

## Schlüchterner Bote



## Schön wegfegen

Wie Sie Herbstlaub im Garten gut nutzen können



## Mittelhessen-Bote

auch als kostenloses E-Paper  
[www.bote.de](http://www.bote.de)



KW 43, Samstag, 26. Oktober 2024

Amtliche Bekanntmachungen des Main-Kinzig-Kreises

Ausgabe F 1

Hallo,  
liebe Leser

Draußen im Garten raschelt der bunte Blätterwald, drinnen gedämpftes Licht, Rotbuschtee und warmer Apfelkuchen – Herbst ist schon was Schönes. Aber nicht für mich! Mein Herbst ist nämlich vor allem ein Geräusch. Das liegt daran, dass die Laubblätter-Begeisterung in meiner Nachbarschaft seit letztem Jahr exorbitant gestiegen ist. Ob ich morgens beim Kaffee sitze, im Homeoffice an einem Artikel feile oder samstags „Shoppingqueen“ gucken will – irgendwo liegt offenbar immer ein Blatt, das weg muss – sofort! Und ja, auch ich finde Laubfegen jetzt nur so mittel. Aber es ist schlicht ein Verbrechen an der Menschlichkeit, Laubhaufen von A nach B zu pusten und damit einen Lärm zu verursachen, als würde ein Düsenjet direkt vorm Haus parken. Und während ich vom Fenster aus die laubblasenden Herren aus der Nachbarschaft beobachte, fange ich an, die verbliebenen Blätter in den Baumkronen der Umgebung zu zählen... Fast schon nach den hungrigen Mückenlady-Geschwadern des Sommers zurück sehnt sich da

Euer Boto

## Ihr Draht zu uns:

**Druck- und Pressehaus  
Naumann GmbH & Co. KG**

E-Mail: [redaktion@bote.de](mailto:redaktion@bote.de)  
Internet: [www.bote.de](http://www.bote.de)

ANGEBOTE UND  
EMPFEHLUNGEN  
DER WOCHE  
vom 28.10. – 02.11.2024

|                                                                    |                     |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>VON MONTAG BIS MITTWOCH<br/>SCHINKENSCHNITZEL</b>               |                     |
| natur oder paniert                                                 | 100g <b>1,39 €</b>  |
| <b>VON DONNERSTAG BIS SAMSTAG<br/>GESALZENER KAMM</b>              |                     |
| ideal für Backofenkartoffel                                        | 100g <b>1,29 €</b>  |
| <b>GEFÜLLTE<br/>PUTENROULADEN</b>                                  |                     |
|                                                                    | 100g <b>1,95 €</b>  |
| <b>WOCHEANGEBOT</b>                                                |                     |
| <b>SCHWEINELEBER</b>                                               | 100g <b>0,79 €</b>  |
| <b>KOTELETT</b>                                                    |                     |
| saftig & zart                                                      | 100g <b>1,09 €</b>  |
| <b>GEKOCHTE RIPPCHEN</b>                                           |                     |
|                                                                    | 100g <b>1,39 €</b>  |
| <b>TOMATENLYONER</b>                                               |                     |
| mit getrockneten Tomaten und Basilikum                             | 100g <b>1,89 €</b>  |
| <b>LEBERROLLE</b>                                                  |                     |
| herzhafter Genuss                                                  | 100g <b>1,69 €</b>  |
| <b>LUDWIGS RINDFLEISCH-<br/>KNACKER</b>                            |                     |
|                                                                    | 100g <b>1,59 €</b>  |
| <b>SALAT DER WOCHE</b>                                             |                     |
| <b>HAXENSALAT</b>                                                  | 100g <b>1,69 €</b>  |
| <b>IMMER MITTWOCHS</b>                                             |                     |
| <b>WELLFLEISCH,<br/>WELFWÜSTCHEN,<br/>FRISCHER SCHWARTENMAGEN</b>  |                     |
| <b>FREITAG AB 11:00 UHR<br/>HAUSGEMACHTES CHILLI<br/>CON CARNE</b> |                     |
|                                                                    | 500ml <b>6,50 €</b> |
| <b>KÖNIG LUDWIG BIERKÄSE</b>                                       |                     |
| edel gereift, aus Heumilch                                         | 100g <b>2,49 €</b>  |
| <b>LEERDAMMER</b>                                                  |                     |
| nussiges Aroma                                                     | 100g <b>0,95 €</b>  |



DIE MARKE. DAS FLEISCH.  
Fuldaer Straße 2 • Schlüchtern  
[www.Der-Ludwig.de](http://www.Der-Ludwig.de)

## Bergwinkel in Baku vertreten

Annika Sauer bei UN-Klimakonferenz dabei / Wunsch nach „lebenswerter Zukunft für alle“



Die Schlüchternerin (Mitte) reist mit zwei Kollegen aus Niedersachsen und Bayern nach Baku.  
Foto: NAJU

**Schlüchtern.** Wenn ab 11. November die Welt zur 29. UN-Klimakonferenz in Aserbaidschan zusammenkommt, dann ist auch der Bergwinkel vertreten. Annika Sauer aus Schlüchtern nimmt dort als Mitglied der „NAJU4Climate Delegation“ der Naturschutzjugend Deutschland (NAJU) teil.

Die 21-Jährige empfindet die Teilnahme als „große Ehre“ und bereitet sich derzeit intensiv auf dieses einmalige Erlebnis und die „bislang herausforderndste Situation in ihrem Leben“ vor. Vor Ort will sie mit zwei anderen deutschen NAJU-Vertretern die Verhandlungen begleiten, mit Entscheidungsträgern ins Gespräch kommen und über die Vorgänge vor Ort der breiten Öffentlichkeit berichten. Außerdem möchten sie Protestaktionen auf dem Kongressgelände organisieren, um auf die Dringlichkeit der Bekämpfung der Klimakrise aufmerksam sowie sich für die Wahrung der Menschenrechte stark zu machen.

„Ich will mich für eine lebenswerte Zukunft für alle auf diesem Planeten einsetzen“, umreißt sie. „Ich möchte, dass wir gemeinsam die multiplen Krisen dieser Zeit bewältigen können, indem wir konstruktiv miteinander diskutieren, wichtige Themen mit der nötigen Dringlichkeit angehen und dabei für alle mitdenken und alle mitnehmen.“

Annika Sauer wuchs als älteste von drei Geschwistern in Elm und Schlüchtern auf. Hier legte sie im Jahr 2022 auch am Ulrich von Hutten-Gymnasium das Abitur ab. Zwischen durch verbrachte sie ein Auslandsjahr in Neuseeland. Nach dem Schulabschluss absolvierte sie einen ökologischen Freiwilligendienst bevor sie in Heidelberg mit dem Studium der Psychologie begann.

Über Freunde und die Familie stieß sie Anfang der 2020er Jahre zum Naturschutzbund (NABU) sowie zu dessen Jugendorganisation NAJU. Ob-

wohl erst 17 Jahre jung engagierte sie sich von Anfang an stark in der Gruppe. So organisiert sie seitdem vor allem im Bereich Umweltbildung Veranstaltungen, plant und teamt Kinder- und Jugendfreizeiten in der Natur. Seit November vergangenen Jahres ist sie auch im hessischen Landesvorstand der Naturschutzjugend. Dort fungiert sie als eine der Landesjugendsprecherin und gleichzeitig als Kasenswartin. Als Vorstandsmitglied beschäftigt sie sich außerdem mit den Themen Nachwuchsförderung, Jugendbeteiligung und Inklusion. Weiterhin ist sie Mitglied im bundesweiten Kompetenznetzwerk gegen Rechtsextremismus der NAJU: „Wir beschäftigen uns mit rechtsextremistischen Strömungen im Umweltschutz und fungieren als verbandsweiter Ansprechpartner zu diesem Thema.“ Jede Woche wendet sie einige Stunden für die ehrenamtliche Arbeit auf.

Als sie dann von der Ausschreibung des Bundesverbandes im Frühjahr hörte, bewarb sie sich „aus Spaß“, glaubte natürlich nicht daran, auch wirklich eine Zusage zu bekommen. Aus einem Feld von knapp 20 Bewerberinnen und Bewerbern wurde Annika Sauer tatsächlich im Mai zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen. Eine Woche spä-

ter dann ein Anruf: Wenn sie Lust hat, könne sie dabei sein. „Im ersten Moment war ich mit dem Gedanken völlig überfordert“, bat sie zunächst um etwas Bedenkzeit. Nach Abwägung aller Aspekte sagte sie zu. „Es wäre blöd, ein solch attraktives Angebot auszusagen“, begründet sie. Natürlich bedeutet das für sie auch, einiges an Stoff im neuen Semester zu verpassen, den sie vor- oder nachholen muss.

Bei einem Vorbereitungstreffen hat sie mittlerweile die beiden anderen NAJU-Vertreter aus Niedersachsen und Bayern kennengelernt. „Ich freue mich total auf die Zeit“, schwärmt die 21-Jährige. Dabei ist ihr bewusst, im Vorfeld viel Arbeit mit dem Thema zu haben. Intensiv müsse sie sich in die komplexe Thematik einarbeiten, viele Sachen vorab abklären. Die Zeit vor Ort werde zudem anstrengend sein, weil sie von morgens bis abends auf den Beinen sein und mit vielen Menschen sprechen werde. Und sicherlich werde es auch Enttäuschungen geben. So hinterfrage sie auch das Ausrichterland kritisch: Aserbaidschan ist ein stark auf Öl- und Gasexporte basierendes Land. Es wird vermutet, dass es in den Folgejahren noch deutlich mehr fossiles Gas fördern wolle.

Annika Sauer hat im Vorfeld große Visionen. Daraus werde sie ihr Handeln gestalten. „Und wenn daraus ein kleiner Teil umgesetzt werden kann, bin ich zufrieden“, gibt sie sich realistisch. Ihre Erlebnisse und Erkenntnisse wird sie auf jeden Fall täglich auf dem Instagram-Account „Naturschutzjugend“ veröffentlichen.

UN-  
Weltklimakonferenz

Jedes Jahr treffen sich Staats- und Regierungschefs aus aller Welt zur Weltklimakonferenz. Ziel ist es, gemeinsam die Konzentration von Treibhausgasen in der Atmosphäre zu stabilisieren und die Erderwärmung auf möglichst 1,5 Grad Celsius zu begrenzen. Die 29. UN-Weltklimakonferenz 2024 findet vom 11. bis 24. November in der aserbaidschanischen Hauptstadt Baku statt. Der Austragungsort des Klimagipfels rotiert zwischen den fünf Ländergruppen der Vereinten Nationen: Der afrikanischen, der asiatisch-pazifischen, der lateinamerikanisch-karibischen, der osteuropäischen und der westeuropäisch-nordamerikanisch-australischen.

Kirchgang des  
Männerchor Frohsinn

**Bad Soden-Salmünster.** Der Männerchor Frohsinn hat am Samstag, 26. Oktober seinen jährlichen Kirchgang. Der Gottesdienst, für die Mitglieder und zum Gedenken der verstorbenen Mitglieder, wird vom Chor musikalisch gestaltet. Das Amt beginnt um 18 Uhr in der Pfarrkirche St. Laurentius. Der Verein steht unter der Leitung von Musikdirektor Gerd Zellmann, der in diesem Jahr sein 25-jähriges Dirigentenjubiläum in Bad Soden feiert. Der Chor wird die Messe mit fünf Werken bereichern. So wird u.a. „Ubi Caritas“ (Wo Liebe ist und Güte, da wohnt Gott) von Michel John Trotta und „Maria Lassù“ von De Marzi zu hören sein. Der Vorstand bittet auch um rege Beteiligung seiner passiven Mitglieder. Nach der Messe treffen sich der Verein und seine Freunde zu einer Gulaschsuppe im Vereinsheim „1866“ in der Sprudelallee 19.

„Trio Sanssouci“  
konzertiert in Steinau

## „Herbstmusiktage“

**Steinau.** Für das dritte und letzte Konzert der diesjährigen „Herbstmusiktage“ konnte die evangelische Kirchengemeinde Steinau das „Trio Sanssouci“ gewinnen. Die drei Musiker präsentieren am Sonntag, 27. Oktober um 17 Uhr in der Katharinenkirche ein abwechslungsreiches Programm mit dem Titel „Hinterm Horizont wird's heiter“, in welchem neben musikali-

schen Werken von W. A. Mozart, Louis Couperin und C. Ph. E. Bach auch historische Reiseberichte von J. W. v. Goethe und Charles Burney zu Gehör kommen werden. Das „Trio Sanssouci“, entstanden aus dem reichen musikalischen Umfeld der Musikhochschule Mannheim, besteht seit 30 Jahren und musiziert nach weit über tausend Konzerten in der unveränder-

ten Besetzung mit Flöte, Oboe und Cembalo. Seine Mitglieder sind die koreanische Flötistin Sohee Oh (ab 2012), Si-grun Meny-Petruck, Oboe und der Cembalist und Lehrbeauftragte der Musikhochschule Mannheim Hans-Jürgen Thoma.

Karten zu 15 Euro sind an der Abendkasse und im Vorverkauf im Verkehrsbüro Steinau erhältlich.

06661 / 15 20 310

**SINNTAL-WEICHERSBACH**

**Einfamilienhaus**  
in ruhiger Ortsrandlage, mit 5 Zimmer, Wintergarten, Ölzentralheizung, 150m² Wohnfläche, 810m² Grundfläche, EA in Vorbereitung, Käuferprovision 3,57% inkl. MwSt.  
**45.000€ Kaufpreis**

**SCHLÜCHTERN-ELM**

**Erschlossenes Baugrundstück**  
ebener, bauvorbereiteter Bauplatz aus 2 Flurstücken, 717m² Grundstücksfläche, 508m² bebaubare Fläche, Käuferprovision 5,95% inkl. MwSt.  
**25.700€ Kaufpreis**

**SINNTAL-STERBFRTZ**

**3-Zimmerwohnung**  
in saniertem Zweifamilienhaus, mit 3 Zimmer, Balkon, Stellplatz, Gartenmitbenutzung, Einbauküche, Kellerraum, 88m² Wohnfläche, 250€ Nebenkosten  
**620€ Kaltmiete**  
V=Verbrauchsausweis, B=Bedarfsausweis, Bj=Bauejahr, EEE=Effizienzkategorie, EEE=Bedarfsausweis

**Immobilien in guten Händen.**  
[www.immobilienvelt-kress.de](http://www.immobilienvelt-kress.de)

06661 | 70 99 333

**BAD BRÜCKENAU**

**3 ZL. | ~82m² Wfl. MAISONETTE | BALKON | EBK**  
**KALTMIETE: 590,-€**  
zzgl. 200,-€ Nebenkosten  
EEK D - 76,99 kWh/(m²a), Gas, VBA

**BAD SODEN SALMÜNSTER**

**EIGENTUMSWOHNUNG**  
**2 ZL. | ~44m² Wfl. | BALKON | GARAGE**  
**VERKAUF: 70.000,-€**  
(zzgl. 250,-€ Hausgeld)  
Käuferprovision 3,57% inkl. MwSt.  
EEK D - 122,00 kWh/(m²a), Gas, VBA

**MIT UNS KANN VERKAUFEN  
SO EINFACH SEIN!**  
**JETZT KONTAKT AUFNEHMEN.**  
**Kress & Erbe Immobilien OHG**  
**Am Elmacker 10**  
**36381 Schlüchtern**  
EEK=Effizienzklasse | EBK=Einbauküche  
BDA=Bedarfsausweis | VBA=Verbrauchsausweis

Partner der Vereine

**Hartwich und Kress**  
Autohaus Hartwich & Kress

Autorisierter Mercedes-Benz Service und Vermittlung

Gartenstraße 42 • 36381 Schlüchtern  
Telefon 06661/979-0  
[schluechtern@hartwich-kress.de](mailto:schluechtern@hartwich-kress.de)

## Musikalische Lesung mit Roman Knižka und OPUS 45

„Ich wand're durch Theresienstadt..."

**Schlüchtern.** Im Rahmen einer Tournee im Rhein-Main-Gebiet wird das Ensemble OPUS 45 (Roman Knižka + Bläserquintett OPUS 45) am 4. November in Schlüchtern gastieren. Die Veranstaltung beleuchtet das unfassbare Leid und die Hoffnung der in Theresienstadt inhaftierten Juden. Edith Erbrich, Überlebende des Lagers Theresienstadt, teilt ihre beeindruckenden Erlebnisse. Zusammen mit Ihrem Vater und ihrer Schwester überlebte sie die Schrecken des Holocaust. Roman Knižka, deutscher Schauspieler und Hörspielsprecher, liest aus den Erinnerungen von Überlebenden wie Ruth Klüger, Zvi Cohen und anderen, ergänzt durch Gedichte und Texte von Kindern und Jugendlichen aus Theresienstadt. Begleitet wird die Lesung vom Bläserquintett OPUS 45, das Werke von Komponisten wie Pavel Haas und Hans Krása interpretiert, deren Schaffen im Lager Theresienstadt eine bedeu-

tende Rolle spielte. Das „Theresienstadt-Programm“ wird begleitet von der in Langen lebenden Zeitzeugin Edith Erbrich. Edith ist 87 Jahre alt und wird in Schlüchtern mit dabei sein. Edith, ihre vier Jahre ältere Schwester Hella und der Vater Norbert Bär haben die Hölle von Theresienstadt überlebt. Von ca. 15.000 Kindern, die in Theresienstadt waren, sind nur 132 wieder nach Hause gekommen. Edith, Hella und Norbert sollten am 9.5.1945 in ein Vernichtungslager deportiert werden. Am 8.5.1945 wurde Theresienstadt befreit. Die musikalische Lesung „Ich wand're durch Theresienstadt“ findet am Montag, 4. November, 19 Uhr, im Kultur- und Begegnungszentrum „KuBe“ in Schlüchtern statt. Karten (freie Platzwahl) gibt es im Vorverkauf zu je 18 Euro im örtlichen Büro für Tourismus, Kultur und Freizeit, Krämerstraße 5, sowie an der Abendkasse (20 Euro).

## Rockige Halloween-Party

„Cherry Bomb“ bietet energiegeladene Bühnenshow / Preise für die besten Kostüme

**Schlüchtern.** An Halloween geht es nicht nur gruselig zu, sondern es darf auf jeden Fall auch ordentlich rockig sein. In Schlüchtern gibt es dazu in diesem Jahr eine besondere Party.

Und die findet schon wenige Tage vorher, nämlich am letzten Oktober-Samstag, 26. Oktober, statt. Der bekannte Veranstalter Eulenspiegel Entertainment lädt an diesem Abend das erste Mal zu einer großen Halloween-Rock-Party mit fetziger Musik und mehr. Die Macher haben sich dazu einiges einfallen lassen. Im Mittelpunkt des Abends steht die Band „Cherry Bomb“, die eine energiegeladene Bühnenshow in der Stadthalle verspricht. Ab 20 Uhr (Einlass 19 Uhr) starten die fünf Musiker so richtig durch und liefern mit ihrer breiten Musikauswahl aus allen Genres der Rockmusik den passenden Rahmen für ein krachendes Halloween-

Event. Dazu machen die Herren auch noch ordentlich Party und sorgen für gute Laune – stimmungsvoll verkleidet im Halloween-Look. Außerdem wird an dem Abend in drei Kategorien das jeweils beste Kostüm prämiert. Preise gibt es für das beste Kostüm als bekannter Rockstar, das beste Kostüm als bekannter (Grusel-)Filmdarsteller sowie das gruseligste Kostüm des Abends. Zu gewinnen gibt es jeweils zwei Tickets für ein Konzert nach Wahl bei einer künftigen Veranstaltung von Eulenspiegel-Entertainment. Es gibt natürlich gruselige Drinks und weitere Überraschungen. Ganz wichtig: Es besteht keine Kostümpflicht. Vorverkauf zu dem Event in allen Reservix-Ticketshops, in Schlüchtern bei den Kinzigtal Nachrichten und der Tourist Information oder online unter: [www.eulenspiegel-entertainment.de](http://www.eulenspiegel-entertainment.de).

## Grundschule Herolz gewinnt „Spielezimmer“

Wettbewerb der bundesweiten Initiative „Spielen macht Schule“



Die Spielezimmerausstattung für die Grundschule Herolz.

**Schlüchtern.** Die Grundschule Herolz hat dank ihres originellen und durchdachten Konzepts eine komplette Spielwarenausstattung gewonnen. Die Initiative „Spielen macht Schule“ wurde vor 18 Jahren vom Verein Mehr Zeit für Kinder und dem ZNL Transferzentrum für Neurowissenschaften und Lernen durch dieses Projekt – unterstützt durch die Kultusministerien – so das klassische Spielen an Schulen, denn: Spielen macht schlau! Unter zig bundesweiten Teilnehmern überzeugte das hiesige Bewerbungskonzept die diesjährige Fachjury, sodass die Grundschule eines der insg. 200 ausgelobten Spielezimmer gewann. Um ein Spielezimmer für die Schule zu gewinnen, hatten die Grundschulen bis Juni 2024 Zeit, ihre individuell erarbeiteten Konzepte einzusenden. Die Idee der Grundschule Herolz eines „mobiles Spielezimmer“, um zum einem der seit einigen Jahren steigen-

den Schülerschaft mehr Lernangebot zu verschaffen und zum anderen durch die Mobilität auch mehr „schlechtwetter“-Beschäftigungsoptionen in der Pausenhalle zu bieten, überzeugte. Die zur Umsetzung gewünschten Spielwaren, welche von den

Mitgliedsunternehmen des Deutschen Verbands der Spielwarenindustrie (DVS) kostenlos zur Verfügung gestellt werden, wurden bereits geliefert. Die Schülerschaft kann es gar nicht erwarten, das neue Spielmaterial in Beschlag zu nehmen.

## Männergesundheit im Dialog: Prostatakrebs

Ärzte informieren am 31. Oktober im Krankenhaus Schlüchtern

**Schlüchtern.** Der November ist der Monat, in dem unter dem Motto „Movember“ weltweit die Männergesundheit im Mittelpunkt steht. Als Auftakt – nämlich bereits einen Tag zuvor – findet in den Main-Kinzig-Kliniken ein Informationsabend zum Thema Prostatakrebs statt. Die Veranstaltung „Gesundheit im Dialog“ beginnt am Donnerstag, den 31. Oktober um 18 Uhr in der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Schlüchterner Krankenhauses (Schulungsraum im Untergeschoss). Jährlich erhalten hierzulande mehr als 60.000 Menschen die Diagnose Prostatakrebs. Damit gilt diese Erkrankung als die häufigste Krebserkrankung von Männern in Deutschland. Am Infoabend

werden die wichtigsten Fragen rund um Früherkennung und Behandlung beantwortet. Die Referenten Dr. Andreas Schneider, Chefarzt der Klinik für Urologie und Kinderurologie, sowie PD Dr. Markus Zimmermann, Chefarzt der Klinik für diagnostische und interventionelle Radiologie, werden verschiedene Diagnostik- und Therapiemöglichkeiten erläutern. In den Main-Kinzig-Kliniken kommen mit dem multiparametrischen Prostata-MRT sowie der daraus möglichen Fusionsbiopsie der Prostata die derzeit modernsten Verfahren zur Diagnostik zur Anwendung. Bei der Wahl des optimalen Therapieverfahrens – ob kontrolliertes Zuwarten, Operation, Bestrahlung, Hormon- oder Chemotherapie – sind nicht

nur das jeweilige Tumorstadium und die Tumormerkmale, sondern auch zahlreiche individuelle Faktoren zu berücksichtigen. Die entscheidende Rolle im Kampf gegen den Krebs spielen nach Ansicht der Ärzte jedoch die Früherkennung: Ein frühzeitig entdecktes Prostatakarzinom habe hohe Heilungschancen. Daher werden am Infoabend sowohl die Relevanz der Vorsorgeuntersuchung als auch die Möglichkeiten und Grenzen des PSA-Bluttests erläutert. Im Anschluss an die Vorträge können sich die Besucher bei einem kleinen Imbiss mit den Ärzten austauschen – sowohl in der Runde als auch im vertraulichen Gespräch. Der Besuch ist wie immer kostenfrei und ohne Anmeldung möglich.

## Treffen am 7. November

Bündnis für Demokratie und Toleranz im Bergwinkel und seine Unterstützer

**Schlüchtern.** Vor kurzem waren mehrere Unterstützer des Bündnisses dessen Einladung zu einem Austausch gefolgt. Gemeinsam besprach man im KaDeBe, was bisher gelungen ist und welche Wünsche sich für die künftige Arbeit formulieren lassen.

Angelika Bärwinkel und Clas Röhl als Initiatoren des Bündnisses begrüßten die Anwesenden. Nach einem Rückblick auf bereits erfolgte Aktionen wurden die anwesenden Vertreter der verschiedenen Firmen und Initiativen nach ihrer aktuellen Situation im Umgang mit demokratiefeindlichen Tendenzen befragt. Da gab es Feedback aus dem privaten Umfeld, ebenso wie in Arztpraxis oder Ladengeschäft, Schulklasse oder Re-

ligionsgemeinschaft. Aus dem daraus entstehenden lebhaften Dialog entwickelten sich Vorstellungen zu einem künftigen Handlungsbedarf. Zentrales Anliegen des Bündnisses ist es, demokratische Grundwerte in die verschiedenen gesellschaftlichen Gruppierungen hineinzutragen. Die Mechanismen demokratischer Prozesse und ihrer Umsetzung in konkrete Projekte vor Ort seien oft nicht bekannt und es werde oft undifferenziert auf „die Politiker“ geschimpft. Darum ist eines der nächsten Projekte, die Arbeit im Stadtparlament einerseits vorzustellen, andererseits die Umsetzung der dort gefassten Beschlüsse in der Stadtverwaltung. Wie genau sind die Wege, die gegangen werden? Welche Verzäh-

nung gibt es auf Kreis-, Landes-, Bundes- und Europaebene? Ein zweites zentrales Anliegen ist es, weitere Interessierte, auch und vor allem jüngere Menschen für den demokratischen Dialog zu gewinnen. Darum gilt die Einladung des Bündnisses für Demokratie und Toleranz im Bergwinkel für alle Interessierten, an den Treffen teilzunehmen, die in lockerem Rahmen stattfinden und reichlich Möglichkeiten zu persönlichem Austausch bieten. Das nächste Treffen findet am Donnerstag, 7. November um 18 Uhr im KaDeBe statt. (Zugang über den hinteren Eingang vom Parkplatz aus) Nähere Infos gerne über [demokratie-toleranz-bergwinkel@posteo.de](mailto:demokratie-toleranz-bergwinkel@posteo.de)

Beilagen in Teilausgaben

|                     |                              |
|---------------------|------------------------------|
| <b>ACTION</b>       | <b>XXXLutz</b>               |
| BayWa               | <b>NKD</b>                   |
| <b>tegut...</b>     | <b>sewel</b>                 |
| <b>GLOBUS</b>       | <b>KODI</b>                  |
| Brönnner            | <b>Beizler</b>               |
| <b>ROTU</b>         | <b>ISTERLING</b>             |
| <b>Eiffel</b>       | <b>JYSK</b>                  |
| Hof Wiegand         | <b>RE/MAX</b>                |
| <b>ROLER</b>        | <b>Höffner</b>               |
| Metzgerei Baumann   | <b>PENNY</b>                 |
| <b>APOTHEKE</b>     | Jeans Fritz                  |
| <b>BENZING</b>      | <b>Laubert</b>               |
| Fellini Restaurant  | Pflegedienst City            |
| <b>expert klein</b> | ECenter                      |
| <b>HACK</b>         | <b>nah &amp; gut</b>         |
| toom                | <b>POCO</b>                  |
| EDEKA Röhn-Center   | <b>DOUGLAS</b>               |
| <b>nahkauf</b>      | <b>NORMA</b>                 |
| HERBST hagebaumarkt | Cornamusa Tour               |
| L'Ostera Rosbach    | <b>Netto Marken-Discount</b> |
| <b>MIX</b>          | <b>hagebau</b>               |
| Falken Apotheke     | Kreiswerke Main-Kinzig       |
| <b>HIT</b>          | Coleman-Apotheke             |
| <b>pappert</b>      | <b>hagebaumarkt MII</b>      |
| <b>E</b>            | <b>MEDIMAX</b>               |
| <b>ALDI</b>         | <b>M</b>                     |

## VHC Steinau wandert in der Rhön

**Steinau.** Am Sonntag, 27. Oktober treffen sich die Wanderer des VHC Steinau zu einer Rhönwanderung „Der Hilderser“. Treffpunkt ist um 8 Uhr am Schlossparkplatz in Steinau. Mit Privatautos fahren die Teilnehmer nach Hilders. Hier beginnt die ca. 12 km lange Wanderung. Die Wanderführung hat Rainer Pusch, Tel. 06664/1662. Es ist Rucksackverpflegung vorgesehen, evtl. Einkehr nach Absprache vor Ort. Die Wanderung erfolgt auf eigene Gefahr. Gäste sind willkommen.

## Weihnachtlicher Kinderbasar

**Steinau.** Der Förderverein des evangelischen Kindergarten Marjoß lädt am 30. November ab 14 Uhr bis 18 Uhr zum Weihnachtlichen Kinderbasar ein. Die Türen des Kindergartens öffnen um 14 Uhr mit dem Weihnachtssingen der Kindergartenkinder. Anschließend kann bei Kaffee, Kuchen, Würstchen und Glühwein in den Räumen des Kindergartens Marjoß (Am Kirchberg 6) nach Herzenslust auf dem Basar geschmökert und vielleicht noch das ein oder andere Weihnachtsgeschenk gekauft werden. Angeboten werden Baby- und Kinderbekleidung, sowie Spielsachen und Zubehör.

**Mehr Freiheit. Mehr Inhalt. Mehr Echtzeit.**

**GNZ+**

**0,00€ im ersten Monat**  
danach 11,99 € pro Monat

**GNZ+: So liest man heute!**  
Egal, wo Sie gerade sind – egal, wann Sie reinschauen: Mit GNZ+ wissen Sie immer, was geschieht. Mit News und Hintergründen aus unserer Region und aus der ganzen Welt. Auf [GNZ.de](http://GNZ.de) oder in der [GNZ-App](#).

**Und für die Unentschlossenen:**  
Erhalten Sie einen Überblick der Vorteile von GNZ+, indem Sie sich die **kostenfreie App** herunterladen.

Jetzt scannen und direkt loslesen!  
[gnz.de/+](http://gnz.de/+)

Wissen, was Sie, die Region und die Welt bewegt.  
**Neue Zeitung**

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland (rnd)

**MediaBerater**

**Lukas Amberg**  
Telefon: 0176-11 833 240  
E-Mail: [key-account@gnz.de](mailto:key-account@gnz.de)

**MediaBerater**

**Mario Burkard**  
Telefon: 0176-11 833 329  
E-Mail: [m.burkard@gnz.de](mailto:m.burkard@gnz.de)

# Was ist eigentlich eine Benjeshecke?

## Junge Naturschützer legen Unterschlupfmöglichkeiten für den Winter an

**Bad Soden-Salmünster-Sinn-  
tal.** Für die kalte Jahreszeit wünschen sich alle eine dicke Schneedecke zum Rodeln, Ski fahren und Schneemann bauen, um sich dann anschließend gemütlich zu Hause einzukuscheln. Doch was ist eigentlich mit den Tieren im Winter? Dieser Frage sind elf Kinder im Vorschul- und Grundschulalter gemeinsam mit der NABU-Ortsgruppe Mernes/Jossatal nachgegangen.

In einem Biotop in Jossa sägten und schnitten die jungen Naturschützer dickere Zweige und Äste, legten Totholzhaufen an und bauten mit weiterem Reisig und viel Kreativität eine so genannte „Benjeshecke“. Dafür wurden mehrere Holzpfäiler in zwei Reihen in den Boden gesetzt und dazwischen das Schnittgut in Form einer kompakten Hecke aufgeschichtet. „Die Kinder erfuhren auch für welche Tiere so eine Hecke nützlich ist: Hier wohnen Vögel, z.B. Amsel und Neuntöter, aber auch Eidechsen, Erdkröten und Igel



*Gemeinsam mit den Betreuern der NABU-Ortsgruppe bauten die Kinder eine kompakte Hecke, in der viele Tiere einen Unterschlupf im Winter finden können.*

ziehen ein“ informierte Ritsch Euler, der die Naturschutzjugend (NAJU) betreut. „Wenn die Benjeshecke sich entwickelt, können dort durch Samen, die von Vögeln mitgebracht werden, auch Sträucher und kleine Bäume wachsen, die mit ihren Früchten auch wieder Nahrung bieten.“ Besonders in der kalten Jahreszeit bieten Benjeshecken einen idealen Platz für viele Tiere wie Igel, Kröten und Insekten, die sicher im Schutz

des Geästs am Boden, in Käferbohrlöchern, unter der Rinde und anderen Hohlräumen überwintern. Weitere interessante Projekte wie eine „Hirschkäferwiege“ oder eine „Eidechsenburg“ sind bereits in Planung.

Das nächste Treffen der NABU-JUs findet am 2. November um 14 Uhr statt. Weitere Informationen und den genauen Treffpunkt erfahren Interessierte bei Ritsch Euler unter NABU-JU@NABU-mernes.de.

# Die „Tabutanten“

**Steinau.** Was Sie genau erwartet? Wir wissen es nicht. Das ist das Geheimnis des Improvisationstheaters: Wer in den vergangenen Jahren dabei war, wird sich erinnern, dass aus dem Nichts kleine Szenen entstanden, in denen jede der beiden Schauspielerinnen spontan eine Rolle für sich kreiert hat, basierend auf Ideen aus dem Publikum. Die Zuschauer dürfen sich auf einen unterhaltsamen und inspirierenden Abend freuen. Kein Gast muss auf die Bühne, Sie können sich ganz entspannt zurücklehnen und genießen. Christine G. Holzner und Simone Schmitt sind ausgebildete Improvisationsthea-

terschauspielerinnen und Theaterpädagoginnen mit langjähriger Bühnenerfahrung, die in Aschaffenburg und auf verschiedenen Bühnen Deutschlands und Österreichs spielen. Sie bilden sich permanent weiter und lieben Innovationen und neue Formate. Sie sind professionelles Arbeiten gewohnt und lieben das Niveau. Die „Tabutanten“ – Improvisationstheater rund ums Lesen am Mittwoch, 30. Oktober, 19 Uhr. Eintritt: 12 Euro. Um verbindliche Anmeldung unter 06663-474 9905 oder per Mail an [kontakt@literaturcafe-steinau.de](mailto:kontakt@literaturcafe-steinau.de) wird gebeten.

„Wie gefährlich ist eigentlich das Jugendamt?“

Fachvortrag klärt über das Jugendamt Fulda auf

**Fulda.** Das Jugendamt der Stadt Fulda und die Beratungsstelle „Keine Grenzen“ laden am 6. November zu einem informativen Gesprächsabend ein. Unter dem Titel „Wie gefährlich ist eigentlich das Jugendamt?“ werden gängige Vorurteile thematisiert und die vielfältigen Leistungen der Behörde vorgestellt. Viele Bürgerinnen und Bürger stehen dem Jugendamt skeptisch gegenüber, oft geprägt von Vorurteilen wie „Die machen ja eh nichts!“. Der Fachvortrag soll diese Missverständnisse aufklären und zeigend, wie das Jugendamt Familien in unterschiedlichen

Situationen unterstützt – sei es bei Kindeswohlgefährdungen, Erziehungshilfen oder bei der Förderung von Teilhabe und Eingliederungshilfe. Leitungskräfte des Jugendamts werden die zahlreichen Angebote vorstellen und aufzeigen, in welchen Fällen und wie die Hilfen in Anspruch genommen werden können. Interessierte haben die Möglichkeit, sich aktiv in die Diskussion einzubringen, Fragen zu stellen und eigene Erfahrungen zu teilen. Ziel ist es, ein besseres Verständnis für die Arbeit des Jugendamts zu schaffen und das Vertrauen in die Behörde zu stärken.

Der Vortrag findet von 18 bis 20 Uhr in Künzell, Liedeweg 65, statt. Eine Anmeldung ist erforderlich, um die Veranstaltung entsprechend planen zu können. Anmeldungen werden unter der Telefonnummer 0661/480 17 79 - 30 oder per E-Mail an [beratung@gemeinsamleben-fulda.de](mailto:beratung@gemeinsamleben-fulda.de) entgegengenommen. Nutzen Sie die Gelegenheit, ein umfassendes Bild von einem Amt zu gewinnen, das sich als „eine Hilfe, die ankommt“ versteht und daran interessiert ist, von den Erfahrungen der Bürgerinnen und Bürger zu lernen, um seine Arbeit stetig zu verbessern.

„Allein muss nicht sein – Freizeit  
aktiv, schau doch mal rein“

## Selbsthilfegruppe gegen Einsamkeit zum Kennenlernen

**Bad Soden-Salmünster.** Immer mehr Menschen sind einsam. Deswegen findet dieses Thema aktuell in den Medien, in der Politik und generell in der Gesellschaft immer größere Beachtung. Auch jüngere Menschen, eigentlich alle Altersgruppen, insbesondere alte Menschen, sind von Einsamkeit betroffen. Eine Gruppe von

elf engagierten Personen hat sich in Bad Soden-Salmünster zusammen getan, um vor Ort betroffenen Menschen zu helfen, einen Weg aus der Isolation zu finden. Der Generationentreff Salmünster unterstützt diese neue Initiative, besonders in der Anfangsphase. Bürgermeister, Dominik Brasch, wurde bereits per-

sönlich informiert und hat seine Unterstützung zugesagt. Für die Organisation und Planung der Gruppe würde sich das Team über einige jüngere Leute sehr freuen.

**Ansprechpartner sind:**  
Frederick Halliday,  
Tel.: 01736645774 und  
Benno Grotenbreg,  
Tel.: 01713527451.

# Wohnraumanpassung für das Alter

## Kostenfreie Infoveranstaltung in Sinntal

**Sinntal.** Das Wohnumfeld ist ein zentraler Bestandteil unseres Lebens: Das eigene Zuhause bietet Geborgenheit und Schutz, ist vertrauter Lebensraum und trägt vor allem auch im Alter maßgeblich dazu bei, Selbstständigkeit und soziale Teilhabe zu erhalten. Wie sich Wohnungen an veränderte Bedürfnisse älterer Menschen anpassen lassen, zeigt ein Vortrag am Donnerstag, 14. November, in der Mehrzweckhalle Sterbfritz. Bei der kostenfreien Veranstaltung wird Madeleine Meissel, kommunale Pflegeberaterin vom Pflegestützpunkt in Schlüchtern, über das Thema „Barrierefreies Wohnen“ von 18.30 bis 20.30 Uhr informieren. Die Teilnehmenden bekommen Hinweise zu Finanzierungsmöglichkeiten und Tipps für den Alltag: Es wer-

den Hilfsmittel, bauliche Veränderungen und Veränderungen der Ausstattung vorgestellt, die dabei helfen, den Wohnraum so zu gestalten, dass ältere Menschen möglichst lange in ihrem gewohnten Wohnumfeld bleiben können.

Der Vortrag richtet sich an alle Interessierten, die Teilnahme ist kostenfrei. Wer an der Veranstaltung, die von der Bildungspartner Main-Kinzig GmbH (Volkshochschule) in Kooperation mit der Gemeinde Sinntal angeboten wird, teilnehmen möchte, wird gebeten, sich bis Dienstag, 12. November, bei der Gemeindeverwaltung Sinntal anzumelden: Entweder per E-Mail an [verkehrsbuero@sinntal.de](mailto:verkehrsbuero@sinntal.de) oder unter der Rufnummer 06664 / 80-117 (von 8 bis 13 Uhr).

# Musikalische Lesung für den Hospizdienst

## Malteser Hospizdienst bietet literarische Reise in Ramholz

**Schlüchtern.** Eine musikalisch, literarische Reise für Herz und Kopf bietet am Freitag, 1. November, um 17.30 Uhr der ambulante Hospizdienst der Malteser in Schlüchtern in der Kirche in Schlüchtern-Ramholz, Ulrich-von-Hutten-Straße, 36381 Schlüchtern. Die Lesung findet zu Gunsten des Hospizdienstes der Malteser in Schlüchtern statt. Gelesen werden die Texte von Silvia Hillenbrand und

Elfi Makowka, beide ehrenamtliche Mitarbeiterinnen des Malteser Hospizdienstes. Organist Jürgen Eifert wird die gelesenen Stücke mit der Orgel musikalisch untermauern.

Die Veranstaltung ist für Besucherinnen und Besucher kostenfrei, um Spenden wird gebeten.

Weitere Informationen gibt es beim Malteser Hospizdienst Schlüchtern unter 0162-4732585.

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

GEHNHÄUSER  
Die Lokalzeitung für den Main-Kinzig-Kreis

# BUDAPEST UND DIE PUSZTA

## FEURIGER JAHRESWECHSEL IN UNGARN

Feiern Sie Silvester einmal anders, und erleben Sie den Jahreswechsel in der ungarischen Puszta. Freuen Sie sich auf ungarische Tradition und feuriges Temperament. Die Hauptstadt Budapest, die Bischofsstadt Esztergom oder eine Pferdekutschfahrt durch die weiten Landschaften – das sind nur einige der Höhepunkte, welche Sie bei dieser ganz besonderen Silvesterreise erwarten. Lassen Sie sich vom Zauber Ungarns gefangen nehmen, und starten Sie mit einer „feurig-ungarischen“ Silvesterfeier ins neue Jahr. Diese Silvesterreise werden Sie bestimmt nie vergessen!

### ► GUTE GRÜNDE FÜR DIESE REISE:

- ✓ Seit vielen Jahren eine unserer beliebtesten Silvesterreisen
- ✓ Charmantes Landhotel in der Puszta mit stimmungsvoller Silvesterfeier
- ✓ Abwechslungsreiches Ausflugsprogramm mit Stadtführung Budapest, Ausflug in die Puszta mit Pferdekutschfahrt, Führung in der Basilika Esztergom u. v. m.
- ✓ Viele Verpflegungsleistungen bereits inklusive

**29.12.2024 – 03.01.2025**

6 Tage

UNSER TOP-PREIS:

ab **€ 989,-** p. P.

EZ-Zuschlag: € 180,-

### UNSERE LEISTUNGEN:

REISE  
CODE **FL3481**

- Flug mit Lufthansa von Frankfurt nach Budapest und zurück
- Alle Transfers vor Ort
- 2x Übernachtung im 4-Sterne-Hotel in Budapest
- 3x Übernachtung im sehr guten Mittelklassehotel VARGA TANYA
- Komfortable Zimmer mit Gartenblick, Bad oder DU/WC, TV, Minibar
- 5x Frühstückbuffet
- 1x Mittagessen
- 3x Abendessen als Buffet
- 1x Silvester-Abendessen mit ausgewählten Getränken
- Silvestergala mit Livemusik und Feuerwerk
- 1x Glas Sekt zum Anstoßen um Mitternacht

Holiday  
Check  
★★★★★  
**100%**

### • Ausflugsprogramm:

- ausführliche Stadtführung in Budapest
- Besichtigung von Kecske-mét
- kleine Wanderung durch die Puszta
- Pferdekutschfahrt
- Besichtigung von Szentendre und Donauknäe mit Visegrád
- Führung Basilika Esztergom
- Inkludierte Eintritte: Basilika Esztergom
- Audioguide-Führungssystem während des gesamten Aufenthalts
- Örtliche, deutschsprachige Reiseleitung ab Budapest

Wunschleistung: Donauschiffahrt mit Abendessen: € 60,- p. P.

**reisewelt**  
TEISER & HÜTER GMBH

**Beratung & Buchung: 06655 9609-0**

reisewelt Teiser & Hüter GmbH | Fuldaer Str. 2 | 36119 Neuhof

**www.reisewelt-neuhof.de**

**„I have a dream!“**  
Englisch für „Senioren“; 50+  
Neue Kurse – vor Ort und online  
**☎ 06052-9269999**  
**ELKA: [www.friesl.eu](http://www.friesl.eu)**

# Kleidersammlung für Bethel

**Bad Soden-Salmünster.** Kleidersammlung für Bethel durch die evangelische Kirchengemeinde Bad Soden-Salmünster vom 25. bis 28. Oktober. Abgabestellen: evangelisches Gemeindehaus, Weilersweg 6, Bad Soden, evangelisches Gemeindehaus, Frankfurter Straße 53, Salmünster, jeweils von 9 bis 17 Uhr.

# Nähkurs in Sinntal

**Sinntal.** Am Samstag, 9. November, findet ein Nähworkshop der Volkshochschule (VHS) für Anfänger und Fortgeschrittene im Dorfgemeinschaftshaus Breunings statt. Von 10 bis 16 Uhr lernen die Teilnehmenden den Umgang mit ihrer Nähmaschine und erhalten Unterstützung bei der Umsetzung eigener Projekte. Hierbei wird individuelle Betreuung geboten: Die Kursleiterin steht den Teilnehmenden mit Tipps und Tricks zur Seite. Mitzubringen sind eine Nähmaschine mit Bedienungsanleitung, Schere, Stoff und Nähgarn, Schnitt oder Nähmusterbuch/Zeitung, Imbiss und Getränk. Nähere Details werden vorab mit der Kursleiterin telefonisch besprochen. Die Kursgebühr beträgt 44 Euro pro Person. Zusätzliche Kosten nach Bedarf für Material sind direkt an die Kursleiterin zu zahlen. Weitere Informationen und Anmeldung bei der Bildungspartner Main-Kinzig GmbH (VHS): [www.bildungspartner-mk.de](http://www.bildungspartner-mk.de).

# Fit machen für die digitale Welt

## Medienzentrum des Main-Kinzig-Kreises unter neuer Leitung

**Main-Kinzig-Kreis.** Es ist viel los im Medienzentrum des Main-Kinzig-Kreises an diesem Freitag. Auf dem Boden im Foyer sitzen drei kleine Schülergruppen und arbeiten konzentriert mit Tablets. Im Makerspace des Medienzentrums haben sich ebenfalls Grüppchen gebildet. Mit Playmobil-Meerjungfrauen und Delfin, mit Ponyhof, Pferdetransporter, Koppel und Haus im Spielzeugformat erstellen die Siebtklässlerinnen und Siebtklässler Stop-Motion-Videos. Das ist eine Filmtechnik, die Objekten Leben einhaucht, indem einzelne Bilder von ihnen aufgenommen und anschließend aneinandergereiht werden. Begleitet werden die Schülerinnen und Schüler an diesem Tag von Daniel Daub, der gemeinsam mit Kathrin Noll seit Anfang September das Medienzentrum leitet. Beide arbeiten weiterhin als Lehrkräfte am Grimmelshausen Gymnasium in Gelnhausen, er als Lehrer für Deutsch und Kunst, sie als Lehrerin für Sport und Französisch. Die beiden teilen sich die Leitung und betonen, dass sie anstehende Entscheidungen gemeinsam treffen. „Uns war es wichtig, die Stelle zu teilen. Wir wollten beide weiterhin als Lehrerin beziehungsweise als Lehrer arbeiten, um den Blick in die Schule und auf die Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler zu behalten“, erläutert Daniel Daub. Das neue Leitungsteam möchte die Mediennutzung in den Schulen im Kreis weiterentwickeln und die Schülerinnen und Schüler fit machen für die Herausforderungen der digitalen Gesellschaft. Deshalb planen sie nach und nach die Gesamtkonferenzen in allen Schulen zu besuchen und das Medienzentrum und seine umfangreiche Ausstattung vorzustellen. Online-Medien, auf die Lehrkräfte zugreifen können, gehören dazu. Der Edupool, aus dem Lehrkräfte



Katrin Noll und Daniel Daub wollen das Medienzentrum des Main-Kinzig-Kreises mit Leben füllen und die Medienkompetenz der Schülerinnen und Schüler im Kreis fördern.

direkt per Stream Inhalte in den Unterricht integrieren können, bereichert nach Einschätzung der beiden Leitungspersonen die digitale Unterrichtsgestaltung in den Schulen des Kreises nachhaltig, unterstreicht Daniel Daub. Nach ihren Zielen gefragt, antwortet Kathrin Noll: „Wir wollen das Medienzentrum mit Leben füllen, Lerngruppen und Lehrkräfte ins Haus holen, Medienkompetenz fördern, aber auch die Nutzung von digitalen Medien in den Schulen voranbringen.“ Die Bilanz des Zentrums unter neuer Leitung kann sich sehen lassen: Innerhalb von drei Wochen hatten die beiden vier Lerngruppen aus verschiedenen Schulen zu Gast. Gleich zweimal nutzte eine dritte Klasse der nahe gelegenen Philipp-Reis-Schule die Angebote des Medienzentrums. Im Rahmen einer AG wird die Klasse in Zukunft regelmäßig wiederkommen. Die Schülerinnen und Schüler Klasse der Georg-Büchner-Schule, die sich gerade in der Berufsorientierungsphase befinden, informierte sich mit der Hilfe von VR-Brillen über verschiedene Berufsbilder. „Die Lehrkräfte waren immer sehr gut vorbereitet, so dass Schülerinnen und Schüler mit ihrem Unterricht im Medienzentrum

sehr zufrieden waren“, berichtet Daniel Daub. Medienbildung, Kinder und Jugendschutz: Das sind die Themen, die Daniel Daub vorantreiben will: „Medienkompetenz ist nicht nur IT, sondern das umfasst, wie jemand Passwörter anlegt, mit Spam und Phishing umgeht, Fake News erkennt, sich in den Sozialen Medien bewegt oder mit persönlichen Daten umgeht.“ Kathrin Noll und ihr Leitungskollege begreifen sich als Ansprechpersonen für Schülerinnen und Schüler, für die Lehrkräfte, aber auch für Schulleiterbeiräte. „Wenn in den Schulen zum Beispiel über Handynutzung oder Handyverbote diskutiert wird, kann sich der Schulleiterbeirat bei uns im Medienzentrum informieren. Wir beraten auch über Jugendschutz und andere Themen“, erläutert sie. Für die Lehrerinnen und Lehrer stehen verschiedene spannende Fortbildungsangebote bereit. Dreh- und Angelpunkt ist der Einsatz von Medien und Medientechnik im Unterricht. Im Kurs „Gamification – Grammatikunterricht einmal anders“, werden Lehrkräfte zum Beispiel mit „Gamification“ vertraut gemacht. Das sind Spielprinzipien, die sich in den Unterricht einbauen las-

sen, um ihn auch bei schwierigen oder trocknen Themen interessant und lebendig zu gestalten. In diesem Fall fahnden Schülerinnen und Schüler interaktiv nach Gangstern und lernen dabei auf spielerische Weise adverbiale Bestimmungen und Satzglieder. Das Zentrum sei ideal, um in die digitale Welt einzutauchen, bekräftigt Kathrin Noll. Es verfüge über kostenfreie Ressourcen: Equipment, Betreuerinnen und Betreuer sowie umfassendes Know-how. Werde das Unterrichtsfach „Digitale Welt“, das bislang in Hessen im dritten Jahr an Pilotschulen erprobt wird, an allen Schulen verpflichtend eingeführt, würden Themen wie Robotik, Programmieren und anderes in den Fokus rücken. Spätestens dann werde das Medienzentrum noch einmal signifikant an Bedeutung gewinnen. Das Medienzentrum des Main-Kinzig-Kreises befindet sich in der Frankfurter Straße 7 (beim Grimmelshausen Gymnasium) in Gelnhausen. Weitere Informationen sind auf der Seite [www.mkk.de](http://www.mkk.de) mit dem Stichwort „Medienzentrum MKK“ zu finden. Auskünfte erteilen Kathrin Noll und Daniel Daub unter der Telefonnummer: 06051 85 133 60 und [medienzentrum@mkk.de](mailto:medienzentrum@mkk.de).

# Spitzenleistungen werden gewürdigt

Kreis ehrt Sportlerinnen und Sportler

**Main-Kinzig-Kreis.** Der Main-Kinzig-Kreis ehrt wieder „seine Besten“: Sportliche Erfolge auf nationaler und internationaler Ebene werden durch den Kreis gewürdigt – und dazu können ab sofort und bis 15. Dezember Meldungen von möglichen Kandidatinnen und Kandidaten eingereicht werden. Die Abteilung Sport der Kreisverwaltung verweist auf das eingespielte Procedere, nachdem die Sportvereine im Herbst ihre entsprechenden Athletinnen und Athleten für die Ehrung melden. Über die Verleihung entscheidet dann die Kreissportkommission nach den festgelegten Standards. Die Ehrung erfolgt an Sportlerinnen und Sportler in den offiziellen Meisterklassen der olympischen Disziplinen. Ausnahme bilden nichtolympische Sportarten, bei denen der Fachverband ein Wettkampfsystem auf drei Ebenen umsetzt. Eine weitere Voraussetzung dabei ist, dass zu Einzelwettbewerben mindestens zwölf Teilnehmer und bei Mannschaftswettbewerben

mindestens sechs Mannschaften angetreten sind. Sportlerinnen und Sportler, die in der zu Ende gehenden Saison 2024 den Deutschen Meistertitel errungen beziehungsweise Mannschaften, die mindestens den dritten Platz bei einer Deutschen Meisterschaft erreicht haben, können über ihre Vereine noch bis zum 15. Dezember gemeldet werden. Vorschläge sind bei der Fachgruppe Sport des Main-Kinzig-Kreises einzureichen, Meldebögen und Ehrungsrichtlinien hierzu finden sich auf der Homepage des Main-Kinzig-Kreises unter [www.mkk.de](http://www.mkk.de) (unter Kultur, Sport, Ehrenamt und Regionalgeschichte/Sport/Sportlerehrung). Die Unterlagen für die Sportlerehrung sind dann schriftlich einzureichen beim Amt für Kultur, Sport, Ehrenamt und Regionalgeschichte des Main-Kinzig-Kreises, Barbarossastraße 24, 63571 Gelnhausen oder per E-Mail an [sport@mkk.de](mailto:sport@mkk.de). Weitere Informationen gibt es bei Philipp Kirsch unter Telefon 06051 8514665.

# Aktionstag rund um die Herzgesundheit

Main-Kinzig-Kreis beteiligt sich an „Herzwochen“

**Main-Kinzig-Kreis.** Die diesjährigen bundesweiten „Herzwochen“ stehen unter dem Motto: „Stärke Dein Herz – Herzschwäche erkennen und behandeln“. Die Deutsche Herzstiftung und ihre Kooperationspartner wie der Main-Kinzig-Kreis rücken damit die frühzeitige Erkennung und gezielte Prävention von Herzkrankheiten in den Fokus der Öffentlichkeit. Am Donnerstag, 7. November, finden alle Interessierten im Main-Kinzig-Forum in Gelnhausen, Barbarossastraße 24, von 9 bis 16 Uhr an verschiedenen Ständen Informationen sowie eine Reihe von Mitmachaktionen zu dem Thema. Das Amt für Gesundheit und Gefahrenabwehr des Main-Kinzig-Kreises beteiligt sich auch in diesem Jahr wieder an den Herzwochen und lädt für Donnerstag, 7. November, von 9 bis 16 Uhr zum „Tag der Herzgesundheit“ ins Main-Kinzig-Forum nach Gelnhausen ein. Der Amtsärztliche

Dienst bietet an diesem Tag kostenfreie Gesundheitschecks an, darunter die Messung von Blutdruck, Sauerstoffsättigung im Blut, Körpergröße und Gewicht sowie Blutzucker- und Cholesterinwerte. Darüber hinaus stehen die Ärztinnen und Ärzte des Amtsärztlichen Dienstes für individuelle Beratungen zur Verfügung. Von 9 bis 15.30 Uhr kann man sich im Main-Kinzig-Forum ohne vorherige Terminvereinbarung gegen Covid-19 impfen zu lassen. Das Amt für Gesundheit und Gefahrenabwehr bittet lediglich darum, den Impfpass mitzubringen. Die Impfung erfolgt gemäß den aktuellen Empfehlungen der Ständigen Impfkommission und ist ebenfalls kostenfrei. Zudem sind im Bürgerportal Stände beziehungsweise Aktionen vorbereitet. Für Fragen zum Tag der Herzgesundheit steht der Amtsärztliche Dienst unter der Telefonnummer 06051 8511500 zur Verfügung.

# „Wichtige Investition in die Sicherheit“

## Landesregierung unterstützt Atemschutzübungsanlage für die Feuerwehren

**Main-Kinzig-Kreis.** Bereits 2009 hatte der Main-Kinzig-Kreis in Langenselbold die Atemschutzübungsanlage für die Feuerwehren in Betrieb genommen. Sie wurde beim Neubau der dortigen Feuerwache mit geplant und ist seither gut ausgelastet. Nach 15 Jahren war nun eine umfassende Modernisierung dringend nötig, wie Kreisbrandinspektor Markus Busanni erläuterte. Über 200.000 Euro sind in die neue Technik und Ausstattung geflossen, so dass nun wieder alles einwandfrei funktioniert. Diese wichtige Investition wurde vom Land Hessen mit knapp 70.000 Euro gefördert. Den entsprechen Zuwendungsbescheid hat Staatssekretär Martin Rößler jetzt in Langenselbold persönlich überreicht. Dabei dankte er „den rund 100 aktiven Kameradinnen und Kameraden in Langenselbold sowie allen Brandschützerinnen und Brandschützern im Main-Kinzig-Kreis für ihren Einsatz für



Staatssekretär Martin Rößler überreichte den Zuwendungsbescheid in Langenselbold.

das Gemeinwohl“. Angesichts der Gefahr, in die sich die Feuerwehrfrauen und Feuerwehrmänner mitunter begeben, sei eine moderne Ausstattung, Ausrüstung und Ausbildung ein Schlüssel dafür, dass effektiv und sicher Hilfe geleistet wird. Diesen Anspruch verfolgt der Main-Kinzig-Kreis unter anderem mit einer guten Schulung und einem regelmäßigen Training der Einsatzkräfte, betonte Erster Kreisbeigeordneter Andreas Hofmann anlässlich der Bescheidübergabe in Langenselbold.

Die Unterstützung aus Wiesbaden sei eine sichtbare Würdigung der verantwortungsvollen und häufig auch schwierigen Aufgabe der Freiwilligen Feuerwehren. Gemeinsam mit Langenselbolds Bürgermeister Timo Greuel dankte er für die finanzielle Förderung und das Interesse an der Arbeit vor Ort. „Zum Schutz der eigenen Gesundheit seien die Frauen und Männer bei Bränden häufig auf Atemschutz angewiesen“, berichtete der Erste Kreisbeigeordnete. Durch den unmittel-

baren Einsatz in der Gefahrenzone sei der Atemschutzeinsatz unverzichtbar und aufgrund der über 30 Kilogramm schweren Ausrüstung auch körperlich sehr herausfordernd. Für den Einsatz der Geräte braucht es eine besondere Qualifikation und eine regelmäßige Bestätigung der Eignung. „Wir bieten jährlich fünf oder sechs Lehrgänge an und begleiten 1.300 Feuerwehrleute durch die Anlage“, schilderte Kreisbrandinspektor Markus Busanni die Aufgabe des Main-Kinzig-Kreises. Unterstützt wird diese wichtige Arbeit von der Feuerwehr Langenselbold und dem örtlichen Förderverein. Gemeinsam mit Stadtbrandinspektor Marco Knapp und den beiden Verantwortlichen für diesen Ausbildungsbereich, Jasmin Philipp und Michael Bär, führte er die Gäste abschließend noch durch die Übungsanlage. Zwei Feuerwehrleute demonstrierten zudem in voller Ausrüstung die Fitnessprüfung an den diversen Geräten und den beschwerlichen Weg durch den „Käfig“.

Alle Texte und Fotos: Pressestelle des Main-Kinzig-Kreises

### Öffentliche Bekanntmachung des Kommunalen Centers für Arbeit – Jobcenter –

**Auslegung des Jahresabschlusses 2022**

**des Kommunalen Centers für Arbeit - Jobcenter - Anstalt des öffentlichen Rechts des Main-Kinzig-Kreises**

Der Verwaltungsrat des Kommunalen Centers für Arbeit - Jobcenter - hat am 24.06.24 den Jahresabschluss für das Haushaltsjahr 2022 beschlossen.

Dem Vorstand wurde für das Haushaltsjahr 2022 Entlastung erteilt.

Der Jahresabschluss liegt zur Einsichtnahme in der Zeit vom 11.11.2024 bis 15.11.2024 sowie in der Zeit vom 18.11.2024 bis 20.11.2024 im Main-Kinzig-Forum, Gelnhausen, Barbarossastraße 16-24 (Bürgerportal, Barbarossastraße 24) montags bis mittwochs jeweils in der Zeit von 8.00 Uhr bis 16.00 Uhr, donnerstags von 8.00 Uhr bis 18.00 Uhr und freitags in der Zeit von 8.00 Uhr bis 13.00 Uhr öffentlich aus.

Die Bekanntmachung erfolgt gemäß § 114 der Hessischen Gemeindeordnung.

**Gelnhausen, den 17.10.2024**

**Der Vorstand**

**des Kommunalen Centers für Arbeit - Jobcenter -**

**gez. Langhammer**



**ANGEBOT**  
**12,99**

### Kulmbacher Bier

edelherb, alkoholfrei,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,42 € Pfand,  
1l = 1,30 €

**Aktion!**

**+ 4er Pack  
GRATIS!**



Entspricht einem Kastenpreis von **10,83 €**

#### Astra Bier

Urtyp, Rakete,  
Kasten = 27 x 0,33 l,  
zzgl. 3,66 € Pfand,  
1l = 1,35 €



**-29%**  
**11,99**

**10,99**  
1l = 1,23 €

#### Leikeim Bier

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



**ANGEBOT**  
**11,99**

**Leikeim  
Wintertraum!**  
Nur für kurze Zeit!

#### Erdinger Brauhaus, Weißbier

diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,26 € Pfand,  
1l = 1,50 €



**-25%**  
**14,99**

**Aktion!**

**+ 2 ERDINGER  
Brauhaus Natur-  
Radler Flaschen  
GRATIS!**

Entspricht einem  
Einzelkastenpreis von **13,63 €**

#### Oberbräu Hell

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



**18,99**  
**15,99**

**14,99**  
1l = 1,50 €

#### Licher Bier

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



**-31%**  
**10,99**

#### Theresien Quelle Mineralwasser

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



**ANGEBOT**  
**5,99**

**4,99**  
1l = 0,56 €

#### Schneider Weisse

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



**ANGEBOT**  
**15,99**

#### 1664 Blanc

Bier mit erfrischender Citrus-Note, 5% Alkohol,  
Pack = 6 x 0,33 l,  
zzgl. 0,48 € Pfand,  
1l = 2,77 €



**-21%**  
**5,49**

**4,99**  
1l = 2,52 €

#### Spessart-Quelle Mineralwasser\*

spritzig, medium,  
Kasten = 12 x 0,7 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 0,71 €



**6,79**  
**5,99**

#### Azur Mineralwasser\*

diverse Sorten,  
2 Kasten à 12 x 1 l,  
zzgl. 9,90 € Pfand,  
1l = 0,54 €



**-33%**  
**12,98**

**Aktion!**

**ZAHELE 2  
NIMM 3**

#### RhönSprudel Plus

diverse Sorten, teilweise  
koffeinhaltig,  
Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 0,70 €



**7,49**  
**6,29**

#### bizzi Limonade\*

diverse Sorten, teilweise  
koffeinhaltig,  
Kasten = 12 x 1 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1l = 0,79 €



**-20%**  
**9,49**

**8,99**  
1l = 0,75 €

#### Fever-Tree\*

diverse Sorten,  
0,5 l - Flasche,  
zzgl. 0,15 € Pfand,  
1l = 3,58 €



**-28%**  
**1,79**

#### effect Vodka

& Energy, Açaí, koffeinhaltig,  
0,33 l - Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
1l = 6,03 €



**-33%**  
**1,99**

#### Heil Apfelsaft, Apfelwein\*

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



**ANGEBOT**  
**7,99**

#### Sturm

diverse Sorten,  
teilweise koffeinhaltig,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1l = 1,00 €



**ANGEBOT**  
**9,99**

**9,49**  
1l = 0,95 €

#### Grand Sud

diverse Sorten,  
1 l - Flasche,  
1l = 3,49 €



**ANGEBOT**  
**3,49**

#### Kessler Zink Weisswein

diverse Sorten,  
1 l - Flasche,  
zzgl. 0,15 € Pfand,  
1l = 3,99 €



**4,49**  
**3,99**

#### Maximo

Blanco, Tinto,  
0,75 l - Flasche,  
1l = 5,99 €



**-25%**  
**4,49**

**3,49**  
1l = 4,65 €

#### Ramazotti

diverse Sorten,  
0,7 l - Flasche,  
1l = 14,27 €



**-29%**  
**9,99**

#### Jim Beam Whiskey

diverse Sorten,  
0,7 l - Flasche,  
1l = 14,27 €



**ANGEBOT**  
**9,99**

Mit der  
logo Getränke App  
sparen & gewinnen.

Jetzt downloaden!



www.logo-getraenke.de

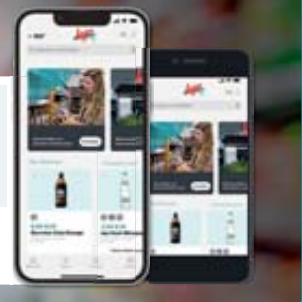
Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln,  
in Lose tauschen & mit Glück gewinnen!



25 x je 1 Bier-  
Advents-  
kalender



1 x iPhone 16



## Getränke- Adventskalender

Jetzt zugreifen, nur solange der Vorrat reicht!

**Jetzt auch  
alkoholfrei!**

**19,99 €**

Kasten = 24 x 0,33 l,  
zzgl. 3,42 € Pfand,  
1l = 2,52 €

**24,99 €**

Kasten = 24 x 0,33 l,  
zzgl. 3,42 € Pfand,  
1l = 3,16 €

**alkoholfrei**



\*Nicht in allen Filialen verfügbar. Lieblingsmarkt in der logo App wählen und Aktionsteilnahme der Filiale einsehen. Für Druckfehler keine Haftung!  
\*\* Nur in Verbindung mit einem Coupon der logo Getränke App. Alle Bedingungen dazu finden Sie in unserer logo Getränke App.  
Alle Artikel und Zugaben solange der Vorrat reicht.

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



www.logo-getraenke.de

# Wintersemester startet an der Hochschule

Hochschulpräsident begrüßt über 2.250 Erstsemester

**Fulda.** Mit der Erstsemesterbegrüßung in der Mensa der Hochschule Fulda hat das Wintersemester 2024/2025 offiziell begonnen. Hochschulpräsident Prof. Dr. Karim Khakzar hieß mehr als 2.250 neue Studierende willkommen und unterstrich in seiner Ansprache die Bedeutung der internationalen Studierenden für die Hochschulgemeinschaft. Denn unter den Erstsemestern sind über 800 internationale Studierende, mehr als je zuvor an der Hochschule Fulda.

„Wir benötigen in Deutschland dringend hochqualifizierte Fachkräfte. Einen wichtigen Beitrag zur Deckung des hohen Bedarfs können die jungen Menschen leisten, die aus dem Ausland zum Studium nach Deutschland kommen und im Anschluss hier ihre erste Arbeitsstelle antreten. Vor diesem Hintergrund bieten wir zunehmend attraktive Studienangebote an, die insbesondere auch internationale Studieninteressierte ansprechen. Dass diese Angebote offensichtlich so gut angenommen werden, freut uns natürlich sehr und bestätigt unsere Internationalisierungsbemühungen“, so Prof. Dr. Khakzar und fügt stolz hinzu: „Unser selbstgestecktes Ziel, bis 2025 einen Anteil an internationalen Studierenden von mindestens 20 Prozent zu erreichen, haben



Hochschulpräsident Prof. Dr. Karim Khakzar hieß mehr als 2.250 neue Studierende auf dem Campus willkommen.  
Foto: Hochschule Fulda / Alexander Mengel

wir inzwischen bereits deutlich übertroffen. Eine große Herausforderung für die internationalen Studierenden ist nach wie vor die Wohnungssuche. Hier appellieren wir an Vermieter aus der Region mit freiem Wohnraum, gegebenenfalls mit unserem International Office Kontakt aufzunehmen.“ Begrüßt wurden die Erstsemester auch durch Alexander Wiegel und Chiara Sers, erster Vorsitzender und zweite Vorsitzende des Allgemeinen Studierendenausschusses (AStA) der Hochschule

Fulda, sowie Elena Ziegler, Sozialberaterin am Standort Fulda, und Herrn Frank Vogel, Betriebsleiter der Mensa an der Hochschule Fulda.

## Deutliches Wachstum bei den Neueinschreibungen

Nicht nur bei den internationalen Erstsemestern, sondern auch bei der Gesamtzahl der Studienanfängerinnen und -anfänger gab einen deutlichen Zuwachs. Nach rückläufigen Erstsemesterzahlen in der Corona-Zeit hat sich damit der Trend pünktlich zum

50-jährigen Jubiläum der Hochschule gewendet. Die mehr als 2.250 Erstsemester bedeuten eine Zunahme der Studienanfängerinnen und -anfänger um immerhin 350 gegenüber dem Vorjahr. Besonders großer Beliebtheit erfreut sich beispielsweise der Masterstudiengang Human Rights Studies in Politics, Law and Society mit 250 eingeschriebenen Studierenden im ersten Semester. Bei den Bachelorstudiengängen sind derzeit die Fächer Informatik, Soziale Arbeit, internationale Betriebswirt-

schaftslehre und Lebensmitteltechnologie besonders gefragt. Auch duale Studiengänge werden sehr gut angenommen, so z.B. die Physiotherapie, die Hebammenkunde oder die im letzten Jahr erstmals angebotene Steuerlehre. Zu den „Neuen“ zählen darüber hinaus die Masterstudiengänge Data Science und Oecotrophologie. Mehrere Studiengänge werden erstmals gleichzeitig in Deutsch und in Englisch angeboten, so z.B. die Bachelorstudiengänge Lebensmitteltechnologie oder Sozialwissenschaften mit dem Schwerpunkt interkulturelle Beziehungen. Insgesamt sind an der Hochschule Fulda nun rund 9.000 Studierende eingeschrieben. Damit ist die Gesamtzahl der Studierenden gegenüber dem Vorjahr gestiegen.

## Über die Hochschule Fulda

Mit über 9.000 Studierenden und mehr als 60 Studiengängen in einem vielfältigen und breiten Spektrum an Fächern ist die Hochschule Fulda eine der führenden Hochschulen für angewandte Wissenschaften in Deutschland. Die Hochschule ist bekannt für ihre praxisorientierte Lehre, ihre Forschungsstärke und ihre starke internationale Ausrichtung.

# Ein Ort für Sport, Spaß und Gemeinschaft

Startschuss für den neuen „MünsterbergPARK“

**Bad Soden-Salmünster.** Die Stadt Bad Soden-Salmünster investiert rund 250.000 Euro in die Neugestaltung des Festplatzgeländes zum „MünsterbergPARK“. Gemeinsam mit der Initiative von Jugendlichen und unter Einbindung des Kinder- und Jugendbeirats wurde ein innovatives Konzept entwickelt, das nun mit umfangreicher Unterstützung von SpessartRegional und europäischer Fördermittel realisiert wird. Das Projekt wurde nach intensiven Beratungen und Ortsterminen, bei denen die Bedarfe und Wünsche der Jugendlichen im Fokus stan-

den, ins Leben gerufen. Durch die aktive Mitwirkung von Jugendlichen entstand ein realitätsnahes Bild der Anforderungen an moderne Outdoor-Aktivitäten. Besonders die Beteiligung des Kinder- und Jugendbeirats sowie einer engagierten Gruppe junger Menschen zeigte, wie wichtig es ist, sich für die eigenen Belange einzusetzen. Diese Anregungen flossen maßgeblich in das beschlossene Projekt ein. Die Neuerungen im „MünsterbergPARK“ umfassen:

- Einen Ninja-Parcours, der einzigartig in der Region ist.
- Einen mobilen Pumtrack, auf dem alle Rollsportarten

(Inliner, Roller, BMX etc.) ausgeübt werden können.

- Eine Calisthenics-Anlage, die durch LEADER-Fördermittel bereits im vergangenen Jahr installiert wurde.
- Schattenspendende Bepflanzungen sowie Sitzmöglichkeiten.

Damit wird das bestehende sportliche Angebot sinnvoll erweitert und der Park zu einem Treffpunkt für Jugendliche in Bad Soden-Salmünster. Gleichzeitig bleibt der Platz weiterhin als Festplatz erhalten, um Veranstaltungen wie das Heatwave OpenAir oder Zirkusgastspiele möglich zu machen.

Ein Skatepark, der ebenfalls im Gespräch war, kann aufgrund der Hochwasserproblematik an diesem Standort nicht realisiert werden. Die Suche nach alternativen Standorten läuft jedoch parallel weiter. „Wir freuen uns, dass wir ein Projekt umsetzen können, das maßgeblich von der Jugend selbst inspiriert ist. Der „MünsterbergPARK“ zeigt, dass sich Einsatz für die eigenen Interessen lohnt und auch gehört wird“, so Bürgermeister Dominik Brasch. „So viel Geld wurde lange nicht mehr für die Bedürfnisse der jungen Generation

investiert – es zeigt, wie wichtig allen Gremien das Miteinander in unserer Kurstadt ist. Erst die zielgerichtete und umfangreiche Förderung durch unseren Verband SPESARTRegional macht dieses Vorhaben möglich. Zudem zeigt der Einsatz unserer Jüngsten: Kommunalpolitik kann Spaß machen, wenn man für seine eigene Generation etwas bewirken kann!“ Bad Soden-Salmünster bleibt somit ein Ort, an dem Jugendliche ernst genommen und ihre Ideen in die Stadtentwicklung eingebunden werden.

# Führerschein-Umtausch für die Jahrgänge ab 1971

Gemeinde Sinntal informiert

**Sinntal.** Bis 2033 sollen alle Führerscheine in der EU einheitlich und fälschungssicher sein. Daher werden alle Führerscheine, die vor 2013 ausgestellt wurden, umgetauscht. Der Führerschein-Umtausch erfolgt in Deutschland gestaffelt nach Geburtsjahr bzw. Ausstellungsjahr des Führerscheins. Wer im Jahr 1971 oder später geboren wurde und noch einen Papier-Führerschein besitzt, ist aufgerufen, seinen alten Führerschein bis zum 19. Januar 2025 in einen fälschungssicheren Führerschein im Scheckkartenformat zu tauschen. Der Führerschein kann sowohl bei der zuständigen Fahrerlaubnisbehörde als auch Gemeindeverwaltung umgetauscht werden. Da die Lieferzeiten für den

neuen Kartenführerschein aktuell 6 bis 8 Wochen betragen, bittet die Gemeinde Sinntal darum, frühzeitig einen Termin für den Führerschein-Umtausch unter der Telefonnummer 06664 / 80-120 oder -123 zu vereinbaren. Zum Termin sind ein gültiges Ausweisdokument, ein aktuelles biometrisches Passbild und der alte Papier-Führerschein im Original mitzubringen. Beim Umtausch des Führerscheins handelt es sich um eine rein verwaltungstechnische Angelegenheit - die Fahrerlaubnis selbst bleibt unverändert bestehen. Zusätzliche ärztliche Untersuchungen oder sonstige Prüfungen wie eine Wiederholung der Fahrerprüfung sind damit nicht verbunden.

## Kirche

### Gottesdienste

#### Freie evangelische Gemeinde Schlüchtern

Sonntags  
10.00 Uhr Gottesdienst, parallel Kindergottesdienst

#### St. Peter Mernes

Sonntag, 27.10.:  
9.00 Uhr heilige Messe  
Montag, 28.10.:  
19.00 Uhr Friedensgebet  
Mittwoch, 30.10.:  
19.00 Uhr heilige Messe mit anschl. Gräbersegnung

#### Ev. Kirchengemeinde Am Landrücken Kinzigtal

Sonntag, 27.10.:  
Gottesdienste  
Reinhards 9.30 Uhr  
Breitenbach 11.00 Uhr  
Donnerstag, 31.10.:  
Reformationsfest  
Wallroth 19.00 Uhr

#### Ev. Kirchengemeinde Mottgers-Weichersbach-Schwarzenfels

Gottesdienste  
Sonntag 27.10.:  
9.30 Uhr Weichersbach  
10.45 Uhr Schwarzenfels  
Donnerstag, 31.10.:  
(Reformationstag)  
19.00 Uhr Mottgers

... auch als kostenloses epaper



www.bote.de

## IMPRESSUM Mittelhessen-Bote

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

Verleger: Oliver Naumann,  
Erhard Naumann  
Geschäftsführer: Oliver Naumann,  
Jochen Grossmann  
Chefredakteur: Thomas 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 abgegebenen Anzeigen keine Gewähr. Zur Zeit gilt die

Anzeigenpreisliste Nr. 37/50.

Der Mittelhessen-Bote erscheint mit den

Regionalausgaben Gelnhäuser Bote,

Hanauer Bote, Maintaler Bote,

Langensfelder Bote, Schlüchterner Bote,

Fuldaer Land-Bote, Wetterauer Wochen-

Bote, Biedinger 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;

Langensfeld – Langensfelder Bote;

Wächtersbach – Wächtersbacher

Stadtanzeiger.

Gründau – Gründauer Anzeiger;

Freigericht – Freigerichter Bote;

Hasselroth – Hasselrother Anzeiger;

Linsengericht – Linsengerichter Anzeiger;

Bieberg – Wochenblatt

Bieberg.

Auflage: 306.360.

Kombination mit Gießener Zeitung.

Auflage: 128.875.

Gesamtauflage: 435.235

Für unverlangt eingesandte Manuskripte

und Bilder werden weder Gewähr über-

nommen noch eventuelle Kosten erstat-

et. Für den Inhalt der Anzeigen überneh-

men wir ebenfalls keine Haftung.

Der Mittelhessen-Bote erscheint

am Wochenende. (Änderung der Erschei-

nungstermine vorbehalten). Bei Nicht-

erscheinen infolge höherer Gewalt, bei

Streik, Aussperrung u.ä. Gründen, be-

steht kein Anspruch auf Entschädigung.

Verteilung: kostenlos an die Haushalte

Bezugspreis bei Postzustellung:

2,50 € zzgl. MwSt.

Verlag und Herstellung:

Druck- und Pressehaus

Naumann GmbH & Co. KG

Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen

Zugleich auch ladungsfähige Anschrift

für alle im Impressum genannten

Verantwortlichen.

Falls Sie unsere Zeitung nicht mehr

erhalten möchten, bitten wir Sie, eine

E-Mail an [zustellung@bote.de](mailto:zustellung@bote.de) zu senden

und einen Aufkleber mit dem Hinweis

„Bitte keine kostenlosen Zeitungen“

an Ihrem Briefkasten oder Zeitungsrohr

anzubringen.

2024

Anzeigen (06051) 833-244

Redaktion (06051) 833-202

Vertrieb (06051) 833-299

Telefax (06051) 833-230

## TrauerAnzeigen

„Glücklich sind wir zwei gegangen, immer gleichen Schritts. Was du vom Schicksal hast empfangen, ich empfing es mit. Doch nun heißt es Abschied nehmen und mir wird so bang. Jeder muss alleine gehen seinen letzten Gang.“

Mit vielen schönen und wertvollen Erinnerungen nehmen wir Abschied von meinem geliebten Ehemann, meinem Vater, unserem Schwiegervater sowie unserem Opa und Uropa



## Willi Rieger

\* 16.3.1933 † 3.10.2024

Wir werden Dich vermissen.  
**Deine Gertrud  
Helmut und Elke  
Mechthild  
Michael und Melissa  
Lisa und Lars mit Lenn und Lina  
Sabrina und Jens mit Luana  
Sophia und Martin  
sowie alle Angehörigen**

Das Requiem und die Trauerfeier finden am Dienstag, dem 29. Oktober 2024, um 14 Uhr in der Katholischen Kirche in Aufenau statt. Die Urnenbeisetzung erfolgt zu einem späteren Zeitpunkt im engsten Familienkreis.

# Höchste Auszeichnung für Orthopädika

Das deutsche Bundespatentamt hat unsere Gesundheitsmarke „Orthopädika“ geprüft und als besonders schützenswürdig in das Patentregister eingetragen

Die Eintragung unserer Marke „Orthopädika“ ist für uns von unschätzbarem Wert. Wir möchten an dieser Stelle unseren Kunden großen Dank aussprechen, die die vielen tollen Bewertungen abgegeben haben: über 12.000 echte Google-Bewertungen mit durchschnittlich 4,8 Sternen.

## Wir sagen Danke!

Unser Dank geht aber insbesondere auch an unsere Mitarbeiter in der Entwicklung, im Verkauf und im Service – denn neben der besonderen Produktqualität wurden auch unsere Einzelhandels-

dienstleistungen wie die Produktentwicklung, Beratung, Auslieferung und Montage in Bezug auf orthopädische Artikel, insbesondere ergonomisch anpassbare Polstermöbel und Betten zur orthopädischen Rehabilitation und Behandlung von Krankheiten als besonders schützenswürdig ausgezeichnet und in das Patentregister eingetragen (AZ: 302 0211 116 12.7 DPMA Register unter [www.dpma.de](http://www.dpma.de))

## Ein Grund zum Feiern!

Darauf sind wir sehr stolz. Aus diesem Grund möchten wir Sie herzlich zu unserem exklusiven ersten

Orthopädika Event einladen. Profitieren Sie von einer kostenlosen Sitz- und Liegeanalyse durch unsere Experten und erleben Sie, wie Sie mit Orthopädika Ihren individuellen Komfort finden und gleichzeitig Ihre Gesundheit fördern.

## Entdecken Sie DINING by Orthopädika

Neben den orthopädisch anpassbaren Polstermöbeln und Betten stellen wir Ihnen erstmalig jetzt die neue Dining by Orthopädika-Kollektion vor. Auch bei der Entwicklung dieses Stuhl- und Tischsystems stehen die Grundsätze von Orthopädika im Vordergrund.

Vereinbaren Sie gerne vorab auf [www.polsteraktuell.de](http://www.polsteraktuell.de) über das Kontaktformular oder telefonisch Ihren persönlichen Termin ohne Wartezeiten. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Gregor Zwingmann  
Geschäftsführung,  
Gründer und  
Entwickler der  
Gesundheitsmarke  
Orthopädika und  
Polster Aktuell



# UNSER ERSTES ORTHO PÄDIKA Event

**FÜR GESUNDES  
SITZEN & SCHLAFEN**

**SEKT-EMPFAANG**  
Lassen Sie uns beim anstoßen!

**JETZT Individuelle SITZ-ANALYSE**  
sichern durch zertifizierten Orthopädika Fachberater

**JETZT Individuelle LIEGE-ANALYSE**  
sichern durch zertifizierten Orthopädika Fachberater

**WORAUF KOMMT ES EIGENTLICH AN?**  
Die wissenschaftliche Grundlage für gesundes Sitzen & Liegen:

- 1 Optimale Hals- & Nackenwirbelunterstützung
- 2 Gerade Wirbelsäule in der Sitz- & Schlafposition
- 3 Sitzen & Liegen ohne Druckempfinden
- 4 Optimales Sitz- & Liegeklima

**6cm** speziell für XS Schultern  
**8cm** speziell für S Schultern  
**10cm** speziell für M-L Schultern  
**12cm** speziell für XL-XXL Schultern

**90°** individuelle Sitzhöhe  
**individuelle Rücken- & Sitzhöhe**  
**individuelle Sitztiefe**  
**individuelle Sitzhärte**

**Symmetrische 7 Liegezon**en für optimales Einsinken des Schulter- & Hüftbereichs

## ORIGINAL ORTHO PÄDIKA Sitz- & Schlafkomfort

für unterschiedliche Körpergrößen – erleben Sie jetzt den Unterschied!

**XS** unter 160cm  
**S** 160-170cm  
**M** 170-180cm  
**L** 180-190cm  
**XL** über 190cm

**bis 200kg**  
Auch für starke Typen bis 200kg!

### ORIGINAL ORTHO PÄDIKA TV-RELAX

**KOPFKISSEN & TOPPERAUFLAGE** MIT ORIGINAL POLSTERDAUNE

**Wechsel-akku im Wert von 379,- € GRATIS** beim Kauf eines Sessels

**Kopfkissenverstellung** mit manueller oder motorischer Verstellung. Speziell für Brillenträger.

**Aufsteh- & Hinsetzhilfe** für mehr Unabhängigkeit im Alltag. Auch integrierbar.

**Relaxfunktion** mit bis zu 3 Motoren, Herz-Waage-Position durch 6° Sitzabsenkung.

**Sitz mit ergonomischer Neigung** für Entspannung angespannter Muskulatur und der Wirbelsäule.

**Unterfederung & Topperauflage im Sitz & Rücken** für ein einzigartiges Sitzgefühl.

**3D-Balance-Funktion** (optional zur Dreh- mit und ohne Rückstellfunktion) für aktives Sitzen.

**6 Orthopädika-Stuhl GRATIS** beim Kauf von 5 Stühlen

**TASCHENFEDER-KERN-KOMFORT**

**DINING by ORTHO PÄDIKA**

### ORIGINAL ORTHO PÄDIKA RELAX

**BOXSPRING-SITZKOMFORT**

**GESCHENKT GUTSCHEIN für Ihre Gesundheit +500,- €** ab 2000 € auf das gesamte Sortiment

**GESCHENKT GUTSCHEIN für Ihre Gesundheit +250,- €** ab 4000 € auf das gesamte Sortiment

**Die Liegearmlehne** ist in der Neigung zur optimalen Kopfunterstützung verstellbar.

**Der motorische Sitzvorschub** sorgt per Knopfdruck für mehr Tiefe.

**Absolute Entspannung** für Herz & Kreislauf mit der Herz-Waage-Relaxfunktion

**Besondere Herz- & Kreislauf schonende Herz-Waage-Funktion** und...

**...Aufsteh- & Hinsetzhilfe** für mehr Unabhängigkeit – Jetzt auch bei Orthopädika Boxspring-Betten!

**Kopfteilverstellung** zum entspannten Lesen und Fernsehen. Speziell für Brillenträger.

**6 Orthopädika-Kissen (s.o.) GRATIS** pro Liegefläche beim Kauf eines Bettes.

**ORTHOPÄDIKA GREEN**

## Ein Spezialist kann einfach mehr

# POLSTER AKTUELL®

**Polster Aktuell in Hanau**  
Polster Aktuell Hessen GmbH & Co. KG  
Oderstrasse 16, 63452 Hanau  
Telefon 06181 42877-0  
Mo – Fr 09.30 – 19 Uhr  
Sa 09.30 – 18 Uhr

**\*)** Sie erhalten den auf dem Gutschein ausgewiesenen Betrag in Höhe von 250,- € ab einem Einkaufswert von 2000,- € und 500,- € ab 4000,- € geschenkt. Der Gutschein wird sofort beim Kauf vom Kaufpreis abgezogen. Mehrere Gutscheine pro Kauf sind nicht kombinierbar. Gilt nur für Neuaufträge und nicht für bereits abgeschlossene Kaufverträge. Ausgenommen sind Produkte der Marken Roomio, Stressless, Interliving und im Verkaufshaus bereits als reduziert gekennzeichnete Artikel. Bei Angeboten aus dieser Werbung wurden die angekündigten Rabatte bereits abgezogen, sodass sie nicht nochmals in Anspruch genommen werden können. Keine Barauszahlung und nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Im LUV Shopping-Center keine Sofas erhältlich, bitte besuchen Sie das Haus in Lübeck, Polster Aktuell GmbH & Co. KG, Hinter den Kirschkatzen 7-11.

# TICKETS



Top-Veranstaltungen  
in der Region

## aus dem Pressehaus

**ROCK RISING**  
„The Supreme Classic Rock Show“

**Donnerstag, 31.10.2025, 20.00 Uhr**  
Bad Orb, Theatersaal

Tickets ab 29,60 €



**STOPPOK SOLO**  
„Echter Klang statt Fake Noise!“

**Mittwoch, 11.12.2024, 20.00 Uhr**  
Erlenbach am Main, Beavers

Tickets ab 28,70 €



**BIRTH CONTROL**  
„Live 2025“

**Donnerstag, 09.01.2025, 20.00 Uhr**  
Aschaffenburg, Colos-Saal

Tickets ab 25,20 €



**HR1-DANCEFLOOR**  
„Die Ü30-Party“

**Samstag, 02.11.2024, 20.00 Uhr**  
Bad Orb, Konzerthalle

Tickets ab 12,20 €



**TABALUGA UND LILLI**  
„Das nächste drachenstarke Musical für die ganze Familie“

**Freitag, 13.12.2024, 17.00 Uhr**  
Büdingen, Willi-Zinnkann-Halle

Tickets ab 28,00 €



**HENRIK FREISCHLADER**  
„Keep Playing Tour 2025“

**Donnerstag, 16.01.2025, 20.00 Uhr**  
Aschaffenburg, Colos-Saal

Tickets ab 29,60 €



**BEGGE PEDER**  
„Neues und Gebrauchtes“

**Sonntag, 03.11.2024, 20.00 Uhr**  
Büdingen, Willi-Zinnkann-Halle

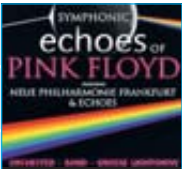
Tickets ab 29,60 €



**Symphonic echoes of PINK FLOYD**  
„Neue Philharmonie Frankfurt & echoes“

**Freitag, 13.12.2024, 20.00 Uhr**  
Frankfurt, Alte Oper

Tickets ab 50,30 €



**THE 12 TENORS**  
„15 Years Celebration Tour“

**Freitag, 17.01.2025, 19.30 Uhr**  
Langenselbold, Klosterberghalle

Tickets ab 44,80 €



**AB/CD**  
„Tribute to AC/DC – Bon Scott meets Brian Johnson“

**Samstag, 18.01.2025, 20.30 Uhr**  
Langenselbold, Klosterberghalle

Tickets ab 24,00 €



**FISH**  
„Farewell Tour – Road to the Isles 2024“

**Mittwoch, 13.11.2024, 20.00 Uhr**  
Frankfurt, Batschkapp

Tickets ab 67,00 €



**VOODOO LOUNGE**  
„Europe’s Greatest Rolling Stones Tribute Show“

**Freitag, 13.12.2024, 20.00 Uhr**  
Schlüchtern, Stadthalle

Tickets ab 23,00 €



**THE MAGICAL MUSIC OF HARRY POTTER**  
„Live in Concert“

**Donnerstag, 23.01.2025, 16.00 Uhr**  
Offenbach, Stadthalle

Tickets ab 38,50 €



**PETER KUNZ**  
„Akzeptanz durch Penetranz“

**Freitag, 24.01.2025, 20.00 Uhr**  
Spessart Forum, Bad Soden-Salmünster

Tickets ab 25,00 €



**ALADIN – DAS MUSICAL**  
„Theater Liberi“

**Samstag, 16.11.2024, 15.00 Uhr**  
Bad Orb, Konzerthalle

Tickets ab 24,00 €



Das **Druck- und Pressehaus Naumann** bietet an seinem Firmensitz an der Gelnhäuser Gutenbergstraße Karten für Top-Veranstaltungen in der Region an. Der Ticket-Service befindet sich im Kundencenter am Haupteingang. Öffnungszeiten sind montags bis freitags von 8 bis 17 Uhr. Telefonisch sind die Kolleginnen und Kollegen zu den genannten Zeiten unter 06051/833-250 zu erreichen. Eine Auswahl von aktuellen Veranstaltungen im Vorverkauf haben wir auf dieser Seite für Sie zusammengestellt. Alle Preisangaben ohne Gewähr.

**ERSTES ALLGEMEINES BABENHÄUSER PFARRER(I)-KABARETT**  
„Opakalyse“

**Freitag, 24.01.2025, 20.00 Uhr**  
Freigericht-Somborn, Sturmhusaus

Tickets ab 23,00 €



**HILTRUD HUFNAGEL**  
„Uff’m Wesch nach Hollywood“

**Samstag, 16.11.2024, 19.30 Uhr**  
Sportlerheim SV Germania Horbach

Tickets ab 17,00 €



**LARS REICHOW**  
„BOOMERLAND – Frankfurt Premiere“

**Samstag, 25.01.2025, 20.00 Uhr**  
Frankfurt, Die KÄS

Tickets ab 30,50 €



**DREAM THEATER**  
„40th Anniversary Tour 2024“

**Donnerstag, 21.11.2025, 19.30 Uhr**  
Frankfurt, Jahrhunderthalle

Tickets ab 75,30 €



**BÜDINGEN BELESEN: HELMUT ZIERL**  
„Weihnachten einmal anders“

**Dienstag, 17.12.2024, 20.00 Uhr**  
Büdingen, Willi-Zinnkann-Halle

Tickets ab 17,60 €



**HEISSMANN & RASSAU**  
„Lustbarkeiten“

**Dienstag, 04.02.2025, 19.30 Uhr**  
Bad Orb, Konzerthalle

Tickets ab 35,75 €



**HENNI NACHTSHEIM**  
„NULL NULL SIBBE!“

**Donnerstag, 21.11.2024, 20.00 Uhr**  
Aschaffenburg, Stadttheater

Tickets ab 15,85 €



**ERDMÖBEL**  
„Weihnachtstour 2024“

**Donnerstag, 19.12.2024, 20.00 Uhr**  
Frankfurt, Brotfabrik

Tickets ab 33,90 €



**DER HERR DER RINGE & DER HOBBIT**  
„Das Konzert“

**Dienstag, 25.02.2025, 20.00 Uhr**  
Aschaffenburg, Stadthalle am Schloß

Tickets ab 60,75 €



**NAZARETH**  
„FULL STEAM AHEAD 2024“

**Montag, 25.11.2024, 19.30 Uhr**  
Erlenbach am Main, Beavers

Tickets ab 42,60 €



**JAN & HENRY 2**  
„Ein neuer Fall für die Erdmännchen – Theater Lichtermeer“

**Sonntag, 22.12.2024, 15.00 Uhr**  
Hanau, Congress Park

Tickets ab 24,50 €



**BÜDINGEN BELESEN: SUSANNE FRÖHLICH**  
„Geparkt“

**Dienstag, 04.03.2025, 20.00 Uhr**  
Büdingen, Willi-Zinnkann-Halle

Tickets ab 17,60 €



**DIE SALZPRINZESSIN**  
Marionettentheater Steinau „Die Holzköpfe“

**Donnerstag, 28.11.2024, 17.00 Uhr**  
Gelnhausen, GNZ-Kultursaal

Tickets ab 12,00 €



**DER NUSSKNACKER**  
„Classico Ballet Napoli“

**Mittwoch, 25.12.2024, 16.00 Uhr**  
Aschaffenburg, Stadthalle am Schloß

Tickets ab 39,50 €



**MADDIN SCHNEIDER**  
„Schöne Sonndaach“

**Donnerstag, 13.03.2025, 20.00 Uhr**  
Gelnhausen, GNZ-Kultursaal

Tickets ab 28,00 €



**ROMIE-TRIO**  
„Fresh Indie-Folk“

**Samstag, 30.11.2024, 20.00 Uhr**  
Wächtersbach, Kulturkeller

Tickets ab 18,00 €



**BOPPIN´B**  
„+ special guests“

**Donnerstag, 26.12.2024, 20.00 Uhr**  
Aschaffenburg, Colos-Saal

Tickets ab 21,90 €



**DAPHNE DE LUXE**  
„Kopf hoch, Brust raus!“

**Samstag, 29.03.2025, 20.00 Uhr**  
Langenselbold, Klosterberghalle

Tickets ab 32,00 €



**PANAGIOTA PETRIDOU**  
„Wer bremst, verliert!“

**Dienstag, 03.12.2025, 20.00 Uhr**  
Frankfurt, Die KÄS

Tickets ab 28,60 €



**MUDDY WHAT?**  
„New Blues“

**Samstag, 28.12.2024, 20.00 Uhr**  
Wächtersbach, WCV-Casino

Tickets ab 18,00 €



**NICOLAI FRIEDRICH**  
„mit Stil, Charme und Methode“

**Donnerstag, 03.04.2025, 20.00 Uhr**  
Gelnhausen, GNZ-Kultursaal

Tickets ab 38,00 €



**EXTRABREIT**  
„Weihnachts-Blitztournee 2024“

**Freitag, 06.12.2024, 20.00 Uhr**  
Aschaffenburg, Colos-Saal

Tickets ab 39,50 €



**THE BEST OF HANS ZIMMER**  
„In Concert – The Symphonic Dimension“

**Montag, 06.01.2025, 20.00 Uhr**  
Fulda, Esperantohalle

Tickets ab 47,90 €



**WOODY FELDMANN**  
„Was isses sen?“

**Freitag, 09.05.2025, 20.00 Uhr**  
Gelnhausen, GNZ-Kultursaal

Tickets ab 38,50 €



# Fit mit Hantel und Beinpresse

Mit Disziplin und der richtigen Ernährung zu starken Muskeln

Krafttraining macht fit, hält gesund und sorgt in den Augen vieler Menschen für ein gutes Aussehen. Denn das Training mit Gewichten lässt die Muskeln wachsen und die Pfunde purzeln. „Die Muskulatur ist ein riesiges Stoffwechselorgan. Sie ist der einzige Bereich neben dem Gehirn, wo Kalorien verbrannt werden“, sagt Mike Branke, Pädagogischer Leiter der Deutschen Fitnesslehrer Vereinigung (DFLV) im hessischen Baunatal. Eine gut ausgebildete Muskulatur und damit mehr Kraft erleichtert aber auch viele Alltagstätigkeiten wie Treppensteigen, erklärt Branke. Und sie beugt Verletzungen vor.

Um das auch äußerlich sichtbare Wachstum – die Hypertrophie – zu erzeugen, muss man die Muskeln gegen Widerstände wie Gewichte arbeiten lassen. Bei diesem Krafttraining entstehen kleine Risse in den Fasern, die der Körper anschließend repariert. „Der Muskel merkt sich, mit welchen Kräften er umgeht und bei welchen Kräften er reißt“, sagt der Leiter des Zentrums für Muskel- und Knochenforschung. Er versuche das bei der Reparatur zu kompensieren, indem er den Faserquerschnitt erhöht – wodurch der Muskel wächst.

Bodybuilder nutzen den Effekt, um immer mehr Muskelmasse aufzubauen. Dafür bauen sie im Unterschied etwa zu Hochspringern oder Sprintern immer mal wieder ein „Slow-Motion-Training“ in ihr Programm ein, erklärt Heinz Kleinöder, Leiter der Abteilung Kraftdiagnostik und Bewegungsforschung an der Deutschen Sporthochschule in Köln. Dabei wird die „time under tension“ erhöht, also die Zeit des Muskels unter Anspannung.

Branke, selbst Gewichtheber, empfiehlt Freizeitsportlern, zwischen 6 und 8 oder 10 bis 15 Wiederholungen mit der Hantel oder in der Beinpresse zu machen. „Bei der letzten Wiederholung muss es so sein, dass man nicht mehr kann.“ Gehe aber noch mehr, sollte man das nächste Mal das Gewicht erhöhen, um weiter an Kraft zuzulegen.

Zu Beginn sollte man am besten zweimal pro Woche nicht länger als eine Stunde trainieren, später dann dreimal. Nach einer sehr hohen Belastung empfiehlt Branke eine Pause von zwei Tagen. Eine optische Veränderung, also dickere Muskeln, gibt es etwa nach acht bis zwölf Wochen.

Bei der Ernährung sind die Experten mit Tipps zurückhaltend – außer beim Eiweiß, dem wichtigsten Baustoff der Muskulatur. Wer Muskeln aufbauen will, dem empfiehlt Branke täglich 1,5 bis 2 Gramm Eiweiß pro Kilo-



Foto: Henning Kaiser/dpa-mag

gramm Körpergewicht. Branke rät dazu, eine Stunde vor dem Krafttraining 60 Gramm Eiweiß aufzunehmen und zwei Stunden danach 90 bis 120 Gramm. Vegetarier könnten das statt über Fleisch oder Fisch hibekommen, indem sie entsprechend Milch trinken oder zum Beispiel viel Quinoa oder Chia-Samen essen. Verträge ein Sportler bestimmte Produkte nicht, sei auch nichts gegen Nahrungsergänzungsmittel wie Proteinsakes oder Molke einzuwenden.

- Anzeige -

## Perfekte Passform für Komfort bei jedem Schritt

Maßgefertigte CNC-Einlagen von SCHAUB Schuhtechnik – so individuell wie Sie

„Jeder Fuß erzählt seine eigene Geschichte, und wir hören zu!“, so beschreibt Marco Kneip, Geschäftsinhaber von SCHAUB Schuhtechnik, seine Geschäftsphilosophie. „Wir fertigen Einlagen, die perfekt auf Ihre einzigartige Fußform abgestimmt sind. Denn für uns ist jeder Fuß ein kleines Meisterwerk, und wir schaffen für Sie das perfekte Gegenstück dazu.“

Maximaler Nutzen durch innovative Analyse

Hochmoderne digitale Messtechniken wie 3D-Scans und Drucksensoren liefern hochpräzise Fußbelastungsanalysen. Mittels CAD-Software verarbeiten unsere Spezialisten die gewonnenen Daten für Einlagen, die Ihren Füßen die Entlastung und Führung geben, die sie benötigen.

Handwerk und Hightech für höchste Qualität

Mit langjähriger Erfahrung und

viel Fingerspitzengefühl formen die Meister bei SCHAUB mithilfe einer Hochleistungsfräse maßgeschneiderte Einlagen, die Ihren Bedürfnissen gerecht werden und eine schmerzfreie, gesunde Bewegung mit jedem Schritt gewährleisten.

Für jeden Bedarf die passende Lösung

Unsere orthopädischen Einlagen sind so vielseitig wie das Leben selbst. Egal, ob für leidenschaftliche Sportler, Schmerzpatienten oder Menschen, die beruflich viel auf den Beinen sind – wir haben für alle die passende Lösung. Auch für spezielle Anforderungen wie Rheuma, Diabetes oder einfach für das persönliche Wohlfühl-Erlebnis sind unsere orthopädischen Einlagen perfekt geeignet.

Sie lassen sich in vielerlei Bequem- und Freizeitschuhen tragen, sofern diese eine herausnehmbare Sohle von mindestens drei bis fünf Millimetern Dicke haben.



Sicher und geprüft für Arbeitsschuhe

Auch in puncto Sicherheit sind Sie bei SCHAUB bestens versorgt: Unsere baumustergeprüften Einlagen sind für Arbeitssicherheitsschuhe zertifiziert und erfüllen höchste Ansprüche.

Gemeinsam mit Ärzten und Therapeuten

Wir arbeiten Hand in Hand mit Fachleuten, um Ihnen die bestmögliche Versorgung zu garantieren. Ein Besuch beim Arzt ist immer ratsam, denn Einlagen sind mehr als nur Komfort, sie sind ein therapeutisches Hilfsmittel für Ihre Fußgesundheit.

Erleben Sie die perfekte Symbiose aus Komfort und Präzision mit den maßgefertigten CNC-Einlagen von SCHAUB Schuhtechnik in unseren Filialen in Wächtersbach oder Gründau.

# SCHAUB SCHUHTECHNIK



Innovative Technik für perfekte Einlagen

Filiale **Wächtersbach**  
Poststraße 25  
63607 **Wächtersbach**  
Fon: 06053 2533

Filiale **Gründau**  
In der Aue 3  
63584 **Gründau-Lieblös**  
Fon: 06051 4747552

E-Mail: [info@schaub-schuhtechnik.de](mailto:info@schaub-schuhtechnik.de)  
Web: [www.schaub-schuhtechnik.de](http://www.schaub-schuhtechnik.de)



Gutschein 50 %

auf eine Kompressionsstrumpfvorsorgung

Pro Person nur ein Gutschein und nur im Original. Nur auf wirtschaftliche Aufzahlung anrechenbar. **Gültig bis 31.12.2024.**

Gutschein 50 %

auf eine Einlagenversorgung

Pro Person nur ein Gutschein und nur im Original. Nur auf wirtschaftliche Aufzahlung anrechenbar. **Gültig bis 31.12.2024.**

ANZEIGE

### Der Gesundheit zuliebe

#### Ein wohngesundes Zuhause mit toom

Das eigene Zuhause sollte ein Rückzugsort für Entspannung und Wohlbefinden sein. Doch oft verbergen sich in vielen Wohnungen unsichtbare Gesundheitsrisiken, die oft unterschätzt werden. Dabei können Schadstoffe in Baustoffen und Materialien Ursachen für Hautausschläge, Kopfschmerzen, Atemwegserkrankungen, Konzentrationsstörungen und Müdigkeit sein. Um dem entgegenzuwirken, bietet toom wohngesunde Produkte, die auf schadstofffreie Materialien setzen. In Kombination mit richtigem Lüften, luftverbessernden Pflanzen, wie Efeututen, und viel Tageslicht steht so einem gesunden Wohnen nichts mehr im Weg.

**Breite Auswahl an wohngesunden Produkten**

toom bietet eine breite Auswahl an wohngesunden und umweltfreundlichen Produkten. So sind etwa die Dispersionsfarben der toom Eigenmarke



Foto: PeopleImages.com – Yuri A/shutterstock/toom

## Sternenkinder Schlüchtern

Für Familien beim Fröhntod ihres Kindes

**Schlüchtern.** Die Selbsthilfegruppe Sternenkinder Schlüchtern trifft sich an jedem dritten Freitag im Monat von 19.30 bis 21.30 Uhr, Raum für Sterneltern online oder im „dasAuszeit“, Lotichiusstraße 46, 2OG, 36381 Schlüchtern: „Mit dem fehlenden Herzschlag Eures Kindes ist plötzlich und unerwartet nichts mehr wie es war. All eure Träume, Hoffnungen und Vorstellungen für euer weiteres Leben sind zerplatzt. In der Selbsthilfegruppe „Sternenkinder Schlüchtern“ des Vereins „Unsere Sternenkinder Rhein Main e.V.“ ist Raum für dieses kurze und zerbrechliche Leben früh verstorbener Kinder und für unser Weiterleben. Bei diesen Treffen kann es gelingen die Einsamkeit mit anderen Betroffenen zu teilen, Verständnis zu erhalten und so einen Ort zu schaffen, an dem unsere eigene Trauer einen Ausdruck finden kann. Ein geschützter

Raum für alles was bewegt Trauer, Hoffnung, Zuspruch. Das Erlebte kann geteilt oder auch einfach nur geschwiegen und zugehört werden. An jedem dritten Freitag im Monat von 19.30 bis 21.30 Uhr gibt es deshalb eine offene Gesprächsrunde für Betroffene des frühen Kindstodes, für Menschen deren Kind, Geschwister oder Enkelkind in der Schwangerschaft, bei der Geburt, kurz nach der Entbindung oder innerhalb der ersten Lebenswochen verstorben ist. Wir sind für euch da ab dem ersten Tag der Schwangerschaft und ebenso, wenn der Tod eures Kindes schon viele Jahre zurück liegt.“ Die Teilnahme am monatlichen Treffen bedarf keiner vorherigen Anmeldung und ist kostenlos. Kontakt Tanja Fritz, Tel. 0151 67601570, E-Mail schluechtern@unsere-sternenkinder-rhein-main.de

## Kirche

### Gottesdienste

**Ev. Christuskirche in Sinntal und Marjoß**

Sonntag, 27.10.: 9.30 Uhr Gottesdienst in Marjoß mit Pfr. Altvater 9.30 Uhr Gottesdienst in Oberzell mit Pfrin. Gleim 10.45 Uhr Gottesdienst in Neuengronau mit Pfr. Altvater 11.00 Uhr Kirmesgottesdienst in Sterbfritz mit Pfr. Schmitz Donnerstag, 31.10.: Reformationstag 18.00 Uhr Gottesdienst in Jossa mit Pfr. Schmitz 19.00 Uhr Gottesdienst in Breunings mit Pfr. Schmitz

**Kath. Kirchengemeinde St. Peter und Paul Bad Soden-Salmünster**

Samstag, 26.10.: 15.30 Uhr Bad Soden heilige Messe in poln. Sprache, 18.00 Uhr Bad Soden Sonntagabendmesse (St. Laurentius) Sonntag, 27.10.: 9.00 Uhr Alsbach heilige Messe 9.00 Uhr Marborn heilige Messe 10.30 Uhr Salmünster heilige Messe 10.30 Uhr Romsthal heilige Messe mit Kirchengang der Feuerwehr Montag, 28.10.: 8.30 Uhr Salmünster Laudes (Bildungshaus) Dienstag, 29.10.: 18.30 Uhr Romsthal heilige Messe Mittwoch, 30.10.: 9.00 Uhr Bad Soden heilige Messe (Max.-Kolbe-Haus) Freitag, 1.11.: Allerheiligen 9.00 Uhr Marborn heilige Messe 17.30 Uhr Romsthal Gräbersegnung (Friedhof Romsthal) 18.30 Uhr Romsthal heilige Messe 18.30 Uhr Salmünster Festhochamt

**Kath. Kirchengemeinde Hl. Dreifaltigkeit Steinau-Ulbach**

Samstag, 26.10.: 18.00 Uhr Ulmbach: Sonntagsvorabendmesse Sonntag, 27.10.: 8.30 Uhr Uerzell: heilige Messe 10.00 Uhr Steinau: Hochamt Dienstag, 29.10.: 18.00 Uhr Uerzell: heilige Messe Mittwoch, 30.10.: 9.00 Uhr Steinau: heilige Messe Freitag, 1.11.: 11.00 Uhr Ulmbach: heilige Messe für Schüler und alle Pfarrgemeindemitglieder 19.00 Uhr Steinau: heilige Messe

**Pastoralverbund Steinau-Schlüchtern-Sinntal**

*Hier: Schlüchtern – Herolz – Sannerz – Weiperz – Sterbfritz – Mottgers – Züntersbach* Samstag, 26.10.: Herolz 18.00 Uhr heilige Messe Schlüchtern 18.00 Uhr heilige Messe Sonntag, 27.10.: Sannerz 9.00 Uhr heilige Messe Schlüchtern 10.00 Uhr heilige Messe Weiperz 10.30 Uhr heilige Messe Mottgers 10.30 Uhr heilige Messe Dienstag, 29.10.: Sannerz 9.00 Uhr heilige Messe Mittwoch, 30.10.: Herolz 9.00 Uhr heilige Messe Donnerstag, 31.10.: Weiperz 18.00 Uhr Vorabendmesse zu Allerheiligen Freitag, 1.11.: Sannerz 18.00 Uhr heilige Messe in der Kirche Herolz 18.00 Uhr heilige Messe

### Schottisch Tanzen zum Kennenlernen

**Schlüchtern.** Am 29. Oktober und am 5. November, jeweils von 19.30 bis 21.30 Uhr, bietet die Tanzgruppe „Flying Celts“ die Gelegenheit, Scottish Country Dancing ganz unverbindlich kennenzulernen. Zwei dynamische Abende für alle, die Spaß an schottischer Kultur, mitreißender Musik und viel Bewegung in einer lebendigen Gemeinschaft haben. Kommt alleine oder mit Freunden, als Singles oder Paare - alle sind willkommen. Vorkenntnisse sind nicht von Nöten. Kultur- und Seminarhaus Kuckucksnest, Ramholzer Straße 2, 36381 Schlüchtern-Vollmerz. [www.flying-celts.de](http://www.flying-celts.de)

ANZEIGE

### Ein- und Durchschlafen mit dem Plus für die Abwehrkräfte

Die bewährte 3-Phasen-Technologie kombiniert in OYONO® NACHT INTENS IMMUN schlafunterstützende Pflanzenextrakte und 1,9 mg Melatonin mit Vitaminen und Mineralien

Im Ruhezustand kann sich der Körper in der Regel besser gegen Erreger wehren und schädliche Stoffwechselprodukte entsorgen. Guter Schlaf ist essenziell für eine gute Immunabwehr und andauernder Schlafmangel kann die Infektanfälligkeit erhöhen. Auch eine ausreichende Aufnahme von Mikronährstoffen durch die Ernährung unterstützt die normale Funktion unseres Immunsystems, was im Alltag jedoch häufig zur Herausforderung wird. Für alle, die Ein- und Durchschlafprobleme haben und zugleich den persönlichen Bedarf verspüren ihr Immunsystem zu unterstützen, hat OYONO® seine Produktränge jetzt um eine passende Produktlösung erweitert.



OYONO® NACHT INTENS IMMUN kombiniert die Pflanzenextrakte Ashwagandha und Baldrian mit 1,9 mg Melatonin, den immununterstützenden Vitaminen C und D sowie den Mineralstoffen Zink und Selen. Es greift dabei auf die bewährte 3-Phasen-Technologie von OYONO® zurück: Nach der Einnahme werden die Inhaltsstoffe zeitlich versetzt im Laufe der Nacht freigesetzt. Das Produkt kann nicht nur ein schnelleres Einschlafen fördern<sup>1</sup> und das Durchschlafen ermöglichen<sup>2</sup>, sondern auch die normale Funktion des Immunsystems unterstützen<sup>3</sup>. OYONO® NACHT INTENS IMMUN ist exklusiv in Apotheken erhältlich.

<sup>1</sup> Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Der positive Effekt stellt sich ein, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1mg Melatonin eingenommen wird. Ashwagandha unterstützt das Einschlafen. <sup>2</sup> Baldrian unterstützt das Durchschlafen. <sup>3</sup> Vitamin C und Vitamin D, Zink und Selen tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.

ANZEIGE

### Wärmepumpen: Nachhaltig heizen – auch im Altbau

Wärmepumpen bieten eine klimafreundliche Heizlösung, auch für Altbauten. Sie können auch ohne umfassende Sanierung effizient betrieben werden. Eine Fußbodenheizung ist nicht erforderlich. Moderne Wärmepumpen können meist bereits mit vorhandenen Heizkörpern effizient arbeiten. Besonders attraktiv ist aktuell die staatliche Förderung bis zu 70 %, die den Einbau finanziell erleichtert und den Umstieg auf erneuerbare Energien unterstützt. Neben dem Beitrag zum Klimaschutz sorgt eine Wärmepumpe auch für langfristige günstigere Betriebskosten im Vergleich zu Öl- und Gasheizungen. „Wer in eine Wärmepumpe investiert, stellt sich ökologisch

zukunftsicher auf und reduziert seine Energiekosten erheblich“, so Christian Stolle von der Deutschen Energie-Agentur. Vom 4.-10.11.2024 findet die Woche der Wärmepumpe statt – eine Gelegenheit, sich kostenfrei über die Heiztechnologie zu informieren. Mehr Infos und Veranstaltungen in Ihrer Nähe: [www.wochenderwaermepumpe.de](http://www.wochenderwaermepumpe.de)



TNC Production GmbH/Sascha Linke

| russ. Windhund                    | Be- drängnis                          | Name dt. Fürsten, Könige u. Kaiser | s. betont männlich gebender Mann | Ab- kürzung (Kurzf-orm)          | Ruhe- möbel  | junges Masthuhn                  | südd.: Straßen- bahn              | geschäft- lich ein Risiko eingehen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Verwal- tungs- bezirk         | Save- Zufluss            | Süß- wasser- fisch             |
|-----------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|--------------|----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------------|
| von der Regel ab- weichend        |                                       |                                    |                                  |                                  |              | männl. Vorname                   |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Fluss zur Seine               |                          |                                |
| Freund von Harry Potter (Vorname) |                                       | Reife- prüfung                     |                                  |                                  |              |                                  |                                   | unterer Ge- sichts- teil                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                               |                          | skand. männ- licher Vorname    |
| Teil- stück eines Weges           |                                       |                                    |                                  |                                  |              | Marinade zum Pökeln              |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Binde- wort                   |                          |                                |
| Himmels- richtungs- anzeige       | Spaß- macher an Burgen im Mittelalter | Weber- kamm                        |                                  | nagender Kummer geistiger Gehalt |              |                                  |                                   | Frauen- boot der Inuit                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Ankün- digung im Zug, Bahnhof | Haupt- stadt Al- baniens | schöpfe- rische Geistes- kraft |
|                                   |                                       |                                    |                                  |                                  |              | unemp- fänglich f. Krank- heiten | unge- zogen                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                               |                          |                                |
| geschützte Produkt- bezeich- nung | dienstlich entsenden                  | Masse zum Kauen                    | Vorsilbe: Nerven...              | lat.: der, dasselbe              |              |                                  |                                   | Rest im Glas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                               |                          |                                |
|                                   |                                       |                                    |                                  |                                  |              |                                  | Tabak- gift                       | engl. Anrede und Titel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                               |                          | Kurzform von Kenneth           |
| Fleisch- speise                   |                                       |                                    |                                  | etwas umgehen                    |              | Hafen- stadt a. Kyushu (Japan)   |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                               |                          |                                |
| Laby- rinth                       | franzö- sisch: König                  | Mittel- losig- keit                |                                  | Tonkunst                         |              |                                  |                                   | Bücher- freund                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | unge- braucht                 |                          |                                |
|                                   |                                       |                                    |                                  |                                  |              | ital. Adria- hafen               | frz. Renn- strecke/2 W. Bastfaser |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                               |                          |                                |
| portug. Name des Duero            |                                       |                                    |                                  | Kurzwort: US-Ame- rikaner        | See- zeichen |                                  |                                   | AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                               |                          |                                |
| Auffor- derung, etwas zu nehmen   |                                       |                                    | veraltet: Helfer, Gehilfe        |                                  |              |                                  |                                   | D ■ I ■ H ■ R ■ D ■ Z ■ E ■ M ■ S ■ F I D E L I O ■ Z A C K E ■ M A N G A N ■ I ■ S C H W U E L E T O R Y ■ D E B O O K ■ E S S E N ■ K U E H N ■ D ■ D O H A ■ A R E A O S ■ L A E S O P ■ S B E N N ■ S Z O N A L ■ H O S T E N ■ H M D A X ■ R ■ G L O R I A ■ O P A ■ O ■ H ■ B A S I E ■ N ■ L A I I N S P A N D A U P ■ D A N K ■ R A G ■ O M A Y ■ E S K I M O ■ L O R B E E R ■ O X E R W I N Z E R ■ D O P I N G ■ T ■ T I N T E ■ F E T E |                               |                          |                                |
| Völker- gruppe in der Arktis      | mund- artlich: Malzbier               |                                    |                                  | Note beim Doktor- examen         |              |                                  |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                               |                          |                                |
|                                   |                                       |                                    | aktuelle Roll- schuhart (Kurzw.) |                                  |              |                                  |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                               |                          | 1302                           |

## Hilfe im Notfall

Polizei 110 · Feuerwehr 112 · Rettungsdienst 112  
Giftnotruf (0 61 31) 1 92 40

**Altkreis Schlüchtern**

26. Oktober bis 01. November 2024

**Ärzte**

**Ärztlicher Bereitschaftsdienst Main-Kinzig-Ost**

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

**Apotheken**

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

26.10.24: ■ **Lotichius-Apotheke**, Schlüchtern  
Lotichiusstr. 46 ..... (066 61) 9 62 10

27.10.24: ■ **Apotheke am Schloss**, Birstein  
Schlossstraße 10..... (060 54) 63 71

28.10.24: ■ **Einhorn-Apotheke**, Sinntal-Sterbfritz  
Schlüchterner Str. 9..... (066 64) 2 08

29.10.24: ■ **Rathaus-Apotheke**, Schlüchtern  
Obertorstr. 10 ..... (066 61) 9 64 10

30.10.24: ■ **Lotichius-Apotheke**, Schlüchtern  
Lotichiusstr. 46 ..... (066 61) 9 62 10

31.10.24: ■ **Einhorn-Apotheke**, Sinntal-Sterbfritz  
Schlüchterner Str. 9..... (066 64) 2 08

01.11.24: ■ **Löwen-Apotheke**, Sinntal-Sterbfritz  
Brückenaue Str. 34 ..... (066 64) 9 61 00

# Zwei Latein-Kurse erkunden das Pompejanum in Aschaffenburg

Henry-Harnischfeger-Schule unterwegs



Die Schülerinnen und Schüler der Latein-Kurse der Jahrgänge 8 und 9 der Henry-Harnischfeger-Schule Bad Soden-Salmünster auf römischen Spuren.

**Bad Soden-Salmünster.** Die Latein-Kurse der Jahrgangsstufen 8 und 9 der Henry-Harnischfeger-Schule Bad Soden-Salmünster informierten sich über römische Kultur und rö-

mische Architektur im Pompejanum in Aschaffenburg. Als erstes besuchte die Schülergruppe gemeinsam mit den Studienrätinnen und Latein-Lehrkräften Christina Neu-

mann und Corinna Löffert das Aschaffenburg Schloss. In einem kurzen Vortrag erfuhren die Schülerinnen und Schüler, dass der Korkschnitzer Carl Joseph May ab der Mitte des 18. bis zum Beginn des 19. Jahrhunderts Korkmodelle römischer Ruinen erbauten, um die römische Kultur den Menschen in ihrer Umgebung näher zu bringen. In der Ausstellung „Rom über die Alpen tragen“ waren 54 Modelle zu sehen, die auf beeindruckende Weise detailgetreue Nachbildungen der berühmtesten Bauten des antiken Rom, u.a. des Colosseums und Pantheons zeigen. Nach einem Spaziergang durch den Schlosspark bei schönstem Wetter besuchten die beiden Lateinkurse das Pompejanum – den Nachbau einer römischen Villa in Pompeji, die in den Jahren 1840 bis 1848 von König Ludwig I. in

Auftrag gegeben wurde. Hier lernten die Latein-Schüler, wie reiche römische Familien in der Antike ihren Alltag verbrachten, wie Gäste des Hauses empfangen und bewirtet sowie rauschende Feste gefeiert wurden. Um sich wie richtige Römer zu fühlen, durften zudem zwei Schüler die typische Kleidung eines Herren und eines Sklaven anprobieren. Darüber hinaus wurden die einzelnen Räume, der Empfangssaal, die Gästezimmer sowie die Küche des Pompejanums mit den jeweiligen Besonderheiten gezeigt. Dabei besonders beeindruckend waren für die Schülerinnen und Schüler die Gestaltung der Hauswände und die wunderschönen Mosaikfußböden. Neben Latein bietet die Henry-Harnischfeger-Schule Bad Soden-Salmünster Spanisch und Französisch als Zweite Fremdsprache an.

## Fußgänger angefahren und schwerverletzt

**Steinau.** Ein folgenschwerer Zusammenstoß ereignete sich am Samstagabend, 19. Oktober auf der L3329 zwischen Steinau und Schlüchtern-Niederzell. Etwa 500 Meter nach dem Ortsausgang wurde ein 31-jähriger Fußgänger aus Sinntal gegen 22.20 Uhr von dem silbernen Golf der 58-jährigen Fahrerin, ebenfalls aus Sinntal, erfasst. Der Fußgänger wurde bei dem Unfall schwer verletzt und zur stationären Behandlung in eine Klinik gebracht. Die Umstände, die zu dem Unfall führten, werden derzeit von der Polizei untersucht. Die Polizei in Schlüchtern bittet Zeugen, sich unter der Telefonnummer 06661/96100 zu melden.

**SIE ERHALTEN AB SOFORT BEI UNS:**

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

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

**SCHREIBTISCHUNTERLAGEN**  
... geben wir zum **Sonderpreis von 5,00 €** pro Stück ab.

**Wandkalender 100 x 70 cm 70 x 50 cm**

**Tischkalender DIN A4**

**Streifenkalender Groß 15 x 100 cm**

**Streifenkalender Kompakt 15 x 44 cm**

**Schreibtischunterlage 61 x 43 cm**

**ZUGREIFEN SOLANGE DER VORRAT REICHT!**

**PS: Selbstverständlich drucken wir auch Kalender mit Ihrem Firmenlogo. Unsere Druckereiverwaltung berät Sie gerne unter Telefon (060 51) 833 151. FRAGEN SIE NACH!**

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

## „Cornhole“ beim TV Salmünster

Neues Sportangebot

**Bad Soden-Salmünster.** „Cornhole“, auch bekannt als Bean Bag oder Sackloch, ist ein Sportspiel, bei dem mehrere Spieler abwechselnd mit Granulat oder Mais gefüllte kleine Säcke (Bean Bags) auf eine angehobene Plattform mit einem Loch werfen. Das Spiel ist vor allem in den Vereinigten Staaten populär, findet aber auch in Deutschland eine wachsende Anzahl von Spielerinnen und Spielern. Es wird in 2er oder 4er-Teams gespielt, unter anderem auch als Turnier- oder Wettkampfsport, und kann von Sportlern nahezu jeden Alters ausgeübt werden. „Cornhole“ ist

quasi gleichzeitig ein Sport zur Verbesserung der allgemeinen Fitness, Konzentration und Auge-Hand-Koordination. Die neue Trainingsgruppe startet beim TV Salmünster ab Dienstag, 29. Oktober. Spielort ist die Halle des Sportkindergartens. Training ist immer dienstags von 19.30 bis 21 Uhr. Geleitet wird die neue Sportgruppe „Cornhole“ von Torsten Buchhold, Inhaber der Trainer-B-Lizenz für Präventionssport. Informationen erhalten Interessierte vor Ort oder unter Telefon 06056/4997545, Mobil 01573/6804643 oder info@turnvereinsalmuenster.de

ANZEIGE

# Zu viele Haare in der Bürste?

Spezielle Nährstoffe schenken Hoffnung.



Eine volle Haarpracht – wer wünscht sie sich nicht? Leider ist nicht jeder von Natur aus mit vollem, kräftigem Haar gesegnet. Stattdessen sind die Haare oft dünn und gehen aus. Hier kann es sinnvoll sein, sich die Nährstoffversorgung genauer anzusehen.

Der Verlust von Haaren ist für viele eine schwer verdauliche Tatsache. Da ist es auch kein Wunder, dass man es mit der Angst zu tun bekommt, wenn sich vermehrt

Haare in der Bürste, im Waschbecken oder auf dem Kissen finden. Wichtig zu wissen: Der tägliche Verlust von bis zu 100 Haaren ist ganz normal. Denn glücklicherweise bildet unser Körper regelmäßig neue Haare. Hier gilt es dann so früh wie möglich im Wachstumszyklus anzusetzen, um das neu heranwachsende Haar zu unterstützen, bevor es überhaupt aus der Kopfhaut sprießt. Denn gerade in diesem Stadium kann etwa eine Unter-

versorgung mit Vitaminen und Spurenelementen ein Problem darstellen. Doch welche Nährstoffe braucht die Haarwurzel für ein gesundes Haarwachstum?

### Wirkstoff-Empfehlung

Hierzu zählt etwa das Silizium, das in besonders hohem Ausmaß in der heimischen Goldhirse oder Kieselerde enthalten ist. Dieses speichert im Körper Feuchtigkeit, wodurch die Haare weniger

schnell austrocknen und dadurch schwerer abbrechen. Auch die natürliche Schwefelquelle MSM ist wichtig: sie ist ein essenzielles Strukturelement von Elastin, Keratin und Kollagen und somit der Hauptbestandteil unserer Haare. Nicht zuletzt brauchen unsere Haare auch Selen.

### Was Apotheker empfehlen

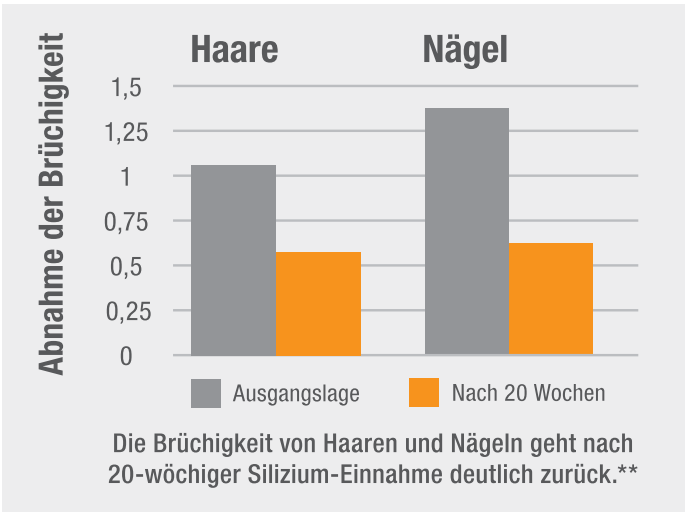
In idealer Kombination vereint finden sich diese Wirkstoffe aktuell nur in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten. Das Präparat kommt aus Österreich, wo es bereits seit Jahren das mit Abstand meistverkaufte Produkt für volles Haar ist.\* Seit geraumer Zeit ist es auch in unseren deutschen Apotheken erhältlich. Anwender berichten von sichtbaren Ergebnissen nach wenigen Wochen.

### Der Vorteil gegenüber Shampoos

Häufig werden bei dünnem oder brüchigem Haar auch äußerliche Pflegeprodukte (z.B.: Shampoos) empfohlen. Optisch erzielen diese zwar einen kurzfristigen Effekt, im Vergleich zu einer sinnvoll dosierten Nährstoffkombination können sie aber die generelle Haarstruktur nicht beeinflussen. Meistens wirken die Haare nur deshalb glänzender und voluminöser, weil das jeweilige Pflegeprodukt eine Silikon-Schicht rund um die Haare bildet. Dr. Böhm® Haut Haare Nägel hingegen stärkt die Haare langfristig von innen.

Tipp: Für den idealen Effekt sollten die Tabletten über einen Zeitraum von 2 bis 3 Monaten hinweg eingenommen werden.

\*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt IOVIA Österreich OTC Offtake MAT 08/2024.  
\*\*Barcel A et al. Effect of oral intake of choline-stabilized orthosilicic acid on skin, nails and hair in women with photo-damaged skin. Arch Dermatol Res 2005; 297 (4): 147-53.;



**Jetzt sparen! 2+1 GRATIS**

**Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Schönheitskur**

Für Volumen und Glanz  
Spannkraft & Elastizität

Mit Goldhirse-Extrakt, Kieselerde, Biotin & natürlichem MSM

Nahrungsergänzungsmittel

**3-MONATS-KUR**

**in der Vorteilspackung:**  
3 Packungen (à 60 Stk.) zum Preis von 2 Packungen.

Gültig solange der Vorrat reicht. Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Schönheitskur. Für Ihren Apotheker. 180 Stk. PZN: 18851135

# „Post von Karlheinz“: Szenische Lesung

## „Wütende Mails von richtigen Deutschen“

**Fulda.** Von Hassmails zum Bestseller: Der Journalist und Sohn indisch-pakistanischer Einwanderer Hasnain Kazim reagiert mit Humor auf Hetze und veröffentlicht seine Konversationen im Buch „Post von Karlheinz“. Die daraus entstandene szenische Lesung des Metropoltheaters München über „wütende Mails von richtigen Deutschen“ ist am Donnerstag, 31.

Oktober um 20 Uhr im Schlosstheater Fulda zu erleben. Bereits 19.30 Uhr findet im Foyer des Schlosstheaters eine Einführung mit Hasnain Kazim statt, der auch im Anschluss an die Vorstellung für ein Nachgespräch zur Verfügung stehen wird. Dass Hasnain Kazim, in Oldenburg geboren und Sohn indisch-pakistanischer Einwanderer, als Journalist hass-

erfüllte Leserpost bekommt, ist nicht überraschend – zumal er über heikle Themen schreibt und einen fremd klingenden Namen trägt. Überraschend ist jedoch seine Reaktion. Statt die wütenden Ergüsse einfach wegzuklicken, antwortet er schlagfertig und witzig, woraus sich immer wieder erhellende Dialoge ergeben. Mit Auszügen aus dieser Korrespon-

denz, die er unter anderem auf Facebook zum Besten gibt, hat sich Hasnain Kazim eine begeisterte Fangemeinde erschrieben. In seinem ebenso unterhaltsamen wie klugen Buch zeigt er, warum man den Hass und den Schwachsinn, der im eigenen Postfach landet, nicht unkommentiert lassen sollte. Im Schlosstheater lesen und spielen Lucca Züchner, Thors-

den Krohn, Thomas Schweiberer und Bijan Zamani Texte, Chatverläufe und Emailwechsel aus Kazims Bestseller-Buch.

### Ticketerwerb

Die Tickets für die Veranstaltungen sind im Ticketshop in der Schlossstraße 5, 36037 Fulda, im Online-Ticketshop (www.schlosstheater-ful-

da.de), telefonisch unter 0661 102-1483 oder per Mail an theater@fulda.de zu erwerben. Es gelten die bei den Schauspielen üblichen Ticketpreise (16 bis 46 Euro, Schülerinnen, Schüler, Auszubildende und Studierende 9 Euro). Das Team steht Ihnen von Montag bis Mittwoch von 10 bis 16 Uhr, Donnerstag von 10 bis 18 Uhr und Freitag von 10 bis 13 Uhr zur Verfügung.

## FundGrube

### Bekanntschaften

**JE ÄLTER MAN WIRD, DESTO KLEINER WIRD UNSER WUNSCHZETTEL, DENN DIE DINGE, DIE WIR UNS WÜNSCHEN, KANN MAN NICHT KAUFEN**

**DOKTOR HEINZ - PETER , Anfang/ Mitte 80 J, 183 cm groß und verwitwet.** Bin schlank, fit, sammle Mineralien und Briefmarken, fühle mich wie 50 J. und frage mich, wo sind die Jahre geblieben? Ich schätze Lebensqualität, die man nur zu zweit empfinden kann, bin zuverlässig, gewissenhaft, sehr gesund u. zu jedem Blödsinn aufgelegt. Bin fröhlich, ganz gut aussehend, habe volles Haar, ein Gentleman der alten Schule u. doch ein Lausbub geblieben. Wenn wir in meinem schönen Zuhause bei Glühwein auf der Terrasse sitzen und den bunten Herbst genießen, dann genießen wir auch unsere Liebe in vollen Zügen. Wir sind zwei Menschen die zusammengehören, die jetzt wieder glücklich verliebt sind, gemeinsam ins Elsass reisen, ein traumhaftes Essen bei einem Glas Rotwein genießen, durch den Herbstwald spazieren und ganz leise flüstere ich dir ins Ohr: „WIR fangen das Glück für uns ein.“ Bitte rufen Sie an, Handy 0151 – 59897641, o. schr. Sie eine E-Mail an PV: HeinzPeter22@inserat-wz.de. Ich lebe sehr selbstständig und bin nicht darauf aus, eine neue Wohngemeinschaft erzwingen zu müssen. Würde einer Partnerschaft gerne Raum geben, sich zu entwickeln. Alles Weitere wird sich ergeben. Nur Mut, Ich freue mich auf Sie!

**IN DEN REIFEN JAHREN DURFEN WIR ALLES ! „A L S O“ LIEB MICH + SCHREI VOR GLÜCK !**

**EDGAR R , 77 J, 186 cm groß, ARCHITEKT mit eig. Büro** und ich bin ganz alleinstehend, mit schö. Zuhause + ansteckendem Lachen! Bin dynamisch, fröhlich, ein Mann mit Herz + sehr alleine. Ich bin ein verlässlicher, zärtl. Partner, liebe auch die leisen Töne, habe Humor, Witz u. Tiefgang, lebe in besten finanz. Verh., schö. Haus hier in der Gegend. Bin sympath., liebev., ein echt zuverlässiger „Gentleman“, der sein Herz einer natürlichen Frau schenken möchte! Mit der Zeit merkt man, dass Menschen wie Bücher sind, einige täuschen Dich mit dem Umschlag und einige überraschen dich mit dem Inhalt. Ich liebe Reisen ... komm mit mir, es wird unser Liebes-Abenteuerurlaub. Ich bin ein Romantiker und möchte mit Ihnen ein harmonisches, aber kein langweiliges Leben führen; unsere Traumliebe – an einem weißen Strand voller Sonne u. Palmen ... unser Glück über pv im zweiten Anlauf, denn ich werde einfach verlassen! Bitte haben auch Sie Mut u. rufen Sie gleich an, handy 0172 – 3712035 oder E-Mail: EdgarHerbst@wz-mail.de Carsten@wz-mail.de – telefonisch auch gerne am Wochenende erreichbar.

Er, 67 Jahre, vorzeigbar, blaue Augen, 1,76 m, sportliche Figur, gepflegt, NR und NT, absolut ehrlich, fleißig und zuverlässig, mit schönem Haus und Garten, wünscht sich eine nette Frau bis 63 Jahre. Gerne mit Bildzuschriften, bitte keine E-Mail. Chiffre 95016

**Aus einem BALD sollte man viel öfter ein JETZT machen, bevor daraus ein NIE wird, daher meine Anzeige für DICH !**

**C H A R L O T T E , 69 J und 152 cm klein**, bin eine ganz alleinist. gut situierte Rentnerin, früher war ich Techn. Zeichnerin. „Schon jetzt an Weihnachten denken, ja“ – Gemeinsame Zeit verbringen, anstelle alleine einen Weihnachtsmarkt zu besuchen. Du solltest wissen, dass ich am 23.12. Geburtstag habe, Du mir also nur 1 Geschenk kaufen brauchst, lächle. Wenn du auch allein bist u. es ehrl. meinst, ist es unsere Chance über pv ins Glück. Ich möchte das ganze Leben mit Ihnen teilen und auch in ein paar Jahren bei Ihnen sein und Ihnen bei kleinen Wehwehchen helfen und Sie pflegen. Bin bestimmt nicht so perfekt aussehend wie Helene Fischer, singe dafür aber genauso lustig unter der Dusche. Wenn auch du allein bist, hoffentlich nicht perfekt bist, dann habe Mut, „gib uns die große Chance zu unserer Liebe + Glück“, Ich hoffe, dass ich durch diese Anzeige Ihre Aufmerksamkeit erregt habe + würde mich freuen, wenn Sie sich melden, um mich näher kennenzulernen. ☎ 0170 – 6113731 oder E-Mail an: CharlotteXmas@wz-mail.de.

**ES IST EINFACH, OHNE LIEBE ZU LEBEN. ABER DAS LEBEN HAT OHNE DIE LIEBE KEINE BEDEUTUNG.**

**ICH HEISSE R I C H A R D , bin 65 J und 183 cm groß, dunkelblonde Haare, blaue Augen und eine sportliche Figur.** Bin dynamisch, fröhlich, ein Mann mit Herz + sehr alleine. Ingenieur mit eig. Unternehmen und habe schon viel von der Welt gesehen, doch mir fehlt das wichtigste „DU“. Bin ehrlich, verlässlich, aufrichtig, habe schö. Haus, „den Beat im Blut“ und das Herz am rechten Fleck. Fühle mich in Joggingkleidung genauso wohl wie im Anzug. Meine Hobbys: Mountainbike, Fotografieren und Gleitschirmfliegen um Dich da unten zu finden, da ich Dich nicht gesehen habe, schreibe ich hier eine Anzeige. Ich wünsche mir Liebe, Zärtlichkeit, den Morgenkuss und den Sonnenuntergang zusammen erleben, einfach glücklich + zufrieden sein. Solltest Du Interesse haben, freue ich mich auf Deinen Anruf unter Tel. 0151 – 68535162, auch Sa. u. So. und bitte, bitte, Du musst nicht perfekt sein, Ehrlichkeit zu Dir, zu mir und zu uns reicht vollkommen aus, oder schr. ü. PV E-Mail an: Richard63@zeitung-wz.de.

Anna-Maria, 65 J., mit schönen blonden Haaren u. Top-Figur. Bin ganz natürlich, anpassungsfähig, familiär u. Sorge gerne für ein sauberes, kuscheliges Zuhause, in dem wir uns geborgen fühlen. Finde ich hier einen lieben Mann, der mit mir das Alleinsein beenden will? Kostenloser Anruf, Pd-Seniorenglück ☎ 0800-7774050

Lebensfroher, attr. Mann, 62 J., 177 cm groß, schlank, sportl., möchte attr., nette Frau bis 55 J. aus Raum MKK kennenlernen. E-Mail: gutgelaunt2024@t-online.de

**BEI MANCHEN MENSCHEN LÄCHELT MEIN GESICHT ... BEI ANDEREN MEIN HERZ ...**

**E L I S A B E T H , 76 J.** Guten Tag, lieber Unbekannter, habe durch Zufall die Anzeigen hier in der Regionalausgabe gelesen und mich sofort entschlossen, auch eine über pv-regional aufzugeben. Ich bin verwitwet, früher Bank Angestellte, jetzt Rentnerin. Ich lebe in besten finanz. Verhältnissen, mit schöner Wohnung in der Umgebung – doch was nützt das alles, wenn man alleine ist? Ich bin zärtlich, romantisch, liebevoll u. fühle mich sehr alleine. An diesen Herbstabenden wünsche ich mir die Wärme der Liebe zu spüren, Liebe u. Zärtlichkeit zu schenken, das wünsche ich mir. Ich habe keine großen Wünsche an meinen Partner, nur ehrlich sollten Sie sein. Gerne möchte ich Sie verwöhnen u. umsorgen – stellen Sie die Verbindung unserer Herzen her, Ihr Alter ist nebensächlich. Zum Glück bin ich gesund u. habe keine Probleme, außer die Einsamkeit. Mein Herz sagt, für mich gibt es noch einmal einen lieben Mann, mit dem ich zusammen sein darf. Ich könnte auch zu Ihnen kommen. Bitte rufen Sie gleich an, Tel.: 0151 – 56196728.

**VER MISST DU MICH DENN NICHT AUCH ?**

**N I N A , 57 J.** Bin eine alleinstehende intelligente, fröhliche Vorzeigefrau – egal ob im supermodischen Outfit, im Joggingdress oder mit Gummistiefeln. Ich bin ein „waches“, fröhliches, ehrliches Geschöpf mit strahlenden Augen und blonden Haaren, mit dem gewissen „ETWAS“, sexy schlanke Figur; Dame, Vamp u. Mädchen. Warum soll man sich eigentlich nicht durch eine pv Anzeige kennenlernen? – Dem Schicksal ein bisschen nachhelfen, damit ich „DICH“ finde. Ich habe kein Beuteschema bezogen auf Aussehen und Alterswünsche, Hauptsache, Du bist sympathisch, der Rest ergibt sich, wenn ich in Deine Augen sehe und mir ganz warm wird. Auf meine erste Anzeige hat sich niemand gemeldet, daher rufe Du jetzt bitte an, handy ☎ 0155 – 66721792, auch Sa. u. So., od. E-Mail an: NinaNinchen@inserat-wz.de.

Hildegard, 71 J., bin eine bodenständig., attrakt. Frau u. liebe es den Haushalt zu führen. Selbstverständlich bin ich mobil, aber leider als Witwe ganz allein. Es heißt doch immer, nichts passiert ohne Grund u. ich denke es ist Schicksal, dass Sie meine Annonce hier lesen. Rufen Sie üb. pv an, ich warte schon so lange auf Sie. ☎ 01520-8293309

Gertraud, 77 J., gutmütige Witwe, mit schöner frau. Figur, habe Freude am Kochen u. an der Haus-/Gartenarbeit. Wünsche mir einen lieben Mann bis 85 J., dem ich wieder etwas Glück ins Leben bringen kann. Ich komme gerne zu Ihnen oder hole Sie mit meinem Auto ab u. wir fahren etwas spazieren. pv ☎ 0176-34488463

Symph. Pensionär mit Niveau, diskret, Anf. 80/174, jünger auss., zuverl., bodenständig, häusl., schlk., gut sit., NR, naturverb., wünscht nete warmh., lb. "Sie" plus / minus 70 J. mit natürl. Ausstrahl. u. Güte für ehrl. Bezieh. kennen zu lernen. Zuschr. (evtl. m. Foto) erb. an Chiffre 95055

Wer hat Lust auf einen Herbstspaziergang im Bad Nauheimer Kurpark? In der Gruppe drehen wir unsere gemütliche Runde (ca. eine Stunde) durch den Park. Anschließend kehren wir noch in ein schönes Café ein. ☎ 06034/049464.

Er 61 J., 91 kg, 1,74 m, suche Sie bis 65 J zum Lieben + Leben. Wenn ich nicht mind. 1 m größer sein muss als du, und du auch nichts gegen einen Bauch hast, dann melde dich. Chiffre 95092

Ich, 84 J., verwitwet, einsam, suche lieben einsamen Menschen zum Reden, um Freizeit u. Nettos zu verbringen. Über ernsthafte Beziehungen würde ich mich freuen. Chiffre 94933

### Dienstleistungen



Service rund um Haus und Garten: Hausmeisterservice, Gartenpflege u. Umgestaltung, Baumfällung, Obstbaum- u. Gehölzschnitt, Mäharbeiten, Brennholzaufarbeitung, Kleingeräte 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, Fassadendämmung/Außenputz, Gerüst stellen, Demontearbeiten, Renovierungen aller Art. ☎ 0171/5140161

Fahrer mit Bus hat noch Termine frei, zwecks Entsorgung von mehreren Altmöbeln. Z.B. Couch, Schlafzimmer, Schränke usw. Bei Interesse anrufen ☎ 0152/06133318

Elektriker hat Termine frei. Ich biete auch komplette Fotovoltaikanlagen inkl. Montage an. ☎ 0151-19131096

### Dienstleistungen

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

Landschaftsgärtner: Baumfällarbeiten, Heckenschnitt, Gartengestaltung, Wege- und Terrassenbau, Gartenarbeiten aller Art. ☎ 0179/7404098 A. Yildiz

Fliesenleger/Fußbodentechniker hat Termine frei. Wir verlegen Fliesen, machen komplette Bäder und Fußböden aller Art. ☎ 0151-19131096

### Freizeit

Sie, 64, verw., wünscht sich nette Freundin für gemeinsame Unternehmungen und Gedankenaustausch. Chiffre 95098

### Haushaltsauflösungen

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

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

Der Kinzigtaler. Haushaltsauflösung und Entrümpelung aller Art. Von Keller bis Dachboden, verwertbares wird angerechnet, sowie Kleintransporte mit Sprinter ☎ 0172/6866703

### 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 Wertschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskrete Barabwicklung vor Ort von Mo. - So., 8 - 21 Uhr. ☎ 06031-7769834

Herr Kunzmann 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 Wertschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo.-So 8-20 Uhr ☎ 06104/9879935

Frau Amalia kauft Pelze, Nerze, Silberbesteck u. Uhren aller Art. Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Briefmarken, Münzen, 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

Rennrad gesucht, ob Alt oder Neu. ☎ 0176-98551138

### Kaufgesuche

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

Fr. Daniel kauft an: aller Art, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Figuren, Porzellan, Schallplatten, Eisenbahnen, Leder- u. Krokotaschen, Silberbesteck, Bleikristall, Zinn, Modeschmuck, Möbel, Kleider, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Gardinen, Uhren, Münzen, Bernstein, Perlen, Bilder, Gobelins, Messing, Teppiche, Orden, Ferngläser, Puppen, Perücken, Krüge, komplette Nachlässe sowie Haushaltsauflösungen. Kostenlose Besichtigung sowie Wertschätzung, 100% seriös u. diskret. Barabwicklung vor Ort, Mo-So von 8-21 Uhr. ☎ 069/17516793

### Reinigung

Blitz Blank! Fenster/Rahmen, Wintergartenreinigung gefällig od. Grundreinigung Ihrer Wohnung? Wir reinigen auch Ihre Wohnung alle 14 Tage, auch Teppiche/Teppichböden, Polstermöbel u. Matratzen, antiallergisch, farbfrisch wie neu mit Geruchsbeseitigung und Langzeit Imprägnierung. 52 Jahre Ralf Hüber Meisterbetrieb: ☎ 06101-3132

### Rund ums Haus

Maler-/Tap.-Arb. m. allen Nebenarb., Parkett/Laminat/Fliesen, Teppbo., Sie brauchen nicht auszuräumen! Auch Holz/Rigips, Sanitär, neue Bäder, auch fugenlos, Hgz./Klima, Elektr., Verputz (auch Lehmputze), Fe-/Dachfe. + kpl. Dachausb. + Altbauanierung (auch Abbrucharb. u. Neuaufbau), sowie Fassadenarbeiten. (52 J. Erfahrung) Meisterbetrieb Ralf Hüber, ☎ 06101-3131 www.hueber-innenausbau.de

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

### Tiermarkt

Kanarien zu verkaufen. ☎ 06055/1562

### Umzug

Umzüge

seit über 50 Jahren

**H. Schilling**

Nah und fern – Lagerung

Gelnhausen ☎ 06 501/887458

Hanau ☎ 06181/21700

www.umzuege-schilling.de

### Verkäufe

Kommen, schauen, Schnäppchen machen in den Neuburger Möbelhallen bei 100% Qualität 100% Leistung. Günstiger als alle vergleichbaren Mitbewerber. Neu: Die schnelle Qualitätsküche Ruck Zuck. Alle Möbel zu Profi Discountpreisen. Statt Traumprozenzte echte Leistungsangebote. Küchen, Betten, Tische, Stühle, Couches. Möbellandhallen Neuburg, Im Unterfeld 2, 63543 Neuburg, Mo.-Fr. 10-18 Uhr, Sa. bis 16 Uhr. ☎ 06183/8991911

Trapezbleche 2. Wahl: 2 m u. 3 m ab 7,99 €/m². Trapezbleche 1. Wahl: versch. Längen, Farben, Profile, ab 12,99 €/m², ca. 20.000 m² auf Lager. Birstein: ☎ 06054/9071127

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

## BESTELLSCHEIN FÜR EINE PRIVATE KLEINANZEIGE

|                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Mittelhessen-Bote am Samstag                                                                                                                                                                                           | inklusive Neue Zeitung | Preis pro Erscheinung Gesamtausgabe                                                                            | bis zu 5 Zeilen 27,50 € | jede weitere Zeile 4,70 €                                                         |
| Anzeigentext Rubrik ▶                                                                                                                                                                                                                           |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
| ▼                                                                                                                                                                                                                                               |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
| 1 Text in Blockschrift in die Kästchen eintragen.                                                                                                                                                                                               |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
| 2                                                                                                                                                                                                                                               |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
| 3                                                                                                                                                                                                                                               |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
| 4                                                                                                                                                                                                                                               |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
| 5 Ab hier wird jede weitere Zeile gem. obenstehender Preise berechnet. (Leerzeichen beachten)                                                                                                                                                   |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
| Wenn eine Bankverbindung eingetragen ist, ermächtige ich den Verlag mit meiner Unterschrift zum Bankinzug mittels Sepa-Basislastschrift (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE 53 ZZZ 00000 415339). Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt. |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |
| <input type="checkbox"/> Chiffre-Anzeigen ZUSÄTZLICH Chiffre-Gebühr von 5,- € (eingehende Zuschriften werden Ihnen zugestellt)                                                                                                                  |                        | <input type="checkbox"/> Rechnung Bei Rechnungsstellung werden 7,50 € Bearbeitungsgebühr zzgl. MwSt. berechnet |                         | <input type="checkbox"/> sollen abgebucht werden (bitte Bankverbindung eintragen) |
| Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen · Tel. (060 51)833 244 · Fax (060 51)833 255 · E-Mail: anzeigenabteilung@gnz.de                                                                                                                            |                        |                                                                                                                |                         |                                                                                   |

# Schön wegfegen

Wie Sie Herbstlaub im Garten gut nutzen können

An den Bäumen sieht es hübsch aus, doch sammelt sich gefallenes Laub im Garten und auf Gehwegen, kann man sich schon mal die Frage stellen: wohin mit den vielen Blättern? Zunächst einmal: Auf Gehwegen sollten sie nicht liegen bleiben, sonst droht Rutschgefahr. Entfernen müssen Sie das Laub zwar zunächst einmal nur auf Ihrem eigenen Grundstück. Hat die Gemeinde die Pflicht zum Kehren der Bürgersteige auf die Hauseigentümer übertragen, müssen diese allerdings auch dort Laub entfernen. Darauf weist die Verbraucherzentrale NRW hin. Rutsch jemand auf dem Laub aus, kann es sonst unter Umständen teuer werden. Und auch Mieter können an der Reihe sein. Nämlich dann, wenn Eigentümerinnen und Eigentümer ihre Fegedienstplichten an die Mieter weitergereicht haben. Ob das bei Ihnen der Fall ist, verrät ein Blick in den Mietvertrag. Denn dort muss diese Regelung laut den Verbraucherschützern festgehalten werden.

## Laub kann auch mal liegen bleiben

Loswerden können Sie das



Auf Gehwegen sollte Laub wegen der Rutschgefahr nicht liegen bleiben.

Foto: Roland Weihrauch/dpa/dpa-mag

Laub dann übrigens in der Biotonne oder auf dem eigenen Kompost. Ist es stark verschmutzt oder von Krankheiten oder Pilz befallen, können kleine Mengen laut Verbraucherzentrale NRW auch in der Restmülltonne entsorgt werden. Manche Gemeinden bieten demnach auch spezielle Behälter oder Säcke für Laub an, die separat abgeholt werden. Informieren Sie sich dazu am besten beim Entsorger vor Ort.

Und im Garten? Da kann Laub auch ruhig mal liegen bleiben, etwa unter Bäumen, auf Gemüsebeeten und unter Stauden. Das erspart nicht nur das

Wegräumen, sondern hat auch Vorteile für den Boden. Denn die gefallenen Blätter bieten hier einen Schutzmantel. Regnet es stark, bleiben der Verbraucherzentrale NRW zufolge mehr Mineralien in der Erde. Aus dem übrigen Laub kann man in einer Ecke des Gartens einen Laubhaufen bauen. Der bietet Igel und Co. einen Unterschlupf für den Winter.

## Gras verträgt keine dicke Laubdecke

Verrotten die Blätter, kann man den Humus im Frühjahr dann anstelle von Gartenerde

nutzen. Nur auf dem Rasen sollte keine dicke Schicht Laub liegen bleiben. Denn Gras kann auch im Winter weiterwachsen, wenn auch langsamer. Fehlen ihm dann Nährstoffe und Licht, wird der Rasen gelb. Am besten räumen Sie die Blätter also mit dem Rechen auf den Laubhaufen oder Kompost. Auf Laubbläser und Laubsauger sollte man besser verzichten. Sie sind nicht nur laut. Für Frösche, Spinnen, Regenwürmer und andere Gartentiere können sie laut Umweltbundesamt auch lebensgefährlich werden.

## Mehr sprechen und spielen

Smartphone-Verbote in Schulen haben einen messbaren Effekt auf das soziale Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern. Das hat Klaus Zierer in einer Übersichtsstudie herausgefunden. Er ist Professor für Schulpädagogik an der Universität Augsburg. „Man stellt fest, dass bei einem Smartphone-Verbot in der Schule das Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler steigt“, sagt Professor Zierer. „Die Kinder fühlen sich wohler und gehen lieber in die Schule, weil in den Pausen mehr miteinander gesprochen und gespielt wird.“ Seien die Kinder stattdessen mit ihren Smartphones beschäftigt und etwa in den sozialen Medien unterwegs, reichten dadurch Phänomene wie Cyber-Bullying auch in die Schulzeit hinein. „Mit einem Smartphone-Verbot ist die Schule ein gewisser Schutzraum“, sagt der Pädagoge.

## Auto & Verkehr

### Pkw Ankauf

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

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

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

### Reisemobile

Familie mit Kind sucht Wohnmobil oder Wohnwagen, ausschl. von privat! Bitte einfach mal alles anbieten! Wir freuen uns auf Ihren Anruf! ☎ 0178/5359289

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

## HÜTTL Aktionswoche

**NOV 2024**  
04.-09. Montag - Samstag  
9:00 - 17:00 Uhr

**Bis zu 35% Rabatt auf Gebrauchtfahrzeuge aus unserer Vermietung!**

Profitieren Sie von Sonderpreisen auf Lagerfahrzeuge!

Attraktive Zubehöraktionen bei Neukauf!

Sparen Sie zusätzlich 15% bei der Buchung Ihres nächsten Camping-Urlaubs!

**KNAUS** **WEINBERS** **TABBERT** **RENTAL**

**HÜTTL CARAVANING**  
www.caravan-huettl.de

HÜTTLrent GmbH  
Robert-Bosch-Str. 2-4  
63477 Maintal

### Stellengesuche

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

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

### Stellenangebote

Hotel Parqéo in GN sucht Rezeptionist m/w/d und Servicekräfte m/w/d in TZ oder Minijob. ☎ 0151/15225558

## StellenMarkt

### Stellenangebote

Qualifizierter erfahrener Hochregalstaplerfahrer (m/w/d) ab 01.12.24 in Linsengericht gesucht. Waren veräumen, scannen und kommissionieren innerhalb des Lagers. Be- und Entladearbeiten mit Stapler. Verpackungsarbeiten, Warenannahme und Ausgabe, Daten in PC pflegen. Verantwort, Flexibilität und Motivation. Bis zu 30 Urlaubstage, Urlaubs- & Weihnachtsgeld, 7St/Tag, 17€/St. Werbung an xzconsulting@web.de

Suche ab sofort Mitarbeiter/-in für kleinen landwirtschaftlichen Privatbetrieb (Pferde, Hühner, Enten) in Gründau-Breitenborn. 5 Tage die Woche, von 7:30 Uhr bis 9:30 Uhr/10:30 Uhr. Zusätzliche Arbeitsstunden nach Vereinbarung möglich. ☎ 0172-2159757

Suche Reinigungskraft, 14-tägig, 4 Stunden, bei älterem Ehepaar in Meerholz. ☎ 06051/68351

Beschichtungsfachmann oder Maler mit Erfahrung in Bodenbeschichtungen und Bauhelfer mit Führerschein bei bester Bezahlung ab sofort gesucht. Rödling Beschichtungssysteme, Lohmühlenweg 20, Gelnhausen. ☎ 0170/8245185 oder 06051/471982

Flexible Reinigungskraft für Wächtersbach gesucht. Montag - Samstag. 11:30 Uhr - 15:30 Uhr. Bei Interesse gerne melden unter ☎ 01512-1317271

**MKK**  
MAIN-KINZIG-KREIS

**Geschäftszeichen: 11.1/2/101/2024**

Für das Amt für **Gesundheit und Gefahrenabwehr, Sachgebiet Abwehrender Brandschutz, Zivil- und Katastrophenschutz**, suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen/eine

**Atemschutzgerätewart/-in (m/w/d) für die Atemschutzwerkstatt Wächtersbach**

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

## TANZ' VOR FREUDE!

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

- Sinntal alle Ortsteile

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 833292 oder -293 · E-Mail: [vertrieb@gnz.de](mailto:vertrieb@gnz.de)

# Immobilienmarkt

### Garagen

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

### Grundstücke

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

### Immob.-Gesuche

Pferdewirtin sucht Bauernhof!  
**3000€ Belohnung!**  
Fvl-Makler · Tel. 06021-4424400

### Immobilien

2-Familienhaus in Birstein OT Obersotzbach, 232 m² WF, 1.111 m² Grundstück, zwei 4-Zimmer-Wohnungen + ausbauf. Dachgeschoss. Verkehrswert: 170.000,-€. Kontakt u. weitere Infos bei ImmoScout24 (Expose: 153864355). u. E-Mail: [DomMain@mail.de](mailto:DomMain@mail.de)

Biebergemünd-Breitenborn: Pensionsgebäude mit Tierhaltung privat zu verkaufen. Wohnfläche 278 m², Grundstück 1900 m², unweit Grundstücke mit Unterstellmöglichkeit für Tiere. Keine Makler, nur privat. Näheres unter ☎ 0176-37686881

Suchen Wohnung zum Kauf, Hanau & Umgebung. 2-3 Zimmer, bis 80 m², BJ ab 1960, ggf. Balkon + PKW-Stellplatz, renovierungsbedürftig. KP: VB. ☎ 0176-75867246

### Vermietungen

Geisltitz: DG-Wohnung mit Dachbodenausbau, 2 Balkone, 5 Zimmer, Waschraum, WF 110 m², Miete 920,-€, Umlagen 175,- €, Kaution 3 Kalt-Mieten, Schufa-Auskunft erwünscht. ☎ 0163-4875812

DG-Whg. in Linsengericht-Geisltitz mit ausgebautem gr. Dachboden, 3 ZKB, gr. Diele, 110 m² Wfl., Waschraum. KM 920,-€ + 175,-€ Uml. + 3 MM Kt. (Bitte mit Schufa od. Mieterselbstauskunft ☎ 0163/4875812

Neuberg/Ravolz., 3 ZKB, 74 m², ZH, 1 Kellerraum, vollst. renoviert, bevorzugt an Paar mittleren Alters, NR, keine HT, 670,-€ KM + 220,-€ Uml. + 3 MM Kt ☎ 06183/71388

Ruhige, moderne 3-Zi. Wohn. in 2 Fam. Haus in Biebergemünd. EBK, Bad, Gäste WC, Terrasse, 105 m², 1.250,-€ warm. ☎ 01605-242377

GN Höchst, 3 Zi, Küche, Bad, Balkon, ca. 85 m², auf Wunsch teilmöbliert, Kaltmiete 700,-€ plus NK. ☎ 0179/1292479 (von 9 bis 19 Uhr)

**Mieterbund Fulda und Umgebung e.V.**  
**Rechtsberatung auch in Schlüßtern durch Anwälte**  
Anmeldung unter: (0661) 72105 oder [info@mieterbund-fulda.de](mailto:info@mieterbund-fulda.de)  
Jetzt Mitglied werden und sofort profitieren!  
[www.mieterbund-fulda.de](http://www.mieterbund-fulda.de)

**Mittelhessen-Bote**  
*Finden + Verkaufen*  
Telefon 06051 833-241

**MKK**  
MAIN-KINZIG-KREIS

**Geschäftszeichen: 11.1/2/100/2024**

Für das Amt 63 - Planen, Bauen und Wohnen suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt

**Sachbearbeiter\*innen (m/w/d) für die Wohngeldbehörde**

in Voll- und Teilzeit mit einer abgeschlossenen Ausbildung zur/zum Verwaltungsangestellten oder einem vergleichbaren Ausbildungsabschluss im öffentlichen Sektor sowie möglichst Berufserfahrung in der Sachbearbeitung.

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

**CHANCE GEHT BERLIN**

Dein Job im Jobcenter

**Kommunales Center für Arbeit Jobcenter**  
Anstalt des öffentlichen Rechts des Main-Kinzig-Kreises

**FALLMANAGER\*INNEN (m/w/d)**

KCA-Standorte Gelnhausen, Langenselbold, Hanau – befristet

**KOORDINATION ARBEITSMARKT -/ INTEGRATIONSPROJEKTE (m/w/d)**

KCA-Zentrale Gelnhausen – unbefristet

**MITARBEITER IM FÖRDERUNGSWESEN (m/w/d)**

KCA-Zentrale Gelnhausen – befristet

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](http://www.kca-mkk.de/jobs)

# NORMA®

# MAXIMAL sauber!

ab Montag, 28. Oktober



**Waschmittel Pulver**  
**Universal oder Color**  
6-kg-Packung für 100 Waschlösungen (pro Waschgang –,09);  
**Gel Universal oder Color**  
3,305-l-Flasche für 110 Waschlösungen (pro Waschgang –,08) je Artikel



**XL JUMBOPACK**  
**100 WL**  
**110 WL**  
UVP 14,99  
**8,99\***  
**40% billiger**  
24 Auch online

**WC Stein Power 5**  
**Ocean, Lime oder Magnolia**  
3x50-g-Packung (1 kg = 22,20) je Packung



**3er-Pack**  
**3,33\***  
zum Vergleich: UVP 1-Stück-Packung = 1,59  
**20% billiger**



**HEITMANN Flecken-Spray**  
**intensive Wäsche-vorbehandlung**  
250-ml-Spray (1 l = 11,16) je Spray  
UVP 3,49  
**2,79\***  
**20% billiger**

**Spül-/Waschmaschinen-Pflege**  
**intensiv-Spülmaschinen-Pflege**  
Citrus- oder Orangenduft oder Waschmaschinen Pflege-Reiniger mit Frischduft 2x250-ml-Flasche (1 l = 3,98) je 2er Pack



**2er-Pack**  
**1,99\***  
Auch mit Orangenduft!



**HEITMANN Färbetücher Ultra-Schwarz/Wäsche-Weiß Tücher**  
**intensives Schwarz für vergraute Textilien, 10-Stück-Packung oder Wäsche-Weiß Tücher 20-Stück-Packung je Packung**  
**18% billiger**  
zum Vergleich: z.B. UVP Färbetücher Ultra-Schwarz = 2,99  
**2,45\***



**Dr. Beckmann Flecken-Bürste**  
**für Polster 400-ml-Flasche (1 l = 8,73) oder Teppich 650-ml-Flasche (1 l = 5,37) je Flasche**  
**11% billiger**  
UVP 3,95  
**3,49\***  
WEITERER ARTIKEL  
WC-Schaum  
3x100-g-Packung: 2,95 (1 kg = 9,83)



**Kaki Spanien**  
Kl. I, Sorte: Rojo  
Brillante  
1,5-kg-Packung (1 kg = 1,66) je Packung  
**XXL • 1,5 kg!**  
**2,49\***



**Zitronen Spanien**  
Kl. I, große, ausgewählte, saftige Früchte, 2-kg-Netz (1 kg = 1,90) je Netz  
**neue Ernte**  
**XXL • 2 kg!**  
**3,79\***



**Metzger-zwiebeln Spanien**  
Kl. I, Kal. 80/90 + 90/100 mm, besonders große Gemüsezwiebeln, geeignet für Salate und Schmorgerichte, 3-kg-Netz (1 kg = 1,11) je Netz  
**XXL • 3 kg!**  
**3,33\***  
**extra groß!**



**STOP! billiger**  
**+ gratis!**  
**35% billiger**  
UVP 13,98  
**8,99\***  
**12er PACK**



**Bier aus Mexiko**  
10x0,355-l-Flasche + 2 Flaschen gratis, zzgl. 12x –,08 Pfand (1 l = 2,11)  
**42% billiger**  
zum Vergleich: UVP Einzelpackung = –,59  
**1,69\***  
**5er PACK**



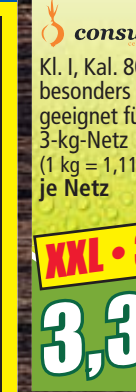
**Reeva Instant-Nudelgericht**  
asiatischer Art mit Rind-, Gemüse- oder mit Hühnerschmack  
4x60-g-Packung + 1x60-g-Packung gratis, ergibt 5x300 ml = 1500 ml (1 l = 1,13) je Packung  
**4,99\***  
**420 g**  
**40 g gratis**



**Vita Gebrannte Nüsse XXL**  
**Mandeln oder Erdnüsse**  
380-g-Packung + 40 g gratis (1 kg = 11,88) je Packung  
**13% billiger**  
UVP 2,29  
**1,99\***  
**5er PACK**



**mentos Kaudragees**  
**Big Pack Fanta, mint oder fruit**  
4 Rollen + 1 Rolle gratis, 190-g-Packung (1 kg = 10,47) je Packung  
**13% billiger**  
UVP 2,29  
**1,99\***  
**5er PACK**



**mentos Kaudragees**  
**Big Pack Fanta, mint oder fruit**  
4 Rollen + 1 Rolle gratis, 190-g-Packung (1 kg = 10,47) je Packung  
**13% billiger**  
UVP 2,29  
**1,99\***  
**5er PACK**

# ➔ BIS ZU 51% SPAREN

**TOPTEX® Funktionsjacke 3 in 1**  
für Damen und Herren  
• Oberjacke 100 % Polyamid, wasser- und winddicht durch versiegelte Nähte • Futter 100 % Polyester  
• Fleece-Innenjacke 100 % Polyester  
• Fleecegefütterter Stehkragen  
• Mit Reflektordruck • Damen-Größen M (40/42) – XL (48/50)  
• Herren-Größen L (52/54) – XL (56) je Jacke

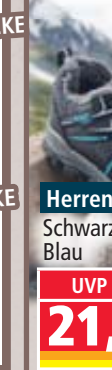


**34,99\***  
**4.000 MM WASSERSÄULE!**  
Anthrakit/Mud Marine/Blau Anthrazit-Melange/Petrol Rhododendron/Grau-Melange  
Herren Herren Damen Damen  
Mit atmungs-aktiver und wärme-isolierender Membran



**34,99\***  
**4.000 MM WASSERSÄULE!**  
Anthrakit/Mud Marine/Blau Anthrazit-Melange/Petrol Rhododendron/Grau-Melange  
Herren Herren Damen Damen  
Mit atmungs-aktiver und wärme-isolierender Membran

**Outdoor-Schuhe** für Damen oder Herren • Strapazierfähiges und pflege-leichtes Ober-material • 3M-Scotchlite™-Reflektoren für mehr Sichtbarkeit im Dunkeln • Profilierte und flexible TPR-Laufsohle • Damen-Größen 38–40 • Herren Größen 41–44 je Paar



**Herren**  
Schwarz/Blau  
UVP 44,95  
**21,99\***  
**51% billiger**



**Damen**  
Navy/Multi  
Kuscheliges, textiles Warmfutter



**Damen**  
Navy/Multi  
Kuscheliges, textiles Warmfutter



**Damen**  
Navy/Multi  
Kuscheliges, textiles Warmfutter



**Damen**  
Navy/Multi  
Kuscheliges, textiles Warmfutter



**Damen**  
Navy/Multi  
Kuscheliges, textiles Warmfutter



**Damen**  
Navy/Multi  
Kuscheliges, textiles Warmfutter



**Damen**  
Navy/Multi  
Kuscheliges, textiles Warmfutter

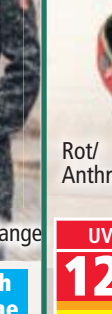


**ElleNor Kuschelfleece-Pullover**  
für Damen • 100 % Polyester • Modischer Oversize-Fleece-Sweater  
• Mit Reißverschluss und Kapuze • Größen S (36/38) – XXL (52/54)  
Grau  
je Pullover  
**14,99\***  
Schwarz



**ElleNor Strickfleece-Mantel**  
für Damen, mit Kapuze  
• Leicht tailliert, in trendiger Länge  
• Mit modischer Applikation  
• 100 % Polyester  
• Größen S (36/38) – XL (48/50) je Mantel  
Wärmend und weich  
Rot-Melange  
Schwarz-Melange  
Grün-Melange  
**13,99\***  
24 Auch online

**Hausballerinas** für Damen • Obermaterial aus 100 % italienischem Nadelfilz aus recyceltem Polyester • Wörischofer Fußbett mit herausnehmbarer SOFT-PU Einlegesohle • Deutsche Bequemleisten • Größen 37–41 je Paar



**UVP 22,90**  
**12,99\***  
**43% billiger**



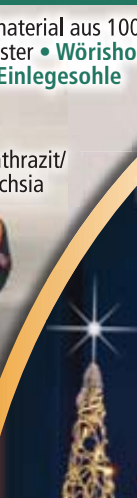
**UVP 22,90**  
**12,99\***  
**43% billiger**



**UVP 22,90**  
**12,99\***  
**43% billiger**



**UVP 22,90**  
**12,99\***  
**43% billiger**



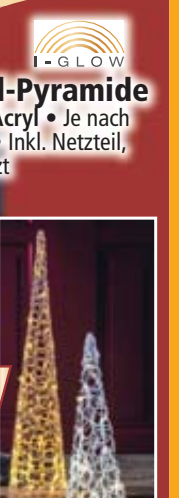
**UVP 22,90**  
**12,99\***  
**43% billiger**



**UVP 22,90**  
**12,99\***  
**43% billiger**



**UVP 22,90**  
**12,99\***  
**43% billiger**



**UVP 22,90**  
**12,99\***  
**43% billiger**



**CARFI Kfz-Scheiben-Frostschutzkonzentrat**  
**5 Liter** • Verhindert das Einfrieren der Scheibenwaschanlage (1 l = 1,20)  
• Mit Citrusduft  
• Wirksam bis –30 °C  
• Fächerdüsen-geeignet  
**5,99\***  
**5 LITER**



**KRAFT Gartenbauschrauben**  
• Korrosionsklasse C4 – rostgeschützt  
Spengler-schrauben 4,5 x 25 mm, 132 Stk.  
**NEU**  
je Ausführung  
**6,99\***  
Verschiedene Ausführungen von 3,5x30 mm bis 6x120 mm erhältlich



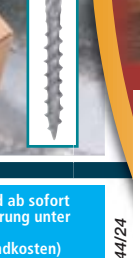
**24** Artikel mit „Auch online“ sind ab sofort in dieser oder anderer Ausführung unter [www.norma24.de](http://www.norma24.de) bestellbar (Preis inkl. MwSt., zzgl. Versandkosten)



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



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



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



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



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



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



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

# NORMA®

[www.norma-online.de](http://www.norma-online.de)

DIE NEUE **NORMA®-APP** IST DA!



**NEU**

**DIE GANZE NORMA-WELT IN EINER APP!**  
➔ Filialangebote  
➔ Online-Prospekte  
➔ Norma24-Onlineshop

Hier gratis downloaden oder updaten

