufzeiten bis 12 Monate, ab 180€ - sowie von Küchen für Laufzeiten bis 72 Monate, ab 1080€ im Möbelhaus, nach Abzug aller Rabatte, für Neukäufe möglich. Kaufpreis entspricht Nettodarlehensbetrag. Effektiver Jahreszins und gebundener Sollzinssatz (jährlich) 0,00% bis zu 12 Monate beim Möbelkauf sowie bis zu 72 Monate beim Küchenkauf. Vermittlung erfolgt ausschließlich für den Kreditgeber TARGOBANK AG in Düsseldorf. Bonität vorausgesetzt. Keine Gebühren. | Voraussetzungen: - Sie stehen in einem ungekündigten und unbefristeten Arbeitsverhältnis und arbeiten bei einem in Deutschland ansässigen Arbeitgeber - oder Sie beziehen Rente in Deutschland - oder Sie gehen in Deutschland einer selbstständigen Tätigkeit nach - und Sie haben keinen negativen Schufa-Eintrag - und Sie haben ein regelmäßiges Haushaltsnettoeinkommen von mind. 600€ netto. Höchstfinanzierungssumme 50.000€. Mindestalter 18 Jahre. Gilt nicht im Online Shop.

Gesucht und gefunden: Netto Marken-Discount bietet 2024 über 2.400 Ausbildungsplätze

ANZEIGE

In über 20 Berufsfeldern können Interessierte bei Netto Marken-Discount ihre Zukunft aktiv gestalten und von der individuellen Betreuung, Förderung und den Entwicklungsmöglichkeiten bei einem der größten Ausbildungsbetriebe profitieren. Sehr gute Leistungen honoriert Netto nach erfolgreichem Ausbildungsabschluss zudem mit einer garantierten Übernahme. Mit 84.000 Mitarbeitenden und über 5.600 Auszubildenden gehört Netto Marken-Discount zu den führenden Ausbildungsbetrieben im deutschen Lebensmitteleinzelhandel. Zahlreiche Ausbildungsberufe in den Bereichen, wie zum Beispiel Logistik, E-Commerce, IT, Verwaltung und Vertrieb ermöglichen einen interessanten Karriereweg. Wer die berufliche Laufbahn bei Netto

mit akademischen Inhalten verknüpfen möchte, findet in den zwei Abiturientenprogrammen oder den neuen dualen Bachelor-Studiengängen eine Zukunftsperspektive mit Aufstiegsmöglichkeiten. Führungspositionen bei Netto werden bevorzugt mit Mitarbeitenden aus den eigenen Reihen besetzt. Weitere Informationen unter: www.netto-online.de/karriere/Ausbildung.htm



Imker werden

Wenn ein Bienenstock im Garten einzieht

Es gibt viele Gründe, sich als Imker zu versuchen. Manche wollen sich mit der Bienenhaltung für die Umwelt einsetzen, andere haben vielleicht Lust auf eigenen Honig. Und dann gibt es noch diejenigen Imker, die einfach Bienen mögen - wie Rieke Staeck aus Weilrod in Hessen.

«Mich macht es glücklich, wenn die Königin ein gesundes Volk aufzieht», sagt die 27-Jährige. «Der Anblick der frischen Zellen ist schön, es duftet gut und ich nehme die Natur ganz anders wahr.»



Sobald die Bienen im Frühjahr ausschwärmen, müssen die Imker ihre Völker durchsehen, ob sie den Winter überstanden haben und Brut in den Waben vorhanden ist.

Foto: Wolfgang Kumm/dpa/dpa-mag

bundes im nordrhein-westfälischen Wachtberg. Doch die Imkerei gilt immer noch eher als Altherren-Hobby.

Von den laut Imkerbund knapp 150.000 Imkern in Deutschland sind rund 78 Prozent männlich, das Durchschnittsalter beträgt rund 55 Jahre. Das ist im Vergleich zu früher fast jung - laut Ellmann lag das Durchschnittsalter schon mal bei etwa 65 Jahren. Ebenfalls erfreulich für den Verband: Nach einem jahrzehntelang andauernden Tief steigt die Zahl der Imkereien in Deutschland seit 2017 stetig an. Damit gebe es in Deutschland ungefähr so viele Imkereien wie vor 60 Jahren, so Ellmann. Allerdings betreute da-

mals jede Imkerei im Schnitt elf Bienenvölker, heute sind es knapp sieben.

Rieke Staeck gehören sechs Völker. Bienen mochte sie schon immer, vor sechs Jahren nahm sie dann aus Neugier an einem Kurs für Imker-Neulinge teil. Eigentlich interessierte sie nur die Theorie, schließlich lebte sie, damals noch Studentin, in einer Mietwohnung in Karlsruhe - und hatte keinen Platz für Bienen. An ein Bienenvolk kam sie rasch nach dem Kurs durch Zufall.

nen bei einem anderen Imker unterbringen - und sich weiter in das Thema einarbeiten. Ihr Fazit: «Es ist sehr komplex.» Schließlich geht es um Tiere und Lebensmittel, etliche gesetzliche Bestimmungen wie die Honigverordnung sind zu beachten. Und auch Seuchenschutz ist ein großes Thema. Zudem können Bienen einige üble Krankheiten bekommen. Zu den größten Feinden gehört die Varroamilbe. Sie schädigt Winterbienen, die im Herbst schlüpfen und den Stock warmhalten. Mehrfach im Jahr behandelt Staeck ihre Bienen gegen die Parasiten. Und auch die Amerikanische Faulbrut, eine Bieneneseuche, ist gefürchtet.

Imker werden jünger

Staeck ist unter den Imkern al-

les andere als Durchschnitt. Zwar werden Imker immer jünger und weiblicher, wie

Torsten Ellmann zum Weltbienentag sagte. Ellmann ist Präsident des Deutschen Imker-

Krankheiten sind ein großes Thema

Staeck konnte ihre Honigbie-



Hochwertige Sommergärten und Terrassendächer

MAUL WINTERGÄRTEN BIETET DAS BESONDERE ETWAS: ENTDECKEN SIE UNSERE KONSTRUKTIONEN ALLER ART

Maßgefertigt, individuell und außergewöhnlich: Freuen Sie sich auf handgefertigte und hochwertige Aluminium-Konstruktionen sowie qualitätsvolle Metallbau-Projekte – passgenau auf Ihre Wünsche ausgerichtet. Mit Sitz mitten im Herzen Deutschlands betreut das Team von MAUL Wintergärten GmbH & Co. KG seit mehr als vier Jahrzehnten seine vielseitige Kundschaft: Im Industriepark Rhön in Eichenzell-Welker entstehen alle Produkte. „Von hier aus betreut unser kompetentes Team sämtliche Projekte und ist Ansprechpartner von der ersten Wunschvorstellung bis hin zum endgültigen Produkt und der Montage.“

ANGEBOTE ALLE AUS EINER HAND: SO, WIE SIE ES WÜNSCHEN

Außer hochwertigen Winter- und Sommergärten zählen Überdachungen aller Art wie beispielsweise Terrassenüberdachungen, Vordächer, Kellerabgangsüberdachungen, Vorbauten und Carports, Zäune, Geländer, Türen und Fenster zum Leistungsspektrum des Fachbetriebes. Als Hersteller mit eigener Produktion ist es somit eine Selbstverständlichkeit, den Kunden einen kompletten „Rundum-Service“ anzubieten. Um der wachsenden Nachfrage hierbei gerecht zu werden, hat sich die Firma Maul Wintergärten mittlerweile auf den individuellen Sonderbau spezialisiert. Sie können Ihre Vorstellungen nach Wunsch und Maß angeben. Das Team garantiert Ihnen einen hohen Qualitätsanspruch und bietet vielseitige hauseigene Profile an, welche sie von anderen Mitbewerbern seit Jahren abhebt.

MIT EXPERTISE, ENGAGEMENT UND HERZBLUT

Rund 15 Mitarbeiter kümmern sich mit Expertise, Engagement und Herzblut um Ihre Projekte und sorgen dafür, dass Kundenanliegen zeitnah und zu deren Wünschen umgesetzt



werden. Als zertifizierter Schweißfachbetrieb sind sämtliche Konstruktionen hierbei wartungsfrei, Qualität steht bei Maul Wintergärten an oberster Stelle.

JETZT SCHON VORMERKEN: SOMMERGÄRTEN IM TREND

Freuen Sie sich beispielsweise auf moderne und schicke Sommergärten, die die Outdoor-saison bei Ihnen zuhause verlängern. „Sie liegen aktuell sehr im Trend und können über acht Monate im Jahr von den Kunden genutzt werden. Auch zuhause lässt es sich schön machen und es entsteht ein Gefühl von Urlaub.“

INDIVIDUELL AUF BEDÜRFNISSE EINGEHEN: MIT EINEM BERATUNGSTERMIN VOR ORT

Maul Wintergärten berät Sie individuell auf Ihre Bedürfnisse hin: Nach Ihrer Kontaktaufnahme vereinbart der jeweilige Ansprechpartner einen Beratungstermin mit Ihnen – am besten direkt vor Ort. Dabei erfahren Sie alles über Qualität und Dauerhaftigkeit der Materialien und mehr.

Sie sind auf der Suche nach dem passenden Partner für besondere und außergewöhnliche Konstruktionen? Dann sind Sie bei Maul Wintergärten an der richtigen Adresse. Gerne können Sie anrufen oder sich online bereits einen Überblick über das breit gefächerte Leistungsspektrum des Unternehmens verschaffen. Das Team freut sich darauf, gemeinsam mit Ihnen Ihr Projekt in die Wirklichkeit umzusetzen.

Der Imkerbund nennt weitere Themen, mit denen sich deutsche Bienenhalter beschäftigen müssen: Schädlinge wie die Asiatische Hornisse, die sich ausbreiten, etwa. Außerdem müssen immer wieder Bienenvölker bei der Ausweisung von Naturschutzgebieten weichen. Auch der Klimawandel macht den Insekten zu schaffen - und damit den Imkern.

Ist der Winter zu warm, beenden viele Bienen ihre Winterruhe verfrüht. Sie begeben sich auf Nahrungssuche, finden jedoch kaum Pollen oder Blüten. Ist es dagegen zu nass und kühl, können die Bienen ebenfalls nicht ausfliegen. In beiden Fällen muss der Imker zufüttern, um die Völker vor dem Verhungern zu schützen.

Immer wieder resignieren Imker-Anfänger angesichts der zahlreichen Schwierigkeiten. Staeck, deren Bienenvölker mittlerweile im Garten ihrer Mutter in Weilrod leben, ist dageblieben. In den Sommermonaten beschäftigt sie sich jede Woche etwa vier bis fünf Stunden mit ihren Bienen, entnimmt die Brut, um den Stock vor den Varroa-Milben zu schützen, die gleichzeitig mit ausgebrütet würden. Im Winter ist weniger zu tun. Dann kontrolliert Staeck nur hin und wieder, ob ihre Bienen genug Futter haben - und die Bienenstöcke unbeschadet sind.

Imker-Paten helfen beim Start

Die gute Nachricht für alle, die nun Lust aufs Imkern bekommen haben: Bienenstöcke können im Prinzip überall aufgestellt werden - vorausgesetzt, der Grundstücksbesitzer ist einverstanden. Zudem müssen Bienenhalter ihre Stöcke beim Veterinäramt vor Ort anmelden, in manchen Bundesländern auch bei der Tierseuchenkasse.

Doch vorab gilt: Wer Imker werden möchte, sollte sich laut Empfehlung des Imkerbundes zunächst an einen Imkerverein oder beispielsweise an ein Bieneninstitut wenden - und sich dort zu einem Imkerkurs anmelden.

Will man sich danach Bienen anschaffen, kann man in einigen Vereinen die Unterstützung von «Paten» bekommen, also von erfahrenen Imkern, die Neulinge unter ihre Fittiche nehmen.

Die Grundausstattung inklusive Imkerkurs und der ersten Bienenvölker, Schutzkleidung und Honigschleuder kostet zwischen 1000 und 1500 Euro. Jedes Bienenvolk produziert jährlich im Schnitt 20 bis 30 Kilogramm Honig.

MAUL
WINTERGÄRTEN



kostenfreie Telefonnummer:
0800/336 2 336

MAUL Wintergärten GmbH & Co. KG
Zum Lingeshof 5
36124 Eichenzell
Telefon: (06659) 96120
Website: www.maul-wintergarten.de
Mail: info@maul-wintergarten.de

POCO

WIR FEIERN
35
JAHRE
POCO



20% ZUM JUBILÄUM
auf **Möbel¹**
VOM 24.02.2024 BIS 26.02.2024

**Immer sofort informiert und
keine Angebote mehr verpassen!**



**POCO Prospekt jetzt
auch auf WhatsApp!**

Code scannen und den Prospekt
direkt auf's Handy bekommen.
Immer aktuell und kostenlos.

Hier
scannen



**APP geht's – POCO APP
laden und Vorteile sichern!**

Weitere Informationen direkt in der App und auf
www.poco.de/app.



Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play



POCO Einrichtungsmärkte GmbH, Industriestraße 39, 59192 Bergkamen

1: Gültig vom 24.02. bis 26.02.2024 in allen Märkten und auf www.poco.de. Gilt nicht für im Prospekt beworbene Ware, Hot Deal Artikel und „nur Online“ Artikel. Nicht kombinierbar mit anderen Rabattaktionen. Gilt nicht für bereits reduzierte Ware.

Lokales

Vorträge und Ausstellung

Naturfototeam Limes in der Klosterberghalle

Limeshain. Am Samstag, 2. März, veranstaltet das Naturfototeam Limes den 19. Naturfototreff in der Klosterberghalle in Langenselbold. Im Rahmen des Naturfototreffs werden sechs z. T. vertonte Fotovorträge von jeweils ca. 45 Minuten Dauer gezeigt. Der Eintritt zu den Vorträgen beträgt 20 Euro für den ganzen Tag oder 5

Euro für einzelne Vorträge. Darüber hinaus zeigt das Fototeam eine Fotoausstellung mit eigenen Fotos. Der Eintritt hierzu ist frei. Ergänzend gibt es einen Fotomarkt mit Fotofirmen und Workshop- und Reiseveranstaltern. Dort können vor Ort Fotoequipment gekauft und Workshops sowie Fotoreisen gebucht werden.

Bürgermeisterin erklärt Kommunalpolitik

Glauburg. In der Gemeinde Glauburg hat Bürgermeisterin Henrike Strauch es sich zur Aufgabe gemacht, den Bürgerinnen und Bürgern die Grundlagen der kommunalen Politik näher zu bringen und die Bürgerinnen und Bürger mehr daran zu beteiligen. Die Gemeinde bietet ihren Bürgerinnen und Bürgern eine Reihe von Workshops an, in denen verschiedenen Themen der Kommunalpolitik behan-

delt und leicht verständlich erklärt werden. Die Gemeinde möchte alle Bürgerinnen und Bürger animieren an den Workshops teilzunehmen und Bekannten sowie Verwandten davon zu erzählen. Die nächsten Termine und Themen lauten wie folgt: 22. April um 19:00 Uhr – Satzungen – DGH Stockheim und am 16. Juli um 19:00 Uhr – Wie kann ich mich als Bürger/Bürgerin einbringen? – MZH Glauburg.

Baumschnittlehrgang mit Ronny Herold

In Usenborn am 9. März

Ortenberg. Die Natur- und Vogelschutzgruppe Usenborn lädt alle zu einem Baumschnittlehrgang mit Ronny Herold aus Bergheim ein. Treffpunkt ist an der ehemaligen Milchsammelstelle, Kreuzung Brunnenstraße/Am Stockberg am Samstag, 9. März, um 9 Uhr. Nach einer kurzen Einführung durch Herrn Herold geht es

dann ins Streuobstgebiet „Im Buchwald“, wo dann die Praxis vermittelt wird und Jede/Jeder das Erlernte direkt anwenden kann. Kostenbeitrag für Nichtmitglieder beträgt 5 Euro, für Mitglieder oder Baumpaten ist der Lehrgang kostenfrei. Für Essen und Getränke wird gesorgt. Versicherungsschutz ist von jedem selbst zu tragen.

FundGrube

Bekanntschaften

Du kannst dem Leben nicht mehr Tage geben, aber Du kannst dem Tag mehr Leben geben
R A I N E R , 81 Jahre jung / 1.80 groß, verwitwet, Dipl.-Chemiker mit gr. aber sehr einsamen Haus und schönem Garten hier in der Umgebung und habe viel Zeit für Sie. Bis zu diesem Moment hätte ich nie gedacht, dass ich jemals eine pv Anzeige aufgeben würde. Denn als kontaktfreudiger Mensch sind mir noch alle Menschen, die in meinem Leben Bedeutung erlangt haben – als Freundinnen, Freunde, Lebensgefährtinnen –, stets auf irgendeine andere Weise begegnet. Ihnen vermutlich auch. Die Form der Kontaktanzeige erscheint mir dagegen sehr befremdlich, stellt sie meine gewöhnliche Vorstellung von Begegnungen, aus denen sich Freundschaften oder Liebschaften entwickeln, doch buchstäblich auf den Kopf: Die erste Begegnung passiert nicht mehr erwartungslos, beiläufig. Es geht ihr ein schon konkretisierter Wunsch voraus. Auch ich möchte mein Leben (wieder) mit jemandem teilen, Schönes gemeinsam erleben und vollumfänglich lieben. Ich reise gern (wer nicht?), ich liebe das Meer und die Berge; ich habe Humor und genau das Maß an Selbstironie, das ich brauche, um meine Strenge mir gegenüber und meine Ansprüche an mich zu erden; mag Kunst, höre gern Musik und lese viel. Geben Sie uns die Chance (Alter zw. 74 und 83) zu einer gemeinsamen Zukunft mit Respekt + gegenseitiger Wertschätzung. Bitte rufen Sie an 0172 - 3707138.

EIN FRÜHLINGSTÄNZCHEN UND ZUSAMMEN ZUR KIRSCHBLÜTE FLIEGEN
DOKTOR WERNER , 72 J / 1.87, ganz alleinstehend, keine Kinder und immer noch als Buchautor und Journalist tätig, habe aber genug Zeit, Sie zu verwöhnen, mit Ihnen zusammen zu reisen, unsere Zeit fröhlich zu gestalten + glücklich zu sein, zur Mandelblüte zu fliegen. Bin ein niveauvoller, gefühlvoller Gentleman u. Lausbub, fit, gesund, gut aussehend, fühle mich wie 50, habe Auto + schönes Zuhause, in dem ich Sie herzlich willkommen heißen möchte. Ich liebe die Sonne, das Meer, die Berge zum Wandern, tache gerne, bin feinfühlig, zärtlich, lache viel – auch über mich. Darf ich Sie zu einem festl. Essen einladen od. bei Kerzenschein und einem Glas Wein in meinem schönen Hause, um in Ehren zärtlich in Ihren Augen die Sternchen zu sehen, Liebe u. Verständnis zu erleben? Ich möchte Sie über pv kennenlernen, Gemeinsamkeiten aus unserem Leben suchen und alle Ihre Fragen beantworten. Das Glück liegt jetzt in Ihrer Hand! Bitte rufen Sie schnell an, Tel. 01522 – 6954734, auch Samstag und Sonntag, oder E-Mail an: DoktorWerner1@inserat-wz.de.

Er, verwitwet, 81 J., schlank aus Maintal, sucht nette Frau, ab 75 J., die mit ihm das Leben teilen würde. Chiffre 81902

EIN ROMANTISCHER NETFLIX-ABEND MIT LECKERER EISCREME ODER PIZZA
L I S A , 54 J und 1.61 cm groß, geschieden, meine lieben Kinder sind bereits außer Haus. Ich habe eine schlanke Figur, blaue Augen und lange blonde Haare, meinen Lebensunterhalt verdiene ich als Bankkauffrau. In meiner Freizeit spiele ich Tennis und klimpere auf meinem Klavier, kannst ja die Ohren zuhalten, wenn es schlimm werden sollte. Ich bin unkompliziert, kompromissbereit, spontan, natürlich, temperamentvoll – doch ebenso sensibel und außergewöhnlich zärtlich. Mein Traum wäre ein Trip mit dem Wohnmobil durch die USA od. Afrika, aber dazu brauche ich DICH, schon weil ich einen Orientierungssinn wie eine Bockwurst habe ... links u. rechts – oh, ich käme event. gar nicht ans Ziel! Lass uns für immer glücklich sein, lach mit mir, küss mich und ... Diese pv-Annonce ist unsere Chance aufs Glück. Auf meine erste Anzeige letzte Woche hat sich niemand gemeldet, wieso ...? Bitte rufe an: Handy: 01520 – 7866545 od. E-Mail an: lisa2211@inserat-wz.de. Trau Dich, denn ich suche keinen Mr. Perfect, sondern Dich!

NICHT HÖHER SCHNELLER WEITER – SONDERN LANGSAMER BEWUSSTER MENSCHLICHER
Ich bin Förderschullehrer T H O M A S , 63 J / 1.81 ganz alleinstehend und sehr unternehmungslustig. Ich fahre Motorrad, mache Gleitschirmfliegen, spiele Gitarre und fahre den einen oder anderen Hang mit meinen Skiern runter. Wollen wir das ein oder andere zusammen machen – oder lieber unser Zuhause umgestalten, dass es kuschelig schön für uns ist? – Über das Ambiente bestimmst du. Bin dynam., kreativ, spontan u. absolut tageslichttauglich, liebevoll, lache gerne. Ich lade Sie in allen Ehren ein zu Rotwein und mehr ... ich kann Spaghetti kochen oder Schokoladenpudding mit Klümpchen! Möchte mit Ihnen auch romantische Sachen unternehmen, Abenteuerreisen, Segeln von Insel zu Insel, aus Dosen essen, herrliche Sonnenuntergänge erleben. Noch ist es kalt, u. da heißt es: kuscheln am Kamin, aufwärmen und unsere Zukunft rosarot ausmalen, in der Hoffnung, für immer ... Ich meine es ernst und bin der Mann, der bleibt, treu + zuverlässig ist. Bitte rufen Sie an, handy-pv: 0172 – 3712035 Mail an: Thomas0407@wz-mail.de

Ilse, 73 J., noch nicht so lange verwitwet, aber ich halte die Einsamkeit einfach nicht mehr aus. Habe etwas vollbusige Figur, mag alles Schöne, wie Kochen, Garten u. die Natur. Suche üb. pv e. aufrichtigen Mann, evtl. mit ähnl. Schicksal, dem eine liebe, ehrl. u. warmherzige Frau fehlt. ☎ 0176-45891454

Hübsche Thail, sucht liebevoll. Partner, m. Charakter, Deutscher bevorzugt. ☎ 0152-25637578

SEKT ODER SELTERS, ICH BIN DIE FRAU, DIE ZU DIR STEHT, MIT DIR LACHEN + TRÄUMEN MÖCHTE !
Bin 64 J / 1.67 groß und heiße N A D J A , bin schon ewig geschieden, komme hier aus der Umgebung und arbeitete als Pharmazeutisch-Technische Angestellte, jetzt bin ich Rentnerin. Bin eine bildschöne, sehr attraktive „Powerfrau“ mit dem „gewissen Etwas“, doch ebenso gern ruhig und zärtlich zu Hause, denn wo die Liebe ist, ist mein Herz glücklich. Bin feminin, mit lachenden gr. Augen, unwiderstehlichem Charme u. Pep. Eine Frau mit viel Rücksicht + Verständnis, sehr romantisch, gefühlsebetont, zärtl., und treu. Suche IHN, einen ehrl. Mann, nicht nur für Reisen, sei mein Reiseführer auch fürs Herz! Wenn wir uns treffen u. uns selbst vergessen und die Seele das Glück genießen lassen, dann wird unsere wundervolle Zukunft beginnen. Ich bin die Frau, die Sie verzaubern will und auch in schweren Zeiten an Ihrer Seite ist, deswegen rufen Sie bitte gleich an, pv-handy: 0170 – 6113731 oder E-Mail an: NadjaFroh@wz-mail.de

DIE GLÜCKSFEE KLINGELT NICHT AN DEINER TÜR, ABER ICH – UNSER 1. TREFFEN WIRD SOOOO SCHÖN !
Ich heiße D E S I R E E , bin 75 J jung und 1.60 cm klein, alleinst. Wie ein roter Faden ziehen sich die Zaubersprüche „Zukunft“ + „Liebe“ durch unser Leben. „Ich sehe mit dem Herzen“ und bin eine sensible, fröhliche Frau mit offenem Wesen, herzlichem Lachen und strahlenden Augen. Lebe in geordneten, guten Verhältnissen, bin eine gut abgesicherte Rentnerin, habe Auto, schönes Zuhause, koche und backe gerne. Sehe sehr gut aus, habe eine schlanke sportliche Traumfigur und freu mich auf Dich. Ich suche über pv Anzeige keinen Prinzen, sondern einen ganz normalen, bodenständigen Mann, der der Bedeutung von Liebe Achtsamkeit und Respekt entgegenbringt und event. ein verspätetes Valentinsgeschenkechen austauschen möchte (hihi!)? Bitte rufen Sie gleich an, Handy 0151 – 59897641 od. E-Mail an: Desiree1502@inserat-wz.de. Ich freu mich schon ein wenig.

Hübsche Birgit, 63 J., mit schlank-fraul. Figur. Ich liebe die Haus-/Gartenarbeit, Musik u. das Landleben. Mein sehnlichster Wunsch: Ein lieber, ehrl. Mann für immer. Gemeinsam können wir ein schönes Leben haben, ruf einfach üb. pv an. ☎ 0176-34498341

Gitta, 68 J., jung gebl., unkompliziert, schlank, mit Humor u. herzl. Wesen. Ich liebe die Natur, spazieren, das einfache Schöne im Leben u. hoffe auf den Anruf üb. pv eines lieben Mannes, der sich auch in schweren Zeiten wieder Zweisamkeit wünscht. ☎ 0152-24910120

Er, 70 J., sucht für eine schöne Zeit eine Partnerin in meinem Alter. Du solltest nicht größer als 1,65 sein und NR. Ich habe Lust auf kurze Reisen. Liebe die Natur. Chiffre 82125

65jähriger Mann sucht weibl. Begleitung für Urlaube im Frühling/ Sommer 2024. Näheres unter floreif3411@t-online.de

Dienstleistungen



BAUMARBEITEN HEE
Baumfällung · Gartenpflege
Tel. 0173/8842112

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

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. ☎ 0177/3142944 o. 06181/4358764

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

Fenster-Reinigung gefällig? Umkreis Ranstadt, Angebot kostenfrei, Fa. FBW-Ranstadt. ☎ 0176-88786007

Flohmarkt

Duru's Flohmarkt, 25.02. Wächtersbach-Messe, 03.03. Gelnhausen Bleiche, 10.03. Altenhaßlau tegut. Jeder kann mitmachen! www.durusflohmarkt.de ☎ 0173/4888724

Haushaltsauflösungen

Die Ameisen: Entrümpelungen, Haushaltsauflösung, Umzüge, Renovierung, Garten- u. Abrissarbeiten, Gewerbe, Haus-, Messi- und Problemwohnungen ☎ 06053-7775, 06184-905729, 01522-2038811 www.ameisen-heimerl.de

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

Kaufgesuche

Frau Danna sucht und kauft Pelze aller Art, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernstein, Schmuck, Perücken, Puppen, Ledertaschen und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silber, Bestecke, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Wohnungs- und Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Wertschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskrete Barabwicklung vor Ort von Mo. - So., 8 - 21 Uhr. ☎ 06031-7768934

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, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Wertschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo.-So 8-20 Uhr ☎ 06104/9879935

Frau Amalia kauft Pelze, Nerze, Silberbesteck u. Uhren aller Art. Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Briefmarken, Kleider, Bernstein, Münzen, Zinn, Perlen, Kupfer, Bleikristall, Ferngläser, Perücken, Teppiche, Bilder, Ölgemälde, Möbel, Porzellan, Leder- und Krokotaschen, Krüge, Modeschmuck, Gardinen, Puppen, Orden, Figuren, komplette Nachlässe auch Haushaltsauflösungen, Altgold, Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, 100% seriös u. diskret. Kostenlose Beratung u. Anfahrt sowie kostenlose Wertschätzung. Zahle Bar vor Ort, täglich von 07:30 - 20:30 Uhr. Gerne auch am Wochenende. ☎ 069/25718443

Achtung! In welchem Keller o. Dachbo. schlummert eine Eisenbahn? Sammler kauft Eisenbahn. Auch Ankauf, Abbau u. Abholung kompl. Eisenbahnplatten. ☎ 06108-69410

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

Teppichreinigung

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

Umzug

C+P Umzüge-Umzüge nah und fern. Keine Anfahrtspauschale, kostenloser Umzugsberater, keine Materialkosten, Küchen- u. Möbelmontage. ☎ 06047-986370, 0173-1700586

Verkäufe

Tiefpreisangebote im Möbelland. Küchen zu Fabrikpreisen. Neuste Küchen + Modelle 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,- €. Möbellhallen Neuberg, Im Unterfeld 2, 63543 Neuberg, Mo.-Fr. 10-18 Uhr, Sa. bis 16 Uhr. ☎ 06183-8991911

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

Verkäufe

Jetzt einmalige Vor-Frühling-Sparpreisaktion! Sensationelle Preise durch kompl. Übernahme von Messeständen der Möbelmesse in Köln. Riesige Auswahl von Polster, Esstischen, Betten, Stühlen + TV-Ruhessel. Alle zu Sonderposten-Preise. Möbellhallen Neuberg, Im Unterfeld 2, 63543 Neuberg, Mo.-Fr. 10-18 Uhr, Sa. bis 16 Uhr. ☎ 06183-8991911

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

Verschiedenes

Dachdecker- u. Spenglerarbeiten, Schneefanggitter und Wärmedämmung für Ihr Dach. Andreas Kraus, Kahstr. 46, 63828 Kleinkahl. ☎ 06024-3601 u. 0179-5591104

Erotik

Hilde (66) BH DD 01523-8284046

... auch als kostenloses

epaper



www.bote.de

IMPRESSUM

Mittelhessen-Bote

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

Verleger: Oliver Naumann,
Erhard Naumann
Geschäftsführer: Oliver Naumann,
Jochen Grossmann
Chefredakteur: Thomas Weitz
Anzeigen/Key-Account: Johanna Röder
Vertriebsleiter: Ronald Schmidt

Anzeigenannahme:
Montag bis Freitag von 8.00-17.00 Uhr,
Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Bei telefonisch abgegebenen Anzeigen keine Gewähr. Zur Zeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 37/50.
Der Mittelhessen-Bote erscheint mit den Regionalausgaben Gelnhäuser Bote, Hanauer Bote, Maintaler Bote, Langenselbolder Bote, Schlüchternr 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 – Mitteilungsblatt;
Langenselbold – Langenselbolder Bote;
Wächtersbach – Wächtersbacher Stadtanzeiger;
Gründau – Gründauer Anzeiger;
Freigericht – Freigerichter Bote;
Hasselroth – Hasselrother Anzeiger;
Linsengericht – Linsengerichter Anzeiger;
Biebergemünd – Wochenblatt Biebergemünd.
Auflage: 306.360.
Kombination mit Gießener Zeitung, Auflage: 128.875.
Gesamtauflage: 435.235
Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder werden weder Gewähr übernommen noch eventuelle Kosten erstattet. Für den Inhalt der Anzeigen übernehmen wir ebenfalls keine Haftung.
Der Mittelhessen-Bote erscheint am Wochenende. (Änderung der Erscheinungstermine vorbehalten). Bei Nichterscheinen infolge höherer Gewalt, bei Streik, Aussperrung u.ä. Gründen, besteht kein Anspruch auf Entschädigung.
Verteilung: kostenlos an die Haushalte
Bezugspreis bei Postzustellung: 2,50 € zzgl. MwSt.

Verlag und Herstellung:
Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum genannten Verantwortlichen.

Falls Sie unsere Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, eine E-Mail an zustellung@bote.de zu senden und einen Aufkleber mit dem Hinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten oder Zeitungsrohr anzubringen.

2024

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

Putzen und Pflegen

So bleiben Dichtungen beim Auto fit

Saubere und gepflegte Gummis an Türen und Hauben halten das Auto dicht und den Innenraum trocken und geräuscharm. Um sie einfach und schonend zu reinigen, eignet sich Wasser mit etwas pH-neutraler Seife am besten. Das kann auch eine milde Lederseife sein, sagt Autopflege-Experte Christian Petzoldt aus Hagen. Vorzugsweise mit einem feuchten Baumwolltuchlein geht man über die Oberfläche, um den Schmutz zu entfernen. Dann die Gummis vorsichtig und gründlich mit einem weiteren weichen Baum-

wolltuch trocknen. Erst im Anschluss trägt man ein Gummipflegemittel auf. Dieses füllt die kleinen Poren in der Gummioberfläche, sodass sich dort keine Feuchtigkeit sammeln kann. Kann sich nämlich in diesen Vertiefungen Nässe festsetzen, ist das ein Garant fürs Festfrieren. Ältere und porösere Dichtungen sind dafür anfälliger, ebenso ungepflegte Dichtungen oder solche mit kleineren Schäden. In der Regel reicht es, die Gummis zweimal im Jahr zu pflegen. Bei älteren Autos darf es auch häufiger sein.



Nach dem Reinigen: Ein Pflegemittel aus dem Autozubehörhandel hält die Gummidichtungen am Auto fit.
Foto: Christin Klose/dpa-mag

Bei der Pflege rät Fachmann Petzoldt, zu speziell dafür konzipierten Produkten zu greifen: Hausmittel wie Butter oder Öle sorgen zwar vom Prinzip her auch für einen schützenden Film auf dem Gummi. Aber die könnten umkippen und ranzig werden. Tipp: Je fester das Mittel und damit hochschichtiger der Auftrag, desto besser eignet sich das für ältere und schon etwas geschädigte Dichtungen mit größeren Unebenheiten. Bei neuen und gepflegten Gummis können flüssigere Produkte zum Einsatz kommen, so Petzoldt.

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

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

Reisemobile

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

ImmobilienMarkt

In umgekehrter Reihenfolge

So überleben Möbel den Umzug

Wer in den vergangenen Jahren mal umgezogen ist, wird es gemerkt haben: Die so einfach selbst aufgebauten Möbel lassen sich manchmal auch nur genau einmal aufbauen. Bei einem Umzug, bei dem die Stücke ab- und wieder aufgebaut werden müssen, bleiben oft Schäden zurück. Das müssen Sie wissen, um die Möbel länger am Leben zu halten: «Wer seine Möbel seinerzeit streng nach Montageanleitung aufgebaut und dabei nichts falsch gemacht hat, sollte sie auch leicht demontieren können», sagt Thomas Gerke, Tischlermeister und Trainer an der DIY Academy in Köln. «Er muss ja einfach nur in der umgekehrten Reihenfolge der Anleitung vorgehen.» Aber ganz so unkompliziert ist es dann doch nicht immer, denn nicht jeder bewahrt die Anleitungen auf. «Manchmal



Bei einem Umzug bleiben oft trotz aller Vorsicht kleine Blessuren an den Einrichtungsgegenständen zurück.
Foto: Markus Scholz/dpa-mag

sind sie noch im Internet zu finden. Man kann auch beim Hersteller oder Händler nachfragen», rät Christine Scharrenbroch vom Verband der Deutschen Möbelindustrie. Gerkes Tipp: Bei künftigen Einkäufen die Montagehinweise einscannen oder abfotografieren und digital aufzubewahren. Noch eine Lösung: Während

der Demontage die jeweiligen Arbeitsschritte dokumentieren. Auch hierfür eignen sich Fotos gut. Möbelexpertin Scharrenbroch rät auch, die Bestandteile der Möbelstücke wie Türen, Regalböden oder Rückwände beim Abbau zu nummerieren. Dabei werden die Möbel in der Regel wieder in ihre Einzelteile zerlegt. «So sind sie im Idealfall so kompakt wie beim Kauf und nehmen wenig Platz beim Transport ein», sagt Christine Scharrenbroch. Damit keine Schäden entstehen, sollten empfindliche Teile wie Glas, Spiegel oder Lackoberflächen mit Decken oder Folien geschützt und auf weichen Unterlagen transportiert werden. «Wichtig ist, Kleinteile wie Schlüssel und anderes Zubehör zu entfernen», so Scharrenbroch. Alle Teile für ein

Stück kommen in einen extra Behälter, sodass sie sich beim späteren Aufbau mehrerer Möbel gut wieder zuordnen lassen. Schubladen sollten vor dem Transport entfernt oder mit Kreppband fixiert werden. Wichtig: Vorsicht mit Klebeband bei empfindlichen Oberflächen. Es sollte das Werkzeug bereit liegen, zu dem in den Montageanleitungen geraten wird. «Wird ein Inbusschlüssel verlangt, sollte man es nicht mit einem Schraubenzieher versuchen. Und wo ein Schraubenzieher richtig ist, kann ein Akkuschrauber zu viel sein», sagt Christine Scharrenbroch. Und eine Wasserwaage sollte beim Aufbau von Möbeln immer zur Hand sein. «Wenn die Möbel wirklich gerade stehen und nichts wackelt, tut ihnen das gut. So halten sie länger», so Thomas Gerke.

ETW

Eigentumswohnung in Blankenbach zu verkaufen, von privat ohne Makler, ca. 80m². ☎ 06024/3430 o. 0151/20241951

Garagen

Garagen, Lagerräume, 4 - 45 m², in gepfl., sicherer Liegenschaft, 3 Min. vom Amtsgericht Hanau entfernt. ☎ 01520-2311680

Grundstücke

Zu amtlichen Preisen suchen wir ständig Gärten, Äcker, Wiesen zum Kauf bzw. für vorgemerkte Kunden. Grasmück GmbH, 63654 Büdingen Tel. (060 42) 6691 oder 01 71-57344 04

Mietgesuche

Wohnung gesucht. Ich, Mann, 33 j., ledig, ohne Haustiere, beginne am 1.6. ein unbefristetes Arbeitsverhältnis in GN. Suche daher für mich in GN o. Umkreis ca. 50m², kein Dachgeschoss. ☎ 0157/71591389

Vermietungen

Dachgeschoss Wohnung in Linsengericht-Geislitz zu vermieten. Dachg. WHG mit ausgebautem Dachboden, Kü, Bad, Wozl, Schlafzi., 2 Balkone, Diele, Kizi., Waschraum mit Waschmaschine und Trockner, WF 110qm, Kaltmiete 920,-€, Umlage 175,-€, Kaution 3 Kaltmieten 2.760,-€ ☎ 0163/4875812 Bitte mit Schufa Auskunft, Lohnzettel, Mieter Selbstauskunft

Vermietungen

Wächtersbach-Innenstadt: OG-Whg., Schlaf-, Wohn- u. Esszi., Küche mit EBK, Tgl.-DU-Bad, ca. 90m², großer überdachter Blk., NR, keine Haustiere, an ruhige Mieter (Senioren oder älteres berufstätiges Paar ohne Kinder), Selbstauskunft, ab 04/2024. Miete 700,- € + NK + 3 MM Kt. E-Mail: haus.wbach@web.de
3-Zi.-Whg. im 1. OG in einem schönen, ruhigen 5-Familienhaus in Kefenrod, Ortsrandlage mit schönem Fernblick an freundliche Menschen zu vermieten. 108 m² Wohnfläche, Stellplatz/Garage. 750,- € Miete + 200,- € Umlagen. ☎ 06054/9097814 o. 0151/22163295

Rothenbergen, 3 ZK, Waba u. Duba, EBK, im 1.OG, Wasch- u. Trockenr. im EG, Whg. in kl. Geb., keine Tiere, NR, 63 m², KM 600,- €, NK 200,- €, Kt. 3MM, Energieausw. 91kWh/(m²a), Garage mögl., ab 04.24 frei, E-Mail: Gerkob@web.de

Biebergемünd-Neuwirtheim: 4 Zi.-Whg. mit EBK, Tgl.-Bad, Balkon, Keller an ruhige Mieter, NR, keine Haustiere zu vermieten. Kaltmiete 680,-€ + NK + 3 MM Kt. + Garage 60,-€. ☎ 06050/908379

4 Zi. Wohnung in Wächtersbach mit Kü, Bad mit Du., Balkon zu vermieten. WM 1.400,- €, Kaution 2 MM ☎ 01573 5313573

StellenMarkt

Mittelhessen-Bote

Stellenanzeigen bringen Erfolg!

Telefon 06051 833-241



TANZ' VOR FREUDE!



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

- Karben Klein-Karben
- Niddatal-Assenheim
- Niddatal-Kaichen
- Niddatal-Bönstadt
- Friedberg Stadt
- Bad Nauheim Stadt, Nieder-Mörlen, Schwalheim, Wisselsheim und Steinfurth
- Bad Vilbel-Dortelweil (Alt)

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 GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Telefon: 06051 833 292 oder -293 · E-Mail: vertrieb@gnz.de

Stellengesuche

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

Welche nette Seniorin braucht Unterstützung, Betreuung im Alltag? Stundenweise vormittags. Ich freue mich auf Ihren Anruf. ☎ 0174-7132458

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

Stellenangebote

Wir suchen Aushilfen, Schüler/Studenten (m/w/d) für die Produktion. Nach Absprache ab 16:00 bis ca. 18:30 Uhr. E-Mail an bewerber@iffland.de. Mehr Infos unter www.iffland.de

Stellenangebote

Zuverlässige Putzhilfe, 1x wöchentlich, gerne auch älter, für Privathaushalt in Gelnhausen, bei überdurchschnittlicher Bezahlung gesucht. ☎ 06051/471982

Ausgebildete Hauswirtschaftlerin (gerne auch älter) für Privathaushalt in Gelnhausen, 1-2 wöchentlich, bei überdurchschnittlicher Bezahlung gesucht. Chiffre 80489

Wir suchen eine deutschsprachige Haushaltshilfe für 1x die Woche für 4 Stunden, 140 m² Hundehaushalt, Büdingen/Düdelheim. ☎ 0151/12389051

Wir suchen einen Mitarbeiter Reinigung (m/w/d) in Teilzeit, 15 Std. tgl. 10:00-13:00 Uhr. Bewerbung per E-Mail an bewerber@iffland.de. Mehr Infos unter www.iffland.de

Vertrags-partner:

Wir stellen ein

- Annahmemeister/ Serviceberater m/w/d
- Kfz-Mechaniker/ Mechatroniker m/w/d
- Kfz-Elektriker m/w/d

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann zögern Sie nicht und senden uns Ihre aussagekräftige, schriftliche Bewerbung an Herrn Erik Wahrenbruch, bevorzugt per E-Mail an: buero@ttr-altenstadt.de

Truck & Trailer Rep. GmbH u. Co.KG
Eichbaumstraße 15 • 63674 Altenstadt

HAUSTECHNIKER ELEKTROTECHNIK

(M/W/D) | VOLLZEIT | BIEBERGEMÜND

DEIN MENÜ

Durchführung von Instandhaltungs- und Wartungsarbeiten an elektronischen Anlagen im Bereich Gebäudetechnik (u.a. HLSK, BMA, Sprinkleranlage) | Erkennen und Beheben von Störungen sowie Fehlern, auch standortübergreifend | Abstimmung mit Brand Partnern | Einholen von Angeboten | Übernehmen von kleineren Projekten

DEINE ZUTATEN

abgeschlossene Ausbildung im technischen Handwerksberuf, vorzugsweise im Bereich Elektrotechnik oder Heizung, Lüftung, Sanitär | idealerweise erste Berufserfahrung im Bereich Haustechnik/Facility Management | hohes Maß an Eigeninitiative | analytisches Denkvermögen | technisches Knowhow | einsatzbereit in der Tagschicht zwischen 6 - 18 Uhr

BEWIRB DICH JETZT! hr@strauss.de | +49 (0) 60 50 / 97 10-3003 | strauss.de/jobs

Mittelhessen-Bote

Heute gesucht - morgen gefunden

Telefon 06051 833-241



NORMA®

+++ Breaking News +++ Februar 2024 +++ Breaking News +++ Februar 2024 +++

BIO-GESAMTSIEGER!

zur aktuellen
DLG Bio Prüfung 2024

NEU

181x

34x

9x

Zum 15. Mal in Folge

GEPRÜFTE QUALITÄT
DLG TEST 2024

Bio-Saft Zitrone

250-ml-Flasche, ohne Pfand (1 l = 5,96)

1,49*

VEGAN

Bio-Kokosöl nativ, kalt-gepresst

Verfeinert mit seinem frischen Aroma sowohl die exotische als auch die heimische Küche. Das Öl eignet sich als hocherhitzares Speiseöl hervorragend zum Kochen und Braten.

920-g-Bügelglas (1 kg = 7,60)

6,99*

920 g

Bio-Sirup Ahorn

250-ml-Flasche (1 l = 15,-)

3,75*

VEGAN

Bio-Kerne XXL

Kürbiskerne 300-g-Beutel (1 kg = 9,30) oder Sonnenblumenkerne 1-kg-Beutel (1 kg = 2,79) je Beutel

billiger

zum Vergleich: z.B. Sonnenblumenkerne 650-g-Beutel = 1,99

2,79*

XXL

GEPRÜFTE QUALITÄT
DLG TEST 2024

Bio-Agaven Dicksaft

dunkel oder hell 500-ml-Squeeze-flasche (1 l = 6,98) je Squeeze-flasche

3,49*

500 ml

VEGAN

Bio-Gewürze XXL

Pfeffer schwarz ganz, Paprika edelsüß, Kümmel ganz oder Kurkuma gemahlen 145-g-Beutel (1 kg = 20,62) je Beutel

2,99*

XXL

Bio-Zucker

Kokosblütenzucker 400-g-Beutel (1 kg = 7,48), Vollrohrzucker 500-g-Beutel (1 kg = 5,98) oder Rohrohrzucker 600-g-Beutel (1 kg = 4,98) je Beutel

2,99*

Bio-Getreide XXL

Buchweizen oder Haferkleie 1,2-kg-Beutel (1 kg = 3,33) je Beutel

3,99*

XXL

GEPRÜFTE QUALITÄT
DLG TEST 2024

Bio-Bouillon in verschiedenen Sorten, z.B.: Gemüse

540-g-Dose, ergibt 27 Liter (1 l = -,14) je Dose

ergibt 27 Liter

3,79*

WEITERE SORTEN
Rind, Huhn oder 7-Kräuter

Bio-Muttersaft 100%

Aronia oder Sanddorn 330-ml-Flasche, ohne Pfand (1 l = 9,06) je Flasche

2,99*

VEGAN

WEITERE SORTEN
Granatapfel, Aloe Vera oder Cranberry

Bio-Dinkelnudeln

z.B. Bandnudeln oder Fadennudeln getrocknet mit Energie aus Biomasse, 500-g-Beutel (1 kg = 3,98) je Beutel

1,99*

500 g

GEPRÜFTE QUALITÄT
DLG TEST 2024

ab Montag, 26. Februar

Äpfel vom Bodensee

Deutschland, Friedrichshafen Kl. I, Sorte: Braeburn oder Pinova, große Früchte, Kal. 70/80 + 75/85mm, 2,2-kg-Beutel (1 kg = 1,36) je Beutel

2,2 kg!

2,99*

große Früchte!

Softfrüchten Saft-Mandarinen

Spanien Kl. I, Sorte: Ortanique, süße, sehr saftige Mandarinen, ideal zum Auspressen, 3-kg-Netz (1 kg = 1,11) je Netz

3 kg!

3,33*

große Früchte!

Paprika Sweet Mix

Spanien Kl. I, rot und gelb, 1-kg-Netz

(1 kg = 2,99) je Netz

1 kg!

2,99*

ALS BIO-GESAMTSIEGER zur aktuellen DLG Bio Prüfung **2024 AUSGEZEICHNET!** exklusiv bei **NORMA**

Zum 15. Mal in Folge

Gemüse-Pflanzurm

• Witterungsbeständiger Kunststoff
• Topf ca. 25 x 25 cm • Volumen ca. 16 Liter
• Wassertankvolumen ca. 3 Liter

✓ Für üppiges Wachstum auf kleiner Fläche
✓ Leichter Aufbau durch Stecksystem
✓ Feuchtigkeitsregulation durch Gießöffnung und Wasserreservoir

4 versch. Ebenenhöhen aufbaubar
• 60 cm • 90 cm • 120 cm • 150 cm

Ideale Wachstumsmöglichkeit für alle Kletterpflanzen

13,99*

24 Auch online

Großer 3 Liter Wassertank mit Öffnung zur Wasserbefüllung

Gartenabfalltasche/Pop-Up-Sack

selbststehend, mit Trage- und Entleerungsgriffen

Gartenabfalltasche, ca. 272 l Fassungsvermögen:

- Reißfestes Kunststoffgewebe • Ø ca. 67 x 76 cm

Pop-Up-Sack, ca. 100 l Fassungsvermögen:

- Reißfestes Nylongewebe • Ø ca. 47 x 60 cm

3 Jahre Garantie

je Ausführung **4,99***

24 Auch online

100 Liter **272 Liter**

Besonders reißfest und witterungsbeständig!

(beide Modelle in allen Farben erhältlich)

je Ausführung **9,99***

24 Auch online

Spezial-Unkrautvlies

ca. 0,8 x 10 m • Robustes Polypropylen mit einer Stärke von ca. 85 g/m² • Witterungsbeständig sowie wasser- und luftdurchlässig (1 m² = 1,25)

Durch integrierte Wabenstruktur besonders widerstandsfähig gegen Durchwurzelung

Grün/Schwarz

Schwarz

je Ausführung **9,99***

24 Auch online

KRAFT Werkzeug

Bodenverdichter

• Grundplatte aus massivem Stahl (ca. 200 x 200 x 20 mm)
• Gewicht ca. 8,5 kg

24 Auch online

24,99*

KRAFT Werkzeug

Profi-Plattenhammer

• Auswechselbarer Gummiaufsatz • Hochwertiger Holzstiel
ca. 360 mm • Kopf ca. 435 x 155 x 105 mm/2,29 kg

24 Auch online

24,99*

Power Garden

XXL-Abdeckplane/-Set mit Ösen

• Witterungsbeständig • Gewebestärke ca. 85 g/m² • Verstärkter Rand

Planen 2er-Set je ca. 3 x 4 m oder einzeln ca. 4 x 6 m (1 m² = -,50)

11,99*

Einzelplane ca. 6 x 8 m (1 m² = -,42)

19,99*

2-farbig Grün/Blau

24 Auch online

TOPTEx

Mikrofleece-Troyer „Space dyed“

für Damen oder Herren

- 100 % Polyester (DuoTherm®Pro1)
- Mit Antipilling- und Anti-statik-Ausrüstung
- Damen-Größen M (40/42) – XL (48/50)
- Herren-Größen M (48/50) – XXL (60/62)

je Troyer **9,99***

24 Auch online

Herren Marine-Melange

Damen Bordeaux-Melange

Weiche, anschmiegsame Sweat-Qualität

DUO THERM

Herren Anthrazit-Melange

Damen Petrol-Melange

BUCHER

Wasserdichte Fahrradtasche 25 Liter

Auch in:

- Einstellbarer Schultergurt
- Auch als Umhängetasche tragbar
- Mit Reflexmaterial
- ca. 56,5 x 30 x 15 cm
- 3 Jahre Garantie

34% billiger

UVP 34,99

22,99*

24 Auch online

Inklusive Halterungssystem für Gepäckträger

NEU

Rot/Schwarz

Dress Blue

Waldgrün

Fahrrad-Zubehör

je Artikel

Reparatur-Set 16tlg.

TOP PREIS-LEISTUNG

60% billiger

statt 4,99*

1,99*

24 Auch online

Hinterbau-stander Für alle 26" und 28" Räder

Verlängerbar

Ballhupe für alle Lenkerarten

Handyhalterung

- Für Smartphones bis 6,7"
- Werkzeugfreie Montage

TOP PREIS-LEISTUNG

20% billiger

statt 4,99*

3,99*

24 Auch online

Fahrrad-Faltgarage

- Mit Klettverschluss
- ca. 210 x 110 cm

(ohne Fahrrad)

TOPTEx

Softshell-Schuhe

für Damen und Herren • Mit Reflektor

- Profilierte TPR-Laufsohle und dämpfende Zwischensohle aus Phylon
- Damen-Größen 39–41
- Herren-Größen 42–45

je Paar

19,99*

Robustes, wasser- und schmutzabweisendes Softshell-Material

Damen Grau/Rose

Herren Schwarz/Lime

Herren Schwarz/Royalblau

* Keine Mitnahmegarantie! Sofern der Artikel in unserer Filiale nicht vorhanden ist, können Sie diesen direkt in der Filiale innerhalb von 2 Tagen ab o.g. Werbebeginn bestellen und zwar ohne Kaufzwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an www.norma-online.de/aktionsartikel. Es ist nicht ausgeschlossen, dass Sie einzelne Artikel zu Beginn der Werbeaktion unerwartet und ausnahmsweise in einer Filiale nicht vorfinden. Wir helfen Ihnen gerne weiter. Schuhe und Textilien teilweise nicht in allen Größen erhältlich. Alle Preise in Euro. Bei Druckfehlern keine Haftung. Letzter gezeigter Preis aus 01 KW 09/23.

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

9/24

NORMA®

www.norma-online.de

NEU

DIE NEUE NORMA-APP IST DA!

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

Hier gratis
downloaden
oder updaten

