

Wetterauer Wochen-Bote



Das ist los in der Region

Infos, Termine
& Veranstaltungen



Heimat im Blick

mit Ihrem
lokalen Mitteilungsblatt



KW 4, Samstag, 24. Januar 2026

Das Mitteilungsblatt im Wetteraukreis

Ausgabe H 1

Hallo, liebe Leser

Morgens vor dem Bäcker sind die Zuständigkeiten klar verteilt: Die besserer-dienende Hälfte holt Brötchen. Ich sitze im schwarzen SUV und bewache die Leere. Eine Frau bezahlt, kommt lachend heraus und steuert zielstrebig auf unser Auto zu. Öffnet die hintere Tür. Blickkontakt. Panik. Offenbar hatte sie nicht vor, den Morgen mit mir zu teilen. „Ich glaube, das ist das falsche Auto“, sage ich hilfsbereit. Eine Sekunde Schreck, dann Gelächter. Entschuldigung erklärt sie, sie sei um diese Uhrzeit schon völlig neben der Spur. Verständlich. Vor dem ersten Kaffee ist jedes schwarze Auto das eigene. Sie schließt die Tür, steigt ein paar Meter weiter in ihr Auto – offenbar ebenfalls dunkel, ebenfalls groß – und fährt lachend davon. Kurz darauf kommt meine bessere Hälfte mit den Brötchen zurück. Ich sage nur: „Du hast was verpasst.“

Und denke mir: Morgens vor dem Bäcker ist alles möglich. Sogar spontane Mitfahrer.

Euer Boto

Kinofilm und Suppe

Bad Vilbel. Die ambulante Hospizgruppe der Nachbarschaftshilfe Bad Vilbel und das Kino Alte Mühle präsentieren am Mittwoch, 11. Februar, den Film „Der Tod ist ein Arschloch“. Filmbeginn ist um 19.30 Uhr. Bereits ab 19 Uhr kann man schon einen Teller leckere Suppe mit einer herzhaften Scheibe Brot erhalten und mit den ehrenamtlichen Mitarbeitenden der ambulanten Hospizgruppe ins Gespräch kommen. Das vergünstigte „Süppchen, Brot und Cinema“-Paket wird für 15,50 Euro angeboten, das Filmticket ohne Suppe für 9 Euro. Weitere Informationen zum Film und zur Kartenreservierung gibt es unter www.kultur-bad-vilbel.de/kino-alte-muehle/programm/ 2026/26-02/der-tod-ist-ein-arschloch im Internet.

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) 833-292 / -293
E-Mail: zustellung@bote.de
Anzeigen: (06051) 833-244
E-Mail: anzeigenabteilung@bote.de
Internet: www.bote.de

Oldtimer-Teilemarkt in Steinfurth

Samstag, 31. Januar, im Rosensaal

Bad Nauheim. Zu seinem zweiten Oldtimer-Teilemarkt lädt der Oldtimer-Club Steinfurth für Samstag, 31. Januar, in den Rosensaal nach Steinfurth ein. Der Markt beginnt um 9 Uhr und endet um 17 Uhr. Zum Jahresbeginn, wenn das Hobby sich in die Garage oder Werkstatt zurückzieht, sollen die Freunde des „alten Eisens“ ans Tageslicht gelockt werden. Bereits 2025 fand der erste Teilemarkt im Rosensaal statt. Für Sitzmöglichkeiten und Verpflegung ist gesorgt, um sich über Neuerwerbungen und geplante Projekte auszutauschen. Ziel ist es, Gleichgesinnte und Interessenten zusammenzuführen und das Hobby zu pflegen.

Der Eintritt ist frei

Der Markt findet im Rosensaal Steinfurth in 61231 Bad Nauheim, Bad Nauheimer Straße 11, statt. Standgebühren betragen für Mitglieder des Veteranen-Fahrzeug-Verbandes (VfV) zehn Euro, für Nichtmitglieder 20 Euro. Die Stände sind etwa drei Meter mal 2,50 Meter groß. Achtung: Die Verkaufsstände sind fast alle reserviert, es gibt nur noch wenige freie Plätze. Weitere Informationen und Anmeldung für die letzten freien Plätze über die Homepage (oldtimerclub-steinfurth.de) oder telefonisch beim Vorsitzenden Christian Wölflick unter Tel. 06032/85454.



Kommen Sie zum Oldtimer-Teilemarkt des Oldtimer-Club Steinfurth am 31. Januar.

Fitnessnacht des TV Bad Vilbel fordert den ganzen Körper

Am 6. Februar – Vorbeikommen und Kurde kostenfrei erleben

Bad Vilbel. Am 6. Februar lädt die Fitnessabteilung des TV Bad Vilbel dazu ein, gemeinsam sportlich durchzustarten. In drei kostenlosen Fitnesskursen können Neulinge wie Fitness-Profis einen Abend voller Bewegung, Spaß und Gemeinschaft erleben. Viele gute Vorsätze fürs neue Jahr drehen sich um mehr Bewegung, Fitness und Gesundheit. Eine ideale Gelegenheit, diese Vorsätze in die Tat umzusetzen, bietet die Fitnessabteilung von Bad Vilbels Familiensportverein, dem TV Bad Vilbel (TVBV). „Am 6. Februar veranstalten wir wieder eine Fitnessnacht mit drei abwechslungsreichen Kursen, zu

denen alle Interessierten herzlich eingeladen sind“, sagt Alena Zmarsly, die zuständige Abteilungsleiterin des TVBV. „Von tänzerischem Ausdauertraining bis zu kräftigenden und entspannenden Einheiten ist für jedes Fitnesslevel etwas dabei.“

Programm

Der Einlass in die TVBV-Halle in der Huizener Straße 22-24 beginnt um 19.45 Uhr. Um 20 Uhr startet der Abend mit Cardio Dance, einem mitreißenden Ausdauertraining zu Musik, das einfache Tanzbewegungen mit effektiven Cardio-Elementen verbindet.

Um 21 Uhr folgt ANIMAL FLOW – ein kreatives und effektives Ganzkörpertraining, das die Leistung, Belastbarkeit und Funktion des Körpers auf einzigartige Weise verbessert. Dabei vereint es Elemente aus Yoga, Calisthenics, Capoeira und Breakdance – immer bodennah, fließend und dynamisch. Die Trendsportart ANIMAL FLOW wird im TVBV als regelmäßiger Kurs angeboten, was in der Umgebung von Frankfurt einzigartig ist. Die TVBV-Fitnessnacht bietet somit eine tolle Möglichkeit, ANIMAL FLOW kennenzulernen. Den Abschluss bildet um 22 Uhr eine Pilates-Einheit, die gezielt die Tiefenmuskula-

tur stärkt, die Körperhaltung verbessert und für einen entspannten Ausklang des Abends sorgt. Anschließend sind alle Teilnehmenden zu Snacks und Getränken eingeladen.

Anmeldung bis 5. Februar

Eine kostenlose Anmeldung bis zum 5. Februar 2026 unter geschaeftsstelle@tvbv.de ist erwünscht, eine Mitgliedschaft im TV Bad Vilbel jedoch nicht erforderlich. Ob Neuling oder Fitness-Profi – alle sind eingeladen, gemeinsam bis in die Nacht den ganzen Körper zu fordern.

Hessentag 2025 in Bad Vilbel erhält Bestnoten

Stadt freut sich über hohe Zufriedenheit der Besucher

Bad Vilbel. Der Hessentag 2025 in Bad Vilbel war ein voller Erfolg. Das bestätigen die jetzt veröffentlichten Ergebnisse der Besucherbefragung des Hessischen Statistischen Landesamtes, auf die der Chef der Staatskanzlei, Staatssekretär Benedikt Kuhn, in Wiesbaden verwiesen hat. Rund 950.000 Besucherinnen und Besucher erlebten das Landesfest in der Quellen- und Festspielstadt. 83,7 Prozent der Befragten bewerteten den Hessentag mit „sehr gut“ oder „gut“. Bürgermeister Sebastian Wysocki zeigt sich über diese Rückmeldungen hoch erfreut: „Diese Bestnoten sind eine großartige Anerkennung für unsere Stadt und für all jene, die diesen Hessentag

möglich gemacht haben. Bad Vilbel hat sich als offener, herzlicher und leistungsfähiger Gastgeber präsentiert. Dass sich die Besucherinnen und Besucher bei uns wohlfühlt haben, ist für uns das schönste Kompliment.“ Auch Erster Stadtrat Bastian Zander sieht in den Ergebnissen eine klare Bestätigung der monatlichen Vorbereitungen: „Der Hessentag 2025 war für Bad Vilbel eine enorme Gemeinschaftsleistung. Die sehr guten Bewertungen zeigen, dass sich unser Einsatz gelohnt hat. Wir wollten ein Fest für alle Generationen, für Familien, für junge Menschen, für Vereine und Ehrenamtliche und genau das ist uns gelungen.“ „Der Hessentag hat Men-

schen zusammengebracht, Gespräche ermöglicht und Gemeinschaft gestiftet. Dieses Wir-Gefühl war überall spürbar; auf den Plätzen, in den Hallen und auf den Bühnen unserer Stadt“, betont Bürgermeister Wysocki. Die Befragung belegt zudem, dass der Hessentag nachhaltige Wirkung entfaltet hat: Die Stadt profitiert von einem gestärkten Wir-Gefühl, einer verbesserten Infrastruktur und einem deutlichen Imagegewinn. 51,4 Prozent der unter 20-Jährigen nahmen erstmals an einem Hessentag teil. Ein starkes Zeichen für die Zukunftsfähigkeit des Formats. 44,8 Prozent der Besucher reisten mit dem öffentlichen Nahverkehr an, 86,5 Prozent kamen

aus einem Umkreis von bis zu 75 Kilometern. „Ein besonderer Dank gilt den vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, den Vereinen, Einsatzkräften, Mitarbeitenden der Stadtverwaltung, den Sicherheitsdiensten sowie allen Partnern und Unterstützern. Ohne dieses enorme Engagement wäre ein solches Landesfest nicht möglich gewesen. Bad Vilbel kann stolz auf diesen Hessentag sein“, so Sebastian Wysocki und Bastian Zander. Zander abschließend: „Wir freuen uns sehr über die zufriedenen Besucherinnen und Besucher und über das starke Signal, das von diesem Hessentag weit über unsere Stadt hinausgeht.“

VOSS LIVING
— IMMOBILIEN —

Ihr Immobilienmakler vor Ort

Lassen Sie uns ins Gespräch kommen!
06039 – 93 84 492

Bahnhoftstraße 191
61184 Karben
„Neue Mitte“
info@voss-living.de

Mittelhessen-Bote
... auch als kostenloses
epaper

www.bote.de

WIR KAUFEN AN:

Silberbesteck	Zinn
Zahngold	Goldschmuck
Silbermünzen	Münzen und Barren
Silberschmuck	Bruch- und Altgold

**Batteriewechsel
VARTA®**

**AKTIONSPREIS
5€**

**GOLDSCHMIEDE
Service**

> Ketten löten > Ringe weiten
> Gravuren aller Art > Brillanten fassen > Zirkonia fassen > uvm.

Das Goldhaus
Frankfurter Str. 21
61118 Bad Vilbel
M info@goldhaus-bv.de
T 06101 595 83 20
www.goldhaus-bv.de

Öffnungszeiten
Mo – Fr: 10 – 17 Uhr | Sa: 10 – 14 Uhr

**Parkplätze
gegenüber**

**Neben Von Poll
Immobilien**

Google
★★★★

das Goldhaus
EDELMETALLHANDEL



**Bei Kribbeln, Brennen
und tauben Füßen**

Beratungstag*
zum Thema „Polyneuropathie“
(auch telefonisch möglich)
Do. 05.02.2026
**Jetzt anmelden und
Testangebot sichern!**
06101 - 55 62 41

*keine Diagnostik

**Apotheke
im Brunnen Center**
Apothekerin Anna Lehmann
Dortelweiler Platz 2 | 61118 Bad Vilbel
Mo. - Fr. 08.00 - 19.30 Uhr | Sa. 08.30 - 18.00 Uhr



Braucht Bad Vilbel einen Bürgerbus?

Bad Vilbel. Der Seniorenbeirat Bad Vilbel lädt zu seiner öffentlichen Sitzung am Dienstag, 27. Januar, ein. Wie immer werden der Magistrat und der Seniorenbeirat eingangs berichten, was aktuell anliegt beziehungsweise seit der letzten Sitzung passiert ist. Die Arbeitskreise des Seniorenbeirats berichten über ihre geplanten Veranstaltungen. Die Sitzung findet ab 16 Uhr im Haus der Begegnung statt; geplantes Ende ist 18 Uhr. Außerdem wird Jens-Jürgen Pietsch über seine Erfahrung mit dem Bürgerbus Rosbach sprechen. Er war einer der ersten Fahrer bei der Bürgerbus-Einführung, er wird auf folgende Fragen eingehen: Was ist der Bürgerbus? Warum wurde er ins Leben gerufen? Welche Kosten entstehen bei einer Fahrt? Welche Strecken bedient der Bürgerbus? Wie funktioniert die Abholung? Wer fährt den Bürgerbus?

Reparatur-Café im Januar
MüZe Karben lädt zum Reparatur-Café ein

Karben. Das nächste Reparatur-Café des MüZe Karben findet am Dienstag, 27. Januar, von 16 bis 18.30 Uhr im ASB Wohnen und Pflege Karben, Ramonville-Straße 27, statt. Annahmeschluss für Reparaturen ist um 17.30 Uhr, damit genug Zeit für Diagnose und Reparatur bleibt. Diagnose und Reparaturen sind kostenlos, Spenden sind jedoch willkommen. Erforderliche Ersatzteile sind mitzubringen oder müssen in Abstimmung mit den Reparateuren auf eigene Kosten be-

sorgt werden. Das Team weist darauf hin, dass es auch Spielsachen aller Art reparieren kann, zum Beispiel Tonieboxen. Aufgrund des großen Reparaturaufwandes bei Kaffeevollautomaten sind die Kapazitäten begrenzt, weshalb diese nur nach vorheriger telefonischer Anmeldung unter Angabe des Gerätetyps angenommen werden können. Fahrradreparaturen sind anzumelden, damit das eventuell benötigte spezielle Werkzeug vorhanden ist. Flickar-

beiten an Kleidung sind ebenfalls vorher anzumelden. Alles andere kann ohne vorherige Anmeldung mitgebracht werden. Am Tag des Reparatur-Cafés bietet das MüZe-Team von 15 bis 18 Uhr im Cafébereich des ASB frisch gebackene Waffeln, Kaffeespezialitäten, Kaltgetränke und Eiskaffee zu günstigen Preisen an. Information und Anmeldung von Reparaturen bei Gabriele Ratazzi-Stoll, Mobilnummer 01515/1949477, E-Mail: ratazzi-stoll@mueze-karben.de.

Stolperstein-Putzaktion
Am 27. Januar mit den Naturfreunden

Bad Vilbel. Seit 1996 ist der 27. Januar in Deutschland der offizielle Tag des Gedenkens an die Opfer des Nationalsozialismus. Er erinnert an die Befreiung des Konzentrations- und Vernichtungslagers Auschwitz und an die mehr als eine Million Menschen, die dort ermordet wurden. Die Naturfreunde Bad Vilbel nutzen diesen Gedenktag, um mit einer Stolperstein-Putzaktion den Blick auf die verfolgten und ermordeten jüdischen

Bürger Bad Vilbels zu richten. Neben der Putzaktion gibt es Hintergrundinformationen. Treffpunkt für die Aktion ist Dienstag, 27. Januar, um 14 Uhr vor dem Alten Rathaus. Die Beteiligung ist offen für alle Unterstützer; Ziel ist es, die Stolpersteine wieder sichtbar und das Gedenken lebendig zu halten. Anmeldung und weitere Informationen unter info@naturfreunde-bv.de.

Lesung
mit Tanja Esch

Bad Vilbel. Die Stadtbibliothek lädt wieder einmal zu einer tollen Veranstaltung ein und freut sich auf zahlreiche Besucher: Am Samstag, 7. Februar liest Tanja Esch ab 15 Uhr aus dem Buch „Ulf und die entführte Lehrerin“ und gibt auch eine Signierstunde mit der Autorin. Die Lesung eignet sich für Kinder ab sieben Jahren. Karten sind im Kartenbüro Bad Vilbel und in der Stadtbibliothek erhältlich.

Puppentheater mit
Musik und Humor

Bad Vilbel. Im Rahmen von „Starke Stücke“, dem internationalen Theaterfestival für junges Publikum lädt das Theater Alte Mühle in Bad Vilbel zur Familienshow „Hände hoch!“ ein. Eine Familienvorstellung findet am Sonntag, 22. Februar, ab 16 Uhr, eine Gruppenvorstellung am Montag, 23. Februar, ab 10 Uhr, statt. Die Veranstaltung richtet sich an alle ab drei Jahren und dauert circa 35 Minuten ohne Pause. „Hände hoch!“ ist eine lebendige, wortlose Familienshow mit Musik, Humor und Gefühl. Die Puppen erleben in ihrer großen blauen Kulisse grandiose Abenteuer und zeigen ihre Tricks. Unter dem Künstlernamen „Lejo“ tritt der Niederländische Puppenspieler Leo Petersen mit seinen simpel gestalteten Puppen seit 1995 auf. Nach der Vorstellung bastelt „Lejo“ mit den Kindern Fingerpuppen. Die Karten kosten 6 Euro für Kinder, 9 Euro für Erwachsene (bei der Gruppenvorstellung zahlen Kinder 6 Euro, Begleitpersonen sind frei) und sind im Kartenbüro Bad Vilbel unter Telefon 06101/559455 sowie online unter www.kultur-bad-vilbel.de oder per E-Mail an tickets@bad-vilbel.de erhältlich.

Politischer
Kreppelnachmittag

Bad Vilbel. Die SPD Bad Vilbel lädt alle Senioren herzlich zu einem gemütlichen Kreppelnachmittag im Haus der Begegnung ein. Am Mittwoch, den 29. Januar, um 14.30 Uhr erwartet die Gäste ein Nachmittag voller Gespräch und Austausch. Einlass ist ab 14 Uhr. Zu Gast sind Ricarda Müller-Grimm, Sozialdezernentin und Spitzenkandidatin der SPD für die Kommunalwahl. Bei Kaffee und Kreppeln haben die Besucher die Möglichkeit, mit SPD-Vertretern ins Gespräch zu kommen, ihre Fragen zu stellen und Anregungen einzubringen.

Poetry Slam

Bad Vilbel. Das Theater Alte Mühle in Bad Vilbel präsentiert am Freitag, 20. Februar, ab 20 Uhr den sechsten Mühlen-Slam des Poetry Slam Wetterau. Zum poetischen Stelldichein in der Mühle treffen sich die besten Bühnenpoeten der Region und Wettfeiern mit Worten um die Gunst des Publikums. Und wie immer entscheidet das Publikum, wer gewinnt. Die Karten kosten 10 Euro und sind im Kartenbüro Bad Vilbel unter Telefon 06101/559455 sowie online unter www.kultur-bad-vilbel.de oder per E-Mail an tickets@bad-vilbel.de erhältlich.

Figurentheater

Bad Vilbel. Bühne Cipolla präsentiert im Theater Alte Mühle Bad Vilbel am Samstag, 7. Februar, ab 20 Uhr das Figurentheater „Dr. Fischer aus Genf oder: Die Bomben-Party“. Dieses richtet sich an Erwachsene und ist mit Livemusik nach Graham Greene. Ohne Pause dauert die Vorstellung circa 80 Minuten. Der britische Autor Graham Greene verknüpft in seinem 1980 erschienenen Roman ein spannungsvolles, spottlustiges Gleichnis auf die Habgier des Menschen mit einer berührenden Liebesgeschichte. Die Karten kosten 22 bis 24 Euro (ermäßigt 17 bis 19 Euro) und sind im Kartenbüro Bad Vilbel unter Telefon 06101/559455 sowie online unter www.kultur-bad-vilbel.de oder per E-Mail an tickets@bad-vilbel.de erhältlich.

Bei dir liegt Sparen im Trend?

bis

-25%

¹⁾

auf fast den gesamten Einkauf

Für bestehende und neue Bonus Club Mitglieder
Mit Gutscheinen vom aktuellen Prospekt.
Für alle nicht im Sale befindlichen Produkte!

**SALE
FINALE!**
bis -70%



Einkaufsgutschein
im Wert von 10

Einkaufsgutschein
im Wert von 20

Einkaufsgutschein
im Wert von 30

Einkaufsgutschein
im Wert von 50

Einkaufsgutschein
im Wert von 100

Einkaufsgutschein
im Wert von 250

Ab einem Einkaufswert von 1.000,- Euro
Ausgewählte alle Werbe- und Aktionsartikel aus den
aktuellen und in den letzten 30 Tagen gültigen Prospekten
auf www.moemax.de/prospekte

Dein Trendmöbelhaus
60388 Frankfurt am Main, Borsigallee 39

möma

1) Gültig von 24.01.2026 bis 27.01.2026. 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. Bei Inanspruchnahme keine weiteren Konditionen möglich. Nicht gültig auf bereits getätigte Aufträge, Abverkauf- und SALE-Artikel, Gutscheine und Nahrungsmittel sowie Kauf von Produkten der Marken based, Bora, Bestpreis, KARE, Miele, Quooker, Gutscheine und Nahrungsmittel. Pro Einkauf und Kunde nur ein Gutschein gültig. Alle Abschläge beziehen sich auf den Abholpreis. Keine Barauszahlung möglich.

**Neue Kurse
ENGLISCH
für „Senioren“**

Anfänger + Fortgeschrittene

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

**Im Februar und März
starten die neuen Kurse!**

Es informiert Michael Friesl.

ELKA®
Erfolgreich lernen.
Konzepte im Alter

in Friedberg u. Bad Vilbel
Telefon 06031-6853867
www.friesl.eu

Beilagen in Teilausgaben

Weinabend

Karben. Die Ev. Kirchengemeinde Karben lädt am Dienstag, den 27. Januar zum nächsten geselligen Weinabend um 19 Uhr in das Gemeindehaus in Groß-Karben, Westliche Ringstraße 11 herzlich ein. Neben verschiedenen Weinen und Glühwein werden natürlich auch unalkoholische Getränke und kleine Snacks angeboten.

Walk & Talk

Bad Vilbel. Die CDU Innenstadt lädt am 24. Januar um 10 Uhr zum bewährten Format „Walk & Talk“ ein. Interessierte können mit Sebastian Wysocki, Matthias Kallmeyer und weiteren CDU-Vertretern durch die Frankfurter Straße spazieren und dabei Fragen rund um die Innenstadtentwicklung stellen. Im Anschluss lädt die CDU zu einer Grillwurst am Alten Rathaus ein, wo der Rundgang endet. Treffpunkt ist am Biber-Kreisel vor der Bäckerei Philippi. Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Versammlung der Feuerwehr

Karben. Für Samstag, 31. Januar, lädt die Freiwillige Feuerwehr Burg-Gräfenrode zu ihrer Jahreshauptversammlung ins Feuerwehrgerätehaus ein. Die Sitzung beginnt um 20 Uhr. Auf der Tagesordnung stehen unter anderem der Jahresbericht des Vorsitzenden, der Jahreskassenbericht, Berichte von Wehrführer, Jugendfeuerwehr, Alarmkrümel sowie Ehrungen. Anträge können bis zum 24. Januar beim Vorsitzenden abgegeben werden. Die Einsatzabteilung sowie Ehren- und Altersabteilung werden gebeten, in Uniform zu kommen.

Neujahrsempfang mit Petra Roth

Karben. Die Karbener CDU lädt alle politisch interessierten Bürger zu ihrem Neujahrsempfang am Montag, 26. Januar, ein. Ort des Geschehens ist das Karbener Bürgerzentrum. Beginn ist um 18.30 Uhr mit einem Sektempfang. Hauptrednerin des Abends ist die frühere Frankfurter Oberbürgermeisterin und langjährige Präsidentin des Deutschen Städtetags, Petra Roth. CDU-Vorsitzender Mario Beck kündigt an: „Petra Roth wird mit ihrer tiefen Erfahrung über die Zukunftschancen der Rhein-Main-Region sprechen, so dass wir daran anknüpfen können, um die Wetterauer und vor allem Karbener Perspektive zu beleuchten. Das werden wiederum unser Landrat Jan Weckler und unser Bürgermeister Guido Rahn übernehmen.“ Zahlreiche Kandidaten für die Kommunalwahl am 15. März werden für Gespräche zur Verfügung stehen. Im Anschluss an den offiziellen Teil bleibt Zeit für den Austausch. Außerdem lädt die Union zu einem Imbiss ein. Aus organisatorischen Gründen wird um Voranmeldung bei Ingrid Lenz unter Telefon 06039/41020 oder per E-Mail an Ingrid.Lenz@cdukarben.de gebeten.

Getränkewelt Zeller GmbH
Service für Sie – aus Tradition
Max-Planck-Straße 4 • Karben

Getränkewelt

ZELLER GmbH

Herzbergstraße 4a • Niederdorfelden
Lohgrundweg 5 • Friedrichsdorf-Seulberg

Unsere Angebote
vom 26.01.26 – 07.02.26

nur in haushaltsüblichen Mengen – für Druckfehler keine Haftung

Angebotspreise = Abholpreise in den Märkten

 versch. Sorten, Coca-Cola, Mezzo-Mix, Sprite, Fanta 12 x 1,0 l + Pfd. 3,30 € 1 l = 1,17 € EUR 13,99	 Dose versch. Sorten, 0,33 l + Pfd. 0,25 € 1 l = 1,97 € EUR 0,65	 BECK'S Spitzenpilsener 20 x 0,5 l + Pfd. 3,10 € 1 l = 1,50 € 24 x 0,33 l + Pfd. 3,42 € 1 l = 1,89 € EUR 14,99	 Bitburger Premium Pils 20 x 0,5 l + Pfd. 3,10 € 1 l = 1,40 € 24 x 0,33 l + Pfd. 3,42 € 1 l = 1,77 € EUR 13,99	 Neumarkter Lammbräu BIO Pils 10 x 0,33 l + Pfd. 2,30 € 1 l = 3,03 € EUR 9,99	 Schlappeseppel Helles und Pils 20 x 0,5 l + Pfd. 3,10 € 1 l = 1,65 € EUR 16,49
 ELISABETHEN SPITZENPILSENER 12 x 1,0 l + Pfd. 3,30 € 1 l = 0,54 € EUR 6,49	 Desperados 24 x 0,33 l + Pfd. 3,42 € 1 l = 4,17 € EUR 32,99	 Hell 20 x 0,5 l + Pfd. 4,50 € 1 l = 1,60 € EUR 15,99	 versch. Sorten 20 x 0,5 l + Pfd. 3,10 € 1 l = 1,75 € EUR 17,49	 PAULANER versch. Sorten 20 x 0,5 l + Pfd. 3,10 € 1 l = 1,50 € EUR 14,99	 Römerpils, Export, Naturradler 20 x 0,5 l + Pfd. 3,10 € 1 l = 1,10 € EUR 10,99
 HAB Henninger Export/Kaiser Pils 20 x 0,5 l + Pfd. 3,10 € 1 l = 1,00 € EUR 9,99	 Rapp's Apfelsaft klar und Apfelschorle 6 x 1,0 l + Pfd. 2,40 € 1 l = 1,33 € EUR 7,99	 RHÖN SPRUDEL Milde Schorlen versch. Sorten 12 x 0,75 l + Pfd. 3,30 € 1 l = 1,00 € EUR 8,99	 versch. Sorten 20 x 0,5 l + Pfd. 3,10 € 1 l = 1,90 € EUR 18,99	 VELTINS 20 x 0,5 l + Pfd. 3,10 € 1 l = 1,80 € 24 x 0,33 l + Pfd. 3,42 € 1 l = 2,27 € EUR 17,99	 Pils 20 x 0,5 l + Pfd. 3,10 € 1 l = 1,30 € 24 x 0,33 l + Pfd. 3,42 € 1 l = 1,64 € EUR 12,99

Aktuelle Angebote auch im Internet:
www.getraenkewelt-zeller.de

Parkmöglichkeiten
Kofferraumservice
Präsentkörbe

Gutscheine
Partyservice
Zapfanlagen u.v.m.

Shop-Info: 0 60 39 – 4 36 36

„Aktiv mit Baby“ startet

Karben. Am Montag, 2. Februar, startet ein neuer sechswöchiger Kurs „fitdankbaby – Aktiv mit Baby“ unter der Leitung von Carina Weggler. Der Kurs richtet sich an Mütter mit Babys im Alter von drei bis sieben Monaten und findet montags von 9.30 Uhr bis 10.30 Uhr statt. „fitdankbaby“ kombiniert ein effektives Ganzkörpertraining für die Mutter mit gezielten Übungen für Beckenboden, Rücken und Körpermitte – ideal abgestimmt auf die Rückbildungsphase und das individuelle Fitnesslevel. Dabei ist das Baby aktiv dabei und erlebt Nähe, Bewegung und gemeinsame Zeit mit der Mama. Der Kurs kostet für Nichtmitglieder 85 Euro, Mitglieder zahlen 80 Euro. Anmeldung sind erforderlich unter www.mueze-karben.de.

Nigeria im Mittelpunkt
Zwei Veranstaltung für evangelische Frauen

Friedberg. Beim Weltgebetstag der Frauen richtet sich der Blick in diesem Jahr auf Nigeria. Die Veranstaltung steht unter dem Titel: „Kommt! Bringt eure Last“. Die Evangelischen Frauen im Dekanat Wetterau laden im Januar und Februar zu zwei Vorbereitungstreffen für den Weltgebetstag ein. Mit über 230 Millionen Einwohnern ist Nigeria der drittgrößte Staat Afrikas und 2,5-mal größer als Deutschland. Über 250 Ethnien, manche Expertinnen sprechen von über 400 Ethnien, leben hier und kommunizieren in rund 500 indigenen Sprachen. Mit den Kolonisatoren kam das Christentum ins Land. Heute prägen Muslime und Christen das Land, daneben praktizieren einige Menschen auch ihre traditionellen afrikanischen Religionen. Ein Ökumenisches Weltgebets-

tags-Seminar mit Informationen zum Leben in Nigeria, den Bibelstellen in der Liturgie sowie Ideen zur Gestaltung des WGT-Gottesdienstes in der eigenen Gemeinde bieten die Evangelischen Frauen am Mittwoch, 28. Januar von 14.30 bis 18 Uhr im Gemeindezentrum Wilhelmskirche in Bad Nauheim (Wilhelmstraße 12) an. Die Teilnehmerinnen werden gebeten, eine eigene Gebetsordnung mitzubringen (Kosten 5 Euro). Am Donnerstag, 12. Februar, lädt das Dekanatsfrauenteam dann zu einem Filmeabend mit dem Titel „Frauen sind wichtig - in Nigeria und in Deutschland“ ein, von 18 bis 21 Uhr im evangelischen Gemeindezentrum Gambach (Schillerstr. 3). Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten.

Politik hautnah
Seniorenfasching der Stadt Bad Vilbel

Bad Vilbel. Der CDU-Ortsverband Heilsberg setzt auf den direkten Dialog und lädt für Mittwoch, den 28. Januar, zum offenen Stammtisch ein. Als Gast wird der Erste Stadtrat Bastian Zander an dem Abend teilnehmen. Die Veranstaltung beginnt um 19 Uhr im Restaurant „Carls“ (Carl-Schurz-Straße 33). In lockerer Atmosphäre bietet der Abend die Gelegenheit, aktuelle Themen aus dem Stadtteil und ganz Bad Vilbel aus erster Hand zu besprechen. „Willkommen sind ausdrücklich nicht nur Parteimitglieder, sondern alle Interessierten Bürger. Um die Planung zu erleichtern, wird um eine kurze Anmeldung per E-Mail an info@cdu-bad-vilbel.de gebeten. Aber auch Kurzentschlossene sowie Gäste aus anderen Stadtteilen sind herzlich willkommen.

Zum Seniorenfasching im Kultur- und Sportforum in Dortelweil lädt das Seniorenbüro der Stadt Bad Vilbel für Sonntag, 15. Februar, ein. Um 15.11 Uhr beginnt die Sitzung, ab 14.11 Uhr ist der Einlass geöffnet. Mit dabei sind dann Tänze, Büttreden und allerlei Fastnachtsprogramm der Fidele Sandhasen sowie Musik von „J&J“, Jürgen Ewald und Jochen Palm. Zur Verköstigung der Gäste gibt es natürlich auch wieder leckeren Kräppel. Der Eintritt ist kostenlos und auch eine Voranmeldung ist nicht notwendig. Auch Bürgermeister Sebastian Wysocki, Erster Stadtrat Bastian Zander und Sozialdezernentin Ricarda Müller-Grimm werden an diesem Tag im Kultur- und Sportforum sein und bei lauten Helau-Rufen den Seniorenfasching mitfeiern.

PRÜF- UND SCHÄTZTAGE

Aktionswoche vom 23.01. bis 31.01.26

Kostenlose
Expertise

Bringen Sie Ihre Wertgegenstände zu uns, erhalten Sie ein unverbindliches Angebot und lassen Sie sich den Betrag direkt vor Ort auszahlen.

und die Spezialisierung auf den Edelmetallankauf garantiert das Goldhaus Ihnen eine detaillierte Prüfung und Schätzung mit sehr fairen Preisen, eine transparente Geschäftsabwicklung sowie eine kompetente Beratung zum An- und Verkauf.

Das Goldhaus.

Bad Vilbel.

In Zeiten von steigenden Goldpreisen und von zahlreichen Möglichkeiten des Goldankaufs ist eine faire und ehrliche Beratung zum Verkauf Ihrer Wertsachen „Goldwert“. Vom 23.01. bis 31.01.2026 finden beim Goldhaus in Bad Vilbel die für Sie kostenlosen Prüf- und Schätztage statt. Im Zeitraum der Aktionswoche erhalten Sie, ohne Termin, eine kostenlose Schätzung Ihrer Wertgegenstände wie z.B. Goldschmuck, Luxus- und Golduhren, Zahngold, Zinngegenstände, Silberbesteck,

Bruch- und Altgold sowie Münzen und Barren aus Gold, Silber, Platin, Palladium uvm. – direkt von Experten vor Ort. Während viele Ankäufer oft nur den reinen Goldwert zahlen, berücksichtigt das Goldhaus auch Parameter wie Steinbesatz, den Zustand und die Marke Ihrer Gegenstände. Im Rahmen der Aktionswoche werden auch Bestände aus Nachlässen unter die Lupe genommen und Ihnen hierzu eine kostenlose Expertise zur Verfügung gestellt. Durch die langjährige Erfahrung des Teams

So einfach geht's:

1

Bringen Sie einfach Ihre Wertgegenstände zu uns.

2

Erhalten Sie von uns ein unverbindliches Angebot.

3

Lassen Sie sich den Betrag direkt vor Ort auszahlen.

Jetzt Gold in Geld verwandeln!

Batteriewechsel VARTA®

5 €

Silberbesteck

Goldschmuck

Luxus- und Golduhren

Münzen und Barren

Zinngegenstände

Zahngold

Das Goldhaus

Google ★★★★★

Frankfurter Str. 21
61118 Bad Vilbel
M info@goldhaus-bv.de
T 06101 595 83 20
www.goldhaus-bv.de

Öffnungszeiten

Mo-Fr: 10:00-17:00 u. Sa: 10:00-14:00

Parkplätze gegenüber

Neben „Von Poll Immobilien“

Angebote gültig vom 26.01. – 31.01.2026

Jede Woche erfrischende Angebote!



GETRÄNKE • FACHMARKT



deit Limonade

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

ANGEBOT

8.99

7.99**

11 = 0,67 €



St. Bonifatius Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10/4,50 € Pfand,
11 = 1,00 €

ANGEBOT

9.99

König Pilsener

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

-35%

10.99

Jever Bier

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

ANGEBOT

13.99

Veldensteiner Bier

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

16.99

13.99

Tyskie

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

ANGEBOT

14.99

13.99**

11 = 1,40 €

Paulaner Weißbier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
11 = 1,50 €

Aktion!

+ 2 Flaschen
alkoholfrei
0,0%
GRATIS!

ANGEBOT

14.99

Weltenburger Kloster Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,26 € Pfand,
11 = 1,50 €

ANGEBOT

14.99

Ehrenberger Pilsgerstoff

Original,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,60 €

ANGEBOT

15.99

Schöffhofer Weizen

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

ANGEBOT

14.99

Bitburger ALKOHOLFREI

diverse Sorten,
Pack = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
11 = 2,27 €

ANGEBOT

4.49



Förstina Sprudel Mineralwasser

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,46 €

ANGEBOT

5.49

Elisabethen Quelle Mineralwasser*

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,54 €

7.99

6.49

Kicos Limonade

koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 1,07 €

9.99

8.49**

11 = 1,01 €

Adelholzener Mineralwasser

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

-25%

5.99

5.49**

11 = 0,61 €

Bad Brückener Schorle

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

ANGEBOT

9.99

Almdudler Original

Kräuterlimonade,
0,33 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
11 = 3,00 €

1.49

0.99

Bad Brambacher Garten-Limonade

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 1,07 €

16.99

8.99

Durstlöscher

diverse Sorten,
0,5 l - Pack,
11 = 1,18 €

-34%

0.59

Jim Beam Whiskey & Cola

koffeinhaltig,
0,33 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
11 = 6,03 €

-33%

1.99

Heil GUDE STOFF*

Apfelwein Pur,
11 - Flasche,
zzgl. 0,15 € Pfand,
11 = 2,39 €

2.59

2.39

Käfer Wein

diverse Sorten,
0,75 l - Flasche,
11 = 3,99 €

-33%

2.99

Wodka Gorbatschow, Citron

0,7 l - Flasche,
11 = 9,27 €

-32%

6.49

Johnnie Walker Red Label

0,7 l - Flasche,
11 = 15,70 €

-21%

10.99

Pepsi Kombikasten

teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 24 x 0,33 l,
zzgl. 5,10 € Pfand,
11 = 1,89 €

ANGEBOT

14.99

Mit der
logo Getränke App
sparen & gewinnen.

Jetzt downloaden!



www.logo-getraenke.de



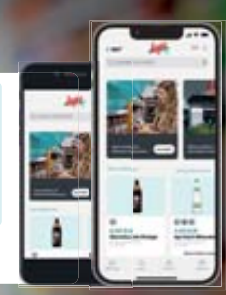
Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln,
in Lose tauschen & mit Glück gewinnen!



1x
SAMSUNG S25



1x
Enders Heizstrahler



*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

ANZEIGE

Endlich wieder gut schlafen
So lässt sich nächtlicher Hustenreiz beruhigen

Wenn die Temperaturen sinken und die Heizungen laufen, macht vielen ein Reizhusten zu schaffen, oft ausgelöst durch eine gewöhnliche Erkältung. Gerade am Anfang und Ende der Infektion kann der belastende, oft schmerzhafte, trockene Husten entstehen. Nachts quält er besonders, denn im Liegen läuft Nasensekret in den Rachen, die verstopfte Nase fördert die Mundatmung und trockene Heizungsluft lässt die Schleimhäute noch schneller austrocknen. So wird der Hustenreiz immer wieder ausgelöst und der Schlaf gestört. Die Folgen spüren alle, die davon betroffen sind, ob man selbst hustet, neben einer hustenden Person schläft oder

ein Kind betroffen ist: unruhige Nächte, wenig Erholung und ein Morgen, der sich wie ein Fehlstart in den Tag anfühlt. Dabei ist gerade erholsamer Schlaf wichtig, um das Immunsystem zu stärken und dem Körper die Ruhe zu geben, die er zur Regeneration braucht. Schon kleine Veränderungen im Alltag und beruhigende Abendrituale können helfen, den Hustenreiz zu reduzieren. Zusätzlich zu Hausmitteln bietet Monapax® eine naturstarke Unterstützung bei Reizhusten. Der bewährte Hustenstiller setzt auf natürliche Inhaltsstoffe (u.a. mit Sonnentau). Er lindert den quälenden Hustenreiz dort, wo er entsteht – direkt in den Bronchien – ohne Wirkung auf das zentrale Nervensystem. Zudem ist er sehr gut verträglich. Eine Studie zeigt, dass Monapax® die Häufigkeit nächtlicher Hustenanfälle reduzieren und die Schlafqualität verbessern kann¹ – ein spürbarer Unterschied für erholsameren Schlaf.



Quelle: ¹Voß et al. Drug Res 2018; 68: 444-449. Studie durchgeführt bei Kindern.

Monapax® Sirup – Anwendungsgebiete: Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Entzündungen der Atemwege, besonders nächtlicher Krampfhusten. In der Gebrauchsinformation wird darauf hingewiesen, dass bei länger anhaltenden Beschwerden, bei Atemnot, bei anhaltendem Fieber sowie bei eitrigem oder blutigem Auswurf ein Arzt aufzusuchen ist. **Warnhinweis:** Enthält 119 mg Alkohol (Ethanol) pro maximaler Einzeldosis von 5 ml entsprechend 2,4 % (w/v) Alkohol. Enthält Saccharose. Packungsbeilage beachten! Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand Oktober 2024

Monapax® Tropfen – Anwendungsgebiete: Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehört: Husten. **Warnhinweis:** Enthält 51,8 mg Alkohol (Ethanol) pro maximaler Einzeldosis von 5 Tropfen (0,2 ml) bei Jugendlichen ab 12 Jahren und Erwachsenen entsprechend 27,0 % (w/v). Packungsbeilage beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand April 2024

Monapax® Tabletten – Anwendungsgebiete: Monapax Tabletten sind ein homöopathisches Arzneimittel bei Erkrankungen der Atemwege. Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehört: Besserung der Beschwerden bei trockenem Husten (Reizhusten) im Rahmen von Erkältungen. Bei länger anhaltenden Beschwerden, bei Atemnot, bei anhaltendem Fieber sowie bei eitrigem oder blutigem Auswurf sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Warnhinweis:** Enthält Lactose. Packungsbeilage beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand September 2024

Für ein gutes Bauchgefühl
Milchsauer fermentiert, mit wertvollen Inhaltsstoffen

Rabenhorst steht für über 125 Jahre Wissen und Erfahrung in der Herstellung wohltuender Säfte in Premium-Qualität. Aus erlesenen Früchten und Gemüse werden mit Fingerspitzengefühl und Handwerkskunst hochwertige Direktsäfte kreiert. Das schonende Herstellungsverfahren – überwiegend in der haus-eigenen Kellerei – garantiert nicht nur einen ausgezeichneten Geschmack, sondern auch den Erhalt einer Vielzahl natürlicher Inhaltsstoffe.

Sauerkraut zählt seit Jahrhunderten zu den wertvollsten pflanzlichen Lebensmitteln unserer Esskultur. Als Saft genossen, bietet es eine besonders praktische Möglichkeit, die wertvollen Inhaltsstoffe aufzunehmen. Für den **Rabenhorst Sauerkraut Direktsaft** wird frischer, knackiger Weißkohl aus kontrolliertem Bio-An-

bau verarbeitet. Milchsauer fermentiert wird er zu Saft gepresst und anschließend schonend abgefüllt. Von Natur aus enthält der Sauerkraut Direktsaft **Vitamin C**, das zu einer normalen Funktion des Immunsystems beiträgt und hilft, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Der milde Gemüsesaft weist zudem einen niedrigen Zuckergehalt auf und kann daher einen festen Platz in einer **kohlenhydratarmen Ernährungsweise** einnehmen. Am besten trinken Sie ein Glas (200 ml) des milden Sauerkraut Direktsaftes direkt nach dem Aufstehen – viele Menschen schätzen diesen Moment als bewussten Start in den Tag und empfinden ihn als angenehm für ein **gutes Bauchgefühl**. So lässt sich der Rabenhorst Sauerkraut Direktsaft kalorienarm und unkompliziert



in den Alltag integrieren – für bewusste Genussmomente und persönliches Wohlbefinden.

Weitere Informationen unter: www.rabenhorst.de

ANZEIGE

Finger weg – Warum wir uns so oft ins Gesicht fassen

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie oft Sie sich täglich ins Gesicht fassen? Der Psychologe Julian Packheiser von der Ruhr-Universität



Menschen fassen sich etwa 800 Mal am Tag ins Gesicht: Diese Berührungen helfen, Stress zu reduzieren und Emotionen zu regulieren.
Foto: Christin Klose/dpa-mag

Bochum forscht unter anderem zu Gesundheitseffekten von Berührungen und berichtet im Magazin «Spektrum Psychologie» (Ausgabe 01/2025), dass Menschen das durchschnittlich 50 Mal pro Stunde tun – das ergibt bis zu 800 Berührungen pro Tag. Manche davon haben einen praktischen Zweck, etwa um die Frisur zu richten oder müde Augen zu reiben. Doch die meisten erfolgen ohne ersichtlichen Grund.

Berührungen reduzieren Stress

Packheiser erklärt, dass unbewusste Gesichtsberrührungen eine wichtige Funktion erfüllen könnten: «Laut neue-

ren Theorien dienen unbewusste Gesichtsberrührungen zur Stressreduktion und helfen, den Gefühlshaushalt zu regulieren.» Berührungen im Allgemeinen fördern bekanntermaßen die Gesundheit, so der Psychologe. Sie können Ängste lindern, Traurigkeit mindern, Schmerzen reduzieren und sogar den Blutdruck senken. Das gilt nicht nur für Kontakt mit anderen: Forschende der Goethe-Universität Frankfurt fanden 2021 in einer randomisierten kontrollierten Studie heraus, dass sowohl Berührungen von anderen als auch von einem selbst vor einer Stresssituation einen Effekt auf das Stresslevel der Teilnehmer hatten. Sowohl

diejenigen, die von anderen berührt wurden als auch die, die sich selbst berührten, hatten hinterher einen niedrigeren Wert des Stresshormons Cortisol im Blut als die dritte Gruppe der «Unberührten». Zwar wählten die Teilnehmenden der Selbstberührungsgruppe nicht immer das Gesicht, manche strichen sich über den Arm oder legten die Hände auf die Brust. Dennoch deuten andere Forschungen darauf hin, dass Gesichtsberrührungen in stressigen oder kognitiv anspruchsvollen Situationen besonders häufig vorkommen, so Packheiser weiter. Das zeigt etwa eine systematische Übersichtsarbeit eines Forscherteams des Paul-

Flechsig-Instituts – Zentrum für Neuropathologie und Hirnforschung der Universitätsklinik Leipzig, die ebenfalls 2021 veröffentlicht wurde. «Obwohl es noch wenig Forschung zu Selbstberührungen gibt, deuten solche Indizien darauf hin, dass das Berühren des eigenen Gesichts Stress mildern kann.» Joe Navarro, ein ehemaliger FBI-Verhaltensanalyst, erklärt im Magazin «Psychology Today», dass die Gründe für diese Vorliebe in der Anatomie unseres Körpers liegen. Unsere Gesichter sind besonders reich an empfindlichen Nervenenden, die mit dem Gehirn direkt verbunden sind. Diese Nerven – insbesondere der fünfte (Trigemi-

nusnerv) und der siebte Hirnnerv (Facialisnerv) – ermöglichen es, dass Berührungen im Gesicht das Gehirn schneller und effektiver erreichen als an anderen Körperstellen. Ein sanftes Streichen über die Wange oder das Berühren der Lippen sende beruhigende Signale blitzschnell ins Gehirn. Diese Sofortwirkung ist entscheidend, weil wir gerade in stressigen Momenten schnell Erleichterung brauchen. Das Ins-Gesicht-Fassen beruhige das Gehirn und helfe dabei, die innere Balance wiederherzustellen. So sei es für andere auch ein Hinweis darauf, wie es im Inneren aussieht, ob jemand gestresst ist und Unterstützung braucht, so Navarro.

ANZEIGE

Reden wir über harten Stuhl



„Ein pflanzliches Präparat aus der Apotheke überzeugt bei hartem Stuhl und Verstopfung“

Jeder Siebte ist zumindest gelegentlich von Verstopfung betroffen – mitsamt den leidigen Begleiterscheinungen wie schmerzhaftem Pressen oder dem Gefühl einer unvollstän-

digen Entleerung. Auf Abführmittel greifen Apotheker nur im Extremfall zurück. Lesen Sie hier, welche pflanzliche Lösung stattdessen empfohlen wird.

Es gibt viele Gründe, warum der Darm plötzlich streikt – zum Beispiel Stress, Flüssigkeitsmangel oder auch die altersbedingte hormonelle Umstellung in den Wechseljahren. Die Folge ist aber jedes Mal dieselbe: Auf der Toilette geht gar nichts mehr, bzw. nur unter starkem Pressen.

Abführmittel nur in Ausnahmefällen

Abführmitteln stehen sowohl Betroffene als auch Pharmazeuten skeptisch gegenüber. Zu groß ist die Sorge vor einem Gewöhnungseffekt. „Ich habe

Angst, dass ich dann ohne Medikament gar nicht mehr auf die Toilette kann“, schildert etwa die Nutzerin eines Online-Forums. In den meisten Fällen lässt sich die Darmtätigkeit aber ohnehin mit deutlich sanfteren Methoden wieder in Schwung bringen. Nämlich mit einer ausreichenden Flüssigkeits- und Ballaststoffzufuhr. Effektive Unterstützung bietet jetzt eine rein pflanzliche Innovation aus Österreich.

5-fach Kombination für die Verdauung

Dr. Böhm® Darm aktiv ist eine ideal dosierte 5-fach Kombination pflanzlicher Ballaststoffe aus Flohsamen, Apfel, Pflaume, Gerstengras und Yaconwurzel. Das fruchtige Trinkpulver sorgt insbesondere dank der Flohsa-

men wieder für eine leichte und regelmäßige Darmtlenkung:

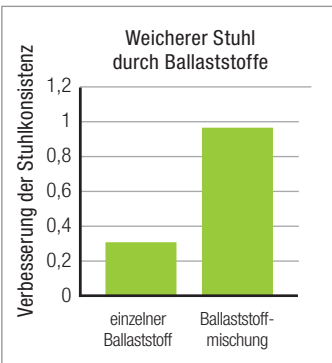
1. Der Stuhl wird weicher und gleitfähiger
2. Die Darmaktivität wird angeregt
3. Die Darmtlenkung wird erleichtert

Darmtätigkeit anregen – leicht gemacht

Die Anwendung von Dr. Böhm® Darm aktiv lässt sich ganz einfach in den Alltag integrieren: Je nach Bedarf ein- bis zweimal täglich ein Sachet in Wasser auflösen, ein paar Mal umrühren und schnell trinken. Positiver Nebeneffekt: Das Präparat macht angenehm satt und ist dabei fast frei von Kalorien.

Wissenschaftlich belegt
Studien zeigen, dass eine Kombination mehrerer Ballaststoffe eine deutlich größere Verbesserung der Stuhlkonsistenz erzielt als einzelne Ballaststoffe.*

Bestehen Sie in der Apotheke auf Dr. Böhm® Darm aktiv – nur hier ist die genannte 5-fach-Kombination an Ballaststoffen enthalten. Sollte es aktuell nicht verfügbar sein, bestellt Ihre Apotheke es gerne für Sie.



*Christodoulides S et al. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–116.

GETESTET in der Apotheke

Bestnote „Sehr gut“ für Dr. Böhm® Darm aktiv

Auch die Fachwelt ist überzeugt von Dr. Böhm® Darm aktiv. Beim unabhängigen Produkttest von Apothekenangestellten wurde das Ballaststoff-Präparat mit der Bestnote „Sehr gut“ ausgezeichnet. Unter anderem mit folgenden Ergebnissen:

- 93% der Teilnehmer bemerkten innerhalb der ersten drei Tage eine signifikante Verbesserung, 52% sogar bereits innerhalb der ersten 24 Stunden.
- 96% der Teilnehmer würden Dr. Böhm® Darm aktiv weiterempfehlen.

PKA club
Produkt-Test
Dr. Böhm® Darm aktiv Ballaststoff-Getränk
Sehr gut
Note: 1,9
10/2023

TIPP DER WOCHE

Dr. Böhm® Darm aktiv

- ✔ 5-fach Kombination aus pflanzlichen Ballaststoffen
- ✔ Leichte & regelmäßige Darmentleerung dank Flohsamen
- ✔ Spürbarer Effekt schon nach einem Tag¹

Dr. Böhm® Darm aktiv Ballaststoff-Getränk

Unterstützt die Darmtätigkeit
Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und begünstigen eine normale Darmtätigkeit sowie Darmentleerung. Plus Gerstengras, Pflaume, Apfelfpektin und Kleeblatt.

20 Sachets Trinkpulver | Nahrungsergänzungsmittel

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

¹PKA-Produkt-Test (PKAclub, 10/2023)

Smartphone- und Linux-Kurse

Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene im ersten Halbjahr

Karben. Angeboten wird ein Smartphone-Grundlagen-Kurs. Der Kurs ist für Anfänger gedacht, die ein Smartphone haben, aber noch unsicher im Umgang damit sind. Behandelt werden Grundlagen der Smartphone-nutzung: Aufbau eines Smartphones, Telefonie, Mobilfunknetz und Datennutzung, WLAN, wichtige Bedienelemente und Einstellungen, Betriebssysteme sowie einige Anwendungen (Apps) zur Kommunikation und Informationsrecherche. Die Teilnehmer mögen ihr Smartphone (kein Huawei-Smartphone) mitbringen. Es empfiehlt sich, auch die zugehörigen Zugangsdaten und Passwörter mitzubringen. Bei Fragen zum Kurs bitte vorher im SeCuZ melden. Kursgebühr (für Mitglieder und Nichtmitglieder): 20 Euro (zu zahlen am ersten Kurstag). Kurstermine: Montag, 2. Februar, Dienstag, 3. Februar, Montag, 9. Februar, Dienstag, 10. Februar jeweils 10 bis 11.30 Uhr. (Die vier Termine bauen inhaltlich aufeinander auf.) Anmeldung per-

sönlich im SeCuZ oder telefonisch bei Tel. 06039/485541 oder per E-Mail an info@se-cuz.de. Ort: Vereinsräume SeCuZ, Karben, Ramonville-Straße 5-7. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Deshalb bitte beachten: Eine Teilnahme ist nur möglich, wenn die Anmeldung ausdrücklich bestätigt worden ist. Ein zweiter Smartphone-Grundlagen-Kurs mit identischem Inhalt findet statt an folgenden Terminen: 2. März, 3. März, 9. März, 10. März, jeweils 10 bis 11.30 Uhr. Auch für diesen Kurs werden Anmeldungen angenommen.

Kurs: Linux

Inhalt: In diesem Kurs erhalten die Teilnehmer einen Überblick, welche Möglichkeiten Linux als Betriebssystem statt Windows bietet. Die Themen im Einzelnen: Erster Tag - Was ist Linux eigentlich? - Linux Ersatz für Windows? - Wahl zwischen vielen Linux-Systemen. Zweiter Tag - Linux Mint - Arbeiten mit Linux Mint - Linux Dateimanager - vor-

eingestellte Hotkeys - Welche Apps oder Anwendungsprogramme sind vorinstalliert?

Dritter Tag - Installation Linux Mint. Termine: Donnerstag, 5. Februar, 12. Februar und 19. Februar jeweils um 14.30 Uhr. Dauer: An den drei Kurstagen jeweils 1,5 Stunden. Voraussetzungen: Bitte eigenen Laptop oder eigenes Notebook mitbringen. Kursgebühr: Mitglieder 25 Euro und für Nichtmitglieder 55 Euro (wird für Mitglieder abgebucht, Nichtmitglieder zahlen bar am ersten Kurstag). Anmeldung: Bitte unbedingt rechtzeitig telefonisch an Tel. 06039/485541 oder per E-Mail an info@secuz.de anmelden, denn die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Eine Teilnahme ist deshalb nur mit bestätigter Anmeldung möglich. Ort: SeCuZ, Ramonville-Straße 5-7, Karben. Kursleitung: HM. Ein dritter Linux-Kurs mit identischem Inhalt findet statt an folgenden Terminen: 26. Februar, 5. März und 12. März, jeweils 14.30 bis 16 Uhr. Auch für diesen Kurs werden Anmeldungen angenommen.

Kindeswohl steht im Fokus

Fortbildungsprogramm der Fachstelle Jugendarbeit
des Wetteraukreises

Wetteraukreis. Das neue Fortbildungsprogramm der Fachstelle Jugendarbeit für 2026 bietet erneut ein vielfältiges Qualifizierungsangebot für Menschen, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten. Das Programm richtet sich an Ehrenamtliche aus Vereinen und Verbänden sowie an pädagogische Fachkräfte aus der offenen Jugendarbeit und der Sozialarbeit in Schulen. Anmeldungen sind ab sofort möglich.

Fortbildungsinhalte

Ziel der Fortbildungen ist, die Qualität der Kinder- und Jugendarbeit im Wett-
raukreis weiter zu stärken, Handlungssicherheit zu vermitteln und aktuelle fachliche Impulse in die Praxis zu bringen.

„Mit unserem Fortbildungsprogramm möchten wir diejenigen stärken, die tagtäglich Verantwortung für junge Menschen übernehmen“, betont die Kreisbeigeordnete und Jugenddezernentin Marion Götz.

„Wir möchten praxisnah, fundiert und gut erreichbar qualifizieren – egal ob jemand im Verein aktiv ist, in der offenen Jugendarbeit arbeitet oder im schulischen Kontext tätig ist.“

Im Jahresprogramm 2026 finden sich sowohl bewährte Klassiker als auch neue Schwerpunkte. Dazu gehören die Rettungsschwim-

mausbildung Bronze Ende Februar für eine sichere Gestaltung von Angeboten am und im Wasser sowie der Erste Hilfe Outdoor Kurs, der speziell auf Ausflüge in der Natur und im Gelände ausgerichtet ist. Für diejenigen, die sich ganz frisch in der Jugendarbeit engagieren möchten, bietet die Fachstelle in der ersten Osterferien-Woche wieder eine 40-stündige Ju-leica-Grundausbildung an. Dieses Seminar hat die Anerkennung als Bildungsurlaub durch das Hessische Sozialministerium. Um Ehrenamtliche zu schulen und zu sensibilisieren, werden im April und im November zwei kostenfreie Schulungen zum Thema Kindeswohl und Kinderschutz angeboten. Wer sein Spielerepertoire in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen erweitern möchte, ist bei der Fortbildung zur Spielpädagogik mit den Experten der Spielwiese Fulda im Mai genau richtig. Im Herbst findet wieder die etablierte Fortbildung zum NoBlame Approach statt – ein wirksames pädagogisches Vorgehen bei Mobbing. Den Abschluss des Jahres bildet die eintägige Fortbildung unter dem Titel „Souverän kommunizieren“ für eine klare und sichere Kommunikation im pädagogischen Alltag. Ein besonderes Highlight

im Programm wird eine umfangreiche Weiterbildung sein. Erstmals bietet die Fachstelle die insgesamt viertägige Weiterbildung zum Coach für psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen an. Die Qualifizierung vermittelt fundiertes Wissen zu Resilienz, Stressbewältigung, Krisenprävention und der sensiblen Begleitung belasteter junger Menschen – ein Thema, das in Vereinen, Jugendhäusern und Schulen zunehmend an Bedeutung gewinnt.

Alle weiteren Informationen zu den genauen Terminen, Kosten und Veranstaltungsorten finden Interessierte auf der Homepage des Wetteraukreises unter dem Stichwort Fortbildungs- und Ausbildungsprogramm: <https://wetteraukreis.de/service/kinder-jugend-familie-frauen/fortbildungs-und-ausbildungsprogramm-der-fachstelle-jugendarbeit>.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt online unter www.wetteraukreis.feripro.de. Interessierte können sich bei weitergehendem Informationsbedarf gerne auch unter jugendarbeit@wetteraukreis.de oder Telefon 06031/833311 direkt an die Fachstelle Jugendarbeit wenden.

Mainova Hallencup in Rodheim

Rosbach. Junioren-Futsal der Extraklasse gibt es am letzten Januar-Wochenende in Rodheim zu bestaunen. Die SG Rodheim richtet zum neunten Mal den beliebten Mainova Hallencup aus. Insgesamt 40 Mannschaften (acht pro Altersklasse von der F- bis zur B-Jugend) mit über 400 Aktiven und großer Anhängerschaft werden an drei Turniertagen erwartet. Gespielt wird eine Gruppenphase im Modus „Jeder gegen jeden“, anschließend folgen die Halbfinals sowie die Platzierungsspiele nach Fut-

sal-Regeln. Den Anfang macht die B-Jugend am Freitag, 30. Januar, ab 17.30 Uhr. Am Samstag, 31. Januar, sind um 9.30 Uhr die C- und um 14.30 Uhr die D-Junioren an der Reihe. Den Abschluss bilden am Sonntag, 1. Februar, um 9.30 Uhr die E- und um 14.30 Uhr die F-Junioren. Prominente Namen beim Turnier sind unter anderem Teams vom SV Darmstadt 98, KSV Hessen Kassel, VfR Wormatia Worms, FC Arminia Ludwigshafen, VfL Halle, SV Viktoria Aschaffenburg und SG Barockstadt Fulda-Lehnerz.

Filiale Wächtersbach
Poststraße 25
63607 **Wächtersbach**
Fon: 06053 2533

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

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

SCHAUB
SCHUHTECHNIK

Wenn Deine Füße dich überall hintragen.



Orthopädische Einlagen von SCHAUB geben deinen Füßen neue Perspektiven.

Entdecken Sie in unseren Filialen in Wächtersbach und Gründau die perfekte Verbindung aus Handwerkskunst, Technologie und Fußkomfort – mit maßgefertigten Einlagen von SCHAUB Schuhtechnik. www.schaub-schuhtechnik.de



Wie wir dir deine Einlagen herstellen,
erfährst Du über den QR Code



Gutschein 10 €
auf eine Kompressionsstrumpfversorgung

auf eine Kompressionsstrumpfversorgung

Pro Person nur ein Gutschein und nur im Original.

Nur auf wirtschaftliche Aufzahlung anrechenbar. **Gültig bis 30.06.2026**

Gutschein 10 €
auf eine Einlagenversorgung

auf eine Einlagenversorgung

Pro Person nur ein Gutschein und nur im Original.

Nur auf wirtschaftliche Aufzählung anrechenbar. **Gültig bis 30.06.2026**

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

5 Tage All-Inclusive
mit eigenen PKW!

All-Inclusive Urlaub in Deutschland und den Niederlanden - entspannt & sorgenfrei genießen! *Urlaub ohne Extrakosten*

TEUTOBURGERWALD Enjoy Schlosshotel Sophia in Bleiwäsche



Am Rande des Dorfes Bleiwäsche,
mit schöner Aussicht

5 TAGE AB €
199⁹⁵
p.P.

SAUERLAND Enjoyhotel Marleen in Siedlinghausen



Mit einer typisch
deutschen Café-Bar

5 TAGE AB €
209⁹⁵
p.P.

EIFEL Enjoyhotel Eifeler Hof in Kyllburg



13 Km vom gemütlichen
Bitburg entfernt

ERÖFFNUNGSANGEBOT

5 TAGE AB €
249⁹⁵
p.P.

NEU
Enjoyhotel in
Deutschland

GEÖFFNET
AB APRIL
2026

VULKANEIFEL Enjoy Eifelhotel Daun in Daun



Terrassen mit
schöner Aussicht

5 TAGE AB €
289⁹⁵
p.P.

Unsere komfortablen
All-Inclusive Enjoyhotels
in den schönsten Regionen Deutschlands,
der Niederlande, Belgiens und Frankreichs
bieten Ihnen Erholung, Genuss und eine
persönliche, aufmerksame Betreuung.

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

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

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.

RHÖN Enjoyhotel Rhön Residence in Dipperz



Es gibt
sogar ein
kleines Kino

Kostenlose Nutzung
von Sauna, Innen-
und Außenpool

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

5 TAGE AB €
209⁹⁵
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.

WESTERWALD Enjoyhotel Westerwald in Würges



Romantische Städte
in der Umgebung

5 TAGE AB €
199⁹⁵
p.P.

WATTENINSELN - AMELAND Enjoyhotel Hollum Ameland in Hollum



Kostenlose Nutzung der
finnischen Außensauna

5 TAGE AB €
249⁹⁵
p.P.

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**

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,
Ehrhard 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. 39/52.
Der Mittelhessen-Bote erscheint mit den
Regionalausgaben Gelnhäuser Bote,
Hanauer Bote, Maintaler Bote,
Langenselbolder Bote, Schlächterner Bote,
Fuldaer Land-Bote, Wetterauer Wochen-
Bote, Büdinger Bote, Oberhessen-Bote.
In der Ausgabe Main-Kinzig-Bote werden
die amtlichen Bekanntmachungen folgen-
der Städte und Gemeinden veröffentlicht:
Gelnhausen – Mittellingsblatt;
Langenselbold – Langenselbolder Bote;
Wächtersbach – Wächtersbacher
Stadtanzeiger;
Gründau – Gründauer Anzeiger;
Linsengericht – Linsengerichter Anzeiger;
Biebergemünd – Wochenblatt
Biebergemünd.
Auflage: 306.360,
Kombination mit Gießener Zeitung,
Auflage: 128.875,
Gesamtauflage: 435.235
Für unverlangt eingesandte Manuskripte
und Bilder werden weder Gewähr über-
nommen noch eventuelle Kosten erstatet.
Für den Inhalt der Anzeigen überneh-
men wir ebenfalls keine Haftung.
Wir nutzen KI-Technologien
zur Unterstützung bei der Bearbeitung
von Routineaufgaben.
Der Mittelhessen-Bote erscheint
am Wochenende. (Änderung der Erschei-
nungstermine vorbehalten). Bei Nicht-
erscheinen infolge höherer Gewalt, bei
Streik, Aussperrung u.ä. Gründen, be-
steht 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 Zeitungsröhr
anzubringen. 2026

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

Bekanntschaften

Hilde, 70 J., mit herz. Wesen u. et-
was vollbus. Figur. Den Haushalt
führe ich mit großer Freude, das liegt
mir einfach im Blut. Bin immer ehr-
lich, treu u. zuverlässig, denn Lug u.
Trug mag ich überhaupt nicht. Fehlt
Ihnen auch jemand, der immer für
Sie da ist? Dann rufen Sie üb. pv an
u. lassen Sie es uns zusammen ver-
suchen. ☎ 0176-57889239

Ich, Dagmar, 73 J., sehr hübsch,
schlank, humorvoll u. aufgeschlos-
sen, bin herzlich, ehrlich und liebe-
voll. Ich habe über 30 Jahre im medi-
zinischen Bereich gearbeitet. Bitte
rufen Sie an pv, Sie dürfen auch älter
sein. Ich habe ein kleines Auto u.
komme gerne zu Ihnen und wäre
auch umzugsbereit.
☎ 0151 – 62913874

Sieglinde, 78 J., verwitwet und kin-
derlos, ich bin eine fröhliche Frau,
sehr warmherzig und liebevoll. Ich
habe in einer Arztpraxis gearbeitet,
die tägliche Ansprache fehlt mir
sehr, fahre sicher Auto u. würde
am liebsten zusammen ziehen, ge-
ne würde ich Sie besuchen, damit
wir alles besprechen können pv
☎ 06151 -1014071

Babett, 76 J., gutmütige Witwe, mit
schöner frau. Figur, habe Freude am
Kochen u. an der Haus-/Gartenar-
beit. Wünsche mir einen lieben Mann
bis 85 J., dem ich wieder etwas
Glück ins Leben bringen kann. Ich
komme gerne zu Ihnen oder hole Sie
mit meinem Auto ab u. wir fahren et-
was spazieren. pv ☎ 0176-34498341

Vera, 68 J., kinderlose Witwe, eine
noch immer sehr attraktive Dame,
mit traumhafter Figur, jugendlich und
romantisch, ich habe im Büro gear-
beitet und bin eine Frau auf die man
sich verlassen kann. Welcher Mann
wünscht sich eine ehrliche, zärtliche
und treue Frau wie mich? pv
☎ 0160 – 7047289

Carola, 64 J., mit schöner weibl. Fi-
gur u. natürl. Ausstrahlung, mag ko-
chen, Gartenarbeit, spazieren u. Rad
fahren. Suche e. ehrlichen Mann (Al-
ter egal), der meinem Leben wieder
einen Sinn gibt. Kostenl. Anruf, Pd-
Seniorenglück ☎ 0800-7774050

Rentner, gehbehindert, sucht seriöse
Reisebegleitung (PKW) für 10-
tägigen Nord-/Ostsee-Ferienaufent-
halt im März. Verpflegung und Hotel-
unterkunft frei + Taschengeld.
Chiffre 16013

Bekanntschaften

Frau, Ende fünfzig, sucht Ihn zum
neu verlieben, auch mit Unterstüt-
zung von HA und Erledigungen. Mit
schlanker Figur, vollem Haar und ge-
regeltem Einkommen zum kennen-
lernen mit Auto. Chiffre 15916

Sie 73J, NR, sucht Ihn für eine Frei-
zeit-Partnerschaft um gemeinsam
vielez zu unternehmen. Freue mich
auf Antwort per Mail:
freundschaft-aktiv@web.de.

Dienstleistungen

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

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

Handwerker Gert übernimmt für Sie
Trockenbauarbeiten, Fliesen/Laminat
verlegen, tapezieren/streichen, Fas-
sadenämmung/Außenputz, Gerüst
stellen, Demontagearbeiten, Reno-
vierungen aller Art. ☎ 0171/5140161

Handwerker hat Termine freil Ich
verlege Fußböden, streiche, tapezie-
re, Trockenbau, Fliesen verlegen.
☎ 0151-19131096

Flohmarkt

Duru's Flohmarkt. 25.01. Wächters-
bach - Globus; Sa. 07.02. Wächters-
bach - Messegelände.
☎ 0176-24857953. Ohne Anmel-
dung, einfach vorbeikommen.

Haushaltsauflösungen

Die Ameisen: Entrümpelungen,
Haushaltsauflösung, Umzüge, Reno-
vierung, Garten- u. Abrissarbeiten,
Gewerbe, Haus-, Messi- und Pro-
blemwohnungen ☎ 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

Haushaltsauflösungen

Haushaltsauflösung, Entrümpelung
Nachlassankauf, Geschäftsauf-
lösung. Beratung u. Angebot kosten-
frei. Fa. Jakob ☎ 06053/6182193 o.
info@haushaltsaufloesung-jakob.de

Kaufgesuche

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

Ankauf von: Pelze aller Art, Alt- u.
Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck,
Münzen, Uhren, Perlen, Mode-
schmuck, Bernsteinschmuck, Pe-
rücken, Puppen, Leder- u. Krokota-
schen, Figuren, Eisenbahnen,
Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung,
Orden, Gobelin, Messing, Bilder,
Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppi-
che, Porzellan, Schallplatten, Näh-
maschinen, Schreibmaschinen, Bü-
cher, Möbel, Gardinen, auch Haus-
haltsauflösungen, kostenlose Be-
ratung und Anfahrt sowie Wertein-
schätzung. Zahle absolute Höchst-
preise, 100% seriös und diskret,
Barabwicklung vor Ort von Mo.-So
8-20 Uhr ☎ 06104/9879935

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

Kaufgesuche

Wir kaufen Ihre alten Schätze Anti-
quitäten aller Art Massivholzmöbel
Näh- und Schreibmaschinen Porzel-
lan, Figuren, Bilder Schallplatten,
CDs, Briefmarken, Pelze, Kleidung,
Taschen, Silberbesteck, Zinn, Bleikri-
stall, Modeschmuck, Goldschmuck,
Alt- und Bruchgold, Zahngold Uhren,
Münzen, Bernstein s, Teppiche Or-
den, Kameras, Ferngläser, Puppen,
Krüge, Konvolute Nachlässe und
Haushaltsauflösungen. Kostenlose
Besichtigung. fair & diskret
☎ 0152/15380640

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

Achtung! Seriöser Barankauf von al-
ten Möbeln, Porzellan, Fotokameras,
Bierkrüge, Bilder, Uhren, Ferngläser
usw. Auch kpl. Nachlässe od. aus
Wohnungsaufösungen. Gerne auch
defekte Sachen. Alles anbieten!
Zahle Höchstpreise. Kostenl. An-
fahrt, Beratung sowie Werteinschät-
zung. Seriöse u. diskrete Barab-
wicklung. ☎ 06181/14164

Kaufe Trödel, Sachen an Haushalts-
auflösungen und vieles mehr.
Schreibmaschine, Nähmaschinen,
Teppiche, Puppen, Münzen, Schall-
platten, Ferngläser, Schmuck, Uhren
aller Art, auch defekt, Trachten,
Mode, Pelze, Zahngold, Militärsach-
en, Kleidung. Komme vorbei, zah-
le bar und fair. ☎ 0163/0481446

Kaufe antike Sachen aller Art: Kla-
motten, Möbel, Porzellan, Schmuck,
Bernstein, Lederwaren, Zahngold,
Manschetten, Besteck, Bilder, Teppi-
che, Pelze, Zinn, Silber, Münzen
und vieles mehr. Anrufen und nach-
fragen. Faire Preise und seriöse Ab-
wicklung! ☎ 0157-58701784

Grüß Gott, liebe Leser. Kaufe Da-
menbekleidung jeglicher Art, gerne
auch Accessoires. Freue mich über
jeden Anruf! ☎ 0152-15204083

Nachhilfe

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

Reinigung

Blitz Blank! Fenster/Rahmen, Winter-
gartenreinigung gefällig od. Grund-
reinigung Ihrer Wohnung? Wir reini-
gen auch Ihre Wohnung alle 14
Tage, auch Teppiche/Teppichböden,
Polstermöbel u. Matratzen, antialler-
gisch, farbfrisch wie neu mit Ge-
ruchsbeseitigung und Langzeit Im-
prägnierung. 54 Jahre Ralf Hüber
Meisterbetrieb: ☎ 06101-3132

Umzug

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

C+P Umzüge-Umzüge nah und fern.
Keine Anfahrtspauschale, kostenlo-
ser Umzugsberater, keine Material-
kosten, Küchen- u. Möbelmontage.
☎ 06047-986370, 0173-1700586

Verkäufe

Achtung Brennholz! Jetzt bestellen,
frisch od. trocken, 1 m lang od.
openfertig, keine Schüttmeter-
Raumeter (Ster), Lieferung möglich.
☎ 0160-93018661

Neu in Büdingen, Gymnasiumstr. 34:
Fabrikküchen + Tische. Bei 100%
Leistung u. 100% Qualität günstiger
als alle vergleichbaren Mitanbieter.
☎ 06042/5454867

Braunes Ledersofa, 2-Sitzer,
sehr guter Zustand, Echtleder,
Maße 235x90x60, sowie ein Tisch,
120x70 cm, höhenverstellbar,
Preis VB, ☎ 06051/969377

Verkaufe trockenes Brennholz und
Heu in Rundballen, kann auch gelie-
fert werden. ☎ 015122756725

Eine nagelneue Batterie für den Ra-
senmäher, Preis 200,- € Rasenmä-
her für 30,- € ☎ 06055/9396860

Kontakte

www.rosbacher-erotikparadies.de
DIANA Ober-Rosbach!
06003-6346

Ella, sup. Serv., H+H. 0176-68423222

Auto & Verkehr

Mittelhessen-Bote

Finden + Verkaufen

Telefon 06051 833-241

Pkw Ankauf

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

Wir kaufen Ihren PKW oder Bus. Alle
Modelle, ab BJ '07, auch mit Män-
geln oder ohne TÜV. Reelle Abwick-
lung garantiert. ☎ 01520/8264256

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

ImmobilienMarkt

Garagen

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

Gew. Mietgesuche

1-Raum-Büro in GN gesucht mit PC
Anschluss. ☎ 0172/6947881 o. per
Mail curalis@t-online.de

Gew. Vermietungen

Lagerhalle in Langenselbold zu ver-
mieten. Ca. 200qm, 550 Eur pro Mo-
nat. Grosser Hof, Stellplätze möglich.
☎ 0176/23779677

Grundstücke

Voll erschlossenes Baugrundstück,
391 m², in zentraler Lage in Wäch-
tersbach/Stadt zu verkaufen. Kita,
Schule, Einkauf und Bahn fußläufig
erreichbar. KP € 150.000,-.
☎ 0162-4925952

Zu amtlichen Preisen suchen wir
ständig Gärten, Äcker, Wiesen zum
Kauf bzw. für vorgemerzte Kunden.
Grasmück GmbH, 63654 Büdingen
Tel. (06042) 6691 oder 01 71-573 4404

Immob.-Gesuche

Suche Haus mit Garten o. Hof zw.
Langenselbold und BSS zum Kauf.
Mit Lage nicht zu weit von der Auto-
bahn entfernt. Freue mich über pas-
sende Angebote. ☎ 06059/9078851

Mietgesuche

Suche 2 ZKB in Gelnhausen, Fach-
werk/Altbau, modernisiert, ca. 50 m²,
Garten / Balkon / Abstellraum, bis
900,- € warm, ruhige Gegend, idyl-
lisch gelegen. ☎ 0151-29159455

In Schotten suche ich (m), 71 J.,
Nichtraucher, ohne Haustiere, or-
dentlich und leise, eine ruhig gelege-
ne Wohnung. ☎ 0151-64327513

Vermietungen

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

Finden + Verkaufen

Mittelhessen-Bote

Finden + Verkaufen

Telefon 06051 833-241

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

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir

Kundenberater (m/w/d)

im Vertrieb in Voll- und Teilzeit für das
Verkaufsgebiet Hanau und Umgebung.

Ihre Aufgaben:

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

Ihr Profil:

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

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

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

Ihre Bewerbung senden Sie bitte an
unsere Personalabteilung.

Druck- und Pressehaus NAUMANN

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

StellenMarkt

Stellengesuche

Ich suche einen Putzjob für spät mit-
tags 2-3 h im Raum Meerholz, Roth,
Haitz, Lieblos, Linsengericht, Freige-
richt, Langenselbold, Neuberg.
☎ 0152-28467700

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

Stellenangebote

Wir suchen langfristig in Birstein
einen Versicherungskaufm. / Versi-
cherungsfachm. / Bankkaufm. od.
Bewerber mit kfm. Ausbildung
m/w/d auf Midi- od. Minijob-Basis.
Ihre Aufgaben: Beratung u. Betreu-
ung von Kunden, Bearbeitung von
Vertrags- u. Schadenangelegenhei-
ten sowie allg. kfm. Tätigkeiten. Sie
arbeiten selbstständig, kundenorien-
tiert u. zuverlässig, sind kommunika-
tiv, teamfähig u. flexibel. Wir bieten
eine strukturierte Einarbeitung u. ein
angenehmes Arbeitsumfeld. Wir
freuen uns auf Ihre Bewerbung an
info@jaeger-versicherungen.de.
☎ 06054-2011

LKW-Fahrer, FS Kl. 2/3

für Werknahverkehr
(ohne Anhänger) gesucht.
Telefon ab 10.00 Uhr
(06051) 974 00

Stellenangebote

Suchen einen Vollzeit-Fahrer (C1)
bis 7,5 t mit Fahrerkarte für unseren
Wäschereibetrieb in HU-Groß-
Auheim. ☎ 06181-574020 oder
info@waescherei-stadelmann.de

Malteser Hilfsdienst sucht Fahrper-
sonal, ☎ 06051-929377

Mittelhessen-Bote

Personal finden!

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 Stadt
+ Schwalmück + Steinfurth
Bad Vilbel Stadt + Heilsberg
Friedberg Bruchenhütten + Ockstadt
Widdatal Assenheim + Bönstadt + Kaichen
Ober-Mörlen + Langenhain-Ziegenberg
Rockenberg Oppershofen
Münzenberg
Wölfersheim Berstadt

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

Druck- und Pressehaus NAUMANN

NORMA[®]

xxl

XXL Suppengewürz/ Kräuter im Eimer
Italienische Kräuter, Kräuter der Provence oder Suppengewürz je 160 g (1 kg = 19,93), Salatgewürz je 140 g (1 kg = 17,44)

**140 g/160 g
2,79***

Getrocknete Pilze
Steinpilze, Champignons mit Pfifferlingen je 60 g (1 kg = 66,50), helle Pilzmischung je 75 g (1 kg = 53,20) oder Waldpilze gemischt je 100 g (1 kg = 39,90)

3,99*

Lindor XXL
extra dunkel je 145 g (1 kg = 20,62), Milch, Caramell oder weiß je 150 g (1 kg = 19,93)

25% billiger
45 g/50 g gratis
UVP 3,99
2,99*

Colgate Vorteilspack
Zahncreme Max Fresh oder Sensation White je 4x75 ml (1 l = 16,63)

28% billiger
zum Vergleich: UVP Einzeltube = 1,75
4er Pack 4,99*

Microfaser Universaltücher
XXL schnell & einfach anwendbar je 50 Stück

9,99*
10% billiger
Nur gültig mit NORMA Plus App von 26.01. bis 01.02.2026
8,99**

my smile XXL Toffees
je 900 g (1 kg = 4,43)

900 g 3,99*
16% billiger
Nur gültig mit NORMA Plus App von 26.01. bis 01.02.2026
3,33**

Kulinarische Reise

Marabou Schokolade
Haselnuss, Daim oder Milchsokolade je 220 g (1 kg = 13,59)

40% billiger
UVP 4,99
2,99*

Delikatess Creme
versch. Sorten, z. B. Knoblauch-, Paprika- oder Gulaschcreme mild oder scharf, je 160 g (1 kg = 11,81)

32% billiger
UVP 2,79
1,89*

Recla Prosciutto Crudo
original italienischer Rohschinken 10 Monate gereift, geringer Salzgehalt, wenig Schwarte, am Stück, je ca. 700 g – 900 g, Ware einzeln ausgepreist (1 kg = 13,99)

21% billiger
UVP 1 kg = 17,90
z.B. 700 g
9,79*

BECHEROVKA Kräuterlikör
Das Original – Der Kräuterlikör aus Tschechien 38% vol., je 0,7 l (1 l = 14,27)

28% billiger
UVP 13,99
9,99*

Original englische Marmelade Lemon
Curd je 320 g (1 kg = 8,72), Ginger Jam oder English Orange Marmelade je 340 g (1 kg = 8,21)

**UVP 3,49
2,79***
20% billiger

Sortenhonig
Orangenblüten-, Akazien- oder Pinien-Honig je 500 g (1 kg = 9,98)

28% billiger
UVP 6,99
4,99*
500 g

ab Montag, 26. Januar

cape Tafeltrauben
Südafrika rot, kernlos, je 900 g (1 kg = 4,43)

**900 g!
3,99***
(Abbildung ähnlich)

Rote Äpfel Deutschland/Region Bodensee, im XXL Karton
Kl. I, ausgewählte Sorten z. B.: Braeburn, Elstar, Jonagold, Kal. 75/85 + 80/90 mm, je 5 kg (1 kg = 1,11)

**XXL • 5 kg!
5,55***
große Früchte!
(Abbildung ähnlich)

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

**400 g!
3,49***
(Abbildung ähnlich)

BIS ZU 40% SPAREN

Aloe-Vera Jersey-Bettwäsche
Kissen ca. 80 x 80 cm, Bezug ca. 135 x 200 cm
• 100 % Baumwolle
• Geschmeidig im Griff durch Aloe-Vera-Ausrüstung
• Hautsympathisch, pflegeleicht und bügelfrei
• Mit YKK-Markens-Reißverschluss je Ausführung

19,99*
Auch online

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

24 Auch online
ca. 90–100x200 cm **7,99***
ca. 140–160x200 cm **9,99***
ca. 180–200x200 cm **11,99***

Ronley Pyjama-Set für Herren
• Reine Baumwolle
• Hochwertige Single-Jersey-Qualität
• Größen M (48/50) – XXL (60/62)
je Ausführung

9,99*
NEUE Designs

Jersey Boxspring Spannbettuch
ca. 180–200 x 200–220 cm
• 100 % Baumwolle
• Einlaufschutz durch Sanfor-Knit-Ausrüstung je Ausführung

24 Auch online
12,99*
Auch erhältlich: Jersey Topper-Spannbettuch 9,99€
Steghöhe 40 cm
Für Matratzen bis 220 cm Länge

Lifetex[®] XL-Teppich „Dreamfields“
ca. 160 x 240 cm • 100 % Polypropylen
• Für Fußbodenheizung geeignet
• Hoher Gehkomfort
• Trittschalldämmend
• Allseitig umkettelt je Ausführung

49,99*
Made in EU
NEU
Für alle Wohnbereiche, extrem strapazierfähig

trendstabil[®] Schuhregal mit Sitzfläche
• ca. 50 x 33 x 46 cm
• Belastbarkeit max. 100 kg
• Inkl. Montagematerial
3 Jahre Garantie

22,99*
24 Auch online
Platz für bis zu 4 Paar Schuhe

Multi-funktions-Steckdose
3 Jahre Garantie je Ausführung

9,99*
Steckdose mit Nachtlicht, 2x USB-A, 2x USB-C und Bewegungssensor
2-fach Steckdose mit Nachtlicht und 1x USB-A, 1x USB-C
Steckdose mit 2x USB-A, 2x USB-C

Aluguss-Topf mit Glasdeckel oder Hochrand-Pfanne „Hamar“ in Kupfer oder Schwarz

• Aus hochwertigem Aluminium für optimale Wärmeleitung und Hitzeverteilung • Pfannen backofenfest bis ca. 150 °C, jeweils mit Softtouchgriff • Töpfe backofenfest bis ca. 240 °C (mit Glasdeckel bis ca. 180 °C)

Isolierte Griffe
Mit robuster Granitoptik-Beschichtung
Induktions geeignet
Extra hoher Rand

Hochwertige Antihaftveredelung
GREBLON[®] C2
Pfanne Ø ca. 28 cm und ca. 32 cm mit praktischem Gegenriff
24 Auch online
Pfanne Ø ca. 20 cm Kochtopf Ø ca. 16 cm **16,99***
Pfanne Ø ca. 24 cm Kochtopf Ø ca. 20 cm **18,99***
Pfanne Ø ca. 28 cm Kochtopf Ø ca. 24 cm **21,99***
Pfanne Ø ca. 32 cm **24,99***

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

3,99*
ca. 100 x 140 cm (1 m² = 2,85)
ca. 130 x 160 cm (1 m² = 2,40)
ca. 140 x 190 cm (1 m² = 2,63)
ca. 140 x 220 cm (1 m² = 2,27)
4,99*
6,99*

bella casa Deko-Tulpen 5er-Set „Real Touch“
• Dekorative, langstielige Ausführung • Höhe ca. 45 cm je 5er-Set
6,99*
NEUE Farben

NORMA[®]

www.norma-online.de

* 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
Pfiif Erdnüsse geröstet & gesalzen
sehr gut
ÖKO-TEST-Magazin 01/2026

Pfiif Erdnüsse
geröstet & 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

NORMA Lebensmittelfilialbetrieb Stiftung & Co. KG, Manfred-Roth-Straße 7, 90766 Fürth