

EINKAUFS- und ERLEBNISMESSE

*Da will
ich hin!*

4. – 12.
MAI

Family-Weekend
11. + 12. MAI
50% Ermäßigung für alle!

♡-lich willkommen!



Ab 9. Mai
mit spektakulären
Live-Shows

x messe
WÄCHTERSACH

Täglich 10.00 bis 18.00 Uhr
www.messe-waechtersbach.de

Informieren und kaufen mit Mehrwert

Rund 300 Aussteller präsentieren in diesem Jahr ihr vielfältiges Produkt- und Dienstleistungsangebot. Informieren – probieren – testen: Unsere Aussteller beraten Sie gerne über aktuelle Trends und Neuheiten, Bauen, Wohnen, Renovieren, Handwerk, Haushalt, Gesundheit, Lifestyle, Garten, Freizeit, Energie und Umwelt.

„Lass dich inspirieren, live und in Farbe, mit Produkten und Dienstleistungen für jeden.“

Messen – ein idealer Ort für Austausch, Information, Geselligkeit und kulinarische Genüsse!“



SO MKKERT'S
TIERSCHAU MIT STREICHELZOO



MODELLEISENBAHN
FÜR GROSSE UND KLEINE FANS



LANDWIRTSCHAFT
UNSERE BAUERN 2024



BAUERNMARKT
VIEL LECKERES FRISCH AUF DEN TISCH



BEACH-AREA
COCKTAILS AND MORE



ERLEBNISGARTEN
ÜBERRASCHUNG IM GRÜNEN



KINDERLAND
SPIEL & SPASS FÜR UNSERE KLEINEN



MKK 50 Jahre
MAIN-KINZIG-KREIS
Die Main-Kinzig-Halle:
Hier dreht sich alles um die Menschen



B.A.M. Dienstag, 7. Mai
8-16 UHR
EINTRITT FÜR SCHÜLER FREI



Hesseneck
LOCKERGRILLE

- 4.5. **Luis Alpin**
Alleinunterhalter aus Oberösterreich
- 5.5. **Tag der Spielleute**
- 6.5. **Daniela Alfinito**
Vorgruppe: Die Silvanas
Deutscher Schlager
- 7.5. **SUNRISE**
Schlagerband aus Tirol
- 8.5. **FISCHBÖRNER BUBE**
Stimmung, Cross Over

- 9.5. **DIE GRUMIS**
Vatertagsparty
- 10.5. **DIE GAUDIPROFIS**
Power-Trio aus dem Frankenland
- 11.5. **LOUISIANA on Tour**
- 12.5. **Musikalische Lachparade zum Muttertag**
mit Hansy Vogt, Frau Wäber und Sängerin Pauline

LIVEonSTAGE

Musikprogramm in der Festhalle



Beginn jeweils um 21.00 Uhr

Kartenvorverkauf: GNZ-Ticket-Shop Gelnhausen sowie alle VVK-Stellen; Reservix/www.messe-waechtersbach.de oder direkt bei der Messeleitung/Heinrich-Heldmann-Halle gegenüber Haupteingang Messegelände

Alle Infos unter: www.messe-waechtersbach.de



Veranstalter: Messe Wächtersbach GmbH | Main-Kinzig-Str. 31 | 63607 Wächtersbach
Telefon: 06053/6203590 | Telefax: 06053/6203593 | E-Mail: info@messe-waechtersbach.de

Wetterauer Wochen-Bote



Heimat im Blick

mit Ihrem
lokalen Mitteilungsblatt



Weg mit dem Fleck

So reinigen Sie
Massivholzmöbel richtig



KW 17, Samstag, 27. April 2024

Das Mitteilungsblatt im Wetteraukreis

Ausgabe H 1

Hallo, liebe Leser

Nach dem Urlaub komme ich am Montagmorgen etwas missgestimmt in die Redaktion. Nach der vergnügten Aprilwoche ist die Stimmung im Keller. Fröhlich stimmt mich nur die kleine Aufmerksamkeit, die mir eine Kollegin auf meinem Schreibtisch hinterlassen hat: einen Kühlschrankmagneten mit der Aufschrift „I break together!“ Vielleicht geht es mit Englisch und einem Augenzwinkern besser durch die Woche: Holla, the forest-fairy, I think I spider, nachdem die Woche not the yellow from the egg war. My dear swan, I think my pig is whistling. Aber: This is snow from yesterday. That's the jumping point – life is no sugarlicking. Also sponge over it. My dear mister singing-club, half so bad. I wish you what. Hold the ears stiff, let the pig out und enjoy your life in full trains.

Euer Boto

Mai-Feier bei den Naturfreunden

Karben. Die Naturfreunde Karben und der Angelsportverein Okarben laden zu ihrer gemeinsamen 1.-Mai-Feier auf dem Gelände der Naturfreunde am Heitzhöferbach (zwischen Petterweil und Okarben) ein. Ab 11.00 Uhr werden Kaffee und Kuchen, Gegrilltes sowie kühle Getränke angeboten. Die Veranstaltung endet um 18.00 Uhr.

Schoppeturnier in Gronau

Bad Vilbel. Zum Schoppeturnier laden die Gronauer Kerbeurschen nun schon zum 28. Mal für Mittwoch, 1. Mai, auf das Sportgelände an der Nidder ein. Beginn ist um 10 Uhr. Neben spannenden Fußballspielen warten auf die Gäste auch köstliche Grillspezialitäten, Kaffee und Kuchen sowie frisch gekühlte Getränke.

Unterstützung der Vereine steht an erster Stelle

Jahreshauptversammlung des Wetterauer Sportkreises



Für den Sport in der Wetterau am Ball: (von links) Anja Stoll-Kaiser (Geschäftsstelle), Ralf Wächter (Stv. Vorsitzender Öffentlichkeitsarbeit), Tanja Rauch (Beauftragte Seniorensport/Gesundheit), Thomas Golla (Stv. Vorsitzender/Sportwart, Sportabzeichen), Servet Yildirim (Integrationsbeauftragte), Jörg K. Wulf (Vorsitzender), Daniel Schwarz (Beauftragter Schule und Verein), Katrin Gäckle (Beisitzende) sowie Lenau Schubert und Katja Zielinski-Guthe (beide Geschäftsstelle).

Wetteraukreis. Die 442 Wetterauer Sportvereine mit ihren knapp 111.000 Mitgliedern können sich auf ihren Sportkreis verlassen. Das wurde auf der Jahreshauptversammlung des organisierten Sports in der Wetterau deutlich. Dabei ist es nicht nur die konkrete Beratung der Vereine über Themen wie finanzielle Förderung für Baumaßnahmen und Anschaffung von Sportgeräten oder Ehrungen, die der Sportkreis auch in 2023 für die Vereine durchgeführt hat. Vielmehr flossen über den Sportkreis 50.000 Euro, die der Wetteraukreis zur Verfügung gestellt hatte, an die Sportvereine. Weiterhin erhielten 1.195 Übungsleiter aus 208 Vereinen stolze 240.345 Euro für 178.034 geleistete Stunden. Nicht zuletzt wurden 15 Vereine mit 19 Teilnehmenden für die Ausbildung zum Vereinsmanager/in mit 4.500 Euro unterstützt. Hinter diesen nüchternen Zahlen, das machte Sportkreisvorsitzender Jörg K. Wulf auf dem Sportkreistag in Berstadt deutlich, steht ein immenses Engagement der Sportkreis-Geschäftsstelle und des Vorstands.

Zahlreiche Veranstaltungen stehen an

Mit Ralf Wächter (Bad Vilbel/Öffentlichkeitsarbeit) und Thomas Golla (Sportbetrieb, Sportabzeichen/Petterweil) komplettierte die Versammlung mit einstimmigen Voten den geschäftsführenden Vorstand. Golla gehörte dem Vorstandsgremium bereits mehr als zehn Jahre als Sportwart an, Wächter bringt seine Erfahrungen als ehemaliger Pressesprecher des Landesportbundes Hessen in die Sportkreisarbeit ein. Wächter und Golla übernahmen die Positionen von Mark Kannieß und Stefanie Buske, die aus persönlichen Gründen ihre Ämter zurückgegeben hatten. Neu im Vorstand ist als Beisitzerin Katrin Gäckle (Altenstadt). Sie wird sich unter anderem um die Beteiligung des Sport am Hesttag 2025 in Bad Vilbel kümmern. Daneben wartet auf den Vorstand und die Geschäftsstelle auch in diesem Jahr ein breiter Aufgabenkomplex. Der MuMM-Aktionstag („Maßvoll und Motiviert Mitmachen ab

50“) und Veranstaltungen zur Kooperation von Schule und Sportverein und zum Thema Sportabzeichen gehören dazu. Weiterhin stehen Themen aus den Bereichen „Sport und Geflüchtete“ sowie „Integration und Inklusion“ auf der Tagesordnung. Bei all dem sind zahlreiche Bildungsmaßnahmen, teilweise online, teilweise in Präsenz, geplant. Nicht zuletzt wird die Sportkreisjugend wieder eine Jugendfreizeit durchführen und den Jugendförderpreis verleihen. Für Wölfersheims Bürgermeister Eike See, Gast der Veranstaltung, wurde aus all dem deutlich, wie wichtig die Arbeit des Sportkreises ist. „Die Vereine profitieren vom Sportkreis“, so See, der gleichzeitig die Bedeutung des Ehrenamts betonte. Das ergänzte die Vizepräsidentin des Landessportbundes Hessen, Katja Köhler-Nachtnebel, mit dem Hinweis auf die unverzichtbare Arbeit des Sports für die Gesellschaft. Themen wie Integration und Inklusion „sind ein Pfund, mit dem wir wuchern können“, so Köhler-Nachtnebel. „Unsere Gesellschaft ist besser dran

mit Sport“, rief sie der Versammlung zu. Für das Engagement des Sports braucht es, das liegt auf der Hand, Geld. Und hier wünschte sich Jörg Wulf, dass die Wetterauer Sportvereine die bereitstehenden Mittel auch abrufen. Beispielsweise seien von den 50.000 Euro an Kreismittel nur 33.700 Euro in Anspruch genommen worden. Der Rest wurde in eine „T-Shirt-Aktion für Vereinsmitglieder investiert“. Dabei sei der Weg zum Zuschuss simpel. Wulf: „Mit einem einfachen Antrag an den Sportkreis werden nachgewiesene Maßnahmen mit bis zu 50 Prozent bezuschusst“. Weiterhin gute Aussichten also für die Sportvereine in der Wetterau. Die wurden während des Sportkeistags übrigens von der Geräteturngruppe des TV Berstadt repräsentiert. Wie erfolgreich die 20 Mädchen im Alter zwischen sechs und 16 Jahren zweimal pro Woche wettkampforientiert trainieren, wurde auf dem Sportkreistag deutlich. Für die im doppelten Wortsinn bunte Vorführung gab es von den Anwesenden reichlich Applaus.

Beilagen in Teilausgaben

hagebaumarkt	Metzgerei Baumann
MEDIMAX	nahkauf
nah & gut	Netto Marken-Discount
pepco	Hack
DOUGLAS	Pizzeria Adria
herbst hagebaumarkt	Rathaus Apotheke
HERBST hagebaumarkt	HIT
hagebau Fass	Hof Wiegand
portia	JYSK
FRESSNAPP	BENZING
Colemann Apotheke	Falken Apotheke
PENNY.	ROLER
Kempe	Brönnert
BAUHAUS	XXXLutz
HERKULES	BAUMARKT
toom	Poco
ROSSMANN	POLSTER AKTUELL
easy Apotheke	NORMA
GLOBUS	tegut...
NKD	ALDI
EDEKA	BAUMARKT

Welt der Pflanzen

Bad Vilbel. Am Dienstag, 30. April, um 19 Uhr laden die Naturfreunde Bad Vilbel zu einem Bildervortrag in die faszinierende Welt der Wildpflanzen im Jahresverlauf ein. Eintauchen in die Vielfalt der Natur und sogenanntes „Unkraut“ mit neuen Augen sehen, ist an diesem Abend angesagt. Die Veranstaltung findet im Haus der Begegnung, Marktplatz 2, Bad Vilbel statt. Der Eintritt ist frei. Spenden sind willkommen.

WIR KAUFEN AN:

Silberbesteck Zinn

- > Zahngold
- > Goldschmuck
- > Alt-/Bruchgold
- > Silberschmuck
- > Münzen/Barren

Batteriewechsel

VARTA®

AKTIONSPREIS 5€

GOLDSCHMIEDE Service

Ketten löten Steine fassen
Ringe weiten und vieles mehr

Das Goldhaus Google
Frankfurter Str. 21 ★★★★★
61118 Bad Vilbel
M info@goldhaus-bv.de
T 06101 595 83 20
www.goldhaus-bv.de

Öffnungszeiten
Mo - Fr: 10 - 17 Uhr | Sa: 10 - 14 Uhr

Parkplätze gegenüber **Neben Von Poll** Immobilien



Aktionstag zeigt Erfolge der Städtebauförderung

Bad Vilbel lädt zur Stadtrallye durch die Innenstadt ein

Bad Vilbel. Bad Vilbel nimmt am Samstag, 4. Mai, am bundesweiten Tag der Städtebauförderung teil. Von 11 bis 16 Uhr sind alle Bürger auf den Niddaplatz in der Innenstadt eingeladen. Dort informieren Bürgermeister Sebastian Wysocki, Mitarbeiter der Stadtplanung sowie das Kernbereichsmanage-

ment über das Förderprogramm „Lebendige Zentren“ und städtische Förderprogramme für Fassaden und Verfügungsfonds. Der Innenstadtbereich ist seit 2018 Förderkulisse. Bis 14.30 Uhr können Interessierte zudem an einer Stadtrallye quer durch das Fördergebiet teilnehmen. Auf einer

rund zweistündigen, zwei Kilometer langen Route sind neun Rätsel zu lösen, um Orte und bereits umgesetzte Maßnahmen der Städtebauförderung zu entdecken. „Die Rallye bietet Jung und Alt eine spielerische Gelegenheit, die bisherigen Erfolge der Innenstadtaufwertung vor Augen zu führen“, sagt Bür-

germeister Wysocki. Am Ende winkt für die Teilnehmenden eine kleine Überraschung. Mit dem Aktionstag will die Stadt die Bedeutung der Städtebauförderung für attraktive Quartiere und Nachbarschaften aufzeigen. Bürger sollen für die Vorhaben sensibilisiert und zur Mitwirkung motiviert werden.

Ihr Draht zu uns:

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

Anzeigen: (06051) 833-244
Redaktion: (06051) 833-202
Vertrieb: (06051) 833-299
Telefax: (06051) 833-230
E-Mail: redaktion@bote.de
Internet: www.bote.de

Gospeltrain lädt zu zwei Konzerten ein

Freitag, 3. Mai und Samstag, 4. Mai

Bad Vilbel. Auch in diesem Jahr wollen die Sänger des Gospeltrain der Ev. Christuskirchengemeinde Garant für mitreißende Gospels, Balladen oder Songs aus Rock und Pop sein. Mit dem diesjährigen Thema „POWER“ zeigt der Chor, wie viel Energie und Kraft in der Gospelmusik steckt. Erleben können das Interessierte in gleich zwei Konzerten – am Freitag, 3. Mai und am Samstag, 4. Mai jeweils um 20 Uhr in der Christuskirche im Grünen Weg. Der Eintritt ist frei, um Spenden für die kirchenmusikalische Arbeit wird gebeten.

Vortrag und Jahreshauptversammlung

Karben. Der Vorstand des Karbener Geschichtsvereins lädt für Freitag, 3. Mai, um 19 Uhr seine Mitglieder und Interessierte sehr herzlich zu einem Vortrag des Historikers Erhard Bus zum Thema „Ursachen des 30-jährigen Krieges und die Anfänge in unserer Region“ ein. Gegen 20.15 Uhr wird – nur für Mitglieder – die Jahreshauptversammlung stattfinden, zu der der Vorstand ebenfalls ganz herzlich einlädt. Darin wird er über seine Arbeit im vergangenen Jahr und im laufenden Jahr bis heute berichten sowie einen Ausblick auf die geplanten Veranstaltungen im weiteren Verlauf des Jahres geben. Außerdem soll der Vorstand für die nächsten drei Jahre gewählt werden. Beide Veranstaltungen finden im Clubraum 1 des Bürgerzentrums statt.

Wiederbelebung nach 25 Jahren Pause

Neuer Schachverein „Königsspringer“ in Karben gegründet

Karben. Dieser Tage wurde in Karben der neue Schachverein „Königsspringer“ gegründet. Der Verein organisiert das Schachspielen für jedermann, mit besonderem Fokus auf Kinder, Jugendliche, Senioren und Frauen. Erstmals ab 1968 wurde innerhalb eines Vereins, dem KSV Klein-Karben, in Karben Schach gespielt. Der damalige Ehrenpräsident Georg Peter hatte eigens eine Schachabteilung gegründet. Einen beeindruckenden Aufschwung erlebte diese 1970, als der Judo-Trainer Dieter Kruszynski Jugendleiter wurde und einige Talente für das Schachspiel begeisterte. Mit Spielern wie Jürgen Kindl, Markus Domanski und Stefan Felber gelangen damals etliche Aufstiege bis in die Landesklasse. 1999 wurde die Abteilung nach Abgängen jedoch aufgelöst. Nach 25 Jahren Pause soll nun mit den „Königssprin-



Die Gründungsmitglieder.

gern“ in Karben wieder gemeinsam dem „Königlichen Spiel“ auf den 64 Feldern gefront werden. „Schach boomt aktuell wie damals 1972 nach dem legendären WM-Kampf Spassky gegen Fischer“, heißt es in der Vereinsmitteilung. Viele Jugendliche spielten zwar heute online oder gegen Computer, doch die „Königsspringer“ wollen das reale

Spiel am Brett und die Geselligkeit fördern. Die Spieltage sind ab dem 14. Mai: montags 18 bis 20 Uhr für Kinder und Jugendliche und dienstags 19 bis 22 Uhr für Jedermann/Jedefrau. Austragungsort ist die Gaststätte „Zur Ludwigshöhe“ in Klein-Karben. Interessierte sind herzlich eingeladen, vorbeizuschauen und mitzumachen.

Spaziergang im Botanischen Garten

Karben. Der NABU Karben lädt am Samstag, 27. April, zu einer vogelkundlichen Exkursion in den Botanischen Garten in Frankfurt am Main ein. Schon vor Beginn des lärmenden Verkehrs auf den naheliegenden Hauptverkehrsachsen der Stadt, nämlich um 7 Uhr morgens, startet die Exkursion mit Prof. Dr. Roland Prinzinger. In morgendlicher Ruhe werden unter seiner Führung die zahlreichen dort vorkommenden Vogelarten erkundet. Natürlich wird auch die Pflanzenwelt im Botanischen Garten Gegenstand der Exkursion sein. Interessenten treffen sich um 6 Uhr am Parkplatz Hessenring, um dort Fahrgemeinschaften zu bilden. Bei Regen fällt die Exkursion, die circa eine Stunde dauert, aus.

Jazz mal anders

Karben. George Wagner und Klaus Schenk bilden ein Duo, das schon durch die seltene Besetzung mit Gitarre und Vibraphon eine besondere Note in den Jazz bringt. Das Repertoire der Formation besteht aus Kompositionen von George Wagner und Interpretationen bekannter Jazz-Standards. Am Samstag, 4. Mai, 19.30 Uhr, ist das Duo in Heubachs ehemaliger Synagoge (Friedensstraße 9) zu hören. Dein Eintritt zu dem Abend ist frei, der Verein bittet aber um angemessene Spenden.

Was tun an heißen Tagen?

Friedberg. Der nächste heiße Sommer steht vor der Tür, und so manchem ist Angst und bang davor. Vor allem Ältere und Hochbetagte, sowie Kinder haben hier unsere Aufmerksamkeit, damit sie mit allen Nährstoffen und Flüssigkeit versorgt gut sind. Damit diese Personengruppen, und natürlich auch alle anderen, nicht in ein Defizit gelangen, bedarf es mitunter Tricks. Zu einem Fachvortrag von Ilona Berg, Fachreferentin für Seniorenernährung, laden die Landfrauen Bruchenbrücken ein. Der Vortrag findet am Donnerstag, 2. Mai, um 19:00 Uhr im evangelischen Gemeindehaus, Am Pfarrgarten 1, in Bruchenbrücken statt. Nichtmitglieder zahlen einen Kostenbeitrag von 2,- Euro.

SIE & ER
MODE & WÄSCHE
FÜR DAMEN UND HERREN
Bahnhofstrasse 191 (Neue Mitte)
61184 Karben
Tel.: 06039/ 68 58

SieundEr.ModeundWaesche
sieunderkarben

Muttertags-/Vatertagsmarkt
am 4.5., 10-16 Uhr
Sonderangebote, Schnäppchen
und Geschenk zum Einkauf

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

Energiesparfenster
Förderfähige Fenster für die Gebäudesanierung.
Eigene Fertigung und Montage.

Bis zu **20%**
Zuschuss möglich

Harth & Schneider
FENSTER
TÜREN
SONNENSCHUTZ

Raiffeisenstraße 7 · 63579 Freigericht-Somborn
Tel. (0 60 55) 9 13 70 · www.harth-schneider.de

Songwriting-Workshop für Kinder

Am Samstag, 27. April

Karben. Du bist zwischen neun und 18 Jahren alt, singst gerne und hast Lust mal einen eigenen Song zu komponieren? Dann hat Karbens Kinderchor Zauberklang nun das passende Angebot für dich. Am Samstag, 27. April, lädt der Kinderchor Zauberklang gemeinsam mit der Deutschen Chorjugend zum Songwriting-Workshop ins Bürgerzentrum ein. Zwischen 9.30 und 15 Uhr wer-

den die Kids angeleitet von Profis auf spielerische Art eigene Songs schreiben. Im „Chorlabor“ werden die Teilnehmer in verschiedene Altersgruppen unterteilt und entwickeln in sechs Stationen eine eigene Komposition. Wer Lust hat im „Chorlabor“ dabei zu sein, meldet sich bitte bei Waltraud Leppert an, per E-Mail an waltraud@leppert.org oder telefonisch unter der 0152/03403639. Der

Workshop ist kostenlos, zudem gibt es ein leckeres Mittagessen. Los geht es um 9.30 Uhr im Jugendkeller im Karbener Bürgerzentrum. Der Workshop bietet für Kinder, die Spaß am Singen haben und noch nicht Mitglied im Kinderchor Zauberklang sind, die perfekte Möglichkeit, um den Karbener Kinderchor einmal persönlich kennenzulernen und Teil davon zu werden.

Nabu lädt ein

Wanderung rund um den Ludwigsbrunnen

Karben. Für Samstag, 4. Mai, lädt der NABU Karben zu seiner alljährlichen Wanderung rund um den „Ludwigsbrunnen“ ein. Dieses Naturschutzgebiet ist Lebensraum für zahlreiche Tier- und Pflanzenarten, die die Bedeutung dieses Gebietes als Biotop eindrücklich zeigen. Zu sehen und zu hören ist eine Vielzahl von Vogelarten, wobei besonders die gefiederten Sänger auffallen. Hier singen bis zu

fünf Nachtigallen ihr prächtiges Lied gleichzeitig und der Kuckuck meldet sich mit seinem weniger variablen Ruf. Und mit etwas Glück kann man die Rohrweihe über dem Gebiet kreisen sehen. Aber nicht nur die Vogelwelt ist interessant; die Bewohner der Entwässerungsgräben gilt es ebenso zu entdecken wie die Welt der Insekten an einem nahe gelegenen Tümpel. Die Exkursion beginnt mor-

gens um 7 Uhr an der Quelle, dauert etwa anderthalb Stunden und führt über maximal einen Kilometer. Bei Regen fällt sie aus. Besonderes Schuhwerk ist nicht notwendig. Ein Fernglas ist empfehlenswert; der NABU wird auch einige Ferngläser zur Verfügung stellen. Prof. Dr. Roland Prinzinger wird die Exkursion führen. Die Veranstaltung ist kostenlos. Über Spenden freut sich der NABU Karben.

Familienwanderung im Niddertal

Bad Vilbel. Zu einer Familienwanderung laden die Naturfreunde Bad Vilbel am Sonntag, 28. April, ein. Zunächst geht es auf dem Natura Trail Glauberg durch die malerische Auenlandschaft der Nidder. Anschließend wird der Modellbahnhofs in Stockheim besichtigt. Dort war-

ten nicht nur liebevoll gestaltete Modellbahndlandschaften, sondern auch das Bahnhofsfest zur Einkehr. Die Wanderstrecke beträgt acht Kilometer mit wenig Steigungen. Treffpunkt ist um 9.45 Uhr am Nordbahnhof am Gleis 6. Anmeldung unter wandern@naturfreunde-bv.de.

In Klein-Karben

IG begeht Internationalen Tag der Streuobstwiesen

Karben. Erstmals im Jahr 2021 wurde nicht nur in Deutschland, sondern europaweit im April der „Tag der Streuobstwiesen“ ausgerufen. Dieser findet immer am letzten Freitag im Monat April statt. Wer mehr über Biodiversität, Obstvielfalt und die Kulturlandschaft Streuobstwiese erfahren möchte, ist herzlich eingeladen, am Sonntag, 28. April, 13 bis ca. 16 Uhr bei der IG Streuobst auf der Zwetschggenwiese am Waldfriedhof Klein-

Karben, Büdesheimer Straße in Klein-Karben vorbei zu kommen. Neben Informationen zum Streuobst soll auch der Genuss von Streuobst-Produkten nicht zu kurz kommen. Auch für die Beschäftigung der Kinder ist gesorgt: Und zwar in Form eines kleinen „Parcours“. Hierzu wird es einige Pfade auf der Wiese geben, die zu versteckten Dingen rund um die Streuobstwiese führen oder auch bei der Beantwortung von kniffligen Fragen helfen – wenn man

denn genau hinschaut. Hier können sich sowohl Kinder als auch Erwachsene versuchen. Dazu gibt es viele Informationen über die Streuobstwiese und natürlich darf auch etwas zu essen und zu trinken nicht fehlen. Und falls noch Fragen offen sind, der Runde Tisch der IG Streuobst findet jeden ersten Dienstag im Monat in der Rapp's Juice Factory ab 20 Uhr in Karben statt. Hier können alle Interessierten auch ohne Mitgliedschaft vorbeischaauen, er ist für alle offen.

Bustransfer geändert

Rosbach. Aufgrund der aktuellen Verkehrssituation in Rodheim muss der Halt für den Seniorennachmittag am Samstag, 27. April, um 12.55 Uhr an der Erich-Kästner-Schule leider entfallen. Alle anderen Haltestellen werden wie angegeben angefahren. Die Rückfahrt findet gegen 17.00 Uhr statt.

MediaBerater



Bad Vilbel,
Karben Wöllstadt,
Niddatal, Rosbach,
Friedberg,
Bad Nauheim

**Hans
Arbogast**

Telefon: 0176-11 833 344
E-Mail: h.arbogast@gnz.de

Jugendfreizeiten im Wetteraukreis

Engagierte Betreuerinnen und Betreuer für Ferienfreizeiten und Bildungsangebote gesucht

Wetteraukreis. Die Fachstelle Jugendarbeit im Fachbereich Jugend und Soziales des Wetteraukreises sucht wieder engagierte Betreuerinnen und Betreuer für die Kinder- und Jugendfreizeiten und Jugendbildungsveranstaltungen. Während der Sommerferien werden die Angebote in der Jugendherberge Büdingen und auf der Insel Borkum sowie im Jugendgästehaus Lindenhof in Österreich stattfinden. Ebenfalls werden Betreuerinnen und Betreuer für die Aktivfreizeit nach Lindau am Bodensee gesucht. Wer sich während der Herbstferien engagieren möchte, hat hierzu die Gelegenheit bei der Filmwoche im Jugendzentrum Ronneburg. Für Studierende, Erzieherinnen und Erzieher sowie Jugendleiterinnen und Jugendleiter bietet die Arbeit ein ideales Praxisfeld. Die Fachstelle Jugendarbeit und Jugendgerichtshilfe stellt über diese pädagogische Betreuungstätigkeit eine Bescheinigung aus, die auch als Praktikumsnachweis für pädagogische Berufe und Studiengänge eingesetzt werden kann. Voraussetzung für die Tätigkeit sind Teamfähigkeit, Kreativität, Zuverlässigkeit, Verantwortungsbewusstsein und Spaß an der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Interessierte Personen sollten mindestens 18 Jahre alt sein. Für alle Personen, die Interesse an einer Mitarbeit ha-



Die Fachstelle Jugendarbeit des Wetteraukreises sucht weitere Betreuerinnen und Betreuer für Ferienfreizeiten und Bildungsangebote.

ben, wird eine Vorbereitung in Form von Wochenendseminaren angeboten. Dabei werden die Betreuerinnen und Betreuer auf die Durchführung von Ferienfreizeiten vorbereitet und setzen sich im Team mit der Programmplanung auseinander. Weiterhin erforderlich ist der Nachweis einer Erste-Hilfe-Ausbildung. Neben den Kinder- und Jugendfreizeiten finden weitere außerschulische Bildungsveranstaltungen sowie Projektangebote für Wetterauer Schulen statt, für die ebenfalls Betreuerinnen und Betreuer gesucht werden. Hierfür gibt es eine gesonderte Vorbereitung und Schulung. Themen-schwerpunkte sind dabei vor allem Berufsorientierung und Lebenswegplanung, Umweltbildung und das Stärken sozialer Kompetenzen. Alle notwendigen Qualifika-

tionen nach den Standards der Jugendleitercard (JuLeiCa) können über das kostenfreie und umfangreiche Aus- und Fortbildungsprogramm der Fachstelle Jugendarbeit erworben werden, um für die Tätigkeit bestmöglich vorbereitet zu sein.

Kontakt aufnehmen

Interessierte Personen können sich direkt an die Fachstelle Jugendarbeit wenden. Nähere Informationen zur Betreuungstätigkeit und den einzelnen Freizeiten unter Telefon (06031) 83-3311 und online unter www.wetteraukreis.de, „Service“ – „Kinder, Jugend, Familie & Frauen“ – „Teamer/innen gesucht“. Eine Kontaktaufnahme ist auch per E-Mail an jugendarbeit@wetteraukreis.de möglich.

Geplante Fusion

Gemeindeversammlung in Dortelweil

Bad Vilbel. Der Kirchenvorstand der Ev. Kirchengemeinde Dortelweil lädt alle Gemeindemitglieder und alle an der Arbeit der Kirchengemeinde interessierten Mitbürger ein zur Gemeindeversammlung am Freitag, 3. Mai, um 18.30 Uhr ins Gemeindehaus Obergasse 22. Themenschwerpunkt der Versammlung ist die für den 1. Januar 2025 geplante Fusion der evangelischen Gemeinden Heilsberg, Massenheim, Christuskirchengemeinde und Dortelweil zur „Ev. Auferstehungsgemeinde Bad Vilbel“. Der Kirchenvorstand hat das Anliegen, alle Interessier-

ten zeitnah in getroffene Entscheidungen einzubeziehen. Nutzen Sie die Möglichkeit, Ihre Fragen und Anregungen persönlich in der Gemeindeversammlung vorzubringen und sich über den geplanten Gemeindegemeinschaftszusammenschluss zu informieren. Es wird voraussichtlich die letzte Gemeindeversammlung der Ev. Kirchengemeinde Dortelweil vor der Fusion sein. Weitere Themen werden u.a. sein: Gebäudeentwicklung im Nachbarschaftsraum Bad Vilbel, Pfarrstellenbesetzung, Einrichtung eines zentralen Gemeindebüros im Gemeinde-

haus ARCHE, stadtweite Konfi-Zeit etc. Weitere Tagesordnungspunkte können bei Thomas Weber, Vorsitzender des Kirchenvorstandes, angemeldet werden: thomas.weber@evkidw.de. Sollten Sie Anträge oder Themen einbringen wollen, die eine Vorbereitung durch den Kirchenvorstand erfordern, bitte wir darum, diese uns spätestens eine Woche vor der Versammlung bekanntzugeben. Im Anschluss lädt der Ehrenamtsausschuss zum geselligen Beisammensein bei kühlen Getränken und herzhaften Snacks ein.

GOLDANKAUF

Wir kaufen zu hohen Preisen an:

Bruch- und Altgold

Goldschmuck

Münzen und Barren

Zahngold

Silbermünzen

Silberschmuck

Luxusuhr

Diamanten

Zinngegenstände

DM-Tausch

Jetzt Gold in Geld verwandeln!

GOLDSCHMIEDE-SERVICE	
Ketten löten	ab 15 €
Ringe weiten	ab 15 €
Zirkonia fassen	ab 15 €
Brillanten fassen	ab 28 €
Gravuren aller Art	ab 10 €

Batteriewechsel VARTA®

ab 5 €

Ihre Vorteile:

- > Sofortige Wertermittlung
- > Barauszahlung vor Ort oder Echtzeitüberweisung
- > Transparente Abwicklung
- > Hoher Goldkurs

Google ★★★★★

Das Goldhaus
Frankfurter Str. 21
61118 Bad Vilbel
M info@goldhaus-bv.de
T 06101 595 83 20
www.goldhaus-bv.de

Öffnungszeiten
Mo-Fr: 10:00-17:00
Sa: 10:00-14:00

Parkplätze gegenüber

Neben Von Poll Immobilien

das Goldhaus

Schmetterlingsraupe mit gefährlichen Brennhaaren

Bekämpfung des Eichenprozessionsspinners an den Bundes-, Landes- und Kreisstraßen im Wetteraukreis

Wetteraukreis. Im Frühjahr rückt eine Schmetterlingsart stets besonders in den Fokus: Der Eichenprozessionsspinner.

Der Anlass ist dabei jedoch immer negativ, denn die sogenannten Brennhaare dieser Schmetterlingsart, die sich in den letzten Jahrzehnten in Hessen stark vermehrt hat, können zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen. Ursache hierfür ist das Nesselgift Thaumetopori, welches sich auf den Härchen des Schmetterlings befindet. Die Brennhaare können leicht in die Haut und Schleimhaut eindringen und sich dort festsetzen.

Kontakt kann Dermatitis oder Bindehautentzündung auslösen

Ein Kontakt mit diesen feinen Härchen kann eine Raupendermatitis, eine Hautausschlag, oder eine Bindehautentzündung auslösen. Auch Atemwegsreizungen, Schwindelgefühl oder Fieber können Symptome sein. Neben Menschen können übrigens auch Tiere durch den Kontakt mit den Brenn-

haaren gefährlich verletzt werden. Bei ihnen besteht die Gefahr von Reizungen des Verdauungstraktes, der Haut und der Augen. Darüber hinaus verursacht der Eichenprozessionsspinner starke Schäden an den Eichenbaumbeständen. Von April bis Juni verzehren die Eichenprozessionsspinner vor allem Eichenblätter. Dabei können sie einen Lichtungs- oder Kahlfraß an den Baumbeständen hinterlassen. Bei mehrjährigem Auftreten werden die Bäume dadurch stark beschädigt. Darüber hinaus brechen die Brennhaare der Raupe leicht ab. Sie können somit von dem Wind weitergetragen werden und sich danach im Unterholz oder auf dem Boden absetzen. Eine Bekämpfung ist daher zwingend erforderlich. Ab dem dritten Larvenstadium bilden sich die gefährlichen Brennhaare bei den Eichenprozessionsspinnern. Aufgrund dessen ist der Frühjahrsbeginn die effektivste Zeit, die Raupen zu bekämpfen - noch bevor die Gefahr durch Brennhaare überhaupt entstehen kann. Das Vorgehen hierbei sieht vor, dass die befall-

nen Bäume mit einem biologischen Bekämpfungsmittel besprüht werden. Dabei handelt es sich um ein auf die Raupen abgestimmtes selektiv und lokal wirkendes Bakterium. Unmittelbare Auswirkungen auf andere Lebewesen sind somit nicht zu erwarten.

Abschluss zwischen Ende Mai und Anfang Juni

Auch im Zuge der verschiedenen Bundes-, Landes- und Kreismaßnahmen im Wetteraukreis wurde am Eichenbestand der Schädlingsbefall durch Eichenprozessionsspinner festgestellt. Dementsprechend sind auch hier die genannten Bekämpfungsmaßnahmen vorgesehen. Diese werden ab sofort an einzelnen Bundes-, Landes- und Kreisstraßen im gesamten Kreisgebiet und in den Gemeindegebieten nahezu aller Kommunen vorgenommen. Ein Abschluss ist Ende Mai / Anfang Juni vorgesehen. Während der Durchführung der Maßnahmen gibt es für die Verkehrsteilnehmenden keine nennenswerten verkehrlichen Einschränkungen.

MEDITERRANES FLAIR!

DIREKT AUS SIZILIEN.

Tauchen Sie ein in mediterranes Lebensgefühl mit unserer frischen Auswahl aus Sizilien! Verschönern Sie Ihren Garten mit unseren Zitrusbäumchen, Olivenbäumchen und Oleandern. Entdecken Sie die Vielfalt und Schönheit mediterraner Pflanzen direkt vor Ihrer Haustür. Gönnen Sie sich eine Oase der Entspannung und genießen Sie das südländische Flair in Ihrem eigenen grünen Paradies.

START IN DEN BLÜHENDEN SOMMER BEI LÖWER AM 27. & 28. APRIL MIT VERKAUFSOFFENEM SONNTAG! NUR IN HANAU, SELIGENSTADT & MÖMLINGEN

STÜCK 29,99* STATT 34,99

ZITRUS-BÄUMCHEN

Zitronen, Limetten oder Orangen in vielen verschiedenen Sorten | etwa 60-80 cm hoch | Topf-Ø 20 cm | ohne Übertopf

OLEA EUROPEA

OLIVENBÄUMCHEN

Im Topf-Ø 18 cm | ca. 80 cm hoch

NERIUM OLEANDER

OLEANDER-BUSCH

verschiedene Farben und Größen | z.B. im Topf-Ø 18 cm

STÜCK 14,99*

♀ GOLDBACH » A3 Ausfahrt AB-Ost
Andreas & Gustav Löwer GbR
An der Lache 135-137 . Tel. 06021 / 90162-0
goldbach@gaertnerei-loewer.de
Mo.-Sa. 9:00-19:00 Uhr . So. 11:00-13:00 Uhr

STÜCK 9,99* STATT 12,99

♀ ROSSDORF » Direkt an der B38
Andreas, Martin und Gustav Löwer GbR
Heinz-Friedrich-Straße 12 . Tel. 06154 / 69409-0
rossdorf@gaertnerei-loewer.de
Mo.-Fr. 8:30-18:30 Uhr . Sa. 8:30-18 Uhr

STÜCK 9,99* STATT 12,99

♀ HANAU » Gewerbegebiet HU-Nord
Martin und Gustav Löwer GbR
Oderstraße 1 . Tel. 06181 / 18050-0
hanau@gaertnerei-loewer.de
Mo.-Sa. 9:00-19:00 Uhr
So 28.04. 12:00-18:00 Uhr

STÜCK 9,99* STATT 12,99

♀ MÖMLINGEN » Direkt an der B426
Löwer GmbH, Andreas Löwer
Bahnhofstraße 37 . Tel. 06022 / 50893-0
moemlingen@gaertnerei-loewer.de
Mo.-Sa. 9:00-18:30 Uhr
So 28.04. 13:00-18:00 Uhr

STÜCK 9,99* STATT 12,99

♀ SELIGENSTADT » A3 Abfahrt Seligenstadt
Martin Löwer . Dudenhöfer Straße 60
Tel. 06182 / 290861
seligenstadt@gaertnerei-loewer.de
Mo.-Sa. 9:00-18:30 Uhr
So 28.04. 12:00-18:00 Uhr

Sanfter Abschluss

Nach Krafttraining nicht zu intensiv dehnen



Wer beim Krafttraining an seine Grenzen gegangen ist, sollte das nicht auch beim Dehnen danach tun.
Foto: Christin Klose/dpa-mag

Auf ein intensives Krafttraining sollte ein sanftes Dehnen folgen. Darauf weist Marcel Reuter, Dozent an der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG) hin. Denn ein besonders intensives oder ausgiebiges Stretching kann einen zusätzlichen Trainingsreiz in den Muskeln auslösen. Mit Folgen: Der Muskel braucht dann umso länger, um zu regenerieren. Dabei soll eine Dehneinheit das genaue Gegenteil bewirken: nämlich die Erholung der Muskulatur unterstützen. Denn durch ein Nachdehnen sinkt die Span-

nung im jeweiligen Muskel. Auch der Muskelstoffwechsel verbessert sich. Wie sieht eine sanfte Dehneinheit aus? Sportwissenschaftler Reuter rät, schnelle, ruckartige Bewegungen zu vermeiden. Schmerzen die Muskeln, sollten Sportler umso mehr darauf achten, kontrolliert und langsam in die Dehnpositionen zu gehen. Übrigens: Es reicht vollkommen aus, eine Dehnposition für maximal 45 Sekunden zu halten. Alles darüber hinaus hat laut Reuter kaum einen zusätzlichen Effekt - auch wenn es darum geht, auf Dauer beweglicher zu werden.

Sind Frühlingsgefühle ein Mythos? Nein, sagt die Münchener Paar- und Sexualtherapeutin Heike Melzer. «Durch den Verzicht im Winter schärfen sich unsere Sinne. Wir bemerken, dass die Tage länger werden, Blumen, Vögel, Sonne - wir freuen uns auf die schöne Jahreszeit.» Dadurch werde bei Menschen die Ausschüttung von Dopamin und Serotonin angeregt, die oft auch als Glückshormone bezeichnet werden. Dieser Boost sorgt wiederum dafür, dass die Libido steigt. Lust heißt aber noch nicht, dass wirklich was passiert - gerade bei routinierten Paaren. Gerade für solche Paare hat Melzer fünf Tipps, um die Frühlingsgefühle zu nutzen und wieder mehr Schwung in ihr Liebesleben zu bringen.

Weg mit Gewohnheiten

Zusammen die Ernährung umstellen, kochen, ein neues Hobby ausprobieren, - «beispielsweise gemeinsam Tanzen gehen», empfiehlt Melzer. Solche Umstellungen können dabei helfen, sich wieder neu zu begegnen.

Überraschung!

«Was wirklich in Erinnerung bleibt, sind Überraschungen, die wirklich unerwarteten Überraschungen», so Melzer. «Mieten Sie ein Hotelzimmer für eine Nacht, nehmen Sie Massageöl mit.» Oder wie wäre es, gerade in Alltagssitua-

Mehr Spaß zu zweit

Frühlingsgefühle durch Dopamin und Serotonin



Wer Frühlingskribbeln verspürt, sollte seinen Partner überraschen, empfiehlt die Sexualtherapeutin. Wie wäre es etwa, für eine Nacht ein Hotelzimmer zu mieten und Massageöl einzupacken?
Foto: Christophe Gateau/dpa-mag

tionen «drunter» irgendwas Aufregendes zu tragen? Oder: «Füllen Sie einen Picknickkorb und fahren in die Natur. Es gibt auch Thermen, in denen man Séparées mieten kann.» so Melzer. Es gehe nicht darum, viel Geld auszugeben, sondern vielmehr um Kreativität und Mühe.

Fragen, reden, tiefer gehen

Die Beziehung hängt noch im

Winterschlaf? Frei nach Taylors Swifts Zeile «It's me, hi, I'm the problem, it's me» sollten sich Partner erst mal fragen, was sie selbst tun können, bevor sie den Grund bei der anderen Person suchen. «Es geht darum, die eigenen schlechten Gewohnheiten zu bekämpfen», sagt die Therapeutin. Ebenso sei es wichtig, dem Partner oder der Partnerin ungeteilte Aufmerksamkeit zu schenken.

Partys, Pornos, Toys

«Oft erfordert es Mut, etwas Neues auszuprobieren, aber Wachstum fängt bekanntlich außerhalb der Komfortzone an», so Melzer. «Manche Paare holen sich Anregungen auf Erotik- und Fetischmessen oder beim frivolen Ausgehen.» Inspiration gebe es auch im Internet. «Natürlich kann man sich auch gemeinsam Pornos anschauen, doch hier würde ich von Mainstream-Pornos abraten», sagt Melzer. Die Filme etwa im Stil des US-Klassikers «Eyes Wide Shut» sollten dazu geeignet sein, die Fantasie anzuregen, auch ohne alles und komplett explizit zu zeigen. Hilfestellungen für neue Erfahrungen bieten auch Angebote wie Sexspielzeug-Kalender oder Challenges. Allerdings könnten solche Aktionen auch Druck erzeugen.

Let's talk about Sex, Baby!

Frustriert, weil von sexy Frühlingserwachen nichts zu spüren ist? «Darüber sollten Sie sprechen», so Melzer. Klagen sei immer leichter, jedoch nicht immer hilfreich. «Formulieren Sie lieber drei konkrete Wünsche, die Sie an Ihre Beziehung haben. Das könnte sein, dass Sie bis Silvester mit ihrem Partner wieder offener über Ihr Sexleben reden möchten.» Mit klaren Zielen sei es einfacher, zusammen zu mehr Spaß zu kommen.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Mal wieder eine schlechte Nacht gehabt?

So starten Sie morgens wieder erholt in den Tag



Deutschland schläft schlecht: 54 % wachen morgens gerädert auf

Der Morgen bricht an und Sie fühlen sich immer noch so müde wie am Vorabend? Damit sind Sie nicht allein: Schlafstörungen haben sich hierzulande zu einer Volkskrankheit entwickelt! Etwa 7 von 10 Deutschen leiden unter Durchschlafproblemen. Seit über 65 Jahren ist Baldriparan – Stark für die Nacht für viele das Mittel der Wahl. Schließlich lindert das pflanzliche Arzneimittel nervös bedingte Schlafstörungen und unterstützt so nicht nur das Einschlafen, sondern auch das Durchschlafen¹ – und das ohne abhängig zu machen.

Mehr als die Hälfte der Deutschen hat aktuell Probleme beim Einschlafen und rund 70 % leiden unter Durchschlafproblemen. Keine gute Nachricht: Betroffene kämpfen mit anhaltender Müdigkeit oder Erschöpfung und sind am Tag gereizt und unkonzentriert. Vielen sieht man es auch an: Die Haut ist fahl, tiefe Augenringe zeichnen sich ab und viele sehen dadurch vielleicht sogar älter aus als sie sind. Langfristig können Probleme beim Ein- oder beim Durchschlafen unseren Körper sogar schwächen

und ihn anfälliger für Krankheiten machen.

Entspannt durch die Nacht, erholt in den Tag

Experten zufolge ist es so, dass Betroffene oft denken, dass sie „nur“ schlecht schlafen können. Im Schlaflabor zeigt sich jedoch meist: Wer morgens gerädert aufwacht, hat nachts keine erholsame Tiefschlafphase gehabt. Wer also endlich wieder erholsam schlafen möchte, sollte laut Experten auf ein Schlafmittel setzen, das den

natürlichen Schlafrhythmus nicht stört, die Tiefschlafphase bewahrt und das Durchschlafen fördert. Um Schlafstörungen wirksam zu behandeln, sollte ein Schlafmittel

daher nicht nur beim Einschlafen helfen, sondern vor allem auch das Durchschlafen fördern. Und genau das leistet Baldriparan – Stark für die Nacht.¹

Bewiesene Wirksamkeit ohne Gewöhnungseffekt

Seit über 65 Jahren empfehlen Experten das pflanzliche Arzneimittel Baldriparan – Stark für die Nacht. Denn die Wirksamkeit des Baldrians ist wissenschaftlich in Studien belegt.² Entscheidend dabei ist die Dosierung. Nur Schlafmittel, die ausreichend Baldrianwurzelextrakt enthalten, können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Baldriparan enthält extra hoch dosierten Baldrianwurzelextrakt. Besonders wichtig dabei: Das Schlafmittel macht trotzdem nicht abhängig, es entsteht kein Gewöhnungseffekt und die Schlafqualität wird auf natürliche Weise verbessert.

Natürlich Durchschlafen, erholt in den Tag starten! Überzeugen auch Sie sich von Baldriparan – Stark für die Nacht.

Tipps für unsere Leser

Jetzt Baldriparan – Stark für die Nacht auf [pureSGP.de](https://www.pureSGP.de) bestellen & gratis Melatonin Einschlaf-Spray sichern.

*Bei einer Bestellung von Baldriparan – Stark für die Nacht ab einer Packungsgröße von 60 Stück; nur solange der Vorrat reicht



Cellulite, Falten, schlaffe Haut?



Dieses Arzneimittel hilft von innen!

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

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

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

Für Ihre Apotheke: Revoten Tabletten (PZN 18405588)



www.revoten.de

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

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • ²Dorn, M. (2000). Efficacy and tolerability of Baldrian versus oxazepam in non-organic and non-psychiatric insomniacs: a randomised, double-blind, clinical, comparative study. Research in complementary and natural classical medicine, 7(2), 79–84; Schulz, H., Stolz, C. & Müller, J. (1994). The effect of valerian extract on sleep polygraphy in poor sleepers: a pilot study. Pharmacopsychiatry, 27(4), 147–151. • Abbildung Betroffenen nachempfunden
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing



GETRÄNKE • FACHMARKT

Angebote gültig vom 29.04. – 04.05.2024

Jede Woche erfrischende Angebote!



Bitburger

Premium Pils, Radler naturtrüb, "Stubbi",
Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,35 €

-37%
8.88

Steinie² Natur Radler

Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,32 €



42.99

11.99

10.99

11 = 1,67 €

Weißhofer Bier

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



ANGEBOT

13.99

12.99

1l = 1,30 €

Veldensteiner Mandarina Bavaria

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



ANGEBOT

14.99

**Neu und
Exklusiv bei
logo!**

Desperados

Bier aromatisiert mit Tequila,
Pack = 4 x 0,33 l,
zzgl. 0,32 € Pfand,
1l = 4,39 €



ANGEBOT

5.79



Aktion!
**+ 4er Pack
GRATIS!**

Kulmbacher Bier

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

ANGEBOT

11.99

Entspricht einem Kasten-
preis von **9,99 €**

Hofbräuhaus Natur Radler

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



-25%

14.99

13.99

1l = 1,40 €

**Neu und
Exklusiv bei
logo!**

Bitburger Premium Pils, Licher Bier

diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
0,5 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 1,58 €



-20%

0.79

**Neu im
Sortiment!**

**Licher Natur Radler
(alkoholfrei)**

Elisabethen Quelle Mineralwasser

diverse Sorten,
2 Kasten á 12 x 1 l,
zzgl. 6,60 € Pfand,
1l = 0,50 €



-25%

11.98

Aktion!
**DOPPEL-
KASTEN!**

RhönSprudel Mineralwasser

medium, original,
Pack = 6 x 0,5 l,
zzgl. 1,50 € Pfand,
1l = 0,83 €



-29%

2.49

top frisch Wasser + Zitrone

Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,50 €



5.49

4.49

**Jetzt in
NEUEM
Design!**

fritz-kola*

koffeinhaltig,
Kasten = 24 x 0,33 l,
zzgl. 3,42 € Pfand,
1l = 2,40 €



-27%

18.99

RhönSprudel Plus

Apfel Schorle, 60 % Frucht,
Pack = 6 x 0,5 l,
zzgl. 1,50 € Pfand,
1l = 1,16 €



-22%

3.49

Red Bull Energy

diverse Sorten,
koffeinhaltig,
0,25 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 3,96 €



ANGEBOT

0.99

Thomas Henry*

diverse Sorten,
teilweise chininhaltig,
0,75 l - Flasche,
zzgl. 0,15 € Pfand,
1l = 2,39 €



-33%

1.79

**Neu im
Sortiment!**

**Thomas Henry
PINK GRAPEFRUIT**

Bad Brückenaauer Mineralwasser

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



ANGEBOT

5.99

5.49

1l = 0,61 €

**logo
App**

Bad Brückenaauer Limonade

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



-25%

5.99

**Neu im
Sortiment!**

PITÚ Caipirinha

Premium, Passionsfruit,
0,33 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 6,03 €



-29%

1.99

Lauffener Katzenbeisser

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



ANGEBOT

3.99

Wodka Gorbatschow, Citron

0,7 l - Flasche,
1l = 9,27 €



-28%

6.49

Needle

Blackforest
Distilled Dry Gin,
0,5 l - Flasche,
1l = 19,98 €



-20%

9.99

**+ 1 Dose
Needle & Tonic
GRATIS!***

zzgl. Pfand 0,25 €

Havana Club

Añejo 3 Años,
0,7 l - Flasche,
1l = 16,41 €



-23%

11.49

**+ 1 Dose
Havana
Club & Cola
GRATIS!***

zzgl. Pfand 0,25 €

Pircher

diverse Sorten,
0,7 l - Flasche,
1l = 20,70 €



ANGEBOT

14.49

Mit der
logo Getränke App
sparen & gewinnen.

Jetzt downloaden!

Google Play

App Store



www.logo-getraenke.de

Instagram

Facebook

Twitter

YouTube

LinkedIn

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

WhatsApp

Telegram

Signal

Skype

Abnehmen bei Diabetes

ANZEIGE

Bereits eine Gewichtsabnahme¹ um 5 % verringert das Risiko an Typ 2 Diabetes zu erkranken. Übergewicht ist einer der Risikofaktoren für Typ 2 Diabetes. Insbesondere das Bauchfett fördert über seine Botenstoffe eine chronische Entzündungsreaktion und spielt eine Schlüsselrolle bei der Entstehung der Krankheit. Hier stehen Insulinresistenz und erhöhte Blutzuckerspiegel im Vordergrund.

Abnehmen mit formoline L112 EXTRA unterstützt die Diabetes-Therapie

Abnehmen hilft bei Diabetes Typ 2 die Insulinresistenz zu verbessern und den Blutzuckerspiegel zu kontrollieren.

Leichter abnehmen mit formoline L112 EXTRA und die Gesundheitswerte verbessern

Studien^{2,3} zeigen, dass sich bei Anwendung von formoline L112 die Diät-Leistung um mehr als 50 % erhöht. Auch



die Entzündungswerte verbesserten sich, ebenso wie die Blutfett- und Blutzuckerwerte.^{2,3} Neben einer deutlichen Senkung des Insulinspiegels konnte auch die Insulinresistenz reduziert werden.²

Einfache Anwendung und gut verträglich

2 x täglich 2 Tabletten formoline L112 EXTRA mit reichlich Flüssigkeit zu den beiden Mahlzeiten

mit dem höchsten Fettgehalt einnehmen. formoline L112 EXTRA verträgt sich sehr gut mit einer Insulintherapie.

Wie Ihre Wohlfühlfigur einfacher erreichbar ist, zeigt auch unser kurzes Info-Video, wenn Sie den QR-Code scannen.

- Wirk-Ballaststoffe in Tablettenform einzigartig aus natürlichen Quellen
- klinisch belegte Gewichtsabnahme von -12,7 % in 12 Monaten³
- mit formoline L112 signifikante Senkung von: Insulinresistenz um -24 %, Insulinspiegel um -21,8 %²



Info: www.formoline.de • formoline L112, Lipidbinder zur Gewichtsreduktion und zur Gewichtskontrolle, vermindert die Kalorienaufnahme aus den Nahrungsfetten. Medizinprodukt Klasse III (CE 0123). Anwendung im Rahmen einer moderaten Diät. • Gegenanzeigen: Allergie gegen Krebstierprodukte; Nebenwirkungen: sehr selten Verdauungsbeschwerden. Bitte beachten Sie auch die Gebrauchsinformation. • 1) Diabinfo. Das Diabetesportal. Diabetes in Deutschland. <https://www.diabinfo.de> (Stand: 25.01.2024) • 2) Rondanelli, M., et al. (2023): A randomized double-blind placebo-controlled clinical study to evaluate the effect on the weight of a medical device with polyglucosamine L112 in a group of overweight and obese subjects. Nutrients, 15(16), 3516 • 3) Cornelli, U. et al. (2017): Long-Term Treatment of Overweight and Obesity with Polyglucosamine (PG L112): Randomized Study Compared with Placebo in Subjects after Caloric Restriction. Curr Dev Nutr 1, e000919, (2017) • Hersteller: Certmedica International GmbH, Magnolienweg 17, 63741 Aschaffenburg, 0 60 21 / 150 93 - 0. • Fachliche Info für beratende Therapeuten unter: www.gelbe-liste.formoline.de • fEE2_0324_M_DE

Weg mit dem Fleck

So reinigen Sie Massivholzmöbel richtig

Eingestaubtem wird mit dem Staubsauger begegnet? Das macht oft Sinn, etwa bei Polstermöbeln. Leichtem Schmutz und Staub auf Massivholzmöbeln sollte man aber besser mit dem klassischen Staubwedel zu Leibe rücken. Denn Saugdüsen aus Metall oder Hartplastik können die Möbeloberfläche verkratzen. Darauf weist die Initiative Pro Massivholz hin.

Seife statt Scheuermittel

Eine Alternative bei stärkerem Schmutz: Mit einem nebelfeuchten Baumwolltuch arbeiten - und zwar am besten in Richtung des Faserverlaufs, damit keine Schlieren zurückbleiben. Feuchte Stellen sollten Sie anschließend fix mit einem trockenen Tuch abwischen. Denn bleibt die Oberfläche länger nass, können Verfärbungen im Holz



Statt aggressive Reinigungsmittel zu benutzen reinigt man Holzstühle schonend mit ph-neutraler Seife.

Foto: Franziska Gabbert/dpa-mag

entstehen, langfristig sogar Risse. Hartnäckige Flecken auf der Tischplatte, etwa von Lebensmitteln, oder Straßenschmutz an den Stuhlbeinen können Sie mit ph-neutraler Seife entfernen. Die Finger lassen sollte man laut der Initiative

Massivholz allerdings von scharfen Reinigungs- oder Scheuermitteln, von Mikrofasertüchern oder Schmutzradierern. Sie können zu Kratzern auf den Möbeln führen oder kleine Schäden im Lack hinterlassen und so dessen Schutzfunktion verringern.

Medienzeit bei Teens

Wie viel ist (noch) normal?

Jugendliche zwischen 16 und 18 sind wöchentlich durchschnittlich 63,7 Stunden im Netz, sogar 70 Stunden, wenn auch Smart-TV-Konsum und Spielkonsolen-Zeiten berücksichtigt werden. Das geht aus der «Jugend-Digitalstudie 2023» der Postbank hervor. Klingt viel - und ist es auch. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) empfiehlt beispielsweise für 16-Jährige folgenden wöchentlichen Bildschirmzeit-Richtwert: 2,5 Stunden am Tag oder 17,5 Stunden in der Woche.

Individuelle Vereinbarungen entwickeln

Allerdings räumt die Behörde ein, dass es bei Jugendlichen nicht so leicht sei, konkrete Empfehlungen für maximale



Alles dreht sich ums Smartphone: Trotzdem sollten auch Teens ihre Grenzen kennen.

Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

Nutzungszeiten auszusprechen, da das Nutzungsverhalten stark variere. Sie empfiehlt Eltern, die oben genannte Empfehlung als Richtwerte anzusehen und eigene Vereinbarungen zu entwickeln.

Wichtig: In so einer Vereinbarung festhalten, dass Online-Recherchen oder Hausaufgaben am Computer, die für Schule oder Ausbildung erledigt werden, nicht vom vereinbarten Zeitkontingent abgezogen werden, rät die BZgA. Zudem sollten Eltern darauf achten, auch eine zeitliche Obergrenze zu vereinbaren, damit ihr Kind das Kontin-

gent nicht am Stück einlösen kann.

Nicht als Belohnung oder Strafe einsetzen

Und: Mediennutzung möglichst nicht als Belohnung oder Strafe einsetzen, weil dies Computer, Smartphone & Co. einen zu hohen Stellenwert einräume. Ausführliche Informationen zur Nutzung digitaler Medien von Jugendlichen finden Eltern auf der BZgA-Webseite «Ins-Netz-gehen.info», darunter auch Beratung und Hilfe bei exzessiver Mediennutzung.

Lebensversicherungen BGH-Urteil:

ANZEIGE

Hohe Entschädigungen für Versicherte!

Wenn Sie eine private Kapitallebens- oder Rentenversicherung zwischen 1994 und 2007 abgeschlossen haben, dann sollten Sie diesen Beitrag jetzt aufmerksam lesen – Ihnen kann eine hohe finanzielle Entschädigung durch Ihre Versicherungsgesellschaft zustehen!

In einem sensationellen Urteil hat der Bundesgerichtshof die Rechte von Versicherten massiv gestärkt und ermöglicht es Ihnen, sich Ihr Geld mit guter Verzinsung zurückzuholen, ohne Abzug der viel zu hohen Maklerprovisionen und Verwaltungskosten der Versicherungsgesellschaften. Das Beste dabei: Dies gilt auch für bereits ausbezahlte oder gekündigte Versicherungen. Auch hier können Sie nachträglich Tausende Euro zusätzlich vom Versicherer einfordern, selbst dann, wenn Ihnen Ihre Unterlagen nicht mehr vollständig vorliegen.

Aufgrund mangelhafter Widerrufsbelehrungen in den Vertragstexten sind viele Versicherungsverträge

auch heute noch anfechtbar. Man nennt dies „ewiges Widerrufsrecht“. Bei einem Widerruf erhalten Sie – anders als bei der Kündigung – alle eingezahlten Beiträge ohne Abzug von Maklerprovisionen und Verwaltungskosten zurück. Und nicht nur das: Die Versicherung muss Ihnen eine sogenannte Nutzungsentschädigung dafür zahlen, dass Sie mit Ihrem Geld Gewinne erwirtschaftet hat. So können Sie im Idealfall bis zum Doppelten der eingezahlten Beiträge zurückerhalten. Ein sattes Plus auf Ihrem Konto winkt – in Zeiten hoher Inflation eine wirklich gute Nachricht!



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

Ob Ihr Vertrag betroffen ist, prüft zum Beispiel das Düsseldorf Verbraucherportal helpcheck.de gratis und unverbindlich für Sie. Die Prüfung erfolgt auf Basis Hunderter Urteile datenbankgestützt und individuell durch spezialisierte Anwälte. Sie werden nach der Vertragsprüfung beraten und können das Unternehmen, sofern Sie wünschen, auf Erfolgsbasis mit der Durchsetzung Ihres Anspruchs beauftragen.

Das bedeutet für Sie: Sie können nur gewinnen, denn Sie bezahlen nur einen Anteil des für Sie bei Ihrer Versicherung erzielten Mehrwertes an das Verbraucherportal. Ein fairer Deal, denn das Geld, das Sie ohnehin von der Versicherung erhalten hätten, bleibt komplett unangetastet. Das Unternehmen hat bereits über 50 Millionen Euro an seine Kunden ausbezahlt.

Die gratis Vertragsprüfung finden Sie online unter: www.helpcheck.de/geldzurueck

Drei- gespann (lat.)	Werbung	Stachel- tier	Stoff- gemisch	in dieser, in diesem	Bereit- schafts- schaltung (engl.)	Haar des Schweins	in Kürze	Arzt- arbeits- stätte	akadem. Vor- lesung	Cousin	Schoko- laden- getränk
►	►	►	►	Blech- blas- instru- ment	►	►	griech. Buch- stabe	►	Departement in Frank- reich	►	►
röm. Quell- nymphe	►	►	►	►	Pflanzen- gattung Ölbäume (Bot.)	►	►	Tauel- fassung des Segels	►	►	Vogel- nach- wuchs
finn. Hafen- stadt	►	►	►	Compu- terfreak (engl.)	►	►	Zitter- pappel	gelbli- che Ver- färbung	Kartel- karten- reiter	►	►
►	►	►	►	Beauf- sichtigung, Schutz	Verkehrs- stockung	Missge- schick beim Fußball	►	►	►	►	►
Frauen- name	►	Vorn. des Sängers Presley † 1977	flüssige Speise- zutat	►	►	►	►	►	Konzert- haus in Hamburg (Kurz.w.)	►	Fluss durch Berlin
eine Million Byte (EDV)	►	►	►	►	►	rechter Neben- fluss der Donau	Männer- kurz- name	zuvor, zunächst	►	►	►
►	►	►	bestech- lich	männl. Vorname	ugs.: Teufel Abk.: Assistent	►	►	►	ein Binde- wort	►	verwirrt
griech. Vorsilbe: fern	kariertes Textil- stoff	Raub- katze, Puma	►	►	orthografi- scher Mangel Neben- gebäude	►	Zwangs- abgabe	europ. Volk	Börsen- wesen: z. Nenn- wert (It.)	►	►
Ramm- pfahl	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►	►
►	►	Laub- baum	Bart- ab- nahme	►	►	Fluss zum Wash (England)	►	►	Elbe- Zufluss	►	►
ältere Form von wessen	►	ältester Vorfahr Erbgut- träger	►	►	►	nord- amerik. Wapiti- hirsch	Fluss durch Inns- bruck	►	►	►	►
Schnee- hütte der Inuit	►	►	►	langsam weniger werden	►	►	►	►	►	►	►
zeitlich	►	►	►	►	►	frz. unbest. Artikel	►	►	►	►	►
schweiz.- frz. Autor (Claude) † 1931	►	►	►	frühere Gold- münze	►	►	►	►	►	►	►

Geniebertipps: Tag des Deutschen Brotes am 5. Mai

ANZEIGE

Am Tag des Deutschen Brotes feiert Deutschland seine Brotkultur mit über 3.000 Brotspezialitäten.

Wie man mit Brot unvergessliche Geschmackserlebnisse schafft, wissen ausgebildete Brotsommeliers. Der weltweit jüngste Brotsommelier Fernando Pfatischer kennt sich bestens aus beim Food-Pairing. „Profis versuchen Lebensmittel so zu kombinieren, dass harmonische Geschmackserlebnisse entstehen. Als Grundregel gilt, dass Lebensmittel mit ähnlichen Schlüsselaromen zusammenpassen. Regionale Spezialitäten kombinieren sich vorzüglich, doch auch kontrastierende Aromen ergeben interessante Genüsse“, so der 22-jährige Innungsbäcker. „Zu einem knusprigen Baguette passen

beispielsweise ein lebendiger Weißwein und cremiger Ziegenkäse.“

Besonders schätzt er das Brot des Jahres, das Weizenvollkornbrot: „Durch das Vollkornmehl entstehen eine aromatische Tiefe und eine leicht malzige Note, die sich von Weißbrot unterscheidet. Weizenvollkornbrot mit einem Bergkäse und einer Konfitüre aus Johannisbeeren wäre eine gewagte, aber geniale Kombination. Als Getränk empfehle ich dazu einen Rooibostee.“

Bis zum Tag des Deutschen Brotes gibt der Brot-Sommelier mit Kollegen aus ganz Deutschland Geniebertipps auf dem Instagram-Kanal @innungsbaecker und macht so Lust auf den Feiertag des Deutschen Bäckerhandwerks.



Sich auch Pausen gönnen

Wie Gartenarbeit vor Rückenschmerzen schützen kann

Dass die Arbeit im Grünen guttut, das muss man Hobbygärtnern nicht erklären. Frische Luft und Sonne tanken, Stress loslassen - und am Ende mit einem Kaffee in der Hand auf das blicken, was man geschafft hat. Aber wussten Sie schon, dass Gartenarbeit auch ein wertvolles Training für Rücken und Gelenke ist? Darauf macht die Deutsche Gesellschaft für Or-

thopädie und Unfallchirurgie (DGOU) aufmerksam. Schneiden, umgraben, einpflanzen: Arbeiten wir im Garten, machen wir eine Vielzahl unterschiedlicher Bewegungen. Das trainiert zahlreiche Muskelgruppen, darunter auch die Muskulatur in Bauch und Rücken. Ist sie gestärkt, gewinnt die Wirbelsäule an Stabilität - und das schützt vor Rückenschmerzen.



Beim Gärtnern werden verschiedene Bewegungen ausgeführt, die die Muskeln im Bauch und Rücken stärken und so vor Rückenschmerzen schützen. Foto: Christin Klose/dpa-mag

Gartenarbeit zahlt der DGOU zufolge auch auf die Haltung ein: Viele Bewegungsabläufe beim Gärtnern helfen dabei, einseitige muskuläre Belastungen auszugleichen, die sich im Alltag zum Beispiel durch langes Sitzen einschleichen. Und auch die Gelenke bleiben durch regelmäßiges Werkeln im Grünen beweglich, das kann ebenso Beschwerden vorbeugen. Doch wie im-

mer gilt: in Maßen. Wer zu lange und zu viel im Garten arbeitet, riskiert eine Überlastung von Muskeln und Gelenken, warnt die DGOU. Vor allem dann, wenn man sich im Winter eher wenig bewegt hat. Wer wieder in die Gartensaison einsteigt, gönnt sich also regelmäßige Pausen, nimmt sich nicht zu viel vor - und hört auf die Signale des Körpers.

Sorgfaltspflicht verletzt?

Fahrlehrer müssen speziell bei der praktischen Motorradschulung ein besonders hohes Maß an Sorgfalt walten lassen. Denn das direkte Eingreifen wie beim Auto ist unterwegs nicht möglich. So sind die Fähigkeiten und das aktuelle Leistungsvermögen der Schüler genau einzuschätzen, damit keine Aufgaben gestellt werden, die diese nicht schaffen können. Dazu gehört auch, den richtigen Zeitpunkt festzulegen, wann Lernende erstmals im öffentlichen Straßenverkehr fahren dürfen. Nicht zu den Sorgfaltspflichten gehört allerdings das Herstellen einer Funkverbindung, wenn der Fahrschüler oder die Fahrschülerin hinter dem Fahrschulauto herfährt. Das zeigt ein Urteil (Az.: 7 U 222/21) des Brandenburgischen Oberlandesgerichts (OLG), auf das der ADAC hinweist. dpa-mag

Samenbomben selbst herstellen

Samenbomben wurden ursprünglich von Guerilla-Gärtnern entwickelt, um kahle Flächen im öffentlichen Raum zu begrünen, Verkehrsinseln etwa. Doch die kleinen Kugeln, die aus Samen, Erde und Tonerde bestehen, lassen sich auch nutzen, um den eigenen Garten zum Blühen zu bringen. Herstellen kann man sie selbst. Die DIY Academy in Köln empfiehlt Saatgut von Kamille, Lavendel oder Klatschmohn. Sie können aber auch fertige Mischungen mit Wildblumensamen für die Samenbomben nutzen. dpa-mag

Bei den Nachbarn vorstellen?

Macht es nach einem Umzug auch im Mehrfamilienhaus Sinn, sich den Menschen, die über, unter oder neben einem wohnen einmal vorzustellen, etwa indem man an der Wohnungstür klingelt? «Ja, das kann man auf jeden Fall machen», sagt die Diplompsychologin und Autorin Prof. Eva Asselmann («Woran wir wachsen.»). Und auch die auf Veränderungsprozesse spezialisierte Coachin Pernille Behnke findet: «Unbedingt.» Sie selbst habe damit nur positive Erfahrungen gemacht. «Oft sind die Menschen erst mal ein bisschen erstaunt», sagt Behnke. «Aber man begegnet sich anschließend im Treppenhaus anders und kommt eher mal für ein paar Sätze ins Gespräch.» Und das sei etwas, das das Ankommen in einer neuen Wohnung oder an einem neuen Wohnort durchaus erleichtern könne. dpa-mag

IMMER! BESSER!

LETZTE GELEGENHEIT

FREITAG
26.
April

SAMSTAG
27.
April

MONTAG
29.
April

LETZTER TAG
DIENSTAG
30.
April

OHNE WENN UND ABER!

ZUSÄTZLICH

40%
10%

AUF ALLES!

Außer Elektro- und Werbeartikel mit Kundenkarte. (Siehe B)

Auf alle mit „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel. Mit Kundenkarte. (Siehe A)

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

A) Im Möbelhaus gewährt Ihnen Höffner nach Vorlage Ihrer Höffner Kundenkarte auf alle als „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel 40% Rabatt auf den am Artikel ausgezeichneten „Preis ohne Kundenkarte“. Alle in Anzeigen und Prospekten angegebenen Preise sind Endpreise, die etwaige Rabatte und Aktionsvorteile bereits beinhalten. Insgesamt nehmen mindestens 20.000 Artikel an der Aktion teil. Keine Barauszahlung. Gültig für Neukäufe. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. In zeitlich befristeten Aktionen sind höhere Kundenkartenrabatte möglich. B) Höffner gewährt Ihnen bei Ihrem Einkauf gegen Vorlage Ihrer Kundenkarte auf alle Artikel zusätzlich 10% Nachlass nach Abzug aller zu Aktionsbeginn bereits anwendbaren Rabatte und Aktionen. Keine Barauszahlung. Gültig für Neukäufe. Gilt nicht auf Artikel, die mit „Aus unserer Werbung“ gekennzeichnet sind, Artikel aus der Elektroabteilung, Kaufgutscheine und Dienstleistungen. In Einzelfällen sind für teilnehmende Artikel während oder nach Aktionsende zusätzliche Preisreduzierungen möglich. Gültig bis 30.04.2024.

KANZLEI BUDECK

Rechtsanwältin | Notarin | Mediatorin

MIRIAM BUDECK
Rechtsanwältin, Notarin, Mediatorin

Ludwigstraße 17
61169 Friedberg

T +49 (0) 6031 96 46 390
F +49 (0) 6031 96 46 059

info@kanzlei-budeck.de
www.kanzlei-budeck.de

TÄTIGKEITSSCHWERPUNKTE

- Notarielle Angelegenheiten
- Miet- und Wohnungseigentumsrecht
- Erbrecht
- Mediation



— NEUERÖFFNUNG —

Neueröffnung in Friedberg

Kanzlei von Rechtsanwältin und Notarin Miriam Budeck



Am 1. April diesen Jahres hat Rechtsanwältin und Notarin Miriam Budeck ihre Kanzlei in Friedberg eröffnet. Frau Budeck war bereits von 2008 bis 2018 als angestellte Rechtsanwältin und Mediatorin im Amtsgerichtsbezirk Friedberg tätig. Sie machte sich 2019 mit einer eigenen Kanzlei in Maintal-Dörnigheim selbstständig und wurde 2020 dort zur Notarin bestellt. Im April 2024 verlegte Frau Budeck ihren Amtssitz nach Friedberg und bietet ihre

Dienste nun wieder in der Wetterau an. In der Kanzlei Budeck erhalten Sie fundierte Rechtsberatung sowie gerichtliche und außergerichtliche Vertretung. Als Notarin wickelt Frau Budeck mit ihrem Team professionell und zügig Ihre notariellen Geschäfte ab. Dazu zählen beispielsweise Grundstücks- und Wohnungskaufverträge, Übertragungen und Schenkungen von Grundstücken und Wohnungen, Grundschuldbestellungen, Testamentsgestaltung, Vor-

sorgevollmachten und Patientenverfügungen, Eheverträge und auch Trennungs- und Scheidungsvereinbarungen, Firmengründungen und Handelsregisteranmeldungen sowie Unterschriftsbeglaubigungen. Als Mediatorin hilft Frau Budeck Ihnen, Konflikte durch gemeinsame Lösungsfindungen zu beenden, denn Streitigkeiten vor Gericht können viel Geld kosten und bringen nicht immer den gewünschten Erfolg. Recht zu bekommen heißt nicht immer, Frieden zu bekommen. Ein Mediationsverfahren bietet meist die bessere und nachhaltigere Lösung.

Nähere Informationen zur Kanzlei, den Tätigkeiten und den einzelnen Rechtsgebieten finden Sie unter www.kanzlei-budeck.de.

Moderne Garagentore: sicher, funktional und ästhetisch

Vertrauen Sie auf maßgeschneiderte Lösungen mit RC-2 Sicherheitsausstattung

Sie wollen Sicherheit und dennoch nicht auf Individualität verzichten? Immer mehr wächst die Nachfrage nach hochwertigen Garagentoren und -türen, auf die sich verschiedene Markenhersteller spezialisiert haben. Hierbei trifft Funktionalität auf Ästhetik, denn die Produkte vereinen modernste Technik mit schönem Design. So wird das Garagentor zum Hingucker und fügt sich perfekt ins Gesamtbild des Hauses ein.

Passend für jeden Garagentyp

Besonders beliebt sind vielfältig einsetzbare Sektionaltore, die reichlich Möglichkeiten zur optischen Gestaltung bieten. Sie passen in jeden Garagentyp, sind platzsparend und eröffnen Ihnen viele Vorteile. Anders als bei einem Schwingtor wird zum Öffnen und Schließen kein Platz vor dem Tor benötigt: Die Sektionen schieben sich Stück für Stück unter die Decke.

So können auch hohe Fahrzeuge wie beispielsweise der Familien-Van problemlos in der Garage geparkt werden. Die Sektionen bieten eine Wärme- und Schallsisolierung und können im Design passend zum Stil des Hauses gewählt werden. Zudem sind sie durch witterungsbeständige Dichtungen an allen Seiten optimal abgedichtet, sodass Sie Ihre Garage nicht unnötig heizen müssen. Weitere Auswahlmöglichkeiten wie Farben, Antriebs- und Steuerungssysteme oder

Lüftungsfunktionen runden die Gestaltung des individuellen Sektionaltors ab. Eine weitere Variation ist das Seiten-Sektionaltor, welches nicht nach oben, sondern seitlich öffnet.

RC-2-Sicherheitsausstattung für ein gutes Gefühl

Auch das Thema Sicherheit spielt eine bedeutende Rolle, wenn es um das richtige Garagentor geht: Damit ist nicht nur der Schutz vor Einbrü-

chen gemeint, sondern auch die Vermeidung von Unfällen. Schützen Sie nicht nur sich selbst, sondern auch Ihre Liebsten. Alte Garagentore entsprechen oft nicht mehr den modernen Sicherheitsstandards. Experten raten dementsprechend dazu, alte Modelle prüfen und warten oder besser gleich austauschen zu lassen. Im Gegensatz zu veralteten Toren bieten moderne Modelle standardmäßig Schutz vor ungebetenen Gästen. Ein einheitliches Prüfsystem wurde eigens für den Einbruchschutz von Garagentoren entwickelt. Die Richtlinie „Einbruchhemmung für Garagentore“ wurde vom Industrieverband „Tore Türen Zargen“ (ttz) herausgegeben und wird vom TÜV geprüft. Wie bei Eingangstüren auch, wird die Sicherheit einer Garagentür über die sogenannte RC (= Resistance Class) beurteilt. Mit einer zertifizierten RC-2-Einbruchhemmung nach DIN/TS 18194 sorgen Sie dafür, dass ein Einbrecher um die drei Minuten bräuchte, sollte er Ihr Garagentor überwinden wollen. Vertrauen Sie daher schon jetzt mindestens auf ein RC-2-Modell. Lassen Sie sich vor dem Kauf von einem Experten fachmännisch beraten und vertrauen Sie auf Produkte namhafter sowie zertifizierter Hersteller.

Tore – Antriebstechnik – Alu-Zaunanlagen

WEITZ®

Haustüren – Vordächer – Fenster

Türen & Tore GmbH

Klimaneutrale Tore und Türen von Europas Nr.1

HÖRMANN
Tore • Türen • Zargen • Antriebe

Zusatzpaket RC 2
Sicherheitsausstattung

Aufpreis 159 €

Garagentore inkl. Torantrieb
ab **1099* €**

Haustür ThermoSafe RC3
ab **3199* €**

Garagen-Sektionaltor RenoMatic inkl. Antrieb ProMatic 4
Doppelwandig gedämmt, 42 mm starke Lamellen, M-Sicke, Oberfläche Woodgrain, für hohe Wärmedämmung, gute Stabilität und angenehme Laufruhe, ProMatic 4-Antrieb mit moderner BiSe-cur-Funktechnik und zusätzlicher Öffnungshöhe zur Entlüftung der Garage
Aktionsgrößen: 2375 x 2000 mm, 2375 x 2125 mm, 2500 x 2125 mm, 2500 mm x 2000 mm
Aktionfarben: RAL 9016 Verkehrsweiß, RAL 9006 Weißaluminium, RAL 9007 Graualuminium, CH 703 Anthrazitmetall, RAL 7016 Anthrazitgrau, RAL 8028 Terrabrown, RAL 9005 Tiefschwarz

Aluminium-Haustür ThermoSafe
Serienmäßig mit einbruchhemmender RC3 Sicherheitsausstattung, hohe Wärmedämmung mit einem U_s-Wert bis zu 0,87 W/(m²·K)**
Aktionsgrößen: bis 1250 x 250 mm (auf Maß ohne Aufpreis) in verschiedenen Aktionsmodellen gemäß Aktionsprospekt
*Unverbindliche Preisempfehlung ohne Montage für die angegebenen Aktionsgrößen inkl. 19 % MwSt.

Beratung und sorgfältiges Aufmaß vor Ort. Schonende Demontage, Entsorgung und fachgerechte Montage zu Pauschalpreisen möglich.

63683 Ortenberg-Lißberg • Vogelsbergstraße 73a • Direkt an der B 275
Tel. 06046/958880 • Fax 9588828 • www.weitz-tueren-tore.de
Öffnungszeiten: Mo. bis Do. 8.00–16.30 Uhr • Fr. 8.00–14.00 Uhr • weitere Termine nach Vereinbarung

Preise gültig bis 31.12.2024

Weitz Türen & Tore GmbH
Vogelsbergstraße 73a
63683 Ortenberg/Lißberg
Telefon: 06046/95888-0
E-Mail: info@weitz-tueren-tore.de

Bienen schützen

Glas entsorgen: richtig einfach!

-Anzeige-



Klirr, klapper, schepper: Wer Flaschen & Co. richtig entsorgt, leistet einen wertvollen Beitrag zum Verpackungsrecycling. Schließlich gilt Recyclingglas als wich-

tigster Rohstoff für die Glasherstellung. Jede Glasflasche besteht zu 60 Prozent aus Altglas, grüne sogar bis zu 90 Prozent. Damit das funktioniert, sollten Verbraucher leere Glasbehälter nach Farben sortiert in die Container für Grün-, Braun- oder Weißglas werfen. Wohin aber mit blauen Prosecco- oder pinkfarbenen Parfumflaschen? Außergewöhnlich gefärbte Glasbehälter gehören in den grünen Container, so die Initiative „Mülltrennung wirkt“: Grünglas verträgt als Misch-

farbe die meisten farblichen Unreinheiten beim Recycling.

Muss man alles ausspülen?

Grundsätzlich gilt: Die Behälter sollten restentleert in die Glascontainer eingeworfen werden – ausspülen muss man sie nicht, es sei denn, es handelt sich um Honiggläser. Die sollte man tatsächlich reinigen, denn kommen Bienen mit den Honigresten in Kontakt, können sie sich mit der Amerikanischen Faulbrut, auch Bienenpest genannt, infizieren.

Unnötig: am Container Deckel und Verschlüsse abschrauben (und dann womöglich auf dem Container liegen lassen). Sie können mit rein, die Sortieranlage trennt sie von den Scherben. Wer zu Hause drandenkt, gibt Verschlüsse in den Gelben Sack oder die Gelbe Tonne.

Was darf nicht in den Glascontainer?

Glas ist nicht gleich Glas. Fensterscheiben, Spiegel und auch Trinkgläser kommen nicht in den Glascontainer.

Ihr Glas ist anders beschaffen und kann nicht mitrecycelt werden. Lieber zum Wertstoffhof bringen, kleine Mengen können auch in den Restmüll. Für Flaschen, Marmeladengläser und Cremetiegel gilt: ab in den Container. „Wir haben für Glas eine Recyclingquote von fast 85 Prozent. Um den Kreislauf von Glasverpackungen wirklich zu schließen, müssen wir aber noch mehr Altglas sammeln“, so Axel Subklew, Sprecher der Initiative „Mülltrennung wirkt“. Foto: Christin Klose/dpa-mag

Hitze-Trick für Schnittblumen

Sommerhitze lässt Blumensträuße schneller verderben. Dagegen kann man aber etwas tun: die Schnittblumen in der Vase über Nacht ins Freie stellen, wo es dann oft kühler als im Haus ist. Dazu rät die Plattform JustChrys.com, eine Initiative von rund 150 Chrysanthemenproduzenten. Schnittblumen wie Chrysanthemen fühlen sich tagsüber im Haus oder auf einem Tisch auf Balkon und Terrasse am wohlsten, wenn die Vase an einem halbschattigen Platz steht. Direkte Sonneneinstrahlung ist nicht gut, da sonst das Wasser in der Vase schnell verdunstet. Eine echte Abkühlung in Form von kaltem Gießwasser aber mögen die Pflanzen nicht. Das Gießwasser sollte lauwarm sein. dpa

Gesichtsmaske selbst anrühren

Gesichtsmasken lassen sich zu Hause selbst zusammenrühren. „Am liebsten mag ich eine ganz einfache Mischung aus einem Esslöffel gutem Bio-Naturjoghurt, einem Teelöffel Honig und einem Spritzer Zitrone“, sagt Anita Bechloch, Autorin von „The Glow – Naturkosmetik selber machen“. Diese Kombination versorge vor allem trockene Haut mit Feuchtigkeit, sie lasse den Teint strahlen und kläre das Hautbild. Vor der Maske reinigt man das Gesicht am besten mit einem Dampfbad. „Dazu gibt man einfach ein paar Tropfen Lavendelöl in eine Schüssel mit heißem Wasser und bedampft das Gesicht, sagt Bechloch. dpa



-Anzeige-

MAUL WINTERGÄRTEN BIETET DAS BESONDERE ETWAS:

ENTDECKEN SIE UNSERE HOCHWERTIGEN SOMMERGÄRTEN, TERRASSENDÄCHER UND ANBAUBALKONE

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



KOMPLETTER RUNDUM-SERVICE: VIELSEITIGE ÜBERDACHUNGSMÖGLICHKEITEN NACH MASS

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



MIT EXPERTISE, ENGAGEMENT UND HERZBLUT

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



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



JETZT SCHON VORMERKEN: SOMMERGÄRTEN IM TREND

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



INDIVIDUELL AUF BEDÜRFNISSE EINGEHEN: MIT EINEM BERATUNGSTERMIN VOR ORT

Maul Wintergärten berät Sie individuell auf Ihre Bedürfnisse hin: Nach Ihrer Kontaktaufnahme vereinbart der jeweilige Ansprechpartner einen Beratungstermin mit Ihnen – am besten direkt vor Ort. Dabei erfahren Sie alles über Qualität und Dauerhaftigkeit der Materialien und mehr. Sie sind auf der Suche nach dem passenden Partner für besondere und außergewöhnliche Konstruktionen? Dann sind Sie bei Maul Wintergärten an der richtigen Adresse. Gerne können Sie anrufen, oder sich online bereits einen Überblick über das breit gefächerte Leistungsspektrum des Unternehmens verschaffen. Das Team freut sich darauf, gemeinsam Ihr Projekt in die Wirklichkeit umzusetzen.

MAUL
WINTERGÄRTEN



kostenfreie Telefonnummer:
0 800 / 336 2 336

MAUL Wintergärten GmbH & Co. KG
Am Märzrasen 10
36124 Eichenzell
Telefon: (06659) 96120
Website: www.maul-wintergarten.de
Mail: info@maul-wintergarten.de

Der Laden in Hanau
Ihr Spezialist für große Größen

FÜR ECHTE MÄNNER

VON XXL – 10 XL

Kostenlose Parkplätze im Hof
Mo. – Fr. 9.00 Uhr – 18.30 Uhr
Samstag: 9.00 Uhr – 15.00 Uhr

Klecker Mode Vertrieb
63450 Hanau-Hafen
Ehrichstraße 1-3
Telefon (0 61 81) 3 35 50

Online-Shop: www.abraxas-online.de

-Anzeige -

Für echte Männer von XXL bis 10 XL

Der Laden in Hanau – Ihr Spezialist für große Größen

Ob lässig, elegant oder ausgefallen, hier finden modebewusste Herren eine riesige Auswahl für alle Lebenslagen in Beruf und Freizeit. Sportliche und klassische Hemden, passende Pullover, Sweat- und T-Shirts, vielseitige Hosen und Jeans, Westen, Outdoor-Jacken und vieles mehr von XXL bis 10XL hat Abraxas im Sortiment. Natürlich dürfen auch funktionelle Sportbekleidung sowie Unterwäsche und Bademode in perfekten Passformen und besserer Qualität nicht fehlen. Für den Job sowie den besonderen Anlass gibt es eine hochwertige Kollektion an Anzügen, Sakkos, Hosen und Kravatten in Überlänge.



FundGrube

Bekanntschaften

Christel, 63 J., mit schlank-fraul. Figur, koche für mein Leben gern u. mag alles was wächst und blüht. Das Alleinsein kann manchmal richtig traurig machen, besonders jetzt in der schönen Jahreszeit. Mir fehlt ein Mann mit Herz, für eine liebev. Partnerschaft. Melde Dich üb. pv u. lass uns zusammen glücklich sein. ☎ 06105-967426

Uschi, 71 J., verwitwet, bin eine gutmütige, fleißige Frau, die es nicht immer leicht hatte. Mag Handarbeiten, kochen u. den Haushalt führen. Ich würde Ihnen eine gute Gefährtin sein, die Ihnen Geborgenheit schenkt u. mit Tatkraft zur Seite steht. Mit meinem Auto könnte ich zu Ihnen kommen. pv ☎ 01520-8293309

Hüb. Witwe Elsbeth, 76 J., mit angenehm ruhiger Art u. allen fraul. Vorzügen. Bin etwas verzweifelt, weil ich Angst habe, allein bleiben zu müssen, denn wo sonst soll ich Sie finden? Sind Sie der einsame Mann, der die Dunkelheit aus meinem Herzen vertreibt? Kostenloser Anruf, Pd-Seniorenglück ☎ 0800-7774050

Witwer, 83 J., Haus u. Auto vorh., sucht Partnerin ab 75 J., für einen gemeins. Lebensabend. Für mobil u. f. alles aufgeschlossen. Nur ehrl. gemeinte Antworten unter Chiffre 85213

Peter 66/168 sucht sportliche Sie für angenehme Gespräche, gemeinsame Unternehmungen u. vielleicht als Lieblingsmensch. Kennenlernkaffchen: WhatsApp ☎ 0163-1757677

Kultivierte, alleinsteh. Dame von verw. Herrn, Anf. 80, zum Besuch div. Veranstaltungen im Rheingau-Musik-Festival 24, Raum GN u. näh. Umgeb., gesucht. Chiffre 85348

Netter Er 52 J., 1,76m groß, sucht vernachlässigte ältere Dame / Witwe für gelegentliche erotische Treffen. ☎ 0151/40788937

Er, 75 Jahre, NR, 1,85 m, sucht eine Partnerin für Unternehmungen, Urlaub und Beziehung. Chiffre 85485

Dienstleistungen

BAUMARBEITEN HEE
Baumfällung · Gartenpflege
Tel. 0173/8842112

Dienstleistungen

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

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

Handwerker Gert übernimmt für Sie Trockenbauarbeiten, Fliesen/Laminat verlegen, tapezieren/streichen, Fasadendämmung/Außenputz, Gerüst stellen, Demontearbeiten, Renovierungen aller Art. ☎ 0171/5140161

Kleiner Gartenservice übernimmt Rückschnitt von Hecken und Sträuchern, allgemeine Gartenarbeit mit Grünschnittentsorgung, Steinreinigung aller Art mit Versiegelung. ☎ 0157/33182197

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

Vinyl, Fliesen, Tapezierer/ Maler/ Trockenbau/ Sanierungsarbeiten. Umzüge: Nah & Fern, privat/ gewerblich. ☎ 0177/3142944 oder 06181/4358764

Flohmarkt

Duru's Flohmarkt, 28.04. Altenhaßlau, 01.05. Gelnhausen Bleiche, 05.05. BSS Palmusacker, 26.05. Altenhaßlau tegut. ☎ 0173/4888724 www.durus-flohmarkt.de

Geschäftsverbindungen

Teilhaberschaft für Laufhaus in Hessen zu verkaufen (Kapitalanlage 15% Rendite). ☎ 0171/4273703

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

Haushaltsauflösungen

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, Gobelins, Messing, Bilder, Zinn, Silber, Bestecke, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Wohnungs- und Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskrete Barabwicklung vor Ort von Mo. - So., 8 - 21 Uhr. ☎ 06031-7768934

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

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

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

Kaufgesuche

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. Werteschätzung, zahle bar vor Ort, tägl. von 7-21.30 Uhr, gerne auch am Wochenende. ☎ 069-59772692

Frau Patrizia kauft Pelze aller Art, Gardinen, Möbel, Bleikristall, Gobelins, Nähmaschinen, Figuren, Puppen, Perücken, Zinn, Bernstein, Silber, Modeschmuck, Perlen, Kleider, Eisenbahnen, Alt- u. Bruchgold u. Goldschmuck, Krokotaschen, Ledertaschen, Schreibmaschinen, Silberbesteck, Armbanduhren, Taschenuhren, Silber-/Goldmünzen, Orientteppiche, Porzellan, Krüge uvm. Absolute Höchstpreise und Werteschätzung. Kostenlose Beratung, sowie Anfahrt. Mo. - So., von 7.30 - 21 Uhr ☎ 06173/3358229

Aus alten Sachen Geld machen! Ich kaufe Pelze aller Art, Haushaltsauflösungen, Nachlässe, Zinn, Möbel, Porzellan, Bierkrüge, Mode- und Goldschmuck, Silberbesteck, Kameeras, Zahngold, Uhren aller Art (auch defekte), Münzen aller Art, Ferngläser, Militärsachen, Puppen, Bilder, Musikinstrumente, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bernstein. Alles anbieten! Auch am Wochenende. ☎ 06181/3029697

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

Antiquitäten- und Kunstankauf zu Höchstpreisen. Möbel, Gemälde, Porzellan, Krüge, Figuren, Religiöses, Taschen, Musikinstrumente, Uhren, Puppen, Blechspielzeug, Zinn, Silber, Modeschmuck, Briefmarken, Münzen, sowie komplette Nachlässe. ☎ 06051/9071099 o. 0172/4097614

Hobbysammler sucht altes Mofa, Motorrad, Mokick, Quad, auch defekt. Bitte alles anbieten ☎ 0176/64604756

Reinigung

Wir reinigen in Ihrer Wohnung zu Sonderpreisen Teppiche/T.-böden, Polstermöbel + Matratzen, antiallerg. mit Geruchsbeseitigung, farbfrisch wie neu mit Langzeitimprägnierung! 52 Jahre Ralf Hüber Meisterbetrieb. www.hueber-reinigungsservice.de ☎ 06101-3131

Rund ums Haus

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

Verkäufe

Superinformation von den Möbelhallen Neuberg. Brandneue Massivholztische z. T. mit Macke, 1x kpl. Lastwagen übernommen. Preissturz Angebote, Discount günstig! Küchenpremiumangebote mit kostenfreiem Hausbesuch. In Landhausküchen Ihre Nr. 1. Zuzugl. 3 stark reduzierte Werksfabrikküchen reduziert; Mod. Landhaus statt 8.299,- € nur 2.199,- € inkl. Kochinsel. Mod. Style statt 4.499,- € nur 1.899,- €! Mod. Preisfuchs statt 2.299,- € nur 1.199,- €. Staunen + Schauen! Möbellandhallen Neuberg, Im Unterfeld 2, 63543 Neuberg, Mo.-Fr. 10-18 Uhr, Sa. bis 16 Uhr. ☎ 06183-8991911

1A Trapezbleche auf Maß direkt v. Hersteller. 10% Online-Rabatt mit dem Code db146 + Lieferung bundesweit. ☎ 03685/40914-143 www.dachbleche24-shop.de

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

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

Verschiedenes

Zu verschenken. Stockbett mit zwei Dunlopillo Matratzen und neuen Latenrosten. ☎ 06051-6476

Kontakte

JULIA Ober-Rosbach
Ganz NEU!
rosbacher-erotikparadies.de
06003-6346

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, Langensolbolder Bote, Schlüchternner Bote, Fuldaer Land-Bote, Wetterauer Wochen-Bote, Büdingener 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; Langensolbold – Langensolbolder Bote; Wächtersbach – Wächtersbacher Stadtanzeiger; Gründau – Gründauer Anzeiger; Freigericht – Freigerichter Bote; Hasselroth – Hasselrother Anzeiger; Linsengericht – Linsengerichter Anzeiger; Biebergönd – Wochenblatt Biebergönd.
Auflage: 306.360.
Kombination mit Gießener Zeitung, Auflage: 128.875.
Gesamtauflage: 435.235
Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder werden weder Gewähr übernommen noch eventuelle Kosten erstattet. Für den Inhalt der Anzeigen übernehmen wir ebenfalls keine Haftung.
Der Mittelhessen-Bote erscheint am Wochenende. (Änderung der Erscheinungstermine vorbehalten). Bei Nichterscheinen infolge höherer Gewalt, bei Streik, Aussperrung u.ä. Gründen, besteht kein Anspruch auf Entscheidung. **Verteilung:** kostenlos an die Haushalte **Bezugspreis bei Postzustellung:** 2,50 € zzgl. MwSt.

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

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

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

Immobilienmarkt



Wer sich gut auf eine Wohnungsbesichtigung vorbereitet, kann unter Umständen seine Chancen steigern.
Foto: Christin Klose/dpa-mag

Garagen

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

Grundstücke

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

Wiese, Gemarkung Hailer Flur 40 am Nagelbornschlag, 4.834 m², VB m² 2,20,-€ ☎ 0151/70798813

Immob.-Gesuche

Tierärztin sucht Bauernhof!
Fvl Makler Tel. 06021-4424400

Mietgesuche

Ausbildung + Eishockey: Gesucht wird eine 1-2 Zi.-Wohnung in Bad Nauheim, möglichst zentral gelegen. NR, keine Tiere, Miete gesichert. Mobil: ☎ 0179-5281553

Vermietungen

3 Zi.-Whg., Kü., neue Einbaukü., Du-Bad, BLK, K, EG, 70m², alles neu renoviert. In GN-Hailer, Hauptstr., Vorzugsw. an Paar gerne m. Kind ab 01.06.24 zu verm. Kalt 550,-€ + 200,-€ Nbk. + 2 MM Kt. Tel. ab 17:00 Uhr ☎ 0171 5849896

EG-Wohnung in Bruchköbel, 117 m², 3 Zimmer mit Einbauküche, Garten 65 m² und 2 Kfz-Stellplätzen, ab sofort zu vermieten. KM 1.750,- € + NK + 2 MM Kt. ☎ 0171/2100500

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

2 Zi.-Whg. ca 40 m² DG in GN Höhe Hallenbad, Miete 400,-€ + NK + Kauton zu vermieten an Einzelperson ☎ 0171-9187237

Gelnhausen-Höchst: Helle Single-Wohnung, 2 Zi., 48 m², 370,- € + NK + Kt., NR, keine Haustiere, ab sofort frei. ☎ 06051/71849 ab 13 Uhr

Filter einmal jährlich wechseln

Was gegen Mief in der Klimaanlage hilft

Riecht die Klimaanlage im Auto unangenehm, kann das darauf hinweisen, dass sich Schimmel im Innenraumfilter gebildet hat. Zuständig ist der Filter dafür, Schadstoffe, Schmutz und Pollen aus der Luft zu entfernen. Im Laufe der Zeit kann er aber verstopfen, damit schlechter filtern und schlimmstenfalls schimmeln. Um Schimmelsporen im Innenraum des Autos zu vermeiden, rät der Auto Club Europa (ACE) dazu, den Filter

einmal jährlich zu wechseln. Den Wechsel kann man in einer Werkstatt machen lassen oder auch in Eigenregie. Je nach Automarke und Modell kann das aber unterschiedlich schwierig sein, gibt der Auto-club zu bedenken. Abgesehen davon rät der ACE zum Einbau eines Filters mit Aktivkohle. Der könne auch viele schädliche Abgase und Gerüche aus der Luft filtern. Auch im Lüftungssystem können Bakterien oder Schimmel

für unangenehme Gerüche sorgen. Daher sollte man die Klimaanlage im besten Fall ebenfalls jährlich desinfizieren. Dazu gebe es im Fachhandel spezielle Mittel, die immer genau nach Anleitung verarbeitet werden müssen. Wer's nicht selbst machen mag, findet auch hier in einer Werkstatt Hilfe. Eine Inspektion der Klimaanlage durch Fachleute hält der ACE spätestens alle zwei bis drei Jahre für ratsam. dpa

Autohandel

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

Pkw Ankauf

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

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

Reisemobile

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

StellenMarkt

Stellengesuche

Suche Festanstellung ab 01.05.2024 im Raum Gelnhausen, Büdingen, Wächtersbach, Gedern. Gerne als Quereinsteiger. Auch z.B. Schichtdienst, schwere Arbeiten usw. ☎ 0151/67138095

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

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

Stellenangebote

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

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

Unternehmer in Büdingen-Stadt bietet Früh-/Rentner leichte Gartenarbeit auf Minijob-Basis. ☎ 06042/6338

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

Privathaus Darling sucht Hausdame, Bedienung und Tischdamen. Tagesgage von 1.000,- € möglich. ☎ 0171/4273703

LEISTUNGSSACHBEARBEITER*INNEN (m/w/d)
verschiedene KCA-Standorte – befristet / unbefristet

Sie suchen eine neue berufliche Perspektive mit sozialpolitischer Verantwortung? Dann sind Sie bei uns richtig!

Die Stellenausschreibung mit allen relevanten Informationen finden Sie unter: www.kca-mkk.de/jobs

StellenMarkt



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

Industriemechaniker/ Betriebsschlosser (m/w/d)

Instandhaltung Anlagentechnik in Vollzeit (mit Bereitschaftsdienst)

Sie unterstützen uns bei

- der Wartung und Reinigung von Anlagenteilen und der mechanischen Kontrolle der Anlagentechnik
- der Überwachung der Betriebsmittel und Durchführung von vorgeschriebenen Prüfungen
- der Optimierung der Prozesse und Weitergabe von Fehlermeldungen und Anlagendefekten an die Vorgesetzten

Sie bringen mit

- Ausbildung als Industriemechaniker, Betriebsschlosser oder Verfahrensmechaniker
- Erste Berufspraxis sowie Know-how in der Fehleranalyse und -beseitigung
- Handwerkliches Geschick und Machermentalität
- Einsatzbereitschaft, Zuverlässigkeit, Flexibilität und Verantwortungsbewusstsein

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

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



FALLMANAGER*INNEN (m/w/d)

verschiedene KCA-Standorte – befristet / unbefristet

Sie suchen eine neue berufliche Perspektive mit sozialpolitischer Verantwortung? Dann sind Sie bei uns richtig!

Die Stellenausschreibung mit allen relevanten Informationen finden Sie unter: www.kca-mkk.de/jobs

Mittelhessen-Bote

Heute gesucht – morgen gefunden

Telefon 06051 833-241

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

- Langenhain-Ziegenberg
- Friedberg Fauerbach
- Bad Vilbel Stadt und Dortelweil
- Niddatal – Kaichen
- Karben Klein-Karben
- Bad Nauheim

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

DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN

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

Hausmeisterin/Hausmeister (m/w/d)
für das Albert-Einstein-Gymnasium sowie die Grundschule Villa-Kunterbunt in Maintal

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

Hausmeisterin / Hausmeister (m/w/d)
für die kreiseigene Gemeinschaftsunterkunft „Underwood-Kaserne“ in Hanau

mit abgeschlossener Ausbildung im handwerklichen Bereich und fundierter Berufserfahrung.
Den vollständigen Ausschreibungstext mit allen relevanten Informationen finden Sie im Internet unter: karriere.mkk.de

SACHBEARBEITUNG FACHSTELLE EXISTENZGRÜNDUNG & SELBSTSTÄNDIGE (m/w/d)
KCA-Standort Gelnhausen – unbefristet

Sie suchen eine neue berufliche Perspektive mit sozialpolitischer Verantwortung? Dann sind Sie bei uns richtig!

Die Stellenausschreibung mit allen relevanten Informationen finden Sie unter: www.kca-mkk.de/jobs

NORMA®

Frühlings- genuss

2 Kästen Pils
2x20x0,5-l-Flasche,
zzgl. 2x3,10 Pfand (1 l =
-,69)

2 Kästen!

29% billiger
statt 19,60
13,80*
zzgl. 2x3,10 Pfand

sehr gut
ÖKO-TEST
Ausgabe 06/2022

Aktionszeitraum:
29.04. bis 05.05.2024

In der Frischfleischtruhe:

Schnitzel XXL
aus dem
Schweinerücken,
flüssig gewürzt,
paniert
6 Stück,
800-g-Packung
(1 kg = 7,49)
je Packung

5,99*
800 g

Qualität aus Deutschland

In der Frischfleischtruhe:

**Schweine-Nacken-
steaks** in Biermarinade

2x300-g-
Duo-Pack
(1 kg = 8,32)
je Duo-Pack

4,99*
600 g

TESTSIEGER
Stiftung Warentest
GUT (2,1)
Ausgabe 08/2023

Im Aktionskühlregal:

**Grill-
krakauer**
herzhaft würzig
8 Stück, 800-g-Packung
(1 kg = 7,49)

17% billiger
UVP 7,29
5,99*
800 g

Lückenlose Kontrolle entlang der
gesamten Wertschöpfungskette

5xD
geboren, gemästet, geschlachtet,
zerlegt und verarbeitet in Deutschland.

ab Montag, 29. April

**Cherry-Pflaumen-
Rispentomaten**
Niederlande – süß und saftig Kl. I,
Sorte: Sunstream, kräftig im Geschmack,
festes süßes Frucht-
fleisch mit würzigen
Akzenten, 750-g-
Packung
(1 kg = 4,44)
je Packung

3,33*
750 g!

Metzgerzwiebeln
Deutschland Kl. I, besonders
große Gemüsezwiebeln, geeignet für
Salate und Schmorgerichte, Kal. 70/90 +
80/100 mm, 3-kg-Netz (1 kg = 1,11)
je Netz

besonders groß!
XXL - 3 kg!
3,33*

**Premium Speise-
kartoffeln „Pom'Allian-
ce“**, Frankreich Sorten: Gourmandine
oder Jazzy, festkochende, gelbfleischige
Premiumkartoffel mit glatter Schale und
angenehm vollen
Geschmack, 2,5-kg-
Beutel (1 kg = 1,60)
je Beutel

3,99*
2,5 kg!

Im Aktionskühlregal:

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

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

279-g-Packung
(1 kg = 10,72)

Family Pack
28% billiger
Zum Vergleich:
UVP 200-g-Packung = 2,99
2,99*

Eistee
mit Zitronen-
oder Pfirsich-
Geschmack
1,5-l-Flasche, zzgl. -,25
Pfand (1 l = -,66)
je Flasche

**UVP 1,19
-,99***
1,5 Liter

16% billiger

Im Aktionskühlregal:

Zottarella
Minis milchig zart –
Classic oder Basilikum
150-g-Becher
(1 kg = 10,60)
je Becher

33% billiger
UVP 2,39
1,59*

Früchte im Glas
Pfirsiche Abtr.-Gew. 305
g (1 kg = 6,52), Apriko-
sen Abtr.-Gew. 310 g (1 kg = 6,42) oder
5-Frucht-Cocktail
Abtr.-Gew. 330 g
(1 kg = 6,03),
540-g-Glas
je Glas

1,99*
540 g

Im Aktionskühlregal:

**Münchner Weiß-
wurst** 10 Stück
600-g-Packung
(1 kg = 8,32)

13% billiger
UVP 5,79
4,99*
600 g

Frühstückskonfitüre
Schwarzkirsche, Aprikose,
Erdbeere oder
Erdbeere fein passiert
340-g-Glas
(1 kg = 5,26)
je Glas

1,79*
340 g

35% billiger
zum Vergleich: UVP 230-g-Glas = 1,89

Im Aktionskühlregal:

Antipasti
Salat Hirtenkäse-Würfel mit
geschnittenen Honey-Peppers und
halbgetrockneten Tomaten, mit Kirsch-
paprika-Streifen und Olivenscheiben
oder mit getrockneten Tomaten und
Peperoni 250-g-Schale (1 kg = 11,16)
je Schale

**UVP 3,29
2,79***
15% billiger

➔ BIS ZU 55% SPAREN

**Schepach Benzin-
mäher MS161-46**
• Leistungsstarker 4 Takt
Motor 2,6 kW/3,5 PS
• Extra große 55 Liter Fangbox
• 8-fache Schnitthöhen-
verstellung 25 – 75 mm
• Klappbarer Handgriff
• Kugelgelagerte Laufräder
5 JAHRE GARANTIE

50% billiger
UVP 399,-
199,-*

24 Auch online
Kraftvolle
2,6 kW/3,5 PS!

6in1
RADANTRIEB
MÄHEN
FANGEN
MULCHEN
SEITENAUSWURF
REINIGUNGS-
FUNKTION

XL Schnittbreite ca. 46 cm

**Outdoor-
Elektrozubehör**
• IP44 spritzwassergeschützt
3 Jahre Garantie

Leertrommel
Ø ca.
285 mm

**3-fach
Adapter**

**je Ausführung
9,99***

6-fach Außensteckdose
• Mit Erdspieß, mit Doppel-
funktion – Tisch-
steckdose oder
mit Erdspieß für
den Außenbereich
• Kabellänge
ca. 1,5 m

**Verlängerungs-
kabel 10 m mit
3 Kupplungs-
dosen**

**Gummiverlängerungs-
kabel 15 m**

**je Ausführung
13,99***

LED-Solar-Leuchte
„Pustelblume“
• Aus Edelstahl und Kunststoff mit 48 bie-
gsamen Drahtsträngen • Höhe ca. 84 cm
• IP44 spritzwassergeschützt
3 Jahre Garantie

**Warm-
weiß**

**Multi-
color**

**Extra großer
Blütenkopf
Ø ca. 25 cm
mit 144
SMD-LEDs!**

**je Ausführung
12,99***

Mako-Satin-Bettwäsche
Kissen ca. 80 x 80 cm, Bezug ca. 135 x 200 cm
• 100% gekämmte Baumwolle • Mit Qualitäts-
Reißverschluss • Hochwertiger Reaktivdruck

**NEUE
Designs**

Checks

17,99*

24 Auch online

**Jersey-Spann-
betttuch**
• 100% Baumwolle
• Langlebige Jersey-Qualität
• Steghöhe ca. 30 cm

ca. 90-
100 x 200 cm

5,99*

Mint
Offwhite
Petrol
Silber
Lila Pastell
Grau

ca. 140-
160 x 200 cm

7,99*

ca. 180-
200 x 200 cm

9,99*

24 Auch online

Funktions-Sitzkissen
„Ergo Aktiv“ ca. 40 x 40 x 5 cm
• 100% Polyester • Hochwertiger, luftdurchlässiger
Doppeltuchbezug mit Reißverschluss
• Trägt zur
Entlastung der Wirbel-
säule bei

15,99*

24 Auch online

Visko-Nackenkissen
„Butterfly“ mit Aloe-Vera, ca.
55 x 45 x 10 cm • Bezug mit Reißverschluss und Aloe-
Vera-Veredelung
• Viskoelastischer
Schaum sorgt für
eine optimale
Druckentlastung

15,99*

24 Auch online

BIOFOL Tief Fußbett-Pantoletten
für Damen oder Herren
• Pflegeleichtes, strapazierfähiges Obermaterial
• Leichte EVA-Laufsohle
• Damen-Größen 37 – 41
• Herren-Größen 41 – 45
je Paar

**TOP
PREIS-LEISTUNG**
10% billiger
statt 9,99*
8,99*

Herren: Navy, Braun, Schwarz
Damen: Hellblau, Rot, Lavendel

Leicht-Wanderschuhe
für Damen und Herren • Obermaterial aus
Textil und strapazierfähigem PU • **Innenaus-
stattung aus atmungsaktivem Textil mit Memory
Latex Schaum Decksohle** • Leichte, flexible
und schockabsorbierende Phylon-Laufsohle
• Waschbar bei 30°C
• Damen Größen
38 – 41 • Herren
Größen 42 – 45

Damen Navy/Blau
Herren Schwarz/Grau

**UVP 44,95
je Ausführung
19,99***

55% billiger

TECHNAXX Wechselrichter mit echter Sinuswelle
2000 Watt/4000 Watt TE 22 • Zur mobilen
Nutzung von Elektronikgeräten über 12V Anschluss
• USB-A und USB-C Anschluss mit je 3A Ladestrom
• 2 x 230V Steckdosen Abschaltautomatik
• LC-Display mit Spannungs-
anzeige • Eingebaute
Ventilationskühlung
• ca. 36 x 26 x 11,9 cm

**TOP
PREIS-LEISTUNG**
billiger
statt 189,-*
179,-*
UVP 259,-
30% billiger

24 Auch online

**2000 Watt Dauer-
leistung / 4000 Watt Spitzenleistung**

* Keine Mitnahmegarantie! Sofern der Artikel in unserer Filiale nicht vorhanden ist, können Sie diesen direkt in der Filiale innerhalb von 2 Tagen ab o.g. Werbebeginn bestellen und zwar ohne Kaufzwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an www.norma-online.de/aktionsartikel. Es ist nicht ausgeschlossen, dass Sie einzelne Artikel zu Beginn der Werbeaktion unerwartet und ausnahmsweise in einer Filiale nicht vorfinden. Wir helfen Ihnen gerne weiter. Schuhe und Textilien teilweise nicht in allen Größen erhältlich. Alle Preise in Euro. Bei Druckfehlern keine Haftung. Letzter gezeigter Preis • KW 21/2023 • KW 26/2023. Farben abweichend.

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

18/24

NORMA®

www.norma-online.de

NORMA®

Bei uns hat's **Klick gemacht.**



FACEBOOK



Jetzt folgen!



INSTAGRAM



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