

Fuldaer Land-Bote



Einfach und raffiniert

Modetrends für
Frühling und Sommer



Heimat im Blick

mit Ihrem
lokalen Mitteilungsblatt



KW 10, Samstag, 9. März 2024

Das lokale Mitteilungsblatt

Ausgabe F 2

Hallo,
liebe Leser

Die beste Zeit, um zur Arbeit zu radeln, ist kurz nach acht, wenn die meisten schon im Büro sitzen und die Rentner noch beim Frühstück. Nur zahlreiche Hundebegleiter beaufsichtigen, was hinten heraustritt. Manche sind noch so verschlafen, dass ihr Wahrnehmungsradius nur bis zum Smartphone in der Hand reicht. Und so kommt auf mich eine introvertierte Hund-Frauchen-Kombination quer über die Straße zu, so dass ich schon zum Aufmerksamkeitsglöckchen greife. Doch der Pinscher sieht mich und bleibt stehen, bevor er den Radweg quert. Weil die Leine plötzlich spannt, sieht dann auch Frauchen, was Hundchen schon längst richtig beurteilt hat, und bleibt stehen. Immerhin, eine Symbiose, die funktioniert ...

Euer Boto

Kreativmarkt in
Mittelkalbach

Kalbach. Am 17. März organisiert die Bücherei Mittelkalbach erneut den Kreativmarkt „handgemacht“. Kreativ Schaffende aus der Region stellen ihre selbst hergestellten Unikate zum Verkauf aus. Dabei sind die Stücke sehr unterschiedlich: Von Gebrauchsgegenständen über Dekorationsartikel bis hin zur künstlerischen Ausrichtung ist alles vertreten. Es erwarten Sie über 20 Stände aus den verschiedensten Bereichen wie Malerei, Schmuck, Seifen, Holz-, Papier- und Näharbeiten und weitere interessante Werkstoffe. Die kreativen Köpfe hinter den Unikaten sind an diesem Tag selbst anwesend und somit können die Besucherinnen und Besucher mit diesen ins Gespräch kommen. Der Verkauf findet von 10 bis 17 Uhr in der großen Mehrzweckhalle des Bürgerhauses Mittelkalbach statt, es ist also reichlich Platz vorhanden um entspannt und wetterunabhängig stöbern zu können. Kaffee, Kuchen, Waffeln und Getränke werden ebenfalls angeboten. Der Eintritt ist frei.

Mittelhessen-Bote

... auch als
kostenloses
epaper

www.bote.de

Ihr Draht zu uns:

Druck- und Pressehaus
Naumann GmbH & Co. KG

E-Mail: redaktion@bote.de
Internet: www.bote.de

Pflegeforum mit
Messe und Unterhaltung

Veranstaltung am Freitag 15. März



Vize-Landrat und Gesundheitsdezernent Frederik Schmitt (Mitte) und die Organisatoren des Pflegeforums, Florian Hütsch (links) und Michael Bernhard.

Foto: Sebastian Mannert

Landkreis Fulda. Im „Karl“ dreht sich am Freitag, 15. März, von 8.30 bis 16.30 Uhr alles rund um das Thema Pflege. Eingebettet in die sogenannte HUBWeek der Region Fulda präsentiert die Landkreis-Initiative „Fuldaer Pflegetisch“ gemeinsam mit vielen Netzwerkpartnern die zahlreichen Aspekte der Zukunftsbranche Pflege. Auf zwei Ebenen werden Workshops geboten sowie Beratung für Azubis und Pflegekräfte – eine Anmeldung dazu ist ab sofort möglich. Außerdem findet eine Messe mit Arbeitgebern und Bildungsanbietern statt, aktuell beläuft sich die Zahl der Aussteller auf 28. Die pflegeboerse findet in Kooperation zwischen Kreisjobcenter, Agentur für Arbeit, Azubi-Region Fulda und den Schulen statt. Der Zugang erfolgt über die Lindenstraße 14. Zielgruppe der Veranstaltung sind Personen, die als Neu-, Wieder- oder Quereinsteiger diesen Beruf ergreifen oder eine Ausbildung absolvieren wollen, sowie Personen, die in der Pflegebranche tätig sind oder Angehörige pflegen. „Der Tag wird eine große Palette anbieten, sich aus erster Hand zu informieren – bei Pflegeschulen und einer Vielzahl von Arbeitgebern der Pflegebranche“, sagen die Organisatoren Florian Hütsch, Sachgebietsleiter Arbeitskräftesicherung beim Landkreis Fulda, und Michael Bernhard, Koordinator des Fuldaer

Pflegetisches beim Kreisjobcenter. Zwei Aspekte der demografischen Entwicklung beeinflussen die künftige Situation maßgeblich, wie Vize-Landrat und Gesundheitsdezernent Frederik Schmitt erklärt: „Zum einen werden in den nächsten fünf bis zehn Jahren im Landkreis Fulda rund ein Drittel der aktuellen Pflegeprofis in Rente gehen und mehr als ersetzt werden müssen. Denn zum anderen ist zu erwarten, dass durch die starke Generation der in den 1960er/70er Jahren Geborenen die Zahl der Pflegebedürftigen bis zum Jahr 2040 deutlich steigt.“ Über den gesamten Tag werden Info und Unterhaltung geboten, Diskussionen mit Experten und Azubis sowie Auftritte der Poetry Slammerin Leah Weigand (Krankenschwester und Medizin-Studentin) finden auf der Haupt-

Jugendarbeit in Hessen
braucht Unterstützung

Jugendsammelwoche vom 14. bis 28. März

Landkreis Fulda. Sinnvolle Jugendarbeit braucht Unterstützung. Dafür sammeln junge Aktive aus Jugendverbänden und -gruppen bereits seit über 70 Jahren bei der Jugendsammelwoche. In diesem Jahr findet die Jugendsammelwoche vom 14. bis zum 28. März statt. Darauf weisen der Hessische Jugendring und die Jugendämter hin. Die Jugendsammelwoche ist auch in diesem Jahr eine dringend notwendige Unterstützung für die Jugendarbeit in Hessen. Der neue Anstrich im Gruppenraum, sozial verträgliche Beiträge für die Sommerfreizeit oder Materialien für die Gruppenstunde – Jugendarbeit ist wertvoll, aber nicht ganz kostenlos. Zwar werden die Angebote vor allem von ehrenamtlichem Engagement getragen, dennoch geht es nicht ohne eine vernünftige finanzielle Ausstattung. Hes-

sens Jugend wird deshalb auch dieses Jahr wieder aktiv: Vom 14. bis zum 28. März gehen junge Engagierte von Haus zu Haus und bitten um Unterstützung für ihre Projekte vor Ort. Die Jugendsammelwoche ist ein Gemeinschaftsprojekt der sammelnden Gruppen, der Jugendämter und des Hessischen Jugendrings. „Die Jugendsammelwoche ist eine wichtige Säule der Finanzierung der Arbeit“, erklärt Mario Machalett, Vorsitzender des Hessischen Jugendrings. „Ohne diese Unterstützung wären viele Aktionen wie Zeltlager, Gruppenstunden oder außerschulische Bildungsangebote nicht möglich.“ Zum Erfolg des Projekts möchte auch Hessens Ministerpräsident Boris Rhein beitragen. „Die Jugendsammelwoche ist seit über 70 Jahren

ein wichtiger Teil der Kinder- und Jugendarbeit. Sie trägt mit dazu bei, vielfältige Projekte für Kinder und Jugendliche zu verwirklichen. Ich freue mich, dass sich viele Kinder und Jugendliche für ihre Projekte engagieren“, erklärte Rhein. Er habe die Schirmherrschaft daher sehr gerne übernommen. „Wenn zwischen dem 14. bis zum 28. März eine Gruppe der Jugendfeuerwehr, ein junges Team aus einem Sportverein, die Pfadfinderinnen und Pfadfinder oder ein anderer hessischer Jugendverband bei Ihnen klingelt, unterstützen Sie diese Gruppen bitte mit Ihrer Spende“, lädt Mario Machalett alle Bürgerinnen und Bürger zur Unterstützung ein. Weitere Infos zur Jugendsammelwoche findet man online: <https://jugendsammelwoche-hessen.de>

Kfz-Prüfstelle Schlüchtern

Am Elmacker 4a



AMTLICHE DIENSTLEISTUNGEN

- + HU inkl. „AU“
- + Änderungsabnahmen
- + Sicherheitsprüfungen
- + Oldtimerbegutachtungen

FON 06661 911 1425

mail@ib-bratz.de



Öffnungszeiten

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

Volksmusik-Weltreise

Männer-Quartett „The Suitors“

Kalbach. „Volksmusik ist Menschheitsmusik. Sie ist international, zeitlos und genauso vielseitig wie die Menschen, von denen sie geschaffen wird.“ So die vier jungen Männer der Formation „The Suitors“ über die Musik, die sie am Samstag, 9. März, 19.30 Uhr, in der Landsynagoge Heubach darbieten. Dort erklingen Lieder aus über sechs Jahrhunderten. Neben deutschen Klassikern gibt es dänische Heldensagen, englische Balladen und chinesische Naturlyrik. „The Suitors“ erzählend singend über Jugendlieben

und ungewollte Schwangerschaften, über schlechtbezahlte Jobs und den Widerstand gegen die Nazis. Wer Lust, neben klassischen Deutschen Volksliedern auch einmal in die Volksmusik anderer Nationen hineinzuschmecken, kann sich auf eine kleine musikalische Weltreise freuen. „The Suitors“, das sind Georg Rupprecht, Gesang, Pierre van Endert, Gitarre und Gesang, Felix Detig, Gitarre sowie Nick Libau, Percussion. Der Eintritt ist frei. Der Förderverein freut sich über angemessene Spenden.

„Demokratie stärken –
Werte verteidigen“

Akademieabend am Donnerstag, 14. März

Fulda. Am Donnerstag, 14. März findet um 19 Uhr an der Katholischen Akademie des Bistums Fulda ein besonderer Akademieabend mit Bischof Dr. Gerber über Demokratie, Freiheit, Vielfalt, Gleichberechtigung und Inklusion statt: „In den letzten Jahren haben populistische Ideologien und rechtsextreme Tendenzen immer mehr Raum in unserer Gesellschaft eingenommen. Seit dem Hamas-Terror vom 7. Oktober 2023 sehen sich Jüdinnen und Juden in Deutschland auf erschreckende Weise vermehrt Anfeindungen ausgesetzt. Das rechte Geheimgeschehen zum Thema „Remigration“ in Potsdam und extremistisch motivierte Gewalt sind weitere Signale, dass es an der Zeit ist, dass wir uns als Demokratinnen und Demokraten gemeinsam erheben und gegen jegliche Form von Hetze und Propaganda aktiv werden.“

Auch die zunehmende ideologische Verhärtung in Debatten zu aktuellen Fragen unserer Zeit – ob Migration oder Klimawandel – zeigt, dass unser unterschiedliches Handeln gefragt ist, Polarisierung und Ausgrenzung entgegenzuwirken. Ein hervorragendes Beispiel für gelebte Demokratie sind Millionen von Menschen, die in Demonstrationen bundesweit gegen rechte Parolen protestieren und ein weltoffenes Deutschland verteidigen. An diesem Akademieabend möchten wir gemeinsam über diese Herausforderungen diskutieren.“ Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist erforderlich unter der Telefonnummer 0661/8398-114 oder unter katholische.akademie@bistumfulda.de Veranstaltungsort: Bonifatiushaus Fulda, Neuenberger Str. 3-5, 36041 Fulda.

Heute mit Beilagen in Teilausgaben



Ein ganz besonderer Geburtstag

„Schaltjahr-Baby“ Marleen kommt am 29. Februar um 05.04 Uhr im Klinikum Fulda zur Welt

Fulda. Einen 29. Februar gibt es nur alle vier Jahre. Im sogenannten „Schaltjahr“ geboren zu werden, ist daher etwas ganz Besonderes. Im Klinikum Fulda wurde die kleine Marleen am 29. Februar um 5.04 Uhr mit 49 cm und 2.815 g als erstes „Schaltjahr-Baby“ geboren. Die Eltern Nadja und Domenik aus Bad Soden-Salmünster freuen sich über dieses besondere Ereignis.

„Wir haben mit unserer Familie und unseren Freunden schon mit einem lachenden Auge darüber gesprochen, dass es dieses Jahr einen 29. Februar gibt und dieser nahe am errechneten Geburtstermin liegt“, berichtet Mutter Nadja. „Für uns war von Anfang an klar, dass Marleen immer am Tag nach dem 28. Februar Geburtstag haben wird. Das ist dann entweder am 01. März oder alle vier Jahre am 29. Februar“, erzählt die stolze Mutter. Auch für das gesamte Team der Geburtshilfe am Klinikum Fulda, rund um Direktor der Frauenklinik Priv.-Doz. Dr. Thomas Hawighorst, ist der heutige Tag etwas ganz Besonderes. Schließlich gibt es das Schaltjahr nur alle vier Jahre und an diesem seltenen Tag Kinder auf ihrem Weg begleiten zu dürfen ist besonders aufregend. Die Geburtshilfe am Klinikum Fulda verzeichnet bereits seit mehreren Jahren einen kontinuierlichen Anstieg der Geburtenzahlen. Das Team freut



Corina Ullrich (Leiterin der Wöchnerinnen- und Neugeborenen-Station) mit der kleinen Marleen, Foto: Mayleen Zentgraf

sich, dass der Geburtenanstieg der vergangenen Jahre anhält und sich immer mehr werdende Eltern für das Klinikum Fulda entscheiden. Dieser Zuspruch ist auch auf die hervorragende Arbeit des gesamten Teams der Frauenklinik, rund um Priv.-Doz. Dr. Thomas Hawighorst zurückzuführen. Die Frauenklinik und die Klinik für Kinder- und Jugendmedizin (unter der Leitung von Prof. Dr. Reinald Repp) versorgen im einzigen Perinatalzentrum der höchsten Versorgungsstufe (Level 1) in Ostthessen gemeinsam die Kinder, vom allerkleinsten Frühgeborenen bis reifen Neugeborenen, - behutsam und umsichtig und nach dem besten Stand der Medizin. Somit sind Mutter und Kind vor, während und nach der Geburt am Klinikum Fulda in den besten Händen. Für die kleine Marleen wird,

wie für jedes im Klinikum Fulda geborene Baby, ein Baum im Geburtenwald des Klinikums Fulda im Rahmen der Kampagne „Ein neuer Baum für jedes Baby“ gepflanzt. Der „Geburtenwald Klinikum Fulda“ befindet sich am Sparhofer Weg in Kalbach und erfolgt in Kooperation mit Hessen-Forst und dem Forstamt Fulda. Die Geburt eines Kindes ist ein ganz besonderes Ereignis im Leben eines Paares. Das Team der Frauenklinik möchte, dass werdende Eltern bestmöglich auf die Geburt ihres Kindes vorbereitet sind. Die Frauenklinik bietet daher den Schwangeren-Informationsabend und die damit verbundenen Führungen auf der Wochenbettstation sowie in den Kreißsälen vor Ort an. Alle Termine sowie weitere Informationen finden Sie auf www.klinikum-fulda.de/geburts-hilfe.

Naturschutzwanderung ins Aschenbach Tal

Rhönklub Zweigverein Neuhof

Neuhof. Der Rhönklub ZV Neuhoft lädt für Sonntag, 17. März zur Naturschutzwanderung ins Aschenbach Tal ein. Die Rundwanderung startet gegen 13.20 Uhr in Rückers und führt uns auf einer Strecke von rund 10 Kilometern durch die „Natur“ des Aschenbachtals. Die Teilnehmer gehen ins Grüne - Wir gehen in die Natur - Was ist der Unterschied? Diesen Unterschied schauen wir uns an und vergleichen die Lebensraumansprüche

unserer Vögel, Säuger, Amphibien und Reptilien. Wir schauen uns zuerst Naturschutzprojekte für Amphibien und Feldvögel an und im Weiteren mehrere Biber-teiche mit Burg, die sich zu einem hochwertigen Sumpfgebiet entwickelt haben. Wanderführer Stefan Nix erklärt die Entwicklung vom Einzelbiotop über den Biotopverbund zum Vergesellschaftungsbiotop und erklärt die Funktion und die Vorteile von Lebensgemeinschaften

in Großbiotopen! Die Tour ist auch besonders für Familien mit Kindern geeignet, bei etwas Einsatz auch Kinderwagengerecht. Schlussshock ist in der Gastwirtschaft „Zum Engel“ in Rückers, Schwebe-er Straße 1. Die Wanderer treffen sich um 13 Uhr am Gemeindezentrum, Hanauer Straße 4 in Neuhoft zu Fahrgemeinschaften. Gäste sind herzlich willkommen mitzuwandern. Weitere Informationen auf der Homepage www.rhoenklub-neuhof.de.

„Irgendwo auf der Welt“

Lieder und Leben des UFA-Komponisten Werner Richard Heymann

Fulda. Eine Kombination aus Lesung und Musik zu Werner Richard Heymanns Leben und Werk schafft einen lebendigen Einblick in ein wichtiges Kapitel der Kulturgeschichte des 20. Jahrhunderts. Katharine Mehrling präsentiert in „Irgendwo auf der Welt ... Lieder und Leben des legendären UFA-Komponisten Werner Richard Heymann“ und eröffnet damit einen ganz neuen Zugang zu Heymanns musikalischem Kosmos. Zu erleben am Dienstag, 12. März um 20 Uhr im Schlosstheater Fulda. Ersatztermin für die ausgefallene Veranstaltung „Wie einst im Mai“ am 5. Mai. Alle Abonnements und bereits gekauften Eintrittskarten behalten ihre Gültigkeit. Gesang: Katharine Mehrling



Fotos: Mick Klaack unter Verwendung zweier Porträtfotos von Barbara Braun

Rezitation: Tilmar Kuhn
Dauer: 2 Stunden inkl. Pause
Tickets: 9 – 27 Euro.
Die Tickets für die Veranstaltungen sind in unserem Ticketshop in der Schlossstraße 5, 36037 Fulda, im Online-Ticketshop (www.schlosstheater-fulda.de), telefonisch unter 0661 102-1483 oder per Mail an theater@fulda.de zu

erwerben. Es gelten die bei unseren Musiktheatern üblichen Ticketpreise (18 bis 27 Euro, Schülerinnen, Schüler, Auszubildende und Studierende 9 Euro). Wir stehen Ihnen von Montag bis Mittwoch von 10 bis 16 Uhr, Donnerstag von 10 bis 18 Uhr und Freitag von 10 bis 13 Uhr zur Verfügung.

Medizin

ANZEIGE

Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

„Mein Leid wurde endlich gelindert!“ Das hilft bei Gelenkschmerzen

Irmgard W. litt lange Zeit unter rheumatischen Schmerzen in den Kniegelenken. Die Schmerzen trübten ihre Lebensfreude und beeinträchtigten ihren Alltag. Doch dann entdeckte sie natürliche Arzneitropfen (Rubaxx, Apotheke), die ihr geholfen haben.

Wenn Schmerzen den Alltag bestimmen
Gelenkschmerzen können das Leben zur Qual machen und Betroffene in vielen Lebensbereichen einschränken. Auch Irmgard W. hat einen langen Leidensweg hinter sich: „Fast 30 Jahre lang litt ich an Schmerzen im Knie. Ich bin von Arzt zu Arzt gerannt“, erzählt sie. „Ich bin so ein lebensbejahender Mensch. Aber die Schmerzen ha-



Allein in Deutschland leiden rund 20 Millionen Menschen unter rheumatischen Erkrankungen. Diese zählen zu den häufigsten Ursachen für Gelenkschmerzen.

ben mich über die Jahre schon ganz schön fertiggemacht.“

Die Hoffnung: ein natürliches Arzneimittel aus der Apotheke
Doch dann entdeckte Irmgard W. ein natürliches Arzneimittel (Rubaxx, Apotheke), das ihr half: „Ich las in einer Zeitschrift von Rubaxx. Mein Mann hat mir die Tropfen gleich

besorgt.“ Und tatsächlich: Ihre Schmerzen wurden weniger! „Ich habe mich so gefreut. Mein Leid wurde endlich gelindert!“ Dieser Erfolg ist für uns keine Überraschung. Denn in Rubaxx ist ein spezieller Arzneistoff enthalten, der bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Knochen wirksam helfen kann.

Natürlich wirksam, gut verträglich
Doch damit nicht genug: Der in Rubaxx enthaltene Arzneistoff wirkt nicht nur schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen, sondern auch bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. Das Beste: Rubaxx ist dabei sanft zum Körper. Schwere Nebenwirkungen sind nicht be-

kannt. Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten ebenfalls nicht. Auch Irmgard W. bestätigt: „Nebenwirkungen habe ich von Rubaxx nicht. Weder Kopfschmerzen noch Übelkeit. Ich vertrage das Arzneimittel sehr gut.“
Die Arzneitropfen Rubaxx sind rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.

Viele Verwender schätzen Rubaxx aus 3 guten Gründen

- › Es bekämpft rheumatische Gelenkschmerzen sowie Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen.
- › Die Schmerzen werden wirksam und schonend mit der Kraft der Natur behandelt.
- › Rubaxx Arzneitropfen sind einfach und individuell dosierbar.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx
(PZN 13588561)



www.rubaxx.de

Jung & Alt setzt bei Schmerz auf Spalt

- Einzigartig mit 300 mg ASS und 300 mg Paracetamol
- Duale Wirkung lokal an der Schmerzstelle und zentral im Gehirn
- Schmerzlindernd und entzündungshemmend



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



Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert. RUBAXX. Wirkstoff: Rhus toxicodendron D1. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

„Use it or lose it!“
Englisch für „Senioren“; 50+
Neue Kurse – vor Ort und online
☎ 060 52 – 9 26 99 99
ELKA: www.friesl.eu

Tickets
gewonnen
Konzert des
Musikverein
Döngesmühle

Flieden. Für das Konzert des Musikverein Döngesmühle hat der Bote in der vergangenen Woche 3 x 2 Karten verlost.

Die Gewinner sind: Andrea Raupach aus Flieden, Hannelore Adrian aus Kalbach, Margarete Mihm aus Neu-hof. Das Konzert findet am Samstag, 16. März, um 20 Uhr in Kreissporthalle in Flieden statt. Einlass ist um 19 Uhr. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt, die Tickets sind gegen Vorlage eines Ausweises an der Abendkasse reserviert. Die Bote-Redaktion wünscht gute Unterhaltung!

Bücher zum
Kilopreis

Kalbach. Die Bücherei Mittelkalbach veranstaltet am 17. März von 10 bis 17 Uhr wieder ihren beliebten Gebrauchtbücher-Basar.

Im Bürgerhaus Mittelkalbach können Leser, Leserinnen und Buchliebhaber nach Lust und Laune stöbern und gut erhaltene Bücher zu einem Kilopreis von nur 1 Euro erwerben. Neben einer großen Auswahl an Romanen (von der gebundenen Ausgabe bis zum Taschenbuchformat), Sachbüchern (zum Teil auch antiquarisch) bis hin zu den verschiedensten Kinder- und Jugendbüchern ist wieder alles vorhanden. Auch DVDs und CDs werden zu Schnäppchenpreisen angeboten.

Großes Interesse an Wettbewerb
„Unser Dorf hat Zukunft“

Noch bis Ende März formlos bewerben



Landrat Bernd Woide und Anke Schlosser vom Fachdienst Regionalentwicklung, die die Teilnehmenden durch den Wettbewerb begleitet, konnten rund 40 Vertreterinnen und Vertreter aus dem gesamten Kreisgebiets zum Auftakt-Infoabend „Unser Dorf hat Zukunft“ begrüßen. Foto: Sebastian Mannert

Im Laufe der Jahrzehnte rückten die Schwerpunkte Baugestaltung, Nachhaltigkeit, Mobilität, Nahversorgung und ein ganzheitlicher Ansatz in den Fokus.

In 2024 werden alle Aspekte der Dorfentwicklung bewertet: Soziale Einrichtungen, Wirtschaft, Kulturangebote und ein lebendiges Vereinsleben sowie eine attraktive und verantwortungsvolle Bau- und Grüngestaltung. Besonders im Mittelpunkt stehen innovative Ideen und Projekte, die das Leben vor Ort interessant gestalten, sowie das ehrenamtliche Engagement der Dorfgemeinschaft insgesamt. Ein wichtiges Kriterium ist die Nachhaltigkeit: Ist die Idee zukunftstauglich? Bewertet wird dabei nur, was die Ortsgemeinschaft auch tatsächlich beeinflussen kann. „Wenn zum Beispiel der Bus nicht mehr stündlich fährt oder der Supermarkt geschlossen wurde, kann Ihnen das nicht angekreidet werden“, erklärte Anke Schlosser. „Wichtig ist, was Sie aus der Situation machen – ob Sie zum Beispiel einen Bürgerbus ins Leben rufen oder eine Genossenschaft gründen.“

Was die Teilnahme einfacher macht als bisher: Die Projekte müssen nicht zwangsweise fertig oder bereits in der Umsetzung sein, auch das ange-

stoßene Konzept wird honoriert. „Der Wettbewerb macht den Weg zum Ziel“, sagte Anke Schlosser. „Denn auch wenn den Sieger-Dörfern Preisgelder winken, geht es doch in erster Linie um den Prozess und die Aktivitäten, die durch die Teilnahme angestoßen werden. Ich bin der festen Überzeugung, dass die Teilnahme Ihre Dorfgemeinschaft stärkt und voranbringt.“ Dörfer mit bis zu 3.000 Einwohnerinnen und Einwohnern können sich bis zum 31. März formlos anmelden. Teilnehmen können auch benachbarte Ortsteile gemeinsam. Später gilt es, einen Online-Fragebogen auszufüllen und das Dorf im Sommer bei einer Beirung der Jury zu präsentieren. Der Fachdienst Regionalentwicklung unterstützt und begleitet die Dörfer durch den Wettbewerb. Beratung und Anmeldung: Anke Schlosser, Tel. 0661 6006-7975, E-Mail: anke.schlosser@landkreis-fulda.de.

Die beiden Siegerdörfer aus dem Regionalentscheid – bei diesem wird der Landkreis mit einem benachbarten Kreis zusammen bewertet – kommen im nächsten Jahr in den Landesentscheid, der Entscheid auf Bundesebene folgt im 2026. Ausführliche Infos zum Wettbewerb: www.landkreis-fulda.de/unser-dorf-hat-zukunft

Hauptversammlung der Oldie-Freunde

Schlüchtern. Die Oldtimer-Fahrzeug-Freunde Schlüchtern laden zu ihrer Mitgliederversammlung am Freitag, 15. März, um 20 Uhr in der Vereinsgaststätte „Zur Krone“ im Stadtteil Herolz ein. Auf der Tagesordnung stehen wichtige Punkte. So wird bei-

spielsweise nicht nur der Vorstand neu gewählt und eine Vor-schau auf die Aktivitäten des Jahres 2024 gegeben. Die Mitglieder bekommen ferner die überarbeitete Vereinssatzung vorge-stellt. Und es werden acht langjährige Mitglieder geehrt.



FESTE ZÄHNE AN NUR EINEM TAG!

PURE TSCHACKERT®
Schöne Zähne neu erleben

SKY fast & fixed
Für Patienten mit größeren zahnlosen Bereichen.

Erwarten Sie das Besondere!

- ✓ Ein Eingriff an nur einem Tag – ohne lange Einheilphasen
- ✓ Schonendes und nahezu schmerzfreies Verfahren
- ✓ Nie mehr lockerer Zahnersatz mit Gaumenplatte oder -bügel
- ✓ Circa 1/3 geringere Kosten als bei konventionellen Implantat-Brücken
- ✓ Belastbar schon am Tag der OP – am gleichen Tag sofort essen
- ✓ Mehr als 30 Jahre Erfahrung in der Implantations-Chirurgie und über 1000 Implantate pro Jahr sprechen für sich!

Wir laden Sie ein zur kostenlosen Infoveranstaltung: **Donnerstag, 21.03.2024** um 16.00 Uhr, in unserer Praxis (bitte nur mit Voranmeldung)

Dr. Tschackert & Kollegen
Goethestraße 23 · 60313 Frankfurt/Main
T 069 28 30 30 · www.tschackert.com

Wir beraten Sie gerne! **069 28 30 30**
Mehr über uns:   

Von Patienten bewertet mit: **Note 1,1**



reisewelt Urlaubsträume

TEISER & HÜTER GMBH

09.+10. März
Samstag von 10 – 18 Uhr
Sonntag von 10 – 16 Uhr

✓ Zwei Urlaubskinos mit über 30 interessanten Reisevorträgen
✓ reisewelt-Reiseleiter-Team vor Ort
✓ Unser beliebtes Reise-Café zum Treffen und Austauschen

Neuhof Gemeindezentrum
HIER SIND NUR NOCH WENIGE PLÄTZE FREI!

Unsere nächsten Abfahrten

01.04. – 06.04.24	GARDASEE – MEDITERRANER CHARME	€ 599,-
04.04. – 08.04.24	KROATIEN – AMINESS KHALANI BEACH HOTEL*****	€ 1089,-
05.04. – 07.04.24	AUGSBURGER PUPPENKISTE – KABARETT	€ 339,-
05.04. – 07.04.24	DISNEYLAND MIT PARIS – INKL. TAGESTICKET	€ 429,-
07.04. – 09.04.24	HOLLAND TULPENBLÜTE INKL. HALBPENSION	€ 379,-
07.04. – 14.04.24	KROATIEN SINGLEREISE	€ 1089,-
09.04. – 17.04.24	JAKOBSPWEG – ERLEBEN SIE DIE FASZINATION	€ 1569,-
11.04. – 15.04.24	BERLIN, POTSDAM UND SPREEWALD	€ 599,-
11.04. – 15.04.24	ROM – CAPUT MUNDI	€ 799,-
11.04. – 16.04.24	FEHMARN – AUSZEIT AUF DER SONNENINSEL	€ 699,-
14.04. – 21.04.24	KROATIEN SINGLEREISE	€ 1129,-
14.04. – 21.04.24	KROATIEN – VILLA CASCADE MIT PROGRAMM	€ 699,-
16.04. – 18.04.24	HOLLAND TULPENBLÜTE INKL. HALBPENSION	€ 399,-

ZYPERN – ENTDECKEN SIE DAS MAGISCHE ZYPERN

Code: FL0084

✓ **Hervorragendes 4-Sterne HOTEL NAPA MERMAID HOTEL & SUITES mit traumhaftem Sandstrand**

✓ Ideales Hotel für Ihren Badeurlaub

✓ **Hotel komplett neu renoviert in 2022**

✓ Nutzung der Freizeit- und Sporteinrichtungen des Hotels

11.04. – 18.04.2024
04.09. – 11.09.2024* (8 Tage) **ab € 1349,-***

Saisonzuschlag: * + € 220,- p. P. / Einzelzimmerzuschlag: ab € 150,-
Wunschleistungen: Doppelzimmer mit Meerblick, Superior mit seitlichem Meerblick, Juniorsuite oder Bungalow gegen Aufpreis buchbar
Ausflugspaket „Zypern pur“ € 70,- p. P. / Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen

CHALKIDIKI – TRAUMURLAUB AUF DER HALBINSEL

Code: FL1556

✓ Flug von Frankfurt nach Thessaloniki und zurück

✓ **7x Übernachtung mit Halbpension im luxuriösen 4-STERNE-PHILOXENIA HOTEL direkt am Sandstrand**

✓ **SEHR GUTES PREIS-LEISTUNGS-VERHÄLTNIS**

✓ Vier spannende und abwechslungsreiche Ausflüge auf Chalkidiki bereits im Reisepreis inkludiert

07.05. – 14.05.2024 (CHR. HIMMELFAHRT)
25.09. – 02.10.2024* (8 Tage) **ab € 1259,-***

Saisonzuschlag: * + € 110,- p. P. / Einzelzimmerzuschlag: € 250,-

SÜDTIROL – SCHATZTRUHE DER ALPEN

Code: BU9312

✓ 5x Ü/F im **Quality-Hotel RODENEGGERHOF**

✓ 5x Abendessen als 4-Gänge-Menü

✓ **Umfangreiches Ausflugsprogramm mit vielen Spaziergängen und Panoramafahrten u. a. Prager Wildsee, Dolomitenrundfahrt und Stadtbummel Bruneck**

✓ reisewelt-Reiseleitung durch Birgit Matz von Anfang an

07.05. – 12.05.2024 (6 Tage) **ab € 699,-***

Frühbucherpreis bei Buchung bis 14.03.2024, danach € 30,- p. P. mehr
Einzelzimmerzuschlag: ab € 120,-

STEIERMARK – WANDERREISE

Code: BU4360

✓ 5x Ü/HP im familiengeführten **4-Sterne FELSNER'S HOTEL & RESTAURANT mit hauseigenem Wellnessbereich** und Genießer-Halbpension mit regionalen „Schmankerln“

✓ **Umfangreiches Wanderprogramm mit Besichtigungen, Seilbahnfahrten u. v. m.**

✓ **Sommercard inklusive** (kostenlose Benutzung vieler Bergbahnen)

✓ reisewelt-Reiseleitung von Anfang an

15.05. – 20.05.2024 (PFINGSTMONAT)
24.09. – 29.09.2024 (6 Tage) **ab € 799,-***

Frühbucherpreis bei Buchung bis 14.03.24 (Mai-Termin) bzw. 30.06.2024 (September-Termin), danach € 30,- p. P. mehr · Einzelzimmerzuschlag: € 80,-

CHIEMGAU – SCHNUPPERREISE

Code: BU4457

✓ 3x Übernachtung im beliebten **Traditionshotel WESSNER HOF** in Marquartstein

✓ 3x Frühstücksbuffet und Abendessen als 3-Gänge-Menü

✓ **Erlebnisreiches Programm rund um den Chiemsee und ins Berchtesgadener Land mit Schifffahrten Königssee und Chiemsee, Schloss Herrenchiemsee, u.v.m.**

✓ reisewelt-Reiseleitung von Anfang an

30.05. – 02.06.2024 (4 Tage) **ab € 499,-***

Frühbucherpreis bei Buchung bis 14.03.2024, danach € 30,- p. P. mehr
Einzelzimmerzuschlag: ab € 130,-

FRANKREICH – SCHLÖSSER DER LOIRE

Code: BU0187

✓ 7x Ü/HP in guten Mittelklassehotels

✓ **Umfangreiches Ausflugsprogramm mit interessanten Besichtigungen der bemerkenswertesten Schlösser sowie zahlreiche Stadtrundgänge in den schönsten Städten an der Loire**

✓ **Alle Eintritte für Schlösser und Gärten bereits inkl.**

✓ Beste reisewelt-Reiseleitung durch Claude Cendres von Anfang an

25.06. – 02.07.2024 (8 Tage) **ab € 1449,-***

Frühbucherpreis bei Buchung bis 14.03.2024, danach € 40,- p. P. mehr
Einzelzimmerzuschlag: ab € 470,-

SONNENVERWÖHNTER HERBST IM MITTELMEER

Code: KF4331

COSTA TOSCANA SAVONA – MARSEILLE – BARCELONA – PALMA DE MALLORCA – PALERMO – CIVITAVECCHIA – SAVONA

✓ Inkl. Busan- und Abreise nach Savona (Anreise am Vorabend)

✓ Kreuzfahrt mit **Costa Toscana** inkl. Vollpension und umfangreichem Unterhaltungsprogramm auf dem neuesten Schiff der Costa-Flotte

✓ **Sensationeller Preis in den hessischen Herbstferien**

12.10. – 19.10.2024 (8 Tage) **ab € 999,-***

2-Bett-Innenkabine · Weitere Kabinenkategorien auf Anfrage!

Sensationeller Preis!
SICHERN SIE SICH JETZT IHRE KABINE!

Kinderpreis
3./4. Person in der Kabine
Kinder bis 17 Jahre **€ 399,-**

+++ BEACHTEN SIE UNSEREN reisewelt-INFOABEND +++

KILIMANJARO-RADREISE UND INSEL-RADWANDERN & RADURLAUB IN DALMATIEN am **14.03.2024 · Beginn: 18.30 Uhr**
VeloCuTour Bikestore · Am Stockgraben 1 · 36119 Neuhoof / Dorfborn

Beratung & Buchung: 06655 9609-0
reisewelt Teiser & Hüter GmbH
Fuldaer Str. 2 | 36119 Neuhoof | www.reisewelt-neuhof.de

Eintritt frei!
Anmeldung erforderlich!

ANZEIGE

Wenn die Blase schwächelt

Ob leichte Inkontinenz oder häufiger Harndrang – es gibt Unterstützung für die sensible Blase!

Eine sensible Blase kann jeden treffen. Besonders oft tritt sie jedoch bei Frauen ab dem 40. Lebensjahr auf. Häufig kommt es dann zu sogenannten „Inkontinenz-Episoden“. Das bedeutet, dass es schon bei kleinen körperlichen Anstrengungen schwerfällt, den Harn zu halten. Die Folge: Man fühlt sich in der Öffentlichkeit unwohl oder hat Hemmungen, sich dem eigenen Partner zu nähern.

Warum schwächelt die Blase?

Die Ursache für das Problem findet sich meist im Bereich der Blasen- und Beckenbodenmuskulatur. Diese kann durch Schwangerschaften bzw. Geburten elastischer und weicher werden. Dadurch erfüllt sie ihre Stützfunktion nicht mehr so gut und bereits kleine Beanspruchungen (z. B. Lachen, Niesen, Heben schwerer Gegenstände) können zu einem Malheur führen.



Nächtlicher Harndrang

Neben leichter Inkontinenz gibt es noch eine weitere Ausprägungsform der sensiblen Blase – nämlich häufigen Harndrang, der vor allem nachts besonders mühsam sein kann. Hier ist meist eine Reizung der Blasenwand im Spiel. Dadurch wird den Nerven ein falscher Füllstand übermittelt, wodurch man plötzlich dringend auf die Toilette muss – auch wenn die Blase noch gar nicht voll ist. Zumeist treten beide Formen in Kombination auf. Eine Frage bleibt jedoch: Was kann man dagegen tun?

Was Experten empfehlen

Um die Blase zu unterstützen, ist ein kräftiger Beckenboden das A und O. Es macht also Sinn, Beckenbodentraining in den Alltag zu integrieren – siehe Infobox. Neben solchen Übungen empfehlen Experten außerdem die Einnahme eines speziellen Kürbiskern-Extraktes. Der Kürbis wird bereits seit jeher in der Pflanzenheilkunde verwendet – heute gibt es zu seiner Wirkung auch wissenschaftliche Belege. So untermauern Studien, dass sich schon nach wenigen Wochen der Einnahme eines hochkonzent-

rierten Kürbiskern-Extraktes ein positiver Effekt zeigt: Die Zahl der ungewollten Harnabgänge verringerte sich von 7,3 auf 1,5 pro Tag.¹ Auch der nächtliche Harndrang konnte damit um fast die Hälfte gesenkt werden.²

Geheimtipp aus Österreich

Ein Produkt, das österreichische Apotheker in diesem Zusammenhang bereits seit Jahren empfehlen, ist Dr. Böhm® Kürbis für die Frau. Die Tabletten enthalten einen hochkonzentrierten Extrakt aus steirischen Kürbiskernen und konnten be-

reits hunderttausende Frauen überzeugen. Aufgrund der verstärkten Nachfrage ist das natürliche Präparat seit Kurzem auch in Deutschland erhältlich und begeistert nun auch hierzulande Anwenderinnen jeden Alters mit spürbaren Ergebnissen.

Wichtig: Idealerweise werden die Kürbis-Tabletten über einen längeren Zeitraum (mind. 3 Monate) eingenommen und mit Beckenbodentraining kombiniert.

¹Sogabe H. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2001; 46: 727-737
²Terado T. et al. Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4): 551-61

Beckenbodentraining für Zuhause

Für einen starken Beckenboden brauchen Sie weder ein Fitness-Studio noch eine Ausrüstung.

Unter dem folgenden Link finden Sie ein umfassendes Beckenbodentraining, das Sie ohne viel Aufwand zuhause durchführen können: www.drboehm-info.de/uebungen



Empfehlung der Woche

Dr. Böhm®

Kürbis für die Frau

Nahrungsergänzungsmittel

- Stärkt die Blasenmuskulatur
- Rein pflanzlich
- Kurmäßige Einnahme empfohlen

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

Böhmischer Abend ausverkauft

Trachtenkapelle Musikfreunde Weiperz informiert

Schlüchtern-Sinntal. Die Trachtenkapelle Musikfreunde Weiperz lädt alle Blasmusik-Fans zum 3. Böh-

mischen Abend mit „eine kleine dorfMusik“ am Samstag, 23. März in die Stadthalle nach Schlüchtern ein.

Die Veranstaltung ist ausverkauft! Die Trachtenkapelle freut sich über das große Interes-

se und bedankt sich bei allen Eintrittskartenbesitzern. „Eine kleine Dorfmusik“ aus dem Burgenland wird in der

Stadthalle Schlüchtern für ein unvergessliches musikalisches Erlebnis sorgen. Organisatorische Fragen

werden weiterhin per E-Mail unter info@trachtenkapelle-weiperz.de beantwortet.

Film-, Tonbandbehälter	ein Tagelalter	früherer Name Thailands	ugs.: Schaufel	frühere Abgabe an die Kirche	gescho-rene Kopf-stelle	Erhebung im Gelände	Graf-schaft in England	ugs.: Spaß (engl.)	franzö-sisch: Liebe	Ver-nunft, Einsicht (franz.)	eingedickter Braten-saft	Bogen-maß eines Winkels	dicht dabei
persönliches Fürwort (4. Fall)				Aus-zeich-nung, Medaille		ugs.: ein-fältiger Mensch		veraltet: Guts-pächter	menschl. Aus-strahlung (Okkult.)				
Zah-lungs-auffor-derung						österr.: Kneipe	künst-lerisch						
				Autor von „Robinson Crusoe“ † 1731	Oder-Zufluss				Eisen anzie-hender Stahl		Stand-bild		absatz-loser Balken-schuh
Grenze (z. B. eines Kredits)		Heidin der Ar-gonauten-sage	mit Du anreden				Vater (Kose-name)	Musik: lebhaft, bewegt (ital.)					
Knöte-rich-gewächs					Tropen-baum	klein-licher Mensch						Heros	
			täuschen, irre-führen	Vorname Kokosch-ka † 1980				sich drehen, rotieren	Ausruf des Ver-stehens				
Futter-pflanze	Landes-fremder in Süd-amerika	süddt.: Wald-schlucht				Arznei-pille	Haar-tracht						
keilförmiges Stück in Kleidung				Bergpfad	Röst-, Trocken-vor-richtung				Scherz, Spaß				
		Verkaufs-stand	Fährte, Abdruck			Beschä-digung im Stoff	Musik-übungs-stück Fuge						
lat.: Zorn	Frauen-figur in „Wilhelm Tell“			indischer Wild-, Wasser-büffel				AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS ■ ■ ■ ■ ■ Y ■ ■ ■ ■ ■ S ■ A ■ ■ ■ M ■ K ■ ■ H ■ M ■ E ■ T ■ A ■ L ■ L ■ I ■ C ■ U ■ L ■ L ■ A ■ O ■ R ■ L ■ A ■ L ■ U ■ G ■ E ■ H ■ E ■ F ■ E ■ L ■ I ■ S ■ A ■ N ■ ■ F ■ I ■ N ■ I ■ S ■ H ■ O ■ G ■ I ■ T ■ A ■ T ■ U ■ F ■ ■ Z ■ ■ ■ O ■ E ■ L ■ S ■ I ■ E ■ B ■ D ■ U ■ A ■ ■ ■ S ■ A ■ E ■ U ■ M ■ I ■ S ■ B ■ B ■ E ■ D ■ E ■ C ■ K ■ ■ E ■ I ■ T ■ E ■ L ■ K ■ E ■ I ■ T ■ I ■ E ■ ■ A ■ I ■ ■ F ■ I ■ G ■ A ■ R ■ O ■ S ■ T ■ B ■ L ■ O ■ N ■ D ■ I ■ N ■ E ■ ■ L ■ G ■ ■ ■ G ■ P ■ A ■ G ■ E ■ L ■ E ■ A ■ S ■ E ■ N ■ ■ T ■ O ■ E ■ R ■ I ■ C ■ H ■ T ■ G ■ I ■ ■ N ■ E ■ S ■ T ■ ■ E ■ R ■ B ■ E ■ N ■ R ■ ■ Z ■ O ■ F ■ ■ M ■ A ■ I ■ ■ C ■ A ■ T ■ A ■ N ■ I ■ A ■ ■ P ■ ■ C ■ H ■ I ■ O ■ S ■ H ■ I ■ R ■ N ■ W O C H E ■ S E G M E N T					
Männer-beklei-dung	blauer Jeans-stoff			ein Balte									
Wärme-spender			gesund werden										1269

Hilfe im Notfall

Polizei 110 · Feuerwehr 112 · Rettungsdienst 112
Giftnotruf (061 31) 1 92 40

Altkreis Schlüchtern 9. bis 15. März 2024

■ Ärzte

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

■ Apotheken

Der Wechsel der Dienstbereitschaft auf die nächste dienstbereite Apotheke erfolgt täglich zwischen 8.30 und 9.00 Uhr.

- 09.03.24: ■ **Bergwinkel-Apotheke**, Schlüchtern
Grabenstr. 1 a..... **(066 61) 20 20**
- 10.03.24: ■ **Löwen-Apotheke**, Sinntal
Brückenaue Str. 34 **(066 64) 9 61 00**
- 11.03.24: ■ **Marien-Apotheke**, Flieden
Hauptstr. 28..... **(066 55) 50 59**
- 12.03.24: ■ **Alte Apotheke**, Flieden
Schlüchterner Str. 2..... **(066 55) 42 42**
- 13.03.24: ■ **Engel-Apotheke**, Bad Soden-Salmünster
Bad Sodener Str. 2a **(060 56) 83 09**
- 14.03.24: ■ **Rathaus-Apotheke**, Schlüchtern
Obertorstr. 10 **(066 61) 9 64 10**
- 15.03.24: ■ **Lotichius-Apotheke**, Schlüchtern
Lotichiusstr. 46 **(066 61) 9 62 10**



Angebote gültig vom 11.03. – 16.03.2024

Jede Woche erfrischende Angebote!

Bad Brückener Mineralwasser

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

ANGEBOT

5,55

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

ANGEBOT

13,99

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

-20%

15,99

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

-20%

15,99

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

49,99

16,99

15,99

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

ANGEBOT

11,99

11,49

11,15

Weltenburger Kloster Hell
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,50 €

ANGEBOT

14,99

13,99

11,14

Benediktiner Hell
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 2,27 €

4,99

4,49

Mooser Liesl Helles
Pack = 6 x 0,5 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 1,66 €

-30%

4,99

Guinness Draught
Irisches Bier - Das Original,
Pack = 4 x 0,44 l,
zzgl. 1,00 € Pfand,
1l = 2,84 €

-30%

4,99

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

6,79

5,99

Spessart-Quelle Limonade*
Orange, Zitronen,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,95 €

8,79

7,99

RhönSprudel Leicht & fruchtig
diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,89 €

9,79

7,99

Heil Apfelsaft, Apfelwein*
diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
1l = 1,33 €

-24%

7,99

top frisch Orangensaft
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
1l = 1,67 €

10,99

9,99

Kapuziner Weißbier

diverse Sorten,
außer Kellerweizen,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 5,10 € Pfand,
1l = 1,40 €

Aktion!

+ 4er Pack GRATIS!

45,99

13,99

Entspricht einem Kastenpreis von 11,66 €

Paulaner Spezi, Zero

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

Aktion!

Beim Kauf von 2 Kästen + 1 Sixpack Paulaner Spezi Zero GRATIS! zzgl. Pfand 0,48 €

-21%

10,99

9,99

11,00

Trade Islands Iced Tea*
Sunny Peach, Lemon-Lime,
koffeinhaltig,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 3,28 €

ANGEBOT

6,49

Pfanner IceTea
diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
2 l -Tetrapak,
1l = 0,65 €

-35%

1,29

Saulheimer Domherr
Müller-Thurgau, trocken,
1 l -Flasche,
1l = 3,49 €

-30%

3,49

Vitello Primitivo
Cabernet, Merlot,
0,75 l -Flasche,
1l = 7,32 €

ANGEBOT

5,49

4,99

Bacardi
diverse Sorten,
0,7 l -Flasche,
1l = 15,70 €

ANGEBOT

10,99

Absolut
Vodka,
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

1 x Breville Latte II
Siebträgermaschine

2 x 2 Karten
für Rock am Ring
von logo & Warsteiner

NEU

Jack Daniel's Whiskey
diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
0,33 l -Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 6,03 €

-33%

1,99

Tanqueray
London Dry Gin,
0,7 l -Flasche,
1l = 19,99 €

ANGEBOT

13,99

*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

THEMA DARBMBESCHWERDEN

Mysterium Reizdarm: Ist das die Ursache?

Aktuelle Forschungsergebnisse geben nun Millionen Betroffenen Hoffnung

Wiederkehrende Darmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen oder Verstopfung sind gerade in Deutschland weit verbreitet: Fast jeder Siebte leidet hierzulande darunter.¹ Unsere Experten erklären, was es damit auf sich hat!

Es ist ein Rätsel, fast so alt wie die moderne Medizin selbst: Warum leiden so viele Erwachsene immer wieder unter Darmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen und Blähungen – ohne dass eine Ursache zu identifizieren ist? Bereits vor über 2000 Jahren beschrieb Hippokrates einen Patienten mit unerklärlichen Darmbeschwerden. Genau wie er tappten Ärzte und Wissenschaftler noch über Jahrhunderte, ja sogar Jahrtausende hinweg im Dunkeln – ohne herauszufinden, wodurch dieses mysteriöse Leiden ausgelöst wird.

Mit der Zeit entwickelte sich für diese unerklärlichen Beschwerden das Bild des „gereizten Darms“, später formte sich der Begriff des Reizdarmsyndroms.

Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse werfen ein neues Licht auf mögliche Ursachen –



Wiederkehrende Darmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen und Blähungen können die Lebensqualität Betroffener stark einschränken.

und machen zugleich Millionen Reizdarm-Betroffenen Hoffnung.

Forschungsergebnisse zeigen mögliche Ursache

Aktuelle Studienergebnisse kommen nun zu dem Schluss, dass häufig eine geschädigte Darmbarriere die Ursache des Reizdarmsyndroms ist. So fanden amerikanische Forscher heraus, dass die Darmbarriere einer Patientengruppe mit wiederkehrenden Darmbeschwerden ungewöhnlich durchlässig, geradezu löchrig war. Wissenschaftler betitelten dies im Englischen mit dem Schlagwort „Leaky Gut“, auf Deutsch „durchlässiger Darm“. Durch diese kleinsten Schädigungen der Darmbarriere können Erreger oder ungewünschte Stoffe in die Darmwand eindringen und das Darmnervensystem reizen – was zu den typischen Symptomen wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Blähungen führen kann.²

Wissenschaftliche Erkenntnisse auf dem Prüfstand

Die Entdeckung des „Leaky Gut“ sorgte in wissenschaftlichen Fachkreisen für großes Aufsehen. Forscher weltweit machten sich daran, die These des durchlässigen Darms zu überprüfen.

Ein Team aus Wissenschaftlern aus Bethesda, USA, entwickelte einen Test, welcher spezifisch darauf ausgerichtet war, die Durchlässigkeit der Darmbarriere zu prüfen. Hierfür wurde den Probanden ein unverdaulicher Zucker verabreicht. Diese Zuckermoleküle sind eigentlich zu groß, um die Darmbarriere in großer Anzahl



zu passieren. Sie werden daher unverdaut ausgeschieden. Bei den Patienten, die an wiederkehrenden Darmbeschwerden litten, verhielt es sich jedoch anders: Die Zuckermoleküle passierten die geschädigte Darmbarriere und konnten dadurch später im Urin nachgewiesen werden.³ Somit war ein weiterer Beleg gefunden, der für den Zusammenhang von Darmbeschwerden und einem durchlässigen Darm sprach.

Die technischen Fortschritte in der Forschung ermöglichten es den Wissenschaftlern, diese Ergebnisse nochmal im Detail auf die Probe zu stellen. Hierfür wurden winzige Gewebeproben aus dem Darm entfernt und im Anschluss unter einem hochauflösenden Elektronenmikroskop untersucht. Und tatsächlich: Auch hier konnten

winzige Schädigungen der Darmbarriere festgestellt werden.⁴

„Ich persönlich konnte sehr gute Erfahrungen mit Kijimea Reizdarm PRO sammeln. Eine Besserung tritt bei Betroffenen häufig schon nach wenigen Tagen ein.“

Dr. Martin Gschwender, Experte für Darmgesundheit

Durchbruch in der Forschung

Auf Basis dieser Erkenntnisse begab man sich auf die Suche nach einer wirksamen Lösung. Dabei stießen italienische Wissenschaftler auf einen ganz speziellen Bifido-Bakterienstamm: B. bifidum MIMBb75.

Das Besondere: Dieser Bakterienstamm besitzt die einzigartige Fähigkeit, sich physikalisch an die Darmepithelzellen anzulegen – ähnlich wie ein Pflaster über einer Wunde.

Das Forscherteam stellte sich die folgende Frage: Konnten durch das Anlegen der Bakterien an die Darmbarriere die Schädigungen wie unter einem Pflaster abklingen – und in der Folge auch wiederkehrende Beschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen und Blähungen zurückgehen?

Um eine Antwort auf diese Frage zu bekommen, führten sie eine wissenschaftliche Studie nach dem höchsten wissenschaftlichen Standard, dem sogenannten Goldstandard, durch. Das Ergebnis war ebenso beeindruckend wie eindeutig: Bei den Patienten mit einem Reizdarm, die den speziellen Bakterienstamm bekommen hatten, konnte eine um ein Vielfaches höhere Verbesserung der Beschwerden festgestellt werden als in der Kontrollgruppe mit Placebo. Die Wirksamkeit des Bakterienstammes bei Reizdarmbeschwerden konnte demzufolge eindrucksvoll belegt werden.⁵

Erfahrungen mit

B. bifidum HI-MIMBb75

Der Bakterienstamm B. bifidum MIMBb75 ist in seiner nochmals weiterentwickelten, hitzeinaktivierten Form exklusiv im Medizinprodukt Kijimea Reizdarm PRO enthalten, das mittlerweile zu den meistverkauften Präparaten gegen Reizdarmbeschwerden in ganz Europa gehört.⁶

Der außerordentliche Erfolg des Produktes führte dazu, dass der Hersteller immer wieder Lieferschwierigkeiten bekam. Zuletzt war Kijimea Reizdarm PRO jedoch wieder verfügbar. Viele Kunden kaufen daher schon beim ersten Mal gleich drei Packungen, damit sie nicht Gefahr laufen, bei einem Ausverkauf die Einnahme nicht fortsetzen zu können. Kijimea Reizdarm PRO ist rezeptfrei in der Apotheke erhältlich, kann aber auch ganz bequem direkt beim Hersteller unter www.kijimea.de erworben werden.



UNSER TIPP

Interessierte Leser können jetzt von einem besonderen Angebot des Herstellers profitieren. Mit dem Code **RDS2024** erhalten Kunden im Kijimea Onlineshop beim Kauf einer 28er- oder 84er-Packung Kijimea Reizdarm PRO ein exklusives Reizdarm-Tagebuch gratis dazu! Dieser Code ist bis zum 18.03.2024 gültig und einzulösen unter www.kijimea.de. Nur solange der Vorrat reicht.

¹Straub C et al. Arztreport 2019 – Pressemappe, 2019. • ²Wood JD (2007). Effects of bacteria on the enteric nervous system: implications for the irritable bowel syndrome. Journal of clinical gastroenterology, May-Jun 2007; 41 Suppl 1, 7-19. • ³Del Valle-Pinero AY, van Deventer HE, Fouri NH, Martino AC, Patel NS, Remaley AT, Henderson WA. Gastrointestinal permeability in patients with irritable bowel syndrome assessed using a four probe permeability solution. Clinica chimica acta; international journal of clinical chemistry, 2022;418:97-101 [abgerufen am 15.07.2023] doi:10.1016/j.ccca.2012.12.032. • ⁴Schultz I, Keita, AV (2020). The Intestinal Barrier and Current Techniques for the Assessment of Gut Permeability. Cells, 9(8), 1909. doi:10.3390/cells9081909. • ⁵Guglielmetti S, Mora D, Gschwender M, Popp K. Randomised clinical trial: Bifidobacterium bifidum MIMBb75 significantly alleviates irritable bowel syndrome and improves quality of life – a double-blind, placebo-controlled study. Alimentary pharmacology & therapeutics, 2011;33(10):1123-1132. doi:10.1111/j.1365-2036.2011.04633.x • ⁶Insight Health, MAT 12/23, u.a. DE, AT, ES, IT. • ⁷Andresen V et al. Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. Lancet Gastroenterol Hepatol. 2020 Jul;5(7):658-666. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden.

Wie ein Pflaster für den gereizten Darm.

- ✓ Mit dem einzigartigen Bakterienstamm B. bifidum HI-MIMBb75
- ✓ Bei Reizdarmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Blähungen
- ✓ Wirksamkeit bei Reizdarm klinisch belegt⁷



Für Ihre Apotheke:

Kijimea Reizdarm PRO
(PZN 15999676)

www.kijimea.de

Thema: Rheumatische Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen

Kaum zu glauben, dass langes Sitzen so wehtun kann!

So behandeln Sie Verspannungen und Schmerzen

Ob am Schreibtisch im Homeoffice, auf der Couch oder im Auto: Wir verbringen immer mehr Zeit im Sitzen. Ergonomisch korrekte Haltung – oft



„Rubaxx Schmerzgel schafft bei mir einen starken Schmerzrückgang und die Verspannungen am Nacken sind auch weg.“
(Ingrid M.)

Fehlanzeige! Die Über- und Fehlbelastung der Muskulatur führt dann schnell zu Verspannungen und Schmerzen. Die gute Nachricht: Das natürliche Rubaxx Schmerzgel (Apotheke, rezeptfrei) hilft vielen Betroffenen!

Stundenlanges Sitzen mit gebücktem Rücken und hängenden Schultern führt schnell zu Verspannungen und einhergehenden Schmerzen. Hinzu kommt meist Bewegungsmangel: Häufig fehlt die so wichtige und ausgleichende

Bewegung im Alltag. Verspannungen und Schmerzen nehmen zu! Betroffene sehnen sich nach einer einfachen Hilfe gegen ihren täglichen Schmerz.

Wirksam mit der Kraft der Natur

Um gegen die Schmerzen wirksam und schonend vorzugehen, haben Experten der Apotheken-Marke Rubaxx ein wirksames Schmerzgel entwickelt, das mit der Kraft der Natur wirkt. Rhus toxicodendron, der pflanzliche Arz-



neistoff in Rubaxx Schmerzgel, wirkt schmerzlindernd. Und das nicht nur bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln,

Sehnen und Knochen, sondern auch bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. Dank der guten Verträglichkeit hilft das

Rubaxx Schmerzgel sanft, aber wirkungsvoll. Einfach ein- bis zweimal täglich auf den zu behandelnden schmerzhaften Stellen auftragen.

JETZT NEU 180 g Vorteilspackung

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx Schmerzgel
(PZN 18709526)

www.rubaxx.de



Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert
RUBAXX SCHMERZGEL. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dtl. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke
• PharmasGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Kreativwerkstatt

Sinntal. Der Kinder- und Jugendausschuss der Christusgemeinde in Sinntal und Marjoss erweitert sein Angebot. Kinder ab 5 Jahren sind herzlich eingeladen zu einer kreativen Auszeit. Erstmals gibt es eine Kreativwerkstatt für Kinder ab 5 Jahren im evangelischen Gemeindehaus in Sterbfritz. Am Freitag, 22. März, findet sie zum ersten Mal statt. Von 15 bis 17 Uhr werden die Kids gemeinsam mit ehrenamtlichen Teamern zum Thema Frühling und Ostern kreativ werden. Unkostenbeitrag beträgt 2 Euro pro Kind. Anmeldungen sind über die Homepage der Christusgemeinde möglich www.kirche-sinntal-kalbach.de

Spessartspur
„Jossa-Sinn-Blick“

Sinntal. Zur Wanderung am Sonntag, 10. März laden die Heimat- und Wanderfreunde Schwarzenfels Mitglieder, Freunde und Gäste herzlich ein. Los geht's um 13 Uhr an der Dreschhalle in Schwarzenfels. In Fahrgemeinschaften geht es zum Parkplatz am Sportplatz in Jossa. Die abwechslungsreiche Tour beginnt um 13.20 Uhr und führt über Wiesen- und Waldwege bergauf zur Kuppe der Hohe Leite. Die Wanderstrecke beträgt 5,5 km. Die Wanderführung hat Siegfried Röll und Gabi Schnarr.

... 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,
Ehrhard Naumann
Geschäftsführer: Oliver Naumann,
Jochen Grossmann
Chefredakteur: Thomas Welz
Anzeigen/Key-Account: Johanna Röder
Vertriebsleiter: Ronald Schmidt

Anzeigenannahme:
Montag bis Freitag von 8.00-17.00 Uhr.

Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Bei telefonisch aufgegebenen Anzeigen keine Gewähr. Zur Zeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 37/50. Der Mittelhessen-Bote erscheint mit den Regionalausgaben Gelnhäuser Bote, Hanauer Bote, Maintaler Bote, Langenselbolder Bote, Schlüchtern Bote, Fuldaer Land-Bote, Wetterauer Wochen-Bote, Büdinger Bote, Oberhessener 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 der Zeitungsrohr anzubringen.

2024

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

Einfach und raffiniert

Modetrends für Frühling und Sommer

„Einfachheit trifft auf Raffinesse“, sagt Madeline Dangmann, Moderedakteurin bei „Glamour“ - und beschreibt mit diesem kurzen Satz einen der wichtigsten Fashion-Trends für den Frühling und Sommer. Denn es ist nicht die ganz große Extravaganz, die jetzt viel zu sehen ist, sondern das Besondere im Alltäglichen, das gewisse Extra im Schlichten. Oder anders: „Everyday-Kleidung wird aufregend.“ Der Fokus liegt zum einen

auf an sich simpler, aber hochwertiger Kleidung, die sich vielseitig kombinieren lässt: locker sitzende Blazer etwa, hoch geschnittene Anzughosen, Straight Fit Jeans oder Caprihosen. „Minimalismus wird wieder großgeschrieben“, sagt Dangmann. An sich klassischen Stücke würden aber häufig auf eher unerwartete Weise interpretiert. „Ganz minimalistische und fließende Kleider haben dann schlichte Schnitte, aber eine ganz spannende Spitze.“

Oder sie warten mit Details auf, aufgestickten 3D-Blumen etwa. „Genau diesen Luxury Minimalismus hat man durch alle Kollektionen hinweg beobachten können für den Sommer“, so die Moderedakteurin. Ein besonders exemplarisches Beispiel für sie: weiße Kleider. Die seien im Frühjahr und Sommer sehr präsent - etwa mit asymmetrischem Schnitt oder klassisch geschnitten, aber mit schillernden Stoffen wie Organza.



Eine der Trendfarben im Frühling und Sommer: zartes Violett, wie bei dieser Anzug-Kombination von Heine.

Foto: heine/dpa-mag

MEHR ALS

3.000 Artikel

dauerhaft im Preis

DONNERSTAG, 7. MÄRZ 2024

Höffner®

Wo Wohnen wenig kostet!

GESENKT!



NEUER PREIS

59.-

Topfset 4-tlg.

FÜR ALLE HERDARTEN GEEIGNET

TOPF-SET „Luna“ Edelstahl, mit Glasdeckel und Innenskalerung, enthält 3 Fleischtöpfe Ø je ca. 16, 20 und 24cm, 1 Kasserolle Ø ca. 16cm 12531393



NEUER PREIS

899.-

Boxspringbett

inkl. Topper

inkl. Matratze

inkl. Unterbox

BOXSPRINGBETT „Ferill“ Liegefläche ca. 160x200 cm, Bezug Stoff aquablau, Füße Eiche geölt, Kopfteil mit Knöpfen, bestehend aus: Kaltschaum-Topper durchgehend, Tonnentaschenfederkern-Matratze mit durchgehendem Kern Härte 2 und 3 in einem Bezug, 2x Unterbau mit Bonnellfederkern, ohne Dekokissen 12128820



NEUER PREIS

699.-

Big Sofa

BIG SOFA „Violet“ Bezug Strukturstoff grau, B/T ca. 256x99 cm, 75 cm hoch, ohne Dekokissen 29404583

Höffner Möbelgesellschaft GmbH & Co. KG • Rabenastr. 3–9 • 63584 Gründau-Lieblos

Tel. 06051/822-0 • Öffnungszeiten: Mo-Sa von 10-19 Uhr

**** Abholpreis.** Lieferung & Montage deutschlandweit gegen Mehrpreis. Alle Preise in dieser Werbung sind Endpreise. Es sind keine weiteren Rabatte möglich. Alle Artikel nur solange der Vorrat reicht. Abgabe nur in handelsüblichen Mengen. Alle Angebote ohne Dekoration. Alle angegebenen Preise in Euro. Irrtümer vorbehalten.



Architektenhaus Jano

**VIEL RAUM
FÜR ALLE!**

Weitere Informationen unter:
Telefon 02623 884488
www.kern-haus.de

KERN-HAUS
INDIVIDUELL. BAUEN. GANZ ENTSPANNT!

**Maurermeister
- Herbert Forst -**

20 Jahre

Maurer-, Abbruch- u. Betonarbeiten
Pflasterarbeiten u. Natursteinarbeiten
Außenanlagen u. Sanierungen
100-jähriges Traditionsunternehmen

Brückenaauer Str. 2a • 63607 Wächtersbach-Aufenu
Telefon (06053) 4983 • Mobil 0173/327 4207
www.baugeschaef-forst.de

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

MADE IN GERMANY
EIGENE FERTIGUNG
MADE IN GERMANY



Mal eben die Lampe an die Decke montieren oder die lockere Steckdose festschrauben. Das klingt für manche Leute vielleicht machbar. Doch wer zu Hause heimwerken und Dinge reparieren will, sollte die eigenen Fähigkeiten realistisch einschätzen und von manchen Sachen besser die Finger lassen. Bei Arbeiten an Stromleitungen etwa geht man ein hohes Unfallrisiko ein, warnt die Aktion «Das sichere Haus» (DSH). Hat man keine elektrotechnischen Vorkenntnisse, sollte man besser eine Elektrikerin oder einen Elektriker rufen.

Foto: Fredrik von Erichsen/dpa/dpa-mag

STEIGERWALD GmbH
for Gardens

- Rindenmulch / Rindenhumus aus eigener Herstellung
- Lieferservice
- Gartenkies
- Düngemittel
- Pflanzsubstrate
- Holzhackschnittzel
- Waldboden Einstreu

Verkauf & Vermietung von Baumaschinen

Österreicher Str. 4 • 63773 Goldbach
Tel. 0 60 21- 5 15 82 • www.steigerwald-gardens.de

Neue Räume schaffen

Unsere Leistungen für Sie!

- Fertighäuser (ökologischer Holzbau)
- Innenausbau
- Dacharbeiten
- Hausaufstockung
- Stall- und Hallenbau
- Fassadenarbeiten
- Zimmererarbeiten
- Carports und Balkone
- Planung und Statik

Holzbau
Bernd Hergenroder

Deine Vision. Unser Meisterwerk.

Unterulrichsberg 3 | 36396 Steinau-Neustall
Tel. 0 66 67 / 9 18 45-0 | www.holzbauhergenroeder.de



Grüne Pracht ganz ohne Sonne

Vier Pflanzentipps für den Schattenbalkon



Keine Sonne auf Ihrem Balkon? Die gute Nachricht: Viele Pflanzen blühen auch im Schatten prächtig.
Foto: Bernd Diekjobst/dpa-mag

Die meisten Sommerblumen sind Sonnenanbeterinnen. Dennoch müssen alle mit schattigen Balkonen nicht auf prächtig wachsende Pflanzen verzichten. Das sind die Tipps:

- **Fuchsie:** Ihre Blüten sehen aus wie Glocken. Zwar gibt es auch dezente Varianten mit pastelligem Rosa, bekannter sind aber vor allen die Fuchsien in intensivem Lila und Pink. Bekommen Fuchsien den Sommer über regelmäßig Dünger, blühen sie bis in den Spätherbst hinein, so der Bundesverband Einzelhandelsgärtner (BVE).

- **Fleißiges Lieschen:** Ihren Namen trägt das Fleißige

Lieschen aus guten Gründen: Es blüht und blüht und blüht. Zum Beginn der Balkonsaison ist das Pflänzchen noch klein, im Laufe des Sommers entwickelt es sich aber zu einem dicken Polster. Die Pflanzen seien relativ durstig, mögen aber keine Staunässe, erläutert Svenja Schwedtke, Gärtnerin aus Bornhöved (Schleswig-Holstein). Überschüssiges Gießwasser muss also durch Löcher im Topfboden abfließen können.

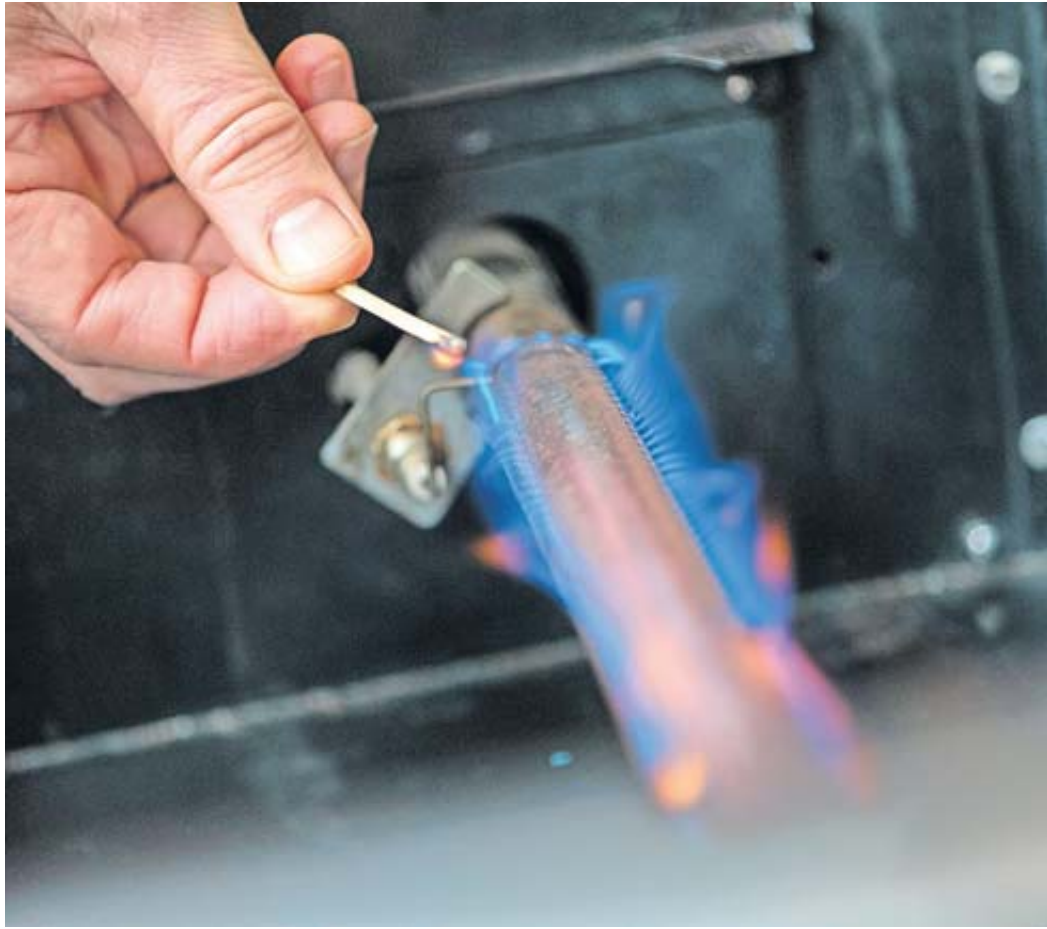
- **Begonie:** Auch Begonien blühen unermüdlich und entwickeln auf dem schattigen Balkon ihr volles Potenzial. Svenja Schwedtkes Tipp: Ver-

welkte Blüten regelmäßig entfernen. Umso mehr man darauf achtet, umso schöner erblühen die Begonien.

- **Funkie:** Nicht jede Pflanze muss hübsch blühen, um toll zu wirken. Funkien beweisen das eindrucksvoll: Ihre Blüte ist eher unscheinbar, ihr Laub ist dafür der Hingucker. Die teils sehr großen Blätter sind oft spannend gemustert. Funkien wachsen gut im Topf und sehen darin auch ohne Begleitpflanzen toll aus, erläutert Michael Moll, Mitglied im Bund deutscher Staudengärtner. Tipp: An schattigen Stellen eine ganze Sammlung von unterschiedlichen Funkien in Töpfen aufstellen.

Check zum Saisonstart

Den Gasgrill fit machen



Der Gasgrill sollte vor dem ersten Entzünden der Grillsaison gewartet werden.
Foto: Andrea Warnecke/dpa-mag

Die Grill-Saison beginnt. Eine richtige Reinigung versteht sich von selbst, aber auch eine kleine technische Durchsicht gehört zur Vorbereitung des Gasgrills. Vor allem, wenn das Gerät längere Zeit nicht in Betrieb war oder über den Winter im Freien stand, sollten Gasschlauch, Druckregler und Anschlüsse überprüft werden. Das rät der Deutsche Verband Flüssiggas (DVFG). Hat der Gasschlauch zum Beispiel Haarrisse oder poröse Stellen, sollte er getauscht werden. Auch der Druckminderer darf nicht beschädigt sein. Die Anschlussventile müssen frei von Partikeln und Fremdkörpern sein. Sind Schlauch oder Druckregler schon zehn Jahre im Einsatz, müssen sie laut DVFG ebenfalls gewechselt werden. Entsprechende Angaben zu Herstellungs- oder Austauschjahr finden sich in der Schlauchanleitung oder am Schlauch selbst.

**Schlauch gut prüfen
- auf Bläschen achten**

Undichte Anschlüsse lassen sich laut DVFG mit einem einfachen Trick aufspüren. Ein Gemisch aus Spülmittel und Wasser zu gleichen Teilen wird dazu auf die Schlauchverbindungen aufgetragen. Entstehen bei geöffnetem Ventil Blasen und zischt es, sind sie undicht. Alternativ können Hobby-Grillmeister zu einem Lecksuch-Spray aus dem Fachhandel greifen. Zur gründlichen Reinigung des Gasgrills werden etwaige Fett- und Grillgutreste auf höchster Stufe bei geschlossenem Deckel verbrannt und Rost und Brennerabdeckung

mit einer Grillbürste von Ruß- und Ascheresten befreit, sobald der Grill wieder abgekühlt ist. Um den Grill innen

und außen sowie die Fettauffangschale zu reinigen, kommen erneut Wasser und Spülmittel zum Einsatz. Denn aggressive Reiniger oder Scheu-

ermittel können die Oberflächen angreifen - und damit den Grillspaß trüben.

Begehrter Kleiderschrank
Ankleiden · Küchen · Badmöbel
Garderoben · Familientische

Wohnräume

Stauräume

WOLF
Möbelwerkstatt

Wolf Möbelwerkstatt GmbH
Turnerweg 1b
63628 Bad Soden-Salmünster
fon (0 60 56) 910 900
fax (0 60 56) 910 9090
www.wolf-moebelwerkstatt.de

VR Immobilien
Durch die Bank gute Immobilien

**KENNEN SIE
DEN WERT
IHRER IMMOBILIE?**

Gerne ermitteln wir professionell
& kostenfrei den aktuellen
Marktwert Ihrer Immobilie

0661 296 979 60
www.v-r-immobilien.de

Exclusive Haustüren
aus Aluminium

Beschattungen
Haustüren
Fenster

**Jetzt
-11%
WINTERRABATT!**

www.hoefler-fenster.de
HOEFLER FENSTER
Elementebau Höfler GmbH
Lützelhäuser Str. 18
63589 Linsengericht-Großenhausen
Telefon: 06051 6000-0

*Die Aktion ist befristet bis zum 15.03.2024 und gilt nicht für Modelle aus dem Katalog BLACK EDITION, Sonderformen und Antipank Türen!

Bauen & Wohnen

Gute Gelegenheit Gefriertruhe an kalten Tagen abtauen





Markisen- Winterrabatt
bis zum 20.03.2024
Bereit für die nächste Sommerbrise – mit heißen Preisen von WAREMA

Aufmaß – Planung – Montage
DECO-POINT
.....LIEDER.....
Fachmarkt für schönes Wohnen

Main-Kinzig-Str. 33
63607 Wächtersbach
Tel: 060 53 / 60 16 36



Kühle bis frostige Temperaturen draußen sind optimal, wenn man seinen Kühlschrank oder seine Gefriertruhe mal abtauen muss. Die Lebensmittel lagern zwischenzeitlich einfach draußen. Das regelmäßige Abtauen ist wichtig, denn eine dicke Eisschicht im Gefriergerät wirkt wie eine Wärmedämmung. Das erhöht den Stromverbrauch. Ältere Geräte bauen mit der Zeit dicke Eisschichten im Inneren auf, moderne Produkte haben hingegen eine Abtauautomatik oder die sogenannte No-Frost-Technologie, die verhindert, dass sich Reif oder Eis bildet. Aber auch für diese Kühlschrän-



Der Gefrierschrank ist zu voll zum Abtauen? An kalten Tagen kann das Gefriergut solange auf dem Balkon lagern.
Foto: Christin Klose/dpa-mag

ke und Gefrierschränke ist der Winter eine gute Gelegenheit, um sie mal in Ruhe durchzuwaschen. Das Forum Waschen rät für das Zwischenlagern des Gefrierguts im Freien einen Platz ohne di-

rekte Sonneneinstrahlung zu wählen. Denn selbst an grundsätzlich kalten Wintertagen kann die Sonne noch Kraft haben und an Standorten, wo sie hinkommt, die Temperaturen doch nach oben treiben.



Kochen mit Stil!
– exklusive Küchenkreationen –

Philipp-Reis-Str. 4-6 · 36399 Freiensteinau
Tel. 06666-508
info@tischlerei-maul.de
www.tischlerei-maul.de



Wir haben, was Sie brauchen!
...für Ihren Garten

- Estrichkies
- Betonkies
- Abdecksand
- Reitsand
- Spielsand

- Edelsplitte
- Schotter
- Mutterboden
- Rindenmulch (grob und fein)

Wir liefern auch Kleinmengen!

GT GÄRTNER
transporte
GmbH

Am Elmacker 6-8, 36381 Schlüchtern,
Telefon: 0 66 61 / 13 25, info@gaertner-transporte.de, www.gaertner-transporte.de

Der geförderte gute Rat Den passenden Energieberater finden

Energetisch bauen und energetisches Sanieren kosten. Warum sollte man da auch noch Geld für eine Energieberatung ausgeben, wie vielfach empfohlen wird? Die Antwort: Weil Sie in vielen Fällen kaum drumherum kommen werden. Denn wer Förderung vom Staat für sein Bau- und Sanierungsvorhaben erhalten will, muss vielfach einen Energieberater zurate ziehen. Die Energieberatung übernimmt etwa ein Architekt, Ingenieur, Heizungsbauer, Schornsteinfeger, Dachdecker oder Haustechniker. Sie analysieren den Energiebedarf eines Gebäudes und beraten zu Wärme- und Hitzeschutz, Heizungs- und Regelungstechnik bis hin zur Nutzung erneuerbarer Energien. Gerade über Förderprogramme für den Neubau und die energetische Modernisierung klären Berater auf. Vor umfangreichen Sanierungsmaßnahmen nimmt der Energieberater nach einem vorbereitenden Gespräch das gesamte Haus unter die Lupe. Er prüft und dokumentiert den äußeren Zustand und begutachtet alle Zimmer. Dazu überprüft er die Bauunterlagen zum Haus, die der Eigentümer ihm bestenfalls zur Verfügung stellen kann. Am Ende steht laut Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (Bafa) ein Konzept für den Bauherren, mit dem er eine Gesamtanierung zu einem Effizienzhaus umset-



Wo gibt es Möglichkeiten, unser Haus energieeffizienter zu gestalten? Ein Energieberater kann das analysieren.
Foto: Joseffson/Westend61/dpa-mag

zen kann. Oder es gibt einen Sanierungsplan, mit dem sich das Gebäude über einen längeren Zeitraum in aufeinander abgestimmten Schritten umrüsten lässt. Übrigens: Energieberatung kann man sich etwa auch schon bei kleineren energetischen Problemen holen, etwa wenn der Stromverbrauch im Haus überdurchschnittlich hoch ist oder man ganz grundsätzlich mehr Energie sparen möchte. Hierzu gibt es aber keine Pflicht. Für die energetische Sanierung, für die es staatliche För-

derung gibt, müssen oft besondere bauliche Anforderungen erfüllt werden, die der Berater plant und begleitet. «Das gilt zum Beispiel bei der Fassadendämmung oder bei der Dachsanierung», sagt Gerhard Steger, Sachverständiger und Energieberater beim Bauherren-Schutzbund. «Hier werden nicht nur die Sanierungsmaßnahmen, sondern auch die Energieberatung gefördert.» Die Förderung wird laut Bafa nicht an die Hausbesitzer, son-

dern an den Energieberater ausgezahlt. Dieser ist verpflichtet, den Zuschuss mit seinem Beratungshonorar zu verrechnen und einen entsprechend ermäßigten Betrag in Rechnung zu stellen. Von den Bundesländern kann es darüber hinaus Förderprogramme für die Energieberatung geben, etwa zu finden über www.foerderdatenbank.de, eine Übersicht des Bundeswirtschaftsministeriums.

SÖNNENENERGIE
PHOTOVOLTAIKANLAGEN
BERATUNG, PLANUNG UND KONZEPTION
VERTRIEB UND VERKAUF

Christiane Lühn
Döllaustr. 6a
36124 Eichenzell
+49 172 3021737
mail@sonnenenergie-pv.de
www.sonnenenergie-pv.de

» **Rauchmelder** müssen jedes Jahr auf ihre Funktionsfähigkeit hin überprüft werden, sagt Dietmar Wall vom Deutschen Mieterbund. Wichtige Punkte: Sind die sogenannten Raucheindringungsöffnungen zugesetzt? Ist der Melder beschädigt? Löst der Probealarm aus? Ist noch Strom in der Batterie? Die Geräte müssen alle zehn Jahre ausgetauscht werden.
Foto: Christin Klose/dpa-mag





NICHTS GEHT ÜBER EINEN SCHÖNEN GARTEN. UND WIR HABEN DAS ZEUG DAZU: NATURSTEIN, BAUSTOFFE, FRISCHBETON.

Main-Kinzig-Str. 30
63607 Wächtersbach
Telefon: 06053 6189-0
Montag-Freitag
07:00 bis 12:30 Uhr
13:00 bis 17:00 Uhr
Samstag
08:00 bis 13:00 Uhr
(April bis Oktober)
Für Privat & Gewerbe
Drive-in & Lieferservice
Musterausstellung
Betontankstelle
WWW.MHI-NBS.DE



KINZIGBETON

Als Beteiligungsgesellschaft sind wir seit 2007 ein Teil der SCHWENK Baustoffgruppe. Mit unseren modernen Anlagen und Fahrzeugen produzieren wir qualitativ hochwertige Baustoffe für die Region Main-Kinzig-Kreis.

Kinzigbeton GmbH & Co. KG
Kinzigstraße 18 | 63607 Wächtersbach
Tel. +49 6053 2411 | info.kinzigbeton@t-b-r.de
www.schwenk.de

IHR PARTNER IN DER REGION

Frischer Glanz ohne Anstrich Fassadenreinigung an einem Tag

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- circa 80 Prozent günstiger als ein Neuanstrich
- Starker Langzeitschutz
- Steuerlich absetzbar
- Kein Gerüst nötig
- Umweltfreundlich (dank Wasseraufbereitung)
- Wertsteigerung für Ihre Immobilie

Vor jeder Fassadenreinigung wird eine Probefläche von circa einem Quadratmeter angelegt. Diese speziell konzipierte Methode zur Reinigung von verschmutzten Fassadenflächen umfasst die Anwendung eines hochwertigen, eigens entwickelten Reinigungsmittels. Nach kurzer Zeit wird ein deutlicher Reinigungseffekt sichtbar, während die Oberfläche der Fassade unbeschadet



bleibt. Nachdem genügend Zeit für die Einwirkung vergangen ist, können die gelösten Verschmutzungen behutsam abgespült werden. Dies erfolgt äußerst schonend für die Fassade. Um zukünftige Verschmutzungen zu verhindern, wird eine transparente, desinfizierende Schutzschicht auf die Fassade aufgetragen. Quelle: www.fassaden-wunder.de Info: hallo@fassaden-wunder.de

Rhöner-Massiv-Bau

Schlüsselfertig bauen - zum Festpreis!

Gershofstr. 3 · 36124 Eichenzell / Büchenberg
Telefon: 0 66 56 / 91 14 96
www.rhoener-massivhaus.de

FW FASSADEN WUNDER
REINIGEN, SCHÜTZEN, BEEINDRUCKEN

REINIGEN STATT STREICHEN

VORHER



NACHHER



JETZT KOSTENLOSE PROBEFLÄCHE ANFORDERN

UNTER 06051 4973552 ODER WWW.FASSADEN-WUNDER.DE

- ✓ BIS 14 METER OHNE HEBEBÜHNE (TELESKOPLANZEN)
- ✓ UMWELTFREUNDLICH (DANK WASSERAUFBEREITUNG)
- ✓ 80% GÜNSTIGER ALS EIN NEUANSTRICH
- ✓ STARKER LANGZEITSCHUTZ
- ✓ **OHNE HOCHDRUCK**



Bekanntschaften

BIETE: TREUE LIEBE UND VERFRÜHTEN SCHOKOLADEN-OSTERHASEN ZUM FRÜHSTÜCK
Lustige Rentnerin sucht Partner für gemeinsames Leben. Ich bin Ute, 160 cm groß, schlank und verwitwet. Bin ein liebevoller, fröhlicher Mensch, lt. meinen Bekannten „zu gut für diese Welt“. Ich lache und reise gerne, mag die Romantik, das Kuschneln und Sonnenuntergänge. Ich bin finanziell unabhängig, natürl., liebenswert, ehrl., treu, herrl. spontan und begeisterungsfähig. Ich möchte viel lachen, Fröhlichkeit und ehrliche Liebe finden u. glücklich leben. Ich habe keine übertriebenen Ansprüche, ich suche einen bodenständigen Mann, der es ehrlich meint, gut zu mir ist und der mich auch mal in den Arm nimmt. Hast Du eine Extraportion Herz zu vergeben, dann suche ich Dich über pv, meinen lieben Mann und meinen besten Freund ... Ich möchte nicht hinter Dir gehen, auch nicht vor Dir, sondern Hand in Hand mit Dir voller Achtsamkeit, mit dem Ziel, eine Beziehung aufzubauen. Im zweiten Anlauf „DIE LIEBE“ finden, Liebe u. Zärtlichkeit u. endloses Glück erleben – für immer! Diese Annonce hat mich Mut gekostet! Was bewegt Dich in Deinem Leben? Bei einem Kaffee würde ich gerne mehr von Dir erfahren, daher kurzes Telefonat unter Handy: 0170 – 6113731.

EIN BUNTER TULPEN-STRAUSS + EIN OSTER-HÄSCHEN FÜR SIE ...
H O R S T - R O B E R T, 70 J., Baugenieur, jetzt genieße ich meine Zeit. Ich habe einen Segelschein und würde gerne mal Segelurlaub machen, zunächst kleine Touren, mit Essen aus Dosen u. Champagner aus Bechern, blaues Meer und grandiose Sonnenauf- und -untergänge sind nur für uns der richtige Anlass. Ich lese gerne, fahre Motorsport und schwimme gerne, kann mich über gute Musik freuen und bin interessierter Zuschauer im Theater und Kabarett. Ich bin ein Mann für alle Fälle, bin sympathisch, fröhlich, gesund u. jung. Lassen Sie uns ein neues, glückliches Leben für immer miteinander finden. Geben Sie uns über pv die Chance, sich in Ehren langsam kennenzulernen, gemeinsame Interessen zu entdecken und viel zusammen zu unternehmen. Mir sind Vertrauen und gute Gespräche wichtig, genauso schätze ich einen Schuss Spontanität. Ich mag Nähe und Zärtlichkeit, ohne dabei einengend zu sein. Kommt noch dezentur Humor dazu, steht der Harmonie auf Augenhöhe nichts im Wege. Mehr könnten wir uns in einem persönlichen Gespräch erzählen unter: 0172 – 3707138.

HIER IST NOCH EIN PLATZ FREI – FÜR EINEN GEMEINSAMEN LEBENSWEI!
ARCHITEKT PAUL/PAULCHEN, 81 J., verwitwet und knapp 180 cm groß, jetzt Privater und genieße die Freizeit mit Fernreisen, Städtereisen und sportl. Aktivitäten. Ohne kuscheln, streicheln, gemeinsam einschlafen ist das Leben recht langweilig. „Gemeinsam“ ist alles viel schöner, ob ein romantisches Essen, bummeln in der Frühlingssonne oder kuscheln unterm Regenschirm – Sie im Arm zu halten, zu wissen, man gehört zusammen, ist mein Traum! Ein ehrlicher und respektvoller Umgang miteinander ist für mich unerlässlich. Ich genieße die Harmonie in einem Zuhause, um bei Kerzenschein zärtl. deine Hand zu nehmen! Bitte rufe an, dann unterhalten wir uns bei einer Tasse Kaffee, finden Gemeinsamkeiten und lachen zusammen. Du musst nicht aussehen wie Marilyn Monroe oder dich dürr hungern, das ist mir egal, die inneren Werte zählen. Hab keine Angst, bin durch und durch ein Gentleman, bitte rufen Sie gleich an, Handy-pv 0172 – 3712035 od. E-Mail an: PaulchenSonne@wz-mail.de.

Edith, 72 J., hübsche Witwe, mit schöner fraul. Figur u. gutem Herz. Ich koche, backe u. putze im Handumdrehen, mag das häusl. Leben, die Natur u. Musik, auch zärtl. Zuneigung habe ich gern. Sind Sie auch so einsam wie ich? Ich könnte Sie kurzerhand mit meinem Auto besuchen. Kostenloser Anruf, Pd-Seniorenglück ☎ 0800-7774050

„Alles, was Liebe braucht, ist die Gelegenheit, dass wir uns endlich kennenlernen“
Ich heiße J U L I A, bin 60 Jahre alt und 1,63 groß, eigentlich bin ich einfach mal einem inneren Impuls gefolgt, mal selbst eine Anzeige aufzugeben. Ich arbeite als fröhliche Kindergartenangestellte, habe viel Arbeit und es fehlt mir leider die Möglichkeit, wie vermutlich auch Ihnen, dem Menschen irgendwo in einem Café oder beim Rewe -:) zu begegnen, der vielleicht in der Lage ist, – in der Hoffnung, für immer – emotionale Nähe auszuhalten. Ich bin eine schlanke, schöne, lustige, charmante, sehr natürliche und absolut treue Frau – eine moderne Frau von heute, intelligent (hoffe ich) und sehr verschmust. Ich wünsche mir, über pv den „EINEN“ für mich zu finden und unser ganzes Leben schön zusammen zu gestalten. Möchtest Du Dich auch wieder verlieben und glücklich sein? Versuchen wir es doch gemeinsam, Tel.: 01520 – 7866545 od. E-Mail an: JuliaGross@inserat-wz.de.

LUST AUF FRÜHLING ... TRÄUME VOM REIFEN GLÜCK, FÜREINANDER DA SEIN!
L I L L I, vitale, schicke 76-jährige Frau, Rentnerin, früher Altenpflegerin, mit Hobby Helfen und Pflegen. Ich bin eine sehr jugendliche, romantische, feinfühlige Frau mit Power u. Charme. Ich bin gerne draußen in der Natur unterwegs. Heute Nachmittag war eine Freundin bei mir, und vorm „Waffelessen-Kaffeetrinken“ sind wir erst eine Weile durch die Felder spaziert, es war doch so schönes Wetter! Habe eine zierliche Figur, schöne weibliche Formen und gepflegte zarte Haut. Bin eine exzellente Hausfrau u. Gastgeberin. Ich hoffe, auf diesem Weg einen ehrl., fröhl. Lebenspartner zu finden, den ich verwöhnen möchte, dem ich in jeder Situation helfend zur Seite stehe. „Wenn Sie im Herzen jung sind, ist das Alter egal.“ Bitte rufen Sie an, Handy-pv: 0151 – 56196728.

L E O N H A R D, 59 J. / 1,83, alleinist, in fester guter Position. **OLDTIMERFAN LÄDT SIE ZU EINER OLDTIMER-RALLYE EIN. WIR FAHREN UND GENIESSEN UND DU HÄLTST DIE STRECKENKARTE UND ZEIGST DEN WEG.** Ich bin ein wesentlich jünger geliebener, sehr sportlicher, unternehmungslustiger, fröhl., treuer, pflegeleichter Typ, aber auch ernst u. zuverlässig. Paris – Venedig – La Palma, wo darf ich dich zum Essen einladen ... od. ein Glas Rotwein beim Italiener um die Ecke? Ich suche „SIE“ ... eine fröhliche Frau an meiner Seite, das ist mein größter Wunsch über pv-Anzeige. „Ich würde Ihnen gerne immer zur Seite stehen.“ Trau dich, ich wünsche mir treue „Liebe“, brauche kein Model, sondern eine echte Frau mit Herz! Gib unserer LIEBE u. ZUKUNFT eine Chance, melde DICH, Tel. 01522 – 6954734 auch Sa/So., od. E-Mail an: LeonhardOldtimer@wz-mail.de.

Marion, 62 J., bin eine natürl. u. attraktive Frau, mit super Figur, eine gute Hausfrau u. leidenschaftl. Gärtnerin, sehr hilfsbereit u. fürsorglich. Solltest Du ortsgb. sein, kann ich auch zu Dir kommen. Lass mich nicht so lange zappeln u. fr gleich üb. pv an. ☎ 01520-8293309

Klaus (57) 1,82, gepflegt, mit normaler Figur, familiär u. vielseitig int. Suche eine warmherzige, unternehmungslustige Partnerin, die zu mir hält u. für die ich immer da sein werde. PV, Anruf u. Vermittlung garantiert kostenlos ☎ 0800-2886445

Großer Mann, 55, 193, 99, sucht gepflegte Frau ab 66 Jahren, ohne Haustiere, für feste Freundschaft. ☎ 0151/61061532 nach 17 Uhr

Dienstleistungen



BAUMARBEITEN HEE
Baumfällung · Gartenpflege
Tel. 0173/8842112

Dienstleistungen

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

Ari-Garten, Freigericht: Garten- u. Landschaftsbauer erledigt kpl. Pflege Ihres Außenbereichs sowie Hecke schneiden, Pflastern, Mauern, Platten legen, Pfisterarbeiten jegl. Art. ☎ 0151-66407233

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

Er, im Ruhestandsalter, sucht kleine Handwerker-Aufträge, Renovierungen, Gartenarbeit, Möbel Aufbau. ☎ 0157/55639107

Flohmarkt

Großer Flohmarkt am So. 10.3. in Gründau-Lieblas am Höffner-Möbelhaus - trödeln, schleppen und genießen - Jeder kann mitmachen! Info: lampert-maerkte.de und bei facebook, ☎ 02473-20596-50

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 Wert einschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskrete Barabwicklung vor Ort von Mo. - So., 8 - 21 Uhr. ☎ 06031-7768934

Frau Millie kauft: Pelze, Nerze aller Art, Kleidung, Silber aller Art, Altgold, Bruchgold, Goldschmuck, Zahngold, Möbel, Porzellan, Uhren, Blei-kristall, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Silberbesteck, Zinn, Modeschmuck, Teppiche, Perücken, Bücher, Krüge, Münzen, Bernstein, Leder-/Krokotaschen, Antiquitäten, Gardinen, Bilder, Schallplatten, Orden, Ferngläser u. Puppen, kpl. Nachlässe, auch Wohnungsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Wert einschätzung, zahle bar vor Ort, tägl. von 7-21.30 Uhr, gerne auch am Wochenende. ☎ 069-59772692

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

Kaufgesuche

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

Sammler Timo sucht Flohmarkt-Sachen sowie Antik-Sachen. Mache auch Entrümpelungen + Entsorgung, sowie PKW-Ankauf und Immobilien. ☎ 06181-3029629

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

Kaufe Antiquitäten u. Kunst von A-Z, auch komplette Nachlässe, auch stark reparaturbedürftig, vor Ort ☎ 06051/6095826 o. 0176/37656265

Pflege/Betreuung

Biete 24 h-Betreuung zu Hause. ☎ 06172-287495

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, antialerg. mit Geruchsbeseitigung, farbfrisch wie neu mit Langzeitimpregnierung! 51 Jahre Ralf Hüber Meisterbetrieb. www.hueber-reinigungsservice.de ☎ 06101-3131

Umzug

Die Ameisen - Umzüge: Senioren, privat o. gewerblich, nah o. fern, mit Packhilfe o. einfacher Transport - Die Ameisen helfen Ihnen vor Ort. ☎ 06053-7775 und 06184-905729, Mobil: 01522-2038811

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

Verkäufe

Jetzt sparen bei Küchenkauf wie noch nie. Ausst.-Küchen zum Teil mit kleinen Macken, zum 1/4 Preis und noch günstiger. Bei neuen Fabrikküchen bei 100% Qualität + 100% Leistung günstiger als alle vergleichbaren Mitbewerben. Schauen + Sparen. Küchen ab Fabrik Neuberg. Möbelhallen Neuberg, Im Unterfeld 2, 63543 Neuberg. Mo.-Fr. 10-18 Uhr, Sa. bis 16 Uhr. ☎ 06183-8991911

Frühlings-Sparaktion. Einmalige Polstermöbelaktion. Jetzt neueste Modelle zu Preisen wie noch nie! Hochwertige Massiv-Möbel + Esstische direkt von Werksausstellung. Machen Sie Ihr Schnäppchen. Betten + Schlafmöbel alles in den Möbelhallen 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

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, Kahlistr. 46, 63828 Kleinkahl. ☎ 06024-3601 u. 0179-5591104

Auto & Verkehr

Autohandel

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

Autozubehör

4 gebr. Mercedes Alufelgen 8,0Jx18H2 ET 38 (5-Speichen-Design) Preis VB 240,- €. ☎ 0172/6559906 zur Abholung in Gelnhausen

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

Pkw Ankauf

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

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

AUTOHAUS SCHRAMM
Ankauf aller Marken
06051-9155849 od. 06181-1808488

Reisemobile

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

ImmobilienMarkt

In die Tiefe oder Breite

Unterschätzt: die Erdwärmepumpe

Etwa 470.000 Gebäude in Deutschland werden bereits mit Erdwärme beheizt. Von den 236.000 Heizungswärmepumpen, die im vergangenen Jahr eingebaut wurden, waren jedoch gerade einmal 31.000 Geräte Erdwärmepumpen. Mit 205.000 verkauften Geräten dominieren Luftwärmepumpen unangefochten den Markt.

Das liegt auch daran, dass die Erdwärmepumpe hohe Anforderungen an das Grundstück stellt. Sie verdichtet zwar wie die Luftwärmepumpe aufgenommene Wärme und speist diese in das Heizsystem ein, doch die Wärme wird dabei mit Sonden aus dem Boden gezapft, die zunächst 50 bis 100 Meter tief in der Erde versenkt werden müssen. Alternativ kann man Erdkollektoren in 1,50 Meter Tiefe flächig verlegen, braucht aber mindestens 350 Quadratmeter freie Fläche dafür. Für die Erschließung allein zahlen Hausbesitzende zwischen etwa 7.500 und 10.500 Euro. Insgesamt müssen sie so für eine Geothermie-Anlage je nach Ausführung mit Kosten von rund 30.000 Euro rechnen, für eine Luftwärmepumpe mit 25.000 Euro. Eine Erdwärmepumpe kann meist auch mit konventionellen Heizkörpern und einer maximalen Vorlauftemperatur von 55 Grad Celsius vorteilhaft genutzt werden.



Heizen per Erdwärme: 1 - Erdkollektoren, 2 - Verteil- und sammelstation, 3 - Fußbodenheizung, 4 - Wärmepumpen.
Grafik: August Brötje GmbH / BHW Bausparkasse

„Für den effizienten Betrieb im Altbau ist die Beratung durch eine Fachfirma unabdingbar“, rät Markus Simon von der BHW Bausparkasse. Zu beachten ist, dass der durchschnittliche Jahres-Stromverbrauch einer Erdwärmepumpe für ein Einfamilienhaus bei 3.750 Kilowattstunden liegt. Je nach Haus und Stromtarif kommen Kosten von rund 1.200 Euro jährlich zusammen. „Wir empfehlen eine Photovoltaikanlage, um die Erdwärmepumpe langfristig günstig zu betreiben“, so der Experte. Zwar sind die Anschaffungskosten einer Geothermie-Anlage höher, dafür sind die laufenden Kosten für Strom rund ein Viertel günstiger als bei einer Luftwärmepumpe, bei der rund 1.600 Euro jährlich anfallen.

Garagen

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

Gew. Vermietungen

Hasselroth-Niedermittlau Lagerhalle, Ortsrand freie Zufahrt Tor 4,25B x 3,5H, Teilflächen 9,5 x 15 m², zu vermieten. ☎ 06055/4179

Grundstücke

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

Wir suchen ein ebenes Baugrundstück, ca. 400-500 m², welches höchstens 10 Minuten von einem Bahnhof entfernt ist. ☎ 0163/3611753

Immobilien

SPAREN BEIM IMMOBILIENKAUF/-VERKAUF
SCHRAMM IMMOBILIEN
schramm24.de – 06055 909344

Mietgesuche

Suche ab sofort eine 1-2-ZW im Raum Gelnhausen / Wächtersbach / Bad Soden-Salmünster bis € 400,- kalt. Bin Single, Nichtraucherin und habe keine Haustiere. Chiffre 82770

Stellplätze

Suche Stellplatz auf Privatgrundstück, Garage oder Ähnliches für mein Motorrad, Honda Hornet, in Büdingen-Stadt. ☎ 0157-56308785

Vermietungen

Niedergründau, ab 01.05.24: 2 ZKB, Wa. und Du., 93 m², DG mit großer Gaube und Tgl., Fbh.-Gas mit 78 m² Solar, 4.000 Liter Speicher, KFW 70, 73 kWh/m², keine HT, Baujahr 2015, 2 Kfz-Stellplätze á 40,- €. Weitere Infos im ImmoScout24. 940,- € Kaltmiete, Nebenkostenvorauszahlung 230,- €, 3 MM Kt. ☎ 06051/13686 oder 0170/8252553

3-Zi-DG-Whg., 1.OG, 98m², Gründau -Rbn., gr. Wz, kl. Bal., Kü., Tgl-Wa-Bad, Keller, 750 € KM + 300 € NK. 3 MM Kt., keine Tiere, für 2 Pers./berufstätiges Paar, NR, Mail: dg1-whg@gmx.de

Einliegerwohnung in Wächtersbach-Innenstadt, Süd-/Südosthang, Wohnzimmer, Küche, Schlafzimmer, Duschbad, 60m², 500,- € Kaltmiete. Chiffre 82708

4-Zimmer-Wohnung, Küche, Bad, in Birstein-Ortskern im MKK, 119 m², gute Infrastruktur ab sofort zu vermieten, 800,- € Kaltmiete + Umlagen. ☎ 06054-907905

3-Zi.-Whg., 108 m², 1. OG, Tgl.-Bad mit Wa. + DU, Garage, Balkon mit Fernblick, Ortsrandlage Kefenrod, 750,- € + 200,- € Uml.- ☎ 06054/9097814 o. 0151/22163295

BESTELLSCHEIN FÜR EINE PRIVATE KLEINANZEIGE

☐ **Mittelhessen-Bote**
am Samstag

☐ inklusive
Neue Zeitung

Preis pro Erscheinung
Gesamtausgabe

bis zu 5 Zeilen
27,50 €

jede weitere Zeile
4,70 €

Anzeigentext

Rubrik

1

2

3

4

5

Text in Blockschrift in die Kästchen eintragen.

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

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ/Wohnort

Telefon (für evtl. Rückfragen)

DE IBAN

BIC

Bank

Datum, Unterschrift

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

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

☐ sollen abgebucht werden (bitte Bankverbindung eintragen)

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

Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen · Tel. (060 51) 833 244 · Fax (060 51) 833 255 · E-Mail: anzeigenabteilung@gnz.de



HessenForst
MEHR WALD.
MEHR MENSCH.

HessenForst ist ein Landesbetrieb nach § 26 der Landeshaushaltsordnung und damit Teil der Landesverwaltung. Für das Forstamt **Jossgrund** suchen wir **spätestens zum 01.01.2025** eine qualifizierte und engagierte Persönlichkeit (w/m/d) für die

Büroleitung

Die Stelle ist mit Bes.Gr. A 11 bzw. einer vergleichbaren Entgeltgruppe des TV-Hessen bewertet. Wir möchten den Frauenanteil in diesem Berufsfeld erhöhen, daher sind Bewerbungen von Frauen besonders erwünscht. Schwerbehinderte Menschen werden bei gleicher Eignung bevorzugt berücksichtigt.

Unter der Internetadresse www.hessen-forst.de/karriere/stellenangebote finden Sie Details zu dieser Stellenanzeige und zum Bewerbungsverfahren.

Bewerbungsschluss: 30.03.2024.

Telefonische Auskunft für Fachfragen Herr Münch (06059/9006-11), Fragen zum Bewerbungs- und Auswahlverfahren Frau Winter (0561/3167- 211).



Zentrum für pädagogische Familien- und Erziehungshilfe

Das ZPFE – Zentrum für pädagogische Familien- und Erziehungshilfe unterstützt Kinder und Jugendliche mit sozialer und/oder emotionaler Beeinträchtigung. Wir begleiten den individuellen Weg der persönlichen Entwicklung. Gemeinsam meistern wir Herausforderungen und ermöglichen die Teilhabe an Grund- und Regelschule.

Möchtest Du Teil des ZPFE-Teams werden?

Schulbegleitung / Teilhabeassistenz (m/w/d) in Teilzeit

Arbeitsort ist die jeweilige Grund-, Regelschule bzw. Einrichtung. Der Arbeitsalltag richtet sich nach den Erfordernissen des zu Betreuenden und der Schule.

Du unterstützt den schulischen Alltag und übernimmst dabei verschiedenste Aufgaben. Alle Informationen hierzu findest Du unter: www.zpfe.de/stellenangebote

Möchtest Du diese verantwortungsbewusste Aufgabe übernehmen? Dann freuen wir uns über Deine Bewerbungsunterlagen. Bitte sende diese an:

ZPFE – Zentrum für pädagogische Familien- und Erziehungshilfe
Frankfurter Straße 151 C
63303 Dreieich
Tel.: 06103 9881408
bewerbung@zpfe.de



Mittelhessen-Bote

Heute gesucht – morgen gefunden

Telefon 06051 833-241



Das Druck- und Pressehaus Naumann ist ein renommiertes Unternehmen in der Medienbranche, das sich den Herausforderungen einer digitalen Zukunft stellt. Am Firmensitz in Gelnhausen treiben wir die Transformation in einer sich wandelnden Medienlandschaft voran, um zu einem führenden, modernen Mediendienstleister in der Region zu werden.

Für unsere gemeinsame zukünftige Entwicklung suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

Lohnbuchhalter (m/w/d)

Sie unterstützen uns bei

- der Vorbereitung und Durchführung der monatlichen Lohn- und Gehaltsabrechnungen für alle Mitarbeitenden
- der Sicherstellung der Einhaltung aller relevanten gesetzlichen Bestimmungen
- Fragen von Mitarbeitenden und Führungskräften bei allen lohnsteuer- und sozialversicherungsrechtlichen Belangen
- der Zusammenarbeit mit Behörden, Krankenkassen und Sozialversicherungsträgern

Sie bringen mit

- eine abgeschlossene kaufmännische Ausbildung, idealerweise mit Weiterbildung im Bereich Lohn- und Gehaltsabrechnung, oder ein vergleichbares Studium
- Berufserfahrung in der Lohn- und Gehaltsabrechnung
- fundierte Kenntnisse im Lohnsteuer-, Sozialversicherungs- und Arbeitsrecht
- eine ausgeprägte Diskretion und Verantwortungsbewusstsein im Umgang mit vertraulichen Daten
- Teamfähigkeit, eine selbstständige Arbeitsweise und Organisationsstärke

Die vollständige Ausschreibung finden Sie unter www.dpn-media.de/karriere-lohnbuchhalter.



Ihre Bewerbung senden Sie bitte an unsere Personalabteilung.



DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN
Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Telefon: 06051 833 104 · E-Mail: personal@gnz.de



DRK-Kreisverband
Gelnhausen-Schlüchtern e.V.



Deutsches
Rotes
Kreuz

Bereit, ältere und kranke Menschen zu pflegen und ihnen das Leben zu erleichtern?

Kolleg*innen gesucht

Als Pflegefachkraft (w|m|d) oder Altenpflegehelfer (w|m|d)

Oder bewirb dich als Azubi zur/zum Pflegefachfrau/mann (w|m|d) oder Altenpflegehelfer (w|m|d)



Weitere Informationen findest du unter:
jobs.drkgelnhausen.de

Deine Fragen beantwortet Carmen Kleuderlein, Tel. 06051 4800-112, E-Mail: personal@drk-gelnhausen-schluechtern.de



Siegfried Kraus
GmbH & Co. KG



KRAUS
Papierverarbeitung GmbH

Wir suchen Verstärkung für unser Team!

Mitarbeiter*in

Disposition & Innendienst (m/w/d)

Die ausführliche Stellenbeschreibung finden Sie auf unserer Internetseite.

Richard-J.-Ruff-Straße 4 | 63594 Hasselroth
Telefon 0 60 55 / 93 11 0 | info@papier-kraus.de
www.papier-kraus.de



Stellenausschreibung

Die Stadtverwaltung Langensfeld sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt

eine/n EDV-Systemadministrator/in (d/m/w)

Geschäftszeichen: 2024/10/02
(unbefristet, Vollzeit, Eingruppierung nach dem TVöD-VKA)

eine Amtsbotin / einen Amtsboten (d/m/w)

Geschäftszeichen: 2024/10/01
(Teilzeit mit 19 Wochenstunden, Entgeltgruppe 4TVöD-VKA)

Mitarbeiter/innen für den städtischen Bauhof im Bereich der Grünpflege (d/m/w)

Geschäftszeichen: 2024/60/02
(Vollzeit, Eingruppierung nach dem TVöD-VKA)

sowie für unsere Kindertagesstätten Erzieher/innen (d/m/w)
(unbefristet, in Teil- und Vollzeit)

Hauswirtschaftler/innen (d/m/w)
(unbefristet, in Teil- und Vollzeit)

Berufspraktikanten/innen zum/zur staatlich anerkannten Erzieher(in) (d/m/w)

Praxisintegrierte vergütete Ausbildungsplätze (PivA) zum/zur staatlich anerkannten Erzieher(in) (d/m/w)

Nähere Informationen erhalten Sie auf unserer Homepage unter www.langensfeld.de

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Dann senden Sie bitte Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen unter Angabe des Geschäftszeichens an:

**Magistrat der Stadt Langensfeld,
Dezernat I – Zentrale Dienste und Personal,
Schloßpark 2, 63505 Langensfeld
oder per E-Mail an: bewerbung@langensfeld.de**

Sollten Sie sich per E-Mail bewerben, so sind alle Unterlagen im PDF-Format einzureichen. Bewerbungsunterlagen können leider nicht zurückgeschickt werden.

Jobbörse Personal finden!

Stellengesuche

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

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

Stellenangebote

Zuverlässige Reinigungskräfte gesucht (deutschsprachig) als Teilzeitkraft ab 01.04.2024 im Objekt Flörsbachtal Lohrhaupten (Schule) Arbeitszeit Mo. bis Freitag ab 13.00 Uhr ca. 18 h wö. Gebäudereiniger Tariflohn 13,50 €/Std. Bernd Jeckel Gebäudereinigungsservice ☎ 06059/559 fa.jeckel@t-online.de

Reinigungskraft (m/w/d) auf Mini-job-Basis für metallverarbeitendes Unternehmen in Wächtersbach ab sofort für zwei feste Arbeitstage pro Woche gesucht. Montags u. freitags ca. 4-5 Std. Stundenlohn: 12,50 €. Bewerbungen bitte an: bewerbung@skornia-metall.de

Zuverlässige, deutschsprachige Haushaltshilfe auf Minijobbasis für Privathaushalt in Linsengericht gesucht. 2x pro Woche, 4 Stunden. ☎ 0177/2673664

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

LKW-Fahrer CE mit Erfahrung auf Planensattelzug ab sofort gesucht. Gute Bezahlung. Sped. Trinkaus GmbH, GN. ☎ 0175-9355786

Suche Putzhilfe für kleines Treppenhaus, 2x im Monat, sowie für Privat-Whg., 14-tägig, ca. 3-4 Std., in Gelnhausen. ☎ 06051/17714

Mittelhessen-Bote

Heute gesucht – morgen gefunden

Telefon 06051 833-241



**NICHT LANG NACHDENKEN
EINFACH BEWERBEN!**

Für die Stärkung unserer eingespielten Teams in unseren zwei vollstationären Pflegeeinrichtungen, das Wohn- und Gesundheitszentrum Lebensbaum Sinntal und das Seniorenzentrum Steinau suchen wir

Pflegefachkräfte in Voll- oder Teilzeit (w/m/d)

Unsere Leistungen:

- Attraktive Vergütung und Zusatzleistungen gemäß Tarifvertrag für den öffentlichen Dienst
- Jahressonderzahlung, Leistungsentgelt und viele weitere Zusatzleistungen
- Geriatric-, Schicht-, Pflegezulage und natürlich Sonn-, Feiertags- und Nachtzuschläge
- 33 Tage Urlaub und bis zu 6 Tage Zusatzurlaub
- Sichere und arbeitgeberfinanzierte Betriebsrente für das Alter
- Zusätzliche Arbeitgebergeförderte Altersvorsorge und vermögenswirksame Leistungen
- JobRad-Leasing
- Familienfreundliche Dienstplanung
- Zahlreiche Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten, Aufstiegschancen
- Mitarbeitervergünstigungen und Bonussystem für Tankgutscheine und vieles mehr

Nicht lang nachdenken und von den Leistungen des größten Arbeitgebers stationärer Pflege in der Region profitieren!

Nähere Informationen zum Profil und den Leistungen: **JOBS.APZ-MKK.DE**



KONTAKT
Alten- und Pflegezentren
des Main-Kinzig-Kreises
Personalmanagement
Am Altenzentrum 1
63517 Rodenbach
☎ bewerbung@apz-mkk.de
☎ 06184.2052.182



NORMA®

Süße Vorfreude auf
Ostern



ab Montag, 11. März

Eierlikör Ostereier
Vollmilch oder Zartbitter,
gefüllt mit Verpoorten
Eierlikör 145-g-Packung
(1 kg = 34,41) je Packung

28% billiger
UVP 6,99
4,99*

Schoko-Bananen
Osterfiguren
250-g-Packung
(1 kg = 7,96)

1,99*

Oster-Eierlikör
Ein wunderbar aus-
gewogener, ver-
feinerter und samt-
weicher Eierlikör für die Ostertage.
Purer Genuss, Veredelung
von Desserts, zum Backen
und vielem mehr. Eier aus
Bodenhaltung. 15% vol,
0,7-l-Flasche (1 l = 7,84)

UVP 5,99
5,49* **billiger**

Präsentdose
Ostergrüße, Oster
Nostalgie 108-g-Dose
oder
Wohnwagen
122-g-Dose
(1 kg = 40,90)
je Artikel

UVP 5,99
4,99* **16% billiger**

Apfel vom Boden-
See Deutschland/Region
Bodensee, im XXL Karton
Kl. I, ausgewählte Sorten: Braeburn oder
Pinova, großfallende Apfel mit knackig-
saftigem und süß-fruchtigem Frucht-
fleisch, Kal. 70/80 mm und 80/90 mm,
5-kg-Karton (1 kg = 1,33)
je Karton

XXL • 5 kg!
6,66* **Große Früchte**

Instant Nudeln XXL
Rind-, Gemüse- oder Huhn-
Geschmack 5x60-g-Packung,
ergibt 5x300 ml = 1500 ml (1 l = 1,33)

32% billiger
zum Vergleich: UVP Einzelpackung = 2,59
5er-Pack
1,99*

WC Zauberpulver XXL
Green Apple oder NEU:
Lavendelblüte
8x100-g-Packung
(1 kg = 6,24)
je 8er Pack

15% billiger
zum Vergleich: 4x100-g-Packung = 2,95
8x100 g
4,99*

Schokoladeneier
gefüllt 800-g-Packung
(1 kg = 7,49)
je Packung

800 g
5,99*

Profi-Abfallsäcke
extra stark
30x120-Liter-Rolle
je Rolle

30x120 Liter
5,99*

Mini Gurken
Spanien Kl. I,
1,5-kg-Netz
(1 kg = 1,93)
je Netz

XXL 1,5 kg!
2,89* (Abbildung ähnlich)

Bergsalami XXL
aus Österreich – Koch-
salami gegart, geräuchert
und luftgetrocknet
700-g-Packung (1 kg = 8,27)

26% billiger
zum Vergleich: UVP 300-g-Packung = 3,39
700 g
5,79*

Maxi-/Duftteelichte
Vanille, Citrus Splash oder
Kirschblüte – 12er-Pack Brenndauer:
je ca. 8 Stunden oder
36er-Pack Brenndauer:
je ca. 4 Stunden
je Packung

12er/36er-Pack
2,99*

Stumpenkerzen
cremeweiß, grün oder
orange – 3er-Pack Höhe: 90 mm,
Brenndauer: 25 Stunden oder Einzel-
kerze Höhe: 180 mm, 1 Stück, Brenn-
dauer: 64 Stunden
je Kerze/
3er-Pack

1er/3er-Pack
2,79*

Mehlwürmer getrock-
net Vogelfutter für viele
Vogelarten. Mehlwürmer
enthalten viel Protein und
sind deswegen bei den Wildvögeln in
der Brutzeit beliebt. 500-g-Eimer
(1 kg = 17,98)

500 g
8,99*

Paprika Sweet Mix
Spanien Kl. I, rot und gelb,
1-kg-Netz (1 kg = 2,99)
je Netz

XXL • 1 kg!
2,99*

NORMA® DEUTSCHLANDS PREISSIEGER!

Zum **DRITTEN**
Mal in Folge

FOCUS 44/23 | DEUTSCHLANDTEST.DE



Elektro-Start Benzin-Rasenmäher
MS226-53E SE • Leistungsstarker
OHV 4-Takt Motor 4,4 kW (6 PS)/224 cm³ • Robustes,
pulverbeschichtetes Stahl-
blech-Gehäuse • Doppelt
klappbarer Handgriff
für platzsparende Lage-
rung • Professionelles
Getriebe für hohes Dreh-
moment und starke Leistung
• Inklusive Ladegerät für
die Starter-Batterie • Ideal für
große Rasenflächen bis 1800 m²
5 Jahre Garantie

45% billiger
UVP 599,-
329,-*

LEISTUNG OHNE ENDE
4,4 kW / 6 PS

XXL ca. 53 cm Schnittbreite

DER 7 in 1 ALLES-KÖNNER
ELEKTRO-START
MÄHEN
RADANTRIEB
FANGEN
MULCHEN
ABNEHMBARER SEITEN- ODER HECKAUSWURF
REINIGUNGSFUNKTION

MÄHEN AUF KNOPFDRUCK
durch E-Start

Für Rasenflächen bis 1800 m² ✓ Selbstfahrer ✓ 7-fache zentrale Schnitthöhenverstellung 25–75 mm ✓ 65 Liter Fangbox ✓ Extra große Laufräder für leichtes Fahren auf unebenen Flächen

Fahrradtasche LX-029
• ca. 20 x 18 x 17 cm
• Handyfach (bis ca. 6,7") oben
• Stauraum ca. 3 l
• Öffnung für Kopfhörerkabel
• 2 seitliche Reißverschlussfächer
• Wasserfest

33% billiger
UVP 14,99
je Ausführung
9,99*

24 Auch online

Fahrradlenker-
spiegel LX-031
• Großes Sichtfeld • Kratzfestes
Spiegelglas • Praktische linke
Lenkerstangenklemmung • Leicht
einstellbar und vibrationsarm

15,99*

24 Auch online

Doppel-
Fahrradgarage
für zwei Fahrräder
• ca. 205 x 110 x 80 cm
• Inkl. Trage- und
Transporttasche

Jeder Artikel
9,99*

24 Auch online

Gepäckträgartasche
für E-Bikes und Fahrräder • ca. 42 x 23 x 24 cm
• Befestigung durch Klettverschlüsse • Zwei verlängerbare
Seitentaschen • Wasserabweisendes und
reflektierendes Material

15,99*

24 Auch online

Nistkasten oder
Nestbeutel
aus FSC®-zertifiziertem Holz
(FSC® N001587)

Nestbeutel
ca. 15 x 26 cm

Nistkasten
ca. 18,5 x 17,5 x 28 cm

Nistkasten
ca. 17 x 13,5 x 23,3 cm

Nistkasten
ca. 17 x 14 x 26 cm

67% billiger
UVP 7,99
je Ausführung
2,59*

„Bring-mich-mit“-
Spiel
Metall-
Knobelei

Kniffel®
Extreme

Vier
Zoo Lotto

Viele weitere Spiele erhältlich!

Doppeltasche
24 Liter • ca. 30 x 12 x 34 cm

Auch erhältlich: Fahrrad-Schutzblech-Set 3tlg., Alu-Pedale 2er-Set, Motorrad-Faltgarage, Umhängetasche 2in1, Fahrradtasche

24 Auch online

Luftsattel
inklusive Sattelklemme
• Sattelhärte beliebig einstellbar
je Sattel

16,99*

24 Auch online

Outdoor-Schuhe für Damen und Herren
• Robuster Obermaterial-Mix aus Nubuk-PU und
Nylon • Atmungsaktive Mesh-Innenausstattung • Verstärkte
Zehen- und Fersenkappenführung
• Griffige Profillaufsohle
• Größen 38 – 40 / 42 – 45
je Paar

55% billiger
UVP 44,95
19,99*

24 Auch online

KRAFT Kleinteile-
Sortiment
3 Jahre Garantie

Stoßverbinder mit Schrumpf-
schlauch-Set 85tlg.

je Set
5,99*

Auch erhältlich: Schnell-Verdrahtungs-Set 65tlg., Aderendhülsen-Set 700tlg., Krokodilklemmen-Set 100tlg.

KRAFT Elektro-Kleinteile-Set
3 Jahre Garantie

450tlg.

12tlg.

60tlg.

je Ausführung
3,99*

Auch erhältlich: Kabeldurchführungs-Set 22tlg., Lusterklemmen/Schnellverbinder-Set 7tlg.

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

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

11/24

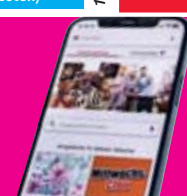
NORMA®

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



NORMA Lebensmittelfilialbetrieb Stiftung & Co. KG, Heisterstraße 4, 90441 Nürnberg