

Wetterauer Wochen-Bote



Schön wegfegen

Wie Sie Herbstlaub im Garten gut nutzen können



Mittelhessen-Bote

auch als kostenloses E-Paper
www.bote.de



KW 43, Samstag, 26. Oktober 2024

Das Mitteilungsblatt im Wetteraukreis

Ausgabe H 2 + 3

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 Laubbläser-Begeisterung in meiner Nachbarschaft seit letztem Jahr exorbitant gestiegen ist – irgendeiner läuft immer. 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 Laub fegen 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

„Die Hex‘ soll brennen!“

Friedberg. Abendliche Stadtführung mit dem Schwerpunkt auf der Zeit der Hexenverfolgung in Friedberg ganz nahe am Datum Halloween. Es war eine grausame Zeit: Kriege, die über Jahrzehnte gingen, haben in unserer Region ganze Landstriche entvölkert, die Menschen verroht, gepaart mit Missernten und reichlich Aberglauben entstand der Hexenwahn. Durch dieses dunkle Kapitel der Stadtgeschichte führt am Freitag, dem 1. November, um 19 Uhr, die Natur- und Kulturführerin Annette Miksch in mittelalterlicher Gewandung. In etwa 1,5 Stunden werden mögliche Stätten des Geschehens besucht. Wer war betroffen? Was stand diesen Frauen bevor? Der Teilnehmerbeitrag für die Führung beträgt für Erwachsene 7 Euro. Weitere Informationen unter anmi@natur-kultur-wetterau.de oder per Telefon unter 06047/9770193. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Der Treffpunkt ist an der Stadtkirche am Brautportal, südlicher Eingang im Chorbereich.

Ihr Draht zu uns:

Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG

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

Neue Blütenkönigin für 2025/26 gesucht

Rosbach v. d. Höhe unterstützt ein besonderes Ehrenamt

Rosbach. Die Stadt Rosbach v.d. Höhe bietet jungen Frauen die Möglichkeit, sich für ein Jahr ehrenamtlich zu engagieren: Eine neue Blütenkönigin für das Jahr 2025 wird gesucht! Die amtierende Blütenkönigin Sophia I. repräsentiert seit April 2024 ihre Heimatstadt und gibt im April 2025 die Krone auf dem nächsten Blütenfest symbolisch weiter. Sophia besuchte während ihres Jahres als Blütenkönigin nicht nur die verschiedensten Veranstaltungen in Rosbach, sondern fuhr zudem als Repräsentantin der Stadt auch in andere hessische Regionen und wird uns in die Partnerstadt

Netzschkau im Dezember begleiten. Jedes Jahr bietet neue, interessante Veranstaltungen und so darf sich die neue Blütenkönigin ebenfalls wieder auf ein spannendes Jahr freuen und aussuchen, welche Veranstaltungen sie, als Repräsentantin der Stadt, gerne besuchen möchte. Neben der Kleiderausstattung und den Fahrtkosten erhält die neue Repräsentantin der Stadt auch ein Tablet oder Handy – je nach Wunsch. Interessentinnen können sich ab sofort mit einem kurzen Schreiben unter kultur@rosbach-hessen.de bewerben oder sich unter Tel 06003/822212 vorstellen.



Die neue Blütenkönigin kann sich ganz sicher auf ein spannendes Jahr mit vielen interessanten Veranstaltungen freuen.

Alte Synagoge erstrahlt bald in neuem Glanz

Wetteraukreis fördert denkmalgerechte Sanierung des Kulturdenkmals in Nieder-Mockstadt

Florstadt. Der Wetteraukreis unterstützt die Sanierung der ehemaligen Synagoge in Florstadt-Nieder-Mockstadt mit einem Zuschuss in Höhe von 2.500 Euro.

Bei einem Ortstermin übergab Landrat Jan Weckler den Förderbescheid an Bürgermeister Daniel Imbescheid und Bauverwaltungsmitarbeiterin Joanna

Kavelmacher. Mit der finanziellen Unterstützung würdigt der Wetteraukreis das vorbildliche Engagement der Stadt für den Erhalt des bedeutenden Kulturdenkmals. Die Synagoge, die aus dem Umbau einer Scheune im Jahr 1836 hervorgegangen sein soll, spielte einst eine zentrale Rolle im Leben der jüdischen Gemeinde von Nieder-Mockstadt. Während der Novemberprogrome 1938 wurde das Innere des Gebäudes zerstört, anschließend stand es viele Jahre lang leer. Es wechselte später in den Besitz der Stadt, die darin 1952 ein Feuerwehrgerätehaus einrichtete. Im Sommer 2022 beschloss das Stadtparlament die denkmalgerechte Sanierung. Künftig sollen in dem historischen Gebäude

Archivalien zur jüdischen Gemeinde sowie das Stadtarchiv untergebracht werden. Der Wetteraukreis unterstützt die Sanierung im Rahmen seines Engagements für den Erhalt historischer Bauten im Kreisgebiet, so Landrat Jan Weckler: „Es ist wichtig, wertvolle Kulturdenkmale wie die Alte Synagoge zu erhalten. Sie sind nicht nur Zeugnisse unserer Geschichte, sondern auch Orte der Erinnerung und Mahnung.“ Die Stadt Florstadt habe für die Baumaßnahme ein vorbildliches Gesamtkonzept entwickelt – von der sorgfältigen Untersuchung bis hin zur behutsamen Umsetzung, so der Landrat: „Dieses Engagement unterstützt der Wetteraukreis gerne.“



Landrat Jan Weckler übergibt den Zuwendungsbescheid an Bürgermeister Daniel Imbescheid und Joanna Kavelmacher, Mitarbeiterin der städtischen Bauverwaltung.

„Radfahren gemeinsam neu entdecken“

Mit der Rikscha durch Friedberg

Friedberg. Einfach aufs Rad schwingen, die frische Luft genießen und die Umgebung mit allen Sinnen wahrnehmen: Für viele ist das Radfahren mehr als nur eine Fortbewegungsart – es ist Lebensfreude pur. Doch was ist mit den Menschen, die nicht selbst in die Pedale treten können? In Friedberg gibt es nun eine wunderbare Möglichkeit, das Radfahren auf ganz neue Art zu erleben. Im Rahmen der Aktion „Radfahren gemeinsam neu entdecken“ hat die Stadt eine besondere Rikscha vom Land Hessen zur Verfügung gestellt bekommen. Diese Initiative richtet sich an Menschen mit be-

sonderen Bedürfnissen und schenkt ihnen die Chance, die Fahrradfreude (wieder) zu erleben. Das Land Hessen unterstützt Kommunen bereits seit einigen Jahren mit E-Bikes und Lastenrädern zum Testen. Neu im Angebot: Fünf Rikschas, die für besondere Fahrten bereitstehen. Ermöglicht wird dies in Zusammenarbeit mit dem Verein „Radeln ohne Alter Deutschland“, der sich für mehr Mobilität und Lebensfreude im Alter einsetzt.

Gemeinsam Fahrradfreude teilen

„Es ist uns eine große Freu-

de, Teil dieser wunderbaren Aktion des Landes Hessen zu sein“, betont Friedbergs Bürgermeister Kjetil Dahlhaus. „Mit der Rikscha können wir unseren Bürger unvergessliche Momente schenken und ihnen eine Auszeit vom Alltag bieten. Diese gemeinsame Zeit ist unschätzbar.“ Das Projekt lebt vom Engagement der Friedberger Gemeinschaft: Wer Lust hat, ehrenamtlich als Rikscha-Fahrer oder -Fahrerin tätig zu werden, ist herzlich willkommen. Vor dem Start gibt es ein Fahrraining, sodass alle sicher und gut vorbereitet auf die Reise gehen können. „Gemeinsam radeln, lachen,

neue Kontakte knüpfen und Geschichten austauschen – all das macht diese Fahrten so besonders“, so Bürgermeister Dahlhaus weiter. Besonders erfreulich: Die Aktion entstand auf Initiative der Klimaschutzmanagerin der Stadt Friedberg, Dr. Alena Rohn-Nemudrova. Sie möchte damit zeigen, dass klimafreundliche Mobilität keine Frage des Alters, sondern in jeder Lebensphase machbar ist und dabei viel Freude bereitet. Interessierte können sich bei ihr melden. Jeder kann mitmachen und mit ein wenig Zeit und Freude anderen etwas Großartiges zurückgeben.

Kinder-Flohmarkt

Reichelsheim. Am 2. November von 17 bis 19 Uhr findet wieder der bereits weit über Reichelsheims Grenzen hinaus bekannte, sortierte Kindersachen-Flohmarkt im Bürgerhaus Weckesheim (Kastanienweg 15 in Reichelsheim) statt. Engagierte Eltern, die diesen Flohmarkt ehrenamtlich organisieren, sorgten schon mehrfach dafür, dass der Erlös aus den Flohmarkt-Verkäufen Kindern im Stadtgebiet Reichelsheim zugute kommt.

Die Elterninitiative bietet während des Flohmarktes einen tollen saisonalen Handmade-Markt an. Dort gibt es tolle Kleinigkeiten, zum Beispiel für den Adventskalender oder als Geschenke – für wenig Geld. Mit dem Handmade-Erlös werden für die Kita Holzwurm-Kids in Reichelsheim und alle über 250 Reichelsheimer Grundschulkindern Martinsmännchen gekauft. Die Kita feiert jährlich das Laternenfest, wofür sie gebraucht werden, und den Grundschulkindern wollen die ehrenamtlich tätigen Eltern damit einen kleinen Erinnerung an die Laternenfeste in der Kita-Zeit schenken. Damit die Eltern in Ruhe einkaufen können, bietet eine Freiwillige an, den Kindern Glitzer-Tattoos zu machen. Außerdem werden bei der Tattoo-Station ein paar Mal- und Bastelsachen für die Kinder stehen. Am Flohmarkt-Büfett, das ja immer Kuchen und Waffeln (auch zum Mitnehmen) bereithält, gibt es auch HotDogs, sodass man das Abendessen gestrost zum Flohmarkt verlegen kann. Passend zur kalten Jahreszeit werden auch Punsch und Kaffee angeboten.





Ihr Kind hat Probleme beim Lesen, Schreiben (Deutsch/Englisch) oder Rechnen?

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

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



Persönliche Förderung vor Ort und Live-Webunterricht!

Kinder- und Jugendbuch-Flohmarkt

Am Samstag, 2. November

Rosbach. Am Samstag, dem 2. November, lädt die Stadtbücherei Rosbach von 10 bis 14 Uhr zum jährlichen Kinder- und Jugendbuch-Flohmarkt ein.

Die Veranstaltung findet in der Stadtbücherei Rosbach, Am Bahnhof 5, statt und

bietet allen jungen Lesern sowie deren Familien die Möglichkeit, günstig Bücher zu erwerben oder Bücherspenden abzugeben. Die Stadtbüchereien Rosbach und Rodheim nehmen während der regulären Öffnungszeiten gerne vorab

Bücherspenden entgegen.

Neue Lieblingsbücher entdecken

Zusammen mit den gespendeten Büchern können die Flohmarktbesucher in einer großen Auswahl an Le-

sestoff stöbern und neue Lieblingsbücher entdecken.

„Wir freuen uns auf zahlreiche Besucher und auf eine bunte Auswahl an Büchern, die bestimmt ihre neuen Besitzer finden werden“, so das Bücherei-Team.



Vorbeischaun lohnt sich.

Luther-Spectaculum

Ein szenisches Spiel von der Kanzelschelte bis zum Turmzimmer

Butzbach. Wie das diesjährige Motto „Trunksucht, Weibseult“, Lutherzorn“ bereits vermuten lässt, findet wieder eine außergewöhnliche Veranstaltung am Donnerstag, den 31. Oktober, ab 19 Uhr in der ev. Kirche in Fauerbach v.d.H. statt.

Seit über 20 Jahren lädt nun schon der ev. Kirchenvorstand jeweils zum Reformationstag zu einem festlichen Abend ein, „der aus dem üblichen Rahmen fällt“. So auch der Titel der ersten Veranstaltung im Jahr 2001. Der Theologe

Martin Luther, auf dessen Wirken hin sich die evangelische Kirche gründete, wird immer wieder in seinen verschiedensten Facetten in belebender Weise thematisiert. Der Zuspruch seitens der zahlreichen Besucher beweist den Organisatoren, dass ihr Konzept, die christliche Botschaft verpackt mit einer kurzweiligen, unterhaltsamen Präsentation, so auch im Sinne des großen Reformators, positiv angenommen wird. Jährlich neue überraschende Gestaltungselemente ermöglichen kaum

einen Vergleich zu den Vorjahresveranstaltungen. Zur Begrüßung des diesjährigen Luther-Abends verwöhnen historisch gewandete Damen die Besucher mit süßen Luther-Keksen, auf denen verschiedene Wittenberger Motive zu erkennen sind. In der Kirche selbst beginnt danach das Programm mit einer krachenden Schimpfkanonade von der Kanzel, zu der sich Martin Luther höchstpersönlich angesagt hat. Danach schließt sich der 2. Teil des selbstverfassten Schauspiel

an. Die Szene führt das Publikum ins Turmzimmer des Schwarzen Klosters. Luther übersetzt das Alte Testament, wird aber ständig von seiner besseren Hälfte dabei gestört. Sie selbst ist eifrig in der Küche am Herd tätig, um ihre Studenten, die sie beherbergt, sowie weitere Gäste und Handwerker zu bewirten. Auch hier versteckt sich reichlich familiärer Sprengstoff, der sich aber bald wieder in wohlwollenden Pulverdampf verflüchtigt. Als zusätzliches Bonmot er-

halten die Gäste aus Nah und Fern eine informative Moderation vom engsten Freund Luthers, Philipp Melanchthon, der das Geschehen aus dem Nachbarhaus kommentiert.

Kostenfreier Eintritt

Ein herzhaft-deftiger Imbiss, ganz nach Luthers Geschmack, im Gemeindehaus rundet das Luther-Fest ab. Der Eintritt sowie der Imbiss sind kostenfrei, über eine kleine Spende freut man sich daher umso mehr.

Festival für eine gerechtere Welt

Zwei Filmabende im Rahmen der Globale Mittelhessen in der Trinkuranlage

Bad Nauheim. Auch in diesem Jahr beteiligt sich der Verein „Bad Nauheim – fair wandeln“ wieder am Filmfestival Globale Mittelhessen. Von 25. Oktober bis zum 10. November strahlt dieses Festival mehr als 30 Filme an 18 Spielorten in Mittelhessen aus. Sie alle beschäftigen sich mit globalen Strategien und Bewegungen für eine gerechtere Welt.

„The Old Oak“ am 29. Oktober

An zwei Abenden kommen

auch die Bad Nauheimer in den Genuss dieses Festivals: Am Dienstag, den 29. Oktober um 19:00 Uhr läuft im Großen Konzertsaal der Trinkuranlage der Spielfilm „The Old Oak“ des preisgekrönten britischen Regisseurs Ken Loach. Die Handlung ist so einfach wie spannend: „The Old Oak“ ist das letzte verbliebene Pub in einer verarmten Bergbaustadt im Norden Englands mit vielen Arbeitslosen. Als syrische Flüchtlinge in leeren Wohnungen der Gemeinde untergebracht werden, wa-

chst die Konfrontation. Doch dann zeigt sich, was Freundschaft verändern kann. Nach dem Film gibt es ein Gespräch mit einer Vertreterin der syrischen Familien über die Willkommenskultur in Bad Nauheim. Danach wird syrisches Fingerfood serviert. Der Eintritt beträgt fünf Euro. Karten gibt es im Weltladen und an der Abendkasse.

„The Last Seed“ am 7. November

Am Donnerstag, dem 7. No-

vember, um 19 Uhr wird im Konzertsaal der Trinkuranlage der Film The Last Seed gezeigt. Kleinbauern in Südafrika und Tansania versuchen zusammen mit engagierten Experten ihr Saatgut vor den globalen Saatgutkonzernen zu retten. Ein Film über erfolgreichen Widerstand und afrikanische Weisheiten, die es zu entdecken gilt. Anschließend folgt ein Filmgespräch mit Dr. Boniface Mbanza Bambu, einem Sozialwissenschaftler und Theologen, geboren im Kongo. Es

geht darin um den Kampf gegen den Hunger und für die Unabhängigkeit der Bauern in Afrika von den großen Saatgut-Monopolen. Der Eintritt zu dieser Vorstellung ist frei. Die Veranstalter von „Bad Nauheim – fair wandeln“ erhoffen sich auch in diesem Jahr wieder eine so große Resonanz wie im letzten. Dazahlte die Trinkuranlage mit weit über hundert Besuchern zu den erfolgreichsten Spielstätten der Globale Mittelhessen.

Pop-Gospel-Konzert

Wölfersheim. Am kommenden Wochenende werden wieder über 50 Sänger am Gospel-Workshop der Ev.-ref. Kirchengemeinde Wölfersheim teilnehmen. Unter der Leitung von Wolfgang Zerbin starten die Teilnehmenden am Freitagabend mit ihren Proben. Die eingeübten Stücke werden am morgigen Sonntag, 27. Oktober, als Pop-Gospel-Konzert-Gottesdienst in der evangelischen Kirche in Wölfersheim, Wingertstraße 16, präsentiert wozu herzlich eingeladen wird. Beginn ist 11 Uhr – der Eintritt ist frei.

„Sternenkinder Wetterau“

Wetteraukreis. Als Sternenkinder werden verstorbene Kinder bezeichnet, wenn sie vor, während oder bald nach der Geburt verstorben sind. Die neue Selbsthilfegruppe „Sternenkinder Wetterau“ richtet sich an betroffene Eltern und Großeltern sowie Eltern, denen eine stille Geburt noch bevorsteht. In der Gruppe können sich die Betroffenen austauschen, Trost spenden, berichten, wie sie zurück ins Leben gefunden haben und wie sie mit einer Folgeschwangerschaft umgehen. Auf Wunsch gibt es eine Begleitung von der Diagnostikstellung bis hin zur Geburt und auch danach. Betroffene können per E-Mail unter sternenkinder-wetterau@web.de Kontakt zur Gruppeninitiatorin aufnehmen.

Zwei neue Kurse

Bad Nauheim. Die Christuskirche Nieder-Mörlen bietet zwei spannende Kurse an, die Gesundheit und Kreativität fördern. Am Montag, den 28. Oktober, um 19 Uhr, leitet Frau Schubert ein innovatives Rückentraining. Dieser ganzheitliche Ansatz kombiniert gezieltes Rückentraining mit Entspannungs- und Atemübungen. Ziel ist es, die Wirbelsäule zu stärken, Haltungsschäden vorzubeugen und den gesamten Körper zu kräftigen. Teilnehmer jeden Alters profitieren von Übungen, die Verspannungen lösen und die Beweglichkeit steigern. Am 11. November, um 10 Uhr, führt die erfahrene Schneidermeisterin Peters-Herzberger in die Welt des Nähens ein. Dieser Kurs vermittelt praktische Fähigkeiten für kreative Projekte und eignet sich perfekt für Anfänger. Die Teilnehmer lernen den Umgang mit ihrer Nähmaschine, die Auswahl geeigneter Stiche und die Verarbeitung verschiedener Materialien. Von einfachen Reparaturen bis hin zu eigenen Kreationen. Interessierte für beide Kurse können sich per E-Mail an info@familienbildungwetterau.de anmelden.

„I have a dream“
Englisch für „Senioren“; 50+
Neue Kurse – vor Ort und online
☎ 06031 – 685 3867
ELKA: www.friesl.eu

... auch als kostenloses
epaper



www.bote.de

NEUER CITROËN JUMPY

PERFEKTER AUFTRIIT

FÜR IHR UNTERNEHMEN

INKLUSIVE

1.000€

GUTSCHEIN*

Schöffel PRO

AB

19.629,-€¹

AUCH 100% ELEKTRISCH ERHÄLTICH

1 Barpreis für den Citroën Jumpy Kastenwagen Blue HDi 120 Stop&Start 88 KW (120 PS) zzgl. MwSt., zzgl. 998 € Überführung und Zulassung. Nur für Gewerbetreibende.
*Gutscheincode einmalig einlösbar im Schöffel PRO Onlineshop www.schoeffel-pro.com. Gutschein kann nicht mit anderen Gutschein-codes kombiniert werden und gilt nicht für alle Artikel in der Kategorie Accessoires. Kein Übertrag, keine Barauszahlung möglich. Die Mindestbestellmenge für individualisierte Artikel liegt bei 10 Stück pro Modell. Individualisierte Artikel sind vom Umtausch ausgeschlossen. Für eine etwaige Versteuerung des Gutscheins ist der Empfänger selbst verantwortlich. Neuwagenangebot über die SDH GmbH gültig für gewerbetreibende Handwerksbetriebe in Verbindung mit einem Abrufschein gemäß Rahmenabkommen-Nr. DE268970055. Die Aktion ist nicht mit anderen Nachlässen oder Aktionen kombinierbar. Gültig nur solange der Vorrat reicht. Sie erklären sich damit einverstanden, dass Ihre Daten zur Aktionsabwicklung gespeichert und zwischen der SDH GmbH, der Citroën Deutschland GmbH und der Schöffel PRO GmbH zum Abgleich ausgetauscht werden. Beispielfoto zeigt Fahrzeug dieser Baureihe, dessen Ausstattungsmerkmale nicht Bestandteile des Angebotes sind.

AUTO-PARK I SCHREIER

— Bad Nauheim —

AUTO-PARK KLAUS SCHREIER GMBH
Am Taubenbaum 18 · 61231 Bad Nauheim
Tel.: 06032/96880
E-Mail: info@autopark-schreier.de
www.citroen-haendler.de/schreier-badnauheim



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!

**ZAHLE 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

Sturmius

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

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



Mit der
logo Getränke App
sparen & gewinnen.

Jetzt downloaden!



www.logo-getraenke.de

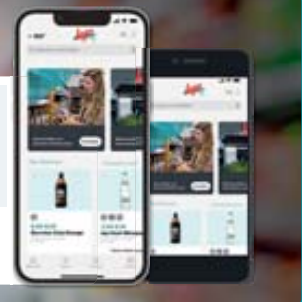
Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln,
in Lose tauschen & mit Glück gewinnen!



25 x je 1 Bier-
Adventskalender



1 x iPhone 16



*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

Wetterau

Medienzentrum Wetteraukreis: Von der Lehrerbildstelle zum Makerspace

Medienzentrum feiert 100-jähriges Bestehen mit feierlichem Empfang im Kreishaus

Rund 100 Gäste feierten kürzlich im Friedberger Kreishaus das 100-jährige Bestehen des Medienzentrums Wetteraukreis. Am 1. Januar 1924 als Kreisbildungsstelle Büdingen gegründet, stellt das heutige Medienzentrum Lehrkräften Medien für den Unterricht zur Verfügung, betreut das Schulbildungsnetz Wetteraukreis, veranstaltet IT- und Medienfortbildungen für Lehrkräfte und den schulischen Medienentwicklungsplan.

Landrat Jan Weckler eröffnete die Jubiläumsveranstaltung im Plenarsaal der Kreisverwaltung und erinnerte sich an seine eigene Zeit als Lehrer. Er hatte seinen alten Ausweis für die Medienausleihe mitgebracht, der den Zugang zu Lehrmitteln wie Filmspulen und VHS-Kassetten ermöglichte. Heute sei alles digitalisiert, von der

Medienausleihe bis hin zur technischen Ausstattung der Schulen, so Weckler: „Von der Filmspule und VHS-Kassette bis zur digitalen Onlineausleihe – das Medienzentrum hat in den letzten 100 Jahren einen großen Wandel durchlaufen.“

Dr. Manuel Lösel, Staatssekretär im Hessischen Ministerium für Kultus, Bildung und Chancen, lobte in seiner Festrede die Erfolge der digitalen Medienbildung: Die digitale Welt biete unzählige Möglichkeiten, stelle die Gesellschaft aber auch vor Herausforderungen wie Cybermobbing oder FakeNews. Deshalb sei es umso wichtiger, dass Medienbildung in Schulen und zu Hause, gefördert werde. Er hob das neue Schulfach „Digitale Welt“ hervor, welches Schülerinnen und Schüler künftig noch besser auf die digitale Zukunft vorbereiten soll.



Freuen sich über 100 Jahre Medienzentrum (von links): Landrat Jan Weckler, Fachdienstleiterin Katja Müller-Lind und Staatssekretär Dr. Manuel Lösel. Fotos: Wetteraukreis

Ein Höhepunkt der Feierlichkeiten war die Eröffnung des neuen Makerspace im Medienzentrum, der Schulen im Wetteraukreis modernste Technologien zur Verfügung stellt. „Mit dem Makerspace bieten wir unseren Schulen

einen innovativen Lernraum, in dem Lehrkräfte und Schüler neue Technologien für den Unterricht erproben können“, betonte Katja Müller-Lind, Leiterin des Fachdienstes Schul-IT und Medienzentrum.

„Digitale Medien sind wertvolle Werkzeuge“

Dr. Michael Drabe, Keynote-Speaker und Experte für digitale Bildung, sprach in seinem Vortrag über die Chancen und Herausforderungen der „Bildung in der Digitalität“ und betonte, wie wichtig es sei, digitale Medien sinnvoll in den Unterricht zu integrieren. Sein abschließender Appell: „Digitale Medien sind wertvolle Werkzeuge, um die Kreativität und Selbstständigkeit unserer Schülerinnen und Schüler zu fördern.“

Nach den Vorträgen hatten die Gäste Gelegenheit, die vielfältigen Technologien des Makerspace in einer Ausstellung im Plenarsaal selbst zu erkunden. Mitarbeitende des Medienzentrums und der Schul-IT standen dabei für Fragen und Vorführungen zur Verfügung. Besonders

beliebt waren der 3D-Drucker und die Virtual-Reality-Brillen, die den Gästen einen praxisnahen Einblick in die digitale Zukunft des Unterrichts boten. Der gelungene Abschluss der Veranstaltung war ein Get-together bei Imbiss und anregenden Gesprächen über die künftige Ausrichtung des Medienzentrums.

Den Makerspace ab sofort ausprobieren

Zukünftig können die Technologien im Makerspace von Lehrkräften oder auch Schulklassen ausprobiert und Projekte oder Fortbildungen durchgeführt werden. Bei Interesse können sich Schulleitungen, IT-Beauftragte und interessierte Lehrkräfte an die Fachstelle Schul-IT und Medienzentrum, Telefon 06031/83-6231, wenden.



Ihr freundlicher Frischemarkt

REWE
Manuela Kimes oHG
Am Lachengraben 1
61206 Wöllstadt
Tel.: 06034-9398250
Fax: 06034-9398271



Hol dir die Rewe App mit vielen Vorteilen für dich.

KFZ-SACHVERSTÄNDIGE für technische Gutachten

H.-G. WILLE GmbH

Kraftfahrzeugtechnik
Fahrzeugschäden und Bewertung

Hauptpflicht- und Kasko-Gutachten
Gerichtsgutachten



Sie finden unser Büro mit Prüfhalle zwischen den beiden VERGÖLST-Neubauten – Wir kommen auch gerne zu Ihnen –

61231 Bad Nauheim, Steinkopfsr. 5, Tel. 06032/96860, Mail: Kfz.-SV.Wille@t-online.de

Mitglied  Partner 

Steffen Müller

Getränkhandel & Partyzelte

Getränke-Fachhandel
Zeltverleih in allen Größen

Zu den Graspiesen 5 – 61200 Wölfersheim
E-Mail: getraaenke-steffen-mueller@t-online.de
Tel.: (06036) 3966 - Fax: (06175) 796918

Mobil: 0171/8181465

Erleben Sie, was zuhause möglich ist

BAUSTOFFE
FLIESEN
HAUSTECHNIK



Entdecken Sie in unserer Ausstellung Fliesen- und Bäderäume, Inspiration für Terrasse und Garten, Baustoffe, Farben, Stahl-Produkte und vieles mehr.

Kommen Sie vorbei – unsere Fachexperten beraten Sie gerne!

KÖBIG FRIEDBERG
Friedberger Straße 100
61169 Friedberg
Tel. 06031 7912 31
friedberg@koebig.de

WWW.KOEBIG.DE

KÖBIG
WENN'S UMS BAUEN GEHT

Als erste Kommune im Wetteraukreis wurde die Stadtverwaltung Büdingen vor einigen Wochen mit dem Regional-Label des WIR-Vielfaltszentrums „Vielfalt Wetterau: ... Region für ALLE!“ ausgezeichnet. „Mit ihrer Bewerbung und der daraus resultierenden Auszeichnung setzt die Familienstadt Büdingen im östlichen Teil der Wetterau ein starkes und sichtbares Zeichen für Vielfalt“, so der seinerzeitige Dezernent und Schirmherr, Kreisbeigeordneter Bardo Bayer.

Das Label „Vielfalt Wetterau: ... Region für ALLE!“ würdigt Vereine, Organisationen, Initiativen, Unternehmen und nun erstmals auch Kommunen, die sich in besonderer Weise für die Förderung der Diversität in der Region engagieren. „Vielfalt und Individualität zu fördern und wertzuschätzen, ist nicht nur eine Herausforderung, sondern auch eine Chance und Bereicherung“, betonte Kreisbeigeordneter Bardo Bayer. „Mit den Aktivitäten rund um das Label verfolgen wir das Ziel, eine diversitätsorientierte Entwicklung der Wetterau



Kreisbeigeordneter Bardo Bayer übergab das Label an Erste Stadträtin Katja Euler.

ganzheitlich zu unterstützen.“ Die Koordination sowie inhaltliche Gestaltung des Labels hat das WIR-Vielfaltszentrum Wetteraukreis inne. Das Team bestehend aus Tavier Fairburn und Viola Rabien initiiert regelmäßig Workshops zu den Themen Diversität, Antidiskriminierung und Vielfaltsöffnung und unterstützt so neben der Netzwerkarbeit auch die Weiterbildung und Sensibilisierung der Botschafterinnen und Botschafter. Die Stadtverwaltung Büdingen hat bereits auf vielen Ebenen eine Vorreiterrolle in Sachen Vielfalt übernommen.

Diese ganzheitliche Herangehensweise, Vielfalt als Querschnittsaufgabe zu betrachten und aktiv zu fördern, zeigt sich in Büdingen beispielsweise in den Bereichen Bildung und Kultur. Neben eigenen Initiativen unterstützt die Stadtverwaltung Büdingen auch Programme wie den Markt der Vielfalt und das Internationale Familienfest, die von anderen Institutionen organisiert werden. Büdingens Erste Stadträtin Katja Euler erklärt: „Das Label für Vielfalt sehen wir als Startpunkt. Unser Ziel ist es, die gesamte Kommune unter diesem Label zu vereinen

Stadtverwaltung Büdingen wird Vielfaltsbotschafterin

Einsatz für die Förderung der Diversität in der Region

und damit unsere Haltung auf eine positive Art und Weise nach außen zu zeigen.“

Mehr Infos zum Label „Vielfalt Wetterau“
Interessierte können sich per E-Mail oder telefonisch unter 06031/83-3032 melden.

Zeit fürs Bett

von Bettin Raab



Es wird kalt!

Zeit für Deine neue Zudecke, denn frieren muss nicht sein! Erlebe unser großes Sortiment und kuschel Dich in unsere warmen Decken. **Komm vorbei und lass Dich beraten:**
Do-Fr 10-18 Uhr und Sa 10-16 Uhr

Betten Raab GmbH / Zeit fürs Bett
St.-Egrève-Straße 25-27 / 61184 Karben
Tel 06039 / 9384790
Web www.zeitfuerbett.de



Beruhigend sicher. Haustüren von Romi.

Fenster • Türen • Tore
Wintergärten • Vordächer
Markisen • Rollläden • Jalousien
Raffstores • Insektenschutz
Sprechen Sie uns an. Gerne beraten wir Sie.

Romi Fenster GmbH
Industriestr. 18, Karben
www.romi-fenster.de
Telefon 06039 9220-0

Romi fenster
technik ■ kompetenz ■ design

Zahnteam Wetterau

Ihre Experten für Zahnimplantate



Zahnteam Wetterau
Am Kalkofen 8

Telefon: 06034 7181
info@zahntw.de

Rainer's Wetterauer Münzhandel – Goldankauf & Schmuckshop

Ihr fairer Partner seit 1978!

www.rainers-schmuck-shop.de

Bad Nauheim
Bahnhofsallee 4
Tel. 06032-86662
Öffnungszeiten

Montag und Dienstag	10.00 – 13.00 Uhr
Mittwoch bis Samstag	14.30 – 17.00 Uhr
	10.00 – 13.00 Uhr

ANKAUF/VERKAUF
Gold & Silbermünzen
Medaillen der ganzen Welt
Anlagemünzen für Kapitalanleger
Sammelrmünzen
komplette Sammlungen
BRD, Kaiserzeit,
Weimar und mehr...

GOLDANKAUF – SOFORT BARGELD

Wir kaufen: Gold und Silber jeder Art und Form: Wie Altgold, Zahngold, Bruchgold, Silberbestecke zu Höchstpreisen.
Für schönen und wiederverkaufbaren Gold- und Brillantschmuck und Nobeluhren mit Schmuckaufschlag.

Lisson Autchaus

Neuwagen – Jahreswagen – Gebrauchtwagen

Verkauf und Reparatur aller Marken

Am Heiligenstock 6 • 61200 Wölfersheim
Tel.: 06036/9766-0 • info@autohaus-lisson.de
www.autohaus-lisson.de



Fahrzeugzulassung jetzt bequem von zuhause aus möglich

„i-Kfz“ ab sofort verfügbar

Wetteraukreis. Der Wetteraukreis bietet seit Kurzem die Möglichkeit, Fahrzeuge einfach und schnell von zuhause aus an-, um- oder abzumelden. Bürger können mit der internetbasierten Fahrzeugzulassung „i-Kfz“ den Zulassungsprozess von zuhause aus erledigen, ohne einen Termin bei der Zulassungsstelle wahrnehmen zu müssen. „Die digitale Fahrzeugzulassung spart Zeit und vereinfacht den gesamten Prozess deutlich“, er-

klärt Kreisbeigeordnete und zuständige Dezernentin Marion Götz.

Ablauf

Auf der Homepage des Wetteraukreises gelangen Nutzer über den Suchbegriff „i kfz“ direkt zur Online-Zulassung. Dort können sie die Fahrzeug- und persönlichen Daten eingeben. Nach Abschluss und Bezahlung der Bearbeitungsgebühr lässt sich der vorläufi-

ge Zulassungsnachweis sofort ausdrucken. Dieser vorläufige Nachweis wird in der Windschutzscheibe angebracht, die Nummernschilder montiert – und das Fahrzeug kann direkt genutzt werden. Innerhalb von zehn Tagen erhalten die Fahrzeughalter die endgültigen Papiere sowie die Plaketten per Post. Diese müssen dann nur noch auf den Nummernschildern angebracht werden. „Verwaltungsleistungen Schritt für Schritt zu digi-

talisieren, ist eine Herausforderung, der sich moderne Kreisverwaltungen stellen müssen.“, so Kreisbeigeordnete Götz. Ausführliche Informationen und der Link zur Online-Zulassung ist unter www.wetteraukreis.de, Stichwort „i kfz“ zu finden. Auf dem Instagram-Kanal des Wetteraukreises finden Interessierte ein Erklärvideo, das den Ablauf der internetbasierte Fahrzeugzulassung anschaulich erläutert.

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 langfristig günstigere Betriebskosten im Vergleich zu Öl- und Gasheizungen. „Wer in eine Wärmepumpe investiert, stellt sich ökologisch

zukunftssicher auf und reduziert seine Energiekosten erheblich“, so Christian Stolte 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.wochederwaermepumpe.de



TNC Production GmbH/Sascha Linke

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 Fegepflichten 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 Laub dann übrigens in der Biotonne oder auf dem eige-

nen 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 gefallen

en 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. 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



Auf Gehwegen sollte Laub wegen der Rutschgefahr nicht liegen bleiben. Foto: Roland Weihrauch/dpa/dpa-mag

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.

Zu viele Haare in der Bürste?

Spezielle Nährstoffe schenken Hoffnung.



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.;

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.

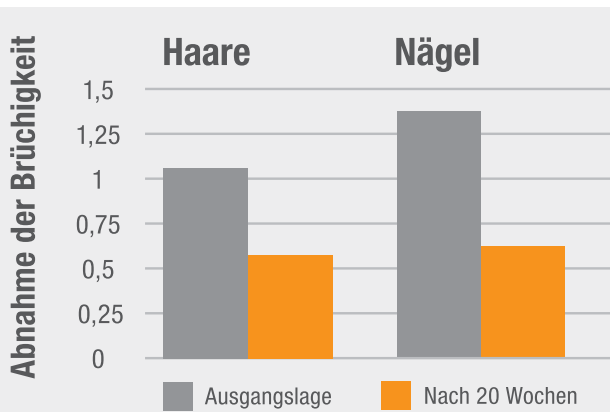
Der Verlust von Haaren ist für viele eine schwer verdauliche Tatsache. Da ist es auch kein Wunder, dass man es mit der Angst zu tun bekommt, wenn sich vermehrt

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



Die Brüchigkeit von Haaren und Nägeln geht nach 20-wöchiger Silizium-Einnahme deutlich zurück.**

Jetzt sparen!
2+1 GRATIS



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



Alles im Takt?

Herzgesundheit im Blick: So messen Sie Ihren Puls selbst

Herzrasen vor Aufregung kann etwas ganz Normales sein. Wenn es aber öfter passiert oder man das Gefühl hat, dass das Herz stolpert, dann ist es hilfreich, einen Arzt aufzusuchen.

Um solche Herzrhythmusstörungen frühzeitig zu erkennen, ist es gut, regelmäßig den Puls zu messen. Das geht auch ganz ohne technische Geräte. Die Deutsche Herzstiftung erklärt, wie man dabei vorgeht:

So funktioniert die Selbstmessung

Drei Schritte sind dabei wichtig: Tasten, Zählen und Aufpassen.

1. Tasten: Man sollte den eigenen Puls nur im Ruhezustand messen, also nicht nach dem

Treppensteigen oder einem Work-out. Um ein genaues Ergebnis zu bekommen, ist es hilfreich, vorher fünf Minuten lang ruhig zu sitzen. Mit dem Zeigefinger und Mittelfinger kann man nun den Pulsschlag am inneren Handgelenk finden. Es ist egal, ob man am linken oder rechten Arm misst.

2. Zählen: Ist der Pulsschlag gefunden, zählt man jetzt die Schläge für genau 15 Sekunden. Der Wert wird dann mal vier genommen, also auf eine Minute hochgerechnet. 60 bis 80 Schläge sind optimal. Be-

merkt man Unregelmäßigkeiten, empfiehlt die Deutsche Herzzstiftung eine ganze Minute lang den Pulsschlag zu zählen.

3. Aufpassen: Nutzen Sie nicht den Daumen, um den Puls zu ertasten. Er pulsiert selbst etwas, sodass man den Pulschlag am Handgelenk dann vielleicht gar nicht mehr richtig spürt.

Was, wenn der Wert auffällig ist?

Generell gilt: Liegt der Puls-

schlag oft bei Werten unter 40 oder über 100 pro Minute, sollte man ärztlichen Rat einholen. Dabei kann geklärt werden, ob es sich um eine Herzrhythmusstörung handelt, die behandelt werden muss.

Gut zu wissen: Bei Frauen schlägt das Herz generell etwas schneller, ungefähr drei Schläge mehr in der Minute. Währenddessen verringert sich der Puls bei älteren Menschen im Vergleich zu Menschen im mittleren Alter um etwa drei bis vier Schläge.

Moderne Garagentore: Sicher, funktional und ästhetisch

Vertrauen Sie auf maßgeschneiderte Lösungen mit RC-2-Sicherheitsausstattung

Sie wollen Sicherheit und dennoch nicht auf Individualität verzichten? Immer mehr wächst die Nachfrage nach hochwertigen Garagentoren und -türen, auf die sich verschiedene Markenhersteller spezialisiert haben.

Hierbei trifft Funktionalität auf Ästhetik, denn die Produkte vereinen modernste Technik mit schönem Design. So wird das Garagentor zum Hingucker und fügt sich perfekt ins Gesamtbild des Hauses ein.

**Passend für
jeden Garagentyp**

Besonders beliebt sind vielfältig einsetzbare Sektionaltore, die reichlich Möglichkeiten zur optischen Gestaltung bieten. Sie passen in jeden Garagentyp, sind platzsparend und eröffnen Ihnen viele Vorteile. Anders als bei einem Schwingtor wird

zum Öffnen und Schließen kein Platz vor dem Tor benötigt: Die Sektionen schieben sich Stück für Stück unter die Decke. So können auch hohe Fahrzeuge wie beispielsweise der Familien-Van problemlos in der Garage geparkt werden.

Die Sektionen bieten eine Wärme- und Schallisolierung und können im Design passend zum Stil des Hauses gewählt werden. Zudem sind sie durch witterungsbeständige Dichtungen an allen Seiten optimal abgedichtet, sodass Sie Ihre Garage nicht unnötig heizen müssen. Weitere Auswahlmöglichkeiten wie Farben, Antriebs- und Steuerungssysteme oder Lüftungsfunktionen runden die Gestaltung des individuellen Sektionaltors ab. Eine weitere Variation ist das Seiten-Sektionaltor, welches nicht nach oben, sondern seitlich öffnet.

RC-2-Sicherheitsausstattung für ein gutes Gefühl

Auch das Thema Sicherheit spielt eine bedeutende Rolle, wenn es um das richtige Garagentor geht: Damit ist nicht nur der Schutz vor Einbrüchen gemeint, sondern auch die Vermeidung von Unfällen. Schützen Sie nicht nur sich selbst, sondern auch Ihre Liebsten. Alte Garagentore entsprechen oft nicht mehr den modernen Sicherheitsstandards.

Experten raten dementsprechend dazu, alte Modelle prüfen und warten oder besser gleich austauschen zu lassen. Im Gegensatz zu veralteten Toren bieten moderne Modelle standardmäßig Schutz vor ungebetenen Gästen.

Ein einheitliches Prüfsystem wurde eigens für den Einbruchschutz von Garagentoren entwickelt. Die Richtlinie „Einbruch-

hemmung für Garagentore“ wurde vom Industrieverband „Tore Türen Zargen“ (ttz) herausgegeben und wird vom TÜV geprüft. Wie bei Eingangstüren auch, wird die Sicherheit einer Garagentür über die sogenannte RC (= Resistance Class) beurteilt. Mit einer zertifizierten RC-2-Einbruchhemmung nach DIN/TS 18194 sorgen Sie dafür, dass ein Einbrecher um die drei Minuten bräuchte, sollte er Ihr Garagentor überwinden wollen. Vertrauen Sie daher schon jetzt mindestens auf ein RC-2-Modell. Lassen Sie sich vor dem Kauf von einem Experten fachmännisch beraten und vertrauen Sie auf Produkte namhafter sowie zertifizierter Hersteller.

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

Mehr als nur Abfall?

Herbstlaub im Garten:
Wo es nicht liegen
bleiben darf

Der Herbst bringt nicht nur kühlere Temperaturen und kürzere Tage mit sich, sondern für Gartenbesitzer auch eine Fülle an buntem Laub, das Rasen und Beete bedeckt. Der erste Impuls: schnell weg damit. Doch bevor man zum Müllsack greift, empfehlen Landschaftsgärtner einen entspannten Umgang mit dem vermeintlichen Ärgernis.

Winterschutz und Feuchtigkeitsspeicher

„Laub übernimmt an den richtigen Stellen im Garten eine wichtige Rolle“, erklärt Wolfgang Groß vom Bundesverband Garten-, Landschafts- und Sportplatzbau (BGL). Die herabfallenden Blätter der Bäume bieten unter Sträuchern und rund um frostempfindliche Pflanzen einen ausgezeichneten Winterschutz. Diese Schicht hält nicht nur Wärme, sondern auch die Feuchtigkeit im Boden.

Vom Rasen aber sollten Sie das Laub auf jeden Fall entfernen, warnt Groß. „Sonst nehmen die Blätter den Halmen Licht und Luft. Das lässt sie gelb werden und begünstigt die Entwicklung von Krankheiten und Pilzen bei den Gräsern.“

Natürlicher Mulch und Wildtierunterkünfte

In Wäldern und am Waldrand sind Laubhaufen eine gängige Erscheinung. Das Laub zersetzt sich im Laufe der Zeit und bereichert den Boden mit wertvollem Humus.

Ein weiterer Pluspunkt: Herbstlaubhaufen sind der ideale Überwinterungsort für Igel, Insekten und andere Tiere, so der BGL. Indem Sie das Laub liegen lassen, unterstützen Sie die Artenvielfalt in Ihrem Garten. Hausbesitzer sollten im Herbst bedenken, dass sie für die gefahrlose Nutzung der Gehwege und Bürgersteige an ihrem Grundstück verantwortlich sind. Dazu gehört auch die Beseitigung des rutschigen Herbstlaubs, um die Verkehrssicherheit zu gewährleisten.

Tore – Antriebstechnik – Alu-Zaunanlagen



Türen & Tore GmbH

Haustüren – Vordächer – Fenster

Klimaneutrale Tore und Türen von Europas Nr.1





Zusatzpaket RC 2
Sicherheits-
ausstattung



Aufpreis **159 €**

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



Haustür
ThermoSafe
RC3
ab **3199*** €

Preise gültig bis 31.12.2024

Garagen-Sectionaltor RenoMatic inkl. Antrieb ProMatic 4

Doppelwandig gedämmt, 42mm starke Lamellen, M-Sicke, Oberfläche Woodgrain, für hohe Wärmedämmung, gute Stabilität und angenehme Laufruhe, ProMatic 4-Antrieb mit moderner BiSeur-Funktechnik und zusätzlicher Öffnungshöhe zur Entlüftung der Garage

Aktionsgrößen: 2375 x 2000 mm, 2375 x 2125 mm; 2500 x 2125 mm, 2500 mm x 2000 mm

Aktionsfarben: RAL 9016 Verkehrsweiß, RAL 9006 Weißaluminium, RAL 9007 Graualuminium, CH 703 Anthrazitmetallisch, RAL 7016 Anthrazitgrau, RAL 8028 Terrabrown, RAL 9005 Tiefschwarz

Aluminium-Haustür ThermoSafe

Serienmäßig mit einbruchhemmender RC3 Sicherheitsausstattung, hohe Wärmedämmung mit einem U_0 -Wert bis zu $0,87 \text{ W/(m}^2 \cdot \text{K)}$ **

Aktionsgrößen: bis 1250 x 2500 mm (auf Maß ohne Aufpreis) in verschiedenen Aktionsmodellen gemäß Aktionsprospekt

* Unverbindliche Preisempfehlung ohne Montage für die angegebenen Aktionsgrößen inkl. 19 % MwSt.

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

Wir befinden uns bis zum 29.10.2024 auf dem kalten Markt! Ab dem 30.10.2024 stehen wir wieder an unserem Standort in Ortenberg für Sie zur Verfügung.

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

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 hinkommen, indem sie entsprechend Milch trinken oder zum Beispiel viel Quinoa oder Chia-Samen essen. Verträgt ein Sportler bestimmte Produkte nicht, sei auch nichts gegen Nahrungsergänzungsmittel wie Proteinshakes 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
Web: 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.**

Anzeigen

Mehr sprechen und spielen

Studie: Smartphone-Verbot an Schulen hat Vorteile



Die Augen nur auf dem Bildschirm: Auch auf die Lernleistung kann sich laut der Studie ein Smartphone-Verbot positiv auswirken. Foto: Silvia Marks/dpa-mag

die Schule ein gewisser Schutzraum», sagt der Pädagoge. Auch auf die Lernleistung könnte sich ein Smartphone-Verbot positiv auswirken -

wenngleich das in den untersuchten Studien schwer messbar war. «Nur durch ein Smartphone-Verbot wird ja nicht der Unterricht besser», sagt Klaus Zierer. Aber zu-

mindest verhindere ein solches Verbot, dass die Geräte nicht heimlich im Unterricht hervorgeholt werden und so die Konzentration mindern. Der Pädagogikprofessor plädiert grundsätzlich dafür, dass in Grundschulen Smartphones nichts zu suchen hätten. Aber je älter die Kinder seien, desto mehr müsse deren Eigenverantwortung und Medienkompetenz gestärkt werden. «Entscheidend ist, das Ganze so zu begleiten, dass das Verbot nicht nur ein starres Gerüst ist, das irgendwann keiner mehr kontrolliert», sagt Zierer. In der Übersichtsstudie wurden fünf Studien aus Norwegen, Spanien, Tschechien, England und Schweden untersucht, das Ergebnis wurde kürzlich in der Fachzeitschrift «Education Sciences» veröffentlicht.

FundGrube

..... ImmobilienMarkt

Garagen

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

Grundstücke

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

Immob.-Gesuche

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

Immobilien

2-Familienhaus in Birstein OT Ober-sotzbach, 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

Biebergemünd-Breitenborn: Pensi-onsgebäude 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

Immobilien

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 Dachboden-ausbau, 2 Balkone, 5 Zimmer, Waschraum, WF 110 m², Miete 920,-€, Umlagen 175,-€, Kauti on 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. Mieter-selbstauskunft ☎ 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. Wohg. in 2 Fam. Haus in Biebergemünd. EBK, Bad, Gäste WC, Terrasse, 105 m², 1.250,-€ warm. ☎ 01605-242377

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

Bekanntschaften

JE ÄLTER MAN WIRD, DESTO KLEINER WIRD UNSER WUNSCH-ZETTEL, 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 liebe 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 , 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 wurde 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.

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

CHARLOTTE , 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 Wehwechen 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 RICHARD , 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 schön. 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.

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

ELISABETH , 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. umgören – 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.

VERMISST DU MICH DENN NICHT AUCH ?

NINA , 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 eigentl. 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.

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

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. ☎ 06034/4049464.

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

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 fraul. 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

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

Symph. Pensionär mit Niveau, dis-kret, Anf. 80/174, jünger auss., zuverläss., bodenständig, häusl., schik., 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

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

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

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

Dienstleistungen



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

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

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

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

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

Dienstleistungen

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

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

Elektriker hat Termine frei. Ich biete auch komplette Fotovoltaikanlagen inkl. Montage an. ☎ 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, Haushaltsauflösung, 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, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silber, Bestecke, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Wohnungs- und Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteneinschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskrete Barabwicklung vor Ort von Mo. - So., 8 - 21 Uhr. ☎ 06031-7768934

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

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

Kaufgesuche

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

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. Werteneinschätzung, 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, Gobelin, Messing, Teppiche, Orden, Fernglas, 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 Geruchs-beseitigung 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, Hzg./Klima, Elektr., Verputz (auch Lehmputze), Fe-/Dachfe. + kpl. Dachausb. + Altbausanierung (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

Verkäufe

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

Verkäufe

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

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

Kontakte



IMPRESSUM	
Mittelhessen-Bote	
mit Kreisausgaben Main-Kinzig-Bote (für den gesamten Main-Kinzig-Kreis) Wetterauer Kreis-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 aufgegebenen Anzeigen keine Gewähr. Zur Zeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 37/50. Der Mittelhessen-Bote erscheint mit den Regionalausgaben Gelnhäuser Bote, Hanauer Bote, Mainlatzer Bote, Langensolbolder Bote, Schlüchtern Bote, Fuldaer Land-Bote, Wetterauer Wochen-Bote, Büdinger Bote, Oberhessen-Bote. In der Ausgabe Main-Kinzig-Bote werden die amtlichen Bekanntmachungen des Main-Kinzig-Kreises und folgender Städte und Gemeinden veröffentlicht: Gelnhausen – Mittelungsblatt; Langensolbold – Langensolbolder Bote; Wächtersbach – Wächtersbacher Stadtanzeiger; Gründau – Gründauer Anzeiger; Freigericht – Freigerichter Bote; Hasselroth – Hasselrother Anzeiger; Linsengericht – Linsengerichter Anzeiger; Biebergemünd – Wochenblatt Biebergemünd. Auflage: 306.360. Kombination mit Gießener Zeitung. Auflage: 128.875. Gesamtauflage: 435.235 Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder werden weder Gewähr übernommen noch eventuelle Kosten erstattet. Für den Inhalt der Anzeigen übernehmen wir ebenfalls keine Haftung. Der Mittelhessen-Bote erscheint am Wochenende. (Änderung der Erscheinungstermine vorbehalten). Bei Nichterscheinen infolge höherer Gewalt, bei Streik, Aussperrung u.ä. Gründen, besteht kein Anspruch auf Entschädigung. Verteilung: kostenlos an die Haushalte Bezugspreis bei Postzustellung: 2,50 € zzgl. MwSt.	
Verlag und Herstellung: Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen Zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum genannten Verantwortlichen.	
Falls Sie unsere Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, eine E-Mail an zustellung@bote.de zu senden und einen Aufkleber mit dem Hinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten oder Zeitungsrohr anzubringen.	
2024	
Anzeigen	(06051) 833-244
Redaktion	(06051) 833-202
Vertrieb	(06051) 833-299
Telefax	(06051) 833-230

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

frei von Konservierungsmitteln, schadstoffgeprüft und besonders geruchlos. Alternativ bietet toom mineralische Anstriche wie Lehm- und Silikatfarben an, die ebenfalls zur Verbesserung des Raumklimas beitragen. Auch für die beliebten Vinylböden gibt es eine wohngesunde Option: Greenvinyl. Dieser schadstoffarme Bodenbelag, der mit dem Blauen Engel ausgezeichnet ist, eignet sich bedenkenlos für Wohnräume.

Weitere Informationen gibt es unter www.toom.de.



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

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 Produktreihe 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 fördern¹ und das Durchschlafen ermöglichen², sondern auch die normale Funktion des Immunsystems unterstützen³. OYONO® NACHT INTENS IMMUN ist exklusiv in Apotheken erhältlich.



¹ 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.

² Baldrian unterstützt das Durchschlafen.

³ Vitamin C und Vitamin D, Zink und Selen tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.

„Ich setze mich für MS-Kranke ein. Bitte helfen Sie auch mit!“



Petra Fischer

Spendenkonto:
Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE74 5502 0500 0007 6052 00
BIC: BFSWDE33MNZ

www.dmsg-hessen.de

dmsg
Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft
Landesverband Hessen e.V.

Auto & Verkehr

Pkw Ankauf

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

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

Ankauf v. Autos ab Bj. 1961 alle Arten:

LKW, Geländewagen, Wohnmobile, Unfallwagen, mit u. ohne Schäden, KM und TÜV egal. Ohne Reklamation, jederzeit erreichbar!
☎ 06431/2867746, 0176/22749486

Finden + Verkaufen

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!



www.caravan-huettl.de

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



russ. Windhund	Be- drängnis	Name dt. Fürsten, Könige u. Kaiser	s. betont männlich gebender Mann	Ab- kürzung (Kurz- form)	Ruhe- möbel	junges Masthuhn	süddt.: 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 (Vomame)		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	Itz. Renn- strecke/2 W. Bastfaser				
portug. Name des Duero				Kurzwort: US-Ame- rikaner	See- zeichen					AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS ■ D ■ I ■ H ■ R ■ D ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ 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 ■ E ■ P ■ E ■ N ■ N ■ E ■ D ■ T ■ G ■ I ■ G ■ B ■ ■ ■ K ■ U ■ E ■ H ■ N ■ D ■ O ■ T ■ H ■ A ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ O ■ S ■ S ■ E ■ L ■ L ■ A ■ E ■ S ■ O ■ P ■ S ■ B ■ E ■ N ■ ■ ■ S ■ Z ■ O ■ N ■ A ■ L ■ H ■ O ■ S ■ T ■ E ■ N ■ ■ ■ M ■ D ■ A ■ X ■ R ■ R ■ G ■ L ■ O ■ R ■ I ■ A ■ O ■ P ■ A ■ ■ O ■ M ■ H ■ B ■ A ■ S ■ I ■ E ■ N ■ L ■ A ■ 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 ■	
Auffor- derung, etwas zu nehmen			veraltet: Helfer, Gehilfe								
Völker- gruppe in der Arktis	mund- artlich: Malzbier					Note beim Doktor- examen					
			aktuelle Roll- schuhart (Kurzw.)						1302		

StellenMarkt

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

Qualifizierter erfahrener Hochregaltaplerfahrer (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. Verantwor., Flexibilität und Motivation. Bis zu 30 Urlaubstage, Urlaubs- & Weihnachtsgeld, 7Su/Tag, 17€/St. Werbung an xzconsulting@web.de

Stellenangebote

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

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

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

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

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

Mittelhessen-Bote

Stellenanzeigen bringen Erfolg!



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



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



© stock.adobe.com – Drobot Dean

TANZ' VOR FREUDE!

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

- Butzbach
- Wölfersheim
- Klein-Karben
- Rosbach
- Bad Vilbel
- Dortelweil und Heilsberg
- Langenhain-Ziegenberg
- Friedberg Stadt, Ockstadt, Ossenheim und Dorheim
- Bad Nauheim Stadt und alle Stadtteile





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



DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN

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

GmbH & Co. KG

CHANCEN GEHEN BEREIN

Dein Job
im Jobcenter



Kommunales
Center für Arbeit
Jobcenter
Anteil 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 FORDERUNGSWESEN (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

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

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 Färbetücher Ultra-Schwarz intensives Schwarz für vergraute Textilien, 10-Stück-Packung oder Wäsche-Weiß Tücher 20-Stück-Packung je Packung



18% billiger
2,45*
zum Vergleich: z.B. UVP Färbetücher Ultra-Schwarz = 2,99

Kaki Spanien
Kl. I, Sorte: Rojo
Brillante
1,5-kg-Packung (1 kg = 1,66) je Packung



XXL • 1,5 kg!
2,49*
große Früchte!

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!

Bier aus Mexiko
10x0,355-l-Flasche + 2 Flaschen gratis, zzgl. 12x –,08 Pfand (1 l = 2,11)



35% billiger
UVP 13,98
8,99*
12er 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



42% + 4 + 1 billiger gratis
zum Vergleich: UVP Einzelpackung = –,59
1,69*
5er PACK

Vita Gebrannte Nüsse XXL
Mandeln oder Erdnüsse
380-g-Packung + 40 g gratis (1 kg = 11,88) je Packung



4,99*
420 g
40 g gratis

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

3IN1 AUSSENJACKE
FLEECE-INNENJACKE
ALLWETTERJACKE



51% billiger
UVP 44,95
21,99*

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 Damen Navy/Multi Kuscheliges, textiles Warmfutter
UVP 44,95
21,99*
51% billiger

J|LINE Thermo-Shirt oder Thermo-Unterhose
für Herren • 75 % Baumwolle, 25 % Polyester • Elastische Bündchen an Kragen, Ärmeln und Beinabschluss • Ideale Passform durch elastische Feinripp-Qualität • Größen M – XXL



38% billiger
UVP 12,99
je Shirt/Hose
7,99*
Modisches Ringel-Design in Anthrazit oder Marine

ElleNor Kuschelfleece-Pullover
für Damen • 100 % Polyester • Modischer Oversize-Fleece-Sweater
• Mit Reißverschluss und Kapuze • Größen S (36/38) – XXL (52/54)



Grau Schwarz
je Pullover
14,99*

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 Grün-Melange Schwarz-Melange
13,99*
24 Auch online

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



Hellgrau/Grün Anthrazit/Fuchsia Rot/Anthrazit
UVP 22,90
12,99*
43% billiger

LED-Acryl-Pyramide
aus effektivem Acryl • Je nach Modell bis zu 48 LEDs • Inkl. Netzteil, IP44spritzwassergeschützt
3 Jahre Garantie

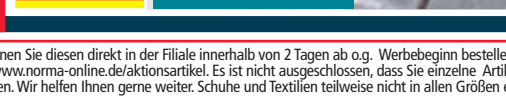


Jeweils in Warm-weiß oder Kaltweiß erhältlich
Höhe ca. 90 cm
19,99*
Höhe ca. 40 cm
9,99*
Höhe ca. 60 cm
12,99*
Für innen und den geschützten Außenbereich (IP44)

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



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

DIE NEUE **NORMA®-APP** IST DA!



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

Hier gratis downloaden oder updaten



NORMA®

www.norma-online.de

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