



Chancen und Perspektiven

Heute mit Journal
„Aus- und Weiterbildung“



Kochen statt kaufen

So gelingen
Futterplätzchen für Vögel



KW 4, Samstag, 25. Januar 2025

Das lokale Mitteilungsblatt

Ausgabe F 2

Hallo, liebe Leser

Originelle Namen für alltägliche Produkte – an was erinnert mich das? Genau! Die kreativen Namen einiger Teesorten. Da war was mit „Hüttenzauber“ und „Feen-traum“. Aber wann hat die Kosmetikindustrie angefangen, lustige Namen für Nagellackfarben aufzurufen? Aus traditionellen Farbzeichnungen wie Dunkelrot, rosa und hellrot sind einzigartige Wortkreationen entstanden. Sie trägt heute zum Beispiel „I red a book“, ein wunderschönes dunkelrot. Und „Wine not“ glänzt in einem attraktiven Weinrot. Am Wochenende könnte die Wahl auf „balletslipper“ fallen, ein sehr zurückhaltenes Rosa, das eher auf den Fußnägeln als an den Füßen getragen wird. Für die Abenteuerlustigen gibt es „paint the town red“, was so viel bedeutet wie „die Sau rauslassen“. Viel Spaß beim Ausprobieren, ob mit oder ohne bunte Nägel, wünscht

Euer Boto

Biblischer Vortrag

Flieden. Am Freitag, 31. Januar, um 19.30 Uhr, gibt es im Dorfgemeinschaftshaus Döngesmühle einen biblischen Vortrag. Thomas Diehl vom Missionswerk Werner Heukelbach spricht über das Thema „Auf der Suche nach dem wirklichen Frieden!“. Veranstalter sind die freien Christen Flieden. Der Eintritt ist frei.

Klassiker „Les Enfants du Paradis“

Fulda. „Les Enfants du Paradis“ wird am Samstag, 25. Januar, um 14.30 Uhr in der Villa Walther, Paulustor 4, gezeigt. Der Film von 1945, unter der Regie von Marcel Carné, erzählt die tragische Liebesgeschichte zwischen dem Pantomimen Baptiste und der schönen Garance im Paris des 19. Jahrhunderts. Der Film gilt als Meisterwerk des poetischen Realismus und thematisiert kulturelle und soziale Aspekte der Nachkriegszeit. Der Eintritt beträgt sechs Euro, ermäßigt vier Euro. Personen bis einschließlich 25 Jahre haben freien Eintritt.

Ihr Draht zu uns:

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

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

Neue Kindertagespflegepersonen dringend gesucht

Landkreis und Stadt laden zu Infoabend am 29. Januar /
Qualifizierungskurs beginnt im März



Kindertagespflegepersonen in Stadt und Landkreis Fulda sind selbstständig tätig und betreuen maximal fünf Kinder unter drei Jahren – meistens im eigenen Haushalt. Kathrin Malkus ist Tagesmutter in Fulda. Foto: Sebastian Mannert

der Tätigkeit absolviert wird. Die Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson findet in Stadt und Landkreis Fulda auf dem höchsten Standard nach dem „Kompetenzorientierten Qualifizierungshandbuch des Deutschen Jugendinstituts“ statt. Kindertagespflege zeichnet sich durch kleine Gruppen,

ein familiennahes Profil und alltagsnahes Lernen aus. Die Betreuung von Kindern in einem familienähnlichen Rahmen bietet gerade für die ganz jungen Kinder unter drei Jahren eine Alternative zur Kindertagesstätte. Im Rahmen des Betreuungsvertrags sind die einzelnen Kinder klar ihrer Bezugsperson

zugeordnet und dürfen ausschließlich von dieser betreut werden. Die Kindertagespflegepersonen können dabei sehr selbstständig arbeiten und den Tagesablauf in Abstimmung mit den Eltern und entsprechend der eigenen Vorstellungen selbst gestalten. Die gute Vereinbarkeit von Familie und Beruf macht die Tätigkeit gerade auch für Frauen in der Familienphase sehr interessant.

Wer Tagesmutter oder Tagesvater werden und am nächsten Qualifizierungskurs teilnehmen möchte, ist herzlich eingeladen zum Informationsabend am Mittwoch, 29. Januar, von 18.30 bis 20 Uhr im VHS-Bildungshaus in der Flemingstraße 20-22, 36041 Fulda. Hier gibt es umfangreiche Infos durch die Fachstellen Kindertagespflege. Die Anmeldung für den Infoabend erfolgt bei Katrin Kister vom Landkreis Fulda, E-Mail: tagespflge@landkreis-fulda.de, oder bei Kristin Wald von der Stadt Fulda, E-Mail: tagespflge@fulda.de. Hier könne gerne auch vorab Fragen geklärt werden. Ausführliche Informationen sind zudem zu finden unter www.landkreis-fulda.de/kindertagespflege und <https://www.fulda.de/unsere-stadt/kindertagesbetreuung-schulen/kindertagespflege>.

Die Mopsfledermaus im Aufwind

Erfreuliche Zwischenbilanz bei Fledermaus-Winterzählung: Schon jetzt Rekordzahlen



Überwinternde Große Mausohren in einem Bergwerksstollen im Landkreis Fulda. Foto: Stefan Zaenker

auf zuletzt 108 Tiere gestiegen. Hotspot ist dabei der Milseburgtunnel, in dem bei der Zählung kurz vor Weihnachten eine neue Rekordzahl von 45 Mopsfledermäusen festgestellt wurde. Mit über 80 Fledermäusen aller 10 im Landkreis überwinternden Arten ist der im Sommer als Fahrradweg genutzte Tunnel das individuell- und artenreichste Fleder-

maus-Winterquartier im Landkreis. Aber auch andere Quartiere weisen schon jetzt neue Höchstzahlen auf. So konnten in einem kleinen Felsenkeller bei Neuhoof 38 und in einem Bergwerksstollen im Gieseler Forst 60 Fledermäuse gezählt werden. „Endgültige Zahlen zur Bestandsentwicklung der überwinternden Fledermäuse im

Landkreis Fulda liegen dann Ende Februar vor“, sagt Stefan Zaenker. Die Kontrollen laufen bis dahin weiter, es einige wichtige Überwinterungsquartiere fehlen noch. Die überwinternden Fledermäuse werden im Landkreis Fulda seit vielen Jahren systematisch erfasst. Bei den etwa 40 untersuchten Fledermausquartieren handelt es sich hauptsächlich um Felsenkeller, Bergwerksstollen und Naturhöhlen – aber auch stillgelegte Eisenbahntunnel, Autobahnbrücken, Unterführungen, alte Munitionsbunker oder ausgediente Wasserbehälter stehen auf der Liste der Winterquartiere. Bei der Erfassung arbeiten die Arbeitsgemeinschaft für Fledermausschutz, der Landesverband für Höhlen- und Karstforschung, örtliche Naturschutzgruppen, die Hessische Verwaltungsstelle des UNESCO-Biosphärenreservats Rhön, die Forstämter, die Obere und Untere Naturschutzbehörde sowie die Quartiereigentümer eng zusammen.

Beilagen in Teilausgaben



Rhönklub wandert zum Ruheforst

Neuhof. Der Rhönklub ZV Neuhoof lädt für Sonntag, 26. Januar, zur Rundwanderung von Hattenhof über den Ruheforst Eichenzell ein. Die Wanderung startet um 13.45 Uhr am Bürgerhaus in Hattenhof und führt ins Fliedetal, an der Weimesmühle und dem Kerzeller Sportplatz vorbei nach Kerzell zur Fatimastraße. Nach Überqueren verschiedener öffentlicher Nahverkehrsverbindungen führt die Route hinauf zur Fatimakapelle und zum im Jahre 2023 eröffneten „Ruheforst“. Nach kurzer Begehung führt die Wanderung im Wald auf der Kerzeller Straße Richtung Rothemann und durch das Döllbachtal wieder zurück zum Startpunkt. Ein Schlusshock ist im Gasthof Waidmannsheil in Kerzell geplant. Die Wanderung ist 7,6 Kilometer lang und wird geführt von Hildgard Krumbach. Treffen ist um 13.30 Uhr am Gemeindezentrum in Neuhoof, Hanauer Straße 4, zur Bildung von Fahrgemeinschaften. Weitere Infos auf der Homepage www.rhoenklub-neuhof.de. Für Gäste und Freunde des Rhönklubs ist mitwandern und mitgehen nicht nur erlaubt, sondern ausdrücklich erwünscht.

Mittelhessen-Bote

frisch & informativ
Telefon 06051 833-241







JETZT NEU: AKUSTIKPANELEE
TÜREN | BAUHOlz | FUSSBÖDEN
HOBELWARE | PLATTEN

TH. HERBERT GMBH & CO. KG
Fuldaer Str. 14 | 97786 Motten
Tel. 097 48/9119-0 | herbert-holz.de

Die Arolsen Archivs

Ein Denkmal aus Papier, an dem man digital mitarbeiten kann

Kalbach. Zu einem Vortrag über die „Arolsen Archives“ - International Center on Nazi Persecution lädt der Förderverein Landsynagoge Heubach für Samstag, 25. Januar, ein. In Bad Arolsen findet sich das weltweit größte Archiv zu den Opfern und Überlebenden der Verfolgung durch die Nationalsozialisten. Dort geben kilometerlange Archivbestände Auskunft über das Schicksal von Millionen von Menschen, die zwischen 1933 und 1945 verfolgt und umgebracht worden sind. Die Sammlung mit Hinweisen zu rund 17,5 Millionen Menschen gehört seit 2013

zum UNESCO-Weltdokumentenerbe. Hartmut Zimmermann vom Förderverein wird ab 17 Uhr die Entstehung und die Arbeit der Arolsen Archives skizzieren. Dabei werden besondere Schwerpunkte auf das Mitwirken bei der Digitalisierung und die Online-Nutzung des Bestands gelegt. Achtung: Der Beginn wurde gegenüber dem gedruckten Programm um eine halbe Stunde vorverlegt! Der Eintritt zu der Veranstaltung ist, wie bei den Angeboten des Fördervereins üblich, frei. Der Verein erbittet Spenden für seine Arbeit.

Flieden. Der Fliedener Paddelteich ist das ganze Jahr über ein beliebtes Ausflugsziel zahlreicher Spaziergänger. Nicht selten fahren Besucher aus den umliegenden Ortschaften in das Königreich, um eine Runde um den Teich zu drehen. Doch vor allem in den warmen Sommermonaten kam es in der Vergangenheit vermehrt zu dem sichtbaren Problem der Blaualgenbildung.

„Der Paddelteich hat eine sehr geringe Frischwasserzufuhr“, erklärt Fliedens Bürgermeister Christopher Gärtner. „Wenn die Temperaturen im Sommer heiß waren und es tagelang kaum Luftbewegung gab, stand das Wasser im Teich ebenfalls still.“ Optimale Bedingungen also, dass sich Blaualgen explosionsartig vermehren konnten. Denn die Bakterien mögen es warm, ruhig und nährstoffreich. So war es im Jahr 2023 der Fall, dass fast der gesamte Teich mit einem grünlich-blauen Teppich überzogen war. „Das ist nicht nur optisch sehr unschön, die Blaualgen sind sowohl für uns Menschen als auch für Tiere und Pflanzen richtig gefährlich“, erläutert Christopher Gärtner. Es drohte ein großes Fischsterben.

Dringender Handlungsbedarf

Die Wasserqualität wurde daraufhin von Gewässeranalytik-Experten mehrmals getestet, die dringend Handlungsbedarf sahen. Die Gemeinde

Oloide im Paddelteich

Einsatz für den Klima- und Naturschutz



Das Wasser im Paddelteich wird in ständiger Bewegung gehalten.

einigte sich gemeinsam mit den Experten auf eine innovative Lösung: Zwei Oloide schwimmen nun auf dem Gewässer und sorgen für eine leichte Oberflächenwelle. Der Teich ist stets in Bewegung. Zugleich erzeugen sie auch in der Tiefe des Gewässers eine leichte Strömung. Beides mögen die Blaualgen nicht, und ihre Vermehrung wird gehemmt. Doch bevor die Technik installiert wurde, wurden noch kurzfristige Maßnahmen ergriffen, wie zum Beispiel die Einbringung von Steinmehl in den Paddelteich, das in der

Lage ist, zu hohe Phosphat- und Stickstoffgehalte im Gewässer innerhalb weniger Tage zu binden. „Dieser Effekt hat sehr gut geholfen, er hält jedoch nur für eine gewisse Zeit an, wir wollten aber eine dauerhafte Lösung“, bekräftigt Christopher Gärtner die Entscheidung für die Oloide.

„Gerührt und belüftet“

In Zusammenarbeit mit Peter Flaßhoff-Gockel von der Mikrobiom-Lab GmbH wurden die beiden Oloide so auf dem Gewässer positioniert, dass sie sich gegenseitig ergänzen

und damit am effizientesten arbeiten. Der gesamte Teich kann so „gerührt und belüftet“ werden. Dadurch wird der Wasserkörper bis zum Grund in Bewegung gehalten, was Blaualgen absolut nicht mögen. Sie finden so kaum noch eine gute Grundlage, sich unnormal stark zu vermehren. „Die Wasserwerte dürften sich zukünftig rapide verbessern“, gibt Peter Flaßhoff-Gockel einen Ausblick. Gut fürs Klima, für die Natur und vor allem gut für die Fische – denen die neuen Mitbewohner übrigens nichts ausmachen dürften. Ganz im Gegenteil: „Durch die stetige Wellenproduktion sind unsere Oloide so etwas wie eine Massagemaschine für die Fische“, sagt Eric Schieblisch mit einem Schmunzeln. Es gibt keine scharfen Kanten, an denen sich Tiere eventuell verletzen könnten.

Betrieben werden die beiden Geräte durch eine schwimmende Solaranlage. Acht Solarpaneele mit Speicherfunktion sorgen dafür, dass immer Energie da ist. Und wenn im Winter mal wirklich selten die Sonne scheint, ist das auch nicht weiter schlimm, wenn der See kurzzeitig ruht. Denn die Wasserbewegungen werden ja gerade im Sommer bei heißen Temperaturen gebraucht. Damit die Wasserqualität sich stetig verbessern kann, bedarf es übrigens auch weniger Verschmutzung. Deshalb ist das Füttern der Enten im Paddelteich schon seit längerem verboten.

Schmerz-Spezial

ANZEIGE

Thema: Nervenschmerzen

Rücken, Nacken, Kopf

Nervenschmerzen sind vielfältig

Wiederkehrende Rückenschmerzen? Nackenschmerzen, die bis in den Kopf ziehen? Sogar Migräne? Diese Beschwerden machen den Alltag von Millionen Menschen zur Qual. Vielen unbekannt: Das sind häufig Symptome von Nervenschmerzen – und hier gibt es wirksame Hilfe! Dorisol Tabletten (rezeptfrei, Apotheke) wirken mit einem speziellen Wirkkomplex den Schmerzen entgegen.

Langes Sitzen oder Stress führen oft zu verspannten Muskeln, die auf die Nerven drücken und diese reizen oder schädigen können. Eine häufige Folge: belastende Rücken- oder Nackenschmerzen. Diese können sogar bis in den Kopf ausstrahlen und dort Kopfschmerzen oder sogar Migräne verursachen. Was die wenigsten wissen: Dahinter stecken oft Nervenschmerzen.

Verspannungen lösen, Schmerzen lindern

Dorisol vereint bewährte Wirkstoffe und kann so wirksame Hilfe speziell bei Nervenschmerzen in Rücken, Nacken und Kopf bieten. Cimicifuga racemosa hat sich z. B. bei Verspannungen im Rücken- und Nackenbereich als hilfreich



erwiesen. Zudem wirkt es stechenden Schmerzen längs des Ischiassnervs, die sich bis hin zum Oberschenkel ziehen können, entgegen. Darüber hinaus hilft der Wirkstoff laut Arzneimittelbild bei migräneartigen Kopfschmerzen. Cyclamen purpurascens wird laut Arzneimittelbild bei typischen Migränesymptomen, wie Pochen und Pulsieren im Kopf, eingesetzt. Auch durch Migräne hervorgerufene Sehstörungen wie Augenflimmern können gelindert werden.

Fazit: Dorisol kann belastende Nervenschmerzen in Rücken,

Nacken und Kopf natürlich wirksam behandeln – auch bei chronischen Schmerzen.

Diese spezielle Schmerztablette bremst Ihre Nervenschmerzen aus!



Für Ihre Apotheke: **Dorisol** (PZN 16792925)

www.dorisol.de

Thema: Rheumatische Schmerzen

Wenn der Schmerz im Winter zunimmt

Dieses Schmerzgel hilft gezielt bei Gelenkschmerzen!

Während der nasskalten Tage im Winter leiden viele unter verstärkten rheumatischen Gelenkschmerzen, die zum täglichen Begleiter werden. Damit sich Betroffene bestmöglich bewegen können, empfehlen unsere Experten ein natürliches Schmerzgel, das hilft – und zwar jeden Tag!

Schmerzen auf Schritt und Tritt, steife und „eingerstete“ Gelenke – wenn der Winter einzieht, packt viele Menschen das eisige Grauen. Denn häufig leiden sie dann vermehrt an Gelenkschmerzen. Die Folge: Sie bewegen sich weniger. Doch genau das ist falsch. Bewegung ist wichtig – ganz nach dem Motto: Wer rastet, der rostet. Schmerzexperten empfehlen



„Mein Mann hatte starke Schmerzen im Knie. Seitdem er das Gel benutzt, ist es viel besser!“ (Monika W.)



daher ein natürliches Schmerzgel der Qualitätsmarke Rubaxx, mit dem Betroffene ihre rheumatischen Schmerzen lindern können.

Natürlich wirksam und gut verträglich

Der natürliche Arzneistoff in Rubaxx mit dem Namen Rhus toxicodendron wirkt schmerzlindernd. So bekämpft das Gel rheumatische Schmerzen und Folgen von Verletzungen oder Überanstrengungen. Was Anwender besonders schätzen: Das Rubaxx Schmerzgel ist gut verträglich und kann somit auch bei wiederkehrenden Schmerzen, z. B. bei chronischen Verlaufsformen, angewendet werden. Das Gel wird

ein- bis zweimal täglich auf den zu behandelnden schmerzhaften Stellen aufgetragen.

Überzeugen auch Sie sich vom natürlichen Rubaxx Schmerzgel – rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.

Für Ihre Apotheke: **Rubaxx Schmerzgel** (PZN 18709526)



DORISOL. Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Trit. D2, Spigelia anthelmia Trit. D2, Iris versicolor Trit. D2, Cyclamen purpurascens Trit. D3 und Cimicifuga racemosa Trit. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen), Kopfschmerzen, Migräne. www.dorisol.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

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

Neue Kurse

ENGLISCH

für „Senioren“

Anfänger + Fortgeschrittene

- einmal pro Woche
- tagsüber in kleinen Gruppen
- Mindestalter: 50 Jahre
- keine Vorkenntnisse erforderlich
- Sprechen statt Grammatik
- vor Ort oder per Video/Telefon
- gemeinsam mit viel Spaß

Im Februar und März
starten die neuen Kurse!

Es informiert Michael Friesl.

ELKA®

Erfolgreich lernen,
Konzepte im Alter

in Bad Orb

Telefon 0 60 52 – 9 26 99 99

www.friesl.eu

Smartphone-Kurse für Senioren

Fulda. Am Montag, 27. Januar, von 9.30 bis 11.30 Uhr bietet das Mütterzentrum Die Mütze in Fulda einen Smartphone-Kurs für Senioren mit Android-Geräten an.

Der Kurs umfasst vier Termine:

Dienstag, 28. Januar, Montag, 3. Februar, und Dienstag, 4. Februar, jeweils von 9.30 bis 11.30 Uhr. In einer Kleingruppe von maximal sechs Personen wird der Umgang mit dem Smartphone, die Nutzung des Internets, die Google-Suche, das Herunterladen und Bedienen von Apps sowie das Buchen von Terminen und Tickets erklärt. Teilnehmer sollen ihr eigenes Smartphone, Ladekabel und ein Notizbuch mitbringen. Eine Anmeldung ist erforderlich unter Tel. 0661/8050 oder per E-Mail an info@muetze-fulda.de.

Anmeldeschluss ist eine Woche vor Kursbeginn am Montag, 20. Januar. Ein weiterer Kurs für iPhone-Nutzer wird am Mittwoch, 5. Februar, von 17 bis 19 Uhr angeboten. Auch dieser Kurs umfasst vier Termine und erfordert eine Anmeldung bis Donnerstag, 30. Januar.

Stadt am Harz (Niedersachsen)	Hafenstadt in Pennsylvania	Anmeldung zum Rennen	Stadtteil von Köln	Allerheiligstes orthodox. Kirchen	russ. Männername	Programmier-sprache (EDV)	norddt.: Eule	einfacher Schrank	Bergland in Tansania	Segel-mö- ver	Tapfer- keit	Unter- wasser- fahr- zeug (Kurz- w.)
afrik. Staat					Pokal (engl.)			ugs.: leichter Betrug				
anhäng- lich			Sinnbild Berlins						span. Schrift- steller † 1972			
Vermerk im Buch					Gold- gräber- anteil (engl.)		Wagen- schuppen	Musik: sehr (ital.)				
			chines. Provinz (Seide)	ge- nipptes Gewebe				zur Haut gehörend (Med.)	altgriech. Orakel- stätte		baum- lose Kälte- steppe	
Donau- Zufluss (Baden- Württ.)	südost- asiat. Zwerg- büffel	Ort der Ver- dammnis					veraltet: Offiziers- anwärter					
franz. Revolu- tionär † 1794				Komiker, Spaß- macher		Nord- west- afri- kaner				besitz- anzel- gendes Fürwort		Kehre im Kunst- fliegen
			Laut- äußerung eines Pferdes	Ausruf der Schaden- freude			Begabung					
...-Shui (chines. Harmonie- lehre)	Vorname d. Schau- spieler Clooney	Frage- wort				stür- zende Schnee- masse	Haupt- stadt von Sim- babwe	süd- amerik. Klein- hirsch				
frz. Schau- spieler (Jean) † 1976				griech. Spor- den- insel	Gebieten im MA.							
tier. Polster- material	Neckar- Zufluss (Baden- Württ.)	griech. Philo- sophen- schule	Ruhe-, Polster- möbel				Wort des Ein- wandes	kelti- scher Name Irlands	Staat in Vorder- asien			
					Handels- gut							
Angel- stock			Getränke- fach im Hotel- zimmer									
ruh- voll					ital. Heiliger (Filippo) † 1595							
früheres Maß der Radio- aktivität			starr blicken									

Heubacher Tanzspektakel

Stimmungsfeuerwerk bei der 15. Dancecom der Landfrauen

Die Akteure der 15. Dancecom sorgten für ein buntes Programm im Heubacher Bürgerhaus.

Kalbach. Sieben Faschingsgesellschaften und zwanzig Garde- und Showtanzgruppen lieferten neben den vereinseigenen Tanzformationen Blue Magics, Blue Diamonds, Mini Magics und den New Magics bei der 15. Dancecom der Landfrauen im Heubacher Bürgerhaus ein Feuerwerk an Stimmung sowie ausgefallenen Tanzfiguren und Schrittkombinationen, auch mit faszinierenden Licht- und Toneffekten. Das Publikum war begeistert von den Auftritten und Darbietungen der teilnehmenden

Vereine und Gruppierungen, die in den einzelnen Programmpunkten mit unterschiedlichen Kostümen und Themen zu gefallen wussten. Dem Nachwuchs mit Kinder- und Teeniegarden war es vorbehalten, das mehrstündige Programm zu eröffnen.

Mein Schuh tut gut!

Schuh-Sammelaktion der Kolpingsfamilie Flieden

Flieden. Die Kolpingsfamilie Flieden unterstützt die bundesweite Sammelaktion „Gutes tun mit gebrauchten Schuhen“. **Was passiert mit den eingesammelten Schuhen?** Die abgegebenen, gebrauchten Schuhe werden durch Kolping-Recycling sortiert. Sommerschuhe gehen zum Beispiel nach Afrika, Winterstiefel natürlich in die kalten Regionen der Welt. **Warum sollte ich an der Aktion teilnehmen?** Sie vermeiden viel Müll und sparen wertvolle Rohstoffe. In den Empfängerländern existieren keine Schuhhersteller. Sie helfen Händlerfa-

Holocaust-Gedenktag: „Dein ist mein ganzes Herz“

Kabarett am Montag, 27. Januar

Fulda. Anlässlich des Holocaustgedenktags lädt die Katholische Akademie des Bistums Fulda in Kooperation mit der Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit Fulda am Montag, 27. Januar, um 19 Uhr zu einem Kabarett „Dein ist mein ganzes Herz“ ein. Die Revue von Eck-

hard Radau und Bernd Düring erzählt die Geschichte des Schlagertexters Fritz Löhner-Beda. Seine Hits wie „Oh, Donna Clara“ und „Ausgerechnet Bananen“ prägten die 20er und 30er Jahre. Als Jude wurde er 1938 verhaftet, schrieb bis zu seinem Tod im KZ weiter. Der Abend ist eine Hom-

Tipps!

- ✓ Unvergessliche Rundreise zu den bekanntesten Höhepunkten Südafrikas mit sorgfältig ausgearbeitetem Programm
- ✓ Umfangreiches Ausflugsprogramm u. a. Krüger-Nationalpark, Auffahrt Tafelberg, Besuch Weinanbaugebiete, Fahrt entlang der Panoramaroute
- ✓ reisewelt-Reiseleitung ab Anfang an (ab 15 Personen)
- ✓ 13x Übernachtung in ausgewählten landestypischen, guten Hotels oder Lodges

14.03. – 29.03.2025 | 16 Tage | € 4.199,-
03.11. – 18.11.2025 | 16 Tage | € 4.399,-
Einzelzimmerzuschläge: € 520,- (März 2025) / € 530,- (November 2025)

+++ BEACHTEN SIE AUCH UNSERE NÄCHSTEN ABFAHRTEN +++

28.01. – 30.01.25

Hamburg Elbphilharmonie – Orchestra of Europe

€ 529,-

10.03. – 16.03.25

Dubai – Deluxe-Reise

€ 1.899,-

12.03. – 24.03.25

Tansania – Kilimanjaro 360°

€ 3.490,-

18.03. – 31.03.25

Tansania und Sansibar – Atemberaubende Tierwelt

€ 4.799,-

30.03. – 04.04.25

Golf von Sorrent – Romantik & Vesuv

€ 1.379,-

30.03. – 14.04.25

Everest Komfort Trekking

€ 3.990,-

02.04. – 09.04.25

Fehmarn – Auszeit auf der Sonneninsel

€ 799,-

03.04. – 11.04.25

Jakobsweg – Die Faszination erleben

€ 1.699,-

06.04. – 10.04.25

Gardasee – Entspannung & Abenteuer am Westufer

€ 579,-

06.04. – 13.04.25

Kroatien – Auf Wanderwegen an der Adria

€ 949,-

09.04. – 16.04.25

Montenegro – Kleines Land, unendliche Möglichkeiten

€ 1.299,-

Mit diesem Code direkt zur Reise und € 10,- online sparen!

HOLLAND – TULPENBLÜTE INKLUSIVE KEUKENHOF

I BU1073

- ✓ Fahrt im modernen Fernreisebus
- ✓ Besuch des legendären Blumenparks Keukenhof inklusive Eintritt
- ✓ Grachtenfahrt in Amsterdam und Besuch des idyllischen Fischerorts Volendam am IJsselmeer inklusive!
- ✓ reisewelt-Reiseleitung von Anfang an

04.04. – 06.04.2025 | 3 Tage | € 459,-
11.04. – 13.04.2025 | 3 Tage | € 489,-
27.04. – 29.04.2025 | 3 Tage | € 459,-
Frühbucherpreise bei Buchung bis 31.01.25, danach € 30,- mehr!
Einzelzimmerzuschlag: € 120,-

€ 40-
Frühbucher-
rabatt
sichern!

reisewelt
alleine
günstig
reisen

KROATIEN SINGLEREISE – MAKARSKA RIVIERA

I FL0147

- ✓ Flug mit renommierter Fluggesellschaft von Frankfurt nach Split und zurück
- ✓ 7x Übernachtung/HP im 4-Sterne APARTHOTEL MILENIJ in Baška Voda in großzügigen Einzelzimmern
- ✓ Umfangreiches Spezialitätenessen inklusive Wein und Wasser in einem Bergdorf
- ✓ Großes Ausflugspaket inklusive, wie Stadtbesichtigung Makarska, Weltkulturerbe Trogir, Bootsfahrt im Cetina Canyon, geführte Wanderung „Weiße Bergdörfer“ u. v. m.

06.04. – 13.04.2025 | 6 Tage | € 1.329,-
13.04. – 20.04.2025 | 6 Tage | € 1.329,-
Frühbucherpreis bis 28.02.2025, danach € 40,- p. P. mehr

€ 50-
Frühbucher-
rabatt
sichern!

INFOVERANSTALTUNG
28.01.2025
18:00 Uhr - Gemein-
dezentrum Neu-
hof (Einlass ab 17:45 Uhr)
Anmeldung erforderlich!

IRLANDS SÜDEN – DIE SCHÖNHIT DER GRÜNEN INSEL

I FL0320

- ✓ Flug mit LH von Frankfurt nach Dublin und zurück
- ✓ 6x Ü/HP in ausgewählten Mittelklassehotels
- ✓ Whiskey-Verkostung in Dublin
- ✓ Irish House Party inklusive Dinner
- ✓ Großes Ausflugsprogramm (Auszug): Rundfahrt über die Halbinsel von Dingle, Besuch Gallarus Oratory, Flying Boat Museum, Kilemore Abbey u.v.m.
- ✓ Deutschsprachige Reiseleitung

16.05. – 22.05.2025 | 7 Tage | € 1.799,-
13.09. – 19.09.2025 | 7 Tage | € 1.799,-
Frühbucherpreis bis 31.05.2025, danach € 50,- p. P. mehr

€ 50-
Frühbucher-
rabatt
sichern!

INFOVERANSTALTUNG
28.01.2025
18:00 Uhr - Gemein-
dezentrum Neu-
hof (Einlass ab 17:45 Uhr)
Anmeldung erforderlich!

CHALKIDIKI – EIN TRAUMURLAUB IM PARADIES

I FL1556

- ✓ Flug von Frankfurt nach Thessaloniki und zurück
- ✓ 7x Übernachtung mit Halbpension im luxuriösen 4-Sterne PHILOXENIA HOTEL
- ✓ Sonnenliegen und Sonnenschirme am Pool kostenfrei, herrliche Anlage für beste Entspannung
- ✓ Großes Ausflugsprogramm bereits inklusive!

20.05. – 27.05.2025 | 8 Tage | € 1.399,-
24.09. – 01.10.2025 | 8 Tage | € 1.499,-
Einzelzimmerzuschlag: € 250,-

€ 50-
Frühbucher-
rabatt
sichern!

INFOVERANSTALTUNG
28.01.2025
18:00 Uhr - Gemein-
dezentrum Neu-
hof (Einlass ab 17:45 Uhr)
Anmeldung erforderlich!

MEDITERRANE TRÄUME – COSTA DELIZIOSA

I KF5039

TRIEST – BARI – KOTOR – KORFU – KATAKOLON – DUBROVNIK – SPLIT – TRIEST

- ✓ Anreise im modernen Fernreisebus nach Triest und zurück (ab 30 Personen)
- ✓ 8 Tage Kreuzfahrt auf der Costa Deliziosa inklusive Vollpension und Myltalian-Genusspaket
- ✓ Trinkgelder bereits inklusive

04.10. – 11.10.2025 | 8 Tage | € 1.349,-
2-Bett-Innenkabine Classic
Weitere Kabinenkategorien auf Anfrage!

HERBSTFERIEN

PORTUGALS DOURO ERLEBEN – MS MAGELLAN

I KF1154

PORTO – BITETOS – RÉGUA – VEGA DE TERRON – BARCA D'ALVA – FERRADOSA – PINHÃO – CALDAS DE AREGOS – PORTO – LISSABON

- ✓ Wunderschöne Flusskreuzfahrt mit der familiären MS Magellan
- ✓ Exzellente Vollpension an Bord und festliches Galadinner - Viel Zeit für Entdeckungen in Porto
- ✓ Stadtrundfahrt in Lissabon und Ausflug nach Sintra, Cabo da Roca, Cascais & Estoril
- ✓ Betreuung durch erfahrene Phoenix-Kreuzfahrtleitung

25.09. – 06.10.2025 | 12 Tage | € 2.748,-
13.10. – 24.10.2025 | 12 Tage | € 2.348,-
TAG D. DT. EINHEIT
Weitere Kabinenkategorien auf Anfrage

UNSER KATALOG URLAUBSTRÄUME 2025 IST DA!

Jetzt über den QR-Code kostenfrei anfordern:

QR Code

Beratung & Buchung: 06655 9609-0

www.reisewelt-neuhof.de

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

Kochen statt kaufen

So gelingen Futterplätzchen für Vögel

Körnerknödel für den Garten sollen heimische Vögel vor allem in schneereichen Wintern mit Futter versorgen. Doch die Tierschutzorganisation Vier Pfoten rät von gekauften Knödeln im Plastiknetz ab. Der Grund: Die Plastiknetze sind umweltschädlich. Werden sie in den Bäumen vergessen, hängen sie dort oft so lan-

ge, bis sie irgendwann in die Natur geweht werden. „Dazu können die engmaschigen Netze zu einer gefährlichen Falle für die Vögel werden, wenn sie sich darin verfangen“, so Eva Lindenschmidt, Wildtierexpertin bei Vier Pfoten. Eine Alternative: Zu Knödeln ohne Netz greifen. Oder Futtertöpfe für den Garten

selbst herstellen. Laut Vier Pfoten braucht man dafür folgende Zutaten:

- einen kleinen Blumentopf oder eine Kokoschale
- Pflanzenfett, wie zum Beispiel Kokosfett
- etwas Salatöl
- Futtermischung aus Sonnenblumenkernen, Hanfkörnern, Hirse, Mohn oder zerhackten



Foto: Roland Weihrauch/dpa/dpa-mag

Nüssen. Für Weichfutter-Liebhaber wie Rotkehlchen, Amseln oder Wacholderdrosseln kann man Rosinen und anderes Trockenobst beimischen.

- Einen Ast oder eine Kordel zum Aufhängen der Futterhäppchen. So geht's:
- Schmelzen Sie das Pflanzenfett und vermengen Sie es mit der Samenmischung, am besten im Verhältnis eins zu eins.
- Geben Sie noch etwas Salatöl hinzu.

- Die geschmeidige Masse dann in den Blumentopf oder in die Kokosnussschale füllen.
- Stecken Sie einen Ast in die Futtermasse und lassen Sie alles erkalten. Am besten eignet sich ein verästelter Zweig. So lässt sich der Futterbehälter in einem Baum verkeilen. Sie können die angerührte Fett-Samenmischung auch in eine Plätzchenform geben. Stecken Sie dann einen Zahnstocher oder einen dünnen Stab in das obere Drittel der Form und entfernen Sie den, sobald die Masse getrocknet ist. Durch das Loch können Sie nun ein Band oder eine Kordel zum Aufhängen ziehen. Jetzt die erkaltete Futtermischung aus der Form drücken und aufhängen.

Auto & Verkehr

Pkw Ankauf

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

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

AUTOHAUS SCHRAMM
Ankauf aller Marken
0160 - 8101654 od. 06051 - 9155849

Reisemobile

Wohnmobil o. Wohnwagen gesucht! Frührentnerpaar will auf Reisen gehen! Nur von privat, einfach alles mal anbieten! ☎ 01520/8264256

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

ImmobilienMarkt

Garagen

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

Grundstücke

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

Mietgesuche

Ruhiger Dipl.-Finanzwirt (FH) in Festanstellung, 52 J./NR, sucht sehr ruhige 3 ZKB DG-Whg ab 70 m² in Gelnhausen ab 01.04.25 oder später. ☎ 0151/20200094

Vermietungen

Bad Orb, Nähe Kurpark, 3 ZKB, 115 m², 1. OG, 2 Balkone, Gäste-WC, Bad mit begehrter Dusche u. WC, Parkplatz, keine HT, Miete: 690,-€ + 200,-€ Umlagen, 2 MM Kt. Ab 01.04. ☎ 06052/5717

Wächtersbach-OT: 3-Zimmer-Whg. + Küche u. Bad, großer Balkon, Fußbodenheizung, Hanglage, Autobahnanschluss vorhanden. 600,-€ Miete + 250,-€ Uml. + 3 MM Kt. ☎ 0175/7852725

Rosbach-Rodheim v.d.H, 3 ZEBK, Bad mit Dusche u. Wanne, sep. Toilette, Hobbyraum, 76 m², 650,- € + NK + Kt., Energieausweis vorhanden. ☎ 06007/457

Wächtersbach: 3 ZKB, WC, Keller, großer Raum, freier Blick Wächtersbach, Abstellplatz. 600,-€ + Umlage. ☎ 06668/287

28 m² Lagerraum zu vermieten, Schöneck/Kilianstädten. ☎ 06187/7500

Mittelhessen-Bote
Finden + Verkaufen
Telefon 06051 833-241

Bei Blähungen, Völlegefühl und Magenkrämpfen: Bauch und Magen schnell entspannen

„Essen macht mir überhaupt keinen Spaß mehr – danach hab‘ ich nur Probleme!“ Wer hat das nicht schon selbst erlebt? Dabei ist es überhaupt nicht nötig, nach dem Essen unter Magenkrämpfen zu leiden oder verschämt Blähungen zu unterdrücken. Dank GASTEO Magen-Tropfen kehrt die Freude am Genuss zurück.

EINZIGARTIGE HEILPFLANZEN-KOMBINATION

Einzigartig und so nur in GASTEO

Magen-Tropfen, sorgen sechs clever kombinierte natürliche Wirkstoffe für eine deutlich spürbare, schnelle „Erste Magen- und Verdauungshilfe“. Bitterstoffe aus Wermut-, Benediktenkraut und Angelikawurzel steigern rasch die Speichelproduktion und stoßen im Magen-Darm-Trakt die Produktion von Gallensaft und Magensäure an.^{1,2} Dank Gänsefingerkraut, Süßholzwurzel sowie Kamillenblüten entspannen Magen und Darm.



Endlich wieder ein entspanntes Bauchgefühl

Und da ist es wieder: Das gute Bauchgefühl.

ÜBERALL UND JEDERZEIT - SOFORT BEREIT

Vorbereitung ist alles – auch für unterwegs! Gut, dass GASTEO Magen-

Tropfen im praktischen Dosierfläschchen in jede Tasche passen und nach dem ersten Gebrauch noch ganze zwölf Monate verwendbar bleiben. Damit Essen jederzeit und überall ein Genuss bleibt.

Blähungen? Völlegefühl? Magenkrämpfe?

GASTEO®
hilft Deiner Verdauung über den Berg



Fragen Sie in Ihrer Apotheke danach!



PZN 10738439, AVP 10,89 €

1 Liszt es al. (2017) PNAS; 114(30). E6260 E6269; 2 Inge Depoortere (2014) Gut; 63:179-190.

GASTEO® Flüssigkeit zum Einnehmen. **Wirkstoffe:** Gänsefingerkraut, Süßholzwurzel, Angelikawurzel, Benediktenkraut, Wermutkraut, Kamillenblüten. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei leichten Verdauungsbeschwerden (z. B. Völlegefühl, Blähungen), sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. **Enthält 40 Vol.-% Alkohol.** (Stand: 11/2022). **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.** Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Braunmattstraße 20, 76532 Baden-Baden



GETRÄNKE • FACHMARKT

Angebote gültig vom 27.01. – 01.02.2025

Jede Woche erfrischende Angebote!

Adelholzener Mineralwasser

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

-25%

5.99

5.49**

1l = 0,61 €



Dein Januar - Boost

alkoholfrei & kalorienarm

2025



Köstritzer Schwarzbier

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

-22%

13.99

Tyskie

Polnisch für Kenner,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,40 €

-22%

13.99

Veldensteiner Bier

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

ANGEBOT

13.99

Weltenburger Kloster Bier

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

ANGEBOT

14.99



St. Bonifatius Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10/4,50 € Pfand,
1l = 1,00 €

ANGEBOT

9.99



Pilgerstoff, Pilgerstöffchen

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5/24 x 0,33 l,
zzgl. 3,10/3,42 € Pfand,
1l = 1,40/1,77 €

ANGEBOT

13.99



Schöffelhofer Weizen

natürtrüb, alkoholfrei,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,40 €

-26%

13.99



Licher Bier

diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 2,02 €

4.59

3.99



Förstina Sprudel Mineralwasser

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

ANGEBOT

5.49

S. Pellegrino Mineralwasser

Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
1l = 1,00 €

ANGEBOT

5.99

Elisabethen Quelle Mineralwasser*

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,54 €

7.99

6.49

Bad Brückener Apfelschorle

klar, naturtrüb,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 1,00 €

9.99

8.99

Bad Brambacher Garten-Limonade

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 1,07 €

10.99

8.99

Almdudler Original

Kräuterlimonade,
1l - Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 1,29 €

4.59

1.29

König Pilsener

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

ANGEBOT

10.99

Aktion!
+ 1 Filzträger GRATIS!

deit Limonade

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



ANGEBOT

8.99

7.99**

1l = 0,67 €



TWENTYFOUR 7 Energy

koffeinhaltig,
1l - Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 1,39 €

-22%

1.39

Gordon's

London Dry Gin & Tonic,
Premium Pink Gin & Tonic,
chininhaltig,
0,25 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 7,96 €

ANGEBOT

1.99

Heil GUDE STOFF*

1l - Flasche,
zzgl. 0,15 € Pfand,
1l = 2,29 €

ANGEBOT

2.29

Keizers Creek

diverse Sorten,
0,75 l - Flasche,
1l = 4,65 €

3.99

3.49

2.99**

1l = 3,99 €

Dr. Faust

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

ANGEBOT

3.99

Johnnie Walker Red Label

0,7 l - Flasche,
1l = 15,70 €

-21%

10.99

Wodka Gorbatschow, Citron

0,7 l - Flasche,
1l = 9,99 €

-26%

6.99

Käfer Wein
diverse Sorten,
0,75 l - Flasche,
1l = 3,99 €

-33%

2.99

Mit der
logo Getränke App
sparen & gewinnen.

Jetzt downloaden!



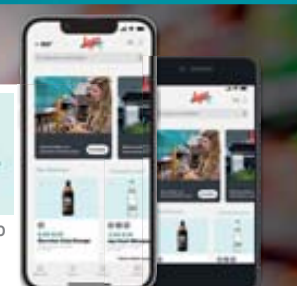
www.logo-getraenke.de

Google Play

App Store

1x Sous Vide
Stick

1x Jahresabo
Disney+



*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

Fenster auf!

Auch wenn’s kalt ist: So lüften Sie richtig

Zwischen sechs und zwölf Liter Wasser gibt ein Vier-Personen-Haushalt pro Tag an die Luft ab. Um Schimmel zu vermeiden, ist regelmäßiges Lüften notwendig, so die Verbraucherzentrale Baden-Württemberg. Mindestens drei bis vier Mal pro Tag sollte die Luft komplett ausgetauscht werden. Im Winter reichen drei bis fünf Minuten Stoß- oder Querlüften bei niedrigen Außentemperaturen oder Wind. „Anders als häufig befürchtet, werden die Innenwände durch umsichtiges Stoßlüften kaum ausgekühlt“, so Frank Lange, Geschäftsführer des Verbandes Fenster + Fassade (VFF).

Wann man am besten lüftet, kommt auch auf den Raum und die Nutzung an. Nach dem Duschen, Baden, Kochen oder Schlafen sollte



Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

die feuchte Luft sofort ausgetauscht werden. Direkt nach dem Aufstehen sollte man das Schlafzim-

mer gut durchlüften. „Anschließend tagsüber auf mindestens 16 bis 18 Grad Celsius beheizen“, heißt es

von der Verbraucherzentrale weiter: „Je höher die Luftfeuchtigkeit und niedriger die Raumtemperatur, umso

größer ist das Schimmelrisiko.“ Ein gesundes Wohnklima schafft, wer ein passendes Verhältnis von Raumtemperatur und Luftfeuchtigkeit anstrebt: Je nachdem, ob die Bewohner etwa auf dem Sofa sitzen oder im Haushalt arbeiten, liege es bei einer Temperatur von 18 bis 22 Grad Celsius und bei einer relativen Luftfeuchte zwischen 40 und 60 Prozent. „Wichtig für das richtige Lüften ist, dass die Fenster vollständig geöffnet werden“, sagt VFF-Geschäftsführer Lange. Dauerhaftes «Auf Kipp»-Stellen lasse Räume auskühlen. Er rät: „Während des Lüftens sollten die Heizkörper heruntergeregt werden, entweder händisch oder über automatische Heizventile, die einfach und kostengünstig nachgerüstet werden können.“

REISEBÜRO HAPP

genau mein Urlaub...

Schöne Hauptstadt Lissabon

Zwischen Tejo und Atlantikküste

Flug mit Lufthansa von Frankfurt nach Lissabon und zurück, Flughafentransfer vor Ort, 4x Ü/F im 3*-Hotel, tägl. Besichtigungsprogramm, Eintritte: Hieronymus-Kloster, Nationalpalast in Queluz, Pena Palast in Sintra, 1x Belem-Törtchen, Reiseleitung

15.03.-19.03. | 5 Tage | 969 €



Auf der Seine mit A-ROSA VIVA

Von Paris in die Normandie und zurück inkl. HAPPClass-Ausflugsprogramm



Bustransfer nach Paris und zurück, 7x Übernachtung in der gebuchten Kabinenkategorie, VollpensionPlus: umfangreiche Frühstücks-, Mittags & Dinner-Buffets, Einschiffungssnack sowie Tee & Kaffeestunde, hochwertige Getränke ganztags inklusive, täglich umfangreiches Ausflugsprogramm im HAPPClass-Luxusbus (Wert ca. 600€), Reiseleitung

24.04.-01.05. | 8 Tage | ab 1.739 €

Traumhafte Blumenriviera

San Remo – Monaco – Albenga – Alassio

Fahrt im HAPPClass-Luxusbus oder Komfortbus, 4x Ü/HP im 3*-Hotel, Ausflüge: San Remo und Dolceacqua, Côte d’Azur mit Monaco, Blumenriviera mit Albenga, Alassio und Diano Marina, sämtliche Besichtigungen und Führungen (zzgl. Eintritte), Reiseleitung

09.03.-13.03. | 5 Tage | 475 €



Kamelienblüte und Toskanische Villen

Zauberhafte Frühlingsreise nach Italien



Fahrt im HAPPClass-Luxusbus oder Komfortbus, 5x Ü/HP im 4*-Hotel, 1x toskanisches Abendessen im Rahmen der HP, Stadtrundgang in Florenz, Ausflüge: Pisa, Lari, Kamelienausstellung in Sant’Andrea di Compito & Villen, Vinci & San Miniato, Besuch einer Pastafabrik mit Kirschlikörprobe, Eintritte: Gärten der Villa Orsi, Palazzo Comunale in San Miniato, Museum Leonardo da Vinci, Reiseleitung

12.03.-17.03. | 6 Tage | 765 €

Die schönsten Gärten Südtirols

Tausend Farben der Gärten und Orchideen

Fahrt im HAPPClass-Luxusbus oder Komfortbus, 4x Ü/HP im 3*-Hotel, Weinprobe mit Imbiss, Ausflüge: Meran, Trauttmansdorff, Bozen, Südtiroler Weinstraße, Trient und Rovereto, Eintritte: Gärten, Schloss Trauttmansdorff und Raffiner Orchideenwelt in Bozen, Reiseleitung

19.03.-23.03. | 5 Tage | 675 €



19.03.-23.03. 5 Tage	Kamelienblüte am Lago Maggiore 4x Ü/HP, Fahrt mit der Centovallibahn, Eintritt Kameliengarten Locarno, Bootsfahrt	625 €
26.03.-30.03. 5 Tage	Tulpenrausch am Gardasee 4x Ü/HP, 1x Tortellini-Mittagessen inkl. 1/4 l Wein, großes Ausflugsprogramm	645 €
06.04.-13.04. 8 Tage	Amalfiküste - Golf von Neapel 7x Ü/HP, Busausflüge Sorrent & Salerno, Amalfiküste inkl. Schifffahrt Maiori	1.049 €
10.04.-13.04. 4 Tage	Frühling in Holland - Keukenhof inkl. Eintritt, 3x Ü/F, 1x Abendessen, Ausflug Blumenkorso & Den Haag	599 €
14.04.-16.04. 3 Tage	Frühlingserwachen im Elsass 2x Ü/F, 1x Abendessen, Storchkahnfahrt, Ostermarkt in Colmar, Elsass-Rundfahrt	385 €
23.04.-27.04. 5 Tage	Istrien - Das Herz der Adria 4x Ü/HP, Stadtführungen Porec & Rovinj, Ausflüge nach Pula, Opatija und Rijeka	599 €

SAISONERÖFFNUNG FAHRTEN INS BLAUE

11.03. – 13.03.2025 (Di – Do)
14.03. – 16.03.2025 (Fr – So)
17.03. – 19.03.2025 (Mo – Mi)
20.03. – 22.03.2025 (Do – Sa)
23.03. – 25.03.2025 (So – Di)
26.03. – 28.03.2025 (Mi – Fr)

BEI ALLEN FAHRTEN INKLUSIVE:

- 2x Übernachtung/Frühstück
- 2x Abendessen im Hotel mit Buffet
- 1x Musikabend & 1x Brauchtumsabend im Hotel
- Ausführliche Stadtführung am Anreisetag
- Ganztagesausflug am 2. Reisetag inkl. Mittagsimbiss oder Kaffee/Kuchen
- Fahrt mit einer historischen Eisenbahn
- Stadtbummel am Rückreisetag
- Reiseleitung

Preis pro Person im Doppelzimmer 349 €

Beratung & Buchung: ☎ 06655 / 9652-0

Hauptstr. 19 36103 Fliesen Tel. 06655 / 9652-0	Karlstr. 13 36037 Fulda Tel. 0661 / 25047-0	Bahnhofstr. 15 36088 Hünfeld Tel. 06652 / 91148-0
--	---	---

www.reisebuero-happ.de | info@reisebuero-happ.de

„Genau mein Urlaub“

Reisebüro Happ veröffentlicht Hauptkatalog 2025

Auch im Jahr 2025 bietet das Reisebüro Happ aus Fliesen wieder ein umfangreiches Programm, bestehend aus Busreisen, Flugreisen, Flusskreuzfahrten, E-Bike-Reisen und Tagesfahrten. Viel Neues gibt es im gerade erschienenen Hauptkatalog des Fliesener Reiseveranstalters zu entdecken, aber auch zahlreiche beliebte und bewährte Ziele sind im Programm zu finden.

„Man reist ja nicht nur, um anzu- kommen, sondern um zu reisen.“ Diese Weisheit von Johann Wolfgang von Goethe hat bis heute nichts von ihrer Wahrheit verloren – im Gegen- teil. Denn nicht nur am Ziel, sondern bereits schon auf dem Weg dorthin soll man sich wohlfühlen. Diesem Motto hat sich auch das Reisebüro Happ seit über 38 Jahren verschrie- ben.

Fünf firmeneigene HAPPClass-Lu- xusbusse mit großem Sitzabstand, WLAN, WC, Bordküche, großteils Lademöglichkeit für Smartphone/ Tablet am Platz sowie modernster Sicherheitsausrüstung bieten dafür Gewähr: Gesteuert werden diese von erfahrenen, souveränen Busfahrern. Für Vorfreude auf das Urlaubsziel sorgen freundliche und kompetente Reiseleiter mit sachkundigen Erklä- rungen unterwegs und vor Ort. Die HAPPClass-Busreisen 2025 bedienen fast ganz Europa. Natürlich zuerst einmal Deutschland und die Nach- barländer. Hier finden Sie zahlrei- che neue und interessante Ziele. Die HAPPClass-Busse sind jedoch auch europaweit unterwegs: Von Irland bis in die Masuren, vom Nordkap bis zur süditalienischen Amalfiküste, von Paris bis Prag, um nur eine Aus- wahl zu nennen.

Die Reisebüro Happ-Busreisen 2025 bieten ein wirklich umfangreiches Spektrum: Neben Urlaubsreisen in zauberhafte Landschaften gibt es zahlreiche Städtereisen, dazu Kon- zertreisen zu Klassik, Musical und Unterhaltung. Auch für die kom- petente Durchführung von Pilger- fahrten, Vereinsreisen und Betriebs- ausflügen bietet das Reisebüro Happ beste Referenzen. Flugreisen, jeweils von eigenen Reiseleitern be- gleitet bzw. geführt, bringen Sie un-

ter anderem nach London, Lissabon und Rom. Fernreisen, zum Beispiel nach Südafrika mit Chefreiselei- tung, runden das Programm ab. Immer gefragter werden die angebo-



tenen E-Bike-Reisen, die ausführlich in einem eigenen Katalog dargestellt werden, welcher noch im Januar er- scheinen wird. Steigende Gästezah- len können auch die immer beliebter werdenden Flusskreuzfahrten auf der Donau bzw. den französischen Flüssen verzeichnen. Neben den eigenen Programmen führt das Reisebüro Happ die Kataloge aller bekannten Reiseveranstalter und Reedereien. Die Mitarbeiter in den Reisebüros in Fliesen, Fulda und Hünfeld beraten Sie ausführlich über Ihre gewünschte Individual- und Pauschalreise. Ein gesondertes Tagesfahrtenprogramm wird wie gewohnt ebenfalls Ende Januar er- scheinen.

Das umfangreiche Angebot kann gerne auch unter www.reise- buero-happ.de im Internet abgeru- fen werden. Ebenso sind dort alle Reisen online buchbar. Ausführliche Informationen finden Sie auf über 220 Seiten im soeben erschiene- nen Reisebüro Happ-Katalog „Ge- nau mein Urlaub 2025“, der in den Reisebüros für Sie bereitliegt, aber auch über die Homepage per Mail an info@reisebuerohapp.de oder te- lefonisch unter 06655-96520 bestellt werden kann.

Urlaubsschiff legt in Hanau ab

Attraktive Flusskreuzfahrten direkt vor der Haustür

Malerische Landschaften, direkte Anbindung an viele attraktive Städte und eine entspannte Atmosphäre auf kleinen und gemütlichen Schiffen: Flusskreuzfahrten werden bei Urlaubern immer beliebter. Davon profitiert auch das Reisebüro „ReiseJung“. Das Bruchköbeler Unternehmen hat sich einen Namen als Veranstalter und Organisator von Flusskreuzfahrten und Events auf dem Wasser gemacht.

„ReiseJung“ bietet inzwischen rund ein Dutzend Flusskreuzfahrten für mehr als 1.000 Passagiere jährlich an. Ein Teil davon als klassische Flussreise, der andere Teil mit einem gewissen Event-Charakter. Die Schiffe be-reisen inzwischen den Main, die Donau, den Main-Donau-Kanal, den Rhein bis nach Basel und Amsterdam, die Mosel, die Seine, die Maaß, das IJsselmeer und sogar die Boddengewässer der

Ostsee bis ins polnische Stettin. Die Kunden schätzen an dem Bruchköbeler Unternehmen die persönliche und individuelle Beratung. Das Reisebüro plant alle Flusskreuzfahrten sorgfältig selbst und mit viel Herzblut. Da kein „Massengeschäft“ betrieben wird und der Betrieb nicht auf Gewinnmaximierung getrimmt ist, kann Stefan Jung und sein Team seinen Kunden durch ei-gene Kalkulation mit den Ree-

dereien einen Top-Reisepreis bieten, in dem alle Leistungen klar ersichtlich aufgelistet sind. Versteckte Kosten? Fehlanzeige! Dies, gepaart mit der liebevol-len Betreuung vor, während und nach der Reise, sorgt für eine Flussreise der Extraklasse. Und das Beste: Die Schiffe fahren vom Hanauer Hafen ab. Eine Al-leinstellungsmerkmal, das gera-de Kunden aus der Region enorm zu schätzen wissen.



Die Tulpenfelder leuchten in allen Far-ben, der berühmte Keukenhof öffnet Zons, Bonn und Rüdesheim auch in für wenige Woche seine Pforten und die Städte der Niederlande erwachen wechslungsreiche Ziele. Dabei sind auch aus dem Winterschlaf, die Landschaft immer wieder Fahrzeiten am Tag eingewird grün und die Pflanzen blühen - der plant, um nach dem Erkunden unserer Frühling ist die perfekte Jahreszeit, um spannenden Destinationen auch unsere die Niederlande zu entdecken. Kom-wunderschöne Swiss Splendor genießen men Sie mit uns über Ostern an Bord und an Bord entspannen zu können.

der frisch renovierten Swiss Splendor der renommierten Reederei Scylla für eine entspannte Reise zur großen und kleinen Städten der Niederlande. Ob die Großstadt Rotterdam mit internati-onalem Flair, die beschaulichen Städt-chen Gorinchem und Schoonhoven, das maritime Hoorn oder die Einkaufsstadt Nijmegen - jede Stadt hat ihren ganz ei-genen Charme und Charakter. Auf dem Rückweg nach Hanau besuchen wir mit Zons, Bonn und Rüdesheim auch in für wenige Woche seine Pforten und die Städte der Niederlande erwachen wechslungsreiche Ziele. Dabei sind auch aus dem Winterschlaf, die Landschaft immer wieder Fahrzeiten am Tag eingewird grün und die Pflanzen blühen - der plant, um nach dem Erkunden unserer Frühling ist die perfekte Jahreszeit, um spannenden Destinationen auch unsere die Niederlande zu entdecken. Kom-wunderschöne Swiss Splendor genießen men Sie mit uns über Ostern an Bord und an Bord entspannen zu können.

8 Tage Oster-Flusskreuzfahrt zur Tulpenblüte nach Holland

Termin: 15.04. bis 22.04.2025

Köln - Gorinchem - Rotterdam -
Schoonhoven - Hoorn -
Nijmegen - Zons - Bonn - Rüdesheim
- Hanau Hafen



- Busanreise nach Köln ab/Bruchköbel, Hanau und Maintal inklusive
- Reiseende im Hafen von Hanau
- Farbenpracht im Keukenhof
- Ausflugsmöglichkeit Panoramafahrt Tulpenblüte und Hoge Veluwe
- Passage Mittelrheintal



FRÜHBUCHER-VORTEIL:
Sie sparen
EUR 50 p.P.
bei Buchung
bis zum
31. Januar 2025

Eingeschlossene Leistungen:

Flusskreuzfahrt ab Köln / bis Hanau Hafen, 7 Übernachtungen an Bord der MS SWISS SPLENDOR, Busanreise ab Bruchköbel, Maintal und Hanau Hbf nach Köln zum Schiff, Ein- und Ausschiffungsgebühren, Willkommens-Cocktail mit dem Kapitän, Vollpension mit Frühstücksbuffet, Mehrgänge Mittag- und Abendmenüs, Kaffee/Tee & Kuchenbuffet, Unterhaltungsprogramm an Bord, Benutzung der Bordeinrichtung, W-lan, Reisebetreuung durch das ReiseJung Team.

Reisepreise pro Person:

Hauptdeck - Fenster nicht zu öffnen	ab € 899 p.P.
Doppelkabine, achtern	
Hauptdeck - Fenster nicht zu öffnen	ab € 1.299 p.P.
Einzelkabine	
Mitteldeck m. franz. Balkon	
Doppelkabine, achtern	ab € 1.099 p.P.
Oberdeck m. franz. Balkon - Doppelkabine	ab € 1.399 p.P.
Oberdeck m. franz. Balkon - Suite	ab € 1.599 p.P.

Reiseveranstalter: Reisebüro Bruchköbel GmbH, Innerer Ring 5, 63486 Bruchköbel, Telefonnummer: 06181 - 97920, Mail: info@reisejung.de / www.reisejung.de



Individuelle Einlagen von SCHAUB: Komfort neu definiert.

Mit modernster Technik setzt Schaub Schuhtechnik neue Maßstäbe für Ihre Fußgesundheit.

Präzise und perfekt für Ihre Füße

Mit innovativer Messtechnik wie 3D-Scans und Drucksensoren erstellen wir präzise Fußanalysen. Auf Basis dieser Daten gestalten unsere Experten mittels CAD-Software Einlagen, die Ihren Füßen optimale Unterstützung und Entlastung bieten.

Tradition trifft Hightech

Erfahrung, Fingerspitzengefühl und modernste Technik – das zeichnet die Einlagen von SCHAUB aus. Unsere Meister verwenden Hochleistungsfräsen, um Ihre Einlagen so zu gestalten, dass sie Ihre Bedürfnisse perfekt erfüllen und schmerzfreie Bewegung fördern.

Maßgeschneiderte Lösungen für jeden Bedarf

Ob Sportler, Schmerzpatienten oder Menschen mit besonderen

Ansprüchen wie Diabetes oder Rheuma – unsere orthopädischen Einlagen bieten höchsten Komfort und effektive Unterstützung. Sie passen in viele Alltags- und Freizeitschuhe mit herausnehmbarer Sohle.

Zertifizierte Sicherheit für Arbeitsschuhe

Unsere baumustergeprüften Einlagen sind speziell für Arbeitssicherheitsschuhe entwickelt und erfüllen höchste Standards. So bleiben Ihre Füße nicht nur komfortabel, sondern auch bestens geschützt.

Gemeinsam für Ihre Fußgesundheit

In enger Zusammenarbeit mit Ärzten und Therapeuten sorgen wir dafür, dass Sie optimal versorgt sind. Denn Einlagen sind nicht nur bequem – sie sind ein unverzichtbares Hilfsmittel für gesunde Füße.

Entdecken Sie in unseren Filialen



in Wächtersbach und Gründau und Fußkomfort – mit maßge-die perfekte Verbindung aus fertigten Einlagen von SCHAUB Handwerkskunst, Technologie Schuhtechnik.

Filiale Wächtersbach
Poststraße 25
63607 Wächtersbach
Fon: 06053 2533

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



E-Mail: info@schaub-schuhtechnik.de • Web: www.schaub-schuhtechnik.de

SCHAUB
SCHUHTECHNIK

Innovative CNC-Einlagen

von SCHAUB.

Zeheugreifer

*Retrocapitale
Abstützung*

*Fersen-
weichbettung*

Individuelles
UNIKAT
auf den Fuß
abgestimmt

*Lateraler
Impuls*

Gutschein 50 %

auf eine Kompressionsstrumpfversorgung

Pro Person nur ein Gutschein und nur im Original. Nur auf wirtschaftliche Aufzahlung anrechenbar. **Gültig bis 30.04.2025.**

Gutschein 50 %

auf eine Einlagenversorgung

Pro Person nur ein Gutschein und nur im Original. Nur auf wirtschaftliche Aufzahlung anrechenbar. **Gültig bis 30.04.2025.**

Lifestyle

Lebensversicherungen – BGH-Urteil
Geldregen für Versicherte!

ANZEIGE

Wenn Sie eine Kapitallebens- oder Rentenversicherung zwischen 1994 und 2007 abgeschlossen haben, dann sollten Sie diesen Beitrag jetzt aufmerksam lesen – denn es geht um viel Geld! In einem sensationellen Urteil hat der Bundesgerichtshof die Rechte von Versicherten massiv gestärkt und ermöglicht Ihnen, sich Ihr Geld mit guter Verzinsung zurückzuholen, ohne Abzug der viel zu hohen Maklerprovisionen und Verwaltungskosten der Versicherungsgesellschaften. Das Beste dabei: Dies gilt auch für bereits ausbezahlte oder gekündigte Versicherungen. Auch hier können Sie nachträglich tausende Euro zusätzlich vom Versicherer einfordern, selbst dann, wenn Ihnen Ihre Unterlagen nicht mehr vollständig vorliegen.

Auf Grund mangelhafter Widerrufsbelehrungen in den Vertragstexten sind viele Versiche-

rungsverträge auch heute noch anfechtbar. Man nennt dies „ewiges Widerrufsrecht“. Bei einem Widerruf erhalten Sie – anders als bei der Kündigung – alle eingezahlten Beiträge ohne Abzug von Maklerprovisionen und Verwaltungskosten zurück. Und nicht nur das: die Versicherung muss Sie auch an dem mit Ihrem Geld erzielten Anlagegewinn beteiligen. So können Sie bis zu 150% der eingezahlten Beiträge zurückholen. Ein sattes Plus auf Ihrem Konto winkt!



Es geht um viel Geld
Foto: fotomek/stock.adobe.com

Ob Ihr Vertrag betroffen ist, prüft zum Beispiel das Düsseldorf

Verbraucherportal helpcheck.de gratis und unverbindlich für Sie. Die Prüfung erfolgt auf Basis hunderter Urteile datenbankgestützt und individuell durch spezialisierte Anwälte. Sie werden nach Vertragsprüfung beraten und können das Unternehmen, sofern Sie wünschen, auf Erfolgsbasis mit der Durchsetzung Ihres Anspruchs beauftragen.

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

Die gratis Vertragsprüfung finden Sie hier: www.helpcheck.de/geldregen

Punkte, Prämien, PAYBACK
Jetzt bei Netto Marken-Discount punkten

ANZEIGE

Netto Marken-Discount ist jetzt Partner des größten und beliebtesten Bonusprogramms PAYBACK.

Mehr punkten, mehr sparen: Netto-Kundinnen und Kunden können sich zahlreiche Einkaufsvorteile in den bundesweit rund 4.350 Filialen sichern. Mit rund 5.000 Artikeln verfügt Netto über die größte Lebensmittelauswahl in der Discountlandschaft. Neben den über 700 weiteren PAYBACK Partnerunternehmen ist nun auch bei Netto in den Filialen, im Netto-Onlineshop und bei Netto Reisen das Sammeln von Punkten möglich.

So funktioniert's: Punkte mit der Netto-App, der PAYBACK App oder der PAYBACK Karte sammeln und diese zum Beispiel direkt beim Bezahlen an der Kasse einlösen oder online gegen attraktive Prämien tauschen.



Sparen mit Coupons: Vor dem Einkaufen immer Coupons aktivieren und noch mehr sparen! Zum Start der Partnerschaft bieten Netto und PAYBACK Kundinnen und Kunden Coupons von bis zu 15-fachen Punkten für den Einkauf. Im Netto Online-Shop kann mit Coupons 11-fach gepunktet werden und auf netto-reisen.de gibt es bei ausgewählten Angeboten 10-fache Punkte.



Malteser
...weil Nähe zählt.

Starke
Sache!

Malteser
Freiwilligendienste
FSJ + BFD:
Gut für dich –
wertvoll für andere.



Jetzt informieren und bewerben:
malteser-freiwilligendienste.de
facebook.com/MalteserFreiwilligendienste
Malteser Hilfsdienst e.V.
Referat Freiwilligendienste
☎ 0221 9822-3500
✉ freiwillig@malteser.org

FundGrube

Bekanntschaften

LIEBE IST EINE BLUME,
DIE IMMER WIEDER BLÜHEN
KANN!

ARCHITEKT J A N - J O S E F, *junge 83 Jahre, verwitwet, knapp 180 cm groß, Privatier mit Zeit für „UNS“.* Wir sind zu jung, um allein zu bleiben und keine verrückten Dinge mehr zu unternehmen; wir könnten zusammen Fitnesstraining anfangen, schwimmen, Ski fahren u. Tennis spielen – alles etwas ruhiger. Bin kerngesund, dynamisch, mit vollem Haar und Lachfalten, ein fröhlicher Mann ... fühle mich „zum Bäume-ausreißen“, ein sehr jugendlicher Lausbub, treu, bescheiden, ein kultivierter, niveauvoller „Gentleman“. Haben auch Sie Mut, verwirklichen Sie die gefassten Vorsätze fürs neue Jahr, nicht mehr sonntags die Wände anstarren oder von Kaffeekränzchen genervt alleine heimkommen, sondern Glück zu zweit empfinden. Um in einer Beziehung glücklich zu sein, bin ich der Meinung, sollte man sich auch immer auf den anderen konzentrieren, nicht nur auf sich selbst. Ich hoffe, dass meine pv-Anzeige Ihre Aufmerksamkeit erregt hat (Alter egal), und würde mich freuen, wenn Sie sich melden, um auch mich etwas näher kennenzulernen. Bitte rufen Sie an: 0151 - 56196728.

DU RUFSST AN, WIR TREFFEN
UNS, ES BLITZT, WIR KÜSSEN
UNS UND WIR BLEIBEN FÜR
IMMER ZUSAMMEN!

Hallo, ich heiße L U C I E, *bin flotte 54 J. und messe ganze 168 cm ohne meine geliebten hohen Schuhe.* Ich möchte Sie, einen natürlichen, humorvollen Mann, kennen- u. lieben lernen. Habe eine schöne Figur, dunkle Haare und grau-blaue Augen, arbeite als Juristin/Rechtsanwältin und ich werde Dir bestimmt keine Gesetze machen, sondern kümmern mich nur um Dein Herz. Habe Ruhe zuzuhören und Muße zu hingebungsvoller Lust und herzlichem Lachen. Ich bin zärtl., niveauvoll, unendlich feminin, warmherzig u. charmant. Ich habe einen Segelschein und Reise gerne. Dein Alter ist mir nicht wichtig, solange Du jung im Herzen bist. Ich möchte glücklich, unbeschwert JETZT ins neue Jahr + in die Liebe springen. Bitte rufe gleich an, pv handy ☎ 0151 - 68535162 od. Mail unter Lucie2211@wz-mail.de. Ich möchte deine u. meine Wünsche erfüllen, Treue + Liebe sollten uns verbinden.

Dauerhafte Verbundenheit. Sie, 76, verw., schl., solide und zuverlässig, sucht ehrlichen, charaktervollen Freund u. Partner im Raum Hanau, MKK. Chiffre 99486

ZUSAMMEN MEINE
TRAUMREISE MACHEN,
NACH CHILE, VON DER WÜSTE
QUER ZUM EWIGEN EIS

ANDRE, 66 J. / 1,83, Dipl.-Volkswirt in guter Position. Bin ein dynam., fröhlicher Mann, gut aussehend, männl., markant, weltoffen, Abenteuergeist u. Träumer mit zuverlässigem Charakter. Anscheinend habe ich bei meinem berufl. Aufstieg versäumt, auf mein Herz zu achten, denn nun habe ich Auto, schön. Haus, finanz. Sicherheit und bin alleine ... dabei möchte ich Dir die ganze Welt zeigen. Ich wünsche mir eine Frau zum Reden, Lachen und Träumen; bin ein Familienmensch (auch wenn ich keine Kinder habe), möchte für dich mein Haus nach deinen Wünschen umbauen u. alles mit dir zusammen unternehmen. Möchten Sie einen nicht ganz normalen, aber zuverlässigen, lustigen, ehrlichen Mann kennenlernen und für immer mit mir glücklich sein? Dann rufen Sie einfach an – „Probier’s“: mobil 01520 - 7866545 o. schr. eine E-Mail: Pv an: AndreAndre@wz-mail.de.

Herzlich willkommen in meinem Leben ... **Dipl.-Ingenieur S T E F A N,** 77 J. / 1,79, verwitwet. *Bin Realist u. romantischer Träumer.* Mag klassische Musik, Wandern, Schach spielen und bin handwerklich begabt und ich lache gerne – auch über mich selbst. Ich reise gerne u. kenne viele schöne Plätze auf dieser Welt, die ich Ihnen gerne zeigen möchte. Ja, ich bin auch vorzeigbar, dynn., hilfsbereit u. ehrlich. Ich möchte Sie treffen – in Ihre Augen sehen ... Wollen Sie eine Schneeballschlacht in der Schweiz und innig küssen oder Sonne tanken am Meer oder zum Italiener, ein Glas Rotwein + Spaghetti. Mein Herz möchte Liebe, möchte wieder fühlen, die ehrl., zärtl. Liebe entdecken u. sich auf eine glückl. Zukunft freuen. Ich kann mir fast alles leisten u. doch fehlt mir das „Wichtigste“: die Frau an meiner Seite, mit der ich glückl. sein möchte. Haben Sie jetzt auch den Mut und schreiben Sie mir über pv eine Mail an StefanGlueck@inserat-wz.de oder rufen Sie gleich an: Handy ☎ 0170 - 6113731.

Gerti, 71 J., unkomplizierte u. bescheidene Witwe, mit viel Liebe im Herzen. Ich bejahe das Leben u. mache aus jedem Tag das Beste. Doch zu zweit wäre alles noch schöner, finden Sie nicht auch? Alles tun, was uns Spaß macht u. füreinander da sein. Fassen Sie sich ein Herz u. rufen Sie üb. pv an, herzliche Grüße. ☎ 0176-34498406

ICH, BARBARA, 77 JAHRE,
VERWITWET, MIT AUTO
UND SCHÖNEM ZUHAUSE,
SUCHE PARTNER

Lieber Lesender, ich inseriere hier im Lokaltell, da ich über pv einen Partner für gemeinsame Unternehmungen und vielleicht mehr suche. Ich bin 167 cm groß, Rentnerin, schlank bis mittelschlank und ein fröhlicher Mensch, der gerne lacht und nach einer dauerhaften, glücklichen Beziehung sucht. Ich gehe gerne in Konzerte, besuche kulturelle Veranstaltungen und habe auch viel Spaß an Städtereisen, Kochen und Spazierengehen. Ganz alleine wohne ich in einer sehr schönen Wohnung hier in der Gegend, bin aber umzugsbereit und sehne mich wieder nach einer glücklichen Beziehung mit einem ehrlichen, treuen, zuverlässigen und humorvollen Mann. Haben Sie Lust, mit mir Kontakt aufzunehmen? ☎ 01522 - 6954734. Ich freue mich über Ihre Antwort und nähere Infos zu Ihnen als Mensch. Viele Grüße, Barbara.

Hilde, 76 J., schlank, hüb. u. jugendl. geblieben. Ob kochen, backen, Sport schauen, Tagesausflüge mit meinem Auto - mir macht alles Spaß. Wünsche mir e. lieben Partner, der meine Werte von Ehrlichkeit u. Aufrichtigkeit teilt. Melden Sie sich üb. pv, wenn Ihr Wunsch nach Zweisamkeit auch so groß ist, wie meiner. ☎ 0176-56848299

Birgit, 64 J., sympathische Witwe, mobil u. ungebunden, leider trotzdem einsam. Mag alles Schöne, wie Kochen, Garten u. frische Luft/Natur, aber überhaupt keinen Streit. Ruf üb. pv an, wenn Du meinst Dein Männerherz könnte bei mir höher schlagen u. lass mich Deine Traumfrau werden. ☎ 0162-7939564

Peter 66/168 sucht sportliche Sie für gute Gespräche, die die Seele zum Schwingen bringen können. Erster Kennenlernkaffee einfach WhatsApp ☎ 0163/1757677

Mann sucht Frau, ab 70 plus, gerne korpulent, für intime Treffen. Kein finanz. Interesse, Gruß Timo, nur Mut. ☎ 01575-3301594

Michael 66, 176 cm, sportlich und schlank, sucht auf diesem Wege eine liebe Frau für eine harmonische Beziehung. Chiffre 99785

Geschäftsmann, 55, 180 cm, gepflegt, sucht aufgeschlossene Sie mit Interesse an phantasievollen Treffen. Mail: Niveau33@gmx.de

Wer hat Lust auf ein Single-Treffen in Bad Nauheim? Nähere Informationen unter ☎ 06034/4049464.

Dienstleistungen

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

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

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

Fahrräder

E-Bikes zu absoluten Tiefstpreisen! Sonderangebote von: Leasingrückläufern, Ausstellungsstücke, Testbikes u. Vorführräder. E-Bike Center Wächtersbach, Frankfurter Str. 57, Aufenau. Info: ☎ 06053/6203507

Flohmarkt

Modelleisenbahn-, Auto- u. Spielzeugbörse in 35510 Butzbach, 26.01.25, im Bürgerhaus, 10 - 16 Uhr

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

Mittelhessen-Bote
Partner der Vereine



Kaufgesuche

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

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

Nachhilfe

Ermittle Nachhilfe in Mathematik bis Klasse 13; auch Vorbereitung auf Abschlussprüfungen. ☎ 06051-71862

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 Geruchsbehandlung und Langzeit Imprägnierung. 52 Jahre Ralf Hüber Meisterbetrieb: ☎ 06101-3132

Rund ums Haus

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

Gebäude Service Laubinger hat freie Termine. Reinigung u. Imprägnierung mit 7 Jahren Garantie von Pflastersteinen, Gehweg, Mauerwerk, Dach, Fassade uvm. Maurer- u. Putz- sowie sämtliche Malerarbeiten. ☎ 0157/85997936

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

Umzug

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

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

Verkäufe

Möbellandhallen. Jetzt Neu Halle V, Fabrikware mit Macken, Überschussbestände der Industrie. Alles vergünstigt. Mindestens bis ca. 78% reduziert. Mit die größten Ausstellungshallen für Tische, Stühle, Einzelmöbel und mehr! Unser Motto: schnell, gut, groß, günstig. Nagelneue Küchen direkt ab Fabrik, günstiger als alle gleichwertigen Mitanbieter. Alles mit Garantie und Hausberatung. Kommen und Staunen. Möbellandhallen 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

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

Erotik

Lockere SEX-Kontakte finden
INFO: 01 55 - 61 20 31 44



IMPRESSUM

Mittelhessen-Bote

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

Verleger: Oliver Naumann,
Erhard Naumann
Geschäftsführer: Oliver Naumann,
Jochen Grossmann

Chefredakteur: Thomas Welz
Anzeigen/Konzern: Johanna Röder
Vertriebsleiterin: Manuela Hoyer

Anzeigenannahme:
Montag bis Freitag von 9.00-17.00 Uhr,

Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Bei telefonisch aufgegebenen Anzeigen keine Gewähr. Zur Zeit gilt die Anzeigenpreisliste 38/51.

Der Mittelhessen-Bote erscheint mit den Regionalausgaben Gelnhäuser Bote, Hanauer Bote, Maintaler Bote, Langensolbolder Bote, Schlüchternner Bote, Fuldaer Land-Bote, Wetterauer Wochen-Bote, Büdinger Bote, Oberhessener Bote. In der Ausgabe Main-Kinzig-Bote werden die amtlichen Bekanntmachungen des Main-Kinzig-Kreises und folgender Städte und Gemeinden veröffentlicht: Gelnhausen – Mittelungsblatt; Langensolbold – Langensolbolder Bote; Wächtersbach – Wächtersbacher Stadtanzeiger.

Grundau – Grundauer Anzeiger; Freigericht – Freigerichter Bote; Hasselroth – Hasselrother Anzeiger; Linsengericht – Linsengerichter Anzeiger; Biebergönd – Wochenblatt Biebergönd. Auflage: 306.360. Kombination mit Gießener Zeitung, Auflage: 128.875. Gesamtauflage: 835.235

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder werden weder Gewähr übernommen noch eventuelle Kosten erstattet. Für den Inhalt der Anzeigen übernehmen wir ebenfalls keine Haftung.

Wir nutzen KI-Technologien zur Unterstützung bei der Bearbeitung von Routineaufgaben.

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. 2025

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

BESTELLSCHEIN FÜR EINE PRIVATE KLEINANZEIGE



Mittelhessen-Bote
am Samstag

inklusive
Neue Zeitung

Preis pro Erscheinung
Gesamtausgabe

bis zu 5 Zeilen
27,50 €

jede weitere Zeile
4,70 €

Anzeigentext Rubrik ▶

1	
2	
3	
4	
5	

Wenn eine Bankverbindung eingetragen ist, ermächtige ich den Verlag mit meiner Unterschrift zum Bankenzug mittels Sepa-Basislastschrift (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE 53 22Z 00000 415339). Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

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

☐ Rechnung Bei Rechnungs-
stellung werden 7,50 €
Bearbeitungsgebühr zzgl.
MwSt. berechnet

☐ sollen abgebucht
werden (bitte
Bankverbindung
eintragen)

Verstopfung bei Erwachsenen & Kindern



Sie können nicht regelmäßig auf die Toilette gehen, und wenn es doch mit dem Stuhlgang klappt, ist er schmerzhaft und langwierig? Dieses Problem kennen viele – auch die Jüngsten sind oft betroffen. So können Sie gegensteuern!

Verstopfung zählt mittlerweile zu den häufigsten Verdauungsbeschwerden: Fast ein Fünftel aller Deutschen ist zumindest gelegentlich davon betroffen. Auf der Toilette geht dann oft gar nichts mehr. Und wenn doch, verursacht der harte Stuhl Schmerzen oder es bleibt das ständige Gefühl einer nicht vollständigen Darm-

entleerung zurück. Was kann man tun, damit es gar nicht so weit kommt?

Harter Stuhl – ein Problem für die ganze Familie

Die Vorstufe einer Verstopfung ist in der Regel harter Stuhl. Auslöser dafür sind etwa eine ballaststoffarme Ernährung, aber auch Stress sowie ein mehrmaliges Aufschieben des Toilettengangs. Gerade Kinder sind hier häufig betroffen – denn einerseits halten sie den Stuhlgang häufiger zurück (z. B. aufgrund von Scham in der Schule) und andererseits bevorzugen sie häufig ballaststoffar-

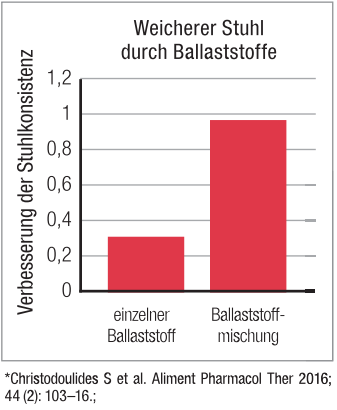
me Lebensmittel. Hinzu kommt, dass es gerade im stressigen Familienalltag ohnehin bereits schwer genug ist, täglich ballaststoffreich zu kochen. In jedem Fall lautet die Empfehlung, früh zu handeln, sodass es gar nicht erst zur Verstopfung kommt. Als schnelle und praktikable Lösung empfehlen medizinische Leitlinien die Einnahme eines Ballaststoff-Präparates. Geprüfte Qualitätsprodukte finden Sie in der Apotheke.

Wie helfen Ballaststoffe?

Anders, als der Name „Ballaststoffe“ vermuten lässt, sind sie

keineswegs eine „Last“. Im Gegenteil: bei ausreichender Zufuhr regen sie durch ihren Quelleffekt rasch die Darmbewegung an und sorgen gleichzeitig wieder für eine normale Stuhlkonsistenz.

Entscheidend ist hierbei jedoch, dass man sie schlau miteinander kombiniert. Denn während einzelne Ballaststoffe wie z. B. Flohsamen, Guarkernmehl oder Papayamus zwar bereits für sich allein genommen gut wirken, zeigen Studien, dass eine Kombination unterschiedlicher Ballaststoffe den weitaus besten Effekt bei hartem Stuhl erzielt.*



Pflanzliche Innovation aus der Apotheke

Genau hier setzt ein neues Produkt aus der Apotheke an: Das fruchtige Ballaststoff-Getränk Dr. Böhm® Darm aktiv enthält eine Kombination 5 verschiedener pflanzlicher Ballaststoffe. Diese sorgt vor allem dank Flohsamen für eine rasche Anregung der Darmtätigkeit sowie eine regelmäßige und angenehme Darmentleerung – in der Regel bereits nach 1 bis 3 Einnahmen. Besonders jüngeren Betroffenen kommt zugute, dass das pflanzliche Getränk durch seinen fruchtigen Geschmack gerne getrunken wird.

Wissenswertes zu hartem Stuhl & Ballaststoffen

Lesen Sie mehr zum Thema Ballaststoffe im ausführlichen Online-Ratgeber:

- Welche Ballaststoffe helfen bei Verstopfung?
- Wie wirken Ballaststoffe?
- Was sagt die Wissenschaft?

drboehm.com/verstopfung

Tipp bei hartem Stuhl

Dr. Böhm® Darm aktiv

PZN: 19251696 (6 Sachets)
PZN: 19105730 (20 Sachets)

NEU

- ✓ Angenehm weicher Stuhl¹
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung
- ✓ Fruchtiger Geschmack – schmeckt auch Kindern (ab 6 Jahren)

¹Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung.

StellenMarkt

AUF MEINER ROUTE BIN ICH CHEF!

- ab 13 Jahren
- auf Minijob-Basis

Jetzt als **Zusteller** (m/w/d) bewerben!

Schlüßtern Stadt und alle Ortsteile

Gutenbergstr. 1 · 63571 Gelnhausen
Tel.: (06051)833 292 /-293
Vertrieb@gnz.de · www.dpn-media.de

DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN

Stellenangebote

Hausmeister in Bruchköbel gesucht! Wir suchen einen zuverlässigen und engagierten Hausmeister für die Betreuung unseres privaten Hauses/Außenanlage in Bruchköbel. Ihre Aufgaben beinhalten die tägliche Kontrolle und Pflege der Außenanlage, Pflege des Pools, Betreuung des Bewässerungssystems, Durchführung kleinerer Gartenarbeiten (z.B. Rasenpflege, Unkraut entfernen etc.), kleinere Reparaturen und allgemeine Hausmeisterarbeiten und Winterdienst. Sie bringen mit: Handwerkliches Geschick und technisches Verständnis, Erfahrung in der Gartenpflege, Zuverlässigkeit, Flexibilität und Sinn für Ordnung. Wir bieten: Eine Anstellung auf Minijob-Basis oder als Teilzeitkraft, Arbeitsumfang zwischen 10 und 20 St./Woche, flexible Arbeitszeiten nach Absprache, angenehmes Arbeitsumfeld in einem gepflegten Privathaushalt. Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Kontaktaufnahme unter ☎ 0179/9478323

Wir suchen eine weibliche Haushaltshilfe auf Minijob-Basis für 3-4 Stunden/Woche in Gründau-Liebslos. ☎ 0176/30476070

Schullandheim **Wegscheide** (Bad Orb) sucht **Koch / Köchin**
Reinigungskräfte / 13,65 €
Küchenkräfte / 14,70 €
Infos unter www.wegscheide.org
0160/320 33 35

Stellengesuche

Gesucht wird Gartenarbeit wie Heckenschneiden, Baumfällarbeiten, Umgrabarbeiten usw. im Raum Gelnhausen, Büdingen, Nidda usw. ☎ 0176-96936542

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

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

Gartenarbeiten aller Art: Heckenschnitt, Sträucherschnitt, Baumschnitt, Pflastern, Wege, Terrassen ☎ 0176-56715582

Mittelhessen-Bote

Stellenanzeigen bringen Erfolg!

ERSTARKES TEAM SUCHT VERSTÄRKUNG!

PHYSIOTHERAPEUT (M/W/D)

UNBEFRISTET IN VOLL- ODER TEILZEIT

- » FLEXIBLE ARBEITSZEITMODELLE
- » EIN VIELSEITIGES AUFGABENGEBIET
- » MOTIVIERTE UND DANKBARE PATIENTEN
- » EIGENVERANTWORTLICHE THERAPIEDURCHFÜHRUNG
- » UNTERSTÜTZUNG BEI FORT- UND WEITERBILDUNGEN
- » LEISTUNGSGERECHTE VERGÜTUNG, URLAUSGELD SOWIE VERSCHIEDENE SONDERLEISTUNGEN

BELEVUE.BEWERBUNG@HAMM-KLINIKEN.DE
WWW.HAMM-KLINIKEN.DE/KARRIERE

ERSTARKES TEAM SUCHT VERSTÄRKUNG!

ASSISTENZ FÜR UNSERE KAUFMÄNNISCHE LEITUNG (M/W/D)

UNBEFRISTET FÜR 30 WOCHENSTUNDEN

DEIN JOB:

- » EIGENVERANTWORTLICHES ARBEITEN
- » BEGLEITUNG VON VIELSEITIGEN AUFGABEN UND PROJEKTEN
- » KOORDINATION UND PROTOKOLLIERUNG VON INTERNEN UND EXTERNEN TERMINEN

FACTS:

- » UNBEFRISTET IN VOLLZEIT
- » FLEXIBLE ARBEITSZEITEN | HOME OFFICE-MÖGLICHKEIT
- » 33 ARBEITSFREIE TAGE (30 TAGE URLAUB+HEILIGABEND+SILVESTER+EIGENER GEBURTSTAG)

BELEVUE.BEWERBUNG@HAMM-KLINIKEN.DE
WWW.HAMM-KLINIKEN.DE/KARRIERE

NEUES JAHR NEUER KREATIVER JOB?

Wir suchen Verstärkung im Bereich der **Unternehmenskommunikation!**

Social Media Management & Content Produktion
Öffentlichkeitsarbeit und Personalmarketing
Gestaltung von Druckwerken und Anzeigen
Projektarbeit und Weiterentwicklung
Projektarbeit im Netzwerk für Gesundheit Main-Kinzig

Alle Infos findest du unter www.hamm-kliniken.de/karriere

NORMA®

Mehr fürs Geld.

JETZT ZUGREIFEN! SOLANGE VORRAT REICHT!

Dubai Style Schokolade Original Taste – entdecken Sie die unfassbar leckere Schokolade Dubai Style und lassen sich vom Zauber des Orients verführen!
100-g-Tafel (1 kg = 37,90)

45% billiger

UVP 6,99
3,79*

Thunfisch-Salat mit Couscous, Linsen, Mexicana oder Kichererbsen 160-g-Dose (1 kg = 14,31)
je Dose

28% billiger

UVP 3,19
2,29*

MOSER Südtiroler Speck ca. 750-g-Stück, Ware einzeln ausgepreist (1 kg = 12,99)

16% billiger

UVP 15,49
9,74*

Z.B. 750 g

Celebrations gefüllt mit Snickers, Twix, Mars, Maltesers, Milky Way, Bounty,

30% billiger

UVP 5,49
3,79*

269 g

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

30% billiger

zum Vergleich: UVP Einzelpackung = 1,59
3,33*

3er-Pack

Trachtenhonig Akazien-, Lindenblüten- oder Waldhonig 500-g-Glas (1 kg = 8,98) je Glas

18% billiger

UVP 5,49
4,49*

500 g

Spanisches Bier 6x0,33-l-Flasche, zzgl. 6x – 0,08 Pfand (1 l = 2,02) je 6er Pack

20% billiger

UVP 4,99
3,99*

6er-Pack

Tablestyle Servietten Motiv Frühling 20-Stück-Packung je Packung

40% billiger

UVP 1,99
1,19*

XXL Toffees 900-g-Packung (1 kg = 4,43)

900 g

3,99*

Erdnuss Locken XXL Jumbos 210-g-Packung (1 kg = 8,05) oder Classic 240-g-Packung (1 kg = 7,04) je Packung

41% billiger

210 g/240 g
UVP 2,89
1,69*

Maxi-/Dufttee-lichte Vanille, Beeren- oder Winterwald • Maxiduft-lichte: 12-Stück-Packung, je ca. 8 Std. Brenndauer • Duftteelichte: 36-Stück-Packung, je ca. 4 Std. Brenndauer je Packung

2,99*

Granatapfel Saft 100% Fruchtgehalt 1-l-Packung, ohne Pfand (1 l = 1,99)

1 Liter

1,99*

ab Montag, 27. Januar

Äpfel vom Bodensee Deutschland, Friedrichshafen Kl. I, Sorten: Elstar, Bonita oder Jonagold, große Früchte, Kal. 70/80 + 80/90 mm, 2,2-kg-Beutel (1 kg = 1,36) je Beutel

2,2 kg!

2,99*

große Früchte!

„Golden B“ Kultur-Heidelbeeren Chile/Südafrika Kl. I, 450-g-Schale (1 kg = 6,64) je Schale

2,99*

450 g!

Bio-Ingwer China 500-g-Schale (1 kg = 5,98) je Schale

2,99*

500 g!

BIS ZU 45% SPAREN

Aloe-Vera Jersey-Bettwäsche in 3 Größen • 100% Baumwolle • Geschmeidig im Griff durch Aloe-Vera-Ausrüstung • Hautsympathisch, pflegeleicht und bügelfrei • Mit YKK-Marken-Reißverschluss • Einlaufschutz durch Sanfor-Knit-Ausrüstung je Bettwäsche

Karo Ruben in ca. 135x200 cm erhältlich

Mariella Rose 1 Kissen ca. 80 x 80 cm, 1 Bezug ca. 135 x 200 cm **19,99*** 1 Kissen ca. 80 x 80 cm, 1 Bezug ca. 155 x 220 cm **22,99*** 2 Kissen ca. 80 x 80 cm, 1 Bezug ca. 200 x 200 cm **24,99***

Hygge Streifen in ca. 135x200 cm und ca. 155 x 220 cm erhältlich

Linnea Schilf in ca. 135 x 200 cm erhältlich

Aloe-Vera Jersey-Spannbettuch in 3 Größen • 100% Baumwolle • Mit Aloe-Vera-Ausrüstung • Steghöhe ca. 30 cm

Bleu ca. 90 – 100x200 cm **7,99*** **24 Auch online**

Grau ca. 140 – 160x200 cm **9,99***

Rose ca. 180 – 200x200 cm **11,99***

Offwhite

Schilf

Anthrazit

4-Jahreszeiten Betten-Set 6tlg. • Bezüge aus 100% Polyester (Mikrofaser) • Füllung 100% Polyester

6er-Set 34,99* **24 Auch online**

6er-Set bestehend aus: 2 Herbst-Steppbetten je ca. 135 x 200 cm + 2 Sommer-Steppbetten je ca. 135 x 200 cm + 2 Kopfkissen je ca. 80 x 80 cm

Akku-LED-Tischleuchte I-GLOW • 3 Helligkeitsstufen • Lichtfarbe Warmweiß • 2,4 Watt / 105 Lumen • Bis zu 8 h Leuchtdauer • Höhe ca. 26 cm • 3 Jahre Garantie

24 Auch online

Inklusive USB-Ladekabel

9,99*

Schwarz

Lifetex® XL-Teppich „Dream-fields“ ca. 160 x 240 cm • 100% Polypropylen • Für Fußbodenheizung geeignet • Hoher Gehkomfort • Trittschalldämmend je Ausführung

Für alle Wohnbereiche, extrem strapazierfähig

XL ca. 240 cm

XL ca. 160 cm

49,99*

Aluguss-Topf mit Glasdeckel oder Hochrand-Pfanne „Hamar“ in Kupfer oder Schwarz • Töpfe aus hochwertigem Aluguss und Pfannen aus geschmiedetem Aluminium für optimale Hitzeverteilung • Pfannen backofenfest bis ca. 150 °C, jeweils mit Soft-Touch-Griff • Töpfe backofenfest bis ca. 240 °C (mit Glasdeckel bis ca. 180 °C)

Isolierte Griffe

24 Auch online

Pfanne Ø ca. 28 cm Kochtopf Ø ca. 24 cm **21,99***

Pfanne Ø ca. 20 cm Kochtopf Ø ca. 16 cm **16,99***

Pfanne Ø ca. 24 cm Kochtopf Ø ca. 20 cm **18,99***

Pfanne Ø ca. 32 cm **24,99***

NEU! Pfannen Ø 28 cm und Ø 32 cm mit praktischem Gegengriff

Extra hoher Rand

Edelstahl-Kochtopf „Lia“ • Hochglanzpoliert und satiniert • Backofenfest bis 200 °C (mit Glasdeckel 160 °C)

1 Fleischtopf Ø ca. 14 cm **9,99***

2 Fleischtopf Ø ca. 20 cm **12,99***

3 Fleischtopf Ø ca. 20 cm **14,99***

4 Bratentopf Ø ca. 16 cm **6,99***

5 Stielkasserolle Ø ca. 16 cm **6,99***

6 Bratentopf Ø ca. 20 cm **6,99***

Praktische Innen-skalierung

Wachstuch-Tischdecke mit geprägter Oberfläche • Strapazierfähig und schmutzabweisend • Aus robustem PVC

ca. 100x140 cm (1m² = 2,85) **3,99***

ca. 130x160 cm (1m² = 2,40) Ø ca. 140 cm (1m² = 3,24) **4,99***

ca. 140x190 cm (1m² = 2,63) ca. 140x220 cm (1m² = 2,27) **6,99***

Klarsichtboxen • Aus robustem Kunststoff je Ausführung

3er-Set je ca. 5 Liter, je ca. 33x20x11 cm **6,99***

2er-Set je ca. 10 Liter, je ca. 37x26 x 14 cm **6,99***

1er ca. 25 Liter, ca. 54x38x16 cm **oder** ca. 20 Liter, je ca. 37x25x26 cm

6er-Set je ca. 1,7 Liter, je ca. 20x15 x 9 cm (ohne Inhalt)

Made in Germany

KRAFT KFZ-Montagehelfer 3 Jahre Garantie

T-Griff-Steckschlüsselsatz 9-tlg. • Größen 6 bis 14 mm **15,99*** **24 Auch online**

Langbeckzangen-Satz 5-tlg. • Verschiedene Längen 258 bis 280 mm

Lagerabzieher-Set 3-tlg. • je 1x 150 mm / 100 mm / 75 mm • Sechskantantrieb **NEU!**

Auch erhältlich: Bremskolbenrücksteller-Set 14-tlg.

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

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

DEUTSCHLAND TEST **MONEY** PREIS SIEGER

Zum VIERTEN Mal in Folge

DEUTSCHLANDS PREISSIEGER!

FOCUS 44/24 | DEUTSCHLANDTEST.DE

WEIN MARKT DAS WIRTSCHAFTSMAGAZIN FÜR HANDEL UND ERZEUGER

„Bester Wein unter drei Euro“!

Primitivo Puglia IGT Italien, halbtrocken 0,75-l-Flasche (1 l = 3,32)

Ständig im Sortiment **2,49**

NORMA Lebensmittel-Filialbetrieb Stiftung & Co. KG, Heisterstraße 4, 90441 Nürnberg

LosGeht's!

Aus- und Weiterbildung 2025



- Suche nach Ausbildungsplatz:
Keine Wartezeit
- Digitale Kompetenzen selbst einschätzen



Keine Verluste durch Wartezeit

Suche nach Ausbildungsplatz für Rente anrechnen lassen



Jugendliche und junge Erwachsene können sich Zeiten der Ausbildungsplatzsuche in der gesetzlichen Rentenversicherung anrechnen lassen, indem sie ihre Suche bei der Agentur für Arbeit melden.

Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

Nicht jeder und jede findet nach dem Schulabschluss sofort einen passenden Ausbildungsplatz. Jugendliche zwischen 17 und 25 Jahren, die noch mindestens einen Kalendermonat auf der Suche sind, können sich diese Zeiten in der gesetzlichen Rentenversicherung

anrechnen lassen. Darauf macht die Deutsche Rentenversicherung Bund (DRV) aufmerksam.

Dazu müssen Jugendliche ihre Suche bei der Agentur für Arbeit melden. Es spielt aber keine Rolle, ob ein Schulabschluss vorliegt oder währenddessen

Leistungen von der Agentur für Arbeit gezahlt werden.

Nach dem 25. Lebensjahr wird die Ausbildungsplatzsuche in der gesetzlichen Rentenversicherung laut DRV nur anerkannt, wenn jemand unmittelbar zuvor beschäftigt oder selbstständig gewesen

ist und Beiträge in die Sozialversicherung eingezahlt hat. Anrechnungszeiten sind Zeiten, die zur Rente dazurechnet werden - auch wenn Versicherte in der Zeit keine Beiträge gezahlt haben.

Sozialversicherungsausweis: Nicht kostenpflichtig beantragen

Wer einen Ausbildungsplatz gefunden hat, bekommt mit der Anstellung auch den Sozialversicherungsausweis (Versicherungsnummernnachweis). In der Regel kümmert sich der neue Arbeitgeber um das Dokument, das neben der Versicherungsnummer Vorname(n), Familienname, Geburtsname und das Ausstellungsdatum erhält. Ist das nicht der Fall, könne der Ausweis kostenfrei bei der Deutschen Rentenversicherung oder der Krankenkasse beantragt werden.

Achtung: Laut DRV gibt es im Internet Anbieter, die für eine Ausstellung des Sozialversicherungsausweises Gebühren verlangen. Das sei zwar nicht verboten, die Anbieter müssten jedoch kenntlich machen, dass sie nicht als Behörde handeln, sondern als private Anbieter.

Digitale Kompetenzen?

Tests helfen bei Selbsteinschätzung

Informationen schnell im Internet recherchieren, in sozialen Netzwerken vertrauenswürdige Quellen von unseriösen unterscheiden können, Daten sicher abspeichern oder etwa Präsentationen halten: Digitale Kompetenzen sind in vielen Jobs gefragt und spielen im Berufsalltag zunehmend eine wichtige Rolle.

Wer sich bei dem Thema beruflich weiterbilden will, findet dazu zahlreiche Angebote im Internet - etwa bei New Plan, einer Website der Arbeitsagentur. Oft ist es aber sinnvoll zunächst die eigenen Kompetenzen zu überprüfen, bevor man irgendeinen Kurs bucht.

Kostenlose Tests zur Selbsteinschätzung

Beim Digital Check NRW geht es unter anderem um die Themen Cybersicherheit, Künstliche Intelligenz sowie das Vermeiden von Desinformation. Die Seite und den Test hat die Gesellschaft für Medienpädagogik und Kommuni-



Wer sich weiterbilden möchte, kann online kostenlose Tests wie den Digital Check NRW oder den DigiCheck Hessen nutzen, um seine Fähigkeiten zu überprüfen.

Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

kationskultur (GMK) entwickelt.

Beim DigiCheck Kompetenzen vom Hessischen Ministerium für Digitalisierung und Innovation erfahren Teilneh-

mer innerhalb weniger Minuten, wie umfangreich die eigenen digitalen Fähigkeiten sind. Teilnehmer können zwischen einer Selbsteinschätzung oder

Wissensabfrage in sechs Kompetenzbereichen wählen. Abgefragt werden unter anderem Kenntnisse zur Datensicherheit, Kommunikation sowie zur Recherche im Netz.

An den Tests kann man online kostenlos teilnehmen - und zwar egal, in welchem Bundesland man lebt. Am Ende bekommt man eine individuelle Empfehlung, wie man sein digitales Wissen vertiefen kann. Der Vorteil, wenn man in NRW oder Hessen lebt, man bekommt zusätzlich konkrete Weiterbildungsangebote in der jeweiligen Region angezeigt.

Tipp: Informationen zu Fördermöglichkeiten von Weiterbildungen sowie eine bundesweite Suche nach Angeboten finden Interessierte online bei der Arbeitsagentur. Einen ersten Einstieg dazu ermöglicht etwa mein NOW - das nationale Onlineportal für berufliche Weiterbildung der Arbeitsagentur.

Weiterbildung geht auch anders

Mit Teilqualifikationen zum Berufsabschluss

Klassischerweise führt in Deutschland eine duale Ausbildung, die in der Regel zwei bis drei Jahre dauert, zu einem anerkannten Berufsabschluss. Das kommt aber nicht mehr für jeden und jede infrage.

Für Erwachsene über 25 Jahre gibt es daher auch die Möglichkeit, das Ziel über sogenannte Teilqualifikationen (TQ) zu erreichen. Darauf weist der Deutscher Industrie- und Handelskammertag (DIHK) hin.

» *In Lernhäppchen auf dem Weg zum Abschluss*

Im Grunde versteht man unter TQs einzelne Bausteine auf dem Weg zur beruflichen Abschlussprüfung. Die einzelnen Lernbausteine sind an klassische Ausbildungen angelehnt, meist aber deutlich kürzer. Mit jeder TQ erwirbt man berufliche Kenntnisse und Fähigkeiten.

Wer etwa einen Abschluss als Berufskraftfahrer anstrebt, muss insgesamt



In einer der Teilqualifizierungen, die schrittweise zum Abschluss als Bürokauffrau führen können, geht es etwa auch um Rechnungswesen. Foto: Christin Klose/dpa-mag

sechs TQs von „Güter befördern“ bis „Transportdienstleistungen“ in Theorie und Praxis absolvieren.

Das erlernte Wissen müssen die Teilneh-

mer laut DIHK jeweils im Rahmen einer „Kompetenzfeststellung“ unter Beweis stellen. Bei Erfolg erhält man für jede TQ ein entsprechendes Zertifikat.

Sobald man alle vorgesehenen TQs absolviert hat, kann man als „Externer“ an den regulären Berufsabschlussprüfungen teilnehmen, heißt es bei der Agentur für Arbeit.

» *TQs für verschiedene Berufsbilder*

TQs werden für Erwachsene über 25 Jahre angeboten, die zum Beispiel keinen oder einen veralteten Berufsabschluss haben. Auch ungelernte Beschäftigte oder Menschen in Arbeitslosigkeit sollen profitieren.

Es gibt TQs nur für bestimmte Berufsbilder, laut DIHK sind darunter verschiedene technische und kaufmännische Berufe sowie Tätigkeiten aus Dienstleistungsbereichen.

Informationen findet man bei den jeweiligen Programmen. Neben den TQs der DIHK verweist die Arbeitsagentur zum Beispiel auch auf Weiterbildungen aus der Arbeitgeberinitiative Teilqualifizierung.

**WERDE
EIN TEIL
VON UNS...**

**... als Azubi
ab 01.09.2025**

Deine Chance auf...

- Verantwortung
- Spaß & Erfolg
- Teamarbeit: jung, dynamisch, global
- Übernahme & Karriere

- **Fachlagerist (m/w/d)**
- **Maschinen- und Anlagenführer (m/w/d)**
- **Kaufmann für Büromanagement (m/w/d)**
- **Industriekaufmann (m/w/d)**

Wir bieten Dir...

- Interessante, abwechslungsreiche Aufgaben
- super Arbeitsklima
- prima Vergütung

Werde Teil unseres leistungsstarken mittelständischen Unternehmens, das innovative Produktlösungen für den Bereich Medizintechnik fertigt und diese, als ein Tochterunternehmen der Viant Corporation in den USA, erfolgreich weltweit vermarktet.

BEWERBUNG
AN...

VIAANT AURA GMBH Ansprechpartner: Ilona Klein
Staatsstraße 5 | 97773 Aura im Sinngrund | Tel.: +49(0)9356 981277 | ilona.klein@viantmedical.com

Arbeiten ohne Ausbildung?

So kommen Ungelernte beruflich weiter

Kein Schulabschluss, keine Berufsausbildung: Trotzdem gibt es für Ungelernte Chancen auf dem Arbeitsmarkt. Sie arbeiten etwa im Lager, am Fließband, im Reinigungsbereich, als Helfer in der Küche oder im Büro. Im Handwerk gibt es in bestimmten Bereichen ebenfalls Jobs für Ungelernte.

Typisch bei Tätigkeiten, für die keine besonderen Qualifikationen erforderlich sind: Solche Stellen werden überwiegend von Leiharbeitsfirmen ausgeschrieben. «Dies beschleunigt die Jobsuche, heißt aber auch, ein Dritter verdient mit», sagt Olaf Craney vom Deutschen Verband für Bildungs- und Berufsberatung. Man kommt zu solchen Jobs aber auch über Beziehungen, Kontakte oder Initiativbewerbungen.

Die erste Kontaktaufnahme erfolgt in aller Regel eher formlos. «Man geht zu einem potenziellen Arbeitgeber und spricht vor», erklärt Craney. «Bei solchen Gesprächen ist es aufgrund fehlender Qualifikationen immer besser, bisherige berufliche Erfahrungen und persönliche Stärken in den Vorder-

grund zu stellen», rät Christian Ludwig von der Zentrale der Bundesagentur für Arbeit in Nürnberg.

» Abschlüsse nachholen

Wer ohne formale berufliche Qualifikationen einen Job bekommen hat, kann sich allerdings in beruflicher Hinsicht nicht unbedingt in Sicherheit wohnen. Erstens ist die Bezahlung oft vergleichsweise schlecht. Zweitens sind die Tätigkeiten von Ungelernten oft solche, die sonst niemand machen möchte. Und drittens sind Ungelernte nicht selten die ersten, die die Kündigung erhalten, wenn ein Unternehmen in eine Krise gerät. «Das sind alles gute Gründe für Ungelernte, möglichst schnell Abschlüsse oder wenigstens Qualifizierungen anzugehen», sagt Olaf Craney. Ein Weg kann sein, den Arbeitgeber,

bei dem man gerade beschäftigt ist, gezielt anzusprechen und um Unterstützung zu bitten bei dem Vorhaben,

Für solche Fälle gibt es von der Agentur für Arbeit Zuschüsse zum Arbeitsentgelt. «Oft ist es sogar möglich, dass die Ausbildung verkürzt werden kann, wenn der Helfer durch die Helfertätigkeit entsprechende praktische und theoretische Erfahrungen aufweisen kann», sagt Olaf Craney. «Ungelernte können sich aber auch selbst bei der örtlichen Arbeitsagentur beraten lassen und sich dort über Fördermöglichkeiten informieren», erklärt Christian Ludwig. Wichtig im Vorfeld: Betroffene sollten sich über ihre eigenen Stärken und Interessen in Ruhe Gedanken machen und sie klar benennen können.

Um Ungelernte zu motivieren und ihr Durchhaltevermögen bei einer abschlussorientierten Weiterbildung zu stärken, gibt ein monatliches Weiterbildungsgeld in Höhe von 150 Euro. Zudem winken Weiterbildungsprämien für bestandene Zwischen- und Abschlussprüfungen.



Auch für Ungelernte gibt es Chancen auf dem Arbeitsmarkt, etwa in bestimmten handwerklichen Bereichen. Doch nicht immer sind die Jobs gut bezahlt.

Foto: Christian Charisius/dpa/dpa-mag

einen Schulabschluss und eine Ausbildung nachzuholen. Der Arbeitgeber kann sich wiederum an die Agentur für Arbeit wenden und sinngemäß sagen: «Ich habe hier einen engagierten und motivierten Helfer, aus dem ich gerne eine Fachkraft machen möchte.»



DU INTERESSIERST DICH FÜR

E-TECHNIK?

KOMM ZUR NTG!

WIR BILDEN AUS! (M/W/D)

Elektroniker für Betriebstechnik

Bewirb Dich jetzt unter
www.ntg.de/karriere

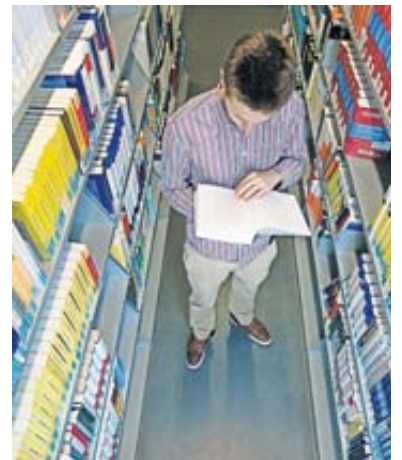


Breites Feld

Was bringt ein BWL-Studium?

Zehntausende Studierende erhalten jährlich ihren Abschluss: Betriebswirtschaftslehre (BWL) ist weiterhin das beliebteste Studienfach in Deutschland. Trotz der großen Konkurrenz müssen sich Absolventinnen und Absolventen in der Regel keine Sorgen um ihren Einstieg auf dem Arbeitsmarkt machen. Mit einem guten Abschluss seien die Berufsperspektiven sehr gut, heißt es auf dem Portal «abi.de». Denn: Im Grunde sei jedes Unternehmen ein potenzieller Arbeitgeber, so Dirk Wieland, Berufsberater bei der Agentur für Arbeit in Kassel.

Nicht nur klassische Unternehmen kommen dabei als Arbeitgeber infrage, auch Einrichtungen wie Krankenhäuser, Vereine oder Stiftungen haben Bedarf. Entsprechend groß sei das Angebot an Einsatzmöglichkeiten für BWLer. Einige Weichen für die spätere Berufslaufbahn können angehende Betriebswirtschaftler schon bei der Studienwahl stellen. Neben zahlreichen generalistischen Studiengängen, die einen Einblick in alle Themenfelder der BWL bieten, gibt es Berufsberater Dirk Wieland zufolge Studiengänge, die schon zu Beginn auf bestimmte Bran-



Wer BWL studiert ist einer von vielen - mit einem guten Abschluss sind die Karriereaussichten aber positiv.

Foto: Markus Scholz/dpa-mag

chen oder Schwerpunkte abzielen. Zudem können sich Interessierte zwischen internationalen, dualen oder interdisziplinären Studiengängen entscheiden. Wer sich informieren möchte, kann zum Beispiel die Studiensuche der Agentur für Arbeit oder das Infoportal der Stiftung für Hochschulzulassung nutzen.

Weg zum Meister

Wie funktioniert das Aufstiegs-Bafög?

Wer neue Herausforderungen sucht, sich fortbilden möchte oder beruflich neue Wege einschlagen will, den plagen nicht selten finanzielle Bedenken: Wie kann ich mir das leisten, die Schulbank zu drücken, wenn ich währenddessen kein Geld verdienen kann? Wie soll die Fortbildung finanziert werden - und wie die Lebenshaltungskosten in dieser Zeit?

Eine Option kann dann das Aufstiegs-Bafög sein. Doch wie bekommt man es eigentlich - und wie sieht die Förderung aus?

Als Aufstiegs-Bafög werden finanzielle Leistungen bezeichnet, die nach dem Aufstiegsfortbildungsförderungsgesetz gezahlt werden - für insgesamt mehr als 700 unterschiedliche Fortbildungsabschlüsse. Das Spektrum der Möglichkeiten ist breit. Beispielsweise kann man sich zum Meister, Fachwirt, Techniker, Erzieher oder Betriebswirt fortbilden.

Ziel des Förderangebotes sei, beruflichen Aufstieg zu ermöglichen und Fachkräfte zu sichern, sagt eine Sprecherin des Bundesministeriums für Bil-



Wer sich beruflich fortbilden und etwa einen Meister machen will, kann vom Aufstiegs-Bafög profitieren.
Foto: Sigrid Gombert/Westend61/dpa-mag

dung und Forschung. Voraussetzung für die Förderung ist eine entsprechende berufliche Vorqualifikation.

Gefördert werden Fortbildungen in Voll- und Teilzeit, die von öffentlichen oder privaten Trägern angeboten werden. Diese müssen auf öffentlich-rechtliche Prüfungen nach dem Berufsbildungsgesetz, der Handwerksordnung

oder auf gleichwertige Abschlüsse vorbereiten.

» Worin besteht die Förderung?

Macht man die Fortbildung in Vollzeit, ist unter Umständen ein Beitrag zum Lebensunterhalt möglich - abhängig

vom Einkommen und Vermögen. Für Alleinstehende beträgt diese Förderung laut Bundesbildungsministerium monatlich maximal 963 Euro.

Ist man verheiratet oder lebt in einer eingetragenen Lebenspartnerschaft, erhöht sich dieser maximale monatliche Betrag um 235 Euro. Hat man Kinder, für die man Anspruch auf Kindergeld hat, erhöht sich der maximale monatliche Betrag um 235 Euro je Kind.

Wer Kinder unter 14 Jahren oder Kinder mit Behinderung im eigenen Haushalt allein erzieht, erhält zudem einen pauschalen monatlichen Zuschuss für die Kinderbetreuung. Dieser liegt bei 150 Euro je Kind und ist unabhängig vom eigenen Einkommen und Vermögen.

Außerdem ist ein Beitrag zu Lehrgangs- und Prüfungsgebühren möglich - auch bei einer Fortbildung in Teilzeit.

Eine Übersicht über die Online-Antragsmöglichkeiten in den einzelnen Bundesländern findet sich auf der Webseite des Bundesbildungsministeriums zum Aufstiegs-Bafög.

Azubis ins Ausland

Neues Portal bündelt Infos für Betriebe

Während der Ausbildung Auslandserfahrung sammeln: Ausbildungsbetriebe, die ihren Azubis das ermöglichen wollen, müssen viele Fragen klären, etwa rund um die Finanzierung und Organisation des Aufenthalts und die

passende Vorbereitung ihrer Auszubildenden.

Ein neues Service-Portal der Nationalen Agentur beim Bundesinstitut für Berufsbildung (NA beim BIBB) soll hier unterstützen. Es heißt «Auslandsberatung-Ausbildung.de» und richtet sich den Angaben zufolge an Betriebe, Berufsschulen und Kammern.

Bieten soll es diesen unter anderem einen Überblick über die rechtlichen Rahmenbedingungen für einen Auslandsaufenthalt von Azubis und konkrete Planungsschritte für die Praxis.

Erfahren lässt sich etwa, wie Planungsbesuche in der jeweiligen Region, in der die Azubis ihren Auslandsaufenthalt verbringen sollen, bezuschusst werden können.

Oder welche Fälle der Versicherungsschutz abdecken sollte. Genannt werden hier Krankheit, Rücktransport, Unfälle im betrieblichen Umfeld und eine Haftpflicht für Schäden, die im privaten wie betrieblichen Umfeld entstehen können. Ausbildungsbetriebe sollten demnach prüfen, inwiefern ihr jeweiliger Unfallversicherungsschutz auch den Ausbildungsabschnitt im Ausland abdeckt.



Als Azubi Auslandserfahrung sammeln: Manche Ausbildungsbetriebe machen es möglich.
Foto: Franziska Gabbert/dpa-mag

DU INTERESSIERST DICH FÜR

TECHNIK?

KOMM ZUR NTG!

WIR BILDEN AUS!

Zerspanungsmechaniker (m/w/d)

Bewirb Dich jetzt unter
www.ntg.de/karriere

Du wirst gebraucht!

- Anzeige -

Ausbildung bei APZ-MKK



Wir sind der größte Anbieter stationärer Pflege in der Region und dazu sind wir auch noch in kommunaler Trägerschaft. Was das bedeutet? Ganz einfach, wir sind ein krisensicherer Arbeit-

geber mit dem Main-Kinzig-Kreis im Rücken und du findest eine Ausbildungsstelle ganz in deiner Nähe.

Profitiere von einer Ausbildung bei uns! Du bekommst ein überdurchschnittliches Gehalt schon im ersten Ausbildungsdrittel (ab 1.340 Euro im Monat)! Während deiner Ausbildung wirst du engmaschig von unseren engagierten Praxisanleiter*innen begleitet. Sie unterstützen Dich bei allen Fragen rund um Deine Ausbildung bei den APZ-MKK.

Du hast Probleme mit dem Lernstoff? In begleiteten Lerngruppen stehen Dir die Praxisanleiter*innen zur Seite und unterstützen Dich, wo sie nur können. Auch unsere Jugend- und Auszubildenden-Vertretung hat immer ein offenes Ohr für dich, wenn Du sie mal brauchen solltest.

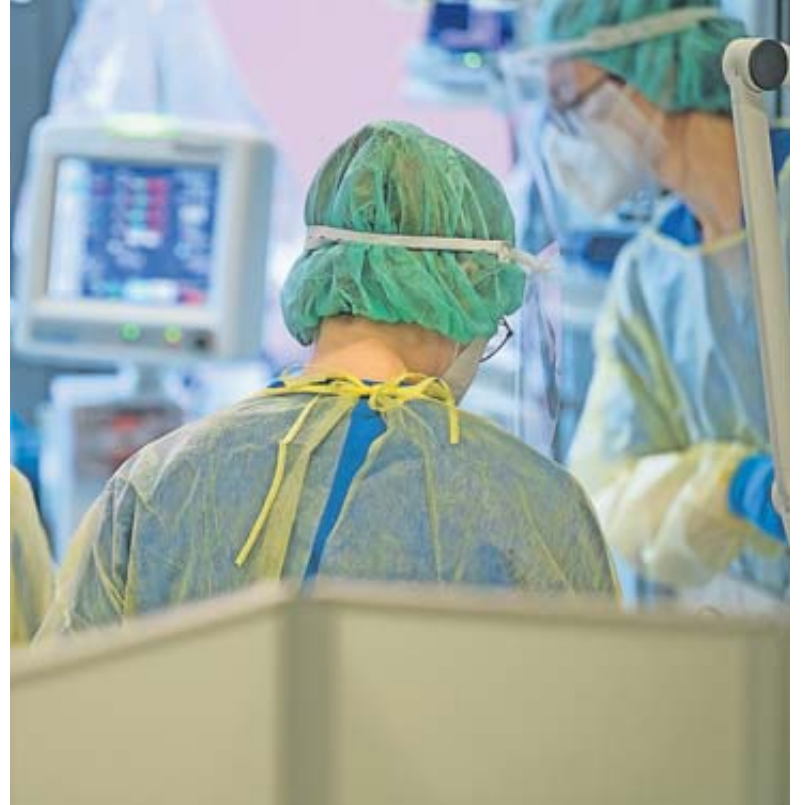
Nutze Deine Chance, lass dich bei uns zur Pflegefachfrau/zum Pflegefachmann ausbilden und profitiere von unseren vielen Leistungen über das Gehalt hinaus.

Du wirst gebraucht.

www.APZ-MKK.de

Studium ohne Abi gefragt

Fachbereich Gesundheit und Pflege



Im Bereich Gesundheit und Pflege gibt es laut Centrum für Hochschulentwicklung (CHE) derzeit eine starke Nachfrage von Studieninteressierten ohne Abitur.

Foto: Sebastian Gollnow/dpa-mag



Starke PFLEGE
Alten- und Pflegezentren
des Main-Kinzig-Kreises gemeinnützige GmbH
Starke Leistungen

Wir bilden dich aus!

Examierte/r Pflegefachfrau/Pflegefachmann (m/w/d)

Deine Vorteile bei uns

- zukunftsfähiger und krisensicherer Arbeitgeber
- wohnortnaher Ausbildungsplatz an einem unserer 13 Standorte
- abwechslungsreicher Beruf
- viele Einsatz-, Entwicklungs- und Karrieremöglichkeiten
- engmaschige Begleitung durch Praxisanleiter*innen

Unser Angebot zum 1. April oder 1. Oktober

- Vergütung gem. Tarifabschluss TVAöD (ab 1.340 €)
- Zulagen und Zuschläge
- 33 Tage Urlaub im Jahr
- Bonussystem für Mitarbeiter*innen und vieles mehr

www. APZ-MKK .de

Kontakt
Alten- und Pflegezentren
des Main-Kinzig-Kreises
Am Altenzentrum 2
63517 Rodenbach
Telefon 06184.2052.111
E-Mail bewerbung@apz-mkk.de

Stand: Januar 2025

**FREU DICH AUF EINE
TARIFERHÖHUNG IM
FRÜHJAHR 2025!**



Wer ein Studium im Fachbereich Pflege anstrebt, braucht nicht zwingend ein Abitur. Viele andere Wege können den Zugang zum Studium eröffnen. Dazu zählt etwa auch eine abgeschlossene Ausbildung und Berufserfahrung in dem Feld.

Das zeigt sich im Bereich Gesundheit und Pflege derzeit besonders deutlich. Dort gebe es eine starke Nachfrage von Studieninteressierten ohne Abitur, heißt es in einer aktuellen Analyse des Centrums für Hochschulentwicklung (CHE).

In den Fächern Pflegewissenschaft und Pflegemanagement sowie in der Gesundheitspädagogik habe sich mittlerweile sogar jeder Vierte über den Beruf für das Studium qualifiziert und nicht über den Schulabschluss. Laut CHE lässt sich das dem Trend zu Akademisierung der Gesundheitsfachberufe zuschreiben.

Die Voraussetzungen für eine Zulassung können sich dem CHE zufolge nämlich je nach Bundesland und zum Teil sogar je nach Hochschule unterscheiden. Einen Überblick über die unterschiedlichen Regelungen bekommen Studieninteressierte zum Beispiel auf der Webseite «studieren-ohne-abitur.de». Detailliertere Infos gibt es in der Regel bei der Wunschhochschule und der Studienberatung vor Ort.

» **Berufsausbildung verkürzt
Pflegestudium**

Eine erste Übersicht, speziell zum Pflegestudium, bietet das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) auf der Webseite «www.pflegeausbildung.net». Dort finden Interessierte eine Liste an Pflegestudiengängen in den einzelnen Bundesländern. Das Ministerium weist darauf hin, dass bestimmte Leistungen auf ein Pflegestudium angerechnet werden können. Eine erfolgreich abgeschlossene berufliche Pflegeausbildung soll das Pflegestudium um die Hälfte verkürzen.

» **Zugangsregelungen recherchieren**

Wer ohne Abitur studieren will, sollte sich über die gesetzlichen Zugangsregelungen im jeweiligen Bundesland in-

- Anzeige -

Komm ins Team

Raumausstatter (m/w/d) und Einzelhandelskaufmann (m/w/d)

Jeder Mensch hat unterschiedliche Talente, die es im Rahmen einer qualifizierten Ausbildung zu fördern gilt. Gut zu wissen, dass in der Raumausstatter-Branche verschiedene Berufe angesiedelt sind. Wer kreativ ist, gestalterisches Talent hat und zudem Fingerspitzengefühl im Umgang mit Menschen besitzt, der wird sich für eine Ausbildung zum Raumausstatter*in entscheiden. Auf interessierte junge Menschen wartet eine kreative Ausbildung in einem regionalen Traditionsbetrieb.

Es gibt verschiedene Tätigkeitsbereiche zu entdecken, von der Spezialisierung auf Bodenbelag, Dekoration, Sicht- oder Sonnenschutz. Für angehende Raumausstatter liegt ein weiterer Schwerpunkt auf der Kundenberatung und -betreuung.

Hier sind Konzepte gefragt, die dem Kunden selbstbewusst und fachkundig präsentiert werden. Genau hier setzt ein weiterer Ausbildungsberuf an, der



ebenfalls im Raumausstatter-Handwerk angesiedelt ist. Auf angehende Einzelhandelskaufleute warten sowohl die klassischen kaufmännischen und organisatorischen Tätigkeiten als auch unternehmensspezifische und betriebswirtschaftliche Schwerpunkte, die ihr jeweiliges Aufgabengebiet noch vielseitiger machen. Auch hier sind die Zukunftsaussichten hervorragend. Deswegen findest Du auch in jeder Branche eine Anstellung. (el)

Klick zur Weiterbildung

Neues Online-Portal zeigt Möglichkeiten

Welche Weiterbildungsangebote gibt es in meinem gewünschten Bereich oder in meiner Stadt? Und welche Fördermöglichkeiten kommen eigentlich in Frage? Antworten auf diese und andere Fragen rund um die berufliche Weiterbildung lassen sich über das Onlineportal «mein NOW.de» der Bundesagentur für Arbeit recherchieren.

Die Website bündelt Informationen zu verschiedenen beruflichen Weiterbildungsangeboten und verweist auf landspezifische und bundesweite Angebote zu Beratungs- und Fördermöglichkeiten und Tests zur beruflichen Orientierung.

Ziel ist es laut Bundesagentur für Arbeit, Menschen im Erwerbsleben, Arbeitgebern sowie Weiterbildungsanbietern einen zentralen Einstiegspunkt zum Thema berufliche Weiterbildung im Internet anzubieten. Angestoßen wurde das Vorhaben demnach durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales im Rahmen der Nationalen Weiterbildungsstrategie (NWS).



Mit wenigen Klicks zum optimalen Förder- und Weiterbildungsprogramm: Das soll das neue Onlineportal «mein NOW» der Bundesagentur für Arbeit ermöglichen. Foto: Christin Klose/dpa-mag



AZUBI
FÜR 2025
GESUCHT

Wir bilden aus:

Raumausstatter (m/w/d)

Kaufmann im Einzelhandel (m/w/d)

Du bist zuverlässig, motiviert und hast Spaß im Team zu arbeiten? Dann bewirb dich jetzt!

Sende uns Deine Bewerbung per Post oder per Mail an info@deco-point-lieder.de

raumtex.studio
stein+lieder
Marktplatz 11 | 63607 Wächtersbach
Tel.: 06053 1610 | www.stein-lieder.de



DECO-POINT
..... LIEDER
Fachmarkt für schönes Wohnen
Main-Kinzig-Straße 33 • 63607 Wächtersbach
Tel.: 06053 601636 • www.deco-point-lieder.de

SONNENSCHUTZ GARDINEN BODENBELÄGE TAPETE RAUMAUSSTATTUNG

SCHON GEHÖRT?

WIR SUCHEN DICH!

Du willst einen spannenden und modernen Beruf lernen? Wir bilden aus:

➤ **INDUSTRIEKAUFMANN**
(M/W/D)

➤ **FACHKRAFT FÜR LAGERLOGISTIK** (M/W/D)

➤ **KFZ-MECHATRONIKER**
(M/W/D)

Infos unter www.reifen-simon.de



Reifen Simon
REIFEN · RÄDER · KFZ-MEISTERSERVICE



WIR BILDEN AUS!
STEIG' EIN INS REIFEN SIMON TEAM!

Beratung und Musterverträge

Bei dualen Studiengängen Vertrag genau prüfen

Wer sich für ein duales Studium entscheidet, sammelt schon früh Berufserfahrungen. Bevor man einen Vertrag mit einem Unternehmen schließt, sollte man allerdings die vertraglichen Regelungen genau prüfen, empfiehlt das Centrum für Hochschulentwicklung (CHE).

Wie hoch ist das Einkommen? Gibt es klare Urlaubsregelungen? Und welche zeitlichen Freiräume gibt es für die Teilnahme an Lehrveranstaltungen und Prüfungen? All das sind Beispiele für Dinge, auf die man laut der Leiterin Hochschulforschung des CHE, Sigrun Nickel, achten sollte.

Rat böten zum Beispiel Beratungsstellen von Gewerkschaften. Außerdem gebe es inzwischen Hochschulen, die Musterverträge bereitstellten, sagt Nickel.



Theorie und Praxis sind bei einem dualen Studium eng miteinander verbunden. Vorteil: Man sammelt schon früh Berufserfahrungen. Foto: Markus Hibbeler/dpa-mag

Studienvertrag, erklärt Nickel. Im Unterschied zum Ausbildungsvertrag unterliege dieser keinen tariflichen Bestimmungen. Es sollte auf jeden Fall geprüft werden, ob der Studienvertrag alle wichtigen Elemente enthält, sagt die Expertin.

» **Neuer Höchstwert bei dual Studierenden**

Ratschläge, die immer mehr Menschen betreffen. Denn laut CHE gab es in Deutschland noch nie so viele dual Studierende wie 2022: Gemäß der jüngsten verfügbaren Daten aus jenem Jahr seien rund 138 000 Personen in einem dualen Studium eingeschrieben gewesen. Drei Jahre zuvor, also 2019, waren es demnach knapp 122 000.

Insgesamt bleibe das duale Studium allerdings ein «Nischenphänomen»: Nur 4,7 Prozent aller Studierenden in Deutschland studierten den Angaben nach 2022 dual.

» Unterschiedliche Verträge beim dualen Studium

«Das duale Studium ist durch ein «rechtliches Dreiecksverhältnis» zwi-

schen der Hochschule, dem Unternehmen und einem Studierenden gekennzeichnet», heißt es ganz grundsätzlich vom CHE.

Im dualen Bachelorstudium gebe es je

nach Studententyp unterschiedliche vertragliche Verhältnisse zum Unternehmen: Ausbildungs-, Praktikums-, Werkstudierenden- oder Studienvertrag. Am weitesten verbreitet sei der

OB DU LOSLEGEN WILLST HAB ICH GEFRAGT?

Möglichkeiten nutzen – Aktiv gestalten

Die BMWK gGmbH ist ein innovatives Sozialunternehmen und trägt mit gezielten Angeboten dazu bei, dass Menschen mit Beeinträchtigungen am Leben in der Gesellschaft teilhaben können.

Vielseitiger als Sie denken

an über 50 Standorten im Main-Kinzig-Kreis

Ausbildung

- Heilerziehungspfleger (m/w/d)
- Erzieher in PivA (m/w/d)
- Kauffrau/-mann für Büromanagement (m/w/d)

Studium

- Duales Studium (B.A.) Soziale Arbeit
- Duales Studium (B.A.) Sozialmanagement

Weitere Möglichkeiten

- Freiwilligendienst (FSJ/BFD)
- Anerkennungspraktika
- Praktikum zur Sozialassistentin

Jetzt loslegen: www.bwmk.de/jobs-karriere

BMWK | Blauhaus | Feuerbachstraße 49 | 63452 Hanau

Ansprechpartner: Tobias Wolf | wolf.tobias@bwmk.org | 06051 - 9218-1021
Steffen Lautermann | lautermann.steffen@bwmk.org | 06051 - 9218-4926

Wir freuen uns über Bewerbungen von Menschen mit Beeinträchtigung!



Jobtrends in EU-Ländern

Online-Tool liefert Überblick

Welche Berufe sind in welchen europäischen Ländern besonders nachgefragt und was muss ich dafür können? Antworten auf diese Fragen liefert ein neues Tool des EU-Jobportals «Europass».

Dieses nennt sich «Skills Intelligence» und listet auf einer interaktiven Europakarte die Top Ten der nachgefragtesten Berufe in den einzelnen EU-Ländern und zeigt die zehn wichtigsten Kompetenzen für die jeweiligen Jobs.

Dadurch sollen Nutzerinnen und Nutzer laut der zuständigen Nationalen Agentur beim Bundesministerium für Berufsbildung (NA beim BIBB) leicht herausfinden können, wo bestimmte Berufe besonders gesucht sind - und welche spezifischen Fähigkeiten am dringendsten benötigt werden.

Die Suche kann dabei nicht nur geografisch, sondern auch gefiltert nach Berufen erfolgen. Zusätzlich gibt es Informationen zur aktuellen Arbeitsmarktsituation in den einzelnen Ländern.

Die Daten für «Skills Intelligence» stammen den Angaben zufolge aus der Analyse von über 100 Millionen Online-Stellenanzeigen auf verschiedenen

europäischen Jobportalen in 28 Ländern. Die erforderlichen Kompetenzen basieren demnach auf Ausarbeitungen von Arbeitsmarktexperten.

In das Tool fließen Daten für die letzten vier verfügbaren Quartale ein, die vierteljährlich aktualisiert werden.



Wer auf der Suche nach gefragten Jobs im europäischen Ausland ist, kann sich über ein neues Tool des EU-Jobportals «Europass» informieren.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

Beim Gehalt auf die Details achten

Recherchieren und nicht blenden lassen

Wer frisch ins Berufsleben startet, sollte auf eine faire Bezahlung achten. Ausschlaggebend sollte dabei immer das Jahresgehalt sein, wie die Jugendabteilung des Deutschen Gewerkschaftsbunds (DGB) informiert.

Zum Jahresgehalt gehören nämlich auch Sonderzahlungen wie Urlaubs- oder Weihnachtsgeld und andere Zusatzleistungen. Monatsgehälter sind nicht aussagekräftig: Bewerberinnen und Bewerber wissen beispielsweise nicht, ob sie zwölf oder dreizehn Gehälter bekommen.

» **Gehaltsmodelle kritisch hinterfragen**

Wenn es um die Bezahlung im ersten Job geht, gilt es, sich nicht von Schlagwörtern blenden zu lassen. Auch wenn «außertarifliche Vergütung» erst mal nach viel Geld klingt - Überstunden und Sonderzahlungen seien bei diesem Modell häufig abgegolten, so die DGB-



Berufseinsteiger sollten ihren eigenen Wert kennen - und sich trauen zu verhandeln.

Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

Jugend. Sie werden somit nicht extra vergütet.

Wirbt ein Arbeitgeber mit «regelmäßiger Entgeltüberprüfung», begründet das längst noch keinen Anspruch auf

regelmäßige Gehaltserhöhungen.

Und hinter dem Stichwort «Zielentgelt» steckt ein Vergütungsmodell, bei der die Bezahlung an das Erreichen eines bestimmten Ziels geknüpft ist und

entsprechend stark schwanken kann. Die DGB-Jugend rät in einem solchen Fall, immer herauszufinden, wie hoch das garantierte Einkommen tatsächlich ist und auf die Details der Vergütung zu achten.

» **Einstiegsgehälter recherchieren**

Nicht zuletzt sollten sich Absolventinnen und Absolventen über Einstiegsgehälter im gewünschten Beruf informieren.

Hier kann sich zum Beispiel eine Recherche auf der Webseite «lohnspiegel.de» lohnen, die vom Wirtschafts- und Sozialwissenschaftlichen Institut (WSI) der gewerkschaftsnahen Hans-Böckler-Stiftung gepflegt wird. Nutzerinnen und Nutzer können dort kostenlos für über 500 Berufe für einen Gehaltsvergleich abrufen. Die Daten des Portals beruhen auf einer kontinuierlichen Online-Umfrage unter Erwerbstätigen in Deutschland.

Karriere 2025

JETZT WIR

Gemeinsam in die Zukunft.

Hanna Lauer, Dual-Studentin zur Bauingenieurin bei DAMIAN WERNER

Starte Deine Karriere als Auszubildender (m/w/d):

- Maler und Lackierer
- Bodenleger
- Parkettleger
- Estrichleger
- Fliesen-, Platten und Mosaikleger
- Trockenbaumonteur
- Kaufmann für Büromanagement

www.wernergruppe-jobs.com

Kontakt: **Tanja Eib** (Personalreferentin) +496655 12-179, tanja.eib@damianwerner.de, In der Hofwiese 10 u. 12, 36148 Kalbach

caritaspflegeschule.de

besser Pflege lernen

01.10.2025 **1-jährige Altenpflegehilfeausbildung**

18.08.2025 **2-jährige Altenpflegehilfeausbildung**
inkl. Hauptschulabschluss

01.10.2025 **3-jährige generalisierte Pflegeausbildung**

Wir unterstützen bei der Suche nach dem praktischen Ausbildungsplatz.

Jetzt schnell und einfach über unsere Website **caritaspflegeschule.de** bewerben.

Caritas-Pflegeschule-Fulda
pflegeschule@caritas-fulda.de
Tel. 0661 6205-200
Ratgarstr. 13, 36037 Fulda

BISTUM FULDA

Überall Azubimangel

Warum finde ich trotzdem keine Stelle?

Das Gastgewerbe, das Handwerk, die Bauindustrie: Viele Branchen sind auf der Suche nach Auszubildenden, weil sie ihre Stellen nicht besetzt bekommen. Wer als Jugendlicher keinen Ausbildungsplatz findet, fragt sich da: Wie kann es eigentlich sein?

Zum Teil liegt das daran, dass die Wünsche und Präferenzen Jugendlicher nicht immer zu den Stellenprofilen und den Qualifikationsvoraussetzungen der Betriebe passen, sagt Prof. Bernd Fitzenberger, Direktor des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB) in Nürnberg.

So gebe es zahlreiche Berufe, in denen die Zahl der Bewerberinnen und Bewerber die Zahl der Stellen weit übertrifft. Bestimmte Berufe sind dem Arbeitsmarktexperten zufolge schon seit Jahren sehr beliebt. Dazu gehören zum Beispiel Ausbildungen im KFZ-Bereich, aber auch die Ausbildung in der Tierpflege und künstlerische-kreative Berufe wie Tischler, Mediengestalter oder Raumausstatter.

«Das sind Berufe, die auch soziale und gesellschaftliche Präferenzen widerspiegeln, die eine hohe Anerkennung



Hotels und Gaststätten suchen dringend Nachwuchs - aber Jugendliche interessieren sich oft für andere Berufe.

Foto: Bernd Weißbrod/dpa/dpa-mag

in der Gesellschaft haben.» Viele Jugendliche könnten sich vorstellen, in

einem solchen Beruf zu arbeiten, wenn sie die Chance hätten. Häufig gebe es gerade in diesen Berufen aber im ganzen Land nicht genügend viele Stellen.

In andere Berufen dagegen tun sich Betriebe seit Jahren sehr schwer, Stellen zu besetzen. Das habe sich durch die Pandemie noch verschärft. «Das sind Berufe im Bereich Verkauf von Fleisch und Backwaren etwa, obwohl es gleichzeitig sehr viele Bewerber gibt, die etwa einen niedrigen Schulabschluss haben und für diese Berufe infrage kommen würden», sagt Fitzenberger.

Jugendliche haben aber schlicht weniger Interesse an diesen Berufen als es Ausbildungsplatzangebote gibt. Der gleiche Effekt zeigt sich zum Teil auch

bei qualifizierten Berufen im Handwerk, für Berufe auf dem Bau und seit der Pandemie auch besonders für die Berufe in Hotel und Gaststätten.

Die Passungsprobleme auf dem Ausbildungsmarkt hängen nicht zuletzt auch damit zusammen, dass Auszubildende etwas weniger mobil sind oder sein können. Relevant ist für die meisten Jugendlichen das Angebot an Ausbildungsstellen im Einzugsbereich ihres Wohnorts. Es gebe Regionen, in denen es sehr wenige Stellen für Auszubildende gibt, während anderswo viel mehr Stellen als Bewerber verfügbar sind. «Das heißt aber nicht, dass junge Menschen in großem Umfang aus Regionen, in denen es einen Bewerberüberhang gibt, in die Region mit dem Stellenüberhang ziehen», stellt der IAB-Direktor klar.

Wer wirklich in einen sehr beliebten Beruf wie etwa in die Tierpflege will, «wird nicht umhinkommen, einige Kompromisse einzugehen», sagt Fitzenberger. Das kann auch einen Umzug bedeuten.

Der Arbeitsmarkt biete aber gleichzeitig viele Betriebe, die händeringend junge Menschen suchen. «Die sind dann auch oftmals bereit, sich stärker an die Wünsche der Jugendlichen anzupassen.» Bernd Fitzenberger empfiehlt, in jedem Fall Praktika zu machen und auch über berufsvorbereitende Maßnahmen nachzudenken. «Um einfach zu sehen, was der Arbeitsmarkt neben dem, was man sich als Wunschberuf idealerweise vorstellt, so bietet. Da kann man durchaus positive Überraschungen erleben.»

Es sei auch Teil der Berufsorientierung, dass Jugendliche realistische Berufswünsche entwickeln - also Berufswünsche, denen auf dem lokalen Arbeitsmarkt auch offene Stellen gegenüberstehen.

Erfolgreich steuern



SCHÜSSLER & PARTNER
STEUERBERATUNGSGESELLSCHAFT MBB



Duales Studium Steuerlehre

oder eine klassische Ausbildung zum
Steuerfachangestellten (m/w/d)

Sie haben ein gutes (Wirtschafts-)Abitur oder einen guten Realschulabschluss, mathematisches Verständnis und Interesse an BWL, Rechnungswesen und Recht.

Sie suchen eine abwechslungsreiche Tätigkeit in einem engagierten Team mit Karriere- und Weiterbildungschancen.

Wir bieten in Zusammenarbeit mit der Hochschule Fulda www.hs-fulda.de einen Studienplatz zum / zur Bachelor of Arts.

Wir bieten einen Ausbildungsplatz zum / zur Steuerfachangestellten in unserer Kanzlei in Bad Soden-Salmünster.

Kleiststraße 2 ■ 63628 Bad Soden-Salmünster
Telefon 06056.8045-0 ■ E-Mail: info@schuessler.tax

www.schuessler.tax

Impressum

LosGeht's!

Herausgeber

Druck- und Pressehaus Naumann
GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1
63571 Gelnhausen
Telefon: 06051 833 100
E-Mail: geschaeftsfuehrung@gnz.de

Geschäftsführer:

Oliver Naumann,
Jochen Grossmann

Anzeigenleitung:

Johanna Röder

Chefredakteur:

Thomas Welz

Zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum Genannten.

Copyright und Autorenschutz sowie Idee und Konzept liegen bei der Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG. Für Druckfehler sowie den Inhalt der Anzeigen übernehmen wir keine Haftung. Nachdruck auch auszugsweise nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlages.

Du bist fasziniert von der Welt der Medien?

Von A wie Anzeigenverkauf bis Z wie Zeitungsvertrieb

Medientechnologe (m/w/d) Druck Fachrichtung Rollenoffsetdruck

Medientechnologen Druck, die bis 2010 noch Rotationsdrucker hießen, stellen Druckformen für den Rotationsdruck, mit dem zum Beispiel Zeitungen hergestellt werden, her und bearbeiten diese.

Zunächst gehört es zu ihren Aufgaben, alle erforderlichen Materialien, so z. B. Farben und Papier, für den Druck vorzubereiten. Sie stellen die Rotationsdruckmaschinen ein, füllen die Farben in die entsprechenden Farbbehälter und justieren die Farbgebung vor.

» Hier kommt
Farbe ins Spiel

Anschließend fertigen sie Andrucke und erstellen Farbskalen. Während des Druckvorganges überwachen sie alle Maschinenfunktionen sowie die

Einhaltung von Qualitätsstandards. Nach dem Druckvorgang reinigen und warten sie die Maschinen sowie die dazugehörigen Zusatzaggregate.

Neben fundierten Fachkenntnissen über die für den Rotationsdruck relevanten Drucktechniken erfordert die Tätigkeit technisches Verständnis und handwerkliches Geschick.

Außer einem gesunden Farbempfinden sollte man eine sorgfältige und eigenständige Arbeitsweise mitbringen. Da die Tätigkeit mitunter im Schichtbetrieb ausgeübt wird, sind zeitliche Flexibilität und körperliche Belastbarkeit erforderlich.

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Medienkaufmann (m/w/d) Digital und Print

Medienkaufleute Digital und Print arbeiten in Marketing und Vertrieb gedruckter und digitaler Medien aller Art. Sie wirken auch bei der Produkt-

entwicklung und Gestaltung sowie der Herstellung von Zeitungen mit.

Sie arbeiten in Verlagen, Medienhäusern und in verlagsnahen Multimediaunternehmen.

» Alleskönner
am Werk

Manchmal sind Medienkaufleute Digital und Print auch im Außendienst tätig, zum Beispiel wenn sie Kunden über die Werbemöglichkeiten in Produkten wie Zeitungen, Zeitschriften oder Online-Plattformen beraten oder Dienste auf Messen wahrnehmen.

Außerdem werden sie in der Finanzbuchhaltung und im Controlling eingesetzt. In Zeitungsverlagen und deren Online-Versionen kümmern sich Medienkaufleute Digital und Print um die Zustelldienste für Abonnements, bearbeiten Reklamationen und bemühen sich darum, den Leser-

stamm zu erhalten beziehungsweise neue Leser und Abonnenten zu gewinnen.

In Multimediahäusern beraten sie Kunden über Media- und Dienstleistungen und verkaufen Digital und Printprodukte.

Im Anzeigenwesen von Zeitungen befassen sich Medienkaufleute Digital und Print mit Aufgaben der Verwaltung und Organisation. Sie führen auch Beratungs- und Verkaufsgespräche mit gewerblichen Kunden oder Werbeagenturen und informieren sie ausführlich darüber, wo und zu welchen Konditionen die künftige Anzeige platziert wird und wie sie aussehen soll.

Interesse für kaufmännische Aufgaben, mathematische Begabung und ein ausgeprägtes Kostenbewusstsein sollte man ebenso mitbringen wie Organisationstalent und Flexibilität.

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Azubis (m/w/d) gesucht

Mediengestalter
m/w/d

Medienkaufmann
m/w/d

Medientechnologe Druck
m/w/d

Medientechnologe Druckweiterverarbeitung
m/w/d





**DRUCK- UND
PRESSEHAUS NAUMANN**
GmbH & Co. KG



Wellpappe hat viele Gesichter.

ZEIG UNS DEINS!



Elektroniker für Betriebstechnik (m/w/d)

Standort Fulda • ab sofort

Du bist der Dreh- und Angelpunkt in unserer Produktion und sorgst dafür, dass unsere Maschinen nie ins Stocken geraten und uns nie die Energie ausgeht.

Deine Benefits bei DS Smith:

- | | |
|---|---|
|  30 Tage Urlaub + 2 Freischichttage pro Jahr |  Familiäre Arbeitsatmosphäre |
|  Betriebliche Altersvorsorge |  Bikeleasing |
|  Mitarbeiterrabatte |  Bezuschusste Kantine |

Deine Aufgaben als Elektroniker (m/w/d):

- Du lokalisierst und behebst elektronische Fehlermeldungen an den Fertigungsmaschinen.
- Du wartest die elektronischen Anlagen und hältst sie instand.
- Du übernimmst die Funktionsprüfung der Maschinen und Systeme und prüfst die Sicherheits- und Schutzfunktionen im Fertigungsablauf.
- Du übernimmst elektronische Installationen und Wartungsarbeiten an den Fertigungsmaschinen und produktionsrelevanten Systemen und der Gebäudetechnik vor.
- Du wartest den Maschinenpark hinsichtlich der Antriebs-, Steuer- sowie der Prozessleittechnik.
- Du dokumentierst Störungen sowie defekte Teile und kommunizierst diese.

Dein Profil als Elektroniker (m/w/d):

- Du hast eine abgeschlossene Berufsausbildung zum Elektroniker für Betriebstechnik (m/w/d) oder eine vergleichbare Ausbildung bzw. Berufserfahrung.
- Du hast Spaß am Umgang mit Technik und handwerklichen Tätigkeiten.
- Du arbeitest selbstständig, kannst so Fehler finden und beseitigen.
- Du bist bereit in 3 Schichten zu arbeiten.
- Du verfügst über ein sicheres Deutsch in Wort und Schrift.

Deine Verdienstmöglichkeiten bei DS Smith:

ab 21,09 € / Std. zzgl. der tariflichen Schichtzulagen:

20:00 – 22:00 Uhr 15 %

22:00 – 24:00 Uhr 25 %

24:00 – 04:00 Uhr 35 %

04:00 – 06:00 Uhr 25 %

Pausenvergütung + Weihnachts- und Urlaubsgeld

DS Smith ist einer der weltweit führenden Hersteller für innovative und nachhaltige Verpackungen aus Wellpappe. Aber das ist längst nicht alles: Mit unseren zusätzlichen Aktivitäten können wir den vollständigen Kreislauf vom Recycling von Rohstoffen über die eigene Papierherstellung bis zur Produktion von neuen Verpackungen darstellen. An mehr als 400 Standorten in über 30 Ländern beschäftigen wir rund 30.000 Mitarbeitende.

Klingt interessant? Dann sollten wir uns kennenlernen.

Wir freuen uns über Deine aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen in digitaler Form. Bewerbungen von schwerbehinderten Menschen sind willkommen. Hast Du noch Fragen? Dann melde Dich gerne bei uns!

Dein Ansprechpartner
Adrian Fuhrmann

HR Advisor
T +49 661 88-223
adrian.fuhrmann@dssmith.com

DS Smith Packaging Deutschland GmbH
Werk Fulda

Bellingerstraße 7-9
36043 Fulda
dssmith.com/karriere



Gestalte mit uns eine nachhaltige Zukunft!