


Mittelhessen-Bote

 auch als kostenloses E-Paper
www.bote.de

Wohin am Wochenende?

 Tipps und Termine
 für Ihre Region


KW 49, Samstag, 6. Dezember 2025

Das lokale Mitteilungsblatt

Ausgabe F 2

*Hallo,
liebe Leser*

Neulich im Supermarkt stolperte ich beinahe in das Regal der Wintertees – und seitdem weiß ich: Der wahre Zauber der Adventszeit liegt nicht in Plätzchen, Kerzen oder romantischem Schneegestöber, sondern in der grenzenlosen Fantasie der Tee-Namensgeber. Da standen sie wie ein Chor aromatisierter Märchenerzähler: „Winterzaubertraumglück“ zwinkerte mir zu, direkt neben der „Kaminflacker-Kuschelinfusion“, die schon beim Aussprechen so viel Wärme erzeugt, dass eigentlich gar kein heißes Wasser mehr nötig wäre. Besonders beliebt sind Sorten, die suggerieren, man würde beim ersten Schluck direkt in ein Blockhaus in Finnland gebannt. Aber seien wir ehrlich: Wir kaufen sie alle. Denn wenn der Winter schon dunkel und kalt ist, dann darf der Tee wenigstens ein bisschen übertreiben – und uns mit jeder Tasse das Gefühl geben, als stünde irgendwo ein Rentier parat, um uns nach Lappland zu bringen.

Euer Boto

Antik-, Sammler- und Trödelmarkt

Fulda. Der letzte Floh-, Trödel- und Sammlermarkt des Förderkreises des DAFKS Kontakt Fulda für dieses Jahr findet am Sonntag, 7. Dezember, in der Rhönmarkthalle in Gersfeld statt. Der Markt wird in der Halle und im Freigelände von 8 bis 16 Uhr veranstaltet. Der Markt steht unter dem Motto „Es weihnachtet“. 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 im Außenbereich anbietet. Kindertypische Spielsachen können von Kindern auf einer Decke verkauft werden. Eine Reservierung ist erforderlich. Anmeldungen sind über die Webseite des Vereins www.Flohmarkt-Osthessen.de möglich. Weitere Informationen gibt es unter Tel. 0162/8250389. Der Eintritt für Besucher ist kostenfrei.

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

Drei Projekte im Bereich mentale Gesundheit ausgezeichnet

Preis für Vielfalt und Teilhabe 2025 verliehen



Die Geehrten bei der Preisverleihung.

Fulda. Im festlichen Rahmen des Marmorsaals im Fuldaer Stadtschloss sind gestern (25. November) die Gewinnerinnen und Gewinner des diesjährigen Preises für Vielfalt und Teilhabe der Stadt Fulda ausgezeichnet worden. Insgesamt ist der Preis mit 3000 Euro dotiert, die – wie schon in den vergangenen Jahren – auf mehrere Preisträger aufgeteilt wurden. Den ersten Preis erhielt der Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Fulda für sein Projekt einer ehrenamtlich begleiteten Freizeitgruppe mit dem Namen „Frauenzeit“. Der 2. Preis ging an ein Projekt des Malteser Hilfsdienstes und der 3. Preis an die Selbsthilfegruppe Burnout Fulda. Bei der Preisverleihung erinnerte Fuldas Bürgermeister und Sozialdezernent Dag Wehner noch einmal an die Geschichte des Preises, der vor drei Jahren durch die Zusammenlegung des Integrations- und des Inklusionspreises entstand – „als ein bewusstes Signal dafür, dass Chancengerechtigkeit nicht nur einzelne Gruppen betrifft, sondern uns als gesamte Stadtgesellschaft“, sagte Wehner. Seit Bestehen der unterschiedlichen Preise seien insgesamt 38 herausragende Preisträgerinnen und Preisträger ausgezeichnet worden, so Wehner: Menschen, Vereine, Initiativen und Organisationen, die sich für Integration, Inklusion, Beteiligung und Gleichberechtigung eingesetzt haben – oft über viele Jahre, meist ehrenamtlich und immer mit

großem Herzen. „Heute kommen drei weitere Projekte hinzu, die diesen Preis in besonderer Weise verdient haben“, betonte der Bürgermeister. Das Thema mentale Gesundheit stand als Motto im Zentrum des diesjährigen Preises – ein Thema, das lange tabuisiert wurde, das Menschen belastet, isoliert oder stigmatisiert und das doch so viele betrifft. „Die Projekte, die wir heute ehren, zeigen uns Wege aus dieser Stille: durch Begegnung, durch Unterstützung, durch Gemeinschaft“, sagte Wehner. Sein Dank galt aber nicht nur Preisträgerinnen und Preisträgern, sondern allen Institutionen, Vereinen und Gruppen, für deren Projekte Vorschläge eingereicht worden waren.

Die preisgekrönten Projekte im Überblick:

Der 1. Preis ging an den Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Fulda für die ehrenamt-

lich begleitete Freizeitgruppe „Frauenzeit“ (Preisgeld 1500 Euro). Die Freizeitgruppe „Frauenzeit“ bietet einen geschützten Raum für Frauen, die sexualisierte, häusliche oder andere traumatische Gewalterfahrungen gemacht haben. Sie ist aus dem Wunsch nach Zugehörigkeit und solidarischer Unterstützung entstanden. Das Ziel der Gruppe ist die Stärkung der mentalen Gesundheit durch Begegnung, Entlastung und Empowerment; der Abbau von Isolation, Stigmatisierung und Tabuisierung sowie die Förderung von Teilhabe und Resilienz. Die Gruppe trifft sich einmal im Monat macht Betroffenen ein niedrigschwelliges Angebot: z.B. Picknick im Park, Kreatives Gestalten, gemeinsames Kaffeetrinken etc. Der 2. Preis (1000 Euro) ging an den Malteser Hilfsdienst e.V. mit seinem Projekt Gemeinsam nicht einsam – begegnen. mitmachen. Dazugehören. Das Projekt bringt Menschen zusammen und

stärkt das soziale Miteinander. Es schafft Begegnung, fördert kreative Teilhabe und wirkt Einsamkeit entgegen. Die Zielgruppe des Projektes sind Menschen, die von Einsamkeit betroffen sind und nach Gemeinschaft suchen – unabhängig vom Alter, Gesundheitszustand oder der Herkunft. Das Projekt ist inklusiv, kulturoffen und generationenverbindend. Der Treff findet wöchentlich statt, angeboten werden z.B. gemeinsame Spiele, Filmnachtsmittage, aber auch gemeinsame Ausflüge oder Angebote zum Basteln, Malen, Nähen etc.

Die Selbsthilfegruppe Burnout Fulda erhielt den 3. Preis (500 Euro). Die bereits seit 13 Jahren bestehende Selbsthilfegruppe (ehrenamtlich geleitet durch Stefan Schreiner) bietet einen Raum für Austausch, Unterstützung und gegenseitiges Verständnis. Dadurch soll die eigene Situation verbessert und neue Perspektiven für das eigene Leben gewonnen werden. Zielgruppe sind Menschen, die unter den psychischen Belastungen eines Burnouts leiden oder sich erschöpft fühlen – auch ohne ärztliche Diagnose. Die Treffen finden alle 14 Tage statt und werden von Betroffenen organisiert; Inhalte der Treffen sind der Austausch über persönliche Belastungen, das Erlernen von Bewältigungsstrategien, der Austausch über fachgerechte Hilfsangebote, die Bemühung um Entstigmatisierung sowie Vorträge.

Pianale Piano Festival - Fulda beflügelt 2026

Vorverkauf gestartet

lerisch höchstem Niveau und unterstrich einmal mehr seine Rolle als bedeutende Plattform für musikalische Exzellenz.

Starkes Festivaljahr

„Wir freuen uns sehr, dass wir ein so starkes Festivaljahr erleben durften und ebenso darauf, unser Publikum im nächsten Jahr wieder willkommen zu heißen“, sagt Uta Weyand, Gründerin und Leiterin des Pianale Piano Festivals. „Der frühe Vorverkaufstart ermöglicht es allen Interessierten, sich bereits jetzt die Plätze zu sichern.“ Auch im kommenden Jahr erwartet das Publikum wieder eine beeindruckende Auswahl

junger Pianistinnen und Pianisten: Bis zu 35 Klaviertalente aus aller Welt werden 2026 auf der Bühne stehen und ihre Virtuosität präsentieren. Damit bleibt das Festival einer der bedeutendsten Treffpunkte für den pianistischen Nachwuchs.

Freie Sitzplatzwahl – neue Flexibilität für alle Besucherinnen und Besucher

Erfahrungsgemäß sind viele Veranstaltungen frühzeitig ausgebucht. Erstmals gilt ab 2026 bei allen Konzerten freie Platzwahl. Zudem erhalten Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre in Begleitung von zwei Erwachsenen freien Eintritt.

Wer sich kein Konzert entgehen lassen möchte spart mit dem Gesamtabo 10 Prozent. Das kleine Abo erlaubt eine Auswahl von 3 Konzerten mit einer Ersparnis von 13 Prozent.

„Fulda beflügelt“ vom 21. Juli - 4. August

Das Pianale Piano Festival unter dem Motto „Fulda beflügelt“ findet 2026 vom 21. Juli bis 4. August statt. Das Eröffnungskonzert der 19. Pianale am 21. Juli gibt mit Noriko Ogawa, Frédéric Lagarde, Aleksandar Serdar und Uta Weyand hochkarätig besetzt den Startschuss für die 11 Konzerte des Piano Festivals. Diese finden wieder in den

schönsten Schlössern in und um Fulda statt. Seit vielen Jahren ist diese einzigartige Kombination von Klavierakademie, Konzertreihe und Klavierwettbewerb in Hessen und weit darüber hinaus als bemerkenswerte Talentschmiede und bedeutendes Podium für junge Musiker bekannt.

Tickets und weitere Informationen:

Der Vorverkauf ist online unter pianale.reservix.de/events wie an den Geschäftsstellen der Fuldaer Zeitung verfügbar. Weitere Details unter: www.pianale.com/pianale-piano-festival/termine



Adventsnachmittag beim Rhönklub

Neuhof. Der Rhönklub Zweigverein Neuhof lädt alle Mitglieder für Sonntag, 7. Dezember, zu einem Adventsnachmittag im Gasthof Ebert in Neuhof ein. Beginn ist um 16 Uhr. Bei Stollen, Kaffee, Gesprächen, weihnachtlichen Geschichten und Weihnachtsliedern wird auf die Weihnachtszeit eingestimmt. Auch der Nikolaus hat sich angekündigt. Der Vorstand freut sich auf einen besinnlichen Nachmittag.

Mittelhessen-Bote
frisch & informativ

ANZEIGE

Sprachreisen mit Jürgen Matthes

Echte Erlebnisse statt Social Media

Während andere in den Ferien endlos durch Social Media scrollen, erleben Jugendliche auf den Sprachreisen von Jürgen Matthes echtes Leben, echte Menschen und echte Abenteuer. Seit über 40 Jahren steht der Name Matthes für hochwertige Sprachferien nach England – speziell für Schüler von 10 bis 19 Jahren, die ihre Englischkenntnisse verbessern und gleichzeitig unvergessliche Ferien verbringen möchten.

Untergebracht in sorgfältig ausgewählten Gastfamilien, tauchen die Teilnehmenden direkt in den britischen Alltag ein. Vormittags findet abwechslungsreicher Englischunterricht in kleinen Gruppen statt – geleitet von qualifizierten, muttersprachlichen Lehrkräften. Nachmittags und abends warten spannende Freizeitprogramme: Ausflüge nach London und Brighton, Sportturniere, kreative Workshops und gemeinsame



ANZEIGE

Gemeinsam genießen: ROUGETTE

Raclette für besondere Momente

Es gibt kaum eine schönere Jahreszeit als den Winter, um zusammenzukommen, zu genießen und neue Erinnerungen zu schaffen. Wenn sich Freunde und Familie um den schön gedeckten Tisch versammeln, duftet es häufig aromatisch nach Käse und fröhlichem Miteinander – denn Winterzeit ist auch Raclette-Zeit.

Mit ROUGETTE Raclette wird das Teilen noch schöner: Würzig-pikant im Geschmack, weich geschmolzen und mit einer Note von gebackenem Käse – ideal für gemütliche Genussmomente. So entstehen kleine Pfännchen voller Geschmack, die man am liebsten gemeinsam entdeckt. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt – erlaubt ist, was schmeckt.



Unkompliziert, lecker und voller Herz verleiht ROUGETTE Raclette jeder Runde ein besonderes Erlebnis.

Inspiration und Rezeptideen gibt es unter www.rougette.com

ANZEIGE

Urbanes Grün im Fokus

Wuppertal ist Europas grünste Stadt

Mit dem neuen Bericht „Top Green Cities Deutschland 2025“ veröffentlicht Husqvarna erstmals einen datenbasierten Städtevergleich zur Qualität urbaner Grünflächen in Deutschland (siehe QR-Code) und setzt ihn in den europäischen Kontext. Das Ergebnis: Drei deutsche Städte belegen die Spitzenplätze im Europa-Ranking, angeführt von Wuppertal, Chemnitz und Bielefeld. Insgesamt finden sich elf deutsche Großstädte unter den zwanzig grünsten Städten Europas.

Mit 18 Städten sind in Westdeutschland die meisten Städte der Top 40 vertreten, da sich hier auch die einwohnerreichsten Städte Deutschlands befinden. 15 dieser Städte liegen über dem europäischen Durchschnitt von 46 Prozent an städtischen Grünflächen, sogar



ANZEIGE

„Power Flower“:

Innovative Therapie gegen Vorhofflimmern

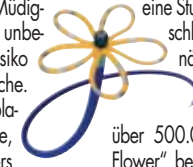
Vorhofflimmern bringt das Herz aus dem Takt – rund 1,8 Millionen Menschen in Deutschland sind betroffen. Es kann Herzrasen, Atemnot, Schwindel oder Müdigkeit verursachen und bleibt oft unbeachtet. Unbehandelt steigt das Risiko für Schlaganfall und Herzschwäche.

Mit der sog. Pulsed Field Ablation (PFA) steht eine innovative, sichere, effektive und besonders schonende Behandlung zur Auswahl: das am meisten verwendete System ist das FARAPULSE PFA-System. Ein dünner Katheter wird über die Leiste bis in den linken Herzvorhof geführt. Dort, genauer an den vier Lungenvenen, entfaltet sich der FARAPULSE-Katheter in einer Blumenform; daher wird auch von der „Power Flower“ oder „Ablation mit der Blume“ gesprochen. Kurze Stromimpulse deaktivieren gezielt die Herzmuskelzellen, die das Vorhofflimmern auslösen, während gesundes Gewebe weitgehend geschont wird.

Der Eingriff ist minimalinvasiv, dauert ca. eine Stunde und erfolgt meist im Dämmer-schlaf. Viele Patient:innen können am nächsten Tag nach Hause und ihren Alltag spürbar erleichtert erleben. Seit 2021 wurden weltweit über 500.000 Menschen mit der „Power Flower“ behandelt. Leitlinien empfehlen die Katheterablation als Standardtherapie, die Kosten übernehmen die Krankenkassen.

Die Behandlung eignet sich besonders für Betroffene, die trotz Medikamenten Beschwerden haben. Sprechen Sie mit Ihrem Kardiologen über die Behandlung und Risiken der Katheterablation.

Weitere Informationen sowie Kliniken in Ihrer Nähe finden Sie im Internet auf vorhofflimmernbehandeln.de oder per QR-Code.



Bewegend, ja erschütternd

KonzertLesung „In Auschwitz gab es keine Vögel“ in Heubachs einstiger Synagoge



Monika Held und Gregor Praml bei ihrer Veranstaltung in Heubachs ehemaliger Synagoge.

Foto: Christine Zimmermann/Förderverein

Kalbach. Nein, es war keine „schöne“ Veranstaltung, es war eine – notwendige - Zumutung. Als Monika Held und Gregor Praml (Kontrabass) ihre KonzertLesung „In Auschwitz gab es keine Vögel“ beendet hatten, herrschte Stille. Denn die Menschen, die sich in Heubachs ehemaliger Synagoge auf diese Herausforderung eingelassen hatten, waren zutiefst bewegt, ja erschüttert. Erst nach einer Zeit des Innehaltens war Raum für dankbaren, herzlichen Applaus.

Basierend auf Helds Roman „Der Schrecken verliert sich vor Ort“ haben die beiden Künstler Passagen aus diesem Buch, Tondokumente des KZ-Überlebenden Hermann Reineck – er wurde bei Held zur Romanfigur „Heiner“ - und Pramls geniale Kontrabass-Artistik zusammengefügt. Das Ergebnis ist eine Text-Klang-Collage, die das Publikum in ihren Bann zieht und kaum jemanden unberührt lässt. Denn dieses Projekt hilft, das (hoffentlich) im Geschichtsunterricht erworbene Wissen über die Grausamkeit der gesamten nationalsozialistischen Ausrottungsmaschinerie ein Stück weit fühlbar zu machen: Da spricht einer, der das Grauen erlebt – und überlebt hat. Man hört dem Häftling 63.378 zu, der in zwölf-Stunden-Schichten für die NS-Mordbürokratie erfundene Todesursachen auf Karteikarten tippen musste, damit die Menschen zu Hause erfuhren, dass ihr Angehöriger in Auschwitz nicht etwa erschlagen oder vergast worden, sondern wahlweise an „Fleckfieber“, an „Typhus“ oder „Herzversagen“ gestorben war.

Der Leidensweg der einen und der scheinbar grenzenlose Sadismus der anderen begegnen sich erneut im Frankfurter Auschwitz-Prozess. Dort werden Heiners Aussagen nach den Regeln der Strafprozessordnung geprüft. Dort wird rund 20 Jahre nach den Taten in Metern und Zentimetern vermessen, ob das erinnerte und bezeugte Leid, der hundertfache miterlebte Mord an der „Schwarzen Wand“ im Block 11 des Lagers Auschwitz ausreichen, um Täter zu benennen, Schuld zuzumessen, zu verurteilen. Heiner nimmt die gebannt Zuhörenden mit zurück nach Auschwitz, besucht den Ort,

der ihn sein Leben lang nicht loslässt, mit seiner Frau Lena. Und als die bei einem nächtlichen Gang durch das Lager, während Heiner sich um ein verwaistes Kätzchen kümmert, von Todesangst überfallen wird, beruhigt der Überlebende sie mit den Worten „Hier ist noch nie jemand ermordet worden!“ - und dann lacht er, wie an diesem Ort noch nie ein Mensch gelacht hat.“ Held und Praml wissen, dass das Verdichten des Grauens auf 70, 80 Minuten intensivsten Hörens auch eine Zumutung ist. Pramls Kontrabass-Exkurse – mal melodisch, mal schlagzeugartig, mal brutal und hart – unterstreichen das Gehörte auf unnachahmliche Weise und bieten zugleich dem Kopf und dem Herzen Sekunden der Erholung von der Brutalität des Gehörten.

Held hatte eingangs deutlich

gemacht, dass diese Veranstaltung den Blick zugleich in die Vergangenheit und in die Gegenwart lenkt: Das sei angesichts der rechtsextremistischen Tendenzen im Land und des Erstarken der AfD unausweichlich. Ausdrücklich nannte sie den AfD-Bundestagsabgeordneten Stefan Keuter, einen Katholiken aus dem Ruhrgebiet, der per WhatsApp nicht nur das Foto einer mit Hakenkreuzfahne in Kacheln ausgestatteten Dusche verschickte, sondern auch das Bild eines Maschinengewehr-schützen mit der Unterschrift „Das schnellste deutsche Asylverfahren, lehnt bis zu 1400 Anträge pro Minute ab!“. Für den Förderverein der Synagoge dankte dessen Vorsitzender Hartmut Zimmermann den Künstlern, aber auch der Initiative „Leseland Hessen“ für die Unterstützung der Veranstaltung.

Frank Tischer's

Ballads & Blues

Geschichten und Lieder zu Gast in der Katholischen Akademie des Bistums Fulda

Fulda. Nach dem erfolgreichen Konzert „Ballads & Blues“ im vergangenen Jahr im grünen Saal des Bonifatiushauses präsentiert der Fuldaer Pianist und Sänger, Frank Tischer, am 9. Dezember um 19 Uhr ein neues, erweitertes Programm mit Liedern und Balladen aus England, Schottland, Irland sowie Blues aus den USA.

Wieder durch Markus Hillenbrand am Kontrabass verstärkt nimmt das Duo die Zuhörer/innen auf eine musikalische Reise mit, durch 4 Jahrhunderten Pop- / Folk- und Blues-Geschichte. Wie im vergangenen Jahr erzählt Tischer kurz den Inhalt und die damit verbundene Geschichte des Liedes, bevor das Duo einen Song spielt. Da bei Balladen (und Blues) der Text wichtig ist, kann das Publikum so den teilweise uralte Erzählungen von Liebe, Schmerz, unglücklichen Seefahrern, Gauklern, über Treue, Eifersucht, Vergebung, kurz: dem Leben, folgen. Und entdeckt dabei, dass bereits in der Vergangenheit die Menschen sich teilweise mit den gleichen Gedanken, Freuden und Sorgen beschäftigt haben, wie wir heute. Ein wunderschöner Abend der Musik und Geschichten.

Karten für das Konzert (15 Euro) können werktags von 9 bis 17 Uhr an der Pforte des Bonifatiushauses (Neuenberger Straße 3-5, 36041 Fulda) oder ggf. an der Abendkasse erworben werden.

Gottesdienst

von Jehovas Zeugen

Fulda. Jehovas Zeugen, Versammlung (Gemeinde) Fulda-Süd: Die Zusammenkünfte finden im Königreichssaal von Jehovas Zeugen (Gemeindezentrum), Flemingstraße 9, 36041 Fulda, statt. Jeder ist herzlich eingeladen, einmal hereinzuschauen. Der Eintritt ist frei und es gibt keine Kollekte. Das Programm wird zeitgleich per Video- und Telefonkonferenz übertragen. Zugangsdaten bekommen Sie gern unter (01577) 3434237. Dienstag, 9. Dezember, 19 Uhr. Samstag, 13. Dezember, 18.30 Uhr: Vortrag „Ist Gott noch Herr der Lage?“.

Adventsfeuer und

Weihnachtssingen in Döngesmühle

Flieden. Am Samstag, 13. Dezember laden die „Döngesmühler“ zum Adventsfeuer und erstmals auch zum Weihnachtssingen ein. Der Parkplatz am Dorfgemeinschaftshaus Döngesmühle wird zur großen Musikbühne. Während „Die Döngesmühler“ bekannte Weihnachtsmelodien anstimmen, wird der Liedtext auf einer LED-Leinwand eingeblendet. Dies macht das Mitsingen leicht. Besucher können sich auf Glühwein, Kinderpunsch, Bratwürstchen vom Grill, Waffeln und Flammkuchen freuen. Los geht es ab 16 Uhr. Als besonderer Höhepunkt für die Kinder besucht der Nikolaus das Döngesmühler Adventsfeuer. Eine weitere Attraktion für alle kleinen Gäste ist das nostalgische Kinderkarussell.

ANZEIGE

Punsch, winterliche Temperaturen & kalte Füße

So kommt Ihre Blase gut durch die Winterzeit

Lichterglanz, Lebkuchen und frostige Temperaturen, auf den Weihnachtsmärkten hat unser Immunsystem alle Hände voll zu tun. Auch die Blase kann bei besinnlichen Stunden mit Punsch und Glühwein sensibel reagieren. Der Grund: Sinkende Temperaturen wirken auf den Körper und wir fühlen uns schneller unwohl. Damit der Weihnachtsmarktbummel ohne Frösteln gelingt, heißt es gut einpacken, Füße warmhalten, regelmäßig trinken und WC-Gänge nicht aufschieben. So steht dem genussvollen Wintertag nichts im Weg – und die Blase bleibt ein entspannter Mitspieler.

Viele Menschen, insbesondere Frauen, schätzen in dieser Jahreszeit Preiselbeeren als natürlichen Begleiter, denn Preiselbeerextrakt trägt zum Erhalt der Harnwegs- und Blasenfunktion bei. Mit FEMANNOSE® F lässt sich dieser unkompliziert in den Alltag integrieren – ob unterwegs, beim Winterspaziergang oder zwischen Lichterglanz und Glühweinduft.

Jetzt mehr erfahren: <https://www.femalife.de/femannose/femannose-f>



Das Trinkgranulat FEMANNOSE® F mit Preiselbeer-Extrakt unterstützt gezielt Blase* und Harnwege. Es ist fruchtig im Geschmack, praktisch in der Einnahme, vegan und frei von Gluten, Laktose und Konservierungsmitteln. Jede Portion enthält 100 mg Preiselbeer-Extrakt und 2 g D-Mannose. *Der Preiselbeer-Extrakt trägt zum Erhalt der normalen Harnwegs- und Blasenfunktion bei (bei mindestens 3 Beuteln täglich).

ANZEIGE

Für ein solidarisches Miteinander

Netto-Spendenaktion für die Tafeln

In Deutschland leben über 13 Millionen Menschen in Armut – rund 1,5 Millionen werden regelmäßig von den Tafeln unterstützt. Netto Marken-Discount setzt sich seit vielen Jahren gemeinsam mit Tafel Deutschland für diese Menschen ein. Am 1. Dezember startet der Lebensmittelhändler erneut eine bundesweite neunwöchige Spendenaktion zugunsten der Tafeln.

Bis zum 31. Januar 2026 können Kundinnen und Kunden in allen Filialen des Lebensmittelhändlers an den Kassen aufrufen und am Pfandautomaten für die Tafeln spenden. Als besondere Unterstützung verdoppelt Netto am Nikolaustag, den 6. Dezember, alle taggleichen Kundenspenden mit einer Unternehmensspende.

„Unsere Kundinnen und Kunden zeigen jeden Tag, wie viel wenige Cents bewirken können. Ihre Spenden ermöglichen konkrete Hilfe – dort, wo sie dringend gebraucht wird“, so Christina



*Goldhaus
Obertshausen*

VERTRAUEN IST GOLD WERT!
Ihr Partner für den Ankauf von Wertgegenständen:

- Gold
- Schmuck
- Silber
- Uhren
- Münzen
- Barren
- Antiquitäten

Seit über 20 Jahren
Ihr Experte vor Ort!

Holger Honig | Tel.: 06104 9 531315
Bahnhofstraße 58 | 63179 Obertshausen
Mo-Fr: 10-13 Uhr | 15-18 Uhr
oder nach Vereinbarung
www.goldhaus-obertshausen.de

Adventliche Orgelmusik und Lesungen

Schlüchtern. Die evangelische Kirchengemeinde Ramholz lädt zu einer besonderen Adventsmusik bei Kerzenschein am Sonntag, 14. Dezember (3. Advent) um 17 Uhr in der Ramholzer Kirche ein. Jürgen Eifert und Hartmut Darmstadt werden ausgewählte Orgelstücke und Choralbearbeitungen zur Adventszeit auf der historischen Ratzmannorgel spielen, dazwischen wird Prädikantin Silvia Berkel besinnliche Texte vortragen. Und die Besucher werden zum Mitsingen vieler bekannter Adventslieder herzlich eingeladen. Der Eintritt ist frei.

Stadt benötigt Zählerstände

Schlüchtern. In Kürze erhalten die Schlüchterner Bürgerinnen und Bürger eine Benachrichtigung per Post, um die Zählerstände ihrer Wasserzähler zu übermitteln. Das teilt die Stadtverwaltung in einer Pressemitteilung mit. Wichtig: Eine Übermittlung müssen nur diejenigen erledigen, die noch einen analogen Wasserzähler haben. Sollte bereits ein digitaler Wasserzähler im Einsatz sein, ist eine Meldung nicht nötig, da die Ablesung dann automatisiert geschieht. In diesen Fällen erhalten die Bürgerinnen und Bürger auch gar keine Benachrichtigung. Die Übermittlung soll bis spätestens Freitag, 12. Dezember, erfolgen. Dies kann über drei Wege erledigt werden: Am einfachsten geht es per Online-Formular über die Webseite schluechtern.de unter der Rubrik „Rathaus & Politik“ bei dem Punkt „Zählerstand-Übermittlung“. Der Zählerstand kann außerdem per Mail an zaehlerstaende@schluechtern.de geschickt oder per Fax (06661/85299) übermittelt werden. Eine telefonische Meldung ist nicht möglich. Für Rückfragen ist die Stadtverwaltung unter den Telefonnummern 06661/85204 oder 06661/85215 erreichbar.

Auto & Verkehr

Autohandel

Barankauf! Fahrzeuge, Pkw, Lkw, Busse, Wohnmobile aller Art, jeder Zustand, mit o. ohne TÜV. Auch Agria o. Motor-/Fahrräder. Faire Preise! ☎ 0177-2802695 auch WhatsApp

Pkw Ankauf

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

Gedenken an die Opfer der Euthanasie-Morde

Schüler der Henry-Harnischfeger-Schule besuchen Gedenkstätte Hadamar

Bad Soden-Salmünster. Schülerinnen und Schüler des Jahrgangs 9 der Henry-Harnischfeger-Schule Bad Soden-Salmünster besuchten die ehemalige Tötungsanstalt und heutige Gedenkstätte Hadamar, in der von den Nationalsozialisten in den 1940er Jahren 15.000 Menschen mit Behinderungen, psychischen Erkrankungen oder Kriegstraumata durch Gas und Gifteinjektionen getötet wurden. Die Gedenkstätte Hadamar beeindruckte die Jugendlichen auf grausame Art und vergegenwärtigte, dass sich niemand in einer Diktatur seines Lebens sicher sein kann. „Eine Diktatur macht mit ihren Grausamkeiten vor keiner Menschengruppe halt. Alleine die Tatsache, Leben in wertvolles und unwertes Leben einzuteilen, ist menschenverachtend.“, beschreiben einige Schüler.

An einer Stele mit der Inschrift „Mensch, achte den Menschen“ legte die Schülergruppe Rosen für die vielen Opfer ohne Gräber nieder. Besonders berührte sie neben dem Aufsuchen der Gaskammer im Keller der Tötungsanstalt die Arbeit mit Biografien: Zwei Brüder, die im gleichen Alter wie sie selbst waren, wurden kurz nacheinander getötet. Die Mutter der beiden wollte wegen des aufkommenden Zweifels nach dem Tod eines Sohnes den anderen nach Hause holen. Dies wurde schriftlich abgelehnt. Kurz darauf ging ein weiterer Brief bei ihr ein, der den Tod ihres anderen Sohnes bedauerte. Beide wurden – wie sich nach Kriegsende herausstellte – von Ärzten und Pflegern getötet. „Die Tötungen der Menschen wurden durch gefälschte Diagnosen und Todessursachen verschleiert.“, erklärte der Mitarbeiter der Gedenkstätte. „Wir dürfen nie vergessen, was im Nationalsozialismus passierte. Jeder Jugendliche sollte sich eine Gedenkstätte anschauen, damit man daraus lernen kann und wachsam ist.“, sind sich die Schülerinnen und Schüler einig. Auch den Klassenlehrkräften Nicole Dönges (9a), Julia Czech (9b), Anne von Monkiewitsch (9c), Elke Ziegler (9d) und Melanie Rosenberger (9e) ist es ein großes Bedürfnis mit Schülergruppen Gedenkstätten aufzusuchen: „Das „Nie wieder!“ ist Aufgabe und Auftrag aller schulischen Bildung. Die Henry-Harnischfeger-Schule leistet hierzu ihren Beitrag. Auch Erwachsene sollten die Chance ergreifen, geschichtliche



Die Lehre aus Hadamar und der Existenz weiterer Tötungsanstalten wird von der Stele mit der Inschrift „Mensch, achte den Menschen!“ im Kern getroffen. Eine Schülerin legt im Namen der Henry-Harnischfeger-Schule Rosen im Gedenken an die 15.000 getöteten Menschen nieder.

Lernorte aufzusuchen und Freiheit jederzeit vor Augen sich dadurch die Errungenschaften von Demokratie und

halten.“, so die Lehrkräfte abschließend.

FrigoCool GmbH
Kälte · Klima · Wärmepumpen

Sie schwitzen... wir flitzen

Dr.-Schmitt-Straße 52 · 63579 Freigericht
Telefon: +49 (0) 6055-9336161
E-Mail: info@frigocool.de

Adventskonzert der Stadtschule Schlüchtern

Schlüchtern. Am Donnerstag, 11. Dezember, lädt die Stadtschule Schlüchtern um 19 Uhr zum traditionellen Adventskonzert ihrer Bläserensembles in die Evangelische Kirche St. Michael Schlüchtern ein. Die Bläserklasse 5, die Young Band, die Concertband und die Big Band präsentieren an diesem Abend ein abwechslungsreiches Programm und stimmen mit modernen und klassischen Klängen auf die Adventszeit ein. Der Eintritt ist frei. Der Förderverein der Stadtschule bietet Getränke an.

Weihnachtskonzert in Sannerz

Musikvereine und Chorgemeinschaft laden ein

Sinnthal. Der Musikverein Weiperz und die Chorgemeinschaft Spessart gestalten am Sonntag, 21. Dezember, um 16 Uhr in der Pfarrkirche Mariae Himmelfahrt in Sannerz ein besonderes Weihnachtskonzert. Bei verschie-

denen Proben im Mehrzweckraum Sannerz haben sich die Orchester und der Gesangsverein auf das Konzert vorbereitet. Im Anschluss an das weihnachtliche Konzert gibt es vor der Kirche heiße und kalte Getränke sowie Würstchen vom Grill.

Bei dir liegt Sparen im Trend?

19% MwSt. geschenkt auf fast den gesamten Einkauf

Für bestehende und neue Bonus Club Mitglieder.

Ausgenommen alle Werbe- und Aktionsartikel aus den aktuellen und in den letzten 30 Tagen gültigen Prospekten auf moemax.de/prospekte

1) Gültig von 03.12.2025 bis 09.12.2025. Ausgenommen reduzierte sowie in unseren Prospekten oder Werbemitteln beworbene Ware, die im Haus gekennzeichnet ist. Bei Inanspruchnahme keine weiteren Konditionen (z.B. andere Gutscheine oder Rabattaktionen) möglich. Auf deinen Einkauf gewährt Dir mömax einen Rabatt in Höhe des Mehrwertsteueranteils, der anfallen würde. Der Mehrwertsteueranteil entspricht einer Minderung von 15,96% des jeweiligen Kaufpreises. Allerdings kann mömax aus gesetzlichen Gründen nicht die Mehrwertsteuer als solche erlassen. Der Kassenschein wird daher weiterhin eine Mehrwertsteuer ausweisen, jedoch bezieht sich diese auf einen entsprechend reduzierten Betrag. Der Kunde ist nicht berechtigt, die Erstattung des auf dem Kassenschein ausgewiesenen Mehrwertsteueranteils zu verlangen. Nicht gültig auf bereits getätigte Aufträge, Abverkauf- und SALE-Artikel, Gutscheine und Nahrungsmittel sowie Kauf von Produkten der Marken based, Bora, Bestpreis, KARE, Miele und Quooker. Pro Einkauf und Kunde nur ein Gutschein gültig. Alle Abschläge beziehen sich auf den Abholpreis. Keine Barauszahlung möglich. Mömax Deutschland GmbH, Mergentheimer Str. 59, 97084 Würzburg.

Dein Trendmöbelhaus in Fulda

mömax

Reisemobile

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

Dichter der „Ilias“	Figur aus Hamlet	Tier-mund	aus-spannen (sich ...)	Stirn-seite	Agent, Spion	un-redlich, nieder-trächtig	Ausflug, Wande-rung	Wechsel-rede	anre-gendes Getränk	be-stimmte Menge	durch-sichtiger Farb-überzug
Wider-stand (... bieten)	Geflügel	früheres Luft-druck-maß	nord-west-russ. Fluss	Getreide	auffällig modern Geklei-deter	Fahrrad mit Hilfs-motor	kurz für CD oder DVD	Lok mit angekop-pelten Wagen	verwe-sender Tier-körper	Tempe-ratur-einheit	
arm an Einfällen	der Wolf-gangsee	ausge-sucht, exquisit	flüss. Dünger Halbton unter d	engl. Frauen-name	Abk.: Unfall-daten-speicher	Winter-sportort in Slo-venien	Reife-prüfung (Kurzw.)	metall-haltiges Mineral	indl-scher Fürstin-nentitel	gefall-süchtig	
Ein-friedung	Sinnbild, Kenn-zeichen	Liste von Ge-sprächs-punkten	gezü-gener Wechsel	Ball-sportart	Abfahrts-, Abflug-steig (engl.)						
zu genie-ßen, unver-dorben		Fleisch-soßen-grund-lage	gebündel-ter Licht-strahl (Med.)	industri-eller Luftreiniger	Vorsilbe: Stern...	Aus-wuchs an Tier-köpfen	Bauch-organ				
Behörde	Gesims-streifen	lat.: betel		Fluss durch Inns-bruck	Vorfahr						
dt. Schau-spielerin (Anna)			engl. Weich-käse								
reno-vieren; wieder-beleben				latei-nische Vorsil-be: drei							
Fliegen-larve			Unsinn; törichtes Gerede								

Hilfe im Notfall

Polizei 110 · Feuerwehr 112 · Rettungsdienst 112
Giftnotruf (061 31) 192 40

Altkreis Schlüchtern 06. bis 12. Dezember 2025

Ärzte

Ärztlicher Bereitschaftsdienst Main-Kinzig-Ost

Gelnhausen, Linsengericht, Hasselroth, Freigericht, Gründau (Lieblos, Rothenbergen und Niedergründau), Biebergemünd. Brachtal, Birstein, Wächtersbach, Bad Orb, Bad Soden-Salmünster, Sinnthal, Steinau a. d. Straße, Jossgrund, Flörsbachtal, Schlüchtern.

Der regionale **Ärztliche Bereitschaftsdienst** ist erreichbar außerhalb der Praxiszeiten unter **Tel. 116117**. Wenn die Beschwerden keinen Aufschub bis zur regulären Sprechstunde erlauben, können Sie auch die Bereitschaftsdienstzentrale aufsuchen. Die **Bereitschaftsdienstzentrale in Schlüchtern** in den Main-Kinzig-Kliniken ist geöffnet am Wochenende Samstag und Sonntag sowie an Feiertagen und Brückentagen ab 8.00 Uhr, Montag, Dienstag und Donnerstag ab 19.00 Uhr, Mittwoch und Freitag ab 14.00 Uhr, jeweils bis 22.00 Uhr.

Apotheken

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

- 06.12.25: **Apotheke im Globus**, Wächtersbach
Main-Kinzig-Str. 21 (060 53) 7 07 90
- 07.12.25: **Propstei Apotheke**, Petersberg
Im Heiligengarten..... (066 1) 62 84 3
- 08.12.25: **Apotheke Freiensteinau**, Freiensteinau
Steinauer Str. 37..... (066 66) 402
- 09.12.25: **Apotheke am Schloss**, Birstein
Schlossstraße 10..... (060 54) 63 71
- 10.12.25: **Bahnhof-Apotheke**, NeuhoF
Bahnhofstr. 7..... (066 55) 9 86 86 13
- 11.12.25: **Vogelsberg-Apotheke**, Brachtal-Schlierbach
Wächtersbacher Straße 33 (060 53) 97 97
- 12.12.25: **Brüder-Grimm-Apotheke**, Steinau
Brüder-Grimm-Str. 119..... (066 63) 60 18

Infoveranstaltung zu ADHS

Fulda. Viele Familien stehen vor großen Herausforderungen, wenn ihr Kind von ADHS betroffen ist. Fragen wie „Was bedeutet diese Diagnose eigentlich genau?“, „Wie äußert sie sich bei meinem Kind?“ oder „Wie kann ich im Alltag unterstützend handeln?“ begleiten viele Eltern – oft verbunden mit Unsicherheit und dem Wunsch nach Orientierung. Um betroffene Familien und Interessierte zu unterstützen, lädt die Beratungsstelle „Keine Grenzen“ vom Träger Gemeinsam Leben – Gemeinsam Lernen zu einer Infoveranstaltung für Donnerstag, 11. Dezember, von 18 bis 20 Uhr ein. Der Vortrag wird von Rita Schöppner von der katholischen Bil-

dungsstätte Fulda gehalten, die sich seit vielen Jahren mit dem Thema ADHS sowie der Stärkung betroffener Kinder und ihrer Familien beschäftigt. Die Veranstaltung vermittelt grundlegendes Wissen über ADHS, zeigt die unterschiedlichen Erscheinungsformen auf und erklärt, wie sich die Diagnose im Verhalten eines Kindes bemerkbar machen kann. Gleichzeitig erhalten Eltern wertvolle, praxisnahe Hinweise, wie sie ihr Kind im Alltag fördern, entlasten und stärken können. Interessierte sind eingeladen, an der Infoveranstaltung teilzunehmen. Anmeldungen bitte unter Tel. 0661/480177930 oder beratung@gemeinsamleben-fulda.de.

Adventskonzert in Flieden

Flieden. Der Bariton Georg Rupprecht wird gemeinsam mit Reinhold Feldmann am Klavier das Adventskonzert der Gemeinde Flieden gestalten. Die Musiker präsentieren internationale Weihnachtslieder, deutsche Klassiker, französische Lieder, sowie „Let it snow“ von Jule Styne. Georg Rupprecht, der aus Hünfeld stammt, hat bereits zweimal den ersten Preis beim Wettbewerb Jugend musiziert gewonnen. Reinhold Feldmann war der Leiter des Fuldaer Konzertchors Winfridia. Das Konzert findet am Samstag, 20. Dezember, um 19 Uhr im Fliedener Rathaus statt. Einlass ist ab 18.30 Uhr. Tickets sind unter veranstaltungen.flieden.de erhältlich. Der Vorverkaufspreis beträgt 12 Euro, an der Abendkasse kosten die Tickets 15 Euro.

Exklusive

Neue Zeitung +Mittelhessen-Bote

Leserreise

CHALKIDIKI

Kavalas

EIN TRAUMURLAUB AUF DER HALBINSEL CHALKIDIKI

Kommen Sie mit nach Kassandra, auf den bekanntesten Finger der „Drei-Finger-Halbinsel“ Chalkidiki. Hier finden Sie die schönsten Sandstrände mit versteckten Badebuchten, luxuriöse Hotels, grüne ausgedehnte Pinienwälder und kleine, gemütliche Ortschaften für einen schönen Urlaubsbummel.

UNSERE LEISTUNGEN:

- Flug mit Lufthansa von Frankfurt nach Thessaloniki und zurück
- Alle Transfers vor Ort
- 7x Übernachtung im 4-Sterne PHILOXENIA HOTEL
- 7x Halbpension
- Sehr ansprechend und modern eingerichtete Zimmer mit DU/WC, Klimaanlage, WLAN, Safe
- Hoteleigener Pool sowie Kinderpool mit Sonnenliegen und Sonnenschirmen
- Fitnesscenter
- Tischtennis, Beachvolleyball, Boccia, Darts, Tretboote und Kanu
- Abwechslungsreiche Abendunterhaltung

Ausflugsprogramm:

- Rundfahrt Sithonia
- Panoramafahrt ins Landesinnere
- Kreuzfahrt zum Berg Athos
- Ausflug Philippi und Kavalas
- kleine Stadtrundfahrt in Thessaloniki am An- oder Abreisetag

Mit reiseWelt erleben Sie mehr – alle Ausflüge bereits inklusive!

Unser Preis für Sie

ab €1.349,- p.P.

Einzelzimmerzuschlag: ab € 250,-

Frühbucherpreis

Preis

19.05. – 26.05.2026 € 1.349,-

25.09. – 02.10.2026 € 1.399,-

Bitte bei Buchung angeben!

Buchungscode 5300

reisewelt

TEISER & HÜTER GMBH

Beratung & Buchung: 06655 9609-0

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

www.reisewelt-neuhof.de

ANZEIGE

Leben mit Multiplem Myelom

Wie finde ich den eigenen Weg bei einem Rückfall?

Das Multiple Myelom ist eine seltene, aber ernste Krebserkrankung des Knochenmarks. Die Symptome, wie Müdigkeit, Schwäche oder Knochenschmerzen, sind oft unspezifisch, weshalb die Diagnose häufig zufällig kommt. Rückfälle gehören zur Erkrankung dazu und können eine zusätzliche Belastung sein. Gerade in diesen Momenten ist es wichtig, aktiv zu bleiben und Zuversicht zu bewahren. Mit der richtigen Unterstützung und einem positiven Blick nach vorne können Betroffene ihren Weg zurück zu sich selbst finden.

Neue Initiative „ZURÜCK ZU DIR“ unterstützt Betroffene und Angehörige

GSK hat die Initiative „ZURÜCK ZU DIR“ ins Leben gerufen, um Menschen mit Multiplem Myelom bei

terstützen, den Alltag gestärkt zu meistern.

Ergänzt wird das Angebot durch eine Video-Podcast-Serie, die bewegende Geschichten und wertvolle Erfahrungen von Expert*innen und Betroffenen teilt. Der Facebook-Kanal „Zurück zu Dir – Leben mit Multiplem Myelom“ bietet Raum für Austausch und eine unterstützende Gemeinschaft. Zusätzlich sorgt ein WhatsApp-Kanal für eine einfache Möglichkeit, hilfreiche Informationen und aktuelle Inhalte direkt aufs Handy zu erhalten.

Erfahren Sie alles über „ZURÜCK ZU DIR“ und informieren Sie sich über unsere Kanäle – jetzt auf **Halt-bei-Krebs.de**.
NP-DE-MMU-ADV-R-250003; 11/2025

Rückfällen zu begleiten und zu stärken. Ein zentrales Element ist ein Kartenset mit wertvollen Tipps und alltagstauglichen Anregungen, inspiriert von Patient*innen, Ärzt*innen und Psycho-Onkolog*innen. Das Ziel: Mut machen und dabei un-

ANZEIGE

Deutschlands Sonderweg:

Eine verpasste Chance für die Reduzierung von Gesundheitsrisiken

In der Debatte, wie sich die Gesundheitsrisiken des Rauchens verringern lassen, rückt eine Produktkategorie in den Mittelpunkt: Nicotine Pouches, mit denen Deutschland einen regulatorischen Sonderweg geht. Die kleinen, tabakfreien Beutel werden zur Nikotinaufnahme unter die Oberlippe gelegt. Da sie ohne Verbrennungsprozess auskommen, entsteht kein schädlicher Rauch. Damit stellen sie für erwachsene Raucherinnen und Raucher eine potenziell risikoreduzierte Alternative zur Zigarette dar.

Während die Produkte in vielen europäischen Ländern Teil der Strategie zur Risikoreduzierung für Raucherinnen und Raucher sind, werden seit 2021 die Produkte hierzulande von einigen Behörden als neuartige Lebensmittel eingestuft, was zu einem faktischen Verkaufsverbot führt.

Das Beispiel Schweden zeigt aber, welches Potenzial eine andere Heran-

gehensweise bietet. Durch die breite Akzeptanz und Verfügbarkeit von rauchfreien Alternativen wie Nikotinbeuteln hat Schweden mit nur noch rund fünf Prozent die niedrigste Raucherquote in der EU. Das Land steht kurz davor, als „rauchfrei“ zu gelten.

Schadensminimierung als Gebot der Vernunft

British American Tobacco (BAT) setzt sich für eine deutsche Neubewertung und eine wissenschaftsbasierte Regu-

lierung ein. „Wir treiben den Wandel hin zu einer rauchfreien Welt aktiv voran. Dazu gehört, erwachsenen Raucherinnen und Rauchern eine Auswahl an potenziell risikoreduzierten Alternativen zur Zigarette anzubieten“, so Eduardo Borja Veiga, General Manager von BAT in Deutschland.

Das Prinzip der Risikoreduzierung (Harm Reduction) ist ein anerkannter Ansatz in der Gesundheitspolitik. Bei der Risikoreduzierung für Raucherinnen und Raucher geht es darum, Rauchende, die sonst weiterrauchen würden, zum vollständigen Umstieg auf alternative Produkte mit geringerem Risiko zu ermutigen. „Eine spezifische Regulierung für Nikotinbeutel würde nicht nur den derzeit unkontrollierten Schwarzmarkt beenden, sondern auch erwachsenen Rauchern eine geprüfte und kontrollierte Alternative zugänglich machen. Es ist an der Zeit, die Debatte neu zu führen.“

Foto: Andrey Popov/iStock by Getty Images



GETRÄNKE • FACHMARKT

Angebote gültig vom 08.12. – 13.12.2025

Jede Woche erfrischende Angebote!

Coca-Cola Kombikasten

teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 11,
zzgl. 3,60 € Pfand,
11 = 0,92 €

Aktion!

+ 2
Flaschen
GRATIS!

ANGEBOT

10.99

Entspricht einem
Kastenpreis von **9,42 €**.

Licher Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,10 €

Lammsbräu Bio Bier*

diverse Sorten,
Kasten = 10 x 0,5 l,
zzgl. 2,46 € Pfand,
11 = 2,20 €

Aktion!
+ 2 Flaschen
naturtrüb
alkoholfrei
GRATIS!

-21%

10.99

9.99

11 = 2,00 €

Duckstein*

Rotblond Original,
Kasten = 8 x 0,5 l,
zzgl. 2,14 € Pfand,
11 = 3,25 €

14.99

12.99

Guinness

Extra Stout,
Kasten = 11 x 0,5 l,
zzgl. 2,38 € Pfand,
11 = 2,36 €

-21%

12.99

Weißenoher Bier

diverse Sorten,
außer Bonifatus,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
11 = 1,40 €

Aktion!
+ 2 Flaschen
Bonifatus
Dunkel
GRATIS!

ANGEBOT

13.99

Entspricht einem
Kastenpreis von **12,72 €**.

Veltins Pilsener

Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,20 €

★

★

Flensburger Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
11 = 2,12 €

16.99

13.99

Paulaner Münchner Hell

Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,40 €

-30%

13.99

Budweiser Budvar

Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,50 €

-25%

14.99

13.99

11 = 1,40 €

Ayingen Jahrhundert Bier

Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,50 €

-25%

14.99

13.99

11 = 1,40 €

ANGEBOT

11.99

10.99

11 = 1,10 €

Erdinger Brauhaus, Weißbier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
11 = 1,60 €

Aktion!
+ 2 Flaschen
Brauhaus
Helles
alkoholfrei
GRATIS!

ANGEBOT

15.99

Entspricht einem
Kastenpreis von **14,54 €**.

Benediktiner Hell, Weissbier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
11 = 1,60 €

-24%

15.99

RhönSprudel Mineralwasser

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,50 €

-25%

5.99

5.49

11 = 0,46 €

Adelholzener Mineralwasser

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,67 €

★

★

ANGEBOT

5.99

5.49

11 = 0,61 €

top frisch Orangensaft

Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
11 = 1,50 €

ANGEBOT

8.99

RhönSprudel Glück

ApfelGlück, BeerenGlück,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 1,19 €

11.99

9.99

8.99

11 = 1,07 €

Charakter im Glas für echte Genießer

Asbach Uralt

0,7 l - Flasche,
11 = 14,27 €

ANGEBOT

9.99

Absolut Vodka

0,7 l - Flasche,
11 = 14,27 €

ANGEBOT

9.99

Aha Excelsior

Kräuter-Liqueur,
0,7 l - Flasche,
11 = 15,70 €

13.49

10.99

9.99

11 = 14,27 €

Monster Energy

diverse Sorten, koffeinhaltig,
0,5 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
11 = 1,98 €

ANGEBOT

0.99

Doppio Passo Primitivo

diverse Sorten,
0,75 l - Flasche,
11 = 7,32 €

-21%

5.49

4.99

11 = 6,65 €

RhönSprudel Mineralwasser

diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
11 = 0,75 €

★

★

-22%

4.49

3.99

11 = 0,67 €

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!



1x
Thermomix TM7



1x
TRESKO
Glühweinkocher



Bombay Sapphire

Dry Gin,
0,7 l - Flasche,
11 = 22,84 €

-27%

15.99

Johnnie Walker Black Label

Blended Scotch
Whisky,
Aged 12 Years,
0,7 l - Flasche,
11 = 2713 €

-27%

18.99

-22%

4.49

3.99

11 = 0,67 €

*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

Warum wird mein Haar dünner und lichter?



Schütteres Haar kann viele Ursachen haben. Die gute Nachricht: Sie können etwas dagegen tun!

Das sieht niemand gerne – nach dem Kämmen finden sich zahlreiche Haare in der Bürste oder dem Waschbecken. Gerade bei dünnerem Haar ist die Sorge groß, dass es noch mehr an Volumen einbüßen könnte. Wichtig zu wissen ist: Dass die Haare ausgehen, ist grundsätzlich normal und dem natürlichen Wachstumsprozess geschuldet. Sind es jedoch täglich mehr als 100 oder

wachsen nur mehr dünne Haare nach, sollte man gegensteuern. Dazu ist es wichtig, die möglichen Ursachen zu kennen.

Warum die Haare ausfallen
Dass die Haare erst im Alter langsam dünner werden, ist ein weit verbreiteter Irrglaube. Tatsächlich gibt es zahlreiche andere Gründe für abnehmendes Haarvolumen, die Frauen in jedem Alter betreffen können. So kann die hormonelle Umstellung im Wechsel oder nach der

Schwangerschaft den Wachstumszyklus der Haare verkürzen, wodurch die Haare lichter werden. Auch mit der falschen Pflege kann man ungewollt Schaden anrichten. Zu häufiges Föhnen oder Haarewaschen (vor allem mit Shampoos, die Silikone enthalten) kann die Haare schnell austrocknen, wodurch sie stumpf und brüchig werden.

Kraftschub von innen
Was viele nicht wissen: Auch ein Ungleichgewicht im Nährstoffhaushalt kann zu dünnem, sprö-

dem und brüchigem Haar führen. Umso wichtiger ist es, die Haarfollikel von innen heraus zu unterstützen. Gegensteuern kann man mit der richtigen Nährstoffkombination: Eine gezielte Versorgung mit Biotin leistet einen Beitrag zum Erhalt normaler Haare. Steht dem Haar zu wenig davon zur Verfügung, kann nicht ausreichend Keratin gebildet werden und es wird spröde und brüchig. Durch die Zugabe der wichtigen Spurenelemente Eisen, Zink und Selen werden die Haarwurzeln umfassend mit Aufbaustoffen versorgt.

Was Apotheker empfehlen
Diese Kombination an Nährstoffen ist in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten enthalten. Ergänzt wird die einzigartige Formulierung durch hochreinen Schwefel (MSM) und Silizium, das in Kieselerde und Goldhirse enthalten ist. Bereits im Mittelalter war die Goldhirse als „Schönheitskorn“ bekannt. Seit einiger Zeit ist das Qualitätsprodukt aus Österreich auch in Deutschland erhältlich und überzeugt Anwender und Apotheker gleichermaßen. Nicht umsonst ist es bei unseren Nachbarn das bereits seit Jahren führende Produkt im Bereich Haut, Haare und Nägel.*

Wichtig
Haare wachsen im Durchschnitt nur 1,5 cm pro Monat. Für ein bestmögliches Ergebnis sollte das Produkt daher über einen längeren Zeitraum eingenommen werden.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 09/2025.



TIPP: Kopfmassage

Neben den Nährstoffen in Dr. Böhm® Haut Haare Nägel macht es auch Sinn, sich von Zeit zu Zeit eine Kopfmassage zu gönnen. Eine

solche ist nicht nur angenehm, sondern sorgt auch für eine bessere Durchblutung der Haarwurzeln in der Kopfhaut, wodurch die Nährstoffe noch besser vom Haar aufgenommen werden können. Verwenden können Sie dafür Ihre Hände (wie beim Einschäumen der Haare mit Shampoo) oder spezielle Bürsten oder „Kopfkrauler“.

APOTHEKEN-TIPP BEI SCHÜTTEREM HAAR



Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✔ Biotin, Zink und Selen für den Erhalt normaler Haare
- ✔ Hochdosierte Kieselerde und Goldhirse liefern Silizium
- ✔ Natürlicher Schwefel (MSM) und wichtige Spurenelemente

Dr. Böhm® Haut Haare Nägel in Ihrer Apotheke.
Monats-Packung - 60er, PZN 15390975, UVP 19,90 €
3-Monats-Kur mit Preisvorteil - 180er, PZN 19485477, UVP 49,90 €

FundGrube

Bekanntschaften

Hüb. Witwe Ulla, 64 J., schon zu viele Weihnachten u. Silvester habe ich allein verbracht. Jetzt ist das Jahr schon wieder fast vorbei u. ich möchte Dich (einen ehrl. Mann bis 75) endlich finden. Bin eine sichere Autofahrerin, familiär unabhängig, koche für mein Leben gern u. würde auch umziehen. Kostenl. Anruf. Pd-Seniorenglück ☎ 0800-7774050

Witwe, Anfang 70, wünscht sich wieder einen netten Mann, der das Alleinsein ebenso satt hat wie ich. Bin unkompliziert, schlank, ansehnlich, lebe in besten finanziellen Verhältnissen und offen für alles Neue. Gehe gerne mal aus, liebe aber auch mein gemütliches Heim.Chiffre 13966

Hallo, bin die Bärbel, 73 Jahre jung, eine warmherzige, hübsche Witwe ohne Anhang, bin sehr gerne Frau und suche pv einen lieben, zärtlichen Mann, den ich gerne umsorgen u. verwöhnen möchte, auch bis ca. 80 Jahre. Weihnachten zu zweit - wäre doch so schön. ☎ 0151-62913878

Wer hat Lust auf einen Gruppenspaziergang (ca. eine Std.) im Bad Nauheimer Kurpark? Dieser Spaziergang richtet sich an Personen, die ihren Freundes-/Bekanntenkreis erweitern möchten oder auf Partnersuche sind. Eine herzliche Dame freut sich auf Ihren Anruf unter ☎ 06034-4049464.

Dauerhafte Freundschaft und Verbundenheit. Sie, 77, schlank, 1,65 m, verw., NR, NT, solide und zuverlässig, sucht bodenständigen Mann mit Herzenswärme und Verstand bis 80 Jahre im Raum Hanau und Umgebung Chiffre 13981

Netter Mann, 54 Jahre, 1,76m groß sucht reife, ältere Dame / Witwe für erotische Treffen. Nur Mut. ☎ 0151/40788937

Witwer, 74, sucht Sie! ☎ 0151/11184083

Dienstleistungen

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

Handwerker hat Termine frei! Ich verlege Fußböden, streiche, tapeziere, Trockenbau, Fliesen verlegen. ☎ 0151-19131096

Dienstleistungen

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

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

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

Seit mehr als 20 Jahren Erfahrung! Garten- und Landschaftsbau/ Pflasterarbeiten/ Hausmeisterervice und Hausisolierungen. Hoti Garten- und Landschaftsbau, Wiesenstr. 20 b, 63584 Gründau. ☎ 0170/8031284

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

Fahrräder

E-Bikes mit Bosch-Antrieb zu absoluten Tiefstpreisen! Tiefeinsteiger ab 1.299,- €. E-MTB ab 1.799,- €, E-MTB Fully ab 2.999,- €. Schnell sein lohnt sich. Angebot nur solange der Vorrat reicht. E-Bike Center Gründau, Gelnhäuser Str. 15b, 63584 Gründau. Öffnungszeiten Mo.-Mi. 10-18 Uhr, Do. + Fr. 12-18 Uhr.

Flohmarkt

Hausflohmarkt. Wann: 14.12.2025, 13 Uhr-16 Uhr. Wo: Breslauer Straße 8, 63637 Lettgenbrunn. Zum Verkauf stehen: Möbel, Vitrinen, Bilder, Persepteppiche uvm. Zahlungsoptionen: Bar & Paypal.

Vorankündigung: Großer Flohmarkt am So. 14.12. in Gründau-Lieblös am Höffner-Möbelhaus - trödeln, schlemmen und genießen - Jeder kann mitmachen! Info: lampert-maerkte.de und bei facebook, ☎ 02473/20596-50.

Kontakte

Bus-Wunder, OW75H, H+H. 0176-68423222

Freizeit

Freizeitgruppe in deiner Nähe mit Meet5! Gemeinsam aktiv sein & neue Leute kennenlernen: Wandern, Stammtische, Tanzen u.v.m. Alter: 50-70+ Jahre. Meet5 App jetzt herunterladen!

Haushaltsauflösungen

Wir bieten Haushaltsauflösungen, Entrümpelungen und Umzüge mit Wertanrechnung an. Unser kompetentes Team arbeitet zuverlässig, schnell und sauber. Freistpreisgarantie. Holen Sie sich Ihr Angebot kostenlos und unverbindlich. Klemens-Umzüge24 ☎ 0152/08264256

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

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

Kaufgesuche

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

Aus alten Sachen Geld machen! Ich kaufe Pelze aller Art, Haushaltsauflösungen, Nachlässe, Zinn, Möbel, Porzellan, Bierkrüge, Mode- und Goldschmuck, Silberbesteck, Kameiras, Zahngold, Uhren aller Art (auch defekte), Münzen aller Art, Ferngläser, Militärsachen, Puppen, Bilder, Musikinstrumente, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bernstein. Alles anbieten! Auch am Wochenende. ☎ 06181-9996567

Kaufgesuche

Frau Raffael kauft an Pelze aller Art, zahle bis zu 5000,- €. Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernsteinerschmuck, Perücken, Puppen, Lederjacken und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteneinschätzung. Zahle absolute Höchstpreise! 100% seriös und diskret! Barabwicklung vor Ort. Mo. - So.: 8.00 - 20.00 Uhr ☎ 0178/3859714

Achtung! Seriöser Barankauf von alten Möbeln, Porzellan, Fotokameras, Bierkrüge, Bilder, Uhren, Ferngläser usw. Auch kpl. Nachlässe od. aus Wohnungsaufösungen. Gerne auch defekte Sachen. Alles anbieten! Zahle Höchstpreise. Kostenl. Anfahrt, Beratung sowie Werteneinschätzung. Seriöse u. diskrete Barabwicklung. ☎ 06181/14164

Privater Ankauf von neuen und alten Antiquitäten. Ich suche Gegenstände aller Art: Zinnfiguren, Zinnwaren, Silberbesteck, Porzellan, Bilder, Münzen, Uhren und Sammlerstücke. Privatankauf fair, diskret und zuverlässig mit kostenloser Besichtigung. D. Hermann. Mobil: 01578/1228759. E-Mail: danjamohermann@gmail.com

Kaufe Trödel, Sachen an Haushaltsauflösungen und vieles mehr. Schreibmaschine, Nähmaschinen, Teppiche, Puppen, Münzen, Schallplatten, Ferngläser, Schmuck, Uhren aller Art, auch defekt, Trachten, Mode, Pelze, Zahngold, Militärsachen, Kleidung. Komme vorbei, zahle bar und fair. ☎ 0163/0481446

Suche antike Sachen aller Art: Klamotten, Möbel, Porzellan, Schmuck, Bernstein, Lederwaren, Zahngold, Manschetten, Besteck, Bilder, Teppiche, Pelze, Parfum, Perlen, Sammlerstücke und vieles mehr. Anrufen u. nachfragen. Faire Preise u. seriöse Abwicklung! ☎ 0157/58701784

Info! Timo su. Pelze aller Art, Zinn, Silber, Gold, Modeschm., Korallen, Münzen, def. Uhren, Teppiche, Bernstein, Flohmarktsa., Möbel u. Militärs., zahle bar u. fair, komme auch am WE. ☎ 06181-3029629

Suche Weihnachtsskrippe (mit oder ohne Stall) - U. Freund, ☎ 06052-9194380

Reinigung

Blitz Blank! Fenster/Rahmen, Wintergartenreinigung gefällig od. Grundreinigung Ihrer Wohnung? Wir reinigen auch Ihre Wohnung alle 14 Tage, auch Teppiche/Teppichböden, Polstermöbel u. Matratzen, antialergisch, farbfrisch wie neu mit Geruchsbeseitigung und Langzeit Imprägnierung. 54 Jahre Ralf Hüber Meisterbetrieb: ☎ 06101-3132

Rund ums Haus

Haus- u. Gartenservice! Wir erledigen Ihre Gartenarbeiten aller Art: Hecke schneiden, Unkraut entfernen, Beete säubern, Teichreinigung, Baumfällung, sonstige Arbeiten nach Vereinbarung uvm., kostenlose Entsorgung. Keine lange Wartezeiten, kurzfristige Termine frei, ein Anruf genügt. 20 % Neukundenrabatt! ☎ 0155-63497318

RJL Haus u. Garten. Wir bieten an: Maler- u. Tapezierarbeiten, Putz u. Anstrich außen, Trockenbau, Badsanierung, Fliesenarbeiten, Dachrinnen, Kellersanierung innen u. außen, Pflasterarbeiten. ☎ 0155/10736733

Alles aus einer Hand, Innenausbau, Trockenbau, streichen, fliesen, Gartenarbeit, Pflasterarbeiten, kostenlose Besichtigung ☎ 0152/59815003

Umzug

Umzüge

seit über 50 Jahren

H. Schilling

Nah und fern - Lagerung

Gelnhausen ☎ 060 51/887458
Hanau ☎ 06181/2 1700
www.umzuege-schilling.de

Verkäufe

Buche Brennholz von priv. Trocken, sofort brennbar! Als Raummeter! Solange Vorrat reicht! Top Qualität, Scheitlänge 25 od. 33 cm, 145,- €/RM. ☎ 0151/46276571

IMPRESSUM

Mittelhessen-Bote

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

Verleger: Oliver Naumann,
Eckhard Naumann
Geschäftsführer: Oliver Naumann,
Jochen Grossmann
Verlagsleiter: Carsten Lohmüller
Chefredakteur: Thomas Welz
Anzeigen/Key-Account: Johanna Röder
Vertriebsleiterin: Manuela Hoyer

Anzeigenannahme:
Montag bis Freitag von 8.00-17.00 Uhr,
Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Bei telefonisch aufgegebenen Anzeigen keine Gewähr. Zur Zeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 38/51.

Der Mittelhessen-Bote erscheint mit den Regionalausgaben Gelnhäuser Bote, Hanauer Bote, Mainhauer Bote, Langenselbolder Bote, Schlüchternener Bote, Fuldaer Land-Bote, Wetterauer Wochen-Bote, Bidingor Bote, Oberhessen-Bote. In der Ausgabe Main-Kinzig-Bote werden die amtlichen Bekanntmachungen des Main-Kinzig-Kreises und folgender Städte und Gemeinden veröffentlicht: Gelnhausen – Mitteilungsblatt; Langenselbold – Langenselbolder Bote; Wächtersbach – Wächtersbacher Stadtanzeiger.
Gründau – Gründauer Anzeiger; Freigericht – Freigerichter Bote; Hasselroth – Hasselrother Anzeiger; Linsengericht – Linsengerichter Anzeiger; Biebergünd – Wochenblatt Biebergünd.
Auflage: 306.360
Kombination mit Gießener Zeitung, Auflage: 128.875, **Gesamtauflage:** 435.235
Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder werden weder Gewähr übernommen noch eventuelle Kosten erstattet. Für den Inhalt der Anzeigen übernehmen wir ebenfalls keine Haftung.

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

Der Mittelhessen-Bote erscheint am Wochenende. (Änderung der Erscheinungstermine vorbehalten). Bei Nichterscheinen infolge höherer Gewalt, bei Streik, Aussperrung u.ä. Gründen, besteht kein Anspruch auf Entschädigung. **Verteilung:** kostenlos an die Haushalte **Bezugspreis bei Postzustellung:** 2,50 € zzgl. MwSt.

Verlag und Herstellung:
Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1 - 63571 Gelnhausen
Zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum genannten Verantwortlichen.

Falls Sie unsere Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, eine E-Mail an zustellung@bote.de zu senden und einen Aufkleber mit dem Hinweis "Bitte keine kostenlosen Zeitungen" an Ihrem Briefkasten oder Zeitungsrohr anzubringen.

Redaktion (06051) 833-202
Werbemarktung (06051) 833-244
Zustellung (06051) 833-299

Der Nordwind-Effekt: Studie belegt positive Eigenschaften für Körper und Geist

ANZEIGE

Frische Brise im Gesicht, salzige Luft in der Nase – und plötzlich ist der Kopf frei, die Gedanken leicht. Wind mag unscheinbar wirken, doch eine aktuelle Umfrage des Markt- und Meinungsforschungsinstituts Civey zeigt: Er beeinflusst unser Wohlbefinden spürbar.

58 Prozent der Deutschen geben an, dass bereits eine leichte Brise dabei hilft, den Kopf freizubekommen – eine gute Voraussetzung dafür, sich im Urlaub erholen zu können. Fast die Hälfte der Deutschen verbindet eine Meeresbrise direkt mit Entspannung und Urlaubsgefühl. Ebenso empfinden rund 50 Prozent Wind als erfrischend und belebend oder als beruhigend und entspannend. Dabei wird Wind vor allem mit Frische, Energie und Lebendigkeit verbunden – ein unsichtbarer Impuls, der Sinne und Stimmung gleichermaßen belebt.

Besonders Schleswig-Holstein profitiert von diesem natürlichen Effekt:

Mit durchschnittlich 364 windigen Tagen im Jahr bietet der echte Norden ideale Bedingungen, um Körper und Geist zu aktivieren. Zwischen Nordsee und Ostsee, Dünen, Deichen und Steilküsten ist Wind allgegenwärtig – und macht die Region zum perfekten Reiseziel für alle, die Entspannung mit Action und Abenteuer verbinden möchten.

Ob Kitesurfen auf Sylt, Segeln auf der Schlei, Strandsegeln in St. Peter-Ording oder Wandern entlang der Ostseeklippen – Wind belebt die Sinne und lässt die Seele durchatmen. Wer draußen aktiv ist, erlebt Wind als natürlichen Impulsgeber: Er fordert den Körper, regt die Sinne an und schafft zugleich Raum für einen klaren Kopf.



Garagen

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

Gew.-Immob.-Gesuche

Suche Scheune in Maintal als Lagerplatz zur Miete ☎ 0171-6009179 info@dachbau-oertlek.de

Suche Haus mit Scheune in Maintal zur Miete ☎ 0171-6009179 Info@dachbau-oertlek.de

Grundstücke

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

Immob.-Gesuche

Tierärztin sucht Bauernhof
FVI Makler 06021-4424400

Immobilien

Schramm-Immobilien.de

Immobilienmarkt

Mietgesuche

Zuverlässige Familie (2 Erw., feste Jobs, 2 Teens, kleiner Hund) sucht nach EB-Kündigung Haus/Wohnung mit Garten zur Miete. Freigericht & Umkreis. ☎ 0171-3398033

Vermietungen

L'selbold, 1ZW, 50m², EG 450,-€ + NK; 3ZW, 80m², EBK 680,-€ + NK; ☎ 0163/1875885

GN-Höchst: 2 Zi.-DG-Whg., 76 m², EBK, Tgl.-Bad, DU/Badewa., Diele, neu renoviert, € 750,- inkl. Stellpl., Uml. € 240,-, Kt. € 1.500,-, frei ab sofort. ☎ 0162-9326580

Vermietungen

Altstadt-Höchst, renovierte 3 1/2 Z-Whg. mit EBK, Bad, Balkon, Garage. Ab sofort frei, Preis 850 Euro warm, Kauton. ☎ 06047/1006

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

Mittelhessen-Bote

Finden + Verkaufen

Telefon 06051 833-241



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

Stellenangebote

Suchen Haushaltshilfe in Gelnhausen für 3x in der Woche vormittags. Zuschriften bitte an den Verlag unter Chiffre 14240

Stellenangebote

Küchenhilfe in Vollzeit gesucht! Renommiertes Restaurant in Gelnhausen "Bergschlösschen" sucht Küchenhilfe (m/w/d) in Festanstellung. Arbeitszeit täglich 15-22 Uhr. Di Ruhetag. Brutto ca. 2.800€. Deutsch- oder Italienisch- Kenntnisse erforderlich. ☎ nach 17 Uhr - 06051/472647.

Schullandheim Wegscheide (Bad Orb) sucht Reinigungskräfte / 14,40 € Küchenkräfte / 14,90 € Infos unter www.wegscheide.org 0160/320 33 35

Mittelhessen-Bote

Stellenanzeigen bringen Erfolg!



Das Druck- und Pressehaus Naumann ist ein renommiertes Medienhaus, das sich den Herausforderungen einer digitalen Zukunft stellt. Unser Team ist unser größtes Kapital, und wir suchen eine professionelle Unterstützung, die unser dynamisches Wachstum mitgestalten möchte.

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir aktuell

Zusteller (m/w/d)

für die Gelnhäuser Neue Zeitung in Voll- oder Teilzeit

Ihre Aufgaben:

- Zustellung von Montag bis Samstag zwischen 24.00 und 6.00 Uhr in wechselnden Gebieten

Ihr Profil:

- Sie sind volljährig.
- Sie besitzen einen Führerschein der Klasse B sowie einen PKW oder Roller.
- Sie sind zuverlässig, pünktlich und haben Verantwortungsbewusstsein.
- Sie verfügen über gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift.

Wir bieten Ihnen:

- Verschiedene Arbeitsmodelle von Teilzeit bis Vollzeit (18–36 Std. die Woche möglich)
- Eine attraktive Vergütung (Stundenlohn + steuerfreie Nachtzuschläge)
- Einen heimatnahen Arbeitsplatz und somit kurze Arbeitswege
- Eigenverantwortliches Arbeiten

Werden Sie Teil unseres Teams und sorgen Sie dafür, dass unsere Leserinnen und Leser täglich bestens informiert sind.

Bewerben Sie sich noch heute per E-Mail an: karriere@gnz.de. Wir freuen uns auf Sie!



DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN

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

Früh aufstehen

lohnt sich!



Das Druck- und Pressehaus Naumann ist ein renommiertes Medienhaus, das sich den Herausforderungen einer digitalen Zukunft stellt. Unser Team ist unser größtes Kapital, und wir suchen eine professionelle Unterstützung, die unser dynamisches Wachstum mitgestalten möchte.

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir aktuell

Zusteller (m/w/d)

für die Gelnhäuser Neue Zeitung auf Minijob-Basis.

In den Gebieten: Geislitz, Fischborn, Bösgesäß, Oberreichenbach, Birstein, Hettersroth, Mernes, Marjoß, Kassel, Pfaffenhausen, Wächtersbach, Hesseldorf, Neudorf, Weilers

Ihre Aufgaben:

- Zustellung von Montag bis Samstag in den frühen Morgenstunden bis 6.00 Uhr

Ihr Profil:

- Sie sind volljährig.
- Sie besitzen einen Führerschein der Klasse B sowie einen PKW oder Roller.
- Sie sind zuverlässig, pünktlich und haben Verantwortungsbewusstsein.
- Sie verfügen über gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift.

Wir bieten Ihnen:

- Eine attraktive Vergütung
- Einen heimatnahen Arbeitsplatz und somit kurze Arbeitswege
- Arbeitszeiten vor dem üblichen Tagesgeschäft
- Eigenverantwortliches Arbeiten

Werden Sie Teil unseres Teams und sorgen Sie dafür, dass unsere Leserinnen und Leser täglich bestens informiert sind.

Bewerben Sie sich noch heute per E-Mail an: karriere@gnz.de. Wir freuen uns auf Sie!



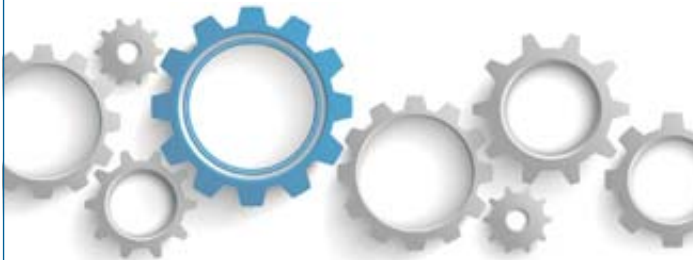
DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN

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

Mittelhessen-Bote

Jobbörse

Telefon 06051 833-241



Handwerker willkommen – wir freuen uns auf dich!

Maler- & Lackierer (m/w/d)

Raumausstatter (m/w/d)

Trockenbauer (m/w/d)

Profil: Berufsausbildung oder Erfahrung, Führerschein

Wir bieten: Leistungsgerechte Entlohnung
Über tarifliche Zulagen
Betriebliche Altersvorsorge
Fortbildungsmöglichkeiten
tolles Team

Bewerbung gerne telefonisch oder per Mail
Telefon 06051 976671 E-Mail esther@hummel-baudekoration.de

Hummel KLUGES HANDWERK
Ferdinand Hummel Baudekoration GmbH
Schulstraße 2, 63571 Gelnhausen



Physiotherapeut*in

Hallo, wir suchen genau Dich,

als qualifizierte/r Physiotherapeut*in mit Schwerpunkt Lymphdrainage in Teil- oder Vollzeit.

Wenn Du Lust hast auf einen angenehmen Teamspirit und ein spannendes wie auch abwechslungsreiches Aufgabengebiet im direkten Kundenkontakt und in einer modernen Praxisumgebung, dann sende uns Deine Bewerbung an unsere E-Mail-Adresse: info@physio-special.de

Wir freuen uns auf Dich, Dein Team von Physio Special! https://physio-special.de



Physio Special

Makes Me Move

Wirtheimer Str. 17 · 63599 Biebergemünd · Tel. 06050/8069760

Abwasserverband Freigericht

Körperschaft des öffentlichen Rechts

Wir suchen ab sofort

Mitarbeiter (m/w/d)

aus den Fachrichtungen

Abwassermeister, Fachkraft für Abwassertechnik, Elektrotechnik und Schweißen

Ihre Aufgaben

- Durch Wartung und Instandhaltung, Fehlersuche und Reparatur sorgen Sie für die größtmögliche Verfügbarkeit der Maschinen und elektrotechnischen Anlagen des Verbandes
- Verfahrenstechnische Steuerung der Kläranlagen und Pumpstationen des Verbandes
- Kontrolle und Unterhaltung der Entsorgungsinfrastruktur im Verbandsgebiet

Ihr Profil

- Eine abgeschlossene Ausbildung in den oben genannten Bereichen oder eine vergleichbare Qualifikation
- Eine mehrjährige Berufserfahrung
- Eine sorgfältige und präzise Arbeitsweise
- Zuverlässigkeit und hohes Verantwortungsbewusstsein
- Teamfähigkeit
- Führerschein Kl. B
- Interesse an einer Weiterbildung in der Verfahrenstechnik der Abwasserbewirtschaftung
- Bereitschaft zum gelegentlichen Leisten von Bereitschafts- und Wochenenddiensten

Wir bieten

- Ein unbefristetes Arbeitsverhältnis im öffentlichen Dienst
- Einen krisensicheren Arbeitsplatz
- Weihnachtsgeld und Leistungsprämie
- E-Bike-Leasing
- Kostenfreie Zurverfügungstellung von Arbeitskleidung und hochwertiger persönlicher Schutzausrüstung
- Aktive Fort- und Weiterbildung

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung bis zum 12.01.2026 an info@av-freigericht.de oder per Brief an Abwasserverband Freigericht, Am Heegwald 1, 63594 Hasselroth.

NORMA®

Mehr fürs Geld. zu Weihnachten

Kuscheliges Plüschtier
versch. Varianten mit 1x Kinder Country, 1x Kinder Bueno, 1x Kinder Riegel und 7x Kinder Schoko-Bons, je 133 g (1 kg = 60,08)

20% billiger
UVP 9,99
7,99*



Weihnachts-Tafelchen einzeln verpackte Mini-Tafeln aus Alpenmilchschokolade mit Milch-crème-Füllung je 150 g (1 kg = 26,60)

20% billiger
UVP 4,99
3,99*



Feine Pralinés Zartbitter oder Vollmilch gefüllt mit edlen Schladerer Obstbränden in den Sorten Kirsch-wasser, Himbeergeist oder Williams-Birne, je 148 g (1 kg = 30,-)

47% billiger
UVP 8,50
4,44* **2 Pralinen gratis**



Eierlikör Pralinés mit flüssig gefülltem Kern in Zartbitter- oder Vollmilch-Chocolade je 120 g (1 kg = 37,-)

44% billiger
UVP 7,95
4,44* **Fläschchen gratis**



Feine Kugeln versch. Sorten, z. B. Alpenmilch je 90 g (1 kg = 24,67)

25% billiger
UVP 2,99
2,22*
33% billiger
Nur gültig mit NORMA Plus App von 08.12. bis 14.12.2025
1,99**



Nussklasse verschiedene Sorten, z. B. Honig-Salz-Mandel je 100 g (1 kg = 14,90)

34% billiger
statt 2,29
1,49*
Aktionszeitraum: 08.12. bis 14.12.2025



1,5 Liter
Naturelle je 1,5 l, zzgl. -25 Pfand (1 l = -39)

50% billiger
statt 1,19
-,59*
Aktionszeitraum: 08.12. bis 14.12.2025



2 Kästen Stubbi Pils je 2x20x0,33 l, zzgl. 2x3,10 Pfand (1 l = 1,32)

34% billiger
statt 26,40
17,40*
Aktionszeitraum: 08.12. bis 14.12.2025



ab Montag, 8. Dezember

Apfel vom Bodensee Deutschland, Friedrichshafen Kl. I, Sorten: Elstar, Braeburn oder Jonagold, große Früchte, Kal. 75/85 + 80/90 mm, je 2,5 kg (1 kg = 1,04)

große Früchte!
2,5 kg!
2,59*
(Abbildung ähnlich)



Clementinen mit Blatt Spanien – Premium Sorten leicht schälbare, ausgewählte Früchte. je 2 kg (1 kg = 2,-)

2 kg!
3,99*
(Abbildung ähnlich)

Mini Pflaumen Rispentomaten Niederlande Kl. I, Sorte: Anzella, je 750 g (1 kg = 4,44)

750 g!
3,33*
(Abbildung ähnlich)



Mozart Kugeln Constanze Classic oder Vollmilch je 200 g, **8 + 2 Kugeln gratis**, (1 kg = 23,45)

21% billiger
UVP 5,99
4,69*
33% billiger
Nur gültig mit NORMA Plus App von 08.12. bis 14.12.2025
3,99**



Eierlikör Goldene Henne Eierlikör & Bratapfel Goldene Henne Eierlikör & Bratapfel vereint die Süße von Bratäpfeln mit der cremigen Note von Eierlikör. 15 % vol, je 0,7 l (1 l = 8,56)

25% billiger
UVP 7,99
5,99*



Erfrischungsgetränk teilweise koffeinhaltig, je 2 l, zzgl. -25 Pfand (1 l = -65)

49% billiger
Zum Vergleich: UVP 1,25 l = 1,59
1,29* **2 Liter**



Christkindlesmarkt Bier aus Nürnberg, der Stadt des berühmten Weihnachtsmarkts. je 6x0,5 l, zzgl. 6x -08 Pfand (1 l = 1,33)

27% billiger
UVP 5,49
3,99* **6er-Träger**



Kinder Schokolade je 4x100 g (1 kg = 11,10)

25% billiger
Zum Vergleich: UVP Einzelpackung = 1,49
4,44*
33% billiger
Nur gültig mit NORMA Plus App von 08.12. bis 14.12.2025
3,99**



Panettone italienisches Hefengebäck schmeckt pur, zum Kaffee oder als Dessert. je 1 kg (1 kg = 5,99)

1 kg
5,99*



Mayonnaise je 565 ml (1 l = 3,17) oder **Tomato Ketchup** je 570 ml (1 l = 3,14)

64% billiger
zum Vergleich: UVP Ketchup 400 ml = 3,49
1,79*



Original französische Luftgetrocknete Salami mit Gratis-Messer nach Laguiole-Art je 375 g (1 kg = 13,31)

4,99* **Messer-gratis**



Energizer Batterien Bonuspack CR 2032 AA je 6 Stück, oder AAA je 8 Stück + 4 Stück gratis

3,99* **66% billiger**



BIS ZU 66% SPAREN

Coral-Fleece-Bettwäsche
Kissen ca. 80x80 cm, Bezug ca. 135x200 cm
• 100 % Polyester • Pflegeleicht • Mit SBS-Marken-reißverschluss • Besonders angenehme und weiche Qualität • Mit Antistatik-Ausrüstung je Bettwäsche

15,99*
Auch online

Mogli, Karo, Leticia, Octavia

Mit SBS-Markenreißverschluss

Kopfkissen ca. 80x80 cm
• Bezug: 100 % Baumwolle
• Füllung: ca. 1.000 g weiße, neue Federn und Daunen (90 % Federn, 10 % Daunen, Klasse 1 nach DIN EN 12934)

12,99*
23% billiger
Nur gültig mit NORMA Plus App von 08.12. bis 14.12.2025
9,99**

Kassettenbett ca. 135x200 cm
• Bezug: 100 % Baumwolle • Füllung: ca. 1.600 g weiße, neue Federn und Daunen (90 % Federn, 10 % Daunen, Klasse 1 nach DIN EN 12934)

29,99*
Auch online

Nicki-Velours-Spannbettuch in 3 Größen • 100 % Polyester
• Antistatik-Ausrüstung • Steghöhe ca. 30 cm

ca. 90-100x200 cm **9,99***
ca. 140-160x200 cm **11,99***
ca. 180-200x200 cm **14,99***

Silber, Petrol, Grau, Grün, Anthrazit

WC-Sitz 3-seitig bedruckt mit Absenkautomatik und Schnellverschluss
• Passend für alle handelsüblichen WC-Becken
• Inkl. Montagematerial
• Aus hochwertigem, kratzfestem Duroplast-Material
• 3 Jahre Garantie je WC-Sitz

19,99*
Mit Quick-Release-Montage-Schnellverschluss

Muschel und Strand, Palme, Tropfen, Bambus

XXL-Mikrofaser-Badteppich ca. 80x140 cm • 100 % Polyester • Samtweicher Flor • Saugfähig und schnelltrocknend • Flusenfrei • Mit rutschhemmender Unterseite je Ausführung

16,99*
Auch online

* 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.

ÖKO-TEST
Goldora Feine Nürnberger Oblaten-Lebkuchen Bitterschokolade, g.g.A.
sehr gut

Feine Nürnberger Oblaten-Lebkuchen Bitterschokolade je 200-g (1 kg = 11,45)

Preis-Leistungssieger!

2X ÖKOTEST SEHR GUT!

2,29
Ständig im Sortiment

Backpapier-Zuschnitte je Packung

Ständig im Sortiment
-,95

ÖKO-TEST
MULTITEC Backpapier-Zuschnitte
sehr gut

Stieppweste „Maxi“
extralang für Damen
• 100 % Polyester • Leicht tailliert
• Wasserabweisendes Obermaterial durch BIONIC® FINISH ECO
• Wärmend und windabweisend
• Größens 5 (36/38) – XL (48/50) je Stieppweste

24,99*

Deep Forest, Schwarz

Funktions-Shirt oder -Hose für Damen und Herren • 95 % Polyester (Thermo Therm®), 5 % Elasthan • Mit seitlichem Rippeinsatz • **Seamless – ohne störende Nähte**
• Wärmeisolierend und atmungsaktiv
• Shirt-Größen M – XL
• Hosen-Größen M – XXL je Shirt/Hose

9,99*

Marine, Schwarz

Schlaf-/Hausanzug „supersoft“
mit Knopfleiste, für Damen
• 100 % Polyester • Oberteil mit Reverskragen und durchgehender Knopfleiste • Hose mit elastischem Bund
• Größen S (36/38) – XL (48/50) je Hausanzug

12,99* Mit Antipilling- und Antistatik-Ausrüstung

Schwarz Allover, Marine, Schwarz bedruckt

Freizeit-Boots
mit modischem Strick-Textil-Einsatz, für Damen • Pflegeleichtes Obermaterial • Innenausstattung aus weichem Textil-Warmfutter • Memory Foam-Decksohle und Komfort-Leisten • Druckdämpfende und leichte Laufsohle
• Größen 38 – 41 je Paar

22,99* **48% billiger**

Braun, Grau