

Wetterauer Wochen-Bote



Heimat im Blick

mit Ihrem
lokalen Mitteilungsblatt



Konzerte und vieles mehr

Tickets gibt es im Druck- und
Pressehaus Naumann in Gelnhausen



KW 2, Samstag, 10. Januar 2026

Das Mitteilungsblatt im Wetteraukreis

Ausgabe H 2 + 3

Hallo, liebe Leser

Es ist mal wieder soweit. Die Tage und Nächte sind kalt, die Landschaft färbt sich weiß und selbst im Flachland des Kinzigtales bleibt der Schnee mal mehr als drei Tage liegen. Was vor 20 Jahren noch alltäglich und allgegenwärtig im Winter war, ist heutzutage gefühlt nur noch ein kleines Fenster von ein paar Tagen im Jahr. Die Straßen sind zugeschnitten, große Schneemänner und Iglus werden gebaut und Feldwege verwandeln sich in Rennstrecken und Weitsprungrampen für sämtliche Schlittenfahrer aller Altersklassen. Die Zeit scheint fast stillzustehen, wenn man kurz innehält und die gefrorene Atmosphäre dieser wundervoll winterlichen Tage auf sich wirken lässt. Genießt den Schnee solange er noch liegt. Erinnert euch an früher, schafft neue Wintererinnerungen und lasst die stressig hitzigen Köpfe etwas abkühlen. Wer weiß wie lange es noch so schön weiß bleibt.

Euer Boto

Winterschnittlehrgang des OGV Rodheim

Rosbach. In diesem Jahr veranstaltet der Obst- und Gartenbauverein von 1889 Rodheim vor der Höhe e.V. einen Winterschnittlehrgang unter der fachkundigen Anleitung unseres Obstbaumfachwartes Johannes Ernst Metzger. Es werden die wichtigsten Regeln an den verschiedenen Baumformen zuerst in der Theorie am 30. Januar um 20 Uhr im Dorfgemeinschaftsraum Bürgerhaus Rodheim erläutert, um am darauffolgenden Tag, den 31. Januar um 9.30 Uhr, die Inhalte des Vorabends gemeinsam mit Johannes Metzger in der Praxis am Streuobstbestand des OGV umzusetzen. Die Praxisveranstaltung findet auf dem Vereinsgrundstück des OGV „Mainzer Str.“ in Rodheim v.d.H. statt. Im Anschluss an den Lehrgang lädt der Vorstand des OGV alle Teilnehmer zu einem kleinen Imbiss, selbstgemachtem heißen Apfelwein und zum Fachsimpeln ein.

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

„Bares, Rares – und weg war es“: Theatersaison in Butzbach startet

Dornholzhäuser Theatergruppe präsentiert Kriminalkomödie

Butzbach. Die Theatersaison in Butzbach beginnt im Stadtteil Ostheim mit dem Stück „Bares, Rares – und weg war es!“ der Dornholzhäuser Theatergruppe K.A.P. Dieses Jahr konnte der Verein Unser Dorf Ostheim zwei Aufführungstermine vereinbaren. Sie finden am Samstag, 17. Januar, um 20 Uhr (Einlass ab 19 Uhr) und am Sonntag, 18. Januar, um 17 Uhr (Einlass ab 15 Uhr) mit der Möglichkeit zu Kaffee und Kuchen bis 16.45 Uhr) im Dorfgemeinschaftshaus Butzbach-Ostheim statt.

Inhalte des Theaterstücks

Unter dem Titel „Bares, Rares – und weg war es!“ bringen die Schauspieler aus dem Langgönsener Stadtteil Dornholzhausen ein weiteres Werk des Autorenkollektivs „Die Acht“ auf die Bühne. Die Zuschauer können sich auf eine turbulente Komödie freuen, die unter der Regie von Julie Pownall steht. Die Kriminalkomödie enthält Geheimnisse, Intrigen, Romantik und einen royalen



Schauspielergruppe Dornholzhausen „Gruppenbild mit Hühnern“.

Stargast. Im Mittelpunkt steht der zerstreute Schlossherr Elmar von Wildenburg, der in Schwierigkeiten steckt: Holzwürmer haben sein Anwesen befallen, eine Renovierung ist nötig, und er glaubt, dass es im Schloss spukt. Seine Tochter soll standesgemäß verheiratet werden, und er und seine Frau Rosalinde sind hoch verschuldet. Elmar kommt auf die Idee, wertvolle Gegenstände

aus dem Schloss zu verkaufen, um die Schulden zu begleichen. Doch die Idee führt zu einer wilden Jagd auf ein Porzellanhuhn, an der ein Antiquitätenhändler, eine Okkultistin, ein Polizeiwachtmeister und Elmar beteiligt sind.

Kartenverkauf

Karten (12 Euro für Erwachsene, 7 Euro für Kinder bis 14 Jahre) sind online unter

www.kap-dornholzhausen.de erhältlich, im Vorverkauf bei der Buchhandlung Bindernagel Butzbach (Wetzlarer Straße 25), B-Star-Fresh-Bar (Weiseler Straße 42), Kelterei MüllerShop (Rathausstraße 45-47) und in der Bücherei Ostheim (Bahnhofsallee 3), sowie an der Abendkasse (15 Euro, 7 Euro). Bei Rückfragen kann man sich an den Verein unter Unser-Dorf-Ostheim@outlook.de wenden.

Die neuen Rosbacher Geschichtsblätter

Geschichte und Berufe in Rosbach – Einblicke in das Leben früherer Generationen

Rosbach. Die neue Ausgabe bietet erneut spannende Einblicke in die Geschichte der Stadt und das Leben früherer Generationen. Der Eröffnungsartikel widmet sich alten, heute zum Teil vergessenen Berufen und macht deutlich, wie mühsam das Erwerbsleben der Menschen noch vor rund 100 Jahren war. Vorgestellt werden unter anderem die Tätigkeiten von Ammen und Zolleinnehmern sowie Berufe wie Backsteinbrenner, Drescher oder Krautschneider. Kurze Beschreibungen zeichnen ein lebendiges

Bild der damaligen Arbeitswelt in Rosbach und erinnern an die „gute alte Zeit“. Ein weiterer Schwerpunkt des Hefts liegt auf dem historischen Weinbau in Rosbach. Dort, wo sich heute die Streuobstwiesen am Kirschenberg und auf der Bergheide erstrecken, wurden bis ins 18. Jahrhundert Weinreben kultiviert. Ein besonders aufschlussreicher Beitrag befasst sich zudem mit der Auswertung eines Archivfonds: dem Ober-Rosbacher Strafreisgerichte aus der Zeit des Deutschen Kaiserreichs. Der Artikel

beleuchtet die Hintergründe der damaligen gesellschaftlichen Verhältnisse und geht den Ursachen für die auffallend hohe Straffälligen-Quote von rund 25 Prozent der erwachsenen Bevölkerung Ober-Rosbachs nach. Ergänzt wird das Heft durch einen umfangreichen Beitrag zur Geschichte der Rechtsprechung und Rechtspflege sowie durch zahlreiche bebilderte Berichte über die Vereinsaktivitäten im Jahr 2025. Der Heimatgeschichtsverein dankt allen Autorinnen und Autoren sowie

den Mitwirkenden, die durch Recherche und Schreiarbeit zum Gelingen der neuen Ausgabe beigetragen haben und hofft, auch in diesem Jahr wieder eine interessante und unterhaltsame Lektüre zusammengestellt zu haben. Diese sind zum Abholpreis von 8 Euro an folgenden Verkaufsstellen erhältlich: im Bürgerbüro der Stadt Rosbach v. d. Höhe, bei Friseur Krämer, Gelas Frisuren und Beckers Shöpche in Ober-Rosbach sowie beim Landmarkt Simon und der Metzgerei Simon in Nieder-Rosbach.

Barrierefreier Ausbau in Friedberg

Stadt modernisiert Bushaltestellen für mehr Inklusion

Friedberg. Die Stadt Friedberg treibt den barrierefreien Ausbau des öffentlichen Nahverkehrs konsequent voran. Mit der bereits fertiggestellten Haltestelle an der Ockstädter Straße ist der Startschuss für den Umbau von insgesamt 13 Bushaltestellen inklusive ihrer Zuwegungen gefallen. In diesem Jahr folgen weitere Standorte im Stadtgebiet.

Ziel des Projekts ist es, den Zugang zum Busverkehr für alle Fahrgäste zu erleichtern. Insbesondere Menschen mit Mobilitätseinschränkungen, Senioren, Familien mit Kinderwagen sowie Personen mit

Rollatoren sollen künftig sicher und komfortabel ein- und aussteigen können. Die Maßnahmen umfassen unter anderem erhöhte Bordsteine, angepasste Warteflächen sowie barrierefreie Wegeverbindungen. Das Gesamtprojekt hat ein Volumen von rund 975.000 Euro und wird vom Land Hessen mit 730.400 Euro gefördert. Die Planung erfolgte durch das Ingenieurbüro PI Plus, die Bauausführung übernimmt die Straßen- und Tiefbau Kadaj GmbH. Begleitet wird das Vorhaben unter anderem durch die Verkehrsgesellschaft Oberhessen, die Straßenver-

kehrsbehörde sowie den Mobilitätsmanager der Stadt Friedberg. Bürgermeister Kjetil Dahlhaus betont die Bedeutung der Maßnahme für die Stadtentwicklung: „Barrierefreiheit ist kein Zusatz, sondern ein grundlegender Bestandteil moderner Daseinsvorsorge. Mit dem schrittweisen Umbau unserer Bushaltestellen schaffen wir bessere Voraussetzungen für eine selbstständige und gleichberechtigte Mobilität in Friedberg.“ Auch das Inklusionsbüro der Stadt begrüßt den eingeschlagenen Weg. Barrierefreie Hal-

testellen seien ein wichtiger Baustein, um Teilhabe im Alltag zu ermöglichen und den öffentlichen Raum für alle nutzbar zu gestalten. Der Mobilitätsmanager der Stadt Friedberg, Tom Hasport, weist darauf hin, dass der Umbau abschnittsweise erfolgt: „Die einzelnen Haltestellen werden nacheinander modernisiert. So können wir die Beeinträchtigungen für Fahrgäste möglichst gering halten und gleichzeitig ein hohes Qualitätsniveau sicherstellen.“ Der Abschluss der Maßnahmen ist für Q3 2026 vorgesehen.

Save the Date

Rosbach. Die Rehasport-Abteilung der SG Rodheim lädt für Mittwoch, 11. März, zu einem Vortragsabend im Bürgerhaus Rodheim im Lokal Müller's ein. Beginn ist um 18 Uhr. Das Thema des Vortrags lautet: Orthopädische Erkrankungen mit dem Schwerpunkt Schulter. Als Dozentin konnte Dr. Ute Degelmann, Chefärztin der Wicker Klinik in Bad Homburg, gewonnen werden. Im Anschluss stehen Dr. Degelmann und die Abteilungsleiterin der Rehasport-Abteilung, Sabine Nagel, für weiteren Austausch und Fragen zur Verfügung. Die Teilnahme ist kostenlos und eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Ausstellungseröffnung in Bad Nauheim

Bad Nauheim. Der Magistrat der Stadt Bad Nauheim und der Kunstverein Bad Nauheim laden zur Ausstellungseröffnung „Neue Märchen“ mit Werken von Simone Lucas ein. Die Ausstellung läuft vom 10. Januar bis 15. Februar. Die Galerie in der Trinkkuranlage, Ernst-Ludwig-Ring 1, Bad Nauheim, ist dienstags bis freitags von 14 bis 18 Uhr sowie samstags, sonntags und an Feiertagen von 11 bis 18 Uhr geöffnet. Telefon während der Öffnungszeiten: Tel. 06032/8698798. Weitere Informationen und kurzfristige Änderungen finden Sie unter www.kunstverein-bad-nauheim.de. Simone Lucas vereint in ihren Bildern expressionistische, surrealistische und teilweise abstrakte Elemente zu einem neuen Realismus. Ihre Werke zeigen das Spannungsfeld zwischen Innen- und Außenraum und laden zu einer inneren Augenreise durch den Kosmos ein.

Beilagen in Teilausgaben	
HIT	XXXLutz
tegut... gute Lebensmittel	HERKULES
Höffner	porta
jawoll	MIX Markt
NORDSEE frisch zubereitet	Autohaus Marnet
INTERSPORT VOSSWAGEN	Netto Marken-Discount
PENNY	Autohaus Hess
POCO Kleintierbedarf	ROSSMANN Mein Drogeriemarkt
POLSTER AKTUELL	ROLLER
Metzgerei Baumann	nahkauf
toom	Edeka Kirchner
Kempf	SCONTO MOBEL-SHOP
NORMA	expert klein
GLOBUS	nah & gut
Geiger & Liebsch	
EDEKA	LIDL
	ALDI SÜD

ANZEIGE

„Power Flower“
Innovation gegen Vorhofflimmern

Rund 1,8 Millionen Menschen in Deutschland leiden unter Vorhofflimmern – einer Herzrhythmusstörung, die Herzrasen, Atemnot, Schwindel oder Müdigkeit verursachen kann und oft unbemerkt bleibt. Unbehandelt steigt das Risiko für einen Schlaganfall und Herzschwäche.

Die **Pulsed Field Ablation (PFA)** ist eine innovative, umfassend erprobte und besonders schonende Behandlung. Mit dem FARAPULSE™ PFA-System wird ein dünner Katheter über die Leiste bis in den linken Herzvorhof geführt. 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 jene Herzmuskelzellen, die das Vorhofflimmern auslösen, während gesundes Gewebe weitgehend geschont wird. Der Eingriff ist minimal-invasiv, dauert ca. eine Stunde und erfolgt meist im Dämmer Schlaf. Viele Patient:innen können am nächsten Tag nach Hause gehen und ihren Alltag spürbar erleichtert erleben. Weltweit wurden 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 Ihrer Kardiologin/Ihrem Kardiologen über die Behandlung und Risiken der Katheterablation. Infos und Kliniken in Ihrer Nähe: per QR-Code oder auf [vorhofflimmernbehandeln.de](#)



ANZEIGE

Badespaß abseits der Hotspots

Weitläufige Sandstrände, großzügige Naturparks, fangfrisches Seafood und eine bunte Kulturszene sind nur einige Highlights, die Urlauber in Virginia Beach an der US-Ostküste erwarten. Dieser beliebte Küstenort in Virginia befindet sich nur wenige Autostunden von der amerikanischen Hauptstadt Washington, D.C. entfernt, und durch die Lage direkt am Atlantik und an der Chesapeake Bay gibt es unglaubliche 55 Kilometer Strandlänge zu entdecken.

Die knapp fünf Kilometer lange Oceanfront mit zahlreichen Hotels und Restaurants gilt laut Guinness-Buch der Rekorde als längster Vergnügungsstrand der Welt. Für Outdoor-Liebhaber reicht hier das Angebot von Rad- und Inlinewegen über Surfen bis hin zu Yoga-Sessions direkt am Strand. Wahrzeichen von Virginia Beach ist die imposante King Neptune Statue, die mit einer Höhe von acht Metern über die Promenade wacht und das beliebteste Fotomotiv der Stadt ist. Wer sich kulinarisch verwöhnen lassen möchte, genießt fangfrischen Fisch, Austern, Gemüse von den umliegenden Farmen oder zum Sonnenuntergang den beliebten „Orange Crush“ Cocktail.

Naturschutzgebiete wie das Back Bay National Wildlife Refuge und der False Cape State Park laden dazu ein, auf einer Wanderung das Marschland, die Dünen und die Tierwelt zu erleben. Die Wasserwege und die Atlantikküste von Virginia Beach lassen sich am besten mit dem Kajak erkunden. Dabei zeigt sich ein unvergessliches Naturschauspiel, wenn nur wenige Meter entfernt Delfine fröhlich auftauchen ([www.visitvirginiabeach.com](#)).

Feuerwehrmaskenball
in Ockstadt

Mit „Deejay“ Rudi und den Schlagersisters

Friedberg. Die Freiwillige Feuerwehr Ockstadt veranstaltet am Samstag, 17. Januar, ihren Maskenball unter dem Titel Blaulichtmaskenball mit „Deejay“ Rudi im Bürgerhaus Ockstadt. Einlass ist ab 20.33 Uhr. Special Guests sind die Schlagersisters.

Grenzwanderung in Dorheim
NABU Friedberg beginnt Veranstaltungsjahr

Friedberg. Der NABU Friedberg lädt für Sonntag, 18. Januar, zu einem traditionellen Grenzgang ein. Unter der Leitung von Ruth Müller und Dr. Klaus Rack geht es entlang der nördlichen und östlichen Gemarkungsgrenze. Was prägte früher diesen Bereich, was zeichnet diesen Teil der Dorheimer Gemarkung aus? Start ist um 13.30 Uhr auf dem Parkplatz am Schwalheimer Sauerbrunnen. Im Laufe der Wanderung werden neben historischen Ereignissen auch naturkundliche Besonderheiten erläutert. Informationen zu weiteren Aktivitäten der NABU-Gruppe Friedberg finden Sie unter [www.nabu-friedberg.de](#).

Geselligen Darten

Am Sonntag, 18. Januar

Reichelsheim. Der SPD-Ortsverein Reichelsheim lädt alle Interessierten herzlich zum „gemeinsamen Darten“ ein. Die Veranstaltung findet am Sonntag, 18. Januar, von 11 bis 13 Uhr beim DC Wetterau in der Willy-Nohl-Straße statt. Neben der Möglichkeit, selbst ein paar Pfeile zu werfen, besteht die Gelegenheit zum Gespräch mit Bürgermeisterin Lena Herget sowie mit den Kandidaten der Kommunalwahlliste der SPD

Reichelsheim. Geplant ist zudem ein kleines Dart-Turnier, bei dem der Spaß klar im Vordergrund steht. Der SPD-Ortsverein bittet aus organisatorischen Gründen um Voranmeldung bis zum 16. Januar per E-Mail an [vorstand@spd-reichelsheim.de](#). Eingeladen sind alle, die Lust auf einen geselligen Vormittag, gute Gespräche und ein paar Würfe auf die Dartscheibe haben – ganz unabhängig davon, ob Anfänger oder geübte Spieler.

Digitale Helfer laden ein
Offener Gruppen-Treff für Senioren

Rosbach. Am Montag, 12. Januar, laden die Digitalen Helfer von 14.30 bis 16.30 Uhr zu einem Offenen Gruppen-Treff in den großen Saal des Bürgerhauses Rodheim ein. Alle Senioren, egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene, sind eingeladen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. „Das eigene Handy kann gerne mitgebracht werden. Es werden aber auch Tablets und Laptops vor Ort zur Verfügung gestellt.“, so Bürgermeister Steffen Maar. Darüber hinaus bieten die Digitalen Helfer kostenlose Eins-zu-eins-Handy- und Tablet-Schulungen für zu Hause an. Anmeldungen nimmt die Stadt unter Tel. 06003/822211 entgegen. Der nächste Termin findet am 9. Februar in der Wasserburg in Nieder-Rosbach statt.

„Vollmondkind –
Vertrauen finden“

Lesung in der Stadtbücherei Rosbach

Rosbach. Am Donnerstag, dem 15. Januar, liest die Rodheimer Autorin Kerry McKillop um 18.30 Uhr in der Stadtbücherei Rosbach aus ihrem Debütroman „Vollmondkind – Vertrauen finden“. Die Lesung entführt das Publikum in eine geheimnisvolle Welt voller keltischer Mythologie, magischer Fähigkeiten und verborgener Gemeinschaften. „Vollmondkind – Vertrauen finden“ ist der Auftakt einer Urban-Fantasy-Reihe, die sich an Leserinnen und Leser ab etwa 12 Jahren richtet, mit ihren vielschichtigen Themen aber ebenso ein erwachsenes Publikum anspricht. Der Eintritt ist frei.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Renommiierte Experten warnen:
Schlafmittel nicht verteufeln

Einige Präparate helfen nicht, andere können Nebenwirkungen haben, doch nicht jedes ist schlecht

5 von 10 Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 7 von 10 Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf. Schädlich: Denn die so wichtige Tiefschlafphase ist essenziell für unsere Gesundheit. Chronischer Schlafmangel kann sich rächen, denn es können mehr Symptome auftreten als einfach nur Müdigkeit.

Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, wird im Alltag häufig mit unangenehmen Folgen zu kämpfen haben. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung von Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befeuern. Viele Gründe also, sich mit der eigenen Schlafdauer und -qualität auseinander zu setzen.

Warum gut Einschlafen allein nicht ausreicht

Maßgeblich für einen erholsamen gesunden Schlaf ist vor allem



Müdigkeit am Folgetag

gestörter Tiefschlaf

Nebenwirkungen

Abhängigkeit

die Qualität des Tiefschlafs. Denn: Nur während der Tiefschlafphasen entspannt der ganze Körper und der Blutdruck fällt ab. Währenddessen stimulieren Hormone das Immunsystem. Sie gelten als unerlässlich für alle anfallenden Reparaturarbeiten des Körpers. Schlaf reguliert außerdem die Freisetzung von Hormonen, die den Stress regulieren oder das Wachstum der Muskeln, den Appetit und den Stoffwechsel steuern. Seit einiger Zeit ist zum Beispiel bekannt, dass gerade beim Abnehmen ausreichend Schlaf wahre Wunder wirken kann.¹

Die Anwendung von chemischen Schlafmitteln

Viele Betroffene scheuen jedoch die Verwendung von chemisch-

synthetischen Schlafmitteln. Denn zum einen können chemisch-synthetische Schlafmittel den Tiefschlaf reduzieren, worunter die Schlafqualität enorm leidet. Zum anderen fürchten sie die Abhängigkeit. Experten bestätigen, dass ein plötzliches Verzicht nach langjähriger Einnahme von entsprechenden Präparaten in hohen Dosen zu körperlichen und psychischen Entzugserscheinungen führen kann.

Mit gutem Gefühl erholsam ein- und durchschlafen

Doch es gibt eine natürliche Lösung, die nicht nur das Einschlafen erleichtert, sondern auch das Durchschlafen fördern kann³: Baldriparan – Stark für die Nacht – das pflanzliche Schlafmittel Nr. 1¹ in deutschen Apotheken. Die Wirksamkeit ist wissenschaftlich in Studien belegt.² Baldriparan verändert

den natürlichen Schlafrhythmus nicht, bewahrt die Tiefschlafphase und fördert so das Durchschlafen.³ Somit verursacht es keine Müdigkeit am nächsten Morgen und ermöglicht einen erholteten Start in den Tag.

Unser Tipp: Starten Sie heute mit erholsamem Schlaf und unterstützen Sie Ihre Gesundheit. Fragen Sie in der Apotheke gezielt nach Baldriparan – Stark für die Nacht. Ihr Körper wird es Ihnen danken.

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan
Stark für die Nacht
(PZN 00499175)


www.baldriparan.de



Baldriparan®

¹ORF.at: Abnehmen im Schlaf leicht möglich. Online: <https://science.orf.at/stories/3211569> (zuletzt abgerufen am 26.09.2023) • ²Dorn, M. (2000). Efficacy and tolerability of Baldrian versus oxazepam in non-organic and non-psychiatric insomniacs: a randomised, double-blind, clinical, comparative study. Research in complementary and natural classical medicine, 7(2), 79–84; Schulz, H., Stolz, C. & Müller, J. (1994). The effect of valerian extract on sleep polygraphy in poor sleepers: a pilot study. Pharmacopsychiatry, 27(4), 147–151. • ³bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • ⁴OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025 • Abbildung Betroffenen nachempfunden

BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). [www.baldriparan.de](#) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Leichtathletik in Fauerbach startet 2026 neu

Rückkehr unter das Dach des Hauptvereins

Friedberg. Mit Beginn der Leichtathletik-Saison 2026 stellt sich der TSV 1885 Friedberg-Fauerbach strukturell neu auf. Die Leichtathletikgemeinschaft LG OVAG Friedberg-Fauerbach wurde zum Jahresende 2025 aufgelöst. Seit Beginn der neuen Saison starten alle Athletinnen und Athleten ab der Altersklasse U18 wieder geschlossen unter dem Namen des Hauptvereins TSV 1885 Friedberg-Fauerbach. Die LG OVAG Friedberg-Fauerbach war zur Saison 2010 als Trainings- und Startgemeinschaft ins Leben gerufen worden. Ziel war es, unter einem gemeinsamen Namen einen einheitlichen sportlichen Auftritt zu ermöglichen und insbesondere den Jugend- und Aktivenbereich organisatorisch und sportlich zu bündeln. Von Beginn an spielte dabei auch die Außendarstellung der Leichtathletik in Friedberg-Fauerbach eine wichtige Rolle. Mit der OVAG konnte ein starker Partner als Hauptsponsor und Namensgeber gewonnen werden, der den Aufbau und die Entwicklung dieser Strukturen über viele Jahre maßgeblich unterstützte und damit einen wichtigen Beitrag zur positiven sportlichen Entwicklung leistete. Über mehr als 15 Jahre prägte die LG OVAG Friedberg-Fauerbach das Leichtathletikgeschehen in Friedberg-Fauerbach und darüber hinaus. Zahlreiche sportliche Erfolge, eine kontinuierliche Nachwuchsarbeit sowie ein geschlossenes Auftreten bei Wettkämpfen kennzeichneten diese Phase. Mit Blick auf die Zukunft hat sich der TSV 1885 Friedberg-



Staffel 4x100m.

Fauerbach nun bewusst für eine Neuausrichtung entscheiden. Der Schritt zurück unter das Dach des Hauptvereins soll organisatorische Abläufe vereinfachen und vor allem die Gemeinschaft sowie die Identifikation mit dem Verein weiter stärken. Ziel ist ein klarer, einheitlicher Auftritt nach innen und außen, der den Verein langfristig stärkt. Für Kontinuität ist dabei gesorgt: Die OVAG bleibt dem TSV 1885 Friedberg-Fauerbach auch nach der Auflösung der LG als verlässlicher Premium-Partner erhalten. Der Verein bedankt sich ausdrücklich für die langjährige Unterstützung und das Vertrauen, mit dem die OVAG den Aufbau und die Weiterentwicklung der Leichtathletikstrukturen in Friedberg-Fauerbach begleitet hat. Diese Partnerschaft bildet auch künftig eine wichtige Grundlage für die nachhaltige Förderung des Sports vor Ort. Mit dem Start ins Jahr 2026 beginnt für die Leichtathletik in Friedberg-Fauerbach damit ein neues Kapitel. Nach erfolgreichen Jahren unter dem Namen der LG richtet der Verein den Blick nun geschlossen nach vorne – unter dem Dach des TSV 1885 Friedberg-Fauerbach, mit klaren Strukturen, gewachsener Erfahrung und einem starken Fundament für die Zukunft.

trist, desolat	ital. Reisgericht	Stadt im Sauerland	Süd-slawe		englisch: Stein	Scherflein, Spende	Donau-Zufluss in Bayern	Funkortungsverfah		Maß in der Akustik		süd-amerikanischer Indianer	Knöchelgegend	lat.: usw.	Stadt im Thüringer Wald	Durchsichtsbild (Kurzw.)
							Tier für Sportzwecke									
Figur aus Schillers „Wallenstein“					nichts-sagend					weibliches Reh		Behälter, Hülle				
Förderer							sprechen		asiat. zwei- od. dreirädr. Gefährt							
					Dramenheld bei Shakespe	Rundfunkgerät						plastisches Brustbild		streng, genau		Schiff-fahrtskunde
Küsten-vogel		Himmelsrichtung		Fluss zur Mosel					Fluss zur Elbe		Segel am hinteren Schiffsmast					
stumm, ohne Laut						internat. Anerkennung		verborg	geheim						alt-griech. Schmähgedichte	
				veraltet: Rechtsanwalt	Greifvogel						Hauptstadt in Nahost		grob, ungehobelt			
gezielte Haltung	tropischer Laufvogel		weidm.: fressen					Nest voller Eier		kurzärmliges Trikot-hemd						
japanisches Stockfächten						Hauptstadt vom Aargau	Anrufung Gottes						gemauertes Ufer			
			ugs.: Trunkenheit	Berliner Spitzname (Arthur)				ur-tümlich; komisch	feieberhafte Aufregung	betriebsam						
Abk.: Transaktionsnummer		die Sonne betreffend					germanische Bronzetrompete					AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS ■ ■ ■ L ■ ■ ■ F ■ T ■ ■ J ■ F ■ ■ H Y O K O H A M A ■ O U Z O ■ I A T A K A T ■ L ■ B U N T ■ R A G E ■ L W A P I T I ■ R ■ S A N D ■ H A M M P ■ ■ A B S I N T H A A T ■ O ■ L I M E R I C K ■ U ■ A N G E ■ B E N ■ B O N N H U F E R ■ A R E N A ■ B A D E W A N N E ■ Z ■ L F ■ M A L B A N E R ■ T ■ S T E L L A G E U ■ V ■ I ■ W E S T ■ P E I L E N ■ E M I S S A E R ■ E ■ I ■ E L I S ■ C A S U S ■ N ■ S I M S ■ H U C H ■ D I S A G I O ■ E ■ U L K I G ■ F E L D C R E P E ■ P E T E R L E				
				Wassersportler												
Wildlederimitation		palästinensische Partei					Milliardenfaches e. Einheit									
schwimmende Treibholzinsel				lieb	voll um	sorgen						1365				



Bei dir liegt Sparen im Trend?

SALE

bis 70%

19%¹⁾ 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 10.01.2026 bis 13.01.2026. 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 Kassenbon 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 Kassenbon 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

60388 Frankfurt am Main, Borsigallee 39

moemax

ANZEIGE

Wellpappe wird noch wichtiger

Wer einen vollen Obstkorb und frisches Gemüse zu Hause schätzt, weiß: Die richtige Lagerung ist entscheidend, damit die gesunden Einkäufe genießbar bleiben. Schon auf ihrer langen Reise vom Feld bis in den Supermarkt müssen Tomaten, Pilze und Co. zahlreichen Herausforderungen standhalten. Temperaturschwankungen, Druckbelastung, Feuchtigkeit – um Lebensmittelverluste zu vermeiden, braucht es eine hochspezialisierte Logistik. Auch die Verpackung spielt dabei eine wichtige Rolle. Nun stellt eine EU-Verordnung Verantwortliche vor neue Herausforderungen, denn: Ab 2030 sind Einwegverpackungen aus Kunststoff für Obst und Gemüse unter einer Menge von 1,5 Kilogramm tabu. Die in Wellpappe enthaltenen Papierfasern können mehr als 20-mal recycelt werden. Außerdem setzen beispielsweise die im Verband der Wellpappen-Industrie e. V. organisierten Unternehmen in ihrer Herstellung im Durchschnitt zu über 80 Prozent Recyclingpapier ein. In Sachen Produktschutz ist Wellpappe eine bewährte und zuverlässige Lösung für Obst und Gemüse. Gerade druckempfindliche Lebensmittel wie Beeren oder Tomaten verderben ohne geeigneten Schutz schneller – das ist nicht nur für Verbraucher*innen ärgerlich, sondern verschwendet auch Ressourcen, die für Anbau, Transport und Lagerung benötigt wurden. Unbeschädigte Ware ist also nicht nur eine Frage der Qualität, sondern auch der Nachhaltigkeit.

Foto: MaskaRad/istockphoto.com

ANZEIGE

Lecker und Gesund

Im Anschnitt zeigt sich beim Prosciutto di San Daniele ein intensives, gleichmäßiges Rot-Rosa, umrahmt von weißem Fett. Gerade diese äußere Fettschicht garantiert die Weichheit des Schinkens und schützt ihn während der langen Reifung. Diese optische Ausgewogenheit ist ein unmittelbares Zeichen für einen Produktionsprozess, der die Zeiten und Regeln der Spezifikation der geschützten Ursprungsbezeichnung (www.prosciuttosandaniele.it/de/) einhält. Die längliche, unverwechselbare Form – „a chitarra“ (Gitarrenform) genannt – ist ein weiteres Markenzeichen. Frisch aufgeschnitten entfaltet der Prosciutto einen unverkennbaren Duft: Dezent, niemals aufdringlich, mit Noten, die von Süße bis zu den komplexeren Facetten der langen Reifung reichen. Dieses Aroma verdankt er dem besonderen Mikroklima San Daniele del Friuli, so kühle Winde aus den Karnischen Alpen auf die milden Brisen der Adria treffen. Der Schinken überzeugt mit einer süßen, feinen Note, begleitet von ausgewogener Würze, die niemals dominiert. Diese Harmonie entsteht aus drei Faktoren: italienische Schweinekeulen, reines Meersalz und die Reifezeit von mindestens 400 Tagen. Die Süße ist nicht nur eine organoleptische Eigenschaft, sondern das Ergebnis eines Prozesses, der Natur und Tradition respektiert. Neben dem Genuss bietet er auch Vorteile aus Ernährungssicht: Er ist reich an wertvollem Eiweiß, enthält Vitamine der B-Gruppe sowie Eisen, Zink und Phosphor. Sein Fettanteil ist überwiegend ungesättigt, also für den Körper günstig. Dieses Produkt zeichnet sich durch einen im Vergleich zu anderen Wurstwaren geringeren Kaloriengehalt und den Verzicht auf chemische Zusatz- und Konservierungsstoffe aus, was es zu einem natürlichen Lebensmittel macht.

Aktion Herzenswunsch

Wenn Wünsche Hoffnung schenken

Herzenswünsche wahr werden zu lassen,
gehört in der Winterzeit fest zum Selbstverständnis des Druck- und Pressehauses Naumann

Was 2018 als Idee begann, ist längst zu einer Tradition geworden. Ins Leben gerufen wurde die Aktion „Herzenswunsch“ von Johanna Röder, Leiterin des Key-Accounts. Gemeinsam mit einer Jury, der auch GNZ-Verleger Oliver Naumann angehört, werden jedes Jahr Menschen und Einrichtungen aus Lesereinsendungen mit passenden Vorschlägen ausgewählt, denen im Dezember ein besonderer Wunsch erfüllt wird. Die Geschenkübergabe fand in diesem Jahr am 29. Dezember im Druck- und Pressehaus Naumann statt – ein Nachmittag, der für alle Beteiligten noch lange nachwirken dürfte.

Eine Auszeit in Österreich für Familie Brüning

Für Familie Brüning aus Bad Soden-Salmünster, für die sich die Jury in diesem Jahr entschieden hat, waren die letzten Jahre von großen Herausforderungen geprägt. Svenja und Lukas Brüning leben mit ihrer dreijährigen Tochter Mia, die mit schweren Beeinträchtigungen zur Welt kam. Eine eindeutige Diagnose gibt es bis heute nicht. Mia ist körperlich stark eingeschränkt, kann weder laufen noch selbstständig schlucken und wird über eine Sonde ernährt. Auch ihre Kommunikation ist nur sehr eingeschränkt möglich. Ein Pflegedienst ist deshalb fester Bestandteil des Familienalltags.



Vor Glück strahlend: Familie Brüning mit Tochter Mia, eingerahmt von Verleger Oliver Naumann und Annika Köhler (links) sowie Johanna Röder (Leiterin Key-Account) und Jonathan Jungkenn (Head of Local Sales, beide rechts).

Was für viele selbstverständlich ist, bleibt für die Familie oft unerreichbar: ein normales Familienleben. Der Alltag ist geprägt von Arztterminen, Therapien und Behandlungen, die die Familie seit Jahren quer

durch Deutschland führen. Freizeit gibt es kaum, Urlaube waren bislang nicht möglich – auch aus finanziellen Gründen. Umso größer war die Überraschung an diesem Nachmittag. Völlig ah-

nungslos betrat die kleine Familie gemeinsam mit Svenjas Schwester Annika, die den Herzenswunsch eingereicht hatte, das Gelände des Druck- und Pressehauses. Mit einem herzlichen Empfang durch

Oliver Naumann persönlich hatte niemand gerechnet. Als klar wurde, worum es ging, wich die anfängliche Verwunderung schnell der Rührung. Mit sichtlicher Emotion nahm die Familie den Gut-

schein für einen gemeinsamen Urlaub in Österreich entgegen. Eine Auszeit, fernab von Klinikfluren und Terminkalendern. „Wir versuchen jeden Tag, für unsere Mia alles zu geben“, sagte Svenja Brüning sichtlich bewegt. „Dass wir nun die Möglichkeit bekommen, gemeinsam Kraft zu tanken, bedeutet uns unendlich viel.“ Auch Vater Lukas betonte, wie wichtig dieser Moment für die Familie sei: „Wir halten als Familie zusammen und stemmen den Alltag gemeinsam, zusammen mit dem Pflegedienst. Dieser Urlaub gibt uns neue Energie.“

Dank an jene, die immer für andere da sind

Weitere Begünstigte der Jury sind auch Menschen, die selbst sonst meist im Hintergrund stehen: Mitarbeitende aus dem Hospiz, dem Krankenhaus und den Rettungsdiensten. Für ihren täglichen Einsatz, oft unter großer körperlicher und emotionaler Belastung, an Wochenenden und auch nachts und an Feiertagen und leider immer öfter verbunden mit Anfeindungen, Drohungen und Gewalt, wird das Druck- und Pressehaus Naumann liebevoll zusammengestellte Präsentkörbe überreichen. Sie sollen ein Zeichen der Anerkennung dafür sein, dass ihre tägliche Arbeit gesehen wird.

Diesen Firmen verdanken wir die erfüllten Herzenswünsche



Tankstelle Katja Löw



Angebote gültig vom 12.01. – 17.01.2026

Jede Woche erfrischende Angebote!



GETRÄNKE • FACHMARKT



Warsteiner Bier

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

ANGEBOT

10.99

Schlappeseppel Bier*

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,30 €

Paderborner Pilsener

Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 0,90 €

ANGEBOT
8.99

Lübzer Bier

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

ANGEBOT
11.99

Beck's Bier

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

-33%
13.99

Mönchshof Bier

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

ANGEBOT
14.99

Hofbräu Original, Hofbräuhaus Bier

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

ANGEBOT

14.99

13.99**

Maxl Bier

Helles, Zwickl naturtrüb,
Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 2,27 €

17.99
14.99

13.99**

Rother Bräu Öko Bier*

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

16.99
14.99

13.99**

Meckatzer Hell

Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
1l = 2,00 €

20.99
19.99

Aktion!
+ 2 Flaschen GRATIS!



Entspricht einem
Kastenpreis von 18,17 €.

Kapuziner Weißbier

hell, alkoholfrei,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1l = 1,40 €

16.99
13.99

ANGEBOT

14.99

13.99**

Selters Mineralwasser

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

ANGEBOT
5.99

Plose Mineralwasser

natürlich, medium,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,40 € Pfand,
1l = 1,17 €

ANGEBOT
6.99

Förstina Schorle, Vital

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,98 €

ANGEBOT
8.79

7.99**

RhönSprudel Mineralwasser

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

ANGEBOT
5.99

top frisch Orangensaft

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

ANGEBOT
8.99

top frisch Wasser + Zitrone

Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,53 €

5.49
4.79

Possmann Äpfelwein, Apfelsaft*

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

ANGEBOT
8.99

Sturmius

diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,00 €

ANGEBOT
9.99

Active O²

diverse Sorten,
0,75 l - Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 1,32 €

-23%
0.99

Coca-Cola XXL*

koffeinhaltig,
2 l - Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 0,70 €

-37%
1.39

Mariacron

Weinbrand,
0,7 l - Flasche,
1l = 8,56 €

-29%
5.99

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
SAMSUNG S25



1x
De'Longhi
Siebträgermaschine

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



www.logo-getraenke.de

*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.

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

enjoyhotels.de

All-Inclusive-Urlaub



5 Tage All-Inclusive
mit eigenen PKW!

5 Tage All-Inclusive-Urlaub

Unterkunft + Essen + Trinken + Unterhaltung

RHÖN

Enjoyhotel Rhön Residence in Dipperz



Es gibt
sogar ein
kleines Kino

Kostenloser Busfahrt-/
Shuttleservice zur
Wasserkuppe, dem
höchsten Berg der Rhön



Kostenlose Nutzung von
Sauna, Innen- und Außenpool

5 DAGEN
VANAF €
199⁹⁵
p.p.

HOCHSAUERLAND

Enjoy Berghotel Hochsauerland in Winterberg



NEU
Enjoyhotel in
Deutschland

ERÖFFNUNGSANGEBOT 5 DAGEN
VANAF €
229⁹⁵
p.p.

TEUTOBURGERWALD

Enjoy Landhotel Lippischer Hof in Lügde



Kostenlose
Nutzung Sauna

5 TAGE AB €
239⁹⁵
p.p.

LAHNTAL-RHEIN-MAINREGION

Enjoyhotel Bürgerhof Wetzlar in Wetzlar



Am Rande der
historischen Innenstadt

5 TAGE AB €
249⁹⁵
p.p.

LÜNEBURGER HEIDE

Enjoy Landhotel Michaelishof in Bergen



Die größte Heide-
landschaft Europas

5 TAGE AB €
199⁹⁵
p.p.

RHÖN

Enjoy Wellnesshotel Aqualux in Bad Salzschlirf



Kostenlose Nutzung Saunen,
Innen- und Außenpool

Kostenlose Busfahrt/Shuttle-
service zur Barockstadt Fulda

5 TAGE AB €
209⁹⁵
p.p.

WATTENINSELN - AMELAND

Enjoyhotel Hollum Ameland in Hollum



Kostenlose
Nutzung der
finnischen
Außensauna

5 TAGE AB €
249⁹⁵
p.p.

WATTENINSELN - VLIELAND

Enjoyhotel Vlieland in Oost-Vlieland



Ruhe, Weite und Natur
in ihrer reinsten Form

NEU
Enjoyhotel in den
Niederlanden
GEÖFFNET
AB FEBRUAR
2026

ERÖFFNUNGSANGEBOT 5 TAGE AB €
269⁹⁵
p.p.

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

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



Fordern Sie jetzt die
**ERNEUERT
BROCHÜRE FÜR
2026**
an unter
www.enjoyhotels.de

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

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

Alle Fehler vorbehalten und exklusive lokale Steuern. 🍷 **Keine Buchungskosten**

Hochsensible ab 50 – Neuer Gesprächskreis geplant

Bad Vilbel. Sie sind eine hochsensible Person über 50 und leben schon länger in dem Bewusstsein, zu diesen 30 Prozent der Menschen mit diesem besonderen Persönlichkeitsmerkmal zu gehören? Sie spüren und erfahren häufig, dass Sie anders sind, und auch, dass Ihr Lebensumfeld auf diese Andersartigkeit mit Hilflosigkeit und Unverständnis reagiert? Ist Ihnen bewusst, dass dieses Merkmal nicht nur eine Last, sondern auch ein Segen sein kann?

Zum Thema Hochsensible Personen (HSP) hat sich eine hochsensible Initiatorin in ihrer zweiten Lebenshälfte in der Selbsthilfekontaktstelle Bad Vilbel gemeldet, um ab Januar eine Selbsthilfe-

gruppe HSP 50+ zu gründen. In der neu gegründeten Gruppe soll viel Raum sein für vertrauensvolle Gespräche über persönliche Erfahrungen, Probleme, aber auch für Lösungsansätze. Grundsätzlich wichtig ist dabei, sich an den Stärken zu orientieren. Bei einem ersten Treffen lernen hochsensible Interessierte über 50 sich kennen, um sich über ihre Wünsche, Vorstellungen und Erwartungen in geschütztem Rahmen austauschen zu können. Wer Interesse hat an einem Kennenlernen, erhält weitere Infos und die Möglichkeit zur Anmeldung bei der Selbsthilfekontaktstelle Bad Vilbel, per E-Mail unter info@buergeraktive-bad-vilbel.de oder telefonisch unter Tel. 06101/1384.

English conversation

Bad Vilbel. In der Gruppe English Conversation können Teilnehmer in entspannter Atmosphäre ihre früheren Englischkenntnisse auffrischen. Der neue Gesprächskreis trifft sich einmal wöchentlich, Beginn ist Freitag, 16. Januar, 14 bis 15 Uhr im Haus der Begegnung in Bad Vilbel.

Infos und Anmeldung: per Mail: info@buergeraktive-bad-vilbel.de oder telefonisch unter Tel. 06101/1384.

Bistro mit Frühstückstreff

Bad Vilbel. Nach der Winterpause beginnt das Bistro im Haus der Begegnung, Marktplatz 2, wieder seinen Betrieb. Ab Mittwoch, 14. Januar, heißt es wieder „Zusammenkommen – Plaudern – Genießen“. Immer am ersten und dritten Dienstag sowie wöchentlich am Mittwoch serviert das Bistroteam von 9.30 bis 12 Uhr unterschiedliche Frühstücksvariationen. Günstige Preise sollen Besucher jeder Altersgruppe und unabhängig vom Einkommen einen Besuch des Bistros als Ort für Begegnungen ermöglichen. Ergänzt wird das Angebot zudem einmal im Monat von einem „Mittagessen nach Art des Hauses“. So im Januar am Dienstag, 27. Januar, von 12 bis 13.30 Uhr mit „Nudeln mit Hasche“. Weitere Informationen im HdB-Büro unter: Tel. 06101/9833044 oder via Mail: mail@hdb-bad-vilbel.de

IMPRESSUM

Mittelhessen-Bote

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

Verleger: Oliver Naumann,
Erhard Naumann
Geschäftsführer: Oliver Naumann,
Jochen Grossmann
Verlagsleiter: Carsten Lohmüller
Chefredakteur: Thomas Weiz
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. 39/52.
Der Mittelhessen-Bote erscheint mit den Regionalausgaben Gelnhäuser Bote, Hanauer Bote, Maintaler Bote, Langenselbolder Bote, Schlüchternener Bote, Fuldaer Land-Bote, Wetterauer Wochen-Bote, Büdinger Bote, Oberhessen-Bote. In der Ausgabe Main-Kinzig-Bote werden die amtlichen Bekanntmachungen folgender Städte und Gemeinden veröffentlicht: Gelnhausen – Mitteilungsblatt; Langenselbold – Langenselbolder Bote; Wächtersbach – Wächtersbacher Stadtanzeiger; Gründau – Gründauer Anzeiger; Linsengericht – Linsengerichter Anzeiger; Biebergönd – Wochenblatt Biebergönd. 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. 2026

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

Bekanntschaften

Karl, 82 J., Witwer, netter, charmanter, gepflegter Mann, sympathische Erscheinung, finanziell gut versorgt, möchte nicht mehr länger alleine sein. Ich will im neuen Jahr mein neues Glück versuchen. Welche nette Sie möchte das Leben oder die Freizeit mit mir teilen, z. B. in Urlaub fahren oder Wochenendausflüge machen, ab und zu ins Kino oder Cafe gehen und sich gemütlich mit mir unterhalten? Wenn Sie sich angesprochen fühlen, rufen Sie gleich an oder schreiben mir über: PV Goldene Herzen, Postfach 1103, 63868 Großwallstadt, tgl. 10 - 20 Uhr, auch Samstag und Sonntag. ☎ 06022/204175 oder 0170/9005097.

Ich, Dora, 65 J., verwitwet, bin eine anständige, verständnisvolle Frau, ich habe eine sehr schöne Figur (etwas vollbusig), bin eine gute Köchin u. Hausfrau, ich lebe hier ganz allein, habe nur eine kleine Rente, eig. Auto und wäre jederzeit umzugsbereit. Ein ebenso einsamer Witwer bis ca. 80 J., wäre der Richtige für mich. Bitte rufen Sie heute noch an pv. ☎ 0151 – 62903590

Pauline, 77 J., aber mein Alter sieht man mir nicht an, habe Freude am Kochen, bin eine saubere Hausfrau u. mag alles, nur keinen Streit. Wenn Sie auch verwitwet sind, verbindet uns das gleiche Schicksal. Würde mein schönes Zuhause auch aufgeben u. zu Ihnen kommen. Kostenl. Anruf, Pd-Seniorenglück ☎ 0800-7774050

Liebevolle Marga, 79 J., seit einigen Jahren Witwe, bin eine saubere, hübsche Frau mit weiblicher Figur, nicht anspruchsvoll, mag gemütliche Abende daheim. Da ich keine Kinder habe bin ich immer allein - ich suche pv einen ehrlichen Mann dem es ähnlich geht - wir werden alles am Telefon, wenn Sie anrufen. ☎ 06151 – 1014071

Gabi, 66 J., mit toller Figur u. sympathischem Auftreten. Bin eine große Naturliebhabein, Top-Hausfrau, in der Familie u. bei Gästen als hervorragende Köchin geschätzt. Suche einen treuen Mann mit ehrlichem Herzen, Alter Nebensache. Lass uns keine Zeit verlieren u. melde Dich gleich üb. pv ☎ 0176-34498406

Jutta, 71 J., noch nicht so lange verwitwet, aber ich halte die Einsamkeit einfach nicht mehr aus. Habe eine schöne fraul. Figur, mag alles Schöne, wie Kochen, Garten u. die Natur. Suche üb. pv e. aufrichtigen Mann, evtl. mit ähnl. Schicksal, dem eine liebe, ehrliche u. warmherzige Frau fehlt. ☎ 0152-24910120

Hallo, bin die Ingeborg, 71 Jahre jung, (ehemalige Stationsschwester) eine sehr liebe Witwe u. hübsche Frau, ohne Anhang. Nach der Trauerzeit sehne ich mich pv wieder nach Liebe u. Zärtlichkeit. Darf ich auf Ihren Anruf hoffen? ☎ 0157–75069425

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

Wer hat Lust auf ein Single-Treffen (Spaziergang im Kurpark und Kaffeehausbesuch) in Bad Nauheim? ☎ 06034/4049464

Reiselustige Sie, 58 J., sucht humorvollen Optimisten. Chiffre 15378

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, Fasadendämmung/Außenputz, Gerüst stellen, Demontagearbeiten, Renovierungen aller Art. ☎ 0171/5140161

Sträucher, Busch- u. Baumfällungen inkl. Entsorgung. Wir bieten fachgerechte Schnitтарbeiten, Entfernung von Wurzelstöcken inklusive Entsorgung. mailbox@rie-bau.de ☎ 0171/9955661

Partuer der Vereine

FundGrube

Dienstleistungen

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

Flohmarkt

Großer Flohmarkt am So. 11.01. in Gründau-Lieblös am Höffner-Möbelhaus - trödeln, schleppen und genießen. Info: lampert-maerkte.de und bei facebook, ☎ 02473/20596-50.

Freizeit

Hallo, suche auf diesem Wege eine ehrenamtliche Begleitung. Ich habe eine kleine Behinderung. Für ein Metallfestivall Ragnarök in Lichtenfels. ☎ 06059/1739.

Haushaltsauflösungen

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

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

Kaufgesuche

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

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 Werteinschätzung. Seriöse u. diskrete Barabwicklung. ☎ 06181/14164

ImmobilienMarkt

Garagen

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

Grundstücke

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

Häuser

Wohnhaus in 63667 Nidda-Kohden, Baugrdst. 892 m² mit Okal-Fertigh. Bj. 1970, Geschossfl. EG 141 m², Nutzfl. EG (DIN 277) 121 m², 5 ZKB + Souterrain 52 m², Energiebedarf: G (Okt. 2025), VB € 250.000,-. ☎ 06043-2356

Mietgesuche

Ich, ruhige Rentnerin, 64 J., sportl., zuverl., suche ab sofort oder später eine Wohnung, 50-60 m², 650,- € Warmmiete in GN und Stadtteilen sowie Lieblös. ☎ 0176/86097431

Ruhige, saubere dt. Frau, 63 J., ges. EK, NR, ohne HT, sucht 1-2 ZW bis 50 m² und 400,- € kalt in GN-Stadt, Roth, Lieblös bei netten Leuten zur Miete. ☎ 01575/1919655

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

Stellplätze

Tiefgarage PKW Stellplatz zu vermieten. Oberhalb vom Obermarkt im alten Graben Ecke Kapellenweg, ab 15.1.26. Monatlich 80,- €. Chiffre 15044

Vermietungen

Büdingen: 3 Zimmer Küche, Bad, WC, Flur, Kellerraum, Balkon. Ab 30.01.26 frei. 700 Euro + Kautiön + Umlagen nach Absprache. ☎ 06668/287

GN-Altstadt, 4,5 Zi, Kü, Bad, Flur, 110 m², 1. OG, Gartenmitben., Stellpl/Garage mögl., Miete 935,- € + Uml + 3MM Kautiön, ab April/Mai 2026, ☎ 06051/8887673

Rothenbergen, ab 01.03. frei, 3 Zimmer Whg. mit Balkon, Kamin, 1 Stellplatz, Warmmiete 950 Euro Tel.: 015116603183

Schöne, moderne 2 Zimmer-Wohnung, 60 m² zu vermieten in Gründau. 750,- € Kaltmiete. Meschmitt7@outlook.de

GN-Meerholz, 2 ZKB, DG, Blk., EBK, 58 m², ab 01.02.2026 zu vermieten. Miete 400,- € + 140,- € NK, nur an NR, keine Haustiere. ☎ 06051/61266

Langenselbold, 3-ZW, EG, 90m², Küche, Bad, WC, Diele, zu verm., KM 780,- € + NK + Kt ☎ 0175/7049900

Freigericht, Wohnung, 92 m², 2. Stock, 3 Zimmer, Küche, Bad, Flur, Keller 780,- € Miete, 2 Monate Kautiön, ab sofort ☎ 0175/5235114

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

Mittelhessen-Bote

Finden + Verkaufen

Telefon 06051 833-241

AUF MEINER ROUTE
BIN ICH CHEF!

ab 13 Jahren
auf Minijob-Basis

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

Bad Nauheim
Friedberg
Bruchengraben
+ Ockstadt
Niddatal Assenheim
+ Bönstadt + Kaichen
Ober-Mörlfen
Ober-Wöllstadt

© stock.adobe.com

Mittelhessen-Bote

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

DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN

Personal finden!

Stellengesuche

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

Stellenangebote

Suchen Mitarbeiter für Objektpflege, Straße kehren, Rasen mähen. 1-2 mal die Woche für ca 4 Std. BWHS Hausmeisterservice ☎0151/27086984 o. per E-Mail info@bw-hs.de

Stellenangebote

Zuverlässige, deutschsprachige Putzfee für pflegeleichte Wohnung 14-tägig für ca.4 Stunden gesucht. Std.-Lohn 15 €. ☎ 0174/3359506.

Malteser Hilfsdienst sucht Fahrerpersonal, ☎ 06051-929377

Personal finden!

MKK

MAIN-KINZIG-KREIS

Geschäftszeichen: 11.1/2/108/2025

Der Main-Kinzig-Kreis ist der bevölkerungsreichste Landkreis in Hessen und als Dienstleister für rund 431.000 Bürgerinnen und Bürger zuständig. Als einer der größten Arbeitgeber der Region vertrauen wir dabei auf die Fähigkeiten und Fertigkeiten unserer rund 1.400 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die mit Engagement und Tatkraft den Main-Kinzig-Kreis mitgestalten und besonders machen.

Die Kreisverwaltung ist ein familienfreundlicher Arbeitgeber, der vielfältige berufliche Perspektiven, moderne Arbeitsplätze und eine leistungsgerechte Vergütung bietet. Darüber hinaus eröffnet der Main-Kinzig-Kreis seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zahlreiche Möglichkeiten, sich fortzubilden und weiterzuentwickeln.

Im Amt für Gesundheit und Gefahrenabwehr suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt, in Teilzeit eine/einen

Ärztin / Arzt (m/w/d)
als Leitung des Sachgebietes Amtsärztlicher Dienst

mit einem abgeschlossenen Medizinstudium und Approbation; wünschenswert ist eine Facharztanerkennung für öffentliches Gesundheitswesen oder in einem Gebiet der unmittelbaren Patientenversorgung.

Den vollständigen Ausschreibungstext mit allen relevanten Informationen finden Sie im Internet unter: karriere.mkk.de

NORMA®

XXL

2 Kästen Pils Steinie je 2x20x0,33 l,
zzgl. 2x3,10 Pfand (1 l = -,86)

26% billiger
statt 15,60
11,40*

zzgl. 2x3,10 Pfand
Aktionszeitraum:
12.01. bis
18.01.2026

Duschgel Extra-XXL
Captain, Deep Sea,
Pumpspender je 1 l

29% billiger
zum Vergleich: UVP 250 ml = 2,35
1 Liter 6,66*

Holzwohle Anzünder
Kaminofen- und Grillanzünder
je 1 kg (1 kg = 5,99)

25% billiger
1 kg UVP 7,99
5,99*

Erdnüsse XXL
gesalzen oder ungesalzen
geröstet, je 1 kg

31% billiger
1 kg UVP 7,99
5,49*

Instant Nudeln Big
Cup Rind-, Huhn-Curry-
(scharf), Gemüse- oder
Huhn-Geschmack je 75 g (1 kg = 15,87)

20% billiger
UVP 1,49
1,19*

33% billiger
(1 kg = 13,20)
0,99**

Nur gültig
mit NORMA
Plus App
von 12.01. bis 18.01.2026

**Lindt Tafel-
schokolade**
mit alkoholhaltiger Füllung –
Orange Spritz, Kirsch, Williams
oder Limoncello
je 100 g (1 kg = 29,90)

100g UVP 3,99
2,99*

25% billiger

Italienische Pralinen XXL
verschiedene Sorten
in einer Packung je 800 g (1 kg = 9,99)

7,99*
800 g

Datteln getrocknet XXL
ohne Stein je 700 g
(1 kg = 5,70)

22% billiger
zum Vergleich: 400 g = 2,95
3,99*

Ouzo of plomari
Mehr als 120
Jahre Tradition

Die unvergleichbare
Spirituosen-Spezialität
aus Griechenland.
40% vol., je 0,7 l
(1 l = 12,84)

UVP 11,99
8,99*

25% billiger

Aprikosen XXL
getrocknet, entsteint
je 400 g (1 kg = 8,73)

12% billiger
zum Vergleich: 200 g = 1,99
3,49*

24% billiger
(1 kg = 7,48)
2,99**

Nur gültig
mit NORMA
Plus App
von 12.01. bis 18.01.2026

**MOSER Südtiroler
Speck**
ca. 750 g, Ware
einzeln ausgepreist

(1 kg = 12,99)
16% billiger
UVP 1 kg = 15,49
z.B. 750 g
9,74*

**Mini Hörn-
chen XXL**
aus Hartweizen-
grieß
je 1 kg
(1 kg = 1,49)

1,49*
1 kg

ab Montag, 12. Januar

**Äpfel vom Boden-
see Deutschland, Fried-
richshafen Kl. I, Sorten: Brae-
burn, Elstar, Jonagold,
Kal. 70/80 + 80/90 mm,
je 2,5 kg (1 kg = 1,04)**

2,5 kg!
2,59*

(Abbildung ähnlich)

**Golden B®
Kultur- Heidelbeeren**
Chile/Südafrika Kl. I, je 400 g
(1 kg = 8,73)

400 g!
3,49*

(Abbildung ähnlich)

Mini-Landgurken
Spanien Kl. I, klein, grün,
unwiderstehlich – bestens
geeignet zum Snacken und für Salate.
je 1,5 kg (1 kg = 2,33)

1,5 kg!
3,49*

(Abbildung ähnlich)

➔ BIS ZU 62% SPAREN

**Diamant-
Topf oder
-Pfanne**

- Extrem kratzfest dank
Antihalt-Versiegelung
- Energiesparend dank
starkem Wärmeleitboden
- Backofenfest bis
400 °C

1 Pfanne
Ø ca. 20 cm
2 Pfanne
Ø ca. 24 cm
3 Pfanne
Ø ca. 28 cm

4 Topf mit
Deckel
Ø ca. 24 cm
5 Topf mit
Deckel
Ø ca. 20 cm
6 Stielkasserolle
mit Deckel
Ø ca. 18 cm
7 Viereckpfanne
ca. 28x28 cm

✓ Maximale
Haltbarkeit
✓ Mega harte
Beschichtung
✓ Optimale
Hitzever-
teilung

57% billiger
UVP 34,99
14,99*

55% billiger
UVP 39,99
17,99*

42% billiger
UVP 34,99
19,99*

45% billiger
UVP 39,99
21,99*

50% billiger
UVP 49,99
24,99*

Diamanten-
struktur sorgt
für ein perfektes
Bratergebnis

**Backofengeeigneter
Universaldeckel**

- Mit isolierendem Silikonrand und
Dampfauslassventill

Schwarz
Rot
Blaugrün

Ø ca.
16–20 cm
Ø ca.
16–20 cm
Ø ca.
24–28 cm
Ø ca.
24–28 cm
Ø ca.
30–34 cm
Ø ca.
30–34 cm
Backofenfest
bis 260 °C
Hochwertiges
Platinum-Silikon

6,99*
8,99*

**Thermogläser-
Set doppel-
wandig**

je Set
5,99*

Cappuccino
3er-Set
je ca. 300 ml
Latte Macchiato
2er-Set
je ca. 350 ml

Cappuccino
modern
3er-Set
je ca. 300 ml
Tee-
gläser
2er-Set
je ca.
250 ml

Frischhaltedosen 4er-Set
rechteckig oder quadratisch
• Mit 4-seitigem Clip-Verschluss
• 100% luft- und flüssigkeitsdicht dank
Aromaschutzring aus Silikon

4er-Set 6,99*

4 versch. Größen im Set:
500 ml + 900 ml + 1500 ml +
2400 ml oder 400 ml +
800 ml + 1400 ml + 2300 ml

Rot
Kiwi
Smaragd
Made in EU

Cuchova Thermo-Schüssel

- Doppelwandig, mit Edelstahleinsatz
- Mit praktischen Drehverschluss-
Deckeln
- Hält bis zu 4 Std.
warm und 6 Std. kalt
je Ausführung

XXL-
Schüssel
ca. 51/Ø
ca. 26 cm

Schüsseln
3er-Set
ca. 0,8 l/Ø ca.
12 cm +
ca. 1,2 l/Ø ca.
16 cm +
ca. 2,1 l/Ø ca.
18 cm

62% billiger
UVP 49,99
18,99*

**24 Auch
online**

**Carretta® Hochwertige Edelstahl-
Pfanne mit farbiger, 3-lagiger Antihalt-
Beschichtung • Innenbeschichtung ILAG®
Premium, spritzbeschichtet • Extra dicker Boden,
ca. 5,4 mm • Polierter Edelstahl 18/10
5 JAHRE GARANTIE**

**24 Auch
online**

Ø ca. 20 cm
19,99*

Ø ca. 24 cm
22,99*

Ø ca. 28 cm
24,99*

9,99*

**ILAG®
NON STICK
PREMIUM**

**XXL-Herdabdeck-
platte • Aus ge-
härtetem Sicherheitsglas
• Schnittfeste Oberfläche • Auch
als Schneidebrett verwendbar
• ca. 56x50 cm je Ausführung**

**NEUE
Designs**

Thermo-Fleece-Bettwäsche

„Soft Touch“ • 100% Polyester
• Atmungsaktiv • Antipilling- und Antistatik-
Ausrüstung • Mit SBS Marken-Reißverschluss

- Feuchtigkeits- und
temperatur-
ausgleichend
je Bettwäsche

Besonders praktisch
– mit Marken-
Reißverschluss

Extra warme
und weiche
Soft Touch
Thermo-Fleece
Qualität

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

MADE IN
GREEN
www.otto-fer.com

**NEUE
Designs**

Cincinnati
Savannah
Columbus
Tampa
Toulouse

**Winterhausschuhe für Damen
und Herren • Obermaterial aus hoch-
wertigem, recyceltem Polyester-Nadelfilz
aus Italien • Entwickelt und designed in
Deutschland, hergestellt in Europa**

- Damen-Größen 38–41
- Herren-Größen 42–45

je Paar

Anthrazit
Damen
Fuchsia
Navy
Herren
Hellgrau

45% billiger
UVP 21,99
11,99*

✓ Obermaterial aus hoch-wertigem, recyceltem Nadelfilz
✓ Minimales Sohlengefälle ✓ Deutsche Bequemleiten

**TOPTEX® Modische
Thermo-Arbeits-
hose für Herren**

- Oberstoff 65% Poly-
ester, 35% Baumwolle
- Hochwertiges, robustes Twill-
Material • Größen
M (48/50)–XL (56)

Anthrazit

Einlaufgeschützt
durch
SANFOR®

Wärmendes
Thermo-
Innenfutter
**BIONIC
FINISH®ECO**

Schwarz

19,99*

NEU

* 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)

ÖKO-TEST
Pifff Erdnüsse
geröstet & gesalzen
sehr gut

Pifff Erdnüsse
geröstet und gesalzen
je 500 g (1 kg = 4,58)

Ständig im Sortiment
2,29

2X ÖKOTEST SEHR GUT!

**multitec Backpapier-
Zuschnitte**
je Packung

Ständig im Sortiment
–,95

ÖKO-TEST
MULTITEC
Backpapier-
Zuschnitte
sehr gut

ÖKO-TEST-Magazin 12/2025