

Wetterauer Wochen-Bote


Mittelhessen-Bote

 auch als kostenloses E-Paper
www.bote.de

Wohin am Wochenende?

 Tipps und Termine
 für Ihre Region


KW 41, Samstag, 11. Oktober 2025

Das Mitteilungsblatt im Wetteraukreis

Ausgabe H 2

*Hallo,
liebe Leser*

Man sagt oft, in der Küche sollte man kreativ sein, aber mein Freund – Meister der absurden Küchentricks – überschritt vergangene Woche die Grenze. Bemüht, etwaige Grillunfälle zu vermeiden, rieb er tatsächlich den Herd mit Vaseline ein. Der Küchenduft am nächsten Tag war ein Erlebnis für die Sinne: eine galante Mischung aus Grillaromen und Hautpflege – wie Wellness mit Würstchen. Und während ich noch überlegte, ob ich nun Hunger habe oder mir die Hände eincremen sollte, stand das Fazit bereits fest: Manche kochen eben mit Öl, andere mit Verstand – und wir halt mit Vaseline.

Euer Boto

Schlongonges kommt nach Wölfersheim

Wölfersheim. Die Aschaffenburglerin Lisa-Marie Fritz, bekannt als Schlongonges, ist wie der Künstler-Name schon sagt, eine alleinstehende Power-Maschine, die in ihren mitreißenden Geschichten schon öfter den Faden verloren hat, als ihre Oma in ihrer gesamten Stricklaufbahn. Das Ascheberscher Mädel mit der großen Klappe ist auf Solotour in Deutschland unterwegs und wird am 10. März im Rahmen der Wölfersheimer Kleinkunstwoche im Melbacher Dorfgemeinschaftshaus zu Gast sein. Tickets für den Auftritt sind ab sofort im Bürgerbüro der Gemeinde, im Ticketshop Friedberg, online unter www.woelfersheim.de und an allen bekannten Vorverkaufsstellen verfügbar.

Lesungsreihe „Blaue Stunde“

Münzenberg. Am Sonntag, 26. Oktober, um 17 Uhr startet die Lesungsreihe „Blaue Stunde“ im Kulturhaus Alte Synagoge in Münzenberg. Den Auftakt macht Monika Seiler mit ihrem Werk „Mein 9-Euro-Sommermärchen – Glückliche sein kann man üben“. Die Reihe bietet bis März kommendes Jahr monatlich sonntags Lesungen verschiedener Genres. Weitere Informationen und das vollständige Programm sind auf der Website der Stadt Münzenberg verfügbar.

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: anzeigenabteilung@bote.de
 Internet: www.bote.de

Neues Leben im Weißen Turm

Wölfersheimer Wahrzeichen öffnet wieder regelmäßig

Wölfersheim. Der Weiße Turm in Wölfersheim wird nach längerer Pause wieder regelmäßig seine Türen öffnen. Ab 2026 können Interessierte das historische Wahrzeichen jeweils am ersten Sonntag eines Quartals von 14 bis 16 Uhr besichtigen. Zeitgleich ist auch das Wölfersheimer Energiemuseum geöffnet, sodass sich der Besuch der beiden Attraktionen gut miteinander verbinden lässt.

„Der Weiße Turm ist für mich weit mehr als nur ein historisches Bauwerk – er ist ein Symbol für unsere Geschichte, unsere Identität und unseren Zusammenhalt“, erklärt Rouven Kötter, ehemaliger Bürgermeister von Wölfersheim, der künftig als neuer Turmwächter aktiv sein wird. „Er wurde aufwendig renoviert und ist ein Kleinod, das es verdient, wieder in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit zu rücken. Ich möchte mithelfen, dass der Turm nicht nur besichtigt, sondern wieder erlebt wird.“

Weitere Turmwächter gesucht

Auch zwei der bisherigen Turmwächter bleiben aktiv: Helmut Rieß und Holger Heßler. Besonders reizvoll ist künftig die Kombination von Turm und Energiemuseum, wie Helmut Rieß betont: „Es ist schön, dass wieder Leben in den Turm kommen soll. Besonders gefällt mir, dass die



Bildunterschrift: Das aktuelle Turmwächter-Trio Holger Heßler, Helmut Rieß und Rouven Kötter (v.l.) will das Wölfersheimer Wahrzeichen wieder mit Leben füllen

bisherige Arbeit und Erfahrung der Turmwächter wertgeschätzt und mitgenommen wird. Ich empfehle allen Wölfersheimer einen kombinierten Besuch von Weißem Turm und Energiemuseum. So erlebt man Wölfersheimer Geschichte anschaulich und interessant.“

Zum Auftakt ist eine kleine Wiedereröffnungsfeier in der Vorweihnachtszeit geplant. Dabei soll auch eine neue Ausstellung gezeigt werden – Details dazu folgen noch. „Ich freue mich sehr, dass es nun

weitergeht und wir den Turm wieder reaktivieren. Es gibt sicher einige, die ihn noch nicht besichtigt haben oder mal wieder erleben wollen. Es lohnt sich“, sagt Holger Heßler. „Die winterliche Wiedereröffnungsfeier mit neuer Ausstellung wird ein schöner Startschuss – und ich hoffe, dass sich bis dahin noch einige Interessierte melden, um die Turmwächter-Riege zu verstärken.“ Die Turmwächter bedanken sich bei allen, die sich in den

vergangenen Jahren engagiert haben, und hoffen auf weitere Unterstützung. Ab 2026 gibt es feste Öffnungszeiten, doch auch Besichtigungen auf Anfrage sind möglich – etwa für Vereine, Gruppen oder bei besonderen Anlässen. Wer Interesse an einer Besichtigung außerhalb der regulären Öffnungszeiten hat oder selbst als Turmwächter mitwirken möchte, kann sich jederzeit melden: Mail@rouvenkoetter.de oder unter 0172 / 5635644

Schmidbrunnen in neuem Glanz

Restaurierung des historischen Brunnens abgeschlossen

Friedberg. Der Schmidbrunnen in der Usagasse ist wieder zu einem Schmuckstück der Altstadt geworden. Der städtische Baubetriebshof hat den historischen Brunnen umfassend restauriert: Die hölzernen Brunnenelemente wurde aus deutscher Eiche erneuert, die Platte auf dem Brunnen neu gesetzt und der Brunnen wurde insgesamt mit einer neuen Bepflanzung aufgewertet. Bürgermeister Kjetil Dahlhaus erinnert sich: „Als ich im Juni beim Spaziergang durch die Altstadt an dem Brunnen vorbeikam, erinnerte er eher an einen Mülleimer. Mir war sofort klar, dass hier gehandelt werden muss. Dank der hervorragenden Arbeit unseres Baubetriebshofs konnte der Schmidbrunnen in kurzer Zeit erneuert werden. Das ist ein kleiner Schritt mit großer Wirkung. Ein weiterer Beitrag, der zeigt, wie wir unsere Altstadt Stück für Stück attraktiver machen.“

An der Restaurierung war auch ein Jahrespraktikant des Baubetriebshofs beteiligt. Damit unterstreicht die Stadt Friedberg die Bedeutung von



Der Brunnen in der Usagasse.

Foto: Stadt Friedberg

Ausbildung und Nachwuchsförderung in den eigenen Reihen.

Der Brunnen ist Teil einer ganzen Reihe von Maßnahmen, mit denen die Altstadt aufgewertet wird. Dazu gehören die neuen Stadtmöbel, der Bücherschrank, die in Kürze eröffnende „Temple Bar“ in den Räumen der ehemaligen „Galerie“ sowie die Aktion der Feuerwehr Friedberg mit der Drehleiter, die in Kooperation mit dem Ordnungsamt auf die Bedeutung freier Rettungswege und geordneter Parkflächen aufmerksam machte.

„Unsere Altstadt lebt von vielen kleinen Bausteinen, die zusammen ein großes Ganzes ergeben“, so Dahlhaus weiter. „Der erneuerte Brunnen, die neuen Treffpunkte und die zusätzlichen Angebote sind Gründe mehr, die Friedberger Altstadt zu besuchen, um auch ihre schönen Seiten zu entdecken.“

Der restaurierte Schmidbrunnen ist damit nicht nur ein Stück Stadtgeschichte, das bewahrt wird, sondern auch ein gelungenes Beispiel für die kontinuierliche Stadtverschönerung in Friedberg.



Frauen in der Kommunalpolitik

Einladung zum Frauen-Frühstück

Friedberg. Der Ortsverband BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN Friedberg lädt am 19. Oktober um 10 Uhr zum Frauen-Frühstück ein. Im Mittelpunkt des Treffens steht der Informations- und Erfahrungsaustausch zu den Beteiligungsmöglichkeiten von Frauen* in der Friedberger Kommunalpolitik. Mit Blick auf die bevorstehende Kommunalwahl am 15. März 2026 möchten die Veranstalterinnen Frauen* motivieren, sich aktiv in die Gestaltung der lokalen Politik einzubringen. Das Treffen richtet sich ausdrücklich an alle Interessierten, unabhängig von einer Parteizugehörigkeit.

Das Frauen-Frühstück bietet neben Informationen zur Kommunalpolitik auch die Möglichkeit, mit bereits aktiven Kommunalpolitikerinnen ins Gespräch zu kommen und von deren Erfahrungen zu profitieren. Zudem werden konkrete Wege aufgezeigt, wie ein Einstieg in die kommunalpolitische Arbeit gelingen kann. Die Veranstaltung findet am Sonntag, den 19. Oktober, um 10 Uhr im dasgute.haus in Friedberg, Kaiserstraße 89 (ehemals KreativHaus) statt. Zur besseren Planung wird um Anmeldung gebeten unter: veranstaltung@gruene-friedberg.de

Ortsbegehung mit der FWG

Rosbach. Die FWG Rosbach/Rodheim lädt die Bürger zu ihrer neunten und gleichzeitig letzten Ortsbegehung im Rosbacher Stadtgebiet ein. Am Samstag, 11. Oktober, geht es um 14 Uhr an der Kita Luna im „Taunusblick“ los. Thematisch will man sich mit dem westlichen Teil Nieder-Rosbachs nördlich der Landesstraße, den Problemen der Bahnanbindung und dem Baugebiet Feldpreul auseinandersetzen. „Wo drückt der Schuh?“ wird es dabei erneut heißen, die Fragen und Anliegen der Bürger werden wieder im Mittelpunkt stehen. Nach etwa einer Stunde ist eine Aussprache an der Adolf-Reichwein-Halle vorgesehen.

Neue Satzung beim TV Weckesheim

Reichelsheim. Der Turnverein Weckesheim lädt alle Mitglieder herzlich zur diesjährigen Mitgliederversammlung am 21. Oktober, 19.15 Uhr im Bürgerhaus Weckesheim ein. Vorstands- und Abteilungsberichte stehen im Mittelpunkt, ebenso die Entlastung des Vorstands. Der Beschluss der neuen Satzung wird besprochen und anschließend beschlossen. Im Fokus stehen Berichte, Anträge der Mitglieder sowie die Aussprache zu kommenden Vorhaben. Stimmberechtigt sind alle Mitglieder gemäß Satzung. Vorschläge für die Tagesordnung können bis eine Woche vor der Versammlung schriftlich beim Vorstand eingereicht werden.

Heute mit Beilagen in Teilausgaben



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 Oktober/November
starten die neuen Kurse!

Es informiert Michael Friesl.

ELKA
Erfolgreich lernen.
Konzepte im Alter

in Friedberg u. Bad Vilbel
Telefon 0 60 31- 6 85 38 67
www.friesl.eu

Aktualisierte
Kontaktdaten

Rockenberg. Die Gemeinde Rockenberg informiert darüber, dass sich die Kontaktdaten der Kindertagesstätten kürzlich aufgrund einer organisatorischen Umstellung geändert haben. Die Kita „Felsenstein“ in Rockenberg ist ab sofort unter der E-Mail-Adresse kita.felsenstein@rockenberg.de und telefonisch unter 06033 / 94 799 59 erreichbar. Leitung der Einrichtung ist Christine Kling, stellvertretende Leitung ist Franziska Fink. Die Kita „Am Wingertsberg“ in Oppershofen erreichen Eltern und Interessierte künftig unter der E-Mail-Adresse kita.amwingertsberg@rockenberg.de sowie telefonisch unter 06033 / 94 798 41. Die Einrichtung wird von Nancy Parlow geleitet, Heike Rudzok-Kieninger ist stellvertretende Leitung. Fragen zu den An- und Abmeldungen sowie den Gebühren können weiterhin an die Gemeinde Rockenberg unter anika.jaeger@rockenberg.de oder telefonisch unter 06033 / 96 39 24 gerichtet werden.

Mehr Teilhabe und
Barrierefreiheit im Blick

Friedberg startet mit eigenem Inklusionsbüro



Julia Maiano (Fachkraft für Inklusion), Bürgermeister Kjetil Dahlhaus und Holger Kopsch (Abteilungsleiter Sport, Senioren und Soziales).

Friedberg. Zum 1. August hat das neu geschaffene Inklusionsbüro seine Arbeit aufgenommen. Als zentrale Anlauf- und Koordinierungsstelle im Amt für soziale und kulturelle Dienste und Einrichtungen wird es künftig alle Maßnahmen rund um Inklusion, Barrierefreiheit und Teilhabe in Friedberg bündeln und vorantreiben. Das Inklusionsbüro versteht sich als Impulsgeber und Brückenbauer zwischen Verwaltung, Politik und Zivilgesellschaft. Mit Julia Maiano als neue Fachkraft für Inklusion wurde eine kompetente Ansprechpartnerin gewonnen, die sich mit voller Kraft dafür einsetzt, dass Friedberg inklusiver wird. „Menschen mit Behinderung sind selbstverständlicher Teil unserer Gesellschaft“, betont Frau Maiano. „Barrierefreiheit braucht politischen Willen und die Perspektiven der Betroffenen

müssen gehört und ernst genommen werden.“ Der Fokus liegt auf echter Teilhabe für alle Bürgerinnen und Bürger. Deshalb ist ein zentraler Schwerpunkt ihrer Arbeit, nicht nur Ansprechpartnerin für Menschen zu sein, die im Alltag auf Barrieren stoßen, sondern auch Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträger in Politik und Verwaltung für die Belange von Menschen mit Behinderung zu sensibilisieren und konkrete Veränderungen anzustoßen. In ihrer Funktion bringt sie die Perspektiven der Betroffenen aktiv in politische und gesellschaftliche Diskussionen ein. Alles mit dem Ziel, dass Friedberg eine Stadt wird, in der niemand ausgeschlossen wird. Ein wichtiges Projekt des Inklusionsbüros ist die Erarbeitung eines umfassenden Aktionsplans. Dieser soll konkrete Maßnahmen und Verbesserungen der Barrierefreiheit

in Friedberg enthalten. Ganz bewusst wird dieser Aktionsplan nicht hinter verschlossenen Türen entwickelt, sondern gemeinsam mit der Stadtgesellschaft. Ziel ist ein praxisnaher und zukunftsorientierter Maßnahmenkatalog, der aus der Mitte der Bevölkerung heraus entsteht. Dazu wird es Treffen zur Mitarbeit geben, zugleich lädt die Stadt Friedberg alle Interessierten bereits jetzt ein, Ideen, Hinweise und Anliegen an das Inklusionsbüro heranzutragen. Gemeinsam soll ein inklusiveres Miteinander geschaffen werden. Bürgermeister Kjetil Dahlhaus betont: „Mit dem Inklusionsbüro schaffen wir eine feste Anlaufstelle, die Barrieren abbaut und Teilhabe stärkt. Unser Ziel ist, dass Friedberg eine Stadt ist, in der alle Menschen gleichermaßen willkommen sind und aktiv am gesellschaftlichen Leben teilhaben können.“

Grünabfall in Rosbach
wird im Herbst entsorgt

Abfuhrtermine im Oktober und November

Rosbach. Die Abfuhr von sperrigem Grünabfall findet im Oktober und November in den Kalenderwochen 41 und 47 statt. Den genauen Termin können Bürgerinnen und Bürger den Terminveröffentlichungen entnehmen. Als sperriger Grünabfall gelten Strauch- und Baumschnitt, der weder auf den jeweiligen Grundstücken kompostiert werden kann noch in die Biotonne passt. Laub und Rasenschnitt gehören nicht dazu und sind über die Biotonne zu entsorgen oder können am Bauhof abgegeben werden. Von der Einsammlung ausgeschlossen sind ebenfalls Wurzelstücke, Stämme und stärkere Äste mit einem Durchmesser von mehr als zehn Zentimetern. Die Grünabfälle müssen gebündelt bereitgestellt werden.

Hierfür sind Hanf- oder Kokoschnüre zu verwenden, da Draht oder Kunststoffschnüre nicht erlaubt sind. Ein Bündel darf maximal 25 Kilogramm wiegen und eine Länge von 1,20 Metern nicht überschreiten. Grünabfall, der in Plastiksäcken, Gartenabfallsäcken oder Kartonagen bereitgestellt wird, wird nicht mitgenommen. Kleinschnittiger Grünabfall, der nicht gebündelt werden kann, kann in speziellen Papiersäcken bereitgestellt werden. Der Grünabfall muss am ersten Abfuhrtag des jeweiligen Bezirks ab 6 Uhr zur Abholung bereitstehen. Dabei ist darauf zu achten, dass der Fußgänger- und Straßenverkehr nicht beeinträchtigt wird. Nach der Abfuhr sind Fahrbahnen und Gehwege von eventuellen Rückständen zu reinigen.

„Jenseits der Antwort“

Neue Selbsthilfegruppe für verwaiste Eltern

Friedberg. Mein Kind ist im Ausland gestorben – wie kann ich jemals inneren Frieden finden? Kann ein gegenseitiger Austausch in einer Selbsthilfegruppe eine Brücke dazu sein? Mit diesen Fragen beschäftigt sich eine neue Selbsthilfegruppe in Friedberg. Weiterleben, wenn das eigene Kind gestorben ist, gehört zu den größten Herausforderungen, die das Leben mit sich bringen kann. Der Tod im Ausland birgt zusätzliche physische, psychische und bürokratische Belastungen. Mit der ungeklärten Todesursache bleibt auch das Bedürfnis nach Klärung und Wahrheit auf schmerzhafte Weise offen. Die Selbsthilfegruppe ist auf Initiative einer Mutter entstanden, die selbst von einem solchen

Verlust betroffen ist. Die Initiatorin möchte Eltern einen geschützten Raum bieten, der den besonderen Umständen ihrer Situation gerecht wird. Im Austausch mit Menschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben, geht es um Verständnis, Hilfestellung und Gemeinschaft. Die Gruppe trifft sich einmal im Monat, samstags von 14 bis 16 Uhr in Friedberg. Der erste Termin findet am 11. Oktober (Samstag) statt. Betroffene können Kontakt aufnehmen unter Telefon 06031/9647253, E-Mail kontakt@lebensflussbegleitung.de. Weitere Selbsthilfeangebote zum Thema Trauer im Wetteraukreis sind online unter <https://wetteraukreis.de/selbsthilfe/selbsthilfegruppen/trauer> zu finden.

..... Veranstaltungen

K&K
KATHY KELLY

KATHY'S WEIHNACHTS-KONZERT

27.11.2025 • Bad Nauheim • Dankeskirche
www.adticket.de • Hotline: 0180/6050400
GÖTTLICHER ENTERTAINMENT GMBH | www.goettlicher-entertainment.de

Premiere!
Jetzt an 2 Wochenenden

WINTERZAUBER
SCHLOSS LAUBACH

www.gartenfestivals.de

16. – 19. Oktober
23. – 26. Oktober
VORWEIHNACHTLICHER MARKT

Do. 12-20 Uhr | Fr. & Sa. 11-21 Uhr | So. 10-19 Uhr

Tickets im Vorverkauf und an der Tageskasse

FREIKARTEN zu gewinnen!
QR-Code scannen & teilnehmen

Seminar für neue Vorlesepaten

Am Donnerstag, 16. Oktober

Bad Nauheim. Das Freiwilligenzentrum bietet am Donnerstag, 16. Oktober, 14.30 bis 17.00 Uhr ein Seminar für Menschen aller Altersgruppen an, die gern vorlesen würden, aber noch keine Erfahrung besitzen. Die Seminarleiterin, Clau-

dia Bröse Referentin der Stiftung Lesen, zeigt wie man thematische Literatur findet, welche Aufgaben Vorlesepaten haben, wie man Fragen und Probleme löst. Die Teilnehmer(innen) lernen, wie sie eine lesefreundliche Atmosphäre

schaffen, welche Bücher für welches Alter geeignet sind, und was eine Vorleserunde zu einem besonderen Erlebnis macht. Die Teilnehmer des Seminars erhalten eine Teilnahmebescheinigung und haben somit die Möglichkeit ehren-

amtlich in sozialen Einrichtungen vorzulesen. Die Teilnahme am Seminar ist kostenlos. Anmeldungen erben bis Mittwoch, 20. August, an FWZ – aktiv für Bad Nauheim, Tel.: 06032/920359 oder per E-Mail: fwz@fwz-badnauheim.de.

Berstadt feiert Kirmes

Vier Tage volles Programm vom 17. bis 20. Oktober

Wölfersheim. Wenn sich der Herbst über die Wetterau legt, wird Berstadt vom 17. bis 20. Oktober wieder zum Treffpunkt für Jung und Alt: Die traditionelle Kirmes lädt zu vier Tagen voller Musik, Gaumenfreuden und unverwechselbarer Stimmung ein. Ob Familienausflug, Abend mit Freunden oder gemütlicher Ausklang – die Kirmes bietet ein abwechslungsreiches Programm und viele Attraktionen für alle Altersgruppen. Los geht es am Freitag, um 18 Uhr wird der Kirmesbaum feierlich aufgestellt – ein stimmungsvoller Auftakt mit den Kirmesmädchen und -bur-schen sowie dem Blasorchester des TV 06 Berstadt, im An-

schluss folgt der traditionelle Fassbieranstich. Am Abend sorgt ab 21 Uhr die Kirmes-Disco mit DJ Björn für beste Beats und Tanz bis in die Nacht.

Premiere am
Kirmessamstag

Am Samstag steht ab 20 Uhr der Kirmestanz auf dem Programm und hier gibt es wieder eine Premiere auf der Kirmesbühne! Die Partyband „Holidays“ bringt frische Klänge und Stimmung auf das Fest und sorgt dafür, dass Feierlustige und Tanzfreudige einen unvergesslichen Abend erleben. Der Sonntag ist Familientag: Ab 15 Uhr spielt das Blasorchester des TV06 Berstadt, und

die Landfrauen Berstadt verwöhnen mit Kaffee und Kuchen – ideal für einen entspannten Nachmittag auf dem Kirmesrummel und in der Halle. Am Montag lädt ab 12 Uhr der traditionelle Frühschoppen zum gemütlichen Beisammensein ein, begleitet von den Fischbörner Bube. Moderator „Mac“ und jede Menge Freibier runden den letzten Kirmestag ab.

Vier Tage Kirmesrummel

Neben der musikalischen Unterhaltung wartet die Kirmes mit einem vielfältigen Vergnügungspark auf. Der Schaustellerbetrieb Swoboda macht als eine der letzten Stationen vor

dem Winterquartier Halt in Berstadt und bringt unter anderem einen der modernsten Autoscooter Hessens, Schießstände, ein Kinderkarussell sowie zahlreiche Imbiss- und Spielbuden mit. Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt – von herzhaften Festwurst-Klassikern bis zu süßen Spezialitäten finden Besucher etwas nach ihrem Geschmack. Die Feuerwehr, der KSV, der Gesangverein und der Turnverein freuen sich darauf, zahlreiche Gäste aus der Region zu begrüßen und gemeinsam vier Tage Kirmes in und an der Mehrzweckhalle Berstadt zu feiern. Weitere Informationen gibt es unter www.kirmes-berstadt.de.

Zuversicht leben

Aktion Lucia gibt Raum für Trauer, Information und Hoffnung

Friedberg. „Aktion Lucia – Licht gegen Brustkrebs“ – unter diesem Motto gestalten engagierte Ehrenamtliche jedes Jahr im Brustkrebsmonat Oktober meditative Abendandachten für Betroffene und ihre Angehörigen sowie alle Interessierten. Unterstützt vom Landesverband Evangelische Frauen in Hessen und Nassau erarbeiten die Ehrenamtlichen hierfür eine Andacht und greifen damit den Impuls der Frauenselbsthilfe Krebs (FSH) auf, die bundesweit zur Aktion einlädt.

Mediatibe Abendandacht am 9. Oktober

Die meditative Abendandacht in Bad Nauheim wird am Donnerstag, 9. Oktober,

um 19 Uhr in der Evangelischen Wilhelmskirche, Wilhelmstraße 12 gefeiert. Der Zugang ist barrierefrei. Eingeladen sind von Brustkrebs Betroffene, Angehörige, Männer und Frauen. Die Aktion stärkt Solidarität, klärt auf und gibt dem persönlichen Andenken Raum. Zum Ausklang werden Kerzen angezündet. Sie stehen symbolisch für die Anzahl an Brustkrebs verstorbener Frauen: „Jeden Tag sterben in Deutschland 51 Frauen an Brustkrebs“, sagt Anja Schwier-Weinrich, geschäftsführende Pfarrerin im Landesverband. „Die Andachten sind ein Ort für Trauer, aber auch für Information und Hoffnung.“ Unter dem Titel „Zuversicht leben“ ermutigt die diesjährige Andacht dazu, der Frage „Was gibt mir Hoffnung und Zuversicht?“ nachzugehen, von den Zuversichtsquellen einer Betroffenen zu hören und von den Hoffnungsvisionen der Andachtsbesucher*innen zu lernen. Die diesjährige Andacht wurde erarbeitet von Ehrenamtlichen der Frauenselbsthilfe Krebs und Engagierten aus der EKH. Aus der Bad Nauheimer Gruppe haben Angela Beck und Eva-Maria Schindler mitgearbeitet. Für die Autorinnen steht der „Lebensengel“ von Christel Holl symbolisch für den Wunsch nach einem zuversichtlichen Leben. So wurde der Engel zum Titelbild dieser Andacht

und kann am Ende als Erinnerungstück in Form einer Lichttüte mit nach Hause genommen werden.

„Aktion Lucia – Licht gegen Brustkrebs“

Die „Aktion Lucia – Licht gegen Brustkrebs“ macht auf die Probleme und Schwierigkeiten aufmerksam, denen Betroffene während ihrer Genesung und auch in Jahren danach ausgesetzt sind. Nicht zuletzt geht es auch um die Lücken im Versorgungssystem, die trotz des medizinischen Fortschritts bei der Behandlung von Brustkrebs nach wie vor bestehen: Erkrankte fühlen sich nach dem Krankenhausaufenthalt oft allein gelassen und wünschen sich eine bessere psychologische Unterstützung. Vor diesem Hintergrund bietet die Frauenselbsthilfe Krebs bundesweit Selbsthilfe-Gruppen an. Sie informieren, fangen die Betroffenen auf, begleiten und geben praktische Hilfen. Außerdem gibt es eine Telefon-Beratung und ein moderiertes FSH-Forum im Internet, um Fragen stellen zu können und Sorgen zu teilen. Weitere Informationen, die Andacht und weiteres Material sowie Termine der meditativen Abendandachten auf dem Gebiet der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau e.V. unter www.evangelischefrauen.de/frauenarbeit/#lucia

Mittelhessen-Bote

Anzeigen aufgeben?

anzeigenabteilung@gnz.de

Sauberes Rosbach

Über 150 Freiwillige räumen mit voller Tatkraft auf

Rosbach. Bei strahlendem Sonnenschein und sommerlichen Temperaturen von über 25 Grad fanden sich am Samstag, den 21. September, rund 150 angemeldete Helfer und zahlreiche spontane Unterstützer zur Aktion „Sauberes Rosbach“ zusammen. Gemeinsam setzten sie ein deutliches Zeichen für den Umweltschutz und eine saubere Stadt. Die engagierten Teilnehmer machten sich in mehreren Gruppen auf den Weg, um achtlos weggeworfenen Müll aus der Landschaft zu entfernen. Besonders bemerkenswert waren dabei einige ungewöhnliche Funde: Neben Autoreifen, Dachpappe und Kunststoff-Wellplatten wurden auch eine Stehlampe, Wäscheständer, Gartenstühle, ein Einkaufswagen und sogar ein Sofa geborgen. Am Bauhof erreichte der für die gesamten Abfälle bereitgestellte Container seine Kapazitätsgrenze und wurde bis zur Oberkante gefüllt – ein sichtbarer Beweis für die Menge an Müll, die leider immer wieder illegal in der Natur entsorgt wird. „Dieses Ergebnis zeigt, dass wir gemeinsam viel bewegen können“, erklärt Bürgermeister Steffen Maar. „Ich danke allen Beteiligten herzlich für ihren Einsatz – freiwilliges Engagement wie dieses ist unverzichtbar, um unsere Stadt lebenswert und



Gemeinsame Müllsammelaktion in Rosbach.

sauber zu halten. Gleichzeitig zeigt es uns auch: Prävention und Aufklärung bleiben wichtige Aufgaben, um die Umweltverschmutzung dauerhaft zu reduzieren.“ Die Aktion griff zudem eine Initiative der städtischen Kita „Alte Schule“ auf, die bereits am 19. September in Rodheim mit leuchtendem Beispiel vorgemacht hatte, wie Müllsammeln auch Kindern spielerisch nahegebracht werden kann. Ausgestattet mit Handschuhen, Müllsack und Bollerwagen sammelten die Kinder in fünf Gruppen rund sieben Kilogramm Abfall im Beinhardswald, an der Rodkappchenhütte sowie im alten Ortskern Rodheims. Dabei lernten sie, wie wichtig Mülltrennung ist. Zum Abschluss

sangen sie gemeinsam das Lied „Wir räumen die Welt auf“. Bürgermeister Steffen Maar zeigt sich auch von diesem Engagement beeindruckt: „Es ist schön zu sehen, wie bereits die Jüngsten mit Spaß und Verantwortung zu einem nachhaltigen Umgang mit unserer Umwelt beitragen. Solche Projekte ergänzen die Aktionen der Erwachsenen hervorragend und stärken das Bewusstsein für Umweltschutz in unserer Gesellschaft.“ Die Stadt Rosbach bedankt sich bei allen Freiwilligen für ihre Unterstützung und ruft weiterhin dazu auf, achtsam mit der Umwelt umzugehen. Nur gemeinsam kann die Stadt auch in Zukunft sauber und lebenswert bleiben.

42. Woche. Gültig ab 13.10.2025

REWE Dein Markt

TIEF PREIS

Achte auf den blauen Pfeil!

Jetzt noch mehr Obst & Gemüse zum Tiefpreis!

REWE Markt GmbH, Domstr. 20 in 50668 Köln, Namen und Anschrift der Partnermärkte findest du unter www.rewe.de oder der Telefonnummer 0221 - 177 397 77. Unser Unternehmen ist Bio-zertifiziert durch DE-ÖKO-006.

Avocado Ursprung: siehe Etikett, »Hass«, Kl. I, je St. Tiefpreis 1.29	Spanien/ Marokko: Rote Paprika Kl. I, je 500-g-Pckg. (1 kg = 2.58) Tiefpreis 1.29
Bananen Ursprung: siehe Etikett, je 1 kg Tiefpreis 1.29	REWE Beste Wahl Deutschland/Frankreich: Speisekartoffeln »Die Feinen« Sorte: siehe Etikett, Kocheigenschaft: festkochend, Qualität I, je 1-kg-Schale Tiefpreis 1.69
Belgien/ Niederlande: Wurzelsalat »Salat trio«, je St. Tiefpreis 1.29	Naturland REWE Bio Deutschland: Rote Bio Tafeläpfel Sorte: siehe Etikett, Kl. I, je 550-g-Schale (1 kg = 3.44) Tiefpreis 1.89
Deutschland: Gelbe Speisezwiebeln Kl. I, je 1,5-kg-Netz (1 kg = 0.79) Tiefpreis 1.19	ja! Tunesien: Getrocknete Datteln je 200-g-Pckg. (1 kg = 7.45) Tiefpreis 1.49

Druckfehler vorbehalten.

Gold- & Pelzankauf Reza

ANKAUFAKTION

EXPERTEN WERDEN 5 TAGE LANG FÜR SIE DA SEIN!

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
13 OKT.	14 OKT.	15 OKT.	16 OKT.	17 OKT.

Lassen Sie sich diese einmalige Gelegenheit nicht entgehen!

KOSTENLOSE HAUSBESUCHE
KOSTENVORANSCHLAG UND ABHOLUNG INNERHALB VON 100KM



Wir zahlen
bis zu
10.000€
für Pelze
aller Art!*

*in Verbindung mit Gold

Große Goldankauf-Aktion

WIR KAUFEN AN:

Wir zahlen bis zu

117,-€

pro Gramm



Dringend gesucht!

Goldringe

Goldringe

Goldschmuck aller Art

Goldmünzen

Goldbarren

Goldketten aller Art

Kostenlose Schätzung von:
Zahngold, Silber, Platin, Bruchgold,
Barren und Münzen, Altgold,
sowie gut erhaltene Ringe, Broschen,
Ketten, Colliers, Medallions,
Golduhren - auch defekt.



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€



*Für Pelze Jacken + Mäntel bis zu 10.000€

*in Verbindung mit Gold



Ankauf von Uhren aller Art



*Für Uhren, Standuhren Taschenuhren zahlen wir Höchstpreise!



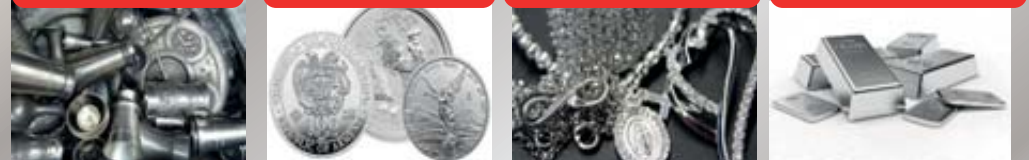
Große Silberankaufaktion
wir zahlen bis zu 1€ für jeden Gramm Silber

Zinn

Silbermünzen

Silberschmuck

Silberbarren



SOFORT BARGELD! WIR BERATEN SIE GERN.

Montag - Freitag

10:00 - 17:00 Uhr

Samstag

10:00 - 15:00 Uhr

Alte Schulstraße 18 - 61231 Bad Nauheim

Tel: 06441 384 6996

Angebote gültig vom 13.10. –18.10.2025

Jede Woche erfrischende Angebote!

logo
GETRÄNKE • FACHMARKT

Feiern Sie mit uns
35 JAHRE

**Großes
Rubbellos
Gewinnspiel**



1 Los je 35 € Einkaufswert -
App-Teilnahme ohne Mindestumsatz!



**Weltenburger
Kloster Bier**

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,42 € Pfand,
1l = 1,60 €

Aktion!

+ 4 Flaschen
Natur-Radler
GRATIS!



ANGEBOT

15,99

**WORLD
BEER
AWARDS
GERMANY
WINNER**



Entspricht einem Kastenpreis von 13,33 €.

**Würzburger
Hofbräu Pilsner**

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



ANGEBOT

10,99

Flensburger Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1l = 1,97 €



-24%
12,99

Budweiser Budvar

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



-20%
15,99

König Ludwig Bier

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



-20%
15,99

14,99 **
1l = 1,50 €

Andechs Bier

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



ANGEBOT
16,99

15,99 **
1l = 1,60 €

**top frisch
Mineralwasser**

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,37 €



ANGEBOT

4,49

MiXery Biermix

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



-31%
3,99

3,49 **
1l = 1,76 €

Bitburger Radler, 0,0 %

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



5,29
4,49

**Therisien Quelle
Mineralwasser**

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



ANGEBOT
5,49

Volvic

natürliches Mineralwasser,
Kasten = 6 x 1,5 l,
zzgl. 3,00 € Pfand,
1l = 0,67 €



ANGEBOT
5,99

**Bad Brückener
Limonade**

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,78 €



ANGEBOT
6,99

**Förstina
Vital, Schorle**

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
1l = 0,89 €



ANGEBOT
7,99

**RhönSprudel
Glück**

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

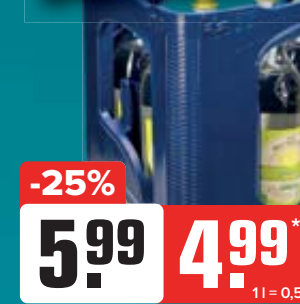


-25%
8,99

**Bad Brückener
Erfrischungsgetränk**

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

**Neu im
Sortiment!**



-25%
5,99

4,99 **
1l = 0,55 €

**Bad Brambacher
Garten-Limonade**

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



11,99
9,99



**Possmann
Äpfelwein, Apfelsaft***

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

ANGEBOT
9,99

8,99 **
1l = 1,50 €

**Bad Brückener
Schorle**

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 1,11 €



ANGEBOT
9,99

9,49 **
1l = 1,05 €

Torre Galasso

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



ANGEBOT
3,99

**Brut Dargent
Chardonnay**

trocken,
0,75 l - Flasche,
1l = 7,99 €



-25%
5,99

Lörch

Alte Williams
Christ-Birne,
Alten-Mirabellenbrand,
0,7 l - Flasche,
1l = 14,99 €



14,99
10,49

9,99 **
1l = 14,27 €

Heil Saft, Nektar*

diverse Sorten, außer Apfelsaft,
1 l - Flasche,
zzgl. 0,15 € Pfand,
1l = 1,79 €



ANGEBOT
1,79

Mit der
logo Getränke App
sparen & gewinnen.

Jetzt downloaden!



www.logo-getraenke.de

Google Play

App Store

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



1x 2 Logentickets
1. FC Köln : Eintracht
Frankfurt 22.11.2025



1x
iPhone Air



**Bombay
Sapphire**

Dry Gin,
0,7 l - Flasche,
1l = 22,84 €



ANGEBOT
15,99

Gentleman Jack*

Tennessee Whiskey,
0,7 l - Flasche,
1l = 28,56 €



-26%
19,99

19,49 **
1l = 27,84 €

*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

Freude, Trost und Nähe

Therapiehunde-Teams erhalten Wetterauer Sozialpreis 2025

Bad Nauheim. Sie bringen Freude, Trost und Nähe in Senioreneinrichtungen, stärken Kinder beim Lesen und schenken schwerkranken Kindern Momente des Glücks: Die ehrenamtlichen „Therapiehunde-Teams“ des Deutschen Roten Kreuzes sind die diesjährigen Preisträger des Wetterauer Sozialpreises. Mit der Auszeichnung, die mit 2.000 Euro dotiert ist, würdigt der Kreis herausragenden Einsatz auf dem Gebiet der ehrenamtlichen sozialen Arbeit. Die mit 500 Euro dotierte Belobigung im Rahmen des Sozialpreises erhält der Verein Interkulturelle Kompetenz und Integration in Bad Nauheim.

Mit neugierigem Blick und wedelndem Schwanz begrüßten die Therapiehunde Frida und Luigi das Publikum: Die beiden Vierbeiner begleiteten ihre ehrenamtlichen Teams zur Verleihung des Wetterauer Sozialpreises in den Plenarsaal des Friedberger Kreishauses und zauberten den über 100 Gästen ein Lächeln ins Gesicht. Die vielen Streicheleinheiten nahmen Frida und Luigi sichtlich gelassen entgegen.

Mit dem Sozialpreis würdigte der Kreis Menschen, die sich in besonderer Weise für andere und das Wohl unserer Gemeinschaft einsetzten, sagte Kreisbeigeordnete und Sozialdezernentin Marion Götz in ihrer Begrüßungsrede: „Menschen, die nicht nur sehen, was getan werden muss, son-



Kreisbeigeordnete Marion Götz und Landrat Jan Weckler übergeben die Urkunde an Christina Paulencu (Therapiehunde-Teams DRK-Kreisverband Friedberg), Melanie Ganz und Daniela Fass (Therapiehunde-Teams DRK-Kreisverband Büdingen) mit Frida und Luigi.

dern die auch handeln – mit Überzeugung, mit viel Herz und großem Einsatz, der andere inspiriert. Die Therapiehunde-Teams des Deutschen Roten Kreuzes in den Kreisverbänden Friedberg und Büdingen besuchen unter anderem regelmäßig Senioreneinrichtungen und Pflegeheime im Wetterau-

kreis. Ihre Einsätze fördern das Wohlbefinden der Bewohnerinnen und Bewohner und schaffen wertvolle Momente des Glücks. Mit den sogenannten „Lesehunden“ unterstützen die Teams auch Kinder dabei, ihre Lesefähigkeiten in entspannter Atmosphäre zu entwickeln – die Vierbeiner sind geduldige Zuhörer, die

Selbstvertrauen stärken und Freude am Lesen vermitteln. Besonders berührend sind die Besuche in Einrichtungen für intensivpflegebedürftige Kinder und Menschen mit Behinderung. Hier schaffen die Therapiehunde-Teams immer wieder unter schwierigen Bedingungen emotionale Nähe und Wohlfühl-Momente.

Einsatz für Integration und Zusammenhalt

Die diesjährige Belobigung im Rahmen des Sozialpreises ging an den Verein Interkulturelle Kompetenz und Integration e.V. (IKI e.V.) Bad Nauheim. „Der 2015 gegründete Verein engagiert sich in viel-

fältiger Weise für Integration, Zusammenhalt und Teilhabe. Sein Wirken reicht von individueller Unterstützung bis hin zu öffentlichkeitswirksamen Projekten gegen Rassismus und Ausgrenzung“, so Marion Götz. Ursprünglich aus der Flüchtlingshilfe entstanden, unterstützt der Verein Geflüchtete bei Sprachkursen, Wohnungssuche, Behördengängen oder der Jobsuche. Darüber hinaus betreibt der Verein ein Secondhand-Kaufhaus, einen Mittagstisch für Senioren und seit 2023 einen „Fair-Teiler“ für gerettete Lebensmittel.

„Rund 15,7 Millionen Menschen in Deutschland sind ehrenamtlich aktiv – auch im Wetteraukreis sind es Zehntausende, die mit ihrem Einsatz unser Zusammenleben stärken. Ein großer Teil dieser Arbeit geschieht im Stillen, ohne Schlagzeilen. Mit dem Sozialpreis wollen wir dafür ein sichtbares Zeichen der Anerkennung setzen“, so Sozialdezernentin Marion Götz und Landrat Jan Weckler, die die Ehrung gemeinsam vornahmen.

Nach kurzweiligen Interviews mit den Preisträgerinnen und Preisträgern auf dem „Schwarzen Sofa“ klang der Abend bei einem Get-Together mit Imbiss aus. Die Preisverleihung wurde musikalisch umrahmt durch den hervorragenden Chor „Klangmomente“ des Gesangsvereins „Lied-Gut“ Ober-Schmitten.

Gesundheit

ANZEIGE

+++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++

Schlaf-Hype aus den USA

Experten erklären, was dahintersteckt und wie ein innovatives „Schlaf-Magnesium“ den deutschen Markt revolutioniert!

Mega-Trend aus den USA: Immer mehr Amerikaner verzichten auf chemische Hilfen und setzen stattdessen auf einen Mineralstoff, der den Körper während der Nacht bei seiner Erholung unterstützen soll: Magnesium! Auch in Deutschland steigt die Nachfrage nach Magnesiumpräparaten rasant. Kein Wunder: Viele Probleme im Schlaf stehen mit Magnesium in Verbindung.

Die Gründe für eine schlechte Nacht sind unterschiedlich: Muskelkrämpfe, psychischer Druck oder erschöpftes Nervensystem durch zu viel Stress. Eines können sie jedoch gemeinsam haben: Eine unzureichende Versorgung mit Magnesium kann ein Mitauslöser sein.

Mittlerweile setzen daher immer mehr Menschen auf das Mineral Magnesium, das eine wichtige Rolle für die Muskeln und Regenerationsprozesse im Körper spielt – auch in der Nacht.

Magnesium als essenzieller Unterstützer

Magnesium ist an über 300 Vorgängen im Körper beteiligt und unterstützt die normale Funktion von Muskeln und Nerven.^{1,2} Besonders Menschen, die nachts unter Muskelkrämpfen oder innerer Unruhe



leiden, sollten auf eine ausreichende Zufuhr achten. Denn Magnesium aktiviert das parasympathische Nervensystem, den sogenannten „Ruhemodus“ des Körpers, und ermöglicht so die wichtigen Ruhephasen für den Organismus.

Auch Alltagssorgen und Beziehungsprobleme, die den Kopf nachts beschäftigen und uns psychisch belasten, stehen mit einem Magnesiummangel in Verbindung. Denn Magnesium trägt auch zu einer normalen psychischen Funktion bei.³

Magnesium ist nicht gleich Magnesium

In Nahrungsergänzungspräparaten liegt Magnesium nie allein vor, sondern ist immer an Bindungspartner gekoppelt – und nicht jede

Verbindung wird gleich gut vom Körper aufgenommen.

Besonders empfehlenswert ist Magnesium in der Verbindung mit der Aminosäure Glycin als so-

geanntes Magnesiumbisglycinat. Dieses gilt als sehr hochwertig und besticht mit einer hohen Bioverfügbarkeit. Glycin ist zudem für seine entspannungsfördernden Eigenschaften bekannt.

Trimagnesiumdicitrat kann der Körper ebenfalls gut verwerten. Es trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und psychischen Funktion bei und unterstützt damit die Regeneration. Magnesiumoxid hingegen trägt zur Entspannung der Muskeln bei. Unser Fazit: Die richtige Kombination ist ausschlaggebend!

Neu von der Expertenmarke Baldriparan

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Magnesiumformen ist eine wichtige Grundlage. Aber das reicht nicht aus! Auf dem deutschen Markt gibt es jetzt ein spezielles, neues Power-Präparat – entwickelt von

der Expertenmarke Baldriparan: Baldriparan Magnesium PLUS. Baldriparan gehört seit über 70 Jahren zu den führenden Marken in deutschen Apotheken.

Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. **Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.⁴**

Expertenempfehlungen entsprechend enthält es 300 mg Magnesium pro Tagesdosis, ist vegan, zuckerfrei und ohne künstliche Zusätze.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan

Magnesium PLUS

(PZN 19927389)

www.baldriparan.de

Baldriparan®

Magnesium+

Baldriparan® Magnesium Plus ist ein Nahrungsergänzungsmittel. • ¹Magnesium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei. • ²Magnesium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei. • ³Magnesium trägt zur normalen psychischen Funktion bei. • ⁴Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. • Abbildung Betroffenen nachempfunden

Sportkreis Wetterau: Aktivtag zur Fußgesundheits

Workshops und Vorträge in Florstadt

Florstadt. Sie tragen uns verlässlich durch den Alltag, doch oft beachten wir sie erst, wenn sie schmerzen: unsere Füße. Fersensporn, Hallux valgus oder Knick-, Senk- und Spreizfüße sind häufige Beschwerden. Der 26. Aktivtag „Maßvoll und motiviert mitmachen“ des Sportkreises Wetterau widmet sich am Samstag, 25. Oktober, in der Sporthalle in der Freiherr-vom-Stein-Straße 4 in Florstadt dem Thema Fußgesundheit. Die Teilnahme am Tageslehrgang für Übungsleiter kostet inklusive Essen, Getränken und Skript 60 Euro. Anmeldungen sind per E-Mail an info@sportkreis-wetterau.de möglich. Weitere Informationen gibt es unter www.sportkreis-wetterau.de. Der Aktivtag beginnt mit einem Referat von Anja Päsel, Gesundheits- und Sportwissenschaftlerin sowie Bewe-

gungsanalytikerin und Heilpraktikerin, zum Thema „Fußgesundheit im Fokus“. Sie erläutert klassische Krankheitsbilder und aktuelle Vorbeugungs- und Behandlungsmöglichkeiten. Ein Workshop unter dem Titel „Gesunde Füße – starke Basis für Training und Alltag“ vertieft das Thema. Zwei weitere Workshops in Florstadt beschäftigen sich mit „Stuhl-Hocker-Gymnastik“ und „Der aktive Beckenboden“. Anett Suchla-van Dortmont stellt die „Stuhl-Hocker-Gymnastik“ als Alternative zum Mattentraining vor. Sylvia Lützel referiert über den „Aktiven Beckenboden“, der Rückenschmerzen vorbeugt und die Kontrolle über Blase und Darm verbessert. Die Teilnahme wird für Übungsleiter mit acht Lerneinheiten auf die Verlängerung von Übungsleiterlizenzen anerkannt.

Arbeiten in der Robert-Bosch-Straße

Karben. In der zweiten Herbstferienwoche werden im Auftrag der Stadtwerke Karben in der Robert-Bosch-Straße auf Höhe der Hausnummern 32-62 die Schachtabdeckungen in der Fahrbahn saniert. Baubeginn ist der 13. Oktober. Am Freitag 17. Oktober soll die Maßnahme beendet sein. Aus Rücksicht für den Schwerlastverkehr und die ansässigen Firmen beginnen die Arbeiten immer erst gegen 18 Uhr und gehen in die Nachtstunden hinein. Eine Vollsperrung der Robert-Bosch-Straße ist für diese Zeit nur abschnittsweise vorgesehen. Der laufende Verkehr wird um die Baustelle herum geleitet.

ANZEIGE

Wärme, die von innen kommt

Wenn draußen der Wind weht, die Temperaturen sinken und die To-do-Liste kein Ende nimmt, tut eine Auszeit besonders gut. Ein kurzer Augenblick, in dem ein gutes Essen nicht nur satt, sondern rundum zufrieden macht. Genuss, der entspannt und entschleunigt.

Die Marke CHAMPIGNON steht seit jeher für Käse, der Tradition und Qualität vereint. Ausgewählte Zutaten und handwerkliches Können machen jede Spezialität zu etwas Besonderem – und zur idealen Basis für Mahlzeiten, die Körper und Seele wärmen.

Ein solches Wohlfühlgericht ist die CHAMPIGNON Frittata mit Brokkoli, Tomaten und grünen Bohnen. Dafür wird frisches Gemüse blanchiert, mit Eiern, Sahne und cremigem



Das vollständige Rezept sowie viele weitere Ideen gibt's unter:
www.kaeserei-champignon.de/rezeptideen
Viel Freude beim Nachkochen & Genießen!

ANZEIGE

Wasser schützen – gemeinsam mit EDEKA und zu Hause

Wasser ist kostbar – und wird weltweit immer knapper. Extreme Hitze, Dürreperioden und sinkende Grundwasserspiegel gefährden nicht nur die Landwirtschaft, sondern auch unsere Lebensgrundlage. Wir alle können im Alltag viel bewirken. Mit einfachen Tricks lässt sich der Wasserverbrauch im Haushalt deutlich senken – ganz ohne Komfortverlust:

Spar-Strahlregler nutzen: Sie senken den Wasserverbrauch beim Geschirrabwasch oder Duschen von ca. 15 auf nur etwa fünf Liter pro Minute.

Verzicht auf fließendes Wasser: Statt unter laufendem Wasserhahn das Obst und Gemüse lieber in einer Schüssel mit Wasser waschen.

Pflanzliche Alternativen bevorzugen: Gelegentlich auf Fleisch, Butter oder Käse verzichten – denn pflanzliche Alternativen sind oft wasserschoner im Anbau.

Wasserschonend einkaufen: Verschiedene Obstsorten, wie etwa Orangen und Mandarinen aus dem

Zitrusprojekt von EDEKA und dem WWF, setzen schon beim Anbau auf einen geringeren Wasserverbrauch.

Auch Supermärkte übernehmen Verantwortung. So engagiert sich EDEKA als Partner des WWF und Mitglied der „Alliance for Water Stewardship“ in wasserkritischen Regionen wie Spanien, Südafrika und Peru. Dort werden gemeinsam mit lokalen Partnern Projekte für nachhaltige Wassernutzung umgesetzt – etwa durch effizientere Bewässerung, Schulungen für Landwirte:innen und den Schutz ganzer Flussgebiete. Ziel ist es, Wasser gerechter zu verteilen und langfristig zu erhalten.



Märchenaufführung des Kultur- und Carnevalvereins

Kartenvorverkauf für „Die Schöne und das Biest“ gestartet

Echzell. Die Proben für das Märchen „Die Schöne und das Biest“ des Kultur- und Carnevalvereins Bingenheim sind bereits im Gange, und die Schauspieler freuen sich auf die Aufführungen. Der Kartenvorverkauf hat begonnen.

In dem Märchen geht es um eine Kaufmannsfamilie mit drei Töchtern. Während zwei der Töchter eitel und hochnäsiger sind, ist die jüngste Tochter, Belle, bescheiden und freundlich. Ein Unglück

trifft die Familie, als alle Handelsschiffe in einem Sturm sinken. Die Eltern machen sich auf den Weg zum Hafen, um nach dem Rechten zu sehen. Belle gerät in ein verwunschenes Schloss, das von einem Biest bewohnt wird. Sie muss sich den Bedingungen des Biestes fügen, um das Schloss zu verlassen. Wird Belle hinter die Fassade des Biestes blicken? Kann Liebe stärker sein als Angst und Aussehen?

Das Märchen nach Jean-Marie Leprince de Beaumont im Satz von Bernd Kolarik ist für Kinder ab vier bis fünf Jahren und Erwachsene geeignet.

Vorverkauf

Karten sind unter Tel. 06035/3770 und 0151/17471462 erhältlich. Zusätzlich können Karten bei der Bäckerei Löber in Echzell und der Metzgerei Pipp in Bingenheim erworben werden.

den.

Termine

Die Termine für die Vorstellungen sind:
Freitag, 14. November, 19 Uhr
Samstag, 15. November, 15 Uhr
Sonntag, 16. November, 11 und 15 Uhr
Freitag, 21. November, 19 Uhr
Samstag, 22. November, 15 Uhr
Sonntag, 23. November, 11 und 15 Uhr

Naturschutz im Vilbeler Wald

Bad Vilbel. Der BUND Ortsverband Bad Vilbel und der NABU-Arbeitskreis Bad Vilbel laden für Samstag, 18. Oktober, um 11 Uhr zu einem Pressetermin im Bad Vilbeler Wald ein. Treffpunkt ist am Ritterweiher in Bad Vilbel. Gemeinsam mit Jörg Nitsch,

Landesvorsitzender des BUND Hessen, soll auf die aktuelle Lage des Waldes aufmerksam gemacht werden. Auch Bürgerinnen und Bürger aus Bad Vilbel und angrenzenden Gemeinden sind herzlich eingeladen.

Mitgliederversammlung

Friedberg. Am Mittwoch, 22. Oktober, findet um 19.30 Uhr die Mitgliederversammlung der DLRG-OG Dorheim im Vereinsheim Kuhweidweg 11 in Friedberg/Dorheim statt.

Erntedank im Gemeindezentrum

Bad Nauheim. Die Evangelische freie Gemeinde (EfG) feiert traditionell das Erntedankfest am zweiten Sonntag im Oktober. Der Gottesdienst beginnt am 12. Oktober um 10.30 Uhr im Gemeindezentrum in der Frankfurter Straße 55. Parallel findet eine Kinderbetreuung statt. Für den Gottesdienst ist ein kurzes

Anspiel geplant. Nach dem Gottesdienst gibt es Mittagessen. Um das Essen ausreichend vorbereiten zu können, wird um Anmeldung unter Tel. 06032/9 38 95 92 gebeten. Wer kurzentschlossen ohne Anmeldung kommen möchte, ist aber auch willkommen.

FAMILY & FRIENDS

bei **Höffner**

ohne Dekokissen

LETZTE GELEGENHEIT

FREITAG	SAMSTAG	MONTAG	DIENSTAG
10. Oktober 10-20 UHR	11. Oktober 10-20 UHR	13. Oktober	14. Oktober

smart mix it!

BIG SOFA „Liane“ Bezug Cord grau, B/T ca. 260 x 133 cm, 86 cm
60401987
Gegen Mehrpreis: Farbauswahl

499.-
Big Sofa

Höffner **Gutschein bei Kauf ab 1.000€**

200€

Gilt auf alle mit „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel mit Kundenkarte, (Siehe G)

Höffner **Gutschein bei Kauf ab 5.000€**

1.000€

Gilt auf alle mit „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel mit Kundenkarte, (Siehe G)

Höffner Möbelgesellschaft GmbH & Co. KG • Rabenaustr. 3–9 • 63584 Gründau-Lieblos
Tel. 06051/822-0 • Öffnungszeiten: Mo-Do von 10-19 Uhr, Fr-Sa von 10-20 Uhr

A) Im Möbelhaus gewährt Ihnen Höffner auf alle als „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel 40% Rabatt auf den am Artikel ausgezeichneten „Preis ohne Nachlässe“. Alle in Anzeigen und Prospekten angegebenen Preise sind Endpreise, die etwaige Rabatte und Aktionsvorteile bereits beinhalten. Insgesamt nehmen mindestens 30.000 Artikel an der Aktion teil. Keine Barauszahlung. Gültig für Neukäufe. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Gültig bis mindestens 28.10.2025. In zeitlich befristeten Aktionen sind höhere Rabatte und weitere Preisnachlässe möglich. **G)** Im Möbelhaus gewährt Ihnen Höffner nach Vorlage Ihrer Kundenkarte auf alle als „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel, einen der folgenden Gutscheine: 50€ ab 250€ Einkaufswert, 200€ ab 1.000€ Einkaufswert, 1.000€ ab 5.000€ Einkaufswert, 2.000€ ab 10.000€, 3.000€ ab 15.000€ oder 4.000€ ab 20.000€ Einkaufswert. Der Einkaufswert ist die Summe der am Artikel ausgezeichneten Preise nach Rabatt. Der Gutscheinbetrag wird vom Einkaufswert abgezogen. Alle in Anzeigen, Prospekten und auf Plakaten angegebenen Preise sind Endpreise, die etwaige Rabatte und Aktionsvorteile bereits beinhalten. Insgesamt nehmen mindestens 30.000 Artikel teil. Pro Person und Haushalt nur ein Gutschein. Keine Barauszahlung oder Anwendung auf Kaufgutscheine, Bücher und Dienstleistungen. Nicht mit anderen Gutscheinen oder Marketingaktionen kombinierbar. Gültig für Neukäufe. Gültig bis 14.10.2025. In zeitlich befristeten Aktionen sind höhere Rabatte und weitere Preisnachlässe möglich. Aktion „40% Rabatt ohne Kundenkarte“ läuft auch danach weiter. Alle Preise in dieser Anzeige sind Endpreise und gelten bis einschließlich 14.10.2025. ******Abholpreis. Lieferung und Montage deutschlandweit gegen Mehrpreis.

Risiko Lungenentzündung Pneumokokken sind häufiger Auslöser!

Wenn sich der Sommer verabschiedet und die kühle Jahreszeit im Oktober beginnt, steigen für gewöhnlich die Fälle von Atemwegserkrankungen. Vor allem ältere Menschen sind davon betroffen, weshalb es für sie jetzt gilt, sich gut vorzubereiten. Denn mit zunehmendem Alter verliert das Immunsystem an Leistungskraft und der Körper wird anfälliger für Infektionskrankheiten, wie beispielsweise eine Lungenentzündung.^{1,2} Im Jahr treten mehr als 600.000 ambulant erworbene Lungenentzündungen in Deutschland auf. Jede zweite bis dritte davon kann auf Pneumokokken zurückgeführt werden.^{3,4} Dies sind Bakterien, die beim Sprechen oder Husten übertragen werden.⁵ Sie lösen Infektionen der oberen und unteren Atemwege aus. Außerdem können Pneumokokken in die Blutbahn übergehen und so schwerwiegende Erkrankungen verursachen, die mitunter auch tödlich verlaufen können – vor allem bei älteren Menschen.² Bereits zu Beginn des Jahres gab es über ein Drittel mehr Fälle von schweren Erkrankungen durch Pneumokokken als im gleichen Zeitraum im Vorjahr.⁶ Auch für diese Wintersaison rechnen Expert:innen mit deutlich erhöhten Fallzahlen.



Eine Lungenentzündung hat oft Folgen

Eine häufige Folge einer Pneumokokken-Infektion ist eine bakterielle Lungenentzündung.³ Diese kann den Körper älterer Menschen erheblich schwächen und für Betroffene häufig einen tiefen Einschnitt im Leben bedeuten. Viele erholen sich danach nicht mehr vollständig und leiden fortan unter körperlichen Einschränkungen.⁵ So können auch nach der Genesung einfache Alltagstätigkeiten wie Treppensteigen, Einkaufen oder Gartenarbeit beschwerlich sein oder sind gar nicht mehr ohne Hilfe möglich.

Rechtzeitig vor dem Winter impfen

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt daher unter anderem für alle Personen ab 60 Jahren standardmäßig eine einmalige Impfung gegen Pneumokokken.^{A,2} Die Pneumokokken-Impfung kann zusammen mit der Gripeschutzimpfung erfolgen. Sie ist in der Regel gut verträglich und ganzjährig möglich.² Wer wissen möchte, wie hoch das persönliche Risiko ist, an einer Pneumokokken-Infektion zu erkranken, kann dies mit einem einfachen Online-Selbsttest auf www.lungeschuetzen.de ermitteln.

^ADie Empfehlung gilt auch für andere Risikopatient:innen, wie z. B. Personen ab 18 Jahren mit bestimmten Grunderkrankungen wie beispielsweise Immunschwäche, chronisch obstruktiver Lungenerkrankung, Asthma oder Diabetes, sowie Personen, die berufliche Tätigkeiten wie Schweißen oder Trennen von Metallen ausüben.²
¹Pletz MW, Bahrs C. Internist [Berl]. 2021;62(8):807–815.
²Robert Koch-Institut. Epid Bull. 2023;39:1–48.
³Braeken DCW, et al. INFECTION. 2021;49: 533–537.
⁴Kolditz M, Ewig S. Dtsch. Arztebl. Int 2017;114:838–48.
⁵Robert Koch-Institut. <https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/Faktenblaetter/Pneumokokken.pdf>. Letzter Zugriff: 09.09.2025.
⁶Robert Koch-Institut. Epid Bull. 2025;12–13.

Gemeinsam Lösungswege finden

Gesprächskreis für Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen

Wetteraukreis. Wenn die Diagnose Demenz gestellt wird, betrifft die neue Situation vor allem Aspekte der künftigen Lebensplanung – sowohl bei den Betroffenen als auch bei deren Angehörigen. Hinzukommen die damit verbundenen Herausforderungen für die dann notwendige Pflege. Und gleichzeitig müssen sich die Angehörigen auf das Erleben des Verlusts der geistigen und körperlichen Fähigkeiten sowie eine Zunahme der Demenzsymptomatik des oder der Erkrankten einstellen.

Die Teilnahme am neu gegründeten Gesprächskreis soll es den Angehörigen ermöglichen, in einem geschützten Rahmen auch schwierige und mit Widersprüchen besetzte Gefühle anzusprechen, um in einem weiteren Schritt gemeinsam Lösungswege für die angesprochenen Herausforderungen zu erarbeiten. Der Gesprächskreis will es den Teilnehmerinnen und Teilnehmern in dieser Form ermöglichen, in gegenseitiger Wertschätzung mit Offenheit nach innen und Verschie-

genheit nach außen ein vertrauensvolles Gruppenklima herzustellen.

Der neue Gesprächskreis trifft sich an jedem dritten Mittwoch eines Monats in Altenstadt, und zwar in der Zeit von 9.30 Uhr bis 11.30 Uhr. Eine Teilnahme an diesem Angebot ist kostenfrei.

Kontaktinformationen

Malteser Hilfsdienst in Altenstadt, Tel. 0171/9621665 oder E-Mail an entlastungsdienst-altenstadt@malteser.org.

Proteinreich genießen: Rustikales Landbrot mit Quäse Mild und Rote-Bete-Hummus

Proteinreiches Essen muss weder langweilig noch eintönig sein. Mit dem Sauermilchkäse Quäse wird aus einem belegten Brot ein smarter Sattmacher. Die ideale Basis für ein eiweißreiches Power-Brot¹ ist Quäse Mild: Der überzeugt mit von Natur aus 30 % Protein, nur 0,5 % Fett und eignet sich perfekt für eine ausgewogene Ernährung – ob vegetarisch, kohlenhydratarm oder laktosefrei.²

Wer bewusst isst, will nicht verzichten, sondern kreativ genießen. Das üppig belegte Landbrot macht's vor: vielseitig, elegant und schnell zubereitet. Für eine besonders aromatische Variante sorgt ein selbstgemachter Rote-Bete-Hummus. Getoppt mit frischer Gurke, Granatapfelkernen, karamellisierten Walnüssen und feiner Kresse entsteht ein smarter Alltagsgenuss, der sättigt und schmeckt: Ob zum Abendbrot, nach einer Runde Bewegung oder als schnelle Zwischenmahlzeit bei einer Heißhunger-Attacke. Unbedingt ausprobieren!

Rezept für zwei Portionen:

Zutaten: 1 Packung Quäse Mild, 4 Scheiben Landbrot, 240 g Kichererbsen (gekocht), 1 Knoblauchzehe, 2 Rote Bete Knollen (gekocht), 1 EL Tahini, 1 EL Olivenöl, 1/2 TL Kreuzkümmel, 1 EL Zitronensaft, 1 Prise Salz, Pfeffer, 1 Gurke, 4 EL Granatapfelkerne, 40 g Walnüsse, 1 EL Honig, Frische Kresse



Zubereitung: Die Rote Bete grob würfeln und zusammen mit den gekochten Kichererbsen, der Knoblauchzehe, Tahini und 1 EL Olivenöl in einem Mixer oder Stabmixer zu einer glatten Creme pürieren. Anschließend mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Zitronensaft abschmecken. Das Brot in einer Pfanne knusprig rösten, die Gurke in dünne Scheiben schneiden und die Walnüsse in der Pfanne mit 1 EL Honig karamellisieren. Danach den Hummus auf dem Brot verstreichen und mit der Gurke belegen. Quäse in Scheiben schneiden und darauflegen. Zum Schluss mit Granatapfelkernen und Walnüssen bestreuen. Nach Belieben mit etwas Honig beträufeln und mit Kresse verfeinern. Guten Appetit! Weitere Rezepte finden Sie unter www.quaese-protein.de/rezepte

¹Quäse enthält von Natur aus rund 30 % Protein. Proteine tragen zur Erhaltung und Zunahme an Muskelmasse bei. Neben einer ausgewogenen Ernährung ist ausreichend Bewegung wichtig für das körperliche Wohlbefinden. ²Restlaktosegehalt < 0,1 g / 100 g

Mittelhessen-Bote

Partner der Vereine

redaktion@bote.de



StellenMarkt

Stellengesuche

Pflegehelferin sucht neue Betreuungsstelle in Privathaushalt! Ich betreue seit vielen Jahren Nonstop pflegebedürftige Menschen. Verrichte alle Pflege und Haushaltspflichten selbstständig. Nur Langfristig mit Wohnmöglichkeit! Bitte nur seriöse Anfragen! Mobil: ☎ 01579-2452055

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

Mittelhessen-Bote
Heute gesucht – morgen gefunden

AUF MEINER ROUTE BIN ICH CHEF!

- ab 13 Jahren
- auf Minijob-Basis



Jetzt als

Zusteller

(m/w/d)

bewerben!

Bad Vilbel Stadt +
Dortelweil + Heilsberg
Karben – Okarben + Groß-Karben
Friedberg Stadt + Bruchengraben +
Ockstadt + Ossenheim
Bad Nauheim Stadt + Nieder-Mörlen
Niddatal Raichen
Ober-Mörlen
Münzenberg
Wölfersheim

Gutenbergstr. 1 · 63571 Gelnhausen
Tel.: (060 51) 833 292 / -293
Vertrieb@gnz.de · www.dpn-media.de

DRUCK- UND
PRESSEHAUS NAUMANN

Mittelhessen-Bote

Heute gesucht – morgen gefunden

Telefon 06051 833-241



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
- 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: 060 51 833 103 · E-Mail: karriere@gnz.de

NORMA®

Kulinarische Reise

HALLOWEEN
Süßes! SONST GIBT'S SAURES!

ab Montag, 13. Oktober

Südtiroler Speck
je ca. 640 g, Ware einzeln
ausgepreist (1 kg = 13,99)

21% billiger

UVP 1 kg = 17,90
z.B. 640 g
8,95*

+++ Im Aktionskühlregal +++

**„Podwawelska“
Brühwurst**
mittelgroß je 520 g
(1 kg = 8,63)

UVP 5,79
4,49*
520 g

22% billiger

Vita
**Glubsch
Glubsch's**
18 Stück, einzeln
verpackt, je
144 g
(1 kg = 13,82)

1,99*

Vita
**Lecker Schrecker
XXL**
Bunter
Fruchtgummi-
Mix – Spinnen,
Augen
und Totenköpfe
je 249 g
(1 kg = 11,61)

2,89*

Tafeltrauben
fresh
kernlos Spanien
Sorten: z.B. Allison, Mountain
Pearl, Jack's Salute, dunkel, kernlos,
je 1,5 kg
(1 kg = 2,96)

1,5 kg!
4,44*

(Abbildung ähnlich)

Spanisches Bier
je 6x0,33 l, zzgl. 6x –,08 Pfand
(1 l = 2,27)

UVP 4,99
4,49*
6er PACK

10% billiger

20% billiger

Nur gültig
mit NORMA
Plus App
von 13.10. bis 19.10.2025

(1 l = 2,02)
3,99**

DOVGAN
**Gold Royal
Vodka Soft**
Premium Vodka
aus Polen
37,5 % vol,
je 0,7 l
(1 l = 12,84)

UVP 10,99
8,99*

18% billiger

Vita
Brizzl Pulver XXL
saures,
knisterndes
Schleimpulver
100 Stück,
einzeln
verpackt,
je 110 g
(1 kg = 27,18)

2,99*

Vita
**Chewy
Sticks**
Kaubonbons
Sticks
mit Tattoos –
Erdbeere &
Himbeere oder
Cola je 180 g
(1 kg = 11,06)

1,99*

Speisekartoffeln
„Pom'Alliance“, Frankreich
Sorten:
Gourmandine oder
Jazzy, festkochend
je 2,5 kg
(1 kg = 1,20)

2,5 kg!
2,99*

(Abbildung ähnlich)

+++ Im Aktionskühlregal +++

HUNGARIA
**Original ungarische Bauern-
salami mild oder
pikant je 100 g**
(1 kg = 19,90)

23% billiger

UVP 2,59
1,99*

**Fischspezialitäten in
Öl mit transparentem Deckel,**
je 120 g (1 kg = 20,75), Sprotten
oder Sardinen je 240 g
(1 kg = 10,38)

UVP 2,69
2,49*

26% billiger

Nur gültig
mit NORMA
Plus App
von 13.10. bis 19.10.2025

(1 kg = 16,58/8,29)
1,99**

Roy
Snacks
Fisch- & Hühnchen-
streifen oder
Calcium Knochen
je 360 g
(1 kg = 13,86)

4,99*

Auch
online

Roy
**Donuts
XXL**
mit Enten-
oder Hühnchen-
fleisch – Small
8 Stück oder Large
4 Stück, je 400 g
(1 kg = 17,48)

6,99*

Auch
online

Paprika
fresh
Sweet Mix
Niederlande
Kl. I, rot, gelb und orange
oder rot und gelb,
je 1 kg
(1 kg = 2,89)

1 kg!
2,89*

(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**

Thermo-Fleece-Bettwäsche „Soft Touch“
in 2 Größen
• 100 % Polyester
• Atmungsaktiv
• Antipilling-
und Antistatik-
Ausrüstung
• Mit Marken-
Reißverschluss
• Feuchtigkeits-
und temperat-
ausgleichend
je Bettwäsche

**NEUE
Designs**

York
Augusta
Torreón
St. Louis

Extra warme und
weiche „Soft-Touch“
Thermo-Fleece-
Qualität

Besonders praktisch
– mit Marken-
Reißverschluss
mit 185
Reißverschlüssen

Kissen ca.
80 x 80 cm
Bezug ca.
135 x 200 cm
14,99*

Kissen ca.
80 x 80 cm
Bezug ca.
155 x 200 cm
17,99*

OEKO TEX®
MADE IN GREEN
REISSVERSCHLÜSSE

**Thermo-Fleece-Spann-
bettuch „Soft Touch“**
in 3 Größen • 100 % Polyester,
Mikrofaser • Atmungsaktiv • Höchste Form-
stabilität • Antistatik-Ausrüstung • Steghöhe ca.
27 cm

**NEUE
Farben**

Mint
Silber
Rot
Off-White
Grau
Ocker
Anthrazit

ca. 90–100 x 200 cm
7,99*

ca. 140–160 x 200 cm
9,99*

ca. 180–200 x 200 cm
12,99*

**Wohndecke „Flanell-
Sherpa“** ca. 150 x 200 cm • 100 % Polyester
• Hochwertige Flanell-Veredelung für extra
weichen Griff • Antistatische Ausrüstung
• Rundum mit Zierstichnaht

Kuschelig an-
schmiegsame
Flanellverede-
lung für extra
weichen Griff

Karo Bunt
Karo Grau
Karo Beige

je Decke
14,99*

OEKO TEX®
MADE IN GREEN
REISSVERSCHLÜSSE

**Halloween-
Dekoration**

NEU

**Riesige
Artikel-
auswahl!**

Skelett
ca. 28 cm

Maske
ca. 24 cm

Becher
ca. 15 cm

Jeder
Artikel
2,-*

Laterne
ca. 13 cm

LED-Button
Ø ca. 10 cm

Trendiger Pyjama für Damen
• Angenehm weiche Single-Jersey-Qualität
• Mit schönem Glitzerdruck • 100 % Baum-
wolle • Größen S (36/38)–XL (48/50)

**NEUE
Designs**

je Ausführung
9,99*

Marine
Dunkelrot/
Schwarz
Mauve/
Anthrazit

TOPTEX®
**Trendige
Steppweste für Damen**
• 100 % Polyester • Leicht tailliert
• Wasserabweisendes Obermaterial
durch BIONIC® FINISH ECO
• Wärmend und windabweisend
• Größen S (36/38)–XL (48/50)
je Steppweste

17,99*

Auch
online

NEU

Oliv
Schwarz

Denim Jogg-Jeans
für Damen oder Herren
• 72 % Baumwolle,
26 % Polyester,
2 % Elasthan
• Damen-Größen
M (40/42)–XL (48/50)
• Herren-Größen
M (48/50)–XXL (60/62)
je Jogg-Jeans

11,99*

Auch
online

Damen
Anthrazit
Mid Blue
Dark Blue

Herren
Anthrazit
Mid Blue
Dark Blue

Outdoor-Stiefel für Damen und Herren
• Atmungsaktives Warmfutter mit einer weichen Memory-
Foam-Decksohle • Rutschfeste Profillaufsohle aus robustem TPR
• Damen-Größen 38–40 • Herren-Größen 42–45
je Paar

55% billiger

UVP 44,95
19,99*

Herren
Schwarz

Damen
Burgund

Winterschuhe für Herren
• Mit hochwertigem Obermaterial im
Leder-Design • Futter und Decksohle aus kuscheli-
gem, textilem Warmfutter
• Leichte und druck-
dämpfende
PU-Laufsohle
• Größen
41–45
je Paar

Schwarz
Braun

UVP 29,99
19,99*

33% billiger

Mit wärmendem
Innenfutter

**Blousonjacke in
Felloptik für Damen**
• 100 % Polyester
• Leicht ausgestellte
A-Linie • Seitliche
Eingriffstaschen
• Größen
S (36/38)–
XL (48/50)

NEU

Caribou

je Jacke
19,99*

Kuschelig weiche und
warme Qualität mit
elegantem Stehkra-
gen und Zierstick

**Winterhausschuhe für
Damen und Herren • Obermaterial
aus Nadelfilz • Entwickelt und
designed in Deutschland**

• Damen-Größen 38–41 • Herren-Größen
42–45
je Paar

Herren
Damen

Anthrazit
Grau
Marine
Fuchsia

UVP 21,99
11,99*

45% billiger

**Granit-
Royal-Pfanne**
• Geschmiedetes Aluminium mit 5-fach-
Beschichtung • Perfekte Hitzeverteilung und
-speicherung

Extra raue Oberfläche für
beste Bratergebnisse

48% billiger

UVP 34,99
17,99*

Ø ca. 20 cm

50% billiger

UVP 39,99
19,99*

Ø ca. 24 cm

56% billiger

UVP 49,99
21,99*

Ø ca. 28 cm

Induktions-
geeignet

* 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)

NORMA®

Quelle: Süddeutsche Zeitung
vom 6./7. September 2025, Nr. 205/25

10 Honige im Test der SÜDDEUTSCHEN ZEITUNG

Ein Imker hat zehn Produkte
aus dem Supermarkt blind verkostet.
Unser Sommerland Waldhonig
gehört zu den Siegern im Geschmackstest.

Preis-Leistungs-Sieger!

Platz 1
mit 9 von 10 Punkten

Waldhonig
kräftig würzig
500-g
(1 kg = 4,78)

SOMMERLAND

Ständig im Sortiment
2,39