

Fuldaer Land-Bote



Heimat im Blick

mit Ihrem
lokalen Mitteilungsblatt



Wohin am Wochenende?

Tipps und Termine
für Ihre Region



KW 32, Samstag, 9. August 2025

Das lokale Mitteilungsblatt

Ausgabe F 2

Hallo, liebe Leser

Der Kaffeevorrat ist ausgetrocknet wie die Sahara – und das am Sonntagmorgen. So steht er da, mein Freund, völlig entsetzt und verzweifelt. Die Wahl der Notlösungen ist überschaubar und wenig verlockend: der „nach nichts“ schmeckende Instantkaffee, der noch im Schrank steht, oder der Überlebensanruf bei der Schwiegermutter. Nach kurzem Ringen entscheidet er sich für die bedrohlichere Option – den Griff zum Telefon. Es folgt eine Diskussion über den korrekten Kaffeeverbrauch und die Organisation der Haushaltsführung. Wenig später steht der dampfende Kaffee vor meiner besseren Hälfte – natürlich nicht nur eine Tasse. Denn die Schwiegermama macht keine halben Sachen. Und so stellt sich die alles entscheidende Frage: Wie soll man als alleiniger Kaffeetrinker im Haushalt bloß eine ganze Kanne leertrinken? Vielleicht sollte er den Rest einfach als Notration für Montag aufheben, denkt sich

Euer Boto

Floh-, Trödel- und Sammlermarkt

Fulda. Der nächste Floh-, Trödel- und Sammlermarkt des DAFKS Kontakt Fulda findet am Sonntag, 17. August, auf dem Gelände des EKZ Rhönhof Eichenzell von 8 bis 16 Uhr statt. Das verkehrsgünstig gelegene Gelände lädt Besucher zum Trödeln und Feilschen ein. Die Märkte des DAFKS sind Treffpunkte für Menschen unterschiedlicher Kulturen und jeden Alters. Sie sind zentrale Anlaufstellen für Kaufinteressenten, Sammler und Schnäppchenjäger. Weitere Aussteller, die Trödel oder Antiquitäten anbieten möchten, sind willkommen. Winfried Jäger, Präsident des DAFKS, teilte mit, dass der Verein im Rahmen seiner sozialen Kinder- und Jugendarbeit für Kinder bis elf Jahren kostenfreie Flächen anbietet. Kindertypische Spielsachen können von Kindern auf einer Decke verkauft werden. Eine Reservierung ist erforderlich. Anmeldungen sind über die Webseite www.Flohmarkt-Osthessen.de möglich. Weitere Informationen gibt es unter Tel. 0162/8250389 oder 0661/928980. Der Eintritt für Besucher ist kostenfrei.

Ihr Draht zu uns:

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

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

Sprachtalent und Helfer

Dr. Naim Wardak als Integrationslotse geehrt

Landkreis Fulda. Großer Tag für die hessischen Integrationslotsinnen und Integrationslotsen: Sie wurden ins Schloss Biebrich eingeladen und dort für ihr ehrenamtliches Engagement gewürdigt. Aus dem Landkreis Fulda wurde Dr. Naim Wardak von Sozial- und Integrationsministerin Heike Hofmann und Staatssekretärin Katrin Hechler geehrt.

Jedes Lotsen-Projekt in Hessen konnte stellvertretend fürs Team eine Person benennen, die im Schloss Biebrich geehrt werden sollte – aus dem Landkreis Fulda war es Dr. Naim Wardak.

Dr. Naim Wardak ist ein echtes Sprachtalent, er kann sechs Sprachen: Paschtu, Dari, Farsi, Russisch, Englisch und Deutsch. Seit 2017 gehört er zum Team im Landkreis Fulda. Er agiert nicht nur als Lotse und Sprachmittler, auch als Gesundheitslotse ist er aktiv. Über sein ehrenamtliches Engagement sagt er: „Mir macht es sehr viel Freude, die Menschen zu beraten und ihnen zu helfen. Mein Herzenswunsch ist es, Men-



Sozialministerin Heike Hofmann (rechts) zeichnete gemeinsam mit Staatssekretärin Katrin Hechler den Fuldaer Integrationslotsen Dr. Naim Wardak für sein Engagement aus.

Foto: HMSI, pineda-fotografie.de

schen fröhlich zu machen.“ Als vor zwei Jahren seine Tochter Vanessa ebenfalls als Lotsin geehrt wurde, war er sehr stolz. Nun ist es umgekehrt.

„Die Lotsinnen und Lotsen zeichnet aus, dass sie für andere Menschen eintreten und sich ihrer Probleme, Sorgen und Ängste annehmen. Dafür benötigt man Kraft, Ausdauer und Wissen – und vor allem: viel Herz“, so die Integrationsministerin Heike

Hofmann. Die engagierten Freiwilligen helfen Geflüchteten und Neuzugewanderten in Hessen bereits seit 2005 beim Ankommen in den Kommunen und Kreisen, erleichtern den gesellschaftlichen Zugang und ermöglichen Teilhabe. So unterstützen sie nicht nur durch ihre vielfältigen Sprachkenntnisse bei der Überwindung von Sprachbarrieren, sondern informieren darüber hinaus auch über wichtige Alltagsfragen.

Wanderung im Ulstertal

Rhönklub Neuhoof lädt zur Tour über den Schafstein ein

Neuhoof. Der Rhönklub Zweigverein Neuhoof lädt für Sonntag, 10. August, zur Wanderung ins Ulstertal und über den Schafstein im UNESCO-Biosphärenreservat Rhön ein. Die Wanderung beginnt um 10.45 Uhr am Wanderparkplatz am Birxgraben, etwa 100 Meter hinter Seiferts auf der Landstraße Richtung Frankenheim. Die Tour führt am Birxgraben entlang auf die Seifertser Hute und an der Seifertser Rhönklubbhütte vor-

bei nach Melperts. In weitem Bogen geht es auf den Schafstein, der größten Basaltblockhalde der Rhön. An Wüstensachsen vorbei führt die Route zurück nach Seiferts, wo ein Schlusshock im Landgasthof Goldener Stern geplant ist.

Die abwechslungsreiche Rundwanderung ist 13,6 Kilometer lang und führt über typische Rhöner Kulturlandschaft mit herrlichen Ausblicken. Die Wanderung wird

von Naturschutzwart Stefan Nix geführt, der unterwegs Erläuterungen zu Flora und Fauna der Region gibt. Leichte Rucksackverpflegung wird empfohlen. Treffen zur Bildung von Fahrgemeinschaften ist um 10 Uhr am Gemeindezentrum in Neuhoof, Hanauer Straße 4. Weitere Informationen auf der Homepage www.rhoenklub-neuhoof.de. Gäste und Freunde des Rhönklubs sind herzlich willkommen.

Beruflicher Wiedereinstieg nach Erkrankung

Vortrag zum Betrieblichen Eingliederungsmanagement (BEM)

Landkreis Fulda. Eine Krebserkrankung oder eine andere schwere Krankheit verändert vieles – auch den Blick auf den Beruf. Viele Betroffene fragen sich: Wie gelingt der Weg zurück ins Arbeitsleben? Welche Unterstützung gibt es? Fragen wie diese werden an einem kostenfreien Infonachmittag am Mittwoch, 20. August, beantwortet, zu dem die Psychosoziale Krebsberatungsstelle Fulda in Kooperation mit der Stabsstelle Betriebliche Gesundheit des Landkreises Fulda und der Deutschen Rentenversicherung Hessen einlädt. Betroffene können sich über berufliche Perspektiven nach längerer Krankheit, insbeson-

dere über die Chancen, die das Betriebliche Eingliederungsmanagement (BEM) bietet, informieren. In einem Vortrag von Steffi Gaßmann, BEM-Bauftragte des Landkreises Fulda, erhalten Teilnehmende einen umfassenden Einblick in die Grundlagen und praktischen Aspekte des BEM-Verfahrens. Sie erklärt, was das BEM konkret ist, wie das Verfahren abläuft und wie die Vorbereitung hierauf aussieht. Im Anschluss erläutert Sabine Vogel, Firmenserviceberaterin der Deutschen Rentenversicherung Hessen, sinnvolle Maßnahmen und Fördermöglichkeiten der Deutschen Rentenversicherung für Mitarbei-

tende im BEM-Verfahren. Dabei geht es zum Beispiel um medizinische Rehabilitation und Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben sowie um Rente wegen (teilweiser) Erwerbsminderung und Altersrente für schwerbehinderte Menschen. Die Veranstaltung findet ab 16 Uhr in den Räumen der Psychosozialen Krebsberatungsstelle, Kurfürstenstr. 15 in 36037 Fulda, statt. Um Anmeldung unter Tel. 0661 833 986 44 oder E-Mail, fulda@krebsberatung-hessen.de, wird gebeten. Unter diesen Kontaktdaten steht die Krebsberatungsstelle Fulda jederzeit als Anlaufstelle zur Verfügung – vertraulich und kostenfrei.

Heubachs ehemalige Synagoge kennenlernen

Am Samstag, 16. August

Kalbach. Seit fast 20 Jahren kennt man Heubachs ehemalige Synagoge als Kultur- und Begegnungsstätte. Am Samstag, 16. August, kann man ab 16 Uhr mehr über das Gebäude, seine bewegte Geschichte und seine Nutzer erfahren. Dazu lädt der Förderverein Landsynagoge Heubach ein. Um 1840 errichtet, diente das Haus Jahrzehnte als Synagoge und Schule. Doch wie ging es weiter? Warum überstand das

Haus die Pogromnacht von 1938? Warum wurde das Gebäude Rathaus, warum kam es danach so herunter? Was führte zur Restaurierung? Diese und weitere Fragen beantwortet Brigitte Fehl bei dieser gut einstündigen Führung. Die Teilnahme ist kostenlos; der Verein erbittet aber Spenden für seine Arbeit. Treffpunkt ist an der ehemaligen Synagoge (Friedensstraße 9, 36148 Kalbach-Heubach).

Werk, Wein und Jazz

Villa Walther, Paulustor 4

Fulda. Am 23. August wird zum fünften Mal in diesem Jahr von 14.30 bis 17 Uhr zu Werk, Wein und Jazz in die Villa Franz Erhard Walther eingeladen.

Neben Livemusik und einer Vinothek im Außenbereich können alle Gäste die Villa während dieser Zeit kostenlos besuchen. Die Besucher haben in diesem Rahmen die Gelegenheit, die aktuelle Ausstellung Bildbaustoff Prägungen 1957–1960 kostenlos zu besichtigen. Bildbaustoff zeigt, welche Rolle die visuellen und intellektuellen Prägungen der Jahre 1957 bis 1960 für Walthers Werk spielten und wie sie seinen künstlerischen Entwurf beeinflussten. Anhand von Werkbeispielen, filmischen Dokumentationen der documenta 2 (1959), Experimentalfilmen, Literatur sowie fotografischen Dokumentationen aus dem Fuldaer Stadtarchiv wird

veranschaulicht, wie sich eines der einflussreichsten künstlerischen Werke des 20. Jahrhunderts formte. Musikalisch gestaltet wird die Veranstaltung diesmal von dem Fuldaer Pianisten und Sänger Frank Tischer mit seinem Programm Easy Jazz. Begleitet wird Tischer von Markus Hillenbrand am Kontrabass und Klaus Schenk am Schlagzeug. Ihr Repertoire umfasst instrumentale und vokale Musik, angefangen von Songs aus der alten Hollywood-Ära über die große Zeit des Swing und Jazz bis hin zu Filmmusiken und Balladen der Neuzeit. Die wöchentliche Filmvorführung in der Villa findet am Sonntag nach Werk, Wein und Jazz, den 24. August um 14.30 Uhr, statt. Gezeigt wird diese Woche „Ladri di Biciclette / Fahrraddiebe“ von Vittorio De Sica. Eintritt für die Veranstaltung Werk, Wein und Jazz und Villa ist frei.

Diebstähle auf Friedhöfen

Neuhoof. Zwischen dem 15. Juli und 5. August entfernten Unbekannte gewaltsam ein Bronzekreuz von einem Grabstein in der Mühlenstraße in Rommerz. Das Kreuz hat einen Wert im unteren vierstelligen Bereich. Der Sachschaden beläuft sich auf rund 200 Euro. Im Zeitraum von Montag, 7. Juli bis Samstag 2. August entwendeten Unbekannte vom Friedhof in der Mühlenstraße in Rommerz eine knieende Marienstatue aus Bronze im Wert von circa 300 Euro. Die Statue wurde zuvor gewaltsam von einem Grabstein entfernt. Es entstand ein Sachschaden von rund 200 Euro. Hinweise bitte an das Polizeipräsidium Osthessen unter Telefon 0661/105-0, jede andere Polizeidienststelle oder über die Onlinewache unter www.polizei.hessen.de.

Heute mit Beilagen in Teilausgaben



✓ Inspiration für Ihre nächste Traumreise – entdecken Sie vielfältige Ziele weltweit

✓ Exklusive Reiseideen für 2025 & 2026

✓ Attraktive Frühbucher-Rabatte

✓ Busreisen, Flugreisen, Kreuzfahrten, Aktivurlaub, Kur- und Kroatienreisen

✓ Saisonale Highlights für Herbst, Advent, Weihnachten und Silvester

✓ Persönlicher Service und 35 Jahre Erfahrung

JETZT
KOSTENLOS
ANFORDERN

oder bequem online blättern!

+++ UNSERE NÄCHSTEN ABFAHRTEN +++			
	17.08. – 24.08.25	Villa Cascada – Auszeit an der Makarska Riviera	€ 1.049,-
	18.08. – 26.08.25	Norwegens schönste Fjorde – Bus, Schiff und Zug	€ 2.249,-
	24.08. – 31.08.25	Villa Cascada – Auszeit an der Makarska Riviera	€ 979,-
	31.08. – 07.09.25	Villa Cascada – Auszeit an der Makarska Riviera	€ 899,-
	31.08. – 05.09.25	Steiermark Rad – Herrliche Panoramen und Ausblicke	€ 1.029,-
	01.09. – 05.09.25	Schweiz – Der originale Glacier- und Bernina-Express	€ 1.039,-
	03.09. – 09.09.25	Südtirol Rad – In jeder Hinsicht ein wahrer Genuss	€ 1.039,-
	04.09. – 07.09.25	Tirol – Wellness- und Erlebnistage im Robinson Club	€ 468,-
	12.09. – 19.09.25	Friaul – Julisch Venetien	€ 1.640,-
	12.09. – 17.09.25	New York – Die Stadt, die niemals schläft	€ 1.699,-
	13.09. – 19.09.25	Irland Connemara – Wanderreise	€ 1.849,-
	13.09. – 20.09.25	Madeira – 5-Sterne-Urlaub auf der Blumeninsel	€ 1.764,-
	18.09. – 25.09.25	Kroatien – 5-Sterne-Hotel Aminess Khalani Beach	€ 1.439,-
	18.09. – 21.09.25	Passionsspiele Erl – Tradition der Alpen	€ 495,-

Mit dem Reisecode direkt zur Reise und € 10,- p. P. online sparen!

LÜNEBURGER HEIDE – IN VOLLER BLÜTE

I BU3342

✓ 3x Übernachtung im 4-Sterne BEST WESTERN HOTEL HEIDEHOF

✓ Halbpension mit 3-Gänge-Menü oder Buffet

✓ Ausflugsprogramm mit Heidetour, Kutschfahrt und Stadtführung in Celle sowie Stadtführung und Stadtbummel in Lüneburg

✓ reiseWelt-Reiseleitung von Anfang an

07.09. – 10.09.2025

4 Tage

€ 629,-

KROATIEN – SOFTWANDERN ENTLANG DER ADRIAKÜSTE

I FL9224

✓ Flug mit renommierter Fluggesellschaft von Frankfurt nach Split und zurück, Transfers vor Ort

✓ 7x Ü/HP im reiseWelt-Exklusivhaus VILLA CASCADA in Podgora

✓ Leichte und entspannte Wanderungen für Genießer und Entdecker

✓ Großes Ausflugsprogramm mit spannenden Wanderungen inklusive Verkostungen

✓ Fachkundiger, örtlicher Wanderführer oder fachkundige, örtliche reiseWelt-Reiseleitung

07.09. – 14.09.2025

8 Tage

€ 1.059,-

05.10. – 12.10.2025

8 Tage

€ 1.019,-

19.10. – 26.10.2025

8 Tage

€ 979,-

Holiday Check

95%

KÄRNTEN – LEBENSFREUDE & TRAUMHAFTE LANDSCHAFT

I BU0256

✓ 5x Ü/HP im 4-Sterne HOTEL ALEXANDERHOF

✓ Kostenfreie Nutzung des hoteleigenen Wellnessbereichs mit Hallenbad, Whirlpool, Dampfbad und Sauna

✓ Großes Ausflugsprogramm mit Schifffahrt Millstätter See, Panoramafahrt Nockalmstraße, Malta-Hochtalstraße, Besichtigung Kölnbreinsperre, Fahrt mit der Talbahn Goldeck, u.v.m.

✓ Kärnten-Card für attraktive Vorteile vor Ort

✓ reiseWelt-Reiseleitung von Anfang an

11.09. – 16.09.2025

6 Tage

€ 919,-

Holiday Check

90%

DIE SCHÖNSTEN BAHNSTRECKEN DER SCHWEIZ

I BU4344

✓ Fahrt im modernen Fernreisebus

✓ 3x Ü/HP im guten Mittelklassehotel CLUB HOTEL DAVOS

✓ Umfangreiches Ausflugsprogramm mit Bahnfahrten in den Schweizer Regionalzügen auf den Spuren des Glacier- und Bernina-Express

✓ reiseWelt-Reiseleitung von Anfang an

03.10. – 06.10.2025

4 Tage

€ 729,-

Holiday Check

91%

KROATIENS KÜSTENGEHEIMNIS – VILLA CASCADA

I FL5406

✓ Flug mit renommierter Fluggesellschaft von Frankfurt nach Split und zurück

✓ 7x Übernachtung im reiseWelt-Exklusivhaus VILLA CASCADA in Podgora

✓ 7x reichhaltiges Frühstücksbuffet

✓ 6x Abendessen (Mehr-Gänge-Menü mit Salatbuffet)

✓ 1x dalmatinisches Abendessen mit landestypischen Spezialitäten

✓ Umfangreiches Ausflugsprogramm inklusive!

✓ Örtliche reiseWelt-Reiseleitung ab/bis Split

12.10. – 19.10.2025

8 Tage

€ 949,-

Holiday Check

95%

FAHRT INS BLAUE – HILTON SURPRISE

I BU5754

✓ Überraschungsreise im modernen Fernreisebus außerhalb Deutschlands

✓ 2x Übernachtung in einem Hotel der HILTON Gruppe

✓ 2x Frühstücksbuffet

✓ Ausflugsprogramm: – 1x Ganztagesausflug im Zielgebiet

✓ SEHR GUTES PREIS-LEISTUNGS-VERHÄLTNIS

✓ reiseWelt-Reiseleitung von Anfang an

29.10. – 31.10.2025

3 Tage

€ 349,-

Hilton

HOTELS & RESORTS

Surprise

Lassen Sie sich überraschen und begeistern!

Beratung & Buchung: 06655 9609-0

www.reisewelt-neuhof.de

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

... auch als kostenloses epaper

Lokales

Mehr als 350 Schulbus- und Schülerlotsinnen und -lotsen bei Ausflug

Landkreis Fulda organisierte Fahrt in den Holiday Park in Haßloch

Landkreis Fulda. Sie sorgen auf dem Schulweg und an den Bushaltestellen für die Sicherheit ihrer Mitschülerinnen und Mitschüler: die 463 Schulbus- und Schülerlotsinnen und -lotsen im Landkreis Fulda. Um ihnen für ihren Einsatz zu danken, hat der Fachdienst Schulen des Landkreises Fulda eine gemeinsame Fahrt in den Holiday Park in Haßloch organisiert. Rund 350 Jugendliche waren der Einladung gefolgt und verbrachten mit ihren Betreuerinnen und Betreuern einen erlebnisreichen Tag. Auch wenn der Tag sehr regenreich startete, tat dies der Stimmung keinen Abbruch. Das Wetter wurde besser, die

Foto: Landkreis Fulda

Wartezeiten waren kurz – und so konnten sich alle von den Attraktionen im Freizeitpark verzaubern lassen. „Mit dem Ausflug möchte

sich der Landkreis Fulda für das Engagement der Lotsinnen und Lotsen bedanken. Mit ihrem freiwilligen und verantwortungsbewussten

Kinderschutz im Ehrenamt: Kostenfreies Seminar für Ehrenamtliche

Angebot des Treffpunkt Aktiv für Ehrenamtliche aus dem Landkreis Fulda

Landkreis Fulda. Der Treffpunkt Aktiv des Landkreises Fulda bietet kostenfreie Seminare für Ehrenamtliche an, die ihnen in den unterschiedlichsten Themenfeldern hilfreiche Kompetenzen vermitteln.

Jugendliche haben Anspruch auf Sicherheit, Schutz und Hilfe, auch außerhalb des familiären Kontextes. Dennoch gibt es vor Grenzverletzungen, Machtmissbrauch und Sexualisierter Gewalt keinen 100-prozentigen Schutz. In vielen Fällen wäre Handeln

möglich gewesen – Handeln, bevor „etwas passiert“. Ziel der Veranstaltung mit der Sozialpädagogin Sabine Fischer ist es, die ehrenamtlichen Vereinsvorstände, Jugendleiterinnen und Jugendleiter bezüglich der Anzeichen von Missbrauch, Misshandlung und Vernachlässigung zu sensibilisieren und ihnen konkrete Handlungsmöglichkeiten für den Verdachtsfall aufzuzeigen.

Das Seminar findet in den Räumen des SkF, Rittergasse 9 in Fulda, statt. Eine Anmeldung ist unter Telefon 0661 839410 oder per Mail an info@skf-fulda.de möglich.

Gemeindevertretung berät über Finanzen und Bauprojekte

Wichtige Weichenstellungen in Kalbach

Kalbach. Die Gemeindevertretung diskutiert über den Jahresabschluss 2022, steigende Kindergartengebühren und neue Bauprojekte. Eines der zentralen Themen der Sitzung war der Jahresabschluss für das Haushaltsjahr 2022. Bürgermeister Mark Bagus zeigte sich erfreut über das positive Ergebnis: Statt eines im Haushaltsplan 2022 geplanten Defizits von minus 433.485 Euro wurde ein positiver Jahresüberschuss von rund 758.000 Euro erzielt. Die Bilanzsumme der Gemeinde beträgt 57,7 Millionen Euro. Auch über- und außerplanmäßige Ausgaben in Höhe von etwa 797.000 Euro wurden genehmigt. Die Gemeindevertretung entlastete daraufhin den Gemeindevorstand einstimmig.

Steigende Gebühren und neue Bauprojekte

Einstimmig beschloss die Gemeindevertretung die elfte Änderung der Gebührensatzung für die Kindergärten. Ab dem 1. August 2025 werden die Beiträge für Kinder unter drei Jahren moderat um monatlich 10 Euro erhöht, was mit gestiegenen Personalkosten und unauskömmlichen Landeszuschüssen begründet ist. Für Kinder ab drei Jahren bleiben die Gebühren unverändert. Die Verpflegungskosten steigen leicht von 80 auf 85 Euro im Monat. Bestehende Sozialregelungen, wie Geschwister-

ermäßigungen und beitragsfreie Zeiten für Ü3-Kinder sowie der bislang kostenfreie Einsatz des Kindergartenbusses, bleiben unverändert bestehen. Gleich drei Bauleitverfahren wurden beschlossen: So in Mittelkalbach der Bebauungsplan „Heiligenwiese“. Nach abgeschlossener Beteiligung der Öffentlichkeit wurde der Plan ohne Einwendungen förmlich beschlossen. Grünes Licht erteilten die Gemeindevertreter auch für den Bebauungsplan der Tiny-House-Siedlung im Ortsteil Heubach. Belange vonseiten der Öffentlichkeit wurden im Vorfeld von der Gemeinde geprüft und abgewogen. Die erforderlichen Umweltgutachten wurden erstellt und in den Entwurf integriert. Für den Ortsteil Uttrichshausen wurde die Erweiterung des Kelteriebetriebs „Malkmus“ beschlossen. Die Fläche im Landschaftsschutzgebiet „Frauenstein“ soll zur Betriebserweiterung umgewidmet werden. Der Antragsteller trägt die Kosten des Verfahrens. Im Ortsteil Heubach soll ein Teilstück eines öffentlichen Wirtschaftswegs („Auf dem Bielfeld“) entwidmet werden. Die Beteiligung von Öffentlichkeit und Behörden gilt als abgeschlossen. Kalbach beteiligt sich künftig an einem gemeinsamen Projekt zur Veranstaltungssicherheit mit den Gemeinden Eichenzell, Flieden und Neuhof.

Im Rahmen des hessischen Sofortprogramms sollen mobile Fahrzeugsperrungen angeschafft werden. Die Gesamtkosten von rund 113.000 Euro sollen durch eine Landesförderung deutlich reduziert werden. Kalbach verbleibt ein Eigenanteil von etwa 3.590 Euro. Die Umsetzung steht unter dem Vorbehalt einer positiven Förderzusage. Nach dem Ausscheiden von Wolfgang Möller wurde Frank Röhrig zum neuen stellvertretenden Vorsitzenden der Gemeindevertretung gewählt. Ein Antrag der CDU-Fraktion zur Konzeptionierung von Schülerpraktika in der Gemeindeverwaltung wurde beschlossen. Ziel ist eine verbesserte Einbindung und Qualität der Praktika für Schüler. Der Antrag wurde zur weiteren Beratung in die zuständigen Ausschüsse überwiesen. Darüber hinaus wurden in einem nachgelagerten nichtöffentlichen Sitzungsteil eine Grundstücksangelegenheit sowie ein Antrag der BfK-Fraktion zur Teilaufhebung eines Sperrvermerks im Stellenplan 2025 behandelt. Die Sitzung zeigte, dass in Kalbach wichtige strukturelle Entscheidungen getroffen werden – von soliden Haushaltszahlen über soziale Fragen wie die Kinderbetreuung bis hin zu zukunftsgerichteten Bauprojekten und Sicherheitsmaßnahmen. Die politische Arbeit in der Gemeinde bleibt auf vielen Ebenen aktiv und sachorientiert.

Einsatz leisten sie einen sehr wichtigen Beitrag zur Verbesserung der Sicherheit auf dem Schulweg, an den Haltestellen und in den Schulbussen“, sagt Alexander Schäfer vom Fachdienst Schulen des Landkreises Fulda. Das Team Schülerbeförderung hatte den Ausflug organisiert – unterstützt durch lokale Unternehmen. „Einen besonderer Dank möchten wir an das Polizeipräsidium Osthessen, insbesondere an die Jugendverkehrsschule, sowie die Kreisverkehrswacht Fulda richten, die die Lotsinnen und Lotsen ausbilden.“ Derzeit gibt es im Landkreis Fulda 429 Bus- sowie 34 Schülerlotsinnen und -lotsen.

Extremismus im Ehrenamt

Auch im Seminar „Extremismus im Ehrenamt“ gibt es noch freie Plätze. Es findet am 5. September von 16.30 bis 19 Uhr im DB Trainingszentrum, Esperantostraße 3 in Fulda, statt. In einer zunehmend polarisierten Gesellschaft sehen sich viele Ehrenamtliche mit extremen Ansichten konfrontiert. Das Seminar bietet eine Plattform zum Austausch und zur Auseinandersetzung mit den Herausforderungen, die sich in der Vereinspraxis im Spannungsfeld von Demokratiebildung und Meinungsfreiheit ergeben. Thematisiert werden gesetzliche Regelungen und Strategien zur Deeskalation und Konfliktbewältigung sowie Methoden zur Förderung einer demokratischen Haltung im Vereinsleben.

Anmeldung: Die Anmeldung ist auf www.bildung-freizeit.de unter der Rubrik „Qualifikation im Ehrenamt 2025“ möglich.

Exkursion wird verschoben

Kalbach. Der Förderverein Landsynagoge Heubach teilt mit, dass die für Sonntag, 17. August, terminierte Exkursion nach Gersfeld verschoben wird. Die Führung durch das jüdische Gersfeld wird zu einem späteren Zeitpunkt nachgeholt. Der Verein wird den Termin rechtzeitig bekanntmachen.

Gottesdienste von Jehovas Zeugen

Fulda. Am kommenden Wochenende, vom 15. bis 17. August, besuchen wir den Kongress „Reine Anbetung“ im Deutsche Bank Park, Mörfelder Landstraße 362, in Frankfurt am Main. Das Programm beginnt jeweils um 9.20 Uhr. Jeder ist dazu herzlich willkommen. Der Eintritt ist frei. Es finden keine Geldsammlungen statt. Mehr Informationen sowie das komplette Programmheft finden Sie auf jw.org.



Angebote gültig vom 11.08. – 16.08.2025

Jede Woche erfrischende Angebote!

Leikeim Bier

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



-35%
10,99 **9,99** **
1l = 1,00 €



Oberbräu Hell

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

Aktion!
+ 2 Dosen
Oberbräu
Hell 0,33 l
GRATIS!



ANGEBOT
15,99 **14,99** **
1l = 1,50 €

Paderborner Pilsener

Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 0,80 €

Dauer-Niedrigpreis!
7,99



Warsteiner Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,60 € Pfand,
1l = 1,30 €

Aktion!
+ 2 Dosen
NaturRadler
0,5 l
GRATIS!

ANGEBOT
12,99 **11,99** **
1l = 1,20 €



König Ludwig Bier

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

Aktion!
+ 2 Flaschen
Export dunkel
GRATIS!

-20%
15,99 **14,99** **
1l = 1,50 €



Gösser NaturRadler

Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,70 €

19,99
16,99



Theresien Quelle Mineralwasser

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,55 €



ANGEBOT
4,99

Benediktiner Hell, Weissbier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,70 €

ANGEBOT
16,99



Peroni Nastro Azzurro

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

-25%
4,49 **3,99** **
1l = 2,02 €



Bayreuther Hell, Urstoff

Pack = 6 x 0,5 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 1,83 €

ANGEBOT
5,49 **4,99** **
1l = 1,66 €



X² Biermix

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

-34%
0,79



Bad Brückener Mineralwasser

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

-22%
6,49



Azur Mineralwasser*

diverse Sorten,
2 Kasten á 12 x 1 l,
zzgl. 6,60 € Pfand,
1l = 0,37 €

ANGEBOT
8,98



Förstina Sprudel Plus Lemon

Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,61 €

-21%
5,49



Pepsi Kombikasten

teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 24 x 0,33 l,
zzgl. 5,10 € Pfand,
1l = 1,64 €



-28%
12,99

Aktion!
+ 1 Tüte
Lay's Bugles
GRATIS!



Possmann Apfelwein, Apfelsaft*

diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
1l = 1,67 €

ANGEBOT
9,99 **8,99** **
1l = 1,50 €



Needle

Blackforest Gin & Tonic,
0,33 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 5,42 €

-36%
1,79 **1,49** **
1l = 4,52 €



Sinalco Kombikasten

teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,67 €



ANGEBOT
7,99



Durstlöcher
diverse Sorten,
0,5 l - Pack,
1l = 1,18 €

Kessler Zink Wein

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

ANGEBOT
3,99 **3,49** **
1l = 3,49 €



Lauffener Katzenbeisser

diverse Sorten, ObA,
0,75 l / 1 l - Flasche,
1l = 5,99 / 4,49 €

ANGEBOT
4,49 **3,99** **
1l = 5,32 / 3,99 €



Puschkin

Vodka, Nuts & Nougat,
0,7 l - Flasche,
zzgl. 0,15 € Pfand,
1l = 8,56 €

-29%
5,99



Heil Apfelwein*

diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
außer alkoholfrei,
Kasten = 12 x 0,33 l,
zzgl. 2,46 € Pfand,
1l = 2,27 €



9,99
8,99 **7,99** **
1l = 2,02 €

Mit der
logo Getränke App
sparen & gewinnen.

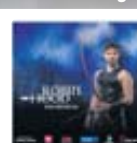
Jetzt downloaden!



www.logo-getraenke.de



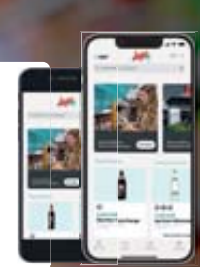
Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln,
in Lose tauschen & mit Glück gewinnen!



5 x 2
Eintrittskarten für
„Robin Hood“



2 x 1
Fatboy Hängematte
(fritz-kola)



Martini Fiero, Bianco

0,75 l - Flasche,
1l = 9,32 €

ANGEBOT
6,99



Ramazotti

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

ANGEBOT
9,99



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

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



www.logo-getraenke.de

..... TrauerAnzeigen

**Main-Kinzig-Kliniken**

Die Nachricht vom Tod von

Dr. med. Wolfgang Beier

hat uns tief getroffen.

Herr Dr. Beier war bis 2002 langjähriger Chefarzt der Abteilung Innere Medizin in unserem Krankenhaus in Schlüchtern.

Wir werden ihm stets ein ehrendes Gedenken bewahren.

Unser tiefes Mitgefühl gilt seinen Hinterbliebenen.

Thorsten Stolz
Aufsichtsratsvorsitzender

Christian Quack
Geschäftsführer

Waldemar Gärtner
Betriebsratsvorsitzender

Gelnhausen, Juli 2025

Führung durch die „GrimmZeit“

Steinau. Willkommen in der Brüder-Grimm-Stadt Steinau zu einem Rundgang, bei dem Teilnehmer mit mobilen VR-Brillen die Originalschauplätze aus dem Leben der Brüder Grimm und ihrer Familie entdecken. Gemeinsam mit Gästeführerin Martina Jobst werden insgesamt elf Stationen besucht, um die Kinderjahre der berühmten Brüder Jacob und Wilhelm Grimm zu erleben. Samstag, 9. August, von 14 bis 15.30 Uhr. Treffpunkt ist der Märchenbrunnen auf dem Marktplatz „Am Kumpen“. Teilnahme: Kinder 25,90 Euro, Erwachsene 29,90 Euro. Infos und Tickets online unter www.grimmzeit.de oder www.steinau.de. Infos: Verkehrsbüro Steinau, Brüder-Grimm-Straße 70, 36396 Steinau an der Straße, Tel. 06663/97388.

Gottesdienste von Jehovas Zeugen

Schlüchtern. Jehovas Zeugen aus Schlüchtern besuchen am kommenden Wochenende, vom 15. bis 17. August, den Kongress „Reine Anbetung“ im Deutsche Bank Park, Mörfelder Landstraße 362, in Frankfurt am Main. Das Programm beginnt jeweils um 9.20 Uhr. Jeder ist dazu herzlich willkommen. Der Eintritt ist frei. Es finden keine Geldsammlungen statt. Mehr Informationen sowie das komplette Programmheft finden Sie auf jw.org.





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

TH. HERBERT GMBH & CO. KG
Fuldaer Str. 14 | 97786 Motten
Tel. 09748/9119-0 | herbert-holz.de

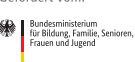
WOCHE DES BÜRGERSCHAFTLICHEN ENGAGEMENTS
vom 12. bis 21. September 2025



Jetzt mitmachen unter
www.engagement-macht-stark.de



Veranstalter:
BBZ
Bundesnetzwerk Bürgerrechtliches Engagement



Gefördert vom:
Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Schuljahresbeginn an der Kinzig-Schule

Einschulung und Unterrichtsstart

Schlüchtern. Am Montag, 18. August, beginnt an der Kinzig-Schule, Berufliches Schulzentrum in Schlüchtern, das Schuljahr mit der Einschulung der neuen Schüler und Studierenden in der Pausenhalle der Hauptstelle, In den Sauren Wiesen 17, 36381 Schlüchtern. Die Schule bittet alle Betriebe, die neu abgeschlossenen Auszubildenden der jeweils zuständigen Berufsschule zu melden. Die Berufsschüler der Dualen Ausbildung werden um 8.15 Uhr in der Pausenhalle der Kinzig-Schule begrüßt, ebenso die Schüler der Bildungsgänge der Berufsvorbereitung BBV/BzB. Die neuen Schüler des Beruflichen Gymnasiums finden sich um 9 Uhr in der Pausenhalle ein. Die Einschulung erfolgt getrennt nach den Fachrichtungen Praktische Informatik, Gesundheit und Wirtschaft/Verwaltung. Um 9.30 Uhr werden die Schü-

ler der zweijährigen Berufsfachschule zum mittleren Abschluss aufgenommen. Ab 9.45 Uhr findet die Einschulung der Schüler der höheren Berufsfachschule für das Fremdsprachensekretariat in der Pausenhalle statt. Um 10 Uhr folgen die Schüler der Fachoberschule Form A, die bisher noch nicht aufgenommen werden konnten, sowie alle Fachoberschüler der Form B (einjährig nach einer Ausbildung) in der Pausenhalle. Der Unterricht der fortgeführten Klassen beginnt nach Plan am Dienstag, 19. August, um 7.40 Uhr. Die neuen Stundenpläne und Kurslisten sind ab Mittwoch, 13. August, auf der Homepage (www.kinzig-schule.de) unter dem Schnellzugriff „Schülerseite“ mit den bekannten Zugangsdaten einzusehen oder sie hängen in den Schaukästen in der Schule aus.

Midissage zur Blau-Grün Ausstellung

Kunstverein lädt ein

Bad Soden-Salmünster. Der Kunstverein Bad Soden-Salmünster lädt alle Interessierten für Sonntag, den 17. August, um 14 Uhr zu einer Midissage in die Brunnenpassage der Spessarttherme ein. Zwanzig Künstler, die Werke zum Thema „Blau Grün“ in verschiedenen Techniken ausstellen, werden vor Ort sein und bei einer Ausstellungsbegehung Hintergründe zu ihrem Schaffensprozess und ihren Maltechniken geben. Es sind viele fröhlich-sommerliche Bilder dabei, wie das Acrylbild „Auszeit am See“ von Tina May oder das Triptychon in Collage-Mischtechnik „Am See“ von Dominika Macha sowie die Meeresimpressionen „Adranisches Meer“, „Karibik“ und „Am Meer“ von Julia Kolev. Gegenständliche Ölgemälde wie „Elmauer Tor/Kaisergebirge“ von Marion Seipel, „Hortensien am See“ von Elena Boekel oder „Orchideen“ von Julia Kolev in Mal-Mixtechnik hängen neben abstrakten Werken von Silke Belz oder Uschi Schäfer sowie den Acryl-Spitztechnik-Hochformaten „Arctic Grün“ und „Arctic Blau“ von Ingrid Pflaum. Tier-Malereien wie „Frosch Blau“ und „Frosch Grün“ sowie „Schaf“ von Johanna Biesenbach, die stilisierten Piepmätze „Vogel Blau/Grün“ von Gerti Gleiss, ein Yoga-„Froschkönig“ von Gerti Gleiss oder die bunt-bekränzte „Kuh“ als Ölmalerei von Marion Seipel sind ebenso dabei wie der Blumenblätter-„Sonnentanz“ von Silke Belz. Die gesellschaftskritische Collage im Hochformat „Nicht hängen lassen“ von Dominika Macha, „Traumtanz“ und „Warten“ von Kerstin Westerbeck, das impressionistische Acrylbild „Die Hoffnung“ und „Der Preis der Freiheit“ von Nikola Slugaj oder „Die Befreite“ und „Reife“ von Rafael

Slugaj zeugen von den vielfältigen Herangehensweisen an das vom Verein definierte Ausstellungsmotto. Der im saftig-grünen Farbton gehaltene „Bambus“ von Willi Eifert sowie die Zeichnungen Polychromo von Kerstin Streicher „Abbel 1“ und „Abbel 2“, „Blumen“ in Acryl mit Spuren von Krepppapier von Marion Seipel, „Welle“ von Ingrid Meiler und die Fotoabbildungen „Symbiose zwischen Grille und Palmblatt“, „Leichtigkeit einer Seerobbe“ und „Im Fokus des Leguans“ heben bestimmte Farb- und Detailaspekte hervor. Leuchtend-starke Bilder in der angesagten Pouring-Technik zeigt Eleonora Schubert mit „Green Waves“, „Green Hell“, „Neons by Night“, „Surfer“, „Geode“ und „Three Cups“. Ob „Juwel of Passion“ von Kerstin Streicher, „Wind“ von Renata Hatzfeld, „Eisberg“ oder die „Brücke in Wilhelmsbad“ von Willi Eifert, „Lilie“ oder „Bella“ von Renata Hatzfeld - die Vielfalt der gezeigten Bilder spricht für sich. Judith Bacher hat sich in ihren Werken über die Sinnenbedeutung der Farben „Grün“ und „Blau“ Gedanken gemacht: Blau symbolisiere Ruhe, Frieden, Vertrauen und Loyalität, könne aber auch Kälte oder Distanz vermitteln. Grün werde oft mit Natur, Wachstum, Erholung und Hoffnung assoziiert, könne aber auch Unreife bedeuten. Mit ihrem Mitmach-Projekt „Bitte Nehmen Sie Platz“ hat die Fotokünstlerin ihre Beobachtungen beim Pendeln mit der Deutschen Bahn zum Thema gemacht und fordert den Betrachter zur Interaktion auf. Die Gemeinschaftsausstellung ist noch bis Ende August an den Wänden der Wandelhalle zwischen Spessart-Therme und Spessart-Forum zu besichtigen.

Kirche

Gottesdienste

Freie Christengemeinde Bergwinkel, Steinau
Gottesdienste sonntags um 10.00 Uhr; Kinderbetreuung

Ev. Christugemeinde in Sinntal und Marjoß
Sonntag, 10.8.:
9.30 Uhr Gottesdienst in Sterbfritz mit Pfr. Schmitz
10.30 Uhr Kirmesgottesdienst in der Kirche Oberzell
10.45 Uhr Gottesdienst in Jossa mit Pfr. Schmitz

Ev. Kirchengemeinde Am Landrücken Kinzigtal
Sonntag, 10.8.:
Hintersteinau 10.30 Uhr Backhausfest Gottesdienst am Backhaus

Ev. Kirchengemeinde Mottgers-Weichersbach-Schwarzenfels
Sonntag, 10.8.:
9.30 Uhr Gottesdienst in Mottgers

Pastoralverbund Steinau-Schlüchtern-Sinntal
Hier: Schlüchtern – Herolz – Sannerz – Weiperz – Sterbfritz – Mottgers – Züntersbach
Samstag, 9.8.:
Mottgers 17.00 Uhr heilige Messe
Herolz 18.00 Uhr heilige Messe
Schlüchtern 18.00 Uhr heilige Messe
Sonntag, 10.8.:
Weiperz 10.00 Uhr heilige Messe zum Patrozinum
Schlüchtern 10.00 Uhr heilige Messe
Dienstag, 12.8.: Sannerz 9.00 Uhr heilige Messe
Mittwoch, 13.8.: Herolz 9.00 Uhr heilige Messe zu Mariae Himmelfahrt mit Kräutersegnung
Donnerstag, 14.8.: Weiperz 18.00 Uhr Vorabendmesse zu Mariae Himmelfahrt mit Kräutersegnung
Freitag, 15.8.: Herolz 9.00 Uhr heilige Messe
Sannerz 18.00 Uhr heilige Messe (in der Hauskapelle)

Freie evangelische Gemeinde Schlüchtern
Sonntags
10.00 Uhr Gottesdienst, parallel Kindergottesdienst

St. Peter Mernes
Samstag, 9.8.:
18.00 Uhr Vorabendmesse
Montag, 11.8.:
19.00 Uhr Friedensgebet
Mittwoch, 13.8.:
19.00 Uhr heilige Messe

Ev. Kirchengemeinde Bad Soden-Salmünster
Sonntag, 10.8.:
Bad Soden 10.00 Uhr ökumenischer Gottesdienst im Kurpark (Lektorin Reichenbach und Herr Sattler) im Kurpark von Bad Soden

Kath. Kirchengemeinde St. Peter und Paul Bad Soden-Salmünster
Samstag, 9.8.:
Bad Soden 11.00 Uhr Tauffeier
Bad Soden 15.30 Uhr heilige Messe in poln. Sprache
Bad Soden
St. Laurentius
18.00 Uhr heilige Messe in einem Anliegen
Salmünster 19.30 Uhr Konzert des kleinen Chores
Sonntag, 10.8.:
Marborn 9.00 Uhr Wortgottesdienst mit Kommunionfeier
Alsberg 9.00 Uhr heili Anni Müller
Bad Soden
Konzertmuschel
10.00 Uhr Ökumenischer Gottesdienst anl. des Kurparkfestes
Salmünster 10.30 Uhr heilige Messe
Romsthal 18.00 Uhr heilige Messe
Dienstag, 12.8.:
Bad Soden Friedhofskapelle 14.00 Uhr Trauerfeier, anschl. Urnenbeisetzung
Mittwoch, 13.8.:
Bad Soden 9.00 Uhr heilige Messe
Donnerstag, 14.8.:
Salmünster 18.30 Uhr heilige Messe
Freitag, 15.8.:
Ahl Grotte 18.30 Uhr heilige Messe mit Kräuterweihe
Eckardroth 19.00 Uhr Andacht zu Maria Himmelfahrt an der Grotte

Neue Video-Kampagne

Tiny Tours zeigen die Vielfalt der Kitas

Bad Soden-Salmünster. Eine neue Video-Kampagne der Stadt Bad Soden-Salmünster zeigt die Vielfalt der Kindertagesstätten und sucht engagierte Erzieher.

Die Kampagne soll die verschiedenen Kita-Profile sichtbar machen und neue Fachkräfte gewinnen. Herzstück sind die „Tiny Tours“ – kurze Video-Rundgänge durch alle Einrichtungen, die Einblicke in Räumlichkeiten, Konzepte

und Teams geben. Ein ergänzendes Video-Format räumt mit Vorurteilen über den Erzieherberuf auf. Bürgermeister Dominik Brasch betont die Einzigartigkeit der Kitas, die von der Stadt, Kirchen und Vereinen getragen werden. Die Stadt sucht motivierte Menschen für die Kita-Teams. Die Videos werden bis Dezember 2025 auf den digitalen Kanälen der Stadt veröffentlicht. Weitere Infos unter www.badsoden-salmuenster.de/kitajobs.



Partner der Vereine

NOCH IMMER EIN TABUTHEMA

Seit 8 Jahren Darmprobleme: Sarah G. erzählt von ihrer Reizdarm-Odyssee

Sarah G. ist 45 Jahre alt und schon seit einigen Jahren kämpft sie immer wieder mit Bauchschmerzen und Verdauungsproblemen wie Durchfall und Blähungen. Lange Zeit wusste sie nicht, was mit ihrem Körper los war – bis die Diagnose „Reizdarmsyndrom“ (RDS) endlich Klarheit brachte.

Das Reizdarmsyndrom ist eine der häufigsten funktionellen Magen-Darm-Erkrankungen, von der etwa 11 Millionen Deutsche betroffen sind.¹ Der „gereizte Darm“ kann sich dabei auf verschiedenste Arten äußern: Sowohl wiederkehrender Durchfall oder Bauchschmerzen als auch Blähungen und Verstopfung sind mögliche Symptome.² Diese können einzeln oder in Kombination auftreten und auch in Intensität und Dauer variieren.

Obwohl dieses Beschwerdebild so weit verbreitet ist, gestaltet sich die Behandlung oft schwierig. Auch Sarah G. musste auf ihrer langen Reise durch Arztbesuche, Ernährungsexperimente und alternative Heilmethoden viele Rückschläge hinnehmen. In diesem Artikel erzählt sie, wie sie ihren Alltag mit Reizdarm gestaltet hat und was ihr letztlich geholfen hat, ihre Symptome in den Griff zu bekommen.

Reizdarm: ein dauerhafter Begleiter

„In den letzten acht Jahren hat mich das Reizdarmsyndrom ordentlich auf Trab gehalten. So ziemlich nach jeder Mahlzeit oder auch nur nach einer Tasse Kaffee musste ich abwarten, ob sich mein Reizdarm wieder meldete. Drei Mahlzeiten am Tag bedeuteten für mich: 3-mal

täglich bangen, ob ich mich danach wieder schlecht fühle. Wenn sich mein Reizdarmsyndrom meldete, bedeutete das, dass ich von jetzt auf gleich eine Toilette aufsuchen musste, weil sich Durchfall ankündigte. Und der Stressfaktor, dass ich immer ausgerechnet dann aufs Klo musste, wenn ich gerade im Stau steckte oder ein Date hatte, kam noch hinzu – das war nicht gerade förderlich!

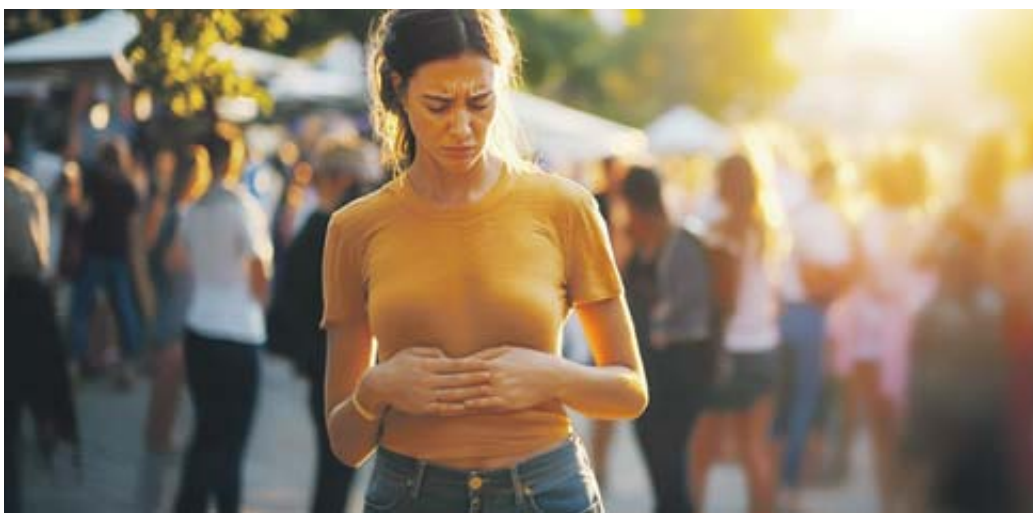


Aber als fast noch schlimmer empfand ich meine Bauchschmerzen. Ich spreche von wirklich schmerzhaften Bauchkrämpfen, die ich kaum ertrag.“

Ernährungsumstellung als Hoffnungsschimmer?

„Vor ein paar Monaten habe ich dann meine Ernährung auf FODMAP-arme Lebensmittel umgestellt, was zwar geholfen hat, aber nicht genug.“

Das FODMAP-Ernährungskonzept zielt darauf ab, schwer verdauliche Kohlenhydrate zu reduzieren, die bei Menschen mit Reizdarmsyndrom Beschwerden wie Blähungen, Bauchschmerzen und Durchfall verursachen. Zu den FODMAP-reichen Lebensmitteln zählen beispielsweise Äpfel, Milch, Weizen, Zwiebeln und bestimmte Hülsenfrüchte.



Innovativer Ansatz:

ein spezieller Bakterienstamm

„Doch dann habe ich ein Produkt mit einem bestimmten Bakterienstamm namens B. bifidum MIMBb75 ausprobiert. Ich war erst skeptisch, da ich zuvor bereits andere Bakterienstämme bzw. sogenannte Probiotika ausprobiert hatte und mein Darm gar nicht gut darauf reagiert hat. Als ich mit der Einnahme begann, erwartete ich mir sehr wenig. Aber mittlerweile bin ich echt froh, dass ich dem Ganzen eine Chance gegeben habe.“

Ein neues Lebensgefühl

„Mehr als einen Monat später habe ich nur noch selten

Reizdarmattacken (zum Vergleich: davor litt ich mindestens 4-mal pro Woche an Durchfall oder Bauchkrämpfen) und die Bauchschmerzen sind in der letzten Zeit vielleicht nur noch 5-10% von dem, was sie früher einmal waren. Das ist so eine Erleichterung, das können Sie mir glauben! Ich weiß, dass es für das Reizdarmsyndrom kein Allheilmittel gibt, aber mir hat dieser Bakterienstamm wirklich geholfen – ich bin echt begeistert. Ich werde eine weitere Packung nehmen, nur um sicherzugehen.“

B. bifidum MIMBb75 – was verbirgt sich dahinter?

Wissenschaftler nehmen heute

die reich an FODMAPs sind, vermieden werden, und einer anschließenden Wiedereinführung, um individuelle Unverträglichkeiten zu identifizieren. Das Ziel ist es, nicht dauerhaft FODMAP-frei zu leben, sondern die eigenen Verdauungsbeschwerden mit dieser Ernährungsweise besser kontrollieren zu können.



Die FODMAP-Diät besteht aus einer Eliminationsphase, in der all diese Lebensmittel,

an, dass häufig eine geschädigte Darmbarriere die Ursache von wiederkehrenden Darmbeschwerden ist. Bereits durch kleinste Schädigungen der Darmbarriere, sogenannte Mikroläsionen, können Erreger und Schadstoffe in die Darmwand eindringen, den Darm reizen und Entzündungen hervorrufen. Die unangenehmen Folgen sind vielfältig – wiederkehrender Durchfall, oft gepaart mit Bauchschmerzen, Blähungen, teilweise Verstopfung.³ Genau hier setzt B. bifidum MIMBb75 an: Dieser besondere Bakterienstamm besitzt die einzigartige Fähigkeit, sich physikalisch an die Darmepithelzellen anzulegen – ähnlich wie ein Pflaster über einer Wunde. Unter diesem „Pflaster“ kann sich die Darmbarriere regenerieren, die Darmbeschwerden können abklingen.

Der patentierte Bakterienstamm B. bifidum MIMBb75 ist in seiner weiterentwickelten, hitzeinaktivierten Form exklusiv im Medizinprodukt Kijimea Reizdarm PRO enthalten.

Die Wirksamkeit des Bakterienstammes bei Reizdarmbeschwerden konnte sowohl in

seiner ursprünglichen als auch in seiner hitzeinaktivierten Form in zwei Goldstandard-Studien eindrucksvoll unter Beweis gestellt werden.^{4,5} Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.



Sarah G. ist dabei nicht die Einzige, die von der Wirkung des Bakterienstammes überzeugt ist, wie sich auch an zahlreichen positiven Online-Rezensionen zeigt. Der außerordentliche Erfolg des Produktes führte dazu, dass der Hersteller immer wieder Lieferschwierigkeiten bekam und Kijimea Reizdarm PRO zeitweise ausverkauft war. Viele Kunden berichten, dass sie vorsichtshalber meist gleich die größte Packung kaufen, damit sie nicht Gefahr laufen, die Einnahme wegen ausverkaufter Ware unterbrechen zu müssen. Zuletzt war das Produkt jedoch wieder verfügbar.

Kijimea Reizdarm PRO ist rezeptfrei in Ihrer Apotheke oder direkt beim Hersteller unter www.kijimea.de erhältlich.



¹Straub C et al. Arztreport 2019 – Pressemappe. 2019. • ^{2,3}Wood JD. Effects of bacteria on the enteric nervous system: implications for the irritable bowel syndrome. J Clin Gastroenterol. 2007;41 Suppl 1:S7-S19. doi:10.1097/MCG.0b013e31802f1331. • ⁴Guglielmetti S, Mora D, Gschwendner M, Popp K. Randomised clinical trial: Bifidobacterium bifidum MIMBb75 significantly alleviates irritable bowel syndrome and improves quality of life – a double-blind, placebo-controlled study. Alimentary pharmacology & therapeutics. 2011;33(10):1123-1132. doi: org/10.1111/j.1365-2036.2011.04633.x. • ⁵Andresen V, Gschossmann J, Layer P. Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. Lancet Gastroenterol Hepatol. 2020;5(7):658-666. doi:10.1016/S2468-1253(20)30056-X. • Abbildung, Name und Alter der Betroffenen geändert.

KIJIMEA®

AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

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

Diese natürliche Schmerztablette hilft wirklich!



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.



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

Bares für Altes

Antik & Kunsthandel Gründau

ANKAUFSAKTION

EXPERTEN WERDEN 5 TAGE LANG FÜR SIE DA SEIN!



Lassen Sie sich diese einmalige Gelegenheit nicht entgehen!

Kostenlose Hausbesuche
KOSTENVORANSCHLAG UND ABHOLUNG INNERHALB VON 100 KM



Wir zahlen
bis zu
10.000,- €
für Pelze
jeder Art*

Wir zahlen
bis zu
110,- €
pro Gramm

Wir kaufen alle Arten von Goldschmuck:

Altgold, Goldketten, alte Ringe, Broschen, antiker Schmuck, Modeschmuck, Korallenhalsketten, Silberbesteck, Edelsteine, Bernstein, Pelze, Militärmedaillen, Goldzähne auch mit Zähnen, Uhren auch defekt, Gold- und Silberbarren, Gold- und Silbermünzen, Zinn, Silberschmuck, Nähmaschinen, Antiquitäten, Weißtisch, Alte Gemälde, Alte Möbel, Porzellan und vieles mehr.



Bernstein

Porzellan

Gemälde

Trachten aller Art

Antike Möbel

Große Goldankauf-Aktion

WIR KAUFEN AN:

Wir zahlen bis zu

110,- €

pro Gramm



Dringend gesucht!!!



Altgold



Breite Armbänder



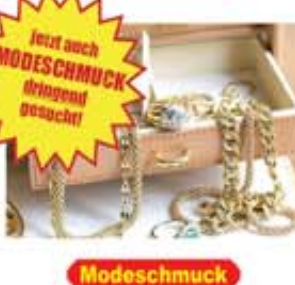
Goldmünzen



Goldbarren



Goldringe



Modeschmuck

Jetzt auch
MODESCHMUCK
dringend
gesucht!

Kostenlose Schätzungen von:
Zahngold, Silber, Platin, Bruchgold,
Barren und Münzen, Altgold,
sowie gut erhaltene Ringe, Broschen,
Ketten (Armbänder bevorzugt in breiter Form),
Colliers, Medallions,
Golduhren - auch defekt.



BARGELD
SOFORT

Öffnungszeiten:
Mo. bis Sa. 10.00 - 18.00 Uhr
wir freuen uns auf Ihren Besuch



Parkplätze
vor Ort



Hainstraße 58
Inh. Ricki Kwiok

Tel.: 0176/84102125

Hainstraße. 58 - 63584 Hain-Gründau
antik-kunsthandel1@web.de

Die Nr. 1 im Main-Kinzig-Kreis



JETZT
oder nie!
Verwandeln Sie
Ihre Pelze
in Geld!

HÄNGT DER PELZ BEI
IHNEN NUR IM SCHRANK?



*Für Leder Jacken + Mäntel bis zu 3.000€

Ihre Vorteile:

kostenlose Beratung & Wertschätzung, transparente Abwicklung, Bargeld sofort



*Für Pelze Jacken + Mäntel bis zu 10.000 €

*nur in Verbindung mit Goldschmuck

*Ankauf von Handtaschen aller Marken wie:
Hermes, Chanel, MCM, Dior, Gucci, Louis Vuitton...



Ankauf von Uhren aller Art



BARGELD
SOFORT

*Für Uhren, Standuhren Taschenuhren zahlen wir Höchstpreise



Ihre Vorteile:

kostenlose Beratung & Wertschätzung, transparente Abwicklung, Bargeld sofort



exklusive
Schuhe

Puppen aller Art

exquisite
Weine

Große Silberankaufaktion

wir zahlen bis zu 1€ für jeden Gramm Silber



Silberbarren

Silber- & Platinmünzen

625er Silber

700er Silber

Silbermedallien

Zinn

800er Silber

835er Silber

900er Silber

925er Silber

935er Silber

999er Silber

Ankauf von allen Silberlegierungen

Silber wird von vielen ein wenig unterschätzt und als der kleine Bruder des Goldes angesehen. Doch auch Silber kann erhebliche Ankaufspreise generieren. Dies gilt für Silberbarren, große Münzsammlungen als auch für Besteck aller Art.

Aufgrund der unterschiedlichen Legierungen findet Silber auch die verschiedensten Anwendungsbereiche sei es als Anlagemetall, als Schmuck oder in der Industrie.

JETZT NEU! +++ JETZT NEU!
Ankauf von Platin & Zinn

SOFORT BARGELD! WIR BERATEN SIE GERN.

45 Enjoyhotels
in den Niederlanden, Belgien,
Deutschland und Frankreich.

enjoyhotels.de
All-Inclusive-Urlaub

31
Jahr
Enjoyhotels

5 Tage All-Inclusive
mit eigenen PKW!

5 Tage All-Inclusive-Urlaub

Unterkunft + Essen + Trinken + Unterhaltung

Wohin reisen Sie dieses Jahr? Enjoyhotels begann vor 31 Jahren mit einem All-Inclusive-Hotel in Deutschland. Jetzt, 31 Jahre später, können Sie aus 45 Hotels wählen. Unsere All-Inclusive-Hotels befinden sich in den schönsten Urlaubsregionen der Niederlande, Belgiens, Deutschlands und Frankreichs.

Lassen Sie sich beraten oder buchen Sie direkt unter 0800 - 28 18 818 (kostenlos)

WESTERWALD

Enjoyhotel Westerwald in Wirges



Romantische Städte
in der Umgebung

5 TAGE AB €
269⁹⁵
p.P.

RHÖN

Enjoyhotel Rhön Residence in Dipperz



Es gibt sogar ein
kleines Kino

Kostenlose Nutzung von Sauna,
Innen- und Außenpool

Kostenlose Luxus Busfahrt auf die Wasser-
kuppe, den höchsten Berg der Rhön

5 TAGE AB €
289⁹⁵
p.P.

TEUTOBURGERWALD

Enjoy Landhotel Lippischer Hof in Lügde



Kostenlose
Nutzung Sauna

5 TAGE AB €
289⁹⁵
p.P.

ARDENNEN

Enjoyhotel Maison des Ardennes in Maissin



Umgeben von
wunderschöner Natur

5 TAGE AB €
349⁹⁵
p.P.

SAUERLAND

Enjoyhotel Sauerland in Winterberg



Kostenlose
Nutzung Sauna

5 TAGE AB €
259⁹⁵
p.P.

MITTELRHEINTAL

Enjoyhotel am Rhein in Kestert



Kostenlose
Nutzung Sauna

5 TAGE AB €
249⁹⁵
p.P.

HARZ

Enjoyhotel Harz in Goslar-Hahnenklee



Kostenlose Nutzung
Schwimmbad und Sauna

5 TAGE AB €
339⁹⁵
p.P.

BELGISCH-LIMBURG

Enjoyhotel Eburon Tongeren in Tongeren



Kostenloser schöner Tages-
ausflug mit Luxusbus

5 TAGE AB €
289⁹⁵
p.P.

BEI NIMWEGEN

Enjoyhotel Millingen aan de Rijn in Millingen
aan de Rijn



20 Autominuten von
Nimwegen entfernt

5 TAGE AB €
379⁹⁵
p.P.

In Ihrem 5-tägigen All-Inclusive-Urlaub enthalten:

- ✓ Empfang mit Mittagessen oder Kaffee mit Kuchen oder etwas anderem Leckerem
- ✓ 4 x Übernachtung mit reichhaltigem "Enjoy"-Frühstücksbuffet
- ✓ 4 x Mittagessen oder Lunchpaket
- ✓ 4 x Drei-Gänge-Dinner oder Abendbuffet
- ✓ Täglich alle Getränke von 17:00 bis 24:00 Uhr
KOSTENLOS: Softdrinks, Fruchtsaft, Bier, Wein, Jenever und Apfelkorn
- ✓ Kaffeecke: Kaffee und Tee den ganzen Tag KOSTENLOS
- ✓ Jeden Abend Spaß und Unterhaltung, z. B. ein Spaziergang und Live-Musik. Dazu werden regelmäßig (herzhafte) Snacks serviert
- ✓ KOSTENLOSE Auto-, Fahrrad- und Wander-routen

Der Ausgangspreis ist der niedrigste Preis für ein bestimmtes Ankunftsdatum. Die Preise variieren je nach Ankunftsdatum.

Weitere Enjoyhotels finden Sie unter www.enjoyhotels.de oder rufen Sie kostenlos an: 0800 - 28 18 818

Alle Fehler vorbehalten und exklusive lokale Steuern. 🍷 Keine Buchungskosten

Mit voller Kraft in die Zukunft

Ausbildungsstart 2025 bei der Heurich GmbH & Co. KG



Start in die berufliche Laufbahn beim Heurich-Team.

Petersberg. Die Heurich GmbH & Co. KG heißt auch in diesem Jahr wieder engagierte Nachwuchstalente willkommen: Zum 1. August starteten insgesamt 16 neue Auszubildende und ein Jahrespraktikant ihre berufliche Laufbahn bei einem der führenden Getränkespezialisten Deutschlands. Mit Ausbildungsplätzen in den Bereichen Verkauf, Logistik, Büromanagement und Berufskraftverkehr setzt Heurich erneut ein starkes Zeichen für Zukunftssicherung, Nachwuchsförderung und regionale Verantwortung. Begrüßt wurden 2025:

- 3 Auszubildende zum/zur Verkäufer:in
- 4 Auszubildende zum/zur

- Berufskraftfahrer:in
- 4 Auszubildende zum/zur Fachlagerist:in
- 3 Auszubildende zum/zur Kaufmann/-frau für Büromanagement
- 1 Auszubildender zum Kaufmann im Einzelhandelsmanagement
- 1 Jahrespraktikant im Bereich Wirtschaft und Verwaltung

Diese jungen Menschen ergänzen ab sofort das bestehende, breit aufgestellte Nachwuchsteam im Unternehmen, das nun insgesamt auf stolze 47 Auszubildende und dual Studierende anwächst. Der aktuelle Ausbildungs- und Studienstand bei Heurich umfasst:

- 6 Kaufleute für Büromanagement
- 3 Kaufleute für Groß- und Außenhandelsmanagement
- 3 Kaufleute für Einzelhandelsmanagement
- 4 Verkäufer
- 1 Jahrespraktikant Wirtschaft und Verwaltung
- 2 Fachkräfte für Lagerlogistik
- 6 Fachlageristen
- 1 Fachpraktiker Lagerwirtschaft
- 12 Berufskraftfahrer
- 1 Maschinen- und Anlagenführer
- 2 Fachinformatiker Systemintegration
- 2 duale Studenten Logistikmanagement
- 1 dualer Student Wirtschaftsinformatik
- 2 duale Studenten Handels-

management

- 1 duale Studentin Personalmanagement

„Unsere Auszubildenden sind die Fachkräfte von morgen“, betont Matthias Heurich, Geschäftsführer der Heurich GmbH & Co. KG. „Sie gestalten die Zukunft unseres Unternehmens aktiv mit – und wir begleiten sie mit voller Unterstützung auf diesem Weg.“

Als familiengeführtes Unternehmen mit 100 Jahren Tradition legt Heurich besonderen Wert auf eine praxisnahe, qualifizierte Ausbildung, individuelle Betreuung und langfristige Perspektiven. Vom modernen Logistikzentrum bis zur digitalen Verwaltung – die Auszubildenden erleben bei Heurich einen Ausbildungsalltag auf höchstem technischem und fachlichem Niveau.

„Wir fördern Talente, weil wir an sie glauben. Und wir freuen uns, dass sich erneut so viele junge Menschen für eine Ausbildung bei uns entschieden haben“, so Heurich weiter.

Mit Teamgeist, Kompetenz und einem starken regionalen Netzwerk bietet Heurich nicht nur sichere Ausbildungsplätze, sondern auch vielfältige Entwicklungsmöglichkeiten innerhalb der Unternehmensgruppe – ein echter Gewinn für die Region und für die Zukunft.

Herzlich willkommen im Heurich-Team und einen großartigen Start ins Berufsleben!

Lokales

Uwe Wagner spendet zum 50. Mal Blut

Blutspende in Bad Soden



Uwe Wagner und der Vorsitzende des DRK Steinau Manfred Heil (von links).

Main-Kinzig-Kreis. Der Blutspendedienst Baden-Württemberg, Hessen und der DRK-Ortsverein Steinau luden zu einem Blutspendetermin in das Spessart Forum Sport in Bad Soden ein. Es konnten 98 Spender, darunter vier Erstspender, begrüßt werden.

Ehrungen für treue Spender

Der Vorsitzende Manfred Heil zeichnete einige Spender für ihre bemerkenswerte Spenderfreudigkeit aus. Uwe

Wagner wurde für seine 50. Spende geehrt. Jacqueline Günther und Sara Stolberg erhielten eine Auszeichnung für ihre zehnte Spende, während Ulrike Jöckel, Sandro Jung und Katharina Lenhard für ihre 25. Spende geehrt wurden.

Das DRK Steinau unterstützte den Blutspendedienst mit acht ehrenamtlichen Helfern. Der nächste Blutspendetermin in Steinau findet am Dienstag, 11. September, von 15.30 bis 20 Uhr im Spessart Forum Sport, Frowin-von-Hutten-Straße 5, statt.

Medizin

ANZEIGE

Arthrose-Schmerzen sind ein Hilfeschrei der Gelenke!

Spezieller Wirkstoff bekämpft alle Formen

Arthrose ist die am häufigsten auftretende Gelenkerkrankung, die vor allem ältere Menschen betrifft. Etwa die Hälfte der Frauen und ein Drittel der Männer über 60 Jahren leiden unter dieser Erkrankung.¹ Sie entsteht durch den schrittweisen Abbau des Gelenkknorpels, der normalerweise als stoßdämpfende Schicht zwischen den Knochen wirkt und so Reibung verhindert. Schäden am Knorpel führen zu Schmerzen, anfangs möglicherweise nur bei Bewegung, später jedoch auch im Ruhezustand.

Formen und Arten von Arthrose

Knorpelschäden können an jedem Gelenk entstehen, so dass es sehr viele unterschiedliche Formen der Arthrose gibt. Die am stärksten beanspruchten Gelenke sind jedoch am häufigsten betroffen. Mit mehr als dem dreifachen Körpergewicht werden beispielsweise die Kniegelenke beim Treppensteigen belastet.

Kniearthrose

Zunächst fällt es schwer, das Knie ganz durchzudrücken. Knack- und Reibegeräusche werden hörbar. Treppensteigen verursacht Schmerzen, die sich unter Belastung langsam steigern, aber auch plötzlich einschließen können. Im fortgeschrittenen Stadium treten



Millionen Betroffene leiden an einer Form von Arthrose.

schließlich starke Schmerzen beim Gehen auf.

Hüftarthrose

Erste Anzeichen sind eingeschränkte Beweglichkeit und Schmerzen in der Leiste und im Gesäß. Mit fortschreitender Erkrankung beginnen die Betroffenen zu hinken, um das schmerzende Gelenk zu entlasten. Die Schmerzen machen einfache Handlungen wie das Binden von Schuhen zu einer Herausforderung.

Arthrose in Hand- und Fingergelenken

Arthrose in den Fingern befällt in der Regel die beiden Endgelenke der



Bei der Hüftarthrose spüren viele Betroffene einen Anlaufschmerz.

Finger sowie das Grundgelenk des Daumens. Diese Arthrosen treten typischerweise bei Frauen in den Wechseljahren auf. Die Hand-

arthrose ist eine weitere Form von Arthrose, die sich auf die Gelenke der Hand auswirkt. So können selbst einfachste Handgriffe zu einer echten Herausforderung werden.

Schulterarthrose

Die Symptome der Schulterarthrose entwickeln sich schleichend. Typisch sind zunächst unspezifische Schulterschmerzen, vor allem bei Belastung der Schulter. Zunehmend stellen sich allerdings auch Ruheschmerzen und eine morgendliche Steifheit des Gelenks ein. Im weiteren Verlauf kommt es zu einer Bewegungseinschränkung bei Dreh- und Überkopfbewegungen.

Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Trotz der enormen Belastung gibt es Hoffnung für Betroffene, denn Forscher fanden heraus, dass der natürliche Wirkstoff Viscum album bei Arthrose helfen kann! Dieser findet auch in anderen Therapiegebieten Anwendung und hat sich unabhängig davon auch in der Krebstherapie als erfolgreich erwiesen. Der Wirkstoff überzeugt laut Experten bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.² Mehr noch: Dieser kann laut In-vitro-Studien sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.³ Somit wird der Knorpel geschützt. In Deutschland ist das rezeptfreie Arzneimittel Rubaxx Arthro erhältlich, das den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält. Das Arzneimittel zeichnet sich vor allem durch seine gute Verträglichkeit aus, da keinerlei Neben- oder Wechselwirkungen bekannt sind.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Arthro
(PZN 15617516)
www.rubaxx.de

Stark gegen den Schmerz!
Sanft zum Körper!



RubaXX Arthro

¹Deutsche Arthrose-Hilfe: e.V.; <https://www.arthrose.de/arthrose/haeufigkeit> (Stand 2023) • ²Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • ³Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8 • Abbildungen Betroffenen nachempfunden RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album 0. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 62166 Gräfenläng

Abschied nach 44 Jahren

Gabriele Kirchner verlässt Kindergarten Sterbfritz

Sinntal. Kürzlich wurde die langjährige Mitarbeiterin Gabriele Kirchner in den Ruhestand verabschiedet. Die Verabschiedung fand im Beisein von ehemaligen Kolleginnen des Kindergartens Sterbfritz und der Abteilungsleiterin Katrin Stehling im Rahmen einer kleinen Feierstunde statt.

Dank für langjährigen Einsatz

Sinntals Bürgermeister Thomas Henfling dankte der scheidenden Mitarbeiterin für ihren langjährigen pflichtbewussten Einsatz und ihre geleistete Arbeit. Gabriele Kirchner wurde nach dem Abschluss ihrer pädagogischen Ausbildung im Oktober 1980 zunächst zur Vertretung einer Kollegin, die sich zu diesem Zeitpunkt im Mutterschafts- und Erziehungsurlaub befand, im Kindergarten Sterbfritz befristet eingestellt. Schon kurze Zeit danach wurde sie als Gruppenleiterin im Kindergarten Rappelkiste in ein unbefristetes Arbeitsverhältnis übernommen. Während des Mutterschafts- und Erziehungsurlaubs der damaligen Kita-Leitung in



Bürgermeister Thomas Henfling, Sabine Gaß, Gabriele Kirchner, Romana Falk (Kita-Leitung) und Laura Pecher vom Personalrat (von links).

Neuengronau von Juli 1989 bis Oktober 1990 war Kirchner zusätzlich auch nachmittags im Kindergarten Neuengronau eingesetzt. Sie war mittlerweile die dienstälteste Mitarbeiterin im Kindergarten Sterbfritz und ist mit der Einrichtung stark verwurzelt. Gabriele Kirchner bleibt der Gemeinde Sinntal auch weiterhin als Vertretungskraft in den Kindergärten erhalten. Die Mutter zweier erwachsener Kinder verbringt einen

großen Teil ihrer Freizeit gerne im Garten und auf Märkten in der Umgebung. Für den Ruhestand wünschte Bürgermeister Henfling Kirchner vor allem Gesundheit, Wohlergehen und Lebensfreude. Laura Pecher vom Personalrat übermittelte die Grüße der Kolleginnen und Kollegen der Gemeinde Sinnthal und wünschte der Mitarbeiterin einen wohlverdienten Ruhestand im Kreise ihrer Familie.

Programm für Kinder und Tag der offenen Tür

Neues vom Ort der Meditation in Katholisch-Willenroth

Bad Soden-Salmünster. „Es war ein ereignisreicher Frühling am Ort der Meditation“, berichtet Dr. Binytha Raabe im Namen des Vorstandes der Samarpan Meditation Deutschland Stiftung und des gleichnamigen Vereins. Erstmals fanden im Mai Meditationsseminare mit jeweils rund 100 Teilnehmern an drei aufeinanderfolgenden Wochenenden statt – eine Premiere für das Organisationsteam. „Wir wollten es einfach mal ausprobieren – und es war ein voller Erfolg. Möglich wurde das nur durch den großartigen Einsatz zahlreicher ehrenamtlicher Helfer, die sich bei der Vorbereitung und Organisation engagiert haben. Es ist beeindruckend, was gemeinsam auf die Beine gestellt werden konnte“, so der Vorstand. Ein herzlicher Dank gilt der Europäischen Ayurveda-Akademie in Birstein, insbesondere ihrem Koch Udo Schneider, der die Verpflegung der Gäste mit viel Herz und Können übernahm. Als Höhepunkt der Veranstaltungen wurde der Meditationsmeister Shree Shivkrupanand Swami begrüßt, der alle drei Seminare persönlich und kostenfrei anleitete – mit gemeinsamen Meditationen, praxisnahen Vorträgen, offenen Fragerunden sowie Programmen in der Natur. Auch in der Ferienzeit wird das Gelände weiter aktiv genutzt. Am Samstag, 9. August, findet im Rahmen einer Kin-

derfreizeit ein Mitmachprogramm für Kinder und ihre Familien am Waschweiher in Katholisch-Willenroth/Schönhof statt: Von 14.30 bis 16.30 Uhr erwartet die Teilnehmer dort die „mobile Wasserkiste“ – ein kleines Forschungslabor, das zur Untersuchung von Wasserproben, Kleintieren und Pflanzen einlädt. Das Angebot richtet sich an Kinder, Jugendliche und interessierte Erwachsene und wird von Diplom-Biologin Susanne Hufmann (Gesellschaft für Natur und Außenentwicklung – GNA) in Zusammenarbeit mit dem NABU-Ortsverband Brachtal/Birstein betreut. Im Anschluss findet von 16.30 bis 17.30 Uhr ein Freizeitpro-

gramm mit Liedern, Tänzen und Ballsport auf dem nahegelegenen Gelände des Ortes der Meditation (ehemalige Waldschule) statt. Die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung unter: info@samarpan-meditation.de wird erbeten. **Vorschau: Tag der offenen Tür am 6. September** Schon jetzt wird auf den Tag der offenen Tür am Samstag, 6. September, hingewiesen. Zum inzwischen vierten Mal wird an diesem Tag in der Zeit von 11 bis 17.30 Uhr ein abwechslungsreiches Programm angeboten – ideal, um den Ort der Meditation (die ehemalige Waldschule) kennenzulernen. Weitere Informationen dazu folgen in Kürze.

27-Jähriger geschlagen und getreten

Bad Soden-Salmünster. Der Besuch eines Festes in der Salmünsterer Altstadt endete für einen 27-Jährigen in der Nacht zu Sonntag, 3. August im Krankenhaus. Der junge Mann hatte das Fest gegen 0.30 Uhr kurz verlassen und sich in einer Seitengasse aufgehalten, als er mit einer Gruppe

mehrerer Jugendlicher in Streit geriet und augenblicklich später von diesen geschlagen und getreten wurde, so die Angaben des 27-Jährigen. Er sei zu Boden gestürzt, wo die Unbekannten weiterhin auf ihn eingetreten hätten. Die Polizei in Bad Orb bietet nun um Zeugenhinweise (06052 9148-0).

ANZEIGE

Mit jedem Einkauf Gutes tun

Netto-Spendeninitiative unterstützt rund 1.600 regionale Vereine

Seit dem 4. August heißt es bei Netto Marken-Discount wieder: „Bring dich ein für deinen Verein“.

Rund 1.600 gemeinnützige Vereine aus ganz Deutschland profitieren bis zum 29. November von den Kassen- und Pfandspenden der Netto-Kundinnen und Kunden. Unterstützt werden Projekte aus den Bereichen Sport, Kultur, Umwelt und Soziales – direkt vor Ort.

So funktioniert's: Kassen-Spende: Beim Bezahlen einfach „Einfach aufrunden“ sagen – die Differenz zum nächsten Zehn-Cent-Betrag wird gespendet. **Pfand-Spende:** Am Leergutautomaten per Knopfdruck den Pfandbon spenden.

Wirkung vor Ort: Die Spenden gehen an die zuvor ausgewählten Vereine in der jeweiligen Region. So wird aus alltäglichem Einkauf konkrete Unterstützung – direkt und wirksam.

Netto als Partner für regionales Engagement: Mit der Spendeninitiative stärkt Netto das Ehrenamt und fördert den gesellschaftlichen Zusammenhalt. Als Nahversorger mit rund 4.400 Filialen ist Netto in den Regionen präsent – und übernimmt Verantwortung für das Miteinander vor Ort.

Weitere Informationen zur Aktion: netto-online.de/spenden

Werbung

Gold- und Pelzkauf Bad Soden-Salmünster

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag von 10–17 Uhr

Sind Sie im Besitz von nicht mehr benötigtem Schmuck oder alten Pelzmänteln? Dann gibt es gute Nachrichten: Herr Kelz, Inhaber des Gold- & Pelzankaufs Bad Soden-Salmünster in der Brückenstraße 5a, bietet nun eine gute Gelegenheit, um diese Gegenstände in bares Geld zu verwandeln.

Er ist spezialisiert auf den Ankauf von Gold, Silber, Schmuck, Zinn, Lederjacken, Schuhen, Hüten, Jagdtrophäen, Münzen, Bernstein und antikem Korallenschmuck. Wenn es um Armbänder, Halsketten, Ringe oder Ohrringe geht Herr Kelz garantiert eine erfahrene, seriöse und transparente Kaufabwicklung. Herr Kelz bietet den aktuellen Tageskurs von maximal 115 € pro Gramm Gold.

Darüberhinaus ist er auch an altem Pelz, Nerz-Schals, persischen oder Chinchilla Pelzjacken interessiert. Die Ankaufpreise können hier leicht bis zu 11.500€ betragen.

Wenn gewünscht, bietet Herr Kelz mit seiner jahrelangen Erfahrung im Ankauf von Gold und Pelz auch die Möglichkeit, kostenlos zu Ihnen nach Hause zu kommen. Alternativ erstatten wir Ihnen die Fahrtkosten bis zu maximal 20 €.

Aktionstage

Aktionstag	Aktionstag	Aktionstag	Aktionstag
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
11	12	13	14
August	August	August	August

Jetzt neu:
Ankauf von Lederjacken

Golfschläger

Exzellente Weine

Exklusive Schuhe

Wir bezahlen bis zu 115€ per Gramm Gold

GUTE PREISE GARANTIERT
GOLD SILBER
ANKAUF
BARGELD SOFORT

Gold- und Pelzkäufe

Brückenstraße 5a,
63628 Bad Soden-Salmünster
Telefon 0178-4128946
Es gibt ausreichend Parkplätze.

*in Verbindung mit Goldankauf

Filmpräsentation in der Villa Walther

Fulda. Im Rahmen der neuen Ausstellung „Bildbaustoff“ in der Villa Walther, Paulustor 4, werden verschiedene Filmklassiker präsentiert. Die Vorführungen beginnen am 2. August und enden am 6. September. Am 16. August um 14.30 Uhr wird „Les Vacances de M. Hulot“ von Jacques Tati gezeigt. Der Film aus dem Jahr 1953 ist bekannt für seinen visuellen Humor und folgt den Ferienabenteuern von Monsieur Hulot in einem Küstenresort. Am 24. August um 14.30 Uhr wird „Ladri di biciclette“ von Vittorio De Sica präsentiert. Der Film aus dem Jahr 1948 zeigt die Herausforderungen des Lebens im Nachkriegsitalien und die Beziehung zwischen Vater und Sohn.

Am 30. August um 14.30 Uhr werden Werbefilme von Hans Fischerkoosen aus den Jahren 1951 bis 1958 gezeigt. Fischerkoosen gilt als Pionier des deutschen Animationsfilms und seine Werke prägten die visuelle Sprache der westdeutschen Werbung. Am 6. September um 14.30 Uhr wird „High Noon“ von Fred Zinnemann gezeigt. Der Westernklassiker aus dem Jahr 1952 erzählt die Geschichte des Marshals Will Kane, der sich allein einer Bedrohung stellen muss. Die Vorführungen von „High Noon“ werden unterstützt vom Kino35, Fulda. Der reguläre Eintrittspreis beträgt sechs Euro, ermäßigt vier Euro. Personen bis einschließlich 25 Jahre erhalten freien Eintritt.

Immobilienmarkt

Garagen

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

Grundstücke

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

Vermietungen

Gelnh./Meerholz: 5-Zi.-Maisonette, 144 m², 1.440,- € kalt + 300,- € NK, Balkon, Kamin, Badewanne, Gäste-WC, Galerie, Garten mit Nutzung, opt. Garage. Mail: verm-schaefer@gmx.de

Bad Vilbel-Niederdorfelden: DHH, Erstbezug, 3-4 Zimmer, Küche, Bad, Gäste-WC, 99 m², kleiner Garten, ab 9/25 zu vermieten. Kaltmiete 990,- €, Umlagen 320,- € + Kautions. ☎ 06101/3131

Nähe Kreiskrankenhaus Gelnhausen, DG-Whg., 84 m² (2. OG), 3 Zimmer, Küche, Wannenbad, Dusche, Toilette, Waschmaschinenanschluss. KM 890,- €, NK 200,- €, Parkplatz 30,- €, 3 MM Kt. ☎ 06051/888890

4,5-Zi.-DG-Whg. in Wächtersbach-Stadt im 3. Fam.-Hs., Einbauküche, Balkon, 125 m² Grundfläche (ca. 105 m² Wohnfläche), Stellplatz, Bad u. Dusche, 900,- € Miete, NK 200,- €, 2 Mt. Kautions. ☎ 0178/1868705

Gelnhausen-Höchst: 4-Zi.-Whg., 120 m², Wohnküche mit EBK, Gäste-WC, Balkon, Keller, Abstellplatz. KM 1.200,- €, frei ab 01.09. ☎ 0172/9816825

Immobilien-Gesuche

Ehepaar sucht freistehendes Ein- oder Zweifamilienhaus zum Kauf oder zur Miete in ruhiger Lage, Erlensee +50 km, ☎ 0152/24236902

Immobilien

Immobilienmakler-Freigericht.de Ihr Festpreismakler 0160-8101654

Suche Freizeitgrundstück mit Hütte zum Kauf im Main-Kinzig-Kreis. Gerne auch verwildert. ☎ 0162/9408523

Mietgesuche

Suche ab sofort eine 1-3 Zimmer Wohnung im Raum Gelnhausen und Gründau, auch renovierungsbedürftig. ☎ 06051/6095826

Auto & Verkehr

Mittelhessen-Bote

Finden + Verkaufen
Telefon 06051 833-241



Nutzfahrzeuge

Zu verkaufen Traktor Cormick D214, EZ 24.02.1961, 6.187 Betriebsstd. Preis VB ☎ 06044/9893631

Pkw Ankauf

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

Pkw Ankauf

Ankauf von PKWs, Busse und Unfallwagen, VE-Cars. ☎ 0163-1546713. GN-Hailer, Altenhaßlauer Weg 3

Reisemobile

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

Mittelhessen-Bote

Finden + Verkaufen

Telefon 06051 833-241



StellenMarkt

Mittelhessen-Bote

Stellenanzeigen bringen Erfolg!



Telefon 06051 833-241

Stellengesuche

40-jährige Pflegehelferin sucht neue Arbeitsstelle! Ich betreue seit vielen Jahren ältere Menschen rund um die Uhr daheim. Bin Nichtraucher. Koche gerne und gut. Nur in Privathaushalt! Gerne langfristig! ☎ 01579-2452055

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

Stellenangebote

Alltagsbegleitung und Haushaltshilfe. Eine liebevolle Frau für eine ältere Dame 2 bis 3 mal pro Woche im Maintal-Dörnigheim gesucht. E-Mail: marie9591@web.de

Stellenangebote

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort Mitarbeiter in Vollzeit im Krankentransport. Bewerbung unter: info@krankentransporte-fischer.de

Malteser Hilfsdienst sucht Fahrpersonal, ☎ 06051-929377

Haushaltshilfe für 2-3 Stunden pro Woche in Meerholz. ☎ 06051/6525

Mittelhessen-Bote

Heute gesucht - morgen gefunden
Telefon 06051 833-241

»HAMM« ERSTARKTES TEAM AUS BAD SODEN · SALMÜNSTER SUCHT

ELEKTRIKER (M/W/D)

» DEIN JOB!

- Du bist für die Wartung & Reparatur aller technischen Anlagen verantwortlich
- Du führst selbstständig Mess-, Prüf- und Diagnoseverfahren durch
- Du unterstützt die IT-Abteilung bei der Betreuung unserer IT-Anlage
- Du begleitest die Durchführung neuer Projekte

» UND SONST SO?

- Unbefristetes Arbeitsverhältnis
- 33 arbeitsfreie Tage pro Jahr
- Flexible Arbeitszeiten
- Unterstützung bei Fort- und Weiterbildungen
- Leistungsgerechte Vergütung, Urlaubsgeld sowie verschiedene Sonderleistungen



BELLEVUE BEWERBUNG@HAMM-KLINIKEN.DE
WWW.HAMM-KLINIKEN.DE



Für unsere gemeinsame zukünftige Entwicklung suchen wir zum sofortigen Eintritt einen

Fahrer (m/w/d) auf Minijob-Basis

Wenn Sie einen guten Orientierungssinn besitzen, zeitlich flexibel und belastbar sind, um **Kurierfahrten (Mo.–Fr. von 7.00 bis 17.00 Uhr)** für unseren Verlag durchzuführen, dann bewerben Sie sich bitte umgehend telefonisch oder per E-Mail bei unserer Personalabteilung.

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



DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN
Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Telefon: 06051 833 103 · E-Mail: Karriere@gnz.de



Das Druck- und Pressehaus Naumann ist ein renommiertes Medienhaus, das sich den Herausforderungen einer digitalen Zukunft stellt. Am Firmensitz in Gelnhausen treiben wir die Transformation in einer sich wandelnden Medienlandschaft voran, um zu einem führenden, modernen Dienstleister in der Region zu werden. Wir sind stolz darauf, ein Umfeld zu schaffen, das kreatives Denken und proaktives Handeln fördert. Unser Team ist unser größtes Kapital, und wir suchen eine professionelle Unterstützung, die unser dynamisches Wachstum mitgestalten möchte.

Für unsere gemeinsame zukünftige Entwicklung suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

Gebietsbetreuer (m/w/d) für die Zustelllogistik

Ihre Aufgaben:

- Auswahl, Einstellung und Betreuung der Zusteller
- Erstellung der Tourenpläne
- Einweisung der Zusteller vor Ort
- Kontrolle der Verteilqualität vor Ort
- Bearbeitung von Reklamationen

Ihr Profil:

- Abgeschlossene kaufmännische oder logistiknahe Ausbildung
- Organisationstalent mit strukturierter, eigenverantwortlicher Arbeitsweise
- Erfahrung in der Personaleinsatzplanung und Mitarbeiterführung
- Gute EDV-Kenntnisse (insbesondere MS Office)
- Führerschein Klasse B

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

Ihre Bewerbung senden Sie bitte an unsere Personalabteilung.



DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN
Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Telefon: 06051 833 103 · E-Mail: karriere@gnz.de



Das Druck- und Pressehaus Naumann ist ein renommiertes Medienhaus, das sich den Herausforderungen einer digitalen Zukunft stellt. Am Firmensitz in Gelnhausen treiben wir die Transformation in einer sich wandelnden Medienlandschaft voran, um zu einem führenden, modernen Dienstleister in der Region zu werden. Wir sind stolz darauf, ein Umfeld zu schaffen, das kreatives Denken und proaktives Handeln fördert. Unser Team ist unser größtes Kapital, und wir suchen eine professionelle Unterstützung, die unser dynamisches Wachstum mitgestalten möchte.

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir

Kundenberater (m/w/d) im Vertrieb in Voll- und Teilzeit für den Verkauf unserer Print- und Onlineprodukte

Ihre Aufgaben:

- Betreuung und Beratung bestehender Kunden im Innen- und Außendienst
- Erstellung von Angeboten und Werbekonzepten für unsere Kunden
- Akquisition und Ausbau neuer Partnerschaften mit Kunden
- Entwicklung und Umsetzung von Verkaufsstrategien

Ihr Profil:

- Hohe Erfolgsorientierung und Leistungsbereitschaft
- Unternehmerisches Handeln
- Teamfähigkeit und gute kommunikative Fähigkeiten
- Abgeschlossene kaufmännische Ausbildung
- Führerschein Kl. B

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen gemeinsam neue Wege zu beschreiten und die Zukunft des Druck- und Pressehauses Naumann zu gestalten!

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

Ihre Bewerbung senden Sie bitte an unsere Personalabteilung.



DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN
Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Telefon: 06051 833 103 · E-Mail: karriere@gnz.de

Mittelhessen-Bote

Heute gesucht - morgen gefunden

Telefon 06051 833-241



NORMA®



Mehr fürs Geld.

+++ Im Aktionskühlregal +++

Schlesische Wurst
Polen – geräuchert
8 Stück, 735-g-Packung
(1 kg = 7,88)

14% billiger
UVP 6,79
5,79*
735 g

+++ Im Aktionskühlregal +++

**„Podwawelska“
Brühwurst** Polen –
mittelgrob 520-g-Packung
(1 kg = 8,63)

22% billiger
UVP 5,79
4,49*

31% billiger
(1 kg = 7,67)
3,99**
Nur gültig mit NORMA Plus App von 11.08. bis 17.08.2025

+++ Im Aktionskühlregal +++

Chicken Nuggets
Polen – aus Hähnchen-
brustfleisch, paniert
ca. 50 Stück, 1-kg-Packung (1 kg = 5,99)

20% billiger
UVP 7,49
5,99*
1 kg

+++ Im Aktionskühlregal +++

Original ungarische Bauernsalami Ungarn –
mild oder pikant 100-g-
Packung (1 kg = 19,90)
je Packung

23% billiger
UVP 2,59
1,99*

Polnische Wurstspezialität
Polen – Kabanos 8
Stück oder Rohpolnische 2 Stück, 250-g-
Packung (1 kg = 13,96) je Packung

22% billiger
UVP 4,49
3,49*
250 g

HELL Energy Drink
Classic Ungarn –
koffein- und taurin-
haltiges Erfrischungsgetränk 8x0,25-l-
Dose, zzgl. 8x–25 Pfand (1 l = 1,90)
je 8er-Pack

46% billiger
zum Vergleich: UVP 0,25-l-Dose = –,89
3,79* 8er-Pack

Secconade
Zitrone, Blutorange
oder Pink Grape-
fruit 0,33-l-Flasche
(1 l = 4,82)
je Flasche

20% billiger
UVP 1,99
1,59*

granini® Die Limo ver-
sch. Sorten, z.B.
Zitrone Minze,
Orange-Lemon-
gras 1-l-Flasche,
zzgl. –25 Pfand
(1 l = 1,29)
je Flasche

23% billiger
UVP 1,69
1,29*

41% billiger
(1 l = –,99)
–,99**
Nur gültig mit NORMA Plus App von 11.08. bis 17.08.2025

**Perwoll Color-/Black-/
Feinwaschmittel**
2,6-l-Flasche für 52 Waschlädungen
(pro Waschgang –,19)
je Flasche

23% billiger
Zum Vergleich: UVP 27 WL = 6,75
9,99* 52 WL

**Kraft & Frische
WC Gel**
Lime, Floral
oder Ocean Fresh
1-l-Flasche
(1 l = 1,95)
je Flasche

33% gratis
1,95* 1 Liter

Bad-Luftfrischer
Tropische Früchte, Reine
Frische oder Madagaskar
Vanille & Magnolie

2x8-ml-Packung (1 l =
374,38) je 2er-Pack

24% billiger
Zum Vergleich: UVP
Einzelpackung = 3,95
5,99* 2 Stück

Wäscheparfüm
Aprilfrisch oder Unstopp-
ables 275-g-Packung für
15 Wasch-
ladungen (pro Wasch-
gang –,36) je Packung

27% billiger
zum Vergleich: UVP
155-g-Packung = 4,25
5,45*

ab Mo. 11. August

Nektarinen XXL
Spanien/Italien
Kl. I, große Früchte –
Sommergenuss pur, Kaliber A/AA,
1,5-kg-Schale
(1 kg = 2,46)
je Schale

1,5 kg!
3,69*
(Abbildung ähnlich)

Tafeltrauben
Italien Kl. I, Sorte:
Victoria, große

schmackhafte
Früchte, 1,5-kg-
Packung
(1 kg = 2,22)

1,5 kg!
3,33*
(Abbildung ähnlich)

Kulturheidelbeeren
Deutschland/Niederlande/
Polen Kl. I, sommerliche Nasch-
freude, ideal für
Müsl oder Smoothies,
500-g-Schale
(1 kg = 7,58)
je Schale

500 g!
3,79*
(Abbildung ähnlich)

**SPAREN!
SPAREN!
SPAREN!**

JETZT NEU: Jede Woche **exklusive Rabatt-**
Coupons – nur in der neuen **NORMA Plus App!**

Jetzt herunterladen und
sparen, sparen, sparen!



**NORMA
Plus**

CERAFON DIAMANT
**Diamant-Topf
oder -Pfanne**
• Extrem kratzfest dank
Antihalt-Versiegelung
• Energiesparend dank
starkem Wärme-
leitboden
• Back-
ofenfest
bis 400 °C

24 Auch online

Diamantstruktur sorgt
für ein perfektes Brat-
ergebnis

✓ Maximale Haltbarkeit
✓ Mega harte Beschichtung
✓ Optimale Hitzeverteilung

1 Pfanne
Ø ca. 20 cm
2 Pfanne
Ø ca. 24 cm
3 Pfanne
Ø ca. 28 cm
4 Topf mit
Deckel
Ø ca. 20 cm
5 Topf mit Deckel
Ø ca. 24 cm
6 Stiel-
kasserolle
mit Deckel
Ø ca. 18 cm
7 Viereck-
pfanne
ca. 28 x 28 cm

57% billiger UVP 34,99 **14,99***
55% billiger UVP 39,99 **17,99***
42% billiger UVP 34,99 **19,99***
45% billiger UVP 39,99 **21,99***
50% billiger UVP 49,99 **24,99***

**Geschmiedete
Hochrandpfanne**
oder Topf „Weston“
• Hochwertiges, ge-
schmiedetes Aluminium
• Töpfe inkl. Glasdeckel
mit Dampfloch
• Innen hochwertige ILAG®-
Keramik-Versiegelung
• Energiesparend durch
extra starken Boden

Mit Softtouch-Griff

Topf Ø ca. 24 cm
Topf Ø ca. 20 cm
Pfanne Ø ca. 24 cm
Pfanne Ø ca. 28 cm
Topf Ø ca. 24 cm
Topf Ø ca. 28 cm

12,99* **14,99*** **15,99*** **16,99*** **19,99***

Wachstuch Tischdecke „Ecotex“ mit geprägter Oberfläche
• Strapazierfähig und schmutzabweisend
• Aus robustem PVC • Feucht abwischbar
je Tischdecke

ca. 100 x 140 cm
(1m² = 2,85) **3,99***
ca. 130 x 160 cm
(1m² = 2,40) **4,99***
ca. 140 x 190 cm
(1m² = 2,63) **6,99***
ca. 140 x 220 cm
(1m² = 3,24) **6,99***

WALTER® Li-Ion Akku-Entaster 12V
inkl. 2 Akkus • Schnittgeschwindigkeit 5 m/s
• Kabelloses und komfortables Entasten von Holz bis Ø max.
100 mm
3 Jahre Garantie

**Komfortabler
Einhandbetrieb**

Inklusive 2 Akkus und
Schnellladegerät

24 Auch online

UVP 96,98
69,99* **27% billiger**

Schaltbare Steckdose
• Individuell schaltbar, mit Hauptschalter • Mit Befestigungs-
möglichkeit • Zuleitung ca. 1,5 m
3 Jahre Garantie

5-fach
Steckdose
4-fach
Steckdose

20% billiger
UVP 9,99
7,99**
Nur gültig mit NORMA Plus App von 11.08. bis 17.08.2025

**Rasentrimmer- und Freischneider-
Zubehör** 3 Jahre Garantie

**Auch er-
hältlich:**
Trimmerklinge
80er-Set, 8-
Zahn-Frei-
schneidermesser,
Unkrautbürste
mit gedrehten
Stahldrähten,
ca. 15 cm oder
ca. 20 cm

3-Zahn-
Freischneider-
messer
Ø ca. 255 mm
TCT-Frei-
schneidermesser
Ø ca. 230 mm

Doppel-
fadenkopf
Faden ca.
2mx2,4mm

Rasentrim-
merkopf aus
robustem
Karbonstahl,
ca. 23 cm

Für alle
gängigen
Modelle
mit 25,4 mm
Aufnahme

je Ausführung **7,99***

BAUFIX Dekor-Langzeitlasur 5 Liter
• Witterungs- und UV-beständig • Für viele Nadel- und Harthölzer
• 5 Liter reichen für ca. 50 m² (pro Anstrich, je nach Untergrund)
• Atmungsaktiv (1 l = 2,40)

Maha-
goni
Eiche
hell
Teak
Kiefer
Kastanie
Pali-
sander
Antra-
zitgrau
Nuss-
baum

24 Auch online

UVP 24,95
je Ausführung **11,99*** **51% billiger**

Sabots
für Damen oder Herren
• Obermaterial aus atmungsaktivem
Mesh mit Elastikeinsatz und PU Druck
• Komfortable Innenausstattung
aus Textil und luftdurch-
lässiger Memory
Foam Decksohle

Damen
Navy/
Pink
Herren
Navy/
Grau
Damen
Grau/
Blau

48% billiger
UVP 34,99
17,99*

* 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. ** Gültig für Nutzer der NORMA Plus App. Nur in der Filiale einlösbar. Es gelten die Bedingungen in der NORMA Plus App.

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

SUPER-SALE

Alle Spannbetttücher reduziert

-30% RABATT FÜR REGISTRIERTE APP-NUTZER

**NORMA
Plus**

**NUR VOM
11. – 17. AUGUST**

Jetzt NORMA Plus App
herunterladen!



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