

**100 AKZO NOBEL JAHRE BAYERN**  
1924 - 2024

**SEIT 100 JAHREN TOP KRANKENVERSICHERT!**

**ZUSCHUSS ZU SEHHILFEN, ZAHNREINIGUNG, OSTEOPATHIE!**

**JETZT WECHSELN!**

**bkk-akzo.de**

**EIN NEUES BAD? WIR KOMMEN!**

Ihr Bad vom Meisterbetrieb – komplett aus einer Hand!

**LAZARUS**  
BÄDER & WÄRME

Ihr Ansprechpartner für altersgerechte Badlösungen  
Mit großer Fliesen- & Bäderausstellung

info@lazarus-baeder.de | Sudetenstr. 30  
63853 Mömlingen | 06022/31515

**TRAURINGE FÜRS LEBEN**

NEUE KOLLEKTION

**DER SCHMUCK FILBERT**  
Qualität & Service

Eisenfeld | Miltenberg  
schmuck-filbert.de

**Studienkreis Die Nachhilfe**

**Osterferien**  
Intensive Kurse für das Abitur und Realschule (in Gruppe oder Einzelunterricht)  
Dauer: 8 x 90 Minuten

**Fit für die Prüfung**

Nachhilfe-Profis Erlenbach  
Lindenstraße 29 • 63906 Erlenbach  
info@nachhilfe-erlenbach.de  
09372 > 135 375

Mittwoch, 28. Februar 2024 | Nr. 9

**meine-news**

**wochenblatt**  
34.100 Auflage | 43. Jahrgang

**Jetzt mitmachen!**  
Anmelden, schreiben & kostenfrei lesen.

news verlag | Brückenstraße 11 | 63897 Miltenberg | Telefon 09371/955-0 | www.news-verlag.de

**Sie wollen eine Immobilie kaufen oder verkaufen? Wir helfen Ihnen gerne!**

**Ihre Immobilienprofis!**

Volksbank Immobilien GmbH  
Ein Unternehmen der

Tel. 093 71/504-3280 • www.volksbank-immobilien.online

Raiffeisen-Volksbank Miltenberg

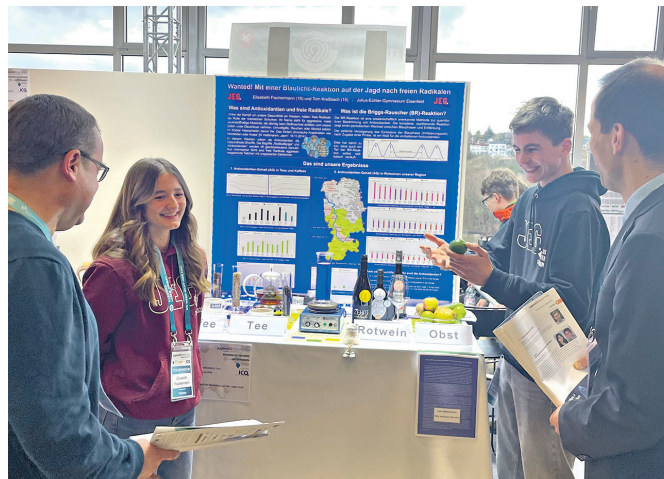
## „Mach dir einen Kopf“

Regionalentscheid für Jugend forscht – Deutschlands bekanntester Nachwuchswettbewerb – fand vergangene Woche im ICO Obernburg statt

In die 59. Wettbewerbsrunde ging Deutschlands bekanntester Nachwuchswettbewerb Jugend forscht letzte Woche unter dem Motto „Mach dir einen Kopf“: Im Industrie Center Obernburg fand am 22. und 23. Februar der unterfränkische Regionalentscheid statt. Dafür beworben hatten sich auch drei Teams aus dem Landkreis Miltenberg, die mit hochaktuellen und spannenden Themen an den Start gingen. Mit Erfolg – dazu später mehr!

### Interesse an MINT

Gesucht waren junge Menschen mit Freude und Interesse an Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik (MINT), um ihre kreativen und innovativen Forschungsprojekte einer sachkundigen Jury vorzustellen und sich damit für den bayerischen Landesentscheid zu qualifizieren. Dieser findet in der Kategorie „Jugend forscht“ im April in Vilsbiburg statt; der Landesentscheid in der Kategorie „Schüler experimentieren“ wird in Regensburg ausgetragen.



Glückwunsch von der Jury: Für Lizzy Fischermann und Tom Kreßbach (Bildmitte) geht es jetzt zum „Jugend forscht“-Landesentscheid. Sie gewannen mit ihren Experimenten zu Rotweinen vom Bayerischen Untermain den Regionalentscheid im Fachgebiet Chemie. Bild: privat

### Sieben Fachgebiete

Gestartet wurde dabei in zwei Kategorien: die Jüngeren im Alter bis 15 Jahre starteten in der Kategorie „Schüler experimentieren“, die Älteren von 15 bis 21 Jahren gehörten der Kategorie „Jugend forscht“ an. Eine der Bedingungen: Die Arbeiten der Entdecker

und Entdecker mussten sich einem der sieben Jugend forscht-Fachgebiete zuordnen lassen: Arbeitswelt, Biologie, Chemie, Geo- und Raumwissenschaften, Mathematik/Informatik, Physik oder Technik.

Lesen Sie weiter auf Seite 2

**HKM** **www.hkm-akkutechnik.de**

AKKUTECHNIK

Dieselstraße 8 | 63839 Kleinwallstadt | 06022/7093062 | info@hkm-akkutechnik.de

**Akku defekt?**  
Von zuhause bestellen – persönlich abholen

**Akku-Reparatur & Zellentausch für Staubsauger**  
Schicken Sie uns Ihren defekten Akku zu und wir reparieren Ihren Akku inkl. Reinigung und Gesamtüberprüfung – Sparen Sie Geld und schonen Sie die Umwelt!

Hallo **Akku Defekt?** **wir können das wieder reparieren!**

SCAN MICH

So kannst du mit **Neuer Power** wieder an die Arbeit!

**Erfahren, kompetent, zuverlässig**

- ✓ Baustoffe aller Art
- ✓ Geräte Mietservice
- ✓ Sandgrube
- ✓ Werkzeuge

**Kurz zu KNAPP. Genial.**

**KNAPP**  
BAUSTOFFE

knapp-baustoffe.de

Öffnungszeiten:  
**März bis November**  
Montag - Freitag:  
7 Uhr - 12 Uhr  
13 Uhr - 18 Uhr  
Samstag:  
7 Uhr - 12 Uhr

63920 Großheubach • Tel. 09371 - 66 60 68 - 0

**Alu GmbH**  
TELEKOMMUNIKATION & APPLE COMPUTER

PARTNER

- Mobilfunk
- Festnetz
- Telefonanlagen
- Internet/TV
- Apple Computer
- Netzwerke
- Montageservice
- Handyreparaturen

**Handy-Reparaturen für die meisten Modelle direkt vor Ort!**

Öffnungszeiten:  
Mo., Di., Do. u. Fr. von 9 – 13 Uhr u. 14 – 18.30 Uhr  
Samstag von 10 – 13 Uhr, Mittwoch von 9 – 13 Uhr.

Alu GmbH  
Römerstraße 4, 63785 Obernburg  
Fon 06022 6237-61, Fax 6237-62  
service@alugmbh.de, www.alugmbh.de

**Verkaufen Sie mit der Nr.1!**

Niemand vermittelt weltweit mehr Immobilien als:

**RE/MAX**  
Die Immobilienmakler!  
www.remax-obernburg.de





✓ planen ✓ bauen  
✓ renovieren ✓ wohnen

## Spezialisten vor Ort

Am 13. März hier im Innenteil  
und auf [meine-news.de](http://meine-news.de)

**DIE EIGENEN VIER WÄNDE**  
Eine bewusste Entscheidung für das ganze Leben!

✓ finanzieren ✓ beraten ✓ planen ✓ bauen ✓ renovieren ✓ einrichten ✓ wohnen

Werbefläche  
155 mm hoch/5-spaltig

Alle für Sie vor Ort: Spezialisten & Gewerke

**Sichern Sie sich jetzt  
Ihre Werbefläche!**

**Profitieren Sie von  
unserer TOP-Reichweite!**

Wöchentlich über 75.000 Leser!  
Bis zu 26,4 Mio. Seitenzugriffe  
auf [meine-news.de](http://meine-news.de)\*

**news verlag**  
Erfolg gestalten

Mail: [verkauf@news-verlag.de](mailto:verkauf@news-verlag.de)  
Telefon **09371/955-130**  
Brückenstraße 11, Miltenberg

\*Zugriffe im Monat. Stand: 09/2023; Quelle: Google Analytics

## Alle drei Gruppen erfolgreich: Regionalsieg, zweiter Platz und Sonderpreis

Organisiert wurde der Wettbewerb vom Patenunternehmen, der ZENTEC GmbH und dem Wettbewerbsleiter Alexander Pabst vom Friedrich-Dessauer-Gymnasium Aschaffenburg.

### Rasengießroboter

Mit einer ebenso schönen wie praktischen Idee nahmen Jona Schüren und Henning Fried in der Kategorie „Schüler experimentieren“ teil. Die beiden Neuntklässler vom Hermann-Staudinger-Gymnasium in Erlenbach bauten einen Rasengießroboter. Das Projekt „Die automatische Bewässerung des Rasens durch einen Mähroboter“ wurde im Fachgebiet Technik eingereicht. Henning und Jona haben mit ihrem Projekt den „Sonderpreis Ressourceneffizienz“ erhalten, der vom Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz gestiftet wird.

### Trockenheit im Sommer als Ideengeber

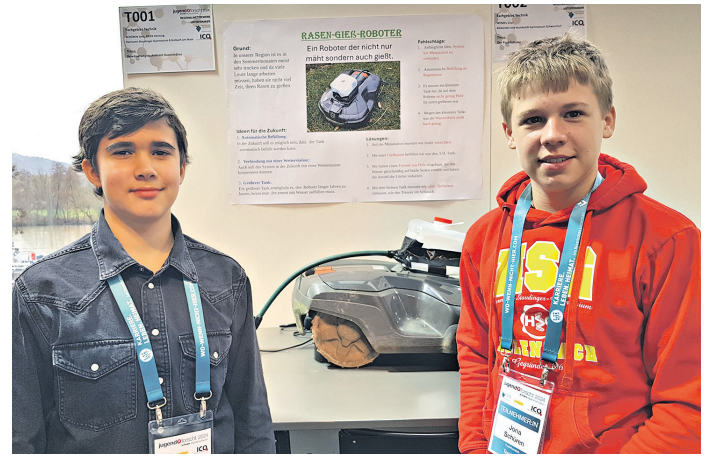
Wie kommen zwei Neuntklässler auf diese Idee? „Wir haben beobachtet, dass es in unserer Region in den Sommermonaten meist sehr trocken ist“, erzählen Jona und Henning. „Und da viele Leute lange arbeiten müssen, haben sie nicht viel Zeit, ihren Rasen zu gießen. So suchten wir nach einer automatischen Bewässerung des Rasens.“ Die Jungforscher suchten zunächst einen passenden Wasserkanister, denn die Idee war, auf einem Rasenmähroboter einen kleinen Wassertank zu befestigen. „An diesem versuchten wir, einen Schlauch mit kleinen Löchern anzubringen.“ Nach einigen Rückschlägen funktionierte es: Der so aufgerüstete Rasenmäher mähte und bewässerte nun alle Bereiche des Rasens gleichzeitig. „Das System ist wasser- und stromsparender als ein Rasensprenger“, freuen sich Henning und Jona. „Der Rasenmäher fährt ja sowieso.“

### Pflanzenabfälle als Abwasserreiniger

Ebenfalls in der Kategorie „Schüler experimentieren“ nahmen Konstantin Verfürth und Samuel Bachmann teil. Sie haben für ihr Projekt mit Pflanzenabfällen aus der Küche experimentiert. Die beiden Schüler des Julius-Echter-Gymnasiums in Elsenfeld forschten zum Thema „Pflanzenabfälle aus der Küche als Filter für Metallionen in der Abwasserreinigung“. Ihr Projekt wurde im Fachgebiet Chemie eingereicht. Für das Projekt gab es für die beiden Jungs einen der beiden zweiten Plätze im Fachgebiet Chemie bei „Schüler experimentieren“. Einen ersten Preis gab es in diesem Gebiet nicht.

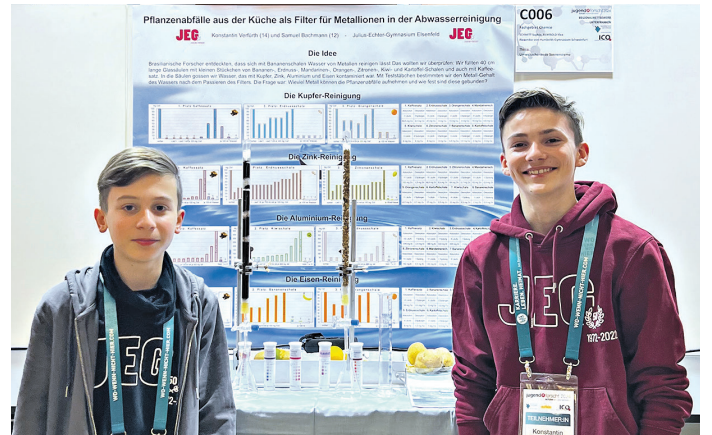
### Bananen und Kartoffeln

Warum experimentiert man mit Pflanzenabfällen? „Wir haben von brasilianischen Wissenschaftlern erfahren, die herausfanden, dass man mit Bananenschalen als Füllmate-



Henning Fried und Jona Schüren haben einen Rasengießroboter gebaut und damit im Fachgebiet Technik bei „Schüler experimentieren“ den „Sonderpreis Ressourceneffizienz“ erhalten.

Bild: privat



Samuel Bachmann und Konstantin Verfürth belegten für ihre Versuche über Pflanzenabfälle als Abwasserreiniger einen zweiten Platz im Fachgebiet Chemie bei „Schüler experimentieren“.

Bild: privat

rial für Klärtürme Wasser reinigen kann“, berichtet Konstantin und Samuel. „Sie sollen giftige Metalle wie beispielsweise Aluminium, Eisen, Kupfer oder Zink aus dem Wasser herausfiltern. Das wollten wir genauer wissen.“

### Testsieger Kaffeesatz

Sie besorgten sich verschiedene Küchenabfälle (Schalen von Obstsorten wie Bananen, Kiwis, Mandarinen, Orangen und Zitronen) und schnippelten diese ganz klein. Zusätzlich verwendeten sie noch Kartoffel- und Erdnussschalen und Kaffeesatz. Mit einem Teststäbchen bestimmten sie den Metallgehalt der Proben, nachdem das Wasser durch einen Filter hindurch gelaufen war. „Unser Testsieger ist der Kaffeesatz“, resümieren Samuel und Konstantin. „Er konnte generell die größten Mengen an Schwermetallen aufnehmen. Damit ist er quasi ein ‚Universal-Wasser-Reiniger‘.“

### Experimentieren mit Rotwein vom Bayerischen Untermain

Ein ganz besonderes regionales Thema hatten sich Lizzy Fischermann und Tom Kreßbach ausgedacht, die für „Jugend forscht“ an den Start gingen. Ihr ambitioniertes Thema im Fachgebiet Chemie: „Wanted! Mit einer Blaulicht-Reaktion auf der Jagd nach freien Radikalen“. Die Zehntklässler, die ebenfalls ins Julius-Echter-Gymnasium in Elsenfeld gehen, experimentierten dabei unter anderem mit heimischen Rotweinen.

Und zwar so erfolgreich, dass es für Lizzy und Tom jetzt zum „Jugend forscht“-Landesentscheid geht, denn sie gewannen mit ihrem aktuellen Thema den Regionalentscheid.

### Mit einer Blaulicht-Reaktion auf der Jagd nach freien Radikalen

Warum und wie jagt man freie Radikale? „Freie Radikale sind sehr aggressive Moleküle, denn sie greifen gesunde Zellen an“, legen Lizzy und Tom dar. „In unserem Projekt haben wir untersucht, ob und wie Getränke wie Tee und Kaffee diese freien Radikale fangen können, ob die Getränke also eine antioxidative, d. h. schützende Wirkung auf den Körper haben.“ Zu diesem Zweck nutzten die Gymnasiasten die zwischen Blauphasen oszillierende und als wissenschaftlicher Antioxidantientest anerkannte Briggs-Rauscher-Reaktion (BR-Reaktion), um die sogenannte Antioxidative Kapazität (AK) der untersuchten Getränke zu bestimmen. Höhepunkt ihrer Arbeit waren die untersuchten Rotweine vom Untermain, die von Winzern vom Bayerischen Untermain kamen.

### Rebsorte Domina dominiert

„Wir fanden heraus, dass die Rebsorte Domina, die die ersten drei Plätze im AK-Ranking belegte, tatsächlich über alle anderen getesteten Rotweine dominiert“, so Tom und Lizzy abschließend.

Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/166268](http://www.meine-news.de/166268)





63820 Elsenfeld-Rück,  
Tel. 0 60 22/62 37 77  
www.kuhns-trinkgenuss.com

**Öffnungszeiten:**  
Mo. – Fr. 9 bis 18.30 Uhr,  
Sa. 8 bis 16 Uhr

\* Preise zzgl. Pfand

**Angebote gültig vom 28. 2. – 6. 3. 2024**

Trinkgenuss, seit 1962

**Ayinger** Frühlingsbier  
20 x 0,5 ltr. 1 Liter = 1,95 €  
**19.49 €\***

**Bad Brambacher** Gartenlimo alle Sorten  
12 x 0,7 ltr. 1 Liter = 1,01 €  
**8.49 €\***

**Alasia Mineralwasser** alle Sorten  
12 x 0,7 ltr. 1 Liter = 0,34 €  
**2.88 €\***

**Würzburger Hofbräu** Pils/Helles  
20 x 0,5 ltr. 1 Liter = 1,45 €  
**14.49 €\***  
Zu jeder Kiste 4 Flaschen gratis dazu – solange Vorrat reicht!

**KUHNS** Apfelsaft, trüb Bag in Box  
3,0 ltr. 1 Liter = 1,33 €  
**3.99 €\***

**GEROLSTEINER** Mineralwasser alle Sorten  
12 x 0,75 ltr. 1 Liter = 0,67 €  
**5.99 €\***

**SCHMUCKER** Pils oder Weizen  
20 x 0,5 ltr. 1 Liter = 1,65 €  
**16.49 €\***  
Zu jeder Kiste 3 Flaschen gratis dazu – solange Vorrat reicht!

**KUHNS** Apfelwein  
6 x 0,75 ltr. 1 Liter = 1,44 €  
**6.49 €\***

**Whisky des Monats: St. Kilian Cider Cask**  
Fasstärke in unseren Apfelweinfässern gereift  
59 Vol %  
1 Liter = 120 €  
0,5 Liter **59,99 €**  
Region: Deutschland  
Aroma: Frisch, fruchtig und süß, leicht malzig  
Geschmack: Fruchtig süß, sehr harmonisch, der Alkohol ist wunderbar eingebunden

meine-news.de-Beitrag » sozial & gerecht aus Miltenberg

**Digitallotsen unterstützen bei digitalen Fragen: Start des „Digital-Cafés“ in Miltenberg**

Im Mehrgenerationenhaus (MGH) in Miltenberg ging mit dem „Digital-Café“ ein neues Angebot der Digitallotsen an den Start. Einmal pro Monat – in der Regel am jeweils 2. Donnerstag des Monats – finden hier Menschen, die Fragen zum Umgang mit dem Handy oder Tablet haben, Antworten und Tipps. Am 8. Februar startete das „Digital-Café“ mit rund 20 Teilnehmenden gut besucht und in fröhlicher Stimmung. Die drei Digitallotsen, Karin Blos, Elmar Boos und Meike Schumacher beantworteten Fragen zur Installation von Apps, zum Ändern und Löschen von Kontakten, zum Buchen von Bahntickets und vielem mehr. „Ich freue mich, dass das Angebot so gut angenommen wird. Besonders gefallen hat

mir auch, dass sich ganz schnell Tandems gebildet haben, wenn eine Person etwas weiß, was eine andere gerne wissen möchte. Hier half man sich auch gegenseitig und kam auch abseits von Digitalthemen zum ins Gespräch. Es war unser Wunsch, dass es diese Dynamik gibt – dass es tatsächlich so kam ist wunderbar!“, freut sich Meike Schumacher. Wer neugierig geworden ist, ist herzlich eingeladen, beim nächsten „Digital-Café“ im MGH, am 14. März von 15 bis 17 Uhr vorbeizukommen. Zur besseren Planung wird um eine Anmeldung unter Telefon 093 71/9526-15 gebeten.

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168475](http://www.meine-news.de/168475)



meine-news.de-Beitrag » Bürgerhaus Obernburg (B-OB)

**Vortrag des Obst- und Gartenbauvereins: Gärtnern im Angesicht des Klimawandels**

Der Obst- und Gartenbauverein Obernburg lädt alle Mitglieder und auch alle anderen Interessenten zu einem Vortrag ein. Thema: Gärtnern im Angesicht des Klimawandels  
- Welche Herausforderungen bringt das für den eigenen Garten mit sich?  
- Welche Schädlinge profitieren schon heute davon?  
- Wie können wir sinnvoll in mitten der Veränderungen den eigenen Garten erhalten?

Referent: Herr Gabriel Abt, Gartenfachberater für Garten und Landschaft im Landratsamt Miltenberg  
Termin: Freitag, den 1. März 2024 um 19 Uhr  
Ort: Bürgerhaus Obernburg (B-OB), Untere Wallstraße 24  
Parkplätze: Parkplatz Römergässchen oder Frühlingsstraße  
Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.  
Wir freuen uns auf Ihr Kommen.  
Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168295](http://www.meine-news.de/168295)

**KLEINANZEIGEN**  
ganz einfach aufgeben!  
[meine-news.de/anzeigen](http://meine-news.de/anzeigen)

**AntikGalerie**  
**ANKAUF**  
SCHMUCK | KUNST | OBJEKTE | MÜNZEN  
GOLD | SILBER | PLATIN  
JUGENDSTIL | ART DECO | MODERNE  
@antikgalerie24  
Schulstraße 1, Darmstadt  
06151.25688 | antikgalerie24.de

**„NEUES“ für lose Einlagen**

**Unser Team sucht nette, aufgeschlossene, flexible Mitarbeiterin (m/w/d) auf Minijob-Basis, 538,- €**

**PREISKNÜLLER**

49.90	49.90	49.90	69.90	69.90	69.90

**Münch-Delaporte** Miltenberg Hauptstr. 50  
Öffnungszeiten: Mo – Fr 9.00 – 18.00, Samstag bis 16.00



**meine-news.de-Beitrag » Dirk Simon aus Erlenbach a.Main**

## UNO-Entwicklungsziele: Nachhaltig am HSG

Bereits im letzten Schuljahr hat am HSG die Beschäftigung mit den Nachhaltigkeitszielen der UNO ganz praktische Umsetzung gefunden. Die 17 Ziele der UNO sind „ein globaler Plan zur Förderung nachhaltigen Friedens und Wohls und zum Schutz unseres Planeten“. Im Vordergrund der Aktion steht dabei die Frage: Was kannst du ganz konkret tun, um die Ziele wie z. B. „1-Keine Armut“, „3-Gesundheit und Wohlergehen“ oder „15-Leben an Land“ bis 2030 umzusetzen?

Deswegen haben die Abiturienten in Zusammenarbeit mit zwei Achtklässern des letzten Jahres in ihrem Sozialkundekurs bei Herrn Hohm in einem ersten Schritt die Kontakte zum Walter Reis Institut genutzt und mit Laser aus Holz die Schablonen für die 17 Ziele ausgeschnitten. Dazu mussten die Grafiken der Logos in das entsprechende Dateiformat umgewandelt werden. Damit die ganze Schule die Ziele näher kennenlernt, wurden dann mithilfe der Schablonen die Ziele an eine Wand in der Nähe des Lehrerzimmers gesprayt. „Da bleibt was von uns in unserer Schule, was wirklich wichtig ist“, erzählten die Abiturienten, die den besonderen Fokus auf Nachhaltigkeit am HSG schätzen.



Die Klasse 11a haben sich visuell mit den UN-Entwicklungszielen beschäftigt.

Foto: David Hohm

Im aktuellen Schuljahr führen die jetzigen 11er das Projekt fort. Die vorhandenen 17 Schablonen wurden noch etwas aufgehübscht und an prominenter Stelle in der Bibliothek an einem Baum der Schulgemeinschaft präsentiert. „Es ist wichtig, dass alle die Ziele kennen, damit man überlegen kann, was man selbst beitragen kann“, resümierte Milan Bröner aus der 11a. Tadeus Chisi und Theodor Germuth übernahmen mit Eifer und viel technischem Geschick das Schneiden von 17 Kurzfilmen. Im Unterricht wurden hierzu Daten und Fakten gesammelt und für

jedes der 17 Ziele überlegt, was Schüler\*innen beitragen können, damit die Weltgemeinschaft die Ziele erreichen kann. 17 Tage lang lief dann ein Kurzfilm zu je einem der Nachhaltigkeitsziele.

„Immer wieder spannend, was da jeden Tag kommt, ich hab's mir tatsächlich freiwillig in den Pausen angeschaut“, fasst ein Fünftklässer die Aktion zusammen.

Die Nachhaltigkeits-AG am HSG wird die 17 Ziele weiterhin im Auge behalten. Was kannst du tun? Tu du's für dich und die Welt!

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168250](http://www.meine-news.de/168250)

**meine-news.de-Beitrag » Rotary Club Obernburg**

## Rotary Club Obernburg spendet neue Küche für das Café fifty

Wir werden jeden Tag mit Katastrophenmeldungen aus der ganzen Welt konfrontiert. Das leise Leid vieler Menschen in unserer Region wird dadurch häufig übertönt. Menschen in unserer Gesellschaft zu unterstützen, denen es finanziell nicht so gut geht, ist seit jeher das Anliegen des Rotary Club Obernburg. Ganz wichtig dafür ist die Zusammenarbeit mit Vereinen und Gruppierungen, die das gleiche Ziel verfolgen.



Eine Anlaufstelle für diese Menschen ist das Café fifty, Verein für soziale Arbeit und Kultur e.V., wo es neben beratender Hilfe auch ein leckeres Mittagessen zu sozialen Preisen gibt. Möglich ist das, weil ehrenamtlich tätige Helfer schon ganz früh am Morgen Lebensmittel, die von Geschäften der Region gespendet werden, einsammeln und dort zur unverzüglichen Verarbeitung anliefern. Dazu werden verschiedene Grundnahrungsmittel und auch Fleisch von Geschäften aus der Umgebung eingekauft. Für Volker Hofmann, Pastpräsident des Rotary Club Obernburg, war es ein großes Anliegen, neben internationalen Projekten, auch bedürftige Menschen vor Ort zu unterstützen. Schon der Vorschlag für sein Präsidentenprojekt, eine neue Küche für das Café fifty“ zu spenden, fand innerhalb des Clubs breite Zustimmung denn, dass die alte Küche

nicht mehr zeitgemäß war, stand außer Zweifel. Ein ehrgeiziges Projekt mit einem Volumen von Euro 20.000, das gut durchdacht sein musste.

So vergingen einige Monate von der Planung bis zur Lieferung der neuen Küche Ende Januar 2024.

In Hands on Projekten wurde von Mitgliedern des Clubs und des Café fifty die alte Küche ausgeräumt und abgebaut, neue Elektrik verlegt und alles gründlich gereinigt. Jetzt konnte Sie angeliefert werden, die neue Küche. Hochwertig, praktisch und auch optisch ein echter Hingucker. Zu dem neuen Induktionsherd wurden auch gleich die entsprechenden Töpfe gespendet. Nach nur einer Woche Renovierungszeit konnte Frau Noi den Kochlöffel wieder schwingen. Ob das Essen jetzt noch

besser schmeckt? – kaum möglich, aber das Kochen macht sichtlich mehr Spaß! Einig sind sich alle: Die Mühe und auch die Kosten, die der Rotary Club Obernburg übernommen hat, haben sich gelohnt.

Möglich gemacht werden konnte dieses Projekt nur, weil es fachlich versierte Freundinnen und Freunde innerhalb unseres Clubs mit großem Engagement und Arbeitsinsatz vorangetrieben haben und von fleißigen Händen des Teams vom Café fifty unterstützt wurden. Unser Dank gilt aber auch all den Menschen, die den Rotary Club Obernburg durch Spenden unterstützen, denn ohne sie, wären solche großen Projekte nicht realisierbar. Offen ist das Café fifty für alle!

Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/167605](http://www.meine-news.de/167605)

**meine-news.de-Beitrag »**

## Pfarreiengemeinschaft Christus, der Weinstock – Erlenbach am Main Miseror-Gottesdienst am 3. März in Erlenbach – Interessiert mich die Bohne

Am Sonntag, 3. März um 10 Uhr, ist ein Kaffeebauer aus Kolumbien im Gottesdienst in St. Peter und Paul, Erlenbach zu Gast.

Herr Oweimar Viveros berichtet von seiner Arbeit, seinen Erfahrungen und von den Auswirkungen des Klimawandels in seinem Land. „Interessiert mich die Bohne“ ist das Motto der diesjährigen Fastenaktion von MISEREOR.

Anschließend sind alle zur Begegnung bei einer Tasse kolum-

bianischem Kaffee aus dem Einwelt-Laden eingeladen. Herzlich willkommen!

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168574](http://www.meine-news.de/168574)



## meine-news.de-Beitrag » Kleinkunstbühne Kochsmühle aus Obernburg COBARIO mit „Spanish Nights“

Wenn das weitgereiste Wiener Weltmusiktrio Cobario mit zwei Gitarren und Geige die Bühne betritt, dann fühlt man sich schon nach den ersten Klängen mitten drin in der flirrenden Hitze einer spanischen Nacht, riecht das Meer, spürt die Sonne noch auf der Haut. In ihrem neuen Programm „Spanish Nights“ haben Herwig „Herwigos“ Schaffner (Violine), Peter Weiss (Gitarre) und Giorgio Rovere (Gitarre) ihre temperamentvollsten Songs versammelt: viele heiß geliebte Publikumsliebhaber, in denen sich feurige Gitarrenakkorde mit mal jauchzenden, mal seufzenden Geigenklängen vermählen. Seit über zehn Jahren begeistern die drei spielfreudigen Wiener Musiker ihr Publikum mit melancholisch verträumten Weisen, energetisch treibenden Rhythmen und virtuosen Soli.



Das mehrfach ausgezeichnete Trio startete 2006 in Barcelona als Straßenmusiker. Schnell entwickelten sie einen ganz eigenen Stil, wurden daraufhin auf Festivals und in die Konzerthäuser Europas, Nordamerikas und Asiens eingeladen.

Weitere Infos zur Veranstaltung auf [www.meine-news.de/event/68432](http://www.meine-news.de/event/68432)

15. März 2024  
20:00 Uhr  
Kleinkunstbühne Kochsmühle, Untere Wallstraße 10, 63785, Obernburg

**meine-news.de-Beitrag » Caritas Landkreis Miltenberg aus Miltenberg**

## Ellen Seitz verlässt nach 12 Jahren das Caritasteam

Ellen Seitz verlässt nach 12 Jahren das Team der Caritas im Bereich Hauswirtschaft im Servicewohnen Maria Regina.

Für den Caritasverband für den Landkreis Miltenberg e.V. war Ellen Seitz mit ihrer langjährigen Erfahrung eine große Stütze im Team der Alltagshilfen und die „gute Seele“ für alle Belange der Mieterinnen und Mieter sowie der Mitarbeiterinnen des Hauswirtschaftsteams. Durch ihre vorherige zehnjährige Arbeit im Seniorenheim Maria Regina war sie die perfekte Ansprechpartnerin für das Haus Maria Regina.

Ellen Seitz verlässt uns mit einem lachenden und einem weinenden Auge, für sie war die Zeit im Maria Regina, wie sie selbst sagte: die schönste und erfüllteste Zeit ihres Berufslebens.

Wir wünschen ihr für ihren wohlverdienten Ruhestand auch weiterhin viele erfüllte Momente! Zum Abschied wurde durch Grußworte von Karola Hennig (PDL Sozialstation St. Franziskus), Alexandra



Jacobaschke (Teamleitung Alltagshilfen Caritasverband Miltenberg), Matthias Schiller (Einrichtungsleiter Haus Maria Regina) nochmal auf die vergangenen Jahre zurückgeblickt. Auch die Kolleginnen und Mieterinnen und Mieter des Servicewohnens konnten sich an diesem Tag gebührend von Ellen Seitz verabschieden.

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168241](http://www.meine-news.de/168241)



**meine-news.de-Beitrag » Julius-Echter-Gymnasium aus Elsenfeld**  
**Elisabeth Weydt am JEG: „Die Natur hat Recht. Wenn Tiere, Wälder und Flüsse vor Gericht ziehen“**

19. Februar in der Aula des Julius-Echter-Gymnasiums Elsenfeld. Frisch aus den Ferien, wissen die Schülerinnen und Schüler der 10. Jahrgangsstufe noch nicht so recht, was sie erwartet. Eine Lesung? Ein Vortrag? Oder eine ökologische Aufklärungsstunde? Nichts davon, und doch auch wieder alles; denn Elisabeth Weydt, ehemalige Abiturientin des JEG, die als freie Journalistin für die ARD tätig ist, verstand es, ihre Zuhörerschaft für ihr Anliegen, den Schutz der Natur, zu sensibilisieren – ohne moralischen Zeigefinger, dafür schülernah und mit viel Humor.

Gleich zu Beginn holte Weydt die Schüler tatsächlich da ab, wo sie sind, nämlich verstreut auf Spessartdörfern mit viel Wald und wenig ÖPNV, wie sie aus ihrer eigenen Jugend nur zu genau wisse. Wie sie vom heimischen Wald zum tropischen Regenwald im Intag-Tal in Ecuador und zu dem Thema ihres Sachbuchs „Die Natur hat Recht“ gefunden hat, davon handelt ihr Vortrag.

Was das Intag-Tal für internationale Minenkonzerne interessant macht, sind die Kupfervorkommen. „Die grüne Wende wird gar nicht so grün sein“, so Elisabeth Weydt kritisch, denn für die Herstellung etwa von Elektrobatterien benötige man viele Rohstoffe. Dies gefährdet viele Ökosysteme. Deswegen die Idee, die Natur als Rechtssubjekt und nicht mehr nur als Ausbeutungsobjekt des Menschen zu begreifen. Was alles auf dem Spiel stehe, wenn globale Bergbaukonzerne sich mit ihrer Gier nach Erzen durchsetzen würden, veranschaulicht Weydt, indem sie Bilder und Geräusche des tropischen Regenwalds einspielt. „Hört der Natur von Ecuador zu!“, so ihre Aufforderung an das Publikum.



Foto: Thurn

**„Ecologista oder Minero?“**

Weiter geht es mit einer Lesung aus ihrem Buch. In dieser schildert sie, wie sie und ihre Freundin Helen, die eigentlich nur nach Ecuador gekommen waren, um dort ihr Freiwilliges Soziales Jahr abzuleisten, plötzlich in eine Auseinandersetzung mit Paramilitärs verwickelt wurden, die im Auftrag eines Kupferkonzerns die friedlichen Talbewohner einschüchtern sollten. Dieses Erlebnis prägt sie bis heute: „Ecologista oder Minero?“ Stehst du auf der Seite der Natur oder der Bergbaugesellschaft?

Mit der Frage an das Publikum, was denn seine Hoffnungen und Utopien seien, enden spannende 90 Minuten. Auch wenn es schmerzt zu erfahren, was der Mensch der Umwelt antut, ist Aufklärung unabdingbar. Schließlich sollen es die Jugendlichen einmal besser machen als die Generationen zuvor!

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/168790](http://www.meine-news.de/168790)**

**meine-news.de-Beitrag » Andreas Marquart aus Eisenbach**  
**Frauenkleiderbasar in Eisenbach**

Am Samstag, 09.03.2024 ist wieder Frauenkleiderbasar in der Eisenbacher Sport- und Kulturhalle. Von 14 – 16.30 Uhr können Frauen jedes Alters in aller Ruhe und unabhängig von der Witterung nach schönen Dingen aus zweiter Hand suchen. Wie bei jedem Einkaufsbummel darf das Essen nicht zu kurz kommen: wir haben ein tolles Buffet mit leckeren Kuchen, Kaffee und Tee zum Ausruhen und Unterhalten.

Wir erwarten viele Frauen aus der ganzen Region, die bei uns schicke Kleidung und schönen Schmuck anbieten, suchen und kaufen. Hier kann jede Frau ihr Schnäppchen machen. Weitere Informationen und Buchung von Verkaufstischen sind ab sofort unter folgendem Kontakt möglich:

kleiderbasar-eisenbach@web.de und 06022/31058 (Mo – Fr 18 bis 20 Uhr).

Der Frauenkleiderbasar ist eine Benefizveranstaltung des Vereins „Mission in der Einen Welt e.V.“ Eisenbach. Der gesamte Erlös des Basars kommt den laufenden Projekten des Vereins zugute. Informationen zu unseren Projekten finden Sie auf unserer Homepage unter <https://mission-in-der-einen-welt.jimdofree.com/> Herzliche Einladung an alle zum Frauenkleiderbasar Eisenbach!

**Diese Veranstaltung finden Sie auf [www.meine-news.de/event/69272](http://www.meine-news.de/event/69272)**



9. März 2024  
 14:00 - 16:30 Uhr  
 Eisenbach Sport- und Kulturhalle, Wiesentalstr. 53, 63785 Obernburg

**meine-news.de-Beitrag » Jürgen Hahn aus Erlenbach a.Main**  
**Freizeitclub Kreis Miltenberg e. V.: Lehrgang für Selbstverteidigung und Gewaltprävention**



Auch in diesem Jahr führt der Freizeitclub Kreis Miltenberg e.V. bereits zum 12. Mal den beliebten und erfolgreichen Kurs „Gewaltprävention und Selbstverteidigung“ am Samstag, 27. April ab 10 Uhr in der Barbarosahalle Erlenbach durch. Der Lehrgang richtet sich besonders an Kinder und Frauen, aber auch die Männer werden gesondert unterwiesen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Nicht-Karatekas und Anfänger

werden in realitätsnaher Selbstverteidigung unterwiesen.

Den Lehrgang leiten wieder Jürgen Kestner (7. Dan), Selbstverteidigungslehrer im DKV, Nahkampfspezialist und Ausbilder bei der Polizei. Er ist für Frauen und Männer mit Vorkenntnissen zuständig. Andreas Springer (5. Dan), Experte für taktisches Nahkampfverhalten und ebenfalls Ausbilder bei der Polizei, unterweist die Frauen. Rudi Russ (6. Dan), DKV-Selbstvertei-

digungslehrer und Gewaltschutztrainer, beschäftigt sich mit den Kindern. Da erfahrungsgemäß die Nachfrage besonders bei den Kindern sehr stark ist, ist eine baldige Anmeldung empfehlenswert, da sich die Teilnahme nach dem Zeitpunkt der Anmeldung richtet.

Auskunft und Anmeldung beim Freizeitclub Kreis Miltenberg e.V., 63820 Elsenfeld, Tel. 06022/8783.

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168685](http://www.meine-news.de/168685)**



Chance auf bis zu 10.000 € Förderung

## Ihre Ideen, unsere Förderung: Gemeinsam für Ihre Region

**Sie wollen ein gemeinnütziges Projekt Ihrer Region unterstützen?**

Dann können Sie dieses jetzt für eine Förderung von bis zu 10.000 Euro vorschlagen.

Das eingereichte Projekt mit den meisten Stimmen gewinnt.

Jetzt QR-Code scannen oder einreichen auf [eon.de/by-buendeln](http://eon.de/by-buendeln)



**e-on**



## RESTPOSTEN- Abverkauf an Privat!



**Pflaster-, Mauer-, Quellsteine,  
Findlinge, Betonkübel, Brunnenröge,  
Steindeko, Pflanzschalen XXL,  
und vieles mehr.**

**Günstig ab Werk. Solange Vorrat reicht!**

**Weitz Betonbaustoff GmbH**

**An der Miltenberger Str. 1; 63839 Kleinwallstadt  
Tel: 06022-21210 • MO-DO: 8:00 - 17:00 Uhr  
FR+SA: 8:00 - 12:00 Uhr**

**meine-news.de-Beitrag » Claudia Funiati aus Großwallstadt**

### Clever Coden in Minecraft Education

Lass deiner Kreativität freien Lauf und gestalte deine eigene einzigartige Welt in MINTbayU. Baue faszinierende Bauwerke oder erstelle deine eigenen Quests, die andere Teilnehmer lösen können! Bist du bereit, gemeinsam mit uns zu bauen, zu spielen und zu lernen? Dann sei dabei und erlebe die Magie von Minecraft Education!

Dieser Workshop richtet sich an alle neugierigen und kreativen Kinder und Jugendlichen zwischen 10 und 13 Jahren! Egal, ob du bereits Erfahrung mitbringst oder komplett neu im Thema bist, komm einfach vorbei!

Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldungen nehmen wir bis zum

01.03.2024 unter [www.mintbayu.de](http://www.mintbayu.de) entgegen.

Der Workshop ist Teil des Förderprojektes MINTbayU, das Freizeitangebote aus dem Bereich Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik im bayrischen Untermain anbietet. Weitere Informationen unter [www.mintbayu.de](http://www.mintbayu.de) oder auf Instagram unter [mint.bay.u](https://www.instagram.com/mint.bay.u)

**Weitere Infos zur Veranstaltung auf [www.meine-news.de/event/70009](http://www.meine-news.de/event/70009)**



5. März 2024  
15:00 - 17:00 Uhr  
Gemeindebibliothek,  
Marienstraße 4,  
63820 Elsenfeld

**meine-news.de-Beitrag » FC Eichelsbach e. V.**

### Faschingsgaudi beim FC Eichelsbach

Die Besucher feierten in der ausverkauften Eichelsberghalle eine närrische Faschingsgaudi. Musikalisch heizte das Duo El Dorado den Narren ein und unterstützte in gewohnter Manier die Akteure. Durch das Programm führte gewohnt witzig unser Moderator Marco Berninger. Den Auftakt gestaltete die ‚Kinderturngruppe‘ des FC Eichelsbach mit einem gelungenen Tanz. Es folgte Florian Wolf mit einer geschliffenen Büttenrede. Einen ersten Gardetanz präsentierten die ‚Plappermäulchen‘ vom RSV Wenigumstadt. In einem Sketch berichteten drei Bergführer über die Einkehrmöglichkeiten in der ‚Eichelsbergalm‘ und chatteten mit ihren Frauen zu Hause. Die gesamte Narrenschar fuhr dann mit dem Bob durch die Halle, bevor David Hein von seinem Besuch beim Urologen berichtete. Vor der Pause

begeisterte die ‚Präsidentengarde‘ des RSV Wenigumstadt die Narren und durfte erst nach einer Zugabe von der Bühne.

Nach der Pause beleuchtete David Hein als Dorfpolizist das Ortsgeschehen. Es folgten die Sketche ‚Flying Hirsch‘ und ‚Ohne Worte‘ mit gekonnter mimischer Darbietung. Einen gelungenen Tanz zeigte dann das ‚Tanzmariechen‘ des RSV Wenigumstadt. Thomas Becker berichtete in seiner Büttenrede von seiner Teilnahme beim ‚Rehasport‘ und rundete seinen Vortrag gekonnt musikalisch ab. Das Männerballett des FCE begeisterte die Narren mit einem tollen Tanz der ebenfalls mit einer Zugabe endete. Zum Abschluss animierte als Überraschung der ‚Projektchor‘ alle Narren zum Mitsingen.

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/167677](http://www.meine-news.de/167677)**



**meine-news.de-Beitrag » Landratsamt Miltenberg**

### PAX – Chor in Bewegung: Konzert des Bundesjugendchores

Das Konzert des Bundesjugendchores findet am 16. März um 18 Uhr im Bürgerzentrum Elsenfeld statt.

Mit Hanns Eislers „Gegen den Krieg“ und Arnold Schönbergs „Friede auf Erden“ stellt der Bundesjugendchor zwei Meilensteine der Chormusik in das Zentrum seines Programms, das das Thema menschlicher Konflikte und den Wunsch nach Frieden epochenübergreifend beleuchtet. Chormusik aus Renaissance und Spätromantik sowie das 1972 entstandene „Curse upon Iron“ (Fluch des Eisens) des estnischen Komponisten Veljo Tormis ergänzen sowohl spirituelle als auch psychologische Aspekte.

In Bezug auf die Idee der künstlerischen Einheit von Musik und Bewegung verbinden Anne Kohler und der Bundesjugendchor 2024 Gesang und Szene: Gemeinsam mit dem Choreografen Gabriel Gálindez Cruz ergünden sie in Klang und Bewegung Chancen für ein friedliches Miteinander: Bleiben Friede, Respekt und Toleranz eine Illusion?

Der Bundesjugendchor (BJC) wurde 2021 durch den Deutschen Musikrat (DMR) zur Förderung des



sängerischen Spitzennachwuchses mit einem Auftaktkonzert in der Philharmonie Berlin gegründet. Rund 50 exzellente junge Chorsängerinnen und -sänger im Alter von 18 bis 26 Jahren erarbeiten in aufeinanderfolgenden Arbeitsphasen anspruchsvolle Konzertprogramme mit Werken von der Renaissance bis in die Gegenwart.

Für die kontinuierliche gesangspädagogische Arbeit an einem homogenen, charakteristischen Klang des Bundesjugendchores ist Anne Kohler als künstlerische Leiterin verantwortlich. Weitere musikalische Impulse erhält der Bundesjugendchor durch Gastdirigenten

und -dirigenten und Kooperationen mit anderen professionellen Ensembles.

Der Bundesjugendchor wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gefördert.

Eintrittskarten sind über das Landratsamt Miltenberg, Kulturreferat, Brückenstraße 20, Telefon 093 71/501-501, E-Mail [kultur@lra-mil.de](mailto:kultur@lra-mil.de), an allen Vorverkaufsstellen mit Reservix oder online über [www.reservix.de](http://www.reservix.de) erhältlich.

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/167968](http://www.meine-news.de/167968)**

**meine-news.de-Beitrag » Petra Münzel aus Erlenbach**

### Frühjahrsempfang von Bündnis 90/DIE GRÜNEN

Der Ortsverband Erlenbach und der Kreisverband Miltenberg laden sehr herzlich ein zum Frühjahrsempfang. Es sprechen Gisela Sengl, Landesvorsitzende und Jens Marco Scherf, Landrat. Anmeldung erbeten unter [anmeldung@gruene-miltenberg.de](mailto:anmeldung@gruene-miltenberg.de)

**Diese Veranstaltung finden Sie auf [www.meine-news.de/event/70090](http://www.meine-news.de/event/70090)**



3. März 2024  
11:00 Uhr  
Foyer der Frankenhalle,  
Dr. Vits-Straße 10,  
63906 Erlenbach

**meine-news.de-Beitrag » SPD Frauen Erlenbach-Mechenhard-Streit aus Erlenbach**

### Frühstück der SPD-Frauen in Mechenhard

Am 17.02.24 organisierten die SPD-Frauen Erlenbach-Mechenhard-Streit (ehemals Arbeitsgemeinschaft sozialdemokratischer Frauen ASF) ein Frühstück für interessierte Mitglieder und Gäste im Frühstückskaffee Cafemis in Mechenhard.

Vorsitzende Marina Oliveira Zbinden begrüßte die zahlreich anwesenden Frauen und stellte kurz das Tagethema Bildungschancen und -gerechtigkeit vor.

Darauf informierte Ulrike Neuberger-Bornhorst über die aktuelle Lage der Krippen-, Kindergarten und Schulsituation in Erlenbach. Beleuchtet wurden dabei auch die Vergangenheit und der Wandel bis in die heutige Zeit. In der darauffolgenden regen Diskussion war ein Schwerpunkt, welche Möglichkeiten zur Verfügung stehen, um bildungsferne Familien besser in die schulische sowie außerschulische Förderung zu integrieren. Immer wieder wurde die Sprache als zentrales Thema aufgeworfen. Aus der Runde wurde mehrfach der Wunsch der gebundenen Ganztagsbetreuung gefordert, um Bildungschancen für alle gerechter



zu machen. Es soll erreicht werden, die getroffenen Entscheidungen im Stadtrat noch einmal zu überdenken.

Nilüfer Ulusoy (Vorsitzende Frauen für Frauen, Erlenbach) stellte kurz das Projekt „Leben in Bayern“ vor, das mit praktischen Hilfen Mitbürger\*innen mit Migrationshintergrund im Alltag unterstützen soll. Alle Frauen waren sich einig, dass unsere Bildungspolitik auf ein gesundes Fundament gestellt werden muss. Investitionen in die Bildung, um bessere Chancen für alle zu gewährleisten, dürfen niemals als Kosten, sondern als Beitrag für

unsere Zukunft gesehen werden. Im Rahmen des sich immer mehr zuspitzenden Fachkräftemangels können und dürfen wir es nicht erlauben, mögliche Angebote aus Kostengründen zu verschenken. Eine bessere personelle und materielle Ausstattung der Betreuungseinrichtungen, der Kitas und Schulen sollte unser aller Ziel sein.

Anne Ehrentraud resümierte die Veranstaltung mit dem folgenden Satz „Wir müssen in die Zukunft schauen und dabei fördern und fordern“.

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168175](http://www.meine-news.de/168175)**



meine-news.de-Beitrag » Hermann Seitz aus Sulzbach a.Main

## Musikverein Sulzbach: „Zukunftswerkstatt“ – Ein Workshop mit Perspektiven

Am vergangenen Wochenende traf sich der Musikverein Edelweiß Sulzbach zu einem ganz besonderen Workshop mit dem Titel „Zukunftswerkstatt“. Unter der Leitung von Alexandra Link, Gründerin von Kulturservice Link, ging es um die aktive Beteiligung der Musikerinnen und Musiker am Vereinsleben und um die Zukunftsfähigkeit des Vereins. Auch wenn dies bedeuten kann, dass alte Gewohnheiten und Strukturen verändert werden müssen, war die Bereitschaft zur Veränderung spürbar.



Gespannte Aufmerksamkeit beim Workshop „Zukunftswerkstatt“ mit Alexandra Link.

Der Workshop begann mit einer Umfrage unter den Musikerinnen und Musikern, die zeigte, dass es nicht nur die Musik ist, die die Workshop-Teilnehmer in den Verein zieht, sondern auch die Gemeinschaft. Besonders beeindruckt waren die Teilnehmer davon, dass im Musikverein drei Generationen gleichzeitig musizieren, was eine besondere Verbundenheit schafft. In Arbeitsgruppen sammelten die Teilnehmer Probleme aus verschiedenen Bereichen wie Vereinsorganisation, Finanzen und Jugendarbeit. Dabei wurde darauf geachtet, dass die Prinzipien des „Brainstormings“ eingehalten wurden: Alle Ideen wurden ungefiltert und ohne Kritik gesammelt. Daraus

wurden vier Brennpunkte abgeleitet, für die mögliche Lösungen erarbeitet wurden. Diese bildeten die Grundlage für die Definition von zehn Aktionspunkten, die in den nächsten Wochen in Teams bearbeitet werden.

Die Ergebnisse des Workshops führten zu einer weiteren Diskussion am Sonntagvormittag, bei der Alexandra Link das Konzept des Team-basierten Vereinsmanagements vorstellte. Dabei wird die Vereinsarbeit in sechs Bereiche aufgeteilt, die jeweils von einem Vorsitzenden geleitet werden. Innerhalb dieser Bereiche haben die Vorsitzenden und ihre Teams die

volle Kontrolle, was die Motivation zur Mitgestaltung im Verein stärkt. Die Teilnehmer beschlossen, dem neuen Organisationsmodell eine Chance zu geben, und eine Task-Force wird die nächsten Schritte organisieren.

Alexandra Link lobte die engagierte Mitarbeit der Teilnehmer, insbesondere der Jugendlichen. Markus Rehe, Vorsitzender des Musikvereins, bedankte sich bei Alexandra Link für den gelungenen Workshop und ist sich sicher, dass die Ergebnisse den Verein in eine erfolgreiche Zukunft führen werden.

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168088](http://www.meine-news.de/168088)

Foto: Hermann Seitz

**METZGEREI**  
Gasthaus  
„Zum Hirschen“  
Familie Rodenhausen  
Wildenseer Straße 2  
63863 ESCHAU  
[www.metzgerei-rodenhausen.de](http://www.metzgerei-rodenhausen.de)  
Telefon: 093 74/12 80

**UNSERE ANGEBOTE bis 02.03.24**

<b>Schweinerücken</b>	für Schnitzel und Steaks	1 kg	<b>10,90</b>
<b>Gyrospfanne</b>	für die schnelle Küche	1 kg	<b>12,90</b>
<b>Hausm. Bratwurst</b>	für Pfanne und Grill	1 kg	<b>12,90</b>
<b>Paprikawürste</b>		1 kg	<b>14,90</b>
<b>Feine Leberwurst</b>		1 kg	<b>12,90</b>
<b>Schwedensalat</b>		1 kg	<b>10,90</b>

Nur am Freitag ab 10 Uhr: gegrillte Haxen

Unsere Metzgerei ist mittwochs geschlossen.

**Am Donnerstag:**  
gek. Rippchen (ab 14 Uhr)  
kesselfrische Weißwürste  
Hausm. Kochkäse & Frischkäse  
hausgem. Leberknödel

## meine-news.de-Beitrag » Ruth Weitz aus Obernburg am Main Gemeinsam für Demokratie und Vielfalt

Unter dem Motto »Gemeinsam für Demokratie und Vielfalt« haben die beiden Wörther Holger Bergmann und Reinhold Spall eine Kundgebung organisiert, die am Sonntag, 3. März ab 15 Uhr auf der Schlosswiese am alten Sportplatz in Wörth beginnt.

Es werden mehrere Reden gehalten, unter anderen von Björn Wortmann (DGB), einer Vertreterin der Organisation „Omas gegen rechts“ und von Pfarrerin Iris Kreile.

Für die Musik sorgen Holle B. meets Cowabunga und Lateesha Halmen.

Kontakt und Rückfragen:

Holger Bergmann, 01 79/8 25 07 78

E-Mail: [guitarholle@web.de](mailto:guitarholle@web.de) oder

Reinhold Spall, 093 72/29 44 625,

E-Mail: [reinhold\\_spall@web.de](mailto:reinhold_spall@web.de).

## GEMEINSAM FÜR DEMOKRATIE UND VIELFALT!

IN WÖRTH



03.03.2024 // ab 15:00 Uhr

AUF DER SCHLOSSWIESE IN WÖRTH A. MAIN

u.a. mit Björn Wortmann, Omas gegen Rechts, Dr. Iris Kreile, und Musik von Holle B. meets Cowabunga und Lateesha Halmen

Diese Veranstaltung finden Sie auf [www.meine-news.de/event/70276](http://www.meine-news.de/event/70276)

3. März 2024  
15:00 - 17:00 Uhr  
Wiesenweg,  
63939 Wörth am Main

der **ofen** leibfried

Ein gutes Stück Wärme!

**HAUSMESSE**

**MACH DEIN ZUHAUSE SCHÖN!**

**HAUSMESSE**

der **ofen** leibfried

Ein gutes Stück Wärme!

# Über 150 Jahre Ofen Leibfried

## 15 Jahre Ballweg GmbH

### FRÜHJAHRSAKTION

noch bis zum 09.03.2024

Beim Kauf eines Ofens 150,- € RABATT!

Austausch von Kachelöfen und Heizeinsätzen

der **ofen** leibfried

Ein gutes Stück Wärme!

63927 Bürgstadt  
Friedenstraße 14

09371 / 3116  
[www.ofen-leibfried.de](http://www.ofen-leibfried.de)

• Specksteinöfen • Heizkamine • Kachelöfen • Pelletöfen

Öffnungszeiten: Mo. geschlossen, Di. bis Fr. 10:00 bis 12:00 und 14:00 bis 18:00 Uhr, Sa. 10:00 bis 12:00 Uhr



## VERANSTALTUNGEN

Infos und Termine auf [www.meine-news.de/event](http://www.meine-news.de/event)

**Markisen • Sonnenschirme • Sonnensegel**  
Lamellendächer • Terrassendächer

**warema** **prime** **OFFICIAL DEALER**

Perfekte Lösungen für Terrassenbeschattungen, Fensterbeschattungen und Sichtschutz innen und außen. Maßgefertigter Insektenschutz für Fenster oder Terrassentüren.

**BRUSTOR** **SAGA HAFTE WINTERPREISE**

Lamellendach Lamaxa L50  
Momente fürs Leben.  
[www.lamaxa-moments.de](http://www.lamaxa-moments.de)

**Marken-Markisen Typ Delta**  
Auch alle anderen Größen entsprechend billiger!

Breite x Ausfall	Delta UVP	Unser Preis
300 x 200	1921,46 €	899,- €
400 x 250	2363,08 €	1099,- €
500 x 250	2718,00 €	1299,- €
500 x 300	3044,00 €	1499,- €
600 x 250	3084,32 €	1499,- €
600 x 300	3350,06 €	1599,- €

Größte Sonnenschutzausstellung aller führenden Marken!  
Beratung und Mustervorlage auch gerne bei Ihnen zu Hause. Anruf genügt!

**PARKETT & PLISSEE & GARDINEN**  
Ihr Heim gestalten! Beraten! Kombinieren?  
JETZT zum Aktionspreis bei

10% 20% 30%

50 Jahre 1969 - 2019  
**SAGA** Raumausstattung  
Gardinen Bodenbeläge Sonnenschutz  
Mo - Fr 9 - 18 Uhr  
Do - 19 Uhr & Sa 10 - 14 Uhr

Hauptstr. 204 | 63814 Mainaschaff | 06021/4160-0 | [www.saga-raumausstattung.de](http://www.saga-raumausstattung.de)

## ■ Stadtprozelten

Tourismusinformation geöffnet, Hauptstraße 41, 09:00 bis 11:00 Uhr

## Freitag, 01.03.2024

## ■ Bürgstadt

Museum Bürgstadt, Am Mühlgraben 2, 14:00 bis 17:00 Uhr

## ■ Freudenberg

Weltgebetstag der Frauen für die gesamte Seelsorgeeinheit, St. Laurentius Freudenberg, Wiesenweg 4, 18:30 Uhr

## ■ Miltenberg

Wir sind bunt – für Demokratie und Menschlichkeit, Lichterzug durch die Altstadt und Kundgebung auf dem Engelplatz, Start Parkplatz Jagdhotel Rose, Mainstraße, 18:00 bis 20:00 Uhr

## ■ Obernburg a.Main

Vortrag „Gärtnern im Angesicht des Klimawandels“, Obst- und Gartenbauverein, Bürgerhaus Obernburg (B-OBB), Untere Wallstraße 24, 19:00 Uhr

## Samstag, 02.03.2024

## ■ Amorbach

Hennes Bender „Wiedersehen macht Freude“, Kabarett, Zehntscheuer, Kellereigasse 12, 20:00 Uhr

## ■ Bürgstadt

Museum Bürgstadt, Am Mühlgraben 2, 14:00 bis 17:00 Uhr

## ■ Dorfprozelten

Mottoparty des CCD, Dorfplatz, 13:00 Uhr

## ■ Dorfprozelten

Generalversammlung Musikverein, Gasthaus „Krone“, 18:30 Uhr

## Ausbildungs- und Berufsmesse des HANDWERKS

Die Alleskönner

Veranstalter:  
Kreishandwerkerschaft MiltenbergSamstag, 27. April 24  
KLEINHEUBACH  
Hofgarten | 10.30 Uhr - 15 Uhr

## ■ Eichenbühl

Tischtennis Ortsmeisterschaft, TTC, Turnhalle, In den Rittern 2, 12:30 Uhr

## ■ Elsenfeld

ROLF MILLER mit „Wenn nicht wann dann jetzt“, Bürgerzentrum, Mühlweg 9, 20:00 Uhr

## ■ Eschau

1. Spielenachmittag und Schafkopfabend, Am Dillhof 8, 15:00 Uhr

## ■ Miltenberg

„Obstbaumschneiden für jedermann“ mit Michael Breitenbach, OGV Laudenbach, Treffpunkt Bushaltestelle Laurentiusfriedhof, Fahrgemeinschaft nach Laudenbach, 14:00 Uhr, Anmeldung erbeten

## ■ Neunkirchen

Starkbierfest, MV Bavaria, Tiefentaler Weg, 18:00 Uhr

## HOFSTADEL

Link, Siedlerhof 5, Mönchberg

Tel. (09374) 424

[www.hofstadel.de](http://www.hofstadel.de)

Wir sind für Sie da vom 1.3. bis einschl. 15.3. täglich ab 11 Uhr

Zusätzlich zu unserer Speisekarte bieten wir Ihnen im März

▶ Sonntag, 3. März  
Schweinebraten mit Klößen▶ Sonntag, 10. März  
Tafelspitz mit Meerrettich▶ Dienstags  
Frische Blut- und Leberwürstchen▶ Mittwochs  
Gebackene Rippchen▶ Freitags  
Frisches Fischfilet

Auf Ihren Besuch freut sich Familie Link

## ■ Röllbach

Freie evangelische Gemeinde Miltenberg, Treffen, Anmeldungen [web.m@gmx.de](mailto:web.m@gmx.de), Martin & Carmen Godin, 19:00 Uhr

## Sonntag, 03.03.2024

## ■ Amorbach

Wort&Wein Gottesdienst, Evangelisches Gemeindezentrum, Debonstr. 8, 11:00 Uhr

## ■ Bürgstadt

Museum Bürgstadt, Am Mühlgraben 2, 14:00 bis 17:00 Uhr

## ■ Bürgstadt

Vortrag mit Pfarrer Jan Köbel „Soldaten Gottes: Die Jesuiten“, Heimat- und Geschichtsverein, Bürgerzentrum, Am Mühlgraben 1, 19:00 bis 20:30 Uhr

## ■ Dorfprozelten

Mitgliederversammlung Fischerzunft, Gasthaus „Stern“, 09:30 Uhr

## ■ Erlenbach a.Main

Misereor-Gottesdienst, anschließend Begegnung, Kirche St. Peter und Paul, Hauptstraße 64, 10:00 bis 12:00 Uhr

## ■ Erlenbach a.Main

Frühjahrsempfang, Bündnis 90/DIE GRÜNEN, Anmeldung erbeten [anmeldung@gruene-miltenberg.de](mailto:anmeldung@gruene-miltenberg.de), Foyer der Frankenhalle, Dr.Vits-Straße 10, 11:00 Uhr

## ■ Erlenbach a.Main

Renntascheöffnung, Velofreunde, Parkplatz gegenüber Postfiliale, Elsenfelder Str., 09:30 Uhr

## ■ Laudenbach

Vortrag „Klimawandel im Desinformationszeitalter“, Feuerwehrhaus, Miltenberger Str. 21, 17:00 Uhr

## Erlenbach

Hähnchen-Balonier

[www.cityhotel-balonier.de](http://www.cityhotel-balonier.de)

Elsenfelder Str. 30a

Tel. 09372/944760

Schon probiert?  
Unser Dauerbrenner  
1/2 Feuerhahn  
Dienstag – Sonntag  
ab 11 Uhr geöffnet  
Montag Ruhetag

## ■ Leidersbach

Vorsortierter Spielzeug- und Kinderkleiderbasar, Hauptstraße 236, 09:30 Uhr bis 12:30 Uhr

## ■ Miltenberg

OWK-Wanderung 3-Waldhaus-Weg, Treffpunkt Mainzer Tor, Fahrgemeinschaften zum Waldhaus Seckmauern. Wanderstrecke: 17 km bei ca. 450 Hm, Anmeldung erwünscht, 09:00 Uhr

## ■ Miltenberg

Führung im Museum Burg: Miltenberg 14 Uhr, Conradyweg, 14:00 bis 15:00 Uhr

## ■ Niedernberg

Vorlesestunde in der Bücherei, 10:00 bis 11:00 Uhr

## ■ Wörth a.Main

Kundgebung „Gemeinsam für Demokratie und Vielfalt“, Schlosswiese am alten Sportplatz, 15:00 bis 17:00 Uhr

## Montag, 04.03.2024

## ■ Bürgstadt

Singtreff Vereinigter Sängerbund Liederkranz, Gasthof „Centgraf“, Josef-Ulrich-Str., 16:00 Uhr

## ■ Eschau

Frauenkreis: Handarbeit und Gespräch, Wohnpark Am Mühlbach, Mühlbach 1, 14:00 Uhr

## ■ Großheubach

Singen und Besinnen an der Orgel, Kolpingsfamilie, Pfarrkirche St. Peter (Empore), Kirchstraße 22, 18:30 Uhr

## ■ Kleinheubach

Chor CANTA NOVA, Chorprobe, Marktstraße 40 (Alte Schule), 20:00 bis 21:30 Uhr

## ■ Kleinwallstadt

Offener Nadeltreff, Kindergarten Wolkenpurzler, Pfarrer-Söller-Platz 1, 17:00 bis 20:00 Uhr

## ■ Miltenberg

Führung im Museum Burg: Miltenberg 14 Uhr, Conradyweg, 14:00 bis 15:00 Uhr

## ■ Miltenberg

Selbsthilfegruppe Crohn-Colitis-Miltenberg, monatliches Treffen, Fährweg 35, 19:00 bis 20:30 Uhr

## ■ Miltenberg

Montagsforum „Augenblicke 2024 – Kurzfilme im Kino“, Moderation: Burkard Vogt, Schlosstheater, Hauptstraße 103, 19:30 bis 21:00 Uhr

## ■ Obernburg a.Main

Zusammen-Digital: Offene Beratung bei Fragen zu digitalen Geräten & Internetausnutzung, Bürgerhaus Obernburg (B-OBB), Untere Wallstraße 24, 13:30 bis 15:00 Uhr

## ■ Obernburg a.Main

Selbsthilfegruppe „Perplex“ Schlaganfall, Treffen, Kulturhalle Eisenbach, Wiesentalstraße 50, 14:00 bis 16:30 Uhr

## ■ Obernburg a.Main

Doppelkopf-Runde, Bürgerhaus Obernburg (B-OBB), Untere Wallstraße 24, 18:00 Uhr

## ■ Stadtprozelten

Tourismusinformation geöffnet, Hauptstraße 41, 09:00 bis 11:00 Uhr

## Mittwoch, 28.02.2024

## ■ Amorbach

Politischer Stammtisch der CSU-Senioren- und Frauen-Union, Café Schlossmühle, Schloßplatz 4, 15:30 Uhr bis 18:00 Uhr

## ■ Großheubach

Tanzpicknick mit Kevin Henn, Gemeinschaftshaus, Hofwiese, 18:00 bis 20:00 Uhr

## ■ Miltenberg

Führung im Museum Stadt: Miltenberg 14 Uhr, Marktplatz, 14:00 bis 15:00 Uhr

## ■ Miltenberg

Afrikanisches Trommeln, Anmeldung erforderlich, AWO SpDi Miltenberg, Bischoffstr. 6, 17:00 bis 18:00 Uhr

## ■ Obernburg a.Main

3D-Druck: Deine Reise beginnt hier!, Walter Reis Institut, Im Weidig 5, 15:00 bis 17:00 Uhr

## ■ Stadtprozelten

Tourismusinformation geöffnet, Hauptstraße 41, 09:00 bis 11:00 Uhr

## ■ Wörth a.Main

Gebetskreis, Haus Maria und Martha, Luxburgstraße 21, 18:00 Uhr

## Donnerstag, 29.02.2024

## ■ Bürgstadt

Museum Bürgstadt, Am Mühlgraben 2, 14:00 bis 17:00 Uhr

## ■ Eschau

Seniorenkreis „Spiele“, Wohnpark am Mühlbach, Mühlbach 1, 14:00 Uhr

## ■ Großwallstadt

MS-Sprechstunde mit Dr. W. E. Hofmann, business & conference Sporthotel Großwallstadt, Am Neubergsweg 6-10, 19:00 bis 21:00 Uhr

## ■ Kleinwallstadt

Offene Nähwerkstatt, Kindergarten Wolkenpurzler, Pfarrer-Söller-Platz 1, 18:00 bis 20:00 Uhr

## ■ Miltenberg

Klassische Stadtführung: Miltenberg 14 Uhr, Tourist Information am Engelplatz, 14:00 bis 15:00 Uhr

## ■ Miltenberg

Vorlesezeit für Kinder von 4 bis 7 Jahren: Kennst du Pippi Langstrumpf?, Stadtbücherei Miltenberg, Hauptstraße 194, 15:30 bis 16:00 Uhr

## ■ Mömlingen

Wochenmarkt, rund ums Rathaus, Hauptstr. 70, 09:00 bis 13:00 Uhr

## ■ Obernburg a.Main

Info-Veranstaltung der Digitalen Engel: „Willkommen in der digitalen Welt“, Bürgerhaus Obernburg (B-OBB), Untere Wallstraße 24, 15:00 bis 17:00 Uhr

## ■ Obernburg a.Main

Tanztreff, Freundeskreis Pia Fidelis, Pfarrheim Pia Fidelis, 18:30 bis 19:30 Uhr

## Nächste Woche Mo.- Fr.

Roggenmischbrot  
„Elsava-Gold“  
im Angebot!Auch diese herzhaft  
Brotsorte ist mit reinem  
Natursauerteig gebacken!

und Vanilleplunder

Ihr Brotspezialist  
WeigandElsenfeld, Tel. 06022-8493  
Obernburg, Tel. 06022-5646  
Dorfladen, Tel. 06022-7102454Alles aus regionalem Getreide!  
www.weigand-brot.de



**VERANSTALTUNGEN** Infos und Termine auf [www.meine-news.de/event](http://www.meine-news.de/event)

**Dienstag, 05.03.2024**

■ **Elsenfeld**  
Workshop „Clever Coden in Minecraft Education“ für Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 13 Jahren, Gemeindebibliothek, Marienstraße 4, 15:00 bis 17:00 Uhr

■ **Leidersbach**  
Infoabend Ätherische Öle mit Romy Schmachtel, PG Maria im Grund AK Erwachsenenbildung, Pfarrheim Roßbach, Bayernstr., 19:30 Uhr

■ **Miltenberg**  
Katholisches Senioren-Forum 55plus, Dekanat Miltenberg, Wanderung in Eichenbühl mit Einkehr im Schützenhaus, Treffpunkt Parkplatz Schule Eichenbühl, 13:30 Uhr

■ **Miltenberg**  
Klassische Stadtführung: Miltenberg 14 Uhr, Tourist Information am Engelplatz, 14:00 bis 15:00 Uhr

■ **Obernburg a.Main**  
Frauenfrühstück, Bürgerhaus Obernburg (B-OBB), Untere Wallstraße 24, 09:30 Uhr bis 11:00 Uhr

■ **Obernburg a.Main**  
ErlebnisTanz – Tanzen in jedem Alter! Dienstags im B-OBB, Bürgerhaus Obernburg (B-OBB), Untere Wallstraße 24, 14:00 bis 16:30 Uhr

■ **Obernburg a.Main**  
Li-La-Lesestunde, Vorlesestunde für Kinder von 3 bis 6 Jahren, Stadtbücherei Obernburg, Römerstraße 74, 17:00 bis 17:30 Uhr

■ **Sommerau**  
Ökumenische Krabbelgruppe, Gemeinschaftshaus, Schulstraße 9, 09:45 bis 11:15 Uhr

■ **Wörth a.Main**  
Tischtennis- Schnuppertage, Schulturnhalle, Wiesenweg, 18:00 bis 19:30 Uhr

■ **Großheubach**  
Tanzpicknick mit Kevin Henn, Gute-Laune-Treff, Gemeinschaftshaus, Hofwiese, 18:00 bis 20:00 Uhr

**Gold-Ankauf in Mömlingen!**  
Wir kaufen Gold & Silber! Schmuck, Barren, Münzen, Zahngold, Silberbestecke, Zinngeschirr & Orden - Termine in unseren Geschäftsräumen auf Anfrage! Sofortige Barauszahlung möglich!  
**Schmitt-Kampmeier Consulting, Hauptstr. 18, Mömlingen 060 22/2749235 (9 – 17Uhr)**

■ **Miltenberg**  
Online-Seminar „Nachhaltig ernährt von Anfang an: Von klein auf essen für die Zukunft“, Infos unter [www.aelf-ka.bayern.de](http://www.aelf-ka.bayern.de), 09:00 bis 10:30 Uhr

■ **Miltenberg**  
Führung im Museum Stadt: Miltenberg 14 Uhr, Marktplatz, 14:00 bis 15:00 Uhr

**Philipp's**  
DER DISCOUNTER FÜR HEIM & GARTEN  
Thomas Philipps  
Obernburg am Main  
Im Weidig 20 · 63785 Obernburg  
Inhaber Marco Koch

Map: Mömlingen, Obb.-Eisenbach, B426, Obernburg, TP

■ **Miltenberg**  
Stammtisch Jahrgang 1940, Bistro Ertal-Bowling, Mühlweg 24, Bürgstadt, 18:00 Uhr

■ **Miltenberg**  
Afrikanisches Trommeln, Anmeldung erwünscht, AWO SpDi Miltenberg, Bischoffstr. 6, 17:00 bis 18:00 Uhr

■ **Miltenberg**  
Monatlicher Spieletreff, Stadtbücherei, Hauptstr. 194, 18:00 bis 21:00 Uhr

■ **Miltenberg**  
Kurs „FITMIX“ Ausdauer – Kräftigung – Fettverbrennung – Bauch – Beine

– Po, Churfrankenhalle, Jahnstraße, 18:30 bis 19:30 Uhr

■ **Riedern**  
SV, Treffpunkt Erfbrücke 09:30 Uhr, Fahrt zum Wanderparkplatz Wörther Waldhaus, Treffpunkt 10:10 Uhr. Gruppe 1 wandert ca. 6 km, Gruppe 2 ca. 1,5 km direkt zum Waldhaus. Einkehr gegen 12:00 Uhr. Wanderführerin: Ingrid Hennich

■ **Rück-Schippach**  
Vortrag „Hochbeet – Platz ist in der kleinsten Kiste“, Kartenvorbestellung erbeten, Kath. Öffentliche Bücherei, Piusstr. 25, 19:00 bis 21:00 Uhr

■ **Stadtprozelten**  
Tourismusinformation geöffnet, Hauptstraße 41, 09:00 bis 11:00 Uhr

■ **Wörth a.Main**  
Gebetskreis, Haus Maria und Martha, Luxemburgstraße 21, 18:00 Uhr

**Donnerstag, 07.03.2024**

■ **Amorbach**  
Wochenmarkt, Marktplatz, 09:00 bis 13:00 Uhr

■ **Bürgstadt**  
Museum Bürgstadt, Am Mühlgraben 2, 14:00 bis 17:00 Uhr

■ **Eschau**  
Bibelstunde, Kana-Haus, Rathausstr. 17, 14:30 Uhr

■ **Großheubach**  
Wirtshaussingen, Goldener Adler, Kirchstr. 13, 19:00 bis 21:00 Uhr

■ **Miltenberg**  
Klassische Stadtführung: Miltenberg 14 Uhr, Tourist Information am Engelplatz, 14:00 bis 15:00 Uhr

■ **Miltenberg**  
Vorlesezeit für Kinder von 4 bis 7 Jahren: Oh, wie schön ist Panama, Stadtbücherei, Hauptstraße 194, 15:30 bis 16:00 Uhr

■ **Mömlingen**  
Wochenmarkt, rund ums Rathaus, Hauptstr. 70, 09:00 bis 13:00 Uhr

■ **Mömlingen**  
Vorlesestunde Bücherei am Dorfplatz, Dorfplatz 1, 16:15 Uhr

■ **Obernburg a.Main**  
Tanztreff, Freundeskreis Pia Fidelis, Pfarrheim Pia Fidelis, 18:30 bis 19:30 Uhr

■ **Stadtprozelten**  
Tourismusinformation geöffnet, Hauptstraße 41, 09:00 bis 11:00 Uhr

**Mittwoch, 06.03.2024**

■ **Freudenberg**  
Frühschichten und Bußgottesdienst in der Fastenzeit, Neue Kirche, 06:00 Uhr

■ **Großheubach**  
Gute-Laune-Treff, Vortrag Renate Köller „Mehr Lebensqualität durch ausgewogene Ernährung“, Gemeinschaftshaus, Hofwiese, 14:00 bis 15:00 Uhr

**www.metzgerei-schuessler.de**  
**Schüssler**  
Die Traditionsmetzgerei ... seit 1958

**Wochenangebote**  
Mo., 26. 2. – Sa., 2. 3. 2024

- Sauerbraten aus eigener Schlachtung 100 g **1,85 €**
- Schweinebraten vom Strohschwein Krustenbraten, Kamm, Nuss, Hüfte, Rücken, aus eigener Schlachtung 100 g **1,25 €**
- Maultaschen gefüllt mit Hackfleisch und Spinat aus eigener Herstellung 100 g **1,20 €**
- Rindersaftschnitten 100 g **2,20 €**
- Delikatess-Leberwurst auch geräuchert aus eigener Herstellung 100 g **1,40 €**
- Weißkrautsalat aus eigener Herstellung 100 g **1,30 €**

**Schüsslers leckere Küche**  
Mo., 4. 3. – Fr., 8. 3. 2024

**MONTAG**  
Spaghetti mit Hackfleischsoße

**DIENSTAG**  
Bratwurst oder Blut- und Leberwurst mit Soße, dazu Sauerkraut und Kartoffelbrei

**MITTWOCH**  
Hähnchenbrust Hawaii mit Currysoße, dazu Reis

**DONNERSTAG**  
Frikadelle mit Paprikasoße, dazu Nudeln

**FREITAG**  
Gebackener Seelachs mit hausgem. Remoulade u. Salzkartoffeln  
Germknödel mit Vanillesoße

**Strohriender:** Reul aus Ostheim, Amrhein aus Trennfurt  
**Strohschweine:** Berberich aus Rüttschdorf

**EINFACH mitnehmen gut und leicht zubereiten**  
Schweinefiletspieße, Schlemmer-töpfchen, panierte Schnitzel, Frikadellen und verschiedene Pfannengerichte, Lasagne

**Metzgerei – Partyservice Schüssler | Erlenbach a.M. | Bahnstr. 31 | 09372/5334**  
Filiale Kleinheubach, Friedenstraße 33 | Filiale Wörth, Ludwigstraße 8 | Filiale Elsenfeld, Erlenbacher Straße 25

**KIRCHGÄßNER**  
BACKMENS - SEIT 1926

**Bahnstraße 21**  
**63906 Erlenbach**  
**Telefon: 09372/98890**

**Unsere KNALLER im FEBRUAR:**

Mo, Mi, Fr **1 Ausgehobenes** ohne Kümmel (1250 g) statt ~~5,30 €~~ **nur 4,70 €**

Di, Do, Sa **Erlenbacher Kruste** ohne Kümmel (1000 g) statt ~~4,70 €~~ **nur 4,10 €**

**Laugenstange** statt ~~0,95 €~~ **nur 0,80 €**

**Und unser DAUERKNALLER:** **Nimm 6 Stöllchen, zahle nur 5!**  
Das Angebot gilt in allen Geschäften (außer Totaltankstelle Wörth).

**Unsere Öffnungszeiten:**

- Hauptgeschäft Erlenbach**  
Mo, Di, Do, Fr 6 – 17:30 Uhr  
Sa 6 – 12 Uhr | So 8 – 11 Uhr  
Mi geschlossen
- Filiale Wörth, Landstr. 14a, Wörth**  
Mo, Di, Do, Fr 6 – 17:30 Uhr  
Sa 6 – 12 Uhr | So 8 – 11 Uhr  
Mi geschlossen
- Café König, Hauptstr. 30, Großheubach**  
Mo & Do 6 – 13 Uhr | Di & Fr 6 – 17:30 Uhr  
Sa 6 – 12 Uhr | So 8 – 11 Uhr  
Mi geschlossen
- Filiale REWE Eschau, Geisheckenweg 1a**  
Mo – Sa 7 – 20 Uhr | So 8 – 11 Uhr
- Filiale Trennfurt, Schulstraße 1**  
Di – Fr 6 – 13 Uhr & 14 – 18 Uhr | Sa 6 – 12 Uhr  
So & Mo geschlossen

ÖFFNUNGSZEITEN DER BÜCHEREIEN	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<b>AMORBACH</b> Katholische öffentliche Bücherei, Kirchplatz			17:30 – 19:00			14:00 – 16:00	10:30 – 12:00
<b>BREITENDIEL</b> Katholische öffentliche Bücherei, Mudtalstraße 3 (Pfarrgemeindehaus)			16:00 – 18:00				10:00 – 11:30
<b>BÜRGSTADT</b> Gemeindebücherei, Freudenberger Str. 24		15:00 – 18:30		16:30 – 18:30	16:30 – 18:30	15:00 – 17:00	
<b>EICHENBÜHL</b> Gemeindebücherei, Hauptstraße 125 (Dorfplatz)		15:30 – 18:00		15:30 – 18:00			
<b>ELSENFELD</b> Gemeindebibliothek, Marienstraße 4, 63820 Elsenfeld		14:00 – 19:00	14:00 – 18:00	10:00 – 12:00 14:00 – 19:00	14:00 – 19:00		
<b>KLEINHEUBACH</b> Evangelische öffentliche Bücherei Alte Schule, Marktstraße 28			10:00 – 12:00 16:00 – 17:30		16:00 – 17:30		10:30 – 11:30
<b>MILTENBERG</b> Stadtbücherei // Literatur · Medien · Treffpunkt, Hauptstr. 194		10:00 – 12:00 15:00 – 17:00	15:00 – 17:00	10:00 – 12:00 16:00 – 18:00	15:00 – 17:00	10:00 – 12:00	
<b>MÖMLINGEN</b> Bücherei am Dorfplatz, Dorfplatz 1	10:00 – 11:30		18:00 – 20:00		16:00 – 18:00		10:00 – 11:30
<b>NIEDERBERG</b> Gemeindebücherei, Schulstraße 4	15:00 – 17:00		15:00 – 17:00	19:00 – 21:00	15:00 – 17:00		11:00 – 12:00
<b>RÜCK-SCHIPPACH</b> Katholische öffentliche Bücherei, St.-Plus-Straße 25			16:30 – 18:30				10:00 – 12:00
<b>SCHNEEBERG</b> Katholische öffentliche Bücherei, Hauptstraße 11	16:00 – 18:00			17:30 – 19:00			
<b>STADTPROZELTEN</b> Gemeindebücherei, Hauptstraße 41	18:00 – 20:00		10:00 – 12:00	15:00 – 17:00			
<b>WEILBACH</b> Katholische öffentliche Bücherei, Hauptstraße 63			16:30 – 18:30		15:00 – 16:30		10:30 – 12:00



PLAKATWAND

Weitere Ausgehtipps finden Sie auf [www.meine-news.de/event](http://www.meine-news.de/event)

**Großer Preisschafskopf**  
 bei der DJK Breitendiel  
**am Freitag, 9. März 2024**  
 um 19:00 Uhr im DJK-Sportheim



1. Preis: 250,- €  
 2. Preis: 125,- €  
 3. Preis: 75,- €

Startgebühr: 10,- €

Es lädt ein:  
 Die DJK Breitendiel

und viele weitere attraktive Preise!

**Schloss-Theater**  
**Miltenberg**  
 Tel. 093 71/6 84 08  
[www.schloss-theater-miltenberg.de](http://www.schloss-theater-miltenberg.de)

Programm | 29.2. – 6.3.

Do, Mo, Di 16.45, 19.30  
 Fr, Sa, So, Mi 16.00, 19.30  
**DUNE: PART TWO**

Do, Mo, Di, 20.00 | Fr, Sa 18.00, 20.15  
 So 18.00, 20.00 | Mi 17.45, 20.00  
**Bob Marley: One Love**

Do, So 17.30 | Fr, Sa 18.00  
 Mo, Di 17.00  
**Madame Web**

Do, So, Di, Mi 20.00  
 Fr, Sa 20.15 | Mo 17.00  
**Eine Million Minuten**

Fr, Sa 16.00 | So 15.30  
**Wo die Lüge hinfällt**

Mo 19.30  
**Augenblicke 2024**  
 Kurzfilme im Kino

filmtipp Di, Mi 17.30  
**Perfect Days**

Sa, So 14.00 | Mi 15.45  
**Raus aus dem Teich**  
 Familienkino Mi für 6,- €

Do 17.00 | Fr 16.00 | Mi 15.45  
 Sa, So 14.00, 16.00  
**Ella und der schwarze Jaguar**  
 Familienkino Mi für 6,- €

Sa 14.30 | So 14.00  
**Feuerwehrmann Sam-Tierische Helden**

**HÄCKERKALENDER**

- Bürgstadt**  
**Zehntscheune Farrenkopf**  
 Freudenberger Straße 35  
 vom 22.2. – 4.3.2024  
 täglich ab 11.30 Uhr geöffnet  
[www.weinbau-farrenkopf.de](http://www.weinbau-farrenkopf.de)  
**Weinbau Franz und Matthias Dassing**  
 Martinsgasse 7  
 Tel. 09371/6699149  
 vom 1.3. – 8.3.2024  
 täglich ab 11.30 Uhr geöffnet
- Erlenbach a.Main**  
**Zur Traube**  
 Klingener Str. 27  
 vom 23.2. – 10.3.2024  
 Tel. 09372/139103  
 täglich von 12 – 22 Uhr durchgehend  
 sonntags bis 21 Uhr für Sie geöffnet  
[Traubeerlenbach@gmail.com](mailto:Traubeerlenbach@gmail.com)
- Großheubach**  
**Zum Wengertsknecht**  
 Steffi und Benjamin Straub  
 Fasanenallee 12  
 Tel. 09371/67248  
 vom 16.2. – 10.3.2024 täglich außer  
 montags ab 11.30 Uhr geöffnet  
**Weingut Stock**  
 Kirchstraße 1  
 vom 27.2. – 3.3.2024  
 täglich von 12 – 22 Uhr geöffnet  
 Tel. 09371/2824  
**Weinbau Kolke**  
 Beim Trieb 63  
 vom 4.3. – 11.3.2024  
 täglich ab 11 Uhr geöffnet
- Klingenberg a.Main**  
**Goldenes Fass**  
 Florian Lutz  
 Ludwigstraße 35  
 vom 21.2. – 3.3.2024  
 Dienstag bis Sonntag ab 11.30 Uhr  
 geöffnet  
 Tel. 09372/1302805
- Wörth a. Main**  
**Weinbau Spall**  
 Güterhalle am Bahnhof  
 vom 28.2. – 13.3.2024  
 Mo. bis Sa. ab 17 Uhr  
 Sonn- u. Feiertag ab 11.30 Uhr  
 geöffnet

**Erbacher Flohmarkt**  
 Wiesenmarkt Gelände von 8 – 15 Uhr

**Termine 2024:**  
 10. März, 7. April, 5. Mai, 2. Juni, 16. Juni, 18. Aug.,  
 1. Sept., 6. Okt., 20. Okt., 3. Nov., 1. Dez.

Kosten/Standmiete: 1 Meter: 12,- €, 2 Meter: 20,- €, 3 Meter: 28,- €, jeder weitere Meter + 9,- €; **Standplatz in der Halle: pro Stand + 2,- €**

**Reservierung nicht notwendig, aber möglich:**  
 Samstag vor Flohmarkt 16 – 18 Uhr auf Wiesenmarktgelände

Infos unter Tel. 0151/7246 1183 oder per WhatsApp oder [maik.leischner@t-online.de](mailto:maik.leischner@t-online.de)

**meine-news.de-Beitrag » Pfarreiengemeinschaft Christus, der Weinstock – Erlenbach am Main aus Erlenbach**  
**Wort wird Klang – Gregorianische Gesänge zur Passionszeit**

In St. Peter und Paul, Erlenbach, erklingen am Freitag, 15. März um 19 Uhr wieder gregorianische Gesänge! Zum Thema „Wort wird Klang“ gestaltet die Schola Sti. Pankratii, Klingenberg, unter der Leitung von Peter Schäfer eine Andacht zur Passionszeit. Textimpulse trägt Erwin Sickinger vor, an der Orgel wirkt Peter Schäfer. Eintritt frei – Spende erbeten.  
**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168217](http://www.meine-news.de/168217)**



Schola Sti. Pankratii, Klingenberg. Foto: Peter Schäfer

**meine-news.de-Beitrag » Chantal Radeck aus Elsenfeld**  
**Campplätze frei im Circus Blamage**

Liebe Artistinnen und Artisten oder die, die es werden möchten, es gibt noch freie Plätze in den beiden Ostercircuswochen! Es können sich alle Kinder und Jugendlichen (auch Nichtmitglieder) ab dem 3. Schuljahr anmelden, auch wenn sie erst acht Jahre alt sind.

**Hier die wichtigsten Informationen:**

**Ostern I:** 25. – 30.03.2024 in Wörth am Main auf dem Circusplatz, Montag – Donnerstag, jeweils von 14 bis 18 Uhr, Samstag von 10 bis ca. 22.30 Uhr. Die Circuswoche ist ohne Übernachtung! Karfreitag (29.04.) findet kein Training statt. Vorstellungen: Samstag, 30.03.2024 – 15 und 19 Uhr  
**Ostern II:** 02. – 06.04.2024 in Wörth am Main auf dem Circusplatz, Dienstag – Freitag jeweils von 14 bis 18 Uhr, Samstag von 10 bis ca. 22.30 Uhr. Die Circuswoche ist ohne Übernachtung! Vorstellungen: Samstag, 06.04.2024, 15 und 19 Uhr.  
**Preise:** Mitglieder mit Familienermäßigung: 45 Euro, Mitglieder ohne Familienermäßigung: 50 Euro, Nichtmitglieder mit Familienermäßigung: 49,50 Euro, Nichtmitglieder ohne Familienermäßigung: 55 Euro.  
**Bitte beachtet folgende Hinweise zur Anmeldung:** Die schriftliche Anmeldung erfolgt nur per Post an: Circus Blamage, Meisenweg 7, 63820 Elsenfeld. Telefonische Anmeldungen oder Anmeldungen per Mail können wir aus organisatorischen Gründen nicht annehmen.  
**WICHTIG:** Das Anmeldeformular wird dieses Jahr online ausgefüllt. Trotzdem muss man die Anmeldung anschließend ausdrucken, unterschreiben und per Post einsenden. Eine genaue Beschreibung des Anmeldevorgangs sowie einen Link zu den Teilnahmebedingungen und den Datenschutzbestimmungen findest du, wenn du auf den Link klickst.  
 Hier geht es direkt zum digitalen Anmeldeformular: <https://circus-blamage.de/campanmeldung/>  
 Der Circus Blamage freut sich auf viele junge Artist:innen.  
**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168532](http://www.meine-news.de/168532)**



Training im Circus Blamage



**meine-news.de-Beitrag »** Bürgerbüro Thomas Zöllner, MdL, aus Landkreis Miltenberg

## Bilanz als Beauftragter und MDL: 100 Tage für Wahlkreis und Freistaat

Liebe Leserinnen und Leser, seit der konstituierenden Sitzung am 30.10.2023 vertritt ich im bayerischen Landtag neben meinem Heimatlandkreis Miltenberg noch Aschaffenburg, Rhön-Grabfeld und Haßberge innerhalb des Wahlkreises Unterfranken.

### Arbeit in den Betreuungsstimmkreisen des Wahlkreises

In den letzten Wochen und Monaten wurden auch die Räumlichkeiten für das entstehende Bürgerbüro in Obernburg gefunden, die im März offiziell eröffnet werden sollen. Meine Arbeit vor Ort im Wahlkreis zeichnete sich bislang durch viele Gespräche mit Bürgern, Firmen, Vereinen, Kommunen und Institutionen aus. Durch gute Beziehungen zu den verschiedenen Ministerien konnte ich bereits erfolgreich als Vermittler für regionale Akteure fungieren und verschiedenste Anliegen effektiv vertreten. Mehrere Gäste aus dem Landkreis Miltenberg und meinen weiteren Betreuungsstimmkreisen durfte ich schon in München begrüßen und mit ihnen Anliegen an die zuständigen Stellen in der Landeshauptstadt vermitteln.

### Arbeit als Beauftragter im ganzen Freistaat

Am 8.11.2023 wurde ich außerdem zum Patienten- und Pflege-



spiegeln die Bandbreite dieses Tätigkeitsbereichs wider.

Besonders erfreulich ist hierbei, dass es uns mit meiner Geschäftsstelle in München z.B. bereits gelungen ist, für ukrainische Kinder ärztliche Unterstützung zu finden. Darüber hinaus konnte ich das Amt nutzen, um wichtige Anliegen voranzutreiben, wie die Akzeptanz bei der Widerspruchslösung zur Organspende zu steigern. Den Organspendeausweis habe ich schon seit 1997. Vor allem beim Besuch einiger schwerkranker Kinder und ihrer Eltern in der Klinik Großhadern wurde mir erneut bewusst, wie notwendig die Möglichkeit der flächendeckenden und schnellen Versorgung mit lebensrettenden Organen ist.

### Arbeit als pflegepolitischer Sprecher und Mitglied im Gesundheitsausschuss

Als pflegepolitischer Sprecher der Freien Wähler Landtagsfraktion und Mitglied im Gesundheitsausschuss des Bayerischen Landtags bringe ich Erkenntnisse aus den vielen Gesprächen in diese wichtigen Themenbereiche in der Arbeit als Abgeordneter in München ein. So hielt ich bereits zwei Reden im Plenum des bayerischen Landtags. **Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/167881](http://www.meine-news.de/167881)**

beauftragten der bayerischen Staatsregierung ernannt, was Ende dieser Woche genau 100 Tage zurückliegt. Anlässlich dieses Meilensteins kommt hier meine erste Bilanz.

Das Amt als Patienten- und Pflegebeauftragter der bayerischen Staatsregierung legt in der alltäglichen Arbeit selbstredend einen großen Schwerpunkt auf die Bereiche Gesundheit und Pflege. Hierzu finden viele Gespräche an den Standorten des Gesundheitsministeriums in München und Nürnberg statt sowie zahlreiche weitere Vor-Ort Termine bayernweit. Über 200 Briefe, E-Mails und Anrufe, die meine Geschäftsstelle in den ersten 100 Tagen erreicht haben,

**meine-news.de-Beitrag »** Landratsamt Miltenberg

## Das lange Warten hat ein Ende: Kleinwallstadt holt Landkreispokal im Kegeln

Jahrzehntelang mussten die Kegler von Bahnfrei Kleinwallstadt warten, ehe sie erstmals den Landkreispokal im Kegeln gewinnen konnten. Am vergangenen Samstag, 17. Februar, aber war es so weit: Das Team setzte sich in der Finalrunde auf heimischer Bahn gegen die Kegelfreunde Obernburg, die DJK Wörth und Gemütlichkeit Mömlingen durch.

Ein spannendes Finale sei es gewesen, bilanzierte Kleinwallstadts Bürgermeister Thomas Köhler, der sein Team vor Ort unterstützt und mitgefiebert hatte. Nach dem letzten Schub aber stand es fest: Bahnfrei Kleinwallstadt siegte mit 2.117 Holz vor den Kegelfreunden Obernburg (2.103 Holz), der DJK Wörth (2.051 Holz) und Gemütlichkeit Mömlingen (1.940 Holz). Spannend war es in der Tat, denn die Führung wechselte in jeder Runde, ehe sich am Ende die Lokalmatadoren durchsetzten und den Landkreispokal in die Höhe heben konnten.

Thorsten Schork, Sportreferent des Landkreises Miltenberg, aber auch Bürgermeister Thomas Köhler und die stellvertretende Landrätin Monika Wolf-Pleißmann zogen ihren Hut vor der sehr guten Leistung der Kleinwallstädter Kegler und hoben die tolle Organisation vor Ort durch Bernd Heider und Thomas Büttner (Kleinwallstadt) hervor, die



**Siegerehrung beim Landkreispokal im Kegeln mit (von links) Kleinwallstadts Bürgermeister Thomas Köhler, Claudia Hartung (Sparkasse), Bianca Mattheis (Obernburg, bestes Einzelergebnis), das siegreiche Team von Bahnfrei Kleinwallstadt mit Markus Boneberger, Florian Seitz, Burkhard Büttner, Thomas Büttner und Fabian Golombek sowie stellvertretender Landrätin Monika Wolf-Pleißmann.** Foto: Winfried Zang

kurzfristig für den erkrankten Marc Heider eingesprungen waren.

Für Landrats-Stellvertreterin Monika Wolf-Pleißmann waren aber alle Teams Sieger, sagte sie bei der Siegerehrung. Sie dankte auch der Sparkasse Miltenberg-Obernburg für ihre finanzielle Unterstützung des Wettbewerbs. Claudia Hartung überreichte für das Kreditinstitut die Siegerschecks.

Geehrt wurden auch Bianca Mattheis (Kegelfreunde Obernburg), die im Laufe des Wettbewerbs mit 589 Holz das beste Einzelergebnis erzielt hatte, sowie Henrik Steigerwald (SG Sulzbach-Niedernberg), der 14 Neuner erzielt und damit alle anderen Keglerinnen und Kegler hinter sich gelassen hatte.

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168163](http://www.meine-news.de/168163)**

**meine-news.de-Beitrag »**

SPD Erlenbach-Mechenhard-Streit aus Erlenbach a.Main

## Zusammenkommen beim Winter-Grillen im Franziskuspark

Viele Bürgerinnen und Bürger kamen am Freitag beim traditionellen Winter-Grillen der SPD Erlenbach-Mechenhard-Streit zusammen, denn im Streiter Franziskuspark wurde wieder der Grill angefeuert.

Bei guten Gesprächen, einem Feierabendbier und leckeren Bratwurst- und Steakbrötchen wurde der Abend in lockerer Atmosphäre zum gegenseitigen Austausch ge-

nutzt. Vor Ort waren auch alle sieben Stadträtinnen und Stadträte der Erlenbacher SPD, die in diesem Jahr als älteste politische Partei der Stadt ihr 100-jähriges Jubiläum feiert.

Ein großes Dankeschön an alle für den schönen Abend, vor allem an unseren bewährten Grillmeister Uli Hahn!

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168586](http://www.meine-news.de/168586)**



**Viele Bürgerinnen und Bürger trafen sich beim Winter-Grillen im Streiter Franziskuspark.** Foto: Benjamin Bohlender

**meine-news.de-Beitrag »** Schützenverein KKSv Trennfurt 1924 e. V.

## Ein Bauer wird zum König

Zum Ende des vergangenen Jahres trugen die Trennfurter Schützen den Kampf um den Königstitel aus. Traditionell wurde aus 50 m Entfernung auf einen stolzen Holz-Adler geschossen. Das Los entschied die Reihenfolge, in der die Schützen an den Start gingen. Nach spannenden Runden des Wetteifers traf ein gezielter Schuss und trennte den Kopf vom Körper des Adlers. Timm Bauer erzielte den glücklichen Treffer und darf sich als König feiern lassen.

Nachdem der Schützenkönig 2023 feststand, schossen Klaus Kukol den Reichsapfel und Heiko Kern das Zepter ab und stehen fortan dem König als Ritter zur Seite.

Die Jugendkönigin des Jahres heißt Jasmin Oppermann. Ihr zur Seite stehen die Ritter Torben Kern und Noah Spatz. Die erfolgreiche Jungschützin holte sich im Übrigen auch einen begehrten Majestäten-

Titel des Gau Maintal und darf sich Gau-Juniorenkönigin nennen. Mit einem perfekten Treffer ins Gold gewann Chiara Villani die Auszeichnung Robin Hood.

Michael Kutger wurde zum Pistolenprinzen ernannt und Nadja Reuter erzielte die Luftgewehr-Königscheibe. Die Jugendscheibe errang sich Linus Prenning, den Jugendpokal gewann Anton Barth.

Der Wandpokal der Luftpistole ging wie im vergangenen Jahr an Alexander Wießler. Michaela Barth gewann den Wandpokal Luftgewehr und Peter Martin holte sich den Wandpokal der Nichtaktiven. Beim Preisschießen der Erwachsenen belegte Verena Schmucker den ersten Platz, das Jugendpreisschießen gewann Jasmin Oppermann.

Den Majestäten und Preisträgern herzlichen Glückwunsch!

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168568](http://www.meine-news.de/168568)**



**(v.l.n.r.) Klaus Kukol, Timm Bauer, Heiko Kern, Chiara Villani, Michael Kutger** Foto: KKSv Schriftführer





## DIE ZAHNCHIRURGEN

Praxis für zahnärztliche Chirurgie & Implantologie

[www.die-zahnchirurgen.de](http://www.die-zahnchirurgen.de)

Im Höning 5  
(zwischen Bauer-Markt/Edeka und Toom)  
63820 Elsenfeld | Tel. 06022/205 99 00



Christian Buortesch und Dr. Boris Ovchinski,  
Fachzahnärzte für Oralchirurgie mit dem Praxisteam



### Schwerpunkte

- Implantate und Sofortimplantate
- Knochenerhalt und Knochenaufbau nach Zahnverlust
- Weisheitszähne
- Zahn- und Zahnwurzeloperationen
- Behandlungen in Lachgas (täglich)
- Behandlungen in Narkose und Dämmerschlaf
- 3-D-Röntgen



» Wir sind Fachzahnärzte für Oralchirurgie. In unserer spezialisierten Zahnarztpraxis liegt der Schwerpunkt auf den Gebieten der zahnärztlichen Chirurgie und Implantologie. **Im Rahmen unserer Tätigkeit als Zuweiser-Praxis arbeiten wir mit den überweisenden Praxen der Region stets eng zusammen.** So wird in zahnärztlicher Kooperation der bestmögliche Weg für Ihre chirurgische oder Implantat-Therapie gefunden. «

Wir stellen ein:

**Zahnmedizinische/r  
Fachangestellte/r**

**Auszubildende/r  
zur/zum Zahnmedizinischen  
Fachangestellten**

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung an:  
[kontakt@die-zahnchirurgen.de](mailto:kontakt@die-zahnchirurgen.de)

Besuchen Sie uns auf unserer Homepage:  
[www.die-zahnchirurgen.de](http://www.die-zahnchirurgen.de)

*Einscannen und mehr  
über uns erfahren*





# GESUNDHEIT IM FOKUS

## Nierengesundheit mit Labortests klären

Nach der Joggingrunde im Park zieht es im Rücken? Liegt bestimmt an den verspannten Muskeln! Immer wieder juckt die Haut? Kein Wunder bei der trockenen Luft im Büro. Häufig stimmen solche Selbstdiagnosen. Allerdings kann auch eine Nierenschwäche solche Beschwerden verursachen. Unbehandelt führt eine Nierenfunktionsstörung zu schwerwiegenden gesundheitlichen Problemen bis hin zum Nierenversagen. Labortests helfen dabei, eine Nierenschwäche frühzeitig zu erkennen und entsprechend zu behandeln.



Erschöpfung oder Appetitlosigkeit können unter Umständen auf eine Nierenschwäche hinweisen. Foto: Freepik

### Unklare Beschwerden ernst nehmen

Nach Angaben der Deutschen Nierenstiftung leben hierzulande etwa neun Millionen Menschen mit einer chronischen Nierenkrankheit (CKD) – von der die meisten Betroffenen noch gar nichts wissen: Nierenerkrankungen verursachen in der Regel erst im fortgeschrittenen Stadium Beschwerden, die zudem häufig recht unspezifisch sind. Dazu gehören unter anderem Erschöpfung, Appetitlosigkeit und Muskelkrämpfe. Auch ein erstmals auftretender hoher Blutdruck bzw. immer schlechter einzustellender bestehender Bluthochdruck können auf Nierenschwäche hinweisen. Zudem steigern bestimmte Vorerkrankungen wie Diabetes und

Herzkrankungen das Risiko für eine chronische Nierenkrankheit.

### Nierenfunktion mit Labortests überprüfen

Erste Hinweise auf eine Nierenschwäche geben erhöhte Mengen von Eiweiß und Blut im Urin. Diese lassen sich mittels Urinstreifentests – etwa beim Gesundheits-Check-up – zuverlässig und unkompliziert nachweisen. Lässt die Filterfunktion der Nieren nach, reichern sich zudem Kreatinin und Harnstoff im Blut an. Legen die Ergebnisse eine Nierenschwäche nahe, schafft die Glomeruläre Filtrationsrate (GFR) Klarheit. Der Wert gibt an, wie viel

Blut die Nieren pro Minute filtern. Eine gesunde Niere reinigt pro Minute mindestens 90 Milliliter Blut. Bei Werten darunter liegt eine Nierenschwäche vor, die je nach verbliebener Leistungsfähigkeit in fünf Stadien unterteilt wird. Je früher eine Nierenschwäche erkannt wird, desto besser lässt sie sich behandeln. Im ersten Stadium etwa kann eine Verschlechterung der Nierenfunktion oft noch gestoppt werden.

Weitere Informationen enthält das IPF-Faltblatt „Nierenerkrankungen“. Es kann kostenlos unter [www.vorsorge-online.de](http://www.vorsorge-online.de) heruntergeladen werden. (Quelle: IPF)

## Gesundheitsbuch-Tipp: Bandscheibenvorfall

Der Rücken ist ein sehr komplexer Teil des menschlichen Körpers, der wichtige tragende und stabilisierende Aufgaben hat. An den aufrechten Gang des Menschen ist er jedoch evolutionär noch nicht optimal angepasst. Es kann buchstäblich viel schiefgehen!

Sehr viele Menschen sind von Rückenschmerzen betroffen, die sie stark einschränken können. Immerhin hatten bei einer Befragung in den Jahren 2019/202 61,3 % der teilnehmenden Personen angegeben, in den letzten 12 Monaten mindestens einmal Rückenschmerzen gehabt zu haben.

In diesem praxisnahen Ratgeber erklären die beiden Autoren Drs. Patrick Simons und Arndt Fengler das Wunderwerk Wirbelsäule und wie ein Bandscheibenvorfall entstehen kann. Daran anschließend werden die entsprechenden Therapieoptionen als auch praktische Übungen erklärt. Eine große Frage wird ausführlich beantwortet: Was kann man bei akuten Schmerzen tun? Die Erklärungen zu den Therapie-Optionen sind übersichtlich gegliedert. So findet jeder das Pas-

sende. Auch die entsprechenden Operationen werden beleuchtet. Und dann geht es mit dem Übungsprogramm zurück in die Freiheit! Als Erstes sollte das Gleichgewicht zwischen Kraft und Beweglichkeit gefördert werden. Ein unerwartetes Verbesserungspotenzial liegt häufig im eigenen Alltag, der kritisch beleuchtet wird. Ob auf dem Sofa oder beim Gemüseschneiden: Es gibt immer wieder Verbesserungspotenzial!

Drs. Patrick Simons – in Nimwegen und Münster ausgebildet zum Neurochirurgen – gründete er 1994 die erste Neurochirurgische Praxis in Köln, spezialisiert auf die Wirbelsäule. Nun nach über 25000 Operationen darf er sich mit Recht ein Rücken-Doc nennen. Die minimalinvasive Chirurgie, aber auch die verständliche Erklärung der Wirbelsäule sind seine Ziele. In der Mediapark-Klinik versorgt er mit seinem Team mit Sohn Cedric ein internationales Patientengut.

Arndt Fengler – selbst ernannter „Drückerkönig“ – ist leidenschaftlicher Osteopath, Physiotherapeut sowie Lehrer für kinesiologisches



Mit der richtigen Behandlung und Therapie wieder zur alten Lebensfreude finden. Foto: Trias Verlag

Taping und Faszientherapie. In der Arbeit mit Menschen hat er seine Berufung gefunden und er gibt sein Wissen gerne in seinen Büchern und Fortbildungen weiter. Er arbeitet in eigener Praxis in der Schweiz. **Der Ratgeber von Drs. Patrick Simons und Arndt Fengler ist im Trias Verlag (SBN 978-3-432-11766-9) und kostet 19,99 € (auch als eBook erhältlich).**

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/160154](http://www.meine-news.de/160154)

## E-Rezept sorgt für Probleme

Seit Jahresbeginn gibt es in allen Arztpraxen das E-Rezept. Doch viele VdK-Mitglieder wenden sich vermehrt mit Fragen und Schwierigkeiten an den Sozialverband.

Dazu sagt VdK-Präsidentin Verena Bentele: „Vier Wochen nach der verpflichtenden Einführung des E-Rezepts berichten uns viele Mitglieder von Problemen. Besonders ältere Menschen verstehen die komplexe Anmeldung in der App nicht und scheitern daher an der Authentifizierung. Andere beschwerten sich über Praxen, die sich weigern, das E-Rezept auszu drucken, obwohl sie dazu verpflichtet sind. Andere Patientinnen und Patienten haben das Gefühl, übergangen zu werden. Sie können durch das E-Rezept nicht mehr einsehen, was ihnen verschrieben worden ist.“

Grundsätzlich unterstützt der VdK das E-Rezept, da so die Sicherheit der Patientinnen und Patienten in der Arzneimittelversorgung erhöht werden kann: Zum einen werden unklare Verschreibungen nahezu

unmöglich. Zum anderen haben Apothekerinnen und Apotheker einen besseren Überblick über die verschriebenen Medikamente und können so Wechselwirkungen ermitteln.

Die Nutzung des E-Rezepts darf aber für niemanden zur Belastung werden. Technische Probleme beim Abruf des E-Rezepts müssen die Betreiber schnellstmöglich beheben. Sie dürfen nicht dazu führen, dass Patientinnen und Patienten länger auf ihre Arzneimittel warten müssen. Wir als Sozialverband ermahnen außerdem Praxen und Apotheken, alle Wege der Rezeptausstellung und -einlösung anzubieten: elektronisch auf der Gesundheitskarte, in der App und als Ausdruck. Gerade im Gesundheitssystem müssen bei Neuerungen alle Menschen mitgenommen werden. Wir erwarten daher bei allen Digitalisierungsschritten, die jetzt und in Zukunft anstehen, dass Barrierefreiheit mitgedacht wird – so zum Beispiel auch bei der elektronischen Patientenakte, die 2025 kommen soll.“ (Quelle: VdK)

meine-news.de-Beitrag » Ruth Weitz aus Obernburg

## MS-Sprechstunde mit Dr. W. E. Hofmann

Seit Jahren betreut der Neurologe Dr. W. E. Hofmann die Selbsthilfegruppe MS aktiv medizinisch und bietet Interessierten in einer MS-Sprechstunde an, Fragen zu beantworten und neue Forschungsergebnisse und Therapieoptionen vorzustellen. Der Eintritt ist frei. Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Infos

auf der Internetseite der MS-Gruppe [msaktiv.blogspot.com/](http://msaktiv.blogspot.com/) Diese Veranstaltung finden Sie auf [www.meine-news.de/event/70063](http://www.meine-news.de/event/70063)

29. Februar 2024  
19:00 - 21:00 Uhr  
Sporthotel Großwallstadt,  
Am Neubergsweg 6-10,  
63868 Großwallstadt

## Apotheken-Notdienst

Februar 2024					
Datum	Apotheke	Ort	Adresse	Telefon	
28	Mi	Turm	Großwallstadt	Hauptstraße 19	0 60 22/2 27 44
29	Do	Apo. a. Markt	Großostheim	Breite Straße 6	0 60 26/49 15
März 2024					
Datum	Apotheke	Ort	Adresse	Telefon	
1	Fr	Linden	Erlenbach	Lindenstraße 29	0 93 72/82 28
2	Sa	Römer	Obernburg	Römerstraße 43	0 60 22/45 00
3	So	Eichen	Obb.-Eisenb.	Eichenweg 1	0 60 22/57 00
4	Mo	Mömlingtal	Mömlingen	Hauptstraße 24	0 60 22/68 18 57
5	Mi	Maintal	Sulzbach	Bahnhofstraße 14	0 60 28/66 08
6	Mi	Josef	Leidersbach	Hauptstraße 198	0 60 28/53 86
		Apo. Eschau	Eschau	Elsavastraße 95	0 93 74/12 66
7	Do	Schwanen	Klingenberg	Rathausstraße 4	0 93 72/24 40

Angaben ohne Gewähr. Aktuelle Notdienste auf [www.meine-news.de/notdienste](http://www.meine-news.de/notdienste)

## Zahnärztlicher Notdienst

Sprechzeiten + Anwesenheit in der Praxis:

Feiertags, samstags & sonntags: von 10.00 bis 12.00 und 18.00 bis 19.00 Uhr  
Rufbereitschaft in der übrigen Zeit

**Wochenende: 02./03.03.24** Dr. Ernst Richter, Hauptstr. 165, 63875 Mespelbrunn, Tel. 0 60 92/99 59 46

## Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Ärztlicher Bereitschaftsdienst: **116 117**

Bei akut lebensbedrohlichen Erkrankungen/Verletzungen: Rettungsdienst für medizinische Notfälle **112**

## Wichtige Rufnummern

Notruf: 110 / Feuerwehr: 112 / Rettungsdienst: 112

Polizei: 0 93 71/945-0 / Technisches Hilfswerk: 0 93 71/66855-0

HELIOS Klinik Miltenberg: 0 93 71/500-0, HELIOS Klinik Erlenbach 0 93 72/700-0



**meine-news.de-Beitrag » Stadt Klingenberg****Fränkischer Rotweinwanderweg: Mandelbäume in voller Blüte**

Die Mandel-Allee am Fränkischen Rotweinwanderweg von Erlenbach bis Klingenberg erblühte ab dem 16. Februar in voller Pracht.

Durch die winterliche Witterung Mitte Januar sah es zuerst nicht nach einer frühen Blüte aus. Die kalten Temperaturen mit 19 Frostnächten und einem Eistag im Januar verzögerten lange Zeit das attraktive Bild der Frühlingsverkünder. Doch der abrupte Temperaturanstieg auf durchschnittliche Tagesmitteltemperaturen von > 6°C ab dem 22. Januar bis heute brachte mit vorfrühlingshaftem Wetter die Vegetation auf volle Fahrt.

Schon am 12. Februar blühten die ersten weißblühenden „Davidsmandeln“. Schon vier Tage später, am 16. Februar, dem bisher wärmsten Tag des Jahres, erblühten die restlichen, rosa blühenden Mandelbäume am Fränkischen Rotweinwanderweg. Plötzlich stand die ganze Allee mit 70 Mandelbäumen, die alljährlich den Frühling in den Terrassen-Weinbergen ankündigen, in voller Blütenpracht. Zeitgleich mit den Mandel-Alleen an der „Deutschen Weinstraße“ in der Pfalz.

Durch die Klimaerwärmung scheint sich die Mandelblüte dauerhaft etwas früher zu etablieren. In den letzten 35 Jahren hat sich die Mandelblüte im Durchschnitt um etwa zwei Wochen verfrüht! Die Mandelblüten sind mit den Haselnussbü-



schen und den Weidekätzchen die ersten Nektarversorger der Hummeln und Bienen am Bienen-Lehrpfad! Die blühende Mandel-Allee lockte schon am 1. Fastensonntag, bei gutem Wanderwetter, zahlreiche Naturliebhaber auf den „Fränkischen Rotweinwanderweg“, um den schönen Anblick zu genießen. Angesichts der letzten Trockenjahre haben nicht nur der Wald, sondern auch die Mandelbäume am Hohbergweg Schäden erlitten. Einzelne Bäume sind völlig abgestorben.

Die Stadt Klingenberg und der Weinbauverein sind zur Zeit dabei, eine Sanierung der Allee mit ca. 15 Neupflanzungen durchzuführen. Hier ist auch die Mitarbeit der betroffenen Winzer vonnöten, denn die Bäume stehen, bis auf wenige Ausnahmen, auf privaten Weinberg-Terrassen. Die Eigentümer

haben sich bei der Pflanzung durch das „Amt für Ländliche Entwicklung“ vor 20 Jahren verpflichtet, die Pflege der Mandelbäume zu übernehmen. Dieser Verpflichtung sind viele Baumbesitzer, auch weil sich die Besitzverhältnisse stark veränderten, leider nur wenig bis gar nicht nachgekommen. Im Interesse des Tourismus ist es besonders wichtig, dass die Mandelbäume als Zeugnis und Aushängeschild für unsere klimatisch bevorzugten, warmen Weinbau-Terrassen auf Dauer erhalten bleiben!

Eine Bitte an die Wanderer: reißen Sie keine Ästchen ab, so verlockend es auch sein mag! Die Mandelbäume und Bienen danken es Ihnen! Willi Stritzinger, Weinbauverein Klingenberg 1909 e.V.

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168274](http://www.meine-news.de/168274)**

**meine-news.de-Beitrag » Heiko Sackenreuther aus Trennfurt****Nicht unser Müll, aber unsere Umwelt: Plogging-Lauf der Ausdauersportgruppe Trennfurt**

Am 25. Februar fand ein Plogging-Lauf statt, organisiert von der Ausdauersportgruppe des TV Trennfurt. Neun begeisterte Läuferinnen und Läufer begaben sich auf die Wege von Trennfurt und Klingenberg am Main, um nicht nur ihre Ausdauer zu trainieren, sondern auch einen aktiven Beitrag zur Müllbeseitigung in ihrer Gemeinde zu leisten.

**Plogging, was ist das?**

Plogging ist eine Bewegung, die in den letzten Jahren weltweit an Popularität gewonnen hat. Der Begriff setzt sich aus den Wörtern „plocka upp“ (schwedisch für „aufheben“) und „jogging“ zusammen. Ursprünglich in Schweden entstan-

den, kombiniert Plogging das Joggen mit dem Sammeln von Müll. Ein herausragendes Merkmal von Plogging ist seine Zugänglichkeit. Jeder kann sich beteiligen, unabhängig von seinem Fitnesslevel oder seiner Erfahrung im Umweltschutz. Ob durch Müllvermeidung, ordentliche Entsorgung oder aktives Aufräumen – jeder Beitrag zählt.

**Der Lauftreff mal anders – gemeinsam unterwegs für den Umweltschutz**

Die Ausdauersportgruppe des TV Trennfurt demonstrierte ihr Engagement für Umweltschutz und Gemeinschaftsgeist, indem sie an diesem Tag ihre Laufschuhe schnürte

und die Wege von Trennfurt und Klingenberg am Main säuberte. Das Ergebnis war beeindruckend: In einem Zeitraum von ca. 1,5 Stunden wurden 6 große Müllsäcke mit je 100 Liter Fassungsvermögen gefüllt. Zusätzlich zu üblichen Müllfunden sammelten sie auch ungewöhnliche Gegenstände wie einen Stuhl und zwei Paar Schuhe ein. Darüber hinaus wurden über 30 Pfandflaschen und zahlreiche Getränkedosen eingesammelt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Plogging-Laufs der Ausdauersportgruppe Trennfurt zeigten, dass gemeinsame Anstrengungen zum Umweltschutz in der Gemeinde große Auswirkungen haben können. Ihr Einsatz war nicht nur ein Beweis für ihre physische Stärke, sondern auch für ihren Willen, einen positiven Einfluss auf ihre Umwelt zu haben.

In einer Zeit, in der Umweltprobleme zunehmen, ist die Initiative der Ausdauersportgruppe Trennfurt ein leuchtendes Beispiel dafür, wie Sport und Umweltschutz miteinander verbunden werden können, um eine nachhaltige Zukunft zu schaffen.

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/168649](http://www.meine-news.de/168649)**

**meine-news.de-Beitrag » Roland Miltenberger aus Mönchberg****Musikverein „Harmonie“ Mönchberg Generalversammlung**

Am 18. Februar 2024 fand in der Gaststätte „Zur Brauerei“ die Generalversammlung des Musikvereins „Harmonie“ Mönchberg statt. Nach der Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden Roland Miltenberger wurde zum Totengedenken „Ich hatt' einen Kameraden“ von fünf Jungmusikern gespielt.

Im Bericht des 1. Vorsitzenden wurde neben musikalischen Highlights und Aktivitäten wie dem Ausflug nach Hochgreut als Ausblick auf die anstehenden Konzerte in Eisenbach und an Ostern.

Der Schriftführer konnte verkünden, dass aktuell 36 aktive Mitglieder im Verein musizieren und eine gestiegene Beteiligung bei Proben und 25 Auftritten zu verzeichnen war.

Die Jugendvertreterin trug vor, dass mittlerweile 18 Jugendliche

bei den „Youngstars“ aktiv sind, wovon sechs im letzten Jahr Prüfungen für Leistungsabzeichen abgelegt haben. Außerdem fand neben verschiedenen Auftritten und Aktivitäten ein sehr erfolgreiches Jugendkonzert statt, das wiederholt werden soll.

Der Kassier musste leider trotz Zuschüssen und Spenden, für die wir uns sehr herzlich bedanken, ein negatives Gesamtergebnis bekanntgeben, schloss aber mit einem optimistischen Ausblick für das kommende Jahr.

Nach der Entlastung der Vorstandschaft und neben verschiedenen Anträgen und Grußworten, unter anderem sicherte der neue Bürgermeister Bernd Wetzel dem Musikverein weiterhin die Unterstützung der Gemeinde zu, wurde einstimmig eine Satzungsänderung beschlossen.

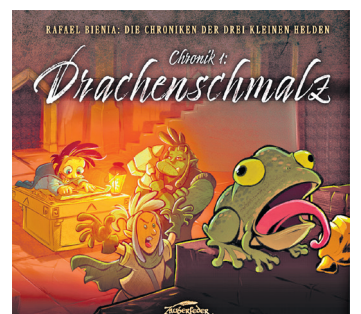
Zum Abschluss der Generalversammlung bedankte sich Roland Miltenberger für das Engagement aller Beteiligten und benannte diese mit einer kleinen Terminvorschau für das kommende Jahr.

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168328](http://www.meine-news.de/168328)**

**Kinderbuchtip: Drachenschmalz**

Drachenschmalz ist Rafael Bienias erstes veröffentlichtes Kinderbuch. Als Vater ist er zu ungeduldig, bis seine Kinder alt genug für den Hobbisind, also schreibt er Geschichten für kleine Fantasy-Fans ab vier Jahren.

Der Magierlehrling Allanor Augenglanz braucht zwergische Schriften für seine Schulaufgaben. Die Orkin Grascha da Krascha will ihre Künste mit dem Kriegshammer unter Beweis stellen. Das Spitzohr Leo Langfinger will Abenteuer erleben, statt auf dem elterlichen Bauernhof zu helfen. So begeben sich die drei kleinen Helden gemeinsam auf eine waghalsige Suche nach Zwergenbildern in den Minen von Banggrimm. Eine Fantasy-Geschichte über Freundschaft, Selbstvertrauen und Apfelsaft – zum Vorlesen,



Erster Auftakt der Chroniken der drei kleinen Helden.  
Foto: Verlag Zauberfeder

Selberlesen oder Rezitieren am Lagerfeuer. **Das Kinderbuch von Rafael Bienias ist im Zauberfeder Verlag (ISBN 978-3-96481-006-9) erschienen und kostet 14,90 €.**

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/168280](http://www.meine-news.de/168280)**

**meine-news.de-Beitrag » Barbara Schenck-Hofmann aus Erlenbach****Selbstbestimmte Vorsorge: Es ist selten zu früh, aber oft zu spät**

Viel zu wenige Menschen denken daran, eine selbstbestimmte Vorsorge für den Notfall zu treffen. Dabei sollte sich jeder – jeder der volljährig ist! – die Frage stellen, wer im Ernstfall Entscheidungen für ihn treffen soll, wenn er selbst handlungsunfähig ist, und wie dann seine Wünsche und Vorstellungen Beachtung finden können. Sollte ein Notfall eintreten, kann der Wert einer gut durchdachten, selbstbestimmten Vorsorge gar nicht hoch genug angesetzt werden – für den Betroffenen selbst und seine Angehörigen.

Der Seniorenbeirat der Stadt Erlenbach lädt alle ein, die sich Informationen und Erklärungen wünschen zu Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung.

Der Vortrag „Selbstbestimmte Vorsorge“ ist am Dienstag, den 12.3.24, 18 Uhr im Foyer der Frankenhalle Erlenbach.

Referentin ist Franziska Hofmann, Beratungsstelle f. Senioren und pflegende Angehörige. Eintritt frei

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168652](http://www.meine-news.de/168652)**



# MIT POWER IN DEN Frühling

Die dunklen Tage sind vorbei!  
Es wird also Zeit: Raus aus dem Winterschlaf und  
mit neuer Energie und Motivation durchstarten.



<p><b>6.3.2024 – BADEFART nach BAD WINDSHEIM ...</b> Busfahrt, Eintritt Badehallen Reisepreis pro Person <b>48,- €</b></p> <p><b>4.4.2024 – Die OSTERBRUNNEN in der Fränk. Schweiz ... (Restplätze)</b> Busfahrt im Reisebus, Reiseleiter ganzer Tag ab/bis Ebermannstadt, Besuch Heiligenstadt mit dem kleinen Markt, Mittagessen als Dreigang-Menü zur Auswahl in gutem Gasthof in Pottenstein, Besuch beim Brück in Bieberbach, Zeit für Kaffee in Forchheim, Tafel Lindt-Schokolade für jeden Gast ... Reisepreis pro Person <b>79,- €</b></p> <p><b>15.5.2024 – MAIAUSFLUG zum MITTWOCHSBRUNCH auf den Brombachsee ...</b> Busfahrt, 3 Std. Schifffahrt auf dem Brombachsee inkl. Sitzplatzreservierung für die ganze Zeit, Brunchbuffet für die ganze Zeit Reisepreis pro Person <b>95,- €</b></p> <p><b>8.6.2024 – INSEL MAINAU ... immer wieder ein schöner Tag</b> Busfahrt, Frühstück aus dem Service, Eintrittskarte Insel Mainau Reisepreis pro Person <b>92,- €</b></p> <p><b>7.7.2024 – PASSIONSSPIELE 2024 in Sömmersdorf ...</b> Busfahrt inkl. Eintrittskarte in PK I und II <b>80,- € + 75,- €</b></p> <p><b>13.7.2024 – Mit RAAB-REISEN und dem RHEINSCHIFF unterwegs ...</b> Busfahrt, Besuch Rüdesheim mit Drosselgasse, Dreigang-Mittagessen auf dem Niederwalddenkmal, Besuch Loreley-Felsen, Fähre nach St. Goar, Schifffahrt 2,5 Std. von St. Goar nach Rüdesheim Reisepreis pro Person <b>95,- €</b></p> <p><b>20.7.2024 – FLOSSFAHREN in OBERFRANKEN ... Und: KOMMUNBRÄU in KULMBACH mit Bierprobe ...</b> Busfahrt, 2,5 Std. Floßfahrt inkl. dem 1. Getränk zur Begrüßung auf dem Floß, Schnitzel mit Kartoffelsalat auf dem Floß, Fahrt nach Kulmbach, Bierprobe in der Kommunbräu Reisepreis pro Person <b>109,- €</b></p> <p><b>24.8.2024 – Der „WEINERLEBNISTAG“ auf dem PHILIPPSHOF ...</b> Busfahrt inkl. der Ganztagesleistung auf dem Philipphof, Sie sind komplett versorgt ... Reisepreis pro Person <b>115,- €</b></p>	<p><b>24. – 28.4.2024 – HELGOLAND – einen Tag erleben zu Wasser und zu Land ... (Restplätze)</b> ... HUSUM bei Ebbe und Flut ... die NORDSEE mit bestem Klima ... FRIEDRICHSTADT die Holländer Stadt Alle Busfahrten im Reisebus, Imbiss neben der Strecke aus dem Service, 4-mal Ü/HP in sehr gutem Hotel, Getränke zum Abendessen dabei, Fahrt nach Büsum zum Helgolandkai, Schifffahrt ab Büsum nach Helgoland und zurück mit der „Funny Lady“, Ausflug nach St. Peter Ordung und Friedrichstadt mit aml. Führer und vor dem Abendessen im Hotel die „Husumer Braukunst“ aus erster Hand vom Braumeister im Hotel, Stadtspezierringang mit aml. Führer in Husum Reisepreis pro Person im Doppelzimmer <b>879,- €</b> Einzelzimmerzuschlag begrenzt möglich <b>120,- €</b> Doppelzimmer zur Alleinbenutzung <b>200,- €</b></p> <p>Fordern Sie unser Programm an oder lesen Sie unter: <a href="http://www.raab-reisen.de">www.raab-reisen.de</a></p> <p><b>4. – 5.5.2024 – TULPENBLÜTE im KEUKENHOF ... (Restplätze)</b> ... und AMSTERDAM, die Hauptstadt der Niederlande Busfahrt im Reisebus, Frühstück aus dem Busservice, Eintrittsgeld für den Keukenhof, 1-mal Übernachtung/Frühstück und Abendessen im Hotel, 2 Std. Stadtrundfahrt in Amsterdam mit aml. Führer Reisepreis pro Person im Doppelzimmer <b>289,- €</b> Einzelzimmerzuschlag <b>50,- €</b></p> <p><b>8. – 11.8.2024 – BERNINA- und GLACIEREXPRESS, die Schweizer Bergwelt erleben ...</b> Alle Busfahrten, Kaffee &amp; Kuchen aus dem Service, 3-mal Ü/Frühstücksbuffet, 2-mal Abendessen als 3-Gang-Menü, 1-mal Dinnerbuffet am Samstagabend im Hotel, Bahnfahrten mit dem Bernina-Express von Tiefencastel nach Tirano oder zurück, Mittagessen im Rest. Ai Partici in Tirano (Tellergericht), Bahnfahrt auf den Spuren des Glacier-Express im Regionalzug von Reichenau nach Andermatt mit Aufenthalt in Disentis oder umgekehrt Reisepreis pro Person im Doppelzimmer <b>799,- €</b> Einzelzimmerzuschlag <b>90,- €</b></p> <p><b>22. – 25.9.2024 – WIEN, WIEN – nur Du allein ...</b> Diesmal: Wien pur und Kaiserliches Wien Busfahrt im Reisebus, Frühstück im Hotel Storch am Anreisetag, Besuch Kloster Melk, 3-mal Ü/HP im Hotel, Stadtrundfahrt in Wien zu den ausgeschriebenen Sehenswürdigkeiten, aml. Reiseleiter für die beiden Tage in Wien, Eintritt Hofburg und Sissi-Museum, Fahrt Riesenrad im Prater, Spaziergang durch den Garten von Schönbrunn Reisepreis pro Person im Doppelzimmer <b>639,- €</b> Einzelzimmerzuschlag <b>75,- €</b></p> <p><b>Gerne sehen wir einer Buchung entgegen und ganz einfach – rufen Sie uns an!</b></p>
---	---



63863 Eschau  
Wildensee 42  
Tel. 09374/99917  
Fax 99918  
[www.raab-reisen.de](http://www.raab-reisen.de)

<p><b>HAIBIKE</b></p> <p>Seit 1996 sind wir für Sie da. Mo - Fr 16.30 - 18.30 Uhr und Sa 9 - 13 Uhr</p> <p>corravec (W) WINORA HAIBIKE LAPIERRE</p>	<p><b>ALLTRAIL 4 27,5" oder 29"</b></p> <p>Yamaha PW-ST Motor, 70 Nm, 630 Wh Akku verschiedene Rahmen- höhen vorrätig <b>Preis: € 4.399,00</b></p> <p><b>REINER HIRSCH</b> ZWEIRAD-REISEKONZEPTE</p> <p>Wiesenweg 5 - 63863 Hobbach Tel. 09374-99804 <a href="http://www.zweirad-hirsch.de">www.zweirad-hirsch.de</a></p>
---	---

Foto: AdobeStock/NewAfrica

**Bewegung & Fitness | Ernährung, Gesundheit & Entspannung | Schönheit & Wellness  
neue Modetrends | frische Wohnideen und vieles mehr ...**





Leicht und beschwingt in die warme Jahreszeit starten: Dafür sollte der Stoffwechsel gezielt in Gang gesetzt werden.  
Foto: DJD/PADMA/Getty Images/stevecoleimages

# MIT POWER IN DEN Frühling

## DEN STOFFWECHSEL „ANSCHUBSEN“:

### Mit Leichtigkeit und neuer Energie in die warme Jahreszeit

(DJD). Viele Menschen kennen sie, diese Schlapheit im Frühling. Das hat seine Gründe: Ähnlich wie manche Tiere einen Winterschlaf halten, schaltet auch der menschliche Stoffwechsel in der kalten Jahreszeit auf Sparflamme. Der Organismus versucht, bei niedrigeren Temperaturen mit weniger Energie auszukommen, und speichert Fett als Reserve für schlechtere Zeiten. Das kann zu einer Gewichtszunahme führen, aber auch zu besagter Abgeschlagenheit, Verdauungsstörungen und Kopfschmerzen. Spätestens, wenn die warmen Monate nahezuhören, ist es daher Zeit, unseren inneren Turbo wieder anzuschmeißen und neue Power zu aktivieren.

#### Schwung für die Stoffwechselschaukel

Zunächst gilt es, die Stoffwechselschaukel „anzuschubsen“, die im Rhythmus von Tag und Nacht hin- und herschwingt: Tagsüber sorgt eine gute Galleausschüttung für die Fettverdauung, nachts kümmert sich die Leber um den Abbau von Giftstoffen und Stoffwechselprodukten. Die Galle lässt sich auf natürliche Weise mit Bitterstoffen unterstützen – etwa aus Radicchio, Rucola oder Chicorée. Ein kleiner Tipp für mehr Bitterstoffe im Alltag: Chicorée bei Tageslicht aufbewahren, dann färben sich die Blätter leicht grün und der Bitterstoffgehalt steigt. Außerdem sollte man den bitteren Strunk unbedingt mitessen. Die Leberfunktion wiederum wird nachts durch saure Früchte angeregt.

Stoffwechsellurbo: Bitterstoffe etwa aus Artischocken, Rucola oder Granatapfel regen die Gallentätigkeit an.  
Foto: DJD/PADMA/Hans Schubert



#### Drei Tipps für mehr Energie im Frühling

- ✓ Regelmäßige Bewegung in der freien Natur puscht den täglichen Leber-Galle-Zyklus. Durch Steigerung von Puls und Atemfrequenz kann die Ausleitung von Giftstoffen aus dem Körper intensiviert werden. Basenbäder fördern diesen Prozess zusätzlich.
- ✓ Neben langsamem und bewusstem Essen und Kauen kommt es auf die Ernährung an. Sie sollte frisch und möglichst bunt sein mit viel farbenfrohem Gemüse wie Karotten, Blattsalaten, Paprika, Rote Bete und Erbsen. Weitere Tipps unter [www.padma.de](http://www.padma.de).
- ✓ Zuckerhaltige Getränke sind als Süßigkeit zu betrachten und sollten gemieden werden. Das gleiche gilt für Smoothies, die zu viel Fruchtzucker enthalten, sowie für Alkohol. Besser ist Wasser, morgens gerne auch ein Glas warmes Wasser.



## NEU. WOW. DEINER!



100 % elektrisch: Der GWM ORA 03 300.  
statt 38.990 €<sup>1</sup>

nur **27.980 €<sup>2</sup>**

**Nur für  
kurze Zeit!**

**AUTOHAUS SEITZ GWM-STORE**  
im Elektromobilitätszentrum Niedernberg  
Rüttelweg 5, 63843 Niedernberg  
T 06022 27305-55  
Mail: [emob@seitz-autohaus.de](mailto:emob@seitz-autohaus.de)  
Ein Standort der Autohaus Seitz GmbH  
Dieselstr. 4, 63785 Obernburg  
[www.seitz-autohaus.de](http://www.seitz-autohaus.de)

**GWM ORA 03 300, 48 kWh Batterie, 126 kW (171 PS)** Stromverbrauch kombiniert 16,7 kWh/100 km; CO<sub>2</sub>-Emission kombiniert 0 g/km; elektrische Reichweite (EAER) 310 km, innerorts (EAER city) 462 km. **Werte nach WLTP.\*\***

\*\* Alle Angaben wurden nach VO (EG) 715/2007, VO (EU) 2018/1832 ermittelt. Der WLTP-Prüfzyklus hat den NEFZ-Prüfzyklus vollständig ersetzt, sodass für dieses Fahrzeug keine NEFZ-Werte und keine CO<sub>2</sub>-Effizienzklassen vorliegen. Die tatsächlichen Werte hängen ab von individueller Fahrweise, Straßen- und Verkehrsbedingungen, Außentemperatur, Klimaanlageneinsatz etc.; dadurch kann sich der Verbrauch erhöhen und die Reichweite reduzieren. Weitere Informationen unter [ora-motor.de](http://ora-motor.de)

<sup>1</sup>Unverbindliche Preisempfehlung der O! Automobile GmbH, ab Importlager und solange der Vorrat reicht, zzgl. Überführungskosten, Metallic-Lackierung gegen Aufpreis. <sup>2</sup>Unser Aktions-Preis, freibleibend – gilt nur für bei uns sofort verfügbare Lagerfahrzeuge, solange der Vorrat reicht, längstens bis 31.03.2024.



Nicht jede:r hat perfekte Haut. Aber die gute Nachricht ist, das ist vollkommen normal und betrifft fast jeden. Denn: Die meisten Menschen haben Rötungen, Unebenheiten und mit kleinen Pickeln zu kämpfen, die einen bis ins hohe Alter begleiten. Auch ist es kein Geheimnis, dass der Teint während der Wintermonate eine besonders intensive Pflege benötigt. Damit der Teint auch nach der „Saison der trockenen Haut“ wieder mehr Ausstrahlung erlangt, benötigt er jetzt eine spezielle Pflege. Konkret heißt das: Bühne frei für hochwirksame Teint-Booster, die schöne, makellose Haut versprechen – und das ganz ohne Make-up.

Wenn die Haut gestresst ist, macht sie kein Geheimnis daraus – statt prall und rosig auszusehen, zeigt sie sich matt und erschöpft. Ein fahler Teint, blasse Haut oder Rötungen im Gesicht sind oft die Folge von falscher Pflege, Ernährung man die Haut jetzt wieder zum Strahlen bringt? Regel Nummer eins lautet: Feuchtigkeit. Denn der Körper besteht zu 70 Prozent aus Wasser. Jedoch verliert er durch Schwitzen und Wasserlassen permanent an Flüssigkeit. Diese muss anschließend wieder reingeholt werden, denn Flüssigkeitsverlust trocknet die Haut aus und macht sie weniger elastisch.

Das heißt: Zwei bis drei Liter Wasser trinken unterstützen die Haut effektiv von innen heraus. Schon gewusst? Auch im Schlaf regeneriert sich die Haut und beseitigt Spuren von Umwelteinflüssen wie Sonnenstrahlen, Luftverschmutzungen oder auch Kälte, denen man den ganzen Tag über so ausgesetzt ist. Verantwortlich dafür ist ein Wachstumshormon, das im Schlaf produziert wird und die Zellerneuerung ankurbelt. Bei Schlafmangel wird dieses Hormon nicht mehr ausreichend ausgeschüttet – die Haut wird dünner und im wahrsten Sinne des Wortes müde. Genau wie Schlafmangel führt auch Stress zur Ausschüttung des Hormons Cortisol.

Das hat zur Folge, dass der Hautstoffwechsel zurückgefahren wird und sich die oberste Hautschicht langsamer erneuert. Und alte Zellen lassen den Teint matter und fahl erscheinen. Ein Spezialprodukt, das das Immunsystem der Haut stärkt und ausgleichend wirkt, kann helfen. Falten, vergrößerte Poren, Unreinheiten und ein fahler Teint. Manchmal zeigen sich auch gleich mehrere Hautprobleme auf einmal.



Bild: Pixabay

Was dann hilft, sind sogenannte Booster, sprich hochdosierte Pflegeprodukte, die das Hautbild langfristig deutlich verbessern können. Warum? Weil sie gezielt ganz bestimmte Hautbedürfnisse erfüllen und so etwaige Probleme wieder ausbalancieren. Auch hier gilt: Verschiedene Inhaltsstoffe erfüllen verschiedene Bedürfnisse. So spendet Hyaluronsäure eine Extraportion an Feuchtigkeit und verbessern das Hautbild. Kurkuma oder auch Malvenextrakt und Scharbockskraut kaschieren leichte Rötungen. Vitamin C und Retinol (Vitamin A) sind echte Anti-Aging-Heroes. Sie helfen nicht nur gegen Falten, sondern auch bei Unreinheiten und Pigmentflecken. Am besten verwendet man Vitamin C morgens und Retinol abends. Bei der Verwendung dieser beiden Inhaltsstoffe unbedingt an den Sonnenschutz denken! Auch Niacinamid (Vitamin B3) ist ein echtes Allroundtalent, das nicht nur die

Poren optisch verfeinert und wirksam gegen Unreinheiten und Entzündungen ist. Ein weiterer positiver Nebeneffekt: Wer ölige Haut oder Mischhaut hat, profitiert außerdem von der Regulierung des Talgflusses. Für einen straffenden Anti-Aging-Effekt sorgt ein Vitamin-Cocktail. Aber wie wendet man einen Booster eigentlich richtig an? Zuerst das Gesicht mit lauwarmem Wasser anfeuchten, einen sanften Reiniger mit kreisenden Bewegungen einmassieren und mit lauwarmem Wasser abwaschen. Der nächste Schritt ist optional, aber durchaus sinnvoll: Ein Toner reguliert nach der Reinigung den pH-Wert der Haut und bereitet sie perfekt auf die anschließende Pflege vor. Jetzt ist der Booster der Wahl an der Reihe. Einfach etwa drei bis fünf Tropfen davon in die Handfläche geben, diese anschließend komplett auf das Gesicht auflegen und den Booster so von den Handflächen auf

das Gesicht übertragen. Anschließend vorsichtig mit den Fingerspitzen einklopfen. Alternativ können Booster auch mit einem Serum oder einer Creme gemischt und gemeinsam aufgetragen werden. Die Hautpflegeroutine mit einem Serum oder einer Creme sowie Sonnenschutz beenden. Übrigens: Etwas Rouge auf dem höchsten Punkt der Wangen aufgetragen, verleiht dem Teint im Nu einen rosigen Frischekick.

Text: beautypress



Foto: AdobeStock/freewings

**hautnah**  
KOSMETIKSTUDIO  
*Jetzt neu in Trennfurt!*

Sabine Wolz (ehem. Drogerie Kaup)

<b>Regenerationsbehandlung</b>	<b>42,00 €</b>
<b>Luxusbehandlung</b> inkl. Hyaluronsäuremaske mit Arganöl	<b>65,00 €</b>

Trennfurter Str. 117  
Klingenberg OT Trennfurt  
Tel. 093 72/949 12 88

>> 40%  
NACHLASS\*

# Style geht. Style kommt.

Wir schaffen Platz für Neues – Sie erhalten  
40 % Nachlass auf ausgewählte Brillenfassungen!\*

f i

Bildrechte: © Schwind Sehen & Hören

\*Gültig bis 02.03.2024. Diese Aktion ist nicht mit anderen Angeboten kombinierbar.  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Unsere Filialen finden Sie online unter: [www.schwind-sehen-hoeren.de](http://www.schwind-sehen-hoeren.de).  
SCHWIND SEHEN & HÖREN GmbH · Mainparkstraße 12 · 63801 Kleinostheim · Telefon 06027 - 9797000



# MIT POWER IN DEN Frühling

Superfood Hafer: gesund und klimaschonend

Hafer punktet nicht nur bei der Öko-Bilanz in Naturland-Qualität, auch das Merkmal glutenfrei macht ihn zu einem echten Star unter den Getreidesorten.  
Foto: dm drogerie markt/ Naturland/akz-o

## Do-it-yourself-Haferdrink:

### Das braucht man:

- 80 g Haferflocken in Bio-Qualität
- 1 Liter Wasser
- 1 Prise Salz

### Und so geht's:

1. Das Wasser aufkochen und die Haferflocken darin aufquellen lassen und anschließend pürieren.
2. Danach wird der Haferbrei durch ein Baumwolltuch gefiltert, sodass die Flüssigkeit – der Haferdrink – in eine Schüssel tropft und die festen Bestandteile im Tuch zurückbleiben.
3. Das Baumwolltuch gut auswringen, damit keine Flüssigkeit verloren geht. Die fertige Hafermilch ist in verschlossenen Gefäßen im Kühlschrank etwa drei Tage lang haltbar.



*Es geht ganz einfach: Wer seinen Haferdrink selber herstellen möchte, braucht nur drei Zutaten, nämlich Haferflocken, Wasser und etwas Salz. Foto: Christiann Koepke/unsplash.com/akz-o*

(akz-o) Hafer, besonders wenn er bio ist, ist eines der gesündesten Getreide überhaupt und ein wertvoller Nährstofflieferant. Er liefert einen hohen Gehalt an den Vitaminen B1 und B6 sowie viele Ballaststoffe. Er ist zudem leicht verdaulich, regt den Stoffwechsel an und senkt den Blutzucker. Außerdem sättigt Hafer lang anhaltend, ohne zu beschweren. Und er wächst – wie bei vielen Naturland-Bauern – direkt vor unserer Haustür.

### Nischenprodukt Hafer – glutenfrei und klimaschonend

Tatsächlich punktet Hafer nicht nur bei der Öko-Bilanz in Naturland-Qualität, auch das Merkmal glutenfrei macht ihn zu einem echten Star unter den Getreidesorten. Hafer, mit dem richtigen, reinen Saatgut, ist 100 Prozent frei von den Klebeeiweißen, die manche nicht vertragen.

### Übrigens: Nachhaltiger als Bio-Hafer geht kaum

Hafer ist eine sogenannte Gesundungsfrucht, da sie den Böden nicht so viele Nährstoffe entzieht wie andere Getreidesorten und außerdem weniger Wasser benötigt. Das macht ihn auch bei den veränderten klimatischen Bedingungen widerstandsfähiger. Auch gegen Pflanzenkrankheiten ist Hafer resistenter als andere Getreidesorten.

## FAHRSCHULE GROSSKINSKY

### UNSERE INTENSIVKURSE

KOMPLETTEN THEORIE-UNTERRICHT IN SIEBEN TAGEN ABSOLVIEREN!

# 7

Unterricht samstags von 9 bis 12 Uhr  
wochentags von 17 bis 20 Uhr



DIE NÄCHSTEN TERMINE:  
**02. bis 09. 04. 2024**  
**03. bis 10. 06. 2024**  
**29. 07. bis 05. 08. 2024**

BEGRENZTE ZAHL AN PLÄTZEN, BITTE RECHTZEITIG ANMELDEN.



SICHER DIR JETZT DEINEN PLATZ:

**0170/311 5887**



## UNSERE NÄCHSTEN BKF TERMINE

## BERUFSKRAFTFAHRER

- › **Sicher u. professionell unterwegs**  
Samstag, 13. 04. 24, 07. 07. 24, 28. 09. 24
- › **Sozialvorschriften**  
Samstag, 02. 03. 24, 20. 04. 24, 15. 06. 24
- › **Ladungssicherung**  
Samstag, 08. 06. 24, 10. 08. 24, 19. 10. 24,
- › **ECO-Training**  
Samstag, 06. 04. 24, 25. 05. 24, 21. 09. 24
- › **Sicherheitstechnik**  
Samstag, 09. 03. 24, 27. 04. 24, 20. 07. 24

WEITERE TERMINE UNTER [www.fahrschule-grosskinsky.de](http://www.fahrschule-grosskinsky.de)

## Unsere Öffnungszeiten

- ✓ **Eichenbühl**  
Montag, 18 Uhr ▶ Unterricht ab 18.30 Uhr
- ✓ **Amorbach**  
Montag, 18 Uhr ▶ Unterricht ab 18.30 Uhr
- ✓ **Kleinheubach**  
Mittwoch, 18 Uhr ▶ Unterricht ab 18.30 Uhr
- ✓ **Miltenberg**  
Dienstag & Donnerstag, 18 Uhr ▶ Unterricht ab 18.30 Uhr

BEI BEDARF JEDERZEIT ZUSÄTZLICHE UNTERRICHTE.

**4 STANDORTE IN DEINER NÄHE**  
[www.fahrschule-grosskinsky.de](http://www.fahrschule-grosskinsky.de)

# 4







Gesamtzeit: 15 Minuten  
Niveau: Einfach  
Kalorien: 180 kcal (752.4 kJ)

**ROTE-BETE-AUFSTRICH**

**Zutaten**

Für 4 Portionen  
250 g Weihenstephan „Die Streichzarte“ gesalzen  
150 g gegarte vakuumierte Rote Bete  
150 g Feta-Käse  
3-4 Stiele Zitronen-Thymian  
Salz  
Pfeffer

Feta-Käse in grobe Stücke brechen. Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen grob hacken.

Rote Bete, Feta und Thymian unter die Streichzarte rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Zubereitung**

Weihenstephan „Die Streichzarte“ gesalzen mit den Schneebeesen des Handrührgerätes für 3 - 4 Minuten hellweiß aufschlagen.  
Rote Bete in kleine Würfel schneiden.

Aufstrich in verschließbare Gläser füllen und bis zur Verwendung kalt stellen. Dazu schmeckt Putensteak.

Fotovermerk: „Weihenstephan“ by Food & Foto, Hamburg



**Mit Schmerzen leben muss nicht sein!**

**Mit dem Atlas am richtigen Platz.**

Jetzt Termin vereinbaren!

Atlaspraxis  
Roland Zink  
093 71-949 26 12  
01 74-845 24 55  
Kleinheubach



www.atlaspraxis-zink.de

**Körperliche Aktivität macht nicht nur fit, sondern auch gesünder!**

(DJD). Bewegung ist die beste Medizin – das gilt für nahezu jeden Menschen. So trägt regelmäßige körperliche Aktivität zur Verbesserung des Blutzuckerspiegels bei. Darüber hinaus kann Bewegung die Cholesterinwerte senken, den Blutdruck optimieren und den Abbau von Übergewicht fördern. Darum heißt es jetzt runter vom Sofa und aktiv werden!

**Mit kleinen Schritten beginnen**

Gerade wer bislang wenig sportlich war, hat allerdings oft Schwierigkeiten, den richtigen Einstieg zu finden. Am besten beginnt man dann mit kleinen Schritten und nutzt beispielsweise öfter die Treppen statt den Fahrstuhl, macht Besorgungen zu Fuß oder geht nach dem Mittag- oder Abendessen eine Runde spazieren. Nach und nach lässt sich das Pensum steigern. Empfehlenswert sind Sportarten wie Schwimmen, Radeln oder Laufen. Auch regelmäßiges Krafttraining tut gut.



Foto: DJD/www.diabetes.ascensia.de/Getty Images/Michael Heim

**Vorab ärztlich untersuchen lassen**

Noch bevor es mit dem Bewegungsprogramm losgeht, sollte man mit seinem Arzt oder seiner Ärztin sprechen und abklären, wie hoch die Belastung sein darf. Es ist wichtig, seinen Körper gut zu kennen und zu beobachten. So schafft man gute Voraussetzungen für ein sicheres und gesundes Training.

**EASY FITNESS.club**  
LIFESTYLE & SPORT

**6 MONATE FÜR**  
**17.99€\***

**+ 0€\* STARTGEBÜHR**

**JETZT ANMELDEN**

\* Bei Abschluss einer Mitgliedschaft mit einer Erstlaufzeit von 23 Monaten gilt in den ersten 6 Monaten ein mtl. Beitrag i.H.v. 17,99 € anstatt 24,99 €. Zzgl. einmaliger Startgebühr i.H.v. 0 € statt 99,99€ und einer Transpondergebühr i.H.v. 20 €. Alle Preise inkl. 19% MwSt. Ein Angebot der Ak-tiv Fitness GmbH, GF Mustafa Ak

Einsteinstraße 4A • 63868 Großwallstadt • 06022 5097333 • www.easyfitness.club

**EASY FITNESS.club**  
LIFESTYLE & SPORT

**ÖFFNUNGSZEITEN**  
MO-FR 06 - 24 UHR  
SA-SO 09 - 18 UHR

**WAS DICH BEI UNS ERWARTET**

- ERFRISCHENDE GETRÄNKEVIELFALT
- VIELFÄLTIGES KURSANGEBOT
- CARDIOTRAINING
- FIT 22 (GANZKÖRPER-TRAINING IN NUR 22 MIN)
- SOLARIUM & WASSER-MASSAGELIEGE
- DUSCHEN
- PRÄZISE TRAININGS-PLANERSTELLUNG
- INDOOR-CYCLING
- KOSTENLOSE PARKPLÄTZE
- POLE-DANCE
- SPEZIAL-TARIF FÜR U18
- FLEXX-DEHNUNGSZIRKEL
- BODYANALYSE
- WECHSELANGEBOT
- KEINE SERVICE- ODER TRAINERPAUSCHALE

Map showing location: Einsteinstraße 4A, Großwallstadt, near SPARMAXX and INDUSTRIEGEBIET.

QR codes and social media icons (Facebook, Instagram) with the text "folge uns".





2RAD  
EINE MARKENGRUPPE

# Größte E-Bike Auswahl

E-MTB • E-Fully • E-SUR

## Fach-Workshop

Reparatur namhafter Hersteller

## Dienststrad

Unsere Partner



**JOBRAD®**

Aktuelle Infos  
und Angebote auf:



Sie erreichen uns: Telefonisch: 06022 6178 17 , E-Mail: [Elsenfeld@2RAD.de](mailto:Elsenfeld@2RAD.de)

**BULLS®**



**HERCULES**



# ADSTORE

BRUNNEN  
MARKE VON UDO LERMANN

## Verleih in Main Spessart

**• E-Trekking • E-City**

## Werkstatt

**• Inspektion • Ersatzteile**

## Leasing

**Partner:**

**BIKELEASING**

**BUSINESS  
BIKE**



**Demnächst bei uns erhältlich:  
E-Gravelbikes & E-Bikes mit Bosch SX Motor**

ADSTORE.TEAM, Postanschrift: Richard-Wagner-Str. 35 in 63820 Elsenfeld



**KALKHOFF**





# MIT POWER IN DEN Frühling



Bild: AdobeStock/Bryan

Bild: AdobeStock/VanTjian

## Neueröffnung in Miltenberg-Nord

Ab dem **1. März 2024** sind wir von der **Physiotherapie Remedium** für Sie da.

**Terminvereinbarungen** ab sofort möglich unter Tel.: 09371/9182023 von 9 – 14 Uhr (Mo. – Fr.)

Philipp Fleischmann & Team  
Bischoffstraße 4, Miltenberg



Zarte Pastelltöne, bunte Möbel und farbenfrohe Textilien bringen gute Laune und Frühlingsfrische ins Zuhause, während es draußen noch kalt und ungemütlich ist. Dabei muss nicht gleich die ganze Wohnung neu gestaltet werden. Mitunter genügt es, einzelne Accessoires und Deko-Objekte in den neuen Trendfarben geschickt zu platzieren, um frische Akzente zu setzen. Schluss mit Dunkelheit und Kälte. livingpress gibt Tipps, wie man Farbe in den Alltag bringt und dem Wohnbereich mit wenigen Handgriffen einen neuen Look verpasst.

### Farbe und nochmals Farbe

Eine Studie brachte zutage, dass knapp die Hälfte der deutschen Haushalte die Farbe „Weiß“ bei der Gestaltung der eigenen vier Wände favorisiert. Klar, Weiß ist neutral, wirkt wie frisch gewaschen und lässt sich problemlos kombinieren. Aber um wirklich frischen Wind in die Räume zu bringen, braucht man Farbe. Und welche Farbe wäre besser geeignet als Grün, wenn es darum geht, den Wintermuff zu vertreiben und Frühlingsduft ins Haus zu holen.

### Bunte Frühlingsboten

Auch die filigranen Blüten hübscher Innenpflanzen eignen sich bestens als natürliche Dekoration, die in farblich abgestimmten Übertöpfen nicht nur ihren zarten Duft, sondern auch Lebenslust und gute Laune verströmen. Wer die duftneutrale Variante von Blüten und Blättern bevorzugt, verteilt Kissen im „tropical design“ in der Kuschelecke und serviert Kaffee und Kuchen auf den prachtvollen Fantasieblumen eines farbenfrohen Geschirrs, das den Tisch in ein hinreißendes Blütenmeer verwandelt.

Wasser, Säfte oder sommerliche Cocktails schmecken am besten in hochwertigen Kristallgläsern, die mit transparentem Grün oder Pink das Frühjahr vorwegnehmen. Bunte Vasen aus fliederfarbenem oder kirschrotem Glas bringen Blumen gut zur Geltung und eignen sich als elegante Dekorationsobjekte mit Eyecatcher-Potenzial. Zusammen mit farbigen Teeleuchthaltern setzen sie als bunt gemischte Gruppe funkelnde Highlights auf dem gedeckten Tisch und im Interieur.

### Push-up für Bad und Küche

Knallige, leuchtende Farben ziehen alle Blicke auf sich und eignen sich hervorragend als Hingucker für Bad und Küche. Deshalb kommt in diesem Frühjahr niemand an knalligen Farbtönen wie Pink und Orange oder den strahlenden Farben und Mustern Siziliens vorbei, welche sich zum Beispiel auf trendigen Küchengeräten wiederfinden. Besonders die Farbe Rot erzeugt Aufmerksamkeit und erinnert an die züngelnde Flamme des Feuers. Egal ob Wasserhahn, Waschbecken oder freistehende Badewanne – knallige Farbakzente im Bad wirken schon am Anfang des Tages wie ein „Push-up“ für gute Laune, selbst dann, wenn das Frühlingwetter nicht immer mitspielt.

### Designstarke Dekore

Aber natürlich ist vor allem Blau, die Farbe des Meeres, ein zentrales Gestaltungselement in der heimischen Spa- und Wohlfühlweise. Designstarke Dekore, historische Muster und grafische Strukturen für Keramikduschwannen in raffinierten Blautönen werden zum faszinierenden Blickfang und eröffnen neue Möglichkeiten, auch im Bad einen ganz individuellen Stil zu entwickeln. Damit die Farbe Blau nicht zu unterkühlt wirkt, lässt sie sich hervorragend mit freundlichen Naturtönen kombinieren, die dem Raum Wärme und Natürlichkeit verleihen. Sanfte Pastelltöne für Duschwannen und Waschbecken hinterlassen ein herrliches Gefühl von Harmonie und innerer Balance und prägen damit ganz wesentlich das Ambiente des Raumes.

### Zum Dahinschmelzen schön

Pastellfarben kommen auch in anderen Wohnbereichen toll zur Geltung. Helle Abtönungen und Eiscremefarben sind vor allem in der sonnigen Jahreszeit zum Dahinschmelzen schön und verzaubern jede Wohnung. Mint, Apricot oder Vanille – das schmeckt nicht nur gut, sondern sieht auch noch gut aus. Sanfte, meditative Farbtöne in verschiedenen Grauabstufungen oder Beige für Gardinen und Wabenplissees vor den Fenstern sorgen für Komfort und bilden den perfekten Rahmen für ein entspanntes Zuhause. Besonders puristisch wirken Pastelltöne im Zusammenspiel mit klaren, kantigen Formen sowie grafischen Mustern. Kissen, Wanduhren oder Geschirr in zurückhaltender Farbgebung wirken minimalistisch und tragen dem aktuellen Wunsch nach Klarheit und Übersichtlichkeit Rechnung.

Text: livingpress

**STEGERWALD** Inh. Marcus Stegerwald Hartungsstr. 57 • 63937 Weilbach Tel.: 09373 – 85 27 Mobil: 0171 – 74 36 011  
E-MOPED CENTER

SAVE THE DATE

23.03.2024 - Tag der offenen Tür

**Verschiedene Modelle:**

- Elektro-Roller • E-Kleinkraftroller (bis 100 km/h)
- Elektro-Lastenroller • Seniorenmobile

**Öffnungszeiten:**

Mo	: nach Terminvereinbarung!
Di	: 09.30 – 12.00 Uhr
Mi. – Fr.	: 09.30 – 12.00 Uhr u. 14.00 – 18.00 Uhr
Sa.	: 09.30 – 13.00 Uhr

Wir freuen uns auf euch!

Wir verleihen neuen Glanz!

Fassaden-, Dach-, Pflaster- und Photovoltaikanlagen-Reinigung

Profitieren Sie von unserer langjährigen Erfahrung!

Private und gewerbliche Gebäude sind bei uns in den besten Händen.

Photovoltaikanlagen

Saubere Module = Mehr Ertrag!

Ihr Maler- & Verputzerteam

VERST

HW Verst GmbH Maler & Verputzer

Tel. 09372/5254 • [www.verst-gmbh.de](http://www.verst-gmbh.de)

Wir geben POWER, Sie genießen den Frühling!

Foto: AdobeStock/erwinng



## Wunderwaffe Vitamine

Freie Radikale schädigen die Zellen.

Diese hochreaktiven Substanzen, die körpereigene Strukturen angreifen und beschädigen, entstehen ständig im Körper und lassen sich durch Antioxidantien neutralisieren – die bekanntesten sind Vitamin C, Vitamin A und Vitamin E.

Foto: AdobeStock/bit24



Ascorbinsäure – besser bekannt als Vitamin C, der Anti Aging-Klassiker! – hemmt den Kollagenabbau und unterstützt damit die Elastizität und Festigkeit der Haut. Hochkonzentrierte Produkte können sogar die Neubildung von Kollagen in der Haut aktivieren. Das Vitamin – unter anderen enthalten in Zitrusfrüchten, Kirschen oder Paprika – kann auch Pigmentflecken mindern und aufhellen! Der Powerwirkstoff hemmt die Melaninbildung, so entstehen weniger neue Flecken auf der Haut. Außerdem wirkt Vitamin C antioxidant und bindet freie Radikale, welche die Hautalterung vorantreiben, zum Beispiel durch UV-Strahlung entstehen.

Vitamin E, auch Tocopherol genannt, ist nicht minder erfolgreich im Kampf gegen das Alter. Das fettlösliche Vitamin wird ausschließlich von Pflanzen produziert und ist vor allem in Pflanzenölen und -fetten enthalten – in Olivenöl, unverarbeiteten Getreidekörnern, Mandeln und Nüssen. Es stärkt die Schutzbarriere der Haut gegen schädliche Umwelteinflüsse, schützt vor Zellaalterung und stoppt den Wasserverlust.

In Fleisch und Fisch, aber auch in Vollkornprodukten, Eiern, Erdnüssen, Hülsenfrüchten und Datteln ist das als Niacin bekannte Vitamin B3 enthalten. Wie Vitamin E schützt es die Haut vor Feuchtigkeitsverlust, außerdem unterstützt es die Regenerationsfähigkeit der Haut und das Zellwachstum. Es hilft der Haut, Fette zu bilden und beugt Falten vor. Vitamin B9, auch Folsäure genannt, regt die Zellerneuerung der Haut an und ist in Obst- und Gemüsesorten wie Bananen und Mangos, Spinat, Brokkoli und Rosenkohl enthalten. *Text: beautypress.de*

- Wildwurst in vielen Variationen
- Schinken, Bratwurst, Burger
- Braten, Steaks und Spieße

Vom Hirsch, Reh, Wildschwein  
Das perfekte Fleisch zum Grillen  
Cholesterin- und Fettarm - mehr Bio geht nicht

Hofladen immer freitags von 15-19 Uhr geöffnet

**STENGER'S  
WILDKAMMER**

Neubaugasse 16  
63868 Großwallstadt  
0171-1244554

[www.stengers-wildkammer.de](http://www.stengers-wildkammer.de)

### Gesundheitsbuchtipp: Der Faszien-Code – Faszien gesund und elastisch erhalten

„Die Faszie ist weder eine leblose, träge Hülle noch ein magisches Heilmittel. Sie ist vielmehr ein dynamisches Netzwerk, in das alle weiteren Körperbestandteile eingewebt sind und über das wir großen Einfluss auf unsere Gesundheit nehmen können. Die Faszie ist das vielseitigste Gewebe im menschlichen Körper, das in den letzten Jahren verstärkte Aufmerksamkeit erfahren hat.“ So die Autoren Robert Schleip, Heike Oellerich und Miriam Wessels. Prof. Dr. Robert Schleip ist promovierter Humanbiologe, Diplom-Psychologe und einer der führenden Faszienforscher weltweit. Heike Oellerich ist Personal Coach und Trainerin für Gesundheitssport. Miriam Wessels ist Sportwissenschaftlerin, Ausbilderin für Yogalehrer und -therapeuten, Heilpraktikerin und Faszientherapeutin. Diese drei Autoren haben sich intensiv mit den Faszien beschäftigt. Ihrer Meinung nach findet in der Medizin allgemein ein Umdenken statt. Zwischen Erkrankungen und Faszien wird immer mehr ein Zusammenhang gesehen, unter anderem in Bezug auf den Stoffwechsel, aber auch die Interaktion verschiedener Strukturen miteinander wird zunehmend stärker berücksichtigt.

Doch nicht nur die Theorie wird in diesem Ratgeber sehr ausführlich behandelt, es darf die Praxis nicht fehlen. Und diese ist so ausführlich, wie man es selten in solchen Büchern findet. Zu Beginn findet man einen großen Selbstcheck. Ob Hüftbeuger-, Knie-Stirn-, Rumpf- oder Ellenbogen-Strecktest – hier erfährt der Laie, wie es um seine Bewegung bestellt ist. Und gehört man eher zur Elfenfraktion oder zu den Wikingern? Und dann kann mit den Übungen losgelegt werden.



Foto: Riva Verlag

Natürlich dürfen auch Tipps zu gesunder Ernährung nicht fehlen. Welche Nahrungsmittel stärken die Faszien? Denn als Transportbasis ist die Faszie hier eine wichtige Einflussgröße, da die aufgenommenen Nährstoffe durch das Blutbahnsystem im ganzen Körper verteilt und am Einsatzort in die Faszie abgegeben werden.

**Der Ratgeber von Robert Schleip, Heike Oellerich und Miriam Wessels ist im Riva Verlag erschienen und kostet 24 €.**  
(ISBN 978-3-7423-2513-6)  
[Lesen Sie den Beitrag online auf www.meine-news.de/168724](http://www.meine-news.de/168724)

**anders Schön**

Lena Neuberger

## Ganzheitliches Anti-Aging und Wohlbefinden

Faszienlifting – Beauty Taping – Schröpfen – Gua Sha Massage  
Hautpflege Behandlungen & Heimpflege Beratung  
Honigmassage – Klangschalenmassage – Reiki – Aromaölmassage

### Faszien-Lifting-Behandlung

**Faszien-Lifting hilft bei:**

- manuelle Lösung der Verspannung im Bereich der Gesichts-, Nacken- und der Brustmuskulatur
- Wiederherstellung des Blut- und Lymphflusses
- bessere Versorgung vom Gewebe
- Straffung der Gesichtskonturen
- Straffung der Augenlider
- Anhebung der Augenbrauen
- Glättung der Naso-Labialfalte
- Glättung der Stirn- und der Zornesfalte
- Gewebefestigung im Kinn-Hals-Bereich

**Inklusive intensivem Peeling und Vlies-Wirkstoff-Maske ab 39,- bis 139,- €**  
(je nach Anzahl der Behandlungen)

### Ästhetisches Kinesio Tape

**Kinesio Tape hilft z. B. bei:**

- Faltenreduzierung
- Lymphstau
- schlaffem Bindegewebe
- Wassereinlagerungen
- beim Abnehmen
- Milchstau bei stillenden Müttern
- Brust-Straffung

**Beispiel:**  
Stirn ca. 20 Min. 35,- €  
Oberschenkel, Bauch und Arme 60 – 90 Min. 78,- €



**anders Schön**  
in der Altstadt Imkerei  
Hauptstraße147  
63897 Miltenberg

*Termine nach Vereinbarung*  
09371/9489275  
[info@anders-schoen.com](mailto:info@anders-schoen.com)  
[anders-schoen.com](http://anders-schoen.com)



# MIT POWER IN DEN Frühling

Der Garten erwacht:  
Ein Fest für die Sinne im Frühling

Mit kleinen gelben Blüten bezaubern Forsythien im Frühjahr.  
Foto: pixabay.com/akz-o



Foto: AdobeStock/irraways

(akz-o) Mit dem Einzug des Frühlings erwacht die Natur aus ihrem Winterschlaf und der Garten erstrahlt in neuem Glanz. Neue Farben, Düfte und Klänge erfüllen die Luft und laden dazu ein, die ersten warmen Sonnenstrahlen im Freien zu genießen. Doch zunächst muss der Garten auf das bevorstehende Wachstum vorbereitet und gepflegt werden.

Als erstes stehen Aufräumarbeiten an: Abgestorbene Pflanzenteile werden entfernt, Beete von Unkraut befreit und das Laub zusammengeharkt. So schaffen wir Platz für neues Leben und verhindern, dass sich Krankheiten und Schädlinge ausbreiten können. Auch ein Blick auf die Beete und Rabatten lohnt sich: Sind die Beete gut vorbereitet? Gibt es noch freie Flächen für neue Pflanzen oder müssen einige umgesetzt werden?

Ein wichtiger Schritt ist auch die Kontrolle und ggf. Reparatur des Gartenwerkzeugs. Scharfe Scheren und saubere Gartengeräte erleichtern die Arbeit und sorgen für ein optimales Wachstum der Pflanzen.

#### Düngen und wässern

Die richtige Pflege im Frühling umfasst auch das Düngen der Pflanzen. Gerade jetzt, wenn die Vegetation zu neuem Leben erwacht, benötigen die Pflanzen zusätzliche Nährstoffe, um kräftig und gesund zu wachsen. Hierbei ist darauf zu achten, dass der Dünger gleichmäßig und nicht zu übermäßig ausgebracht wird, um Verbrennungen der Wurzeln zu vermeiden. Viele Tipps erhalten Gartenfreunde unter [www.gruen-ist-leben.de](http://www.gruen-ist-leben.de) oder in der Baumschule vor Ort.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist das Wässern der Pflanzen. Gerade in den ersten warmen Frühlingstagen benötigen die Pflanzen ausreichend Wasser, um gut zu gedeihen. Dabei ist darauf zu achten, dass das

Wasser nicht zu kalt ist, da dies den Pflanzen schaden kann. Am besten gießt man am Morgen oder am Abend, wenn die Sonne nicht zu stark scheint und das Wasser nicht sofort verdunstet.

#### Die Gehölze erwachen

Im Frühling erfreuen uns auch die ersten Blüten der Gehölze. Dazu gehören beispielsweise Forsythien, Kornelkirsche, frühblühende Rhododendron-Sorten und Felsenbirne. Sie kündigen den Frühling an und bringen Farbe in den Garten. Es ist wichtig, diese Gehölze richtig zu pflegen, damit sie auch in den kommenden Jahren wieder üppig blühen. Dazu gehört das regelmäßige Schneiden und Auslichten der Sträucher sowie das Entfernen abgestorbener oder kranker Äste.

Mit diesen Tipps und einem liebevollen Blick auf die Bedürfnisse des Gartens steht einem gelungenen Start in die Gartensaison nichts mehr im Wege.



## LÖWER

### ZEIT FÜR GARTENZEIT!

ERWECKE DEINEN GARTEN ZUM LEBEN UND  
GENIESSE DIE FRÜHLINGSFREUDEN!

Der Frühling naht und mit ihm die Vorfreude auf blühende Gärten und duftende Terrassen! Zeit, die Ärmel hochzukrempeln und den grünen Daumen zu aktivieren. Pflanz jetzt eure liebsten Frühlingblüher und Blumenzwiebeln, grabt die Erde um und macht euren Außenbereich fit für einen bunten Frühling. Denn bald heißt es wieder: Ab in den Garten und die Natur genießen!

#### GOLDBACH/AB

» A3 Ausfahrt AB-Ost  
Andreas & Gustav Löwer GbR  
An der Lache 135-137  
Tel. 06021 / 90162-0

Mo.–Sa. 09:00–19:00 Uhr  
Sonntag 11:00–13:00 Uhr

#### ROSSDORF

» Direkt an der B38  
Andreas, Martin und Gustav Löwer GbR  
Heinz-Friedrich-Straße 12  
Tel. 06154 / 69409-0

Mo.–Fr. 08:30–18:30 Uhr  
Samstag 08:30–18:00 Uhr

#### HANAU

» Gewerbegebiet HU-Nord  
Martin und Gustav Löwer GbR  
Oderstraße 1  
Tel. 06181 / 18050-0  
Mo.–Sa. 09:00–19:00 Uhr

#### MÖMLINGEN

» Direkt an der B426  
Löwer GmbH, Andreas Löwer  
Bahnhofstraße 37  
Tel. 06022 / 50893-0  
Mo.–Sa. 09:00–18:30 Uhr  
So 17.03. 13:00–18:00 Uhr

#### SELIGENSTADT

» A3 Abfahrt Seligenstadt  
Martin Löwer  
Dudenhöfer Straße 60  
Tel. 06182 / 290861  
Mo.–Sa. 09:00–18:30 Uhr



## DER PERFEKTE ÜBERGANG: OUTFITS FÜR DEN FRÜHLING

Der Winter ist zwar noch immer präsent, dennoch oder gerade deshalb steigt bei manchen bereits die Vorfreude auf das Frühjahr. Grund genug, um mit winterlichen It-Pieces stylische Midseason-Looks zu kreieren. Wichtig dabei: Einerseits müssen sie wärmen, andererseits aber darf auf unterschiedliche Art und Weise, hier und da der Frühling durchscheinen. Und so geht's ...

Ganz wichtig, bei einem winterlichen Frühjahrsoutfit ist die Handtasche. Mit ihr kann man knallige, kreative Akzente setzen und dem Look eine bestimmte Stilrichtung geben. Eine Henkeltasche verleiht Eleganz, ein Rucksack wirkt sportlich. Genauso lassen sich auch die Jahreszeiten mit einer farbigen Handtasche darstellen. Bunte, farbenprächtige Taschen beispielsweise lassen die blütenprächtige Jahreszeit erahnen. Wer sich lieber mit Schuhen oder Accessoires den Frühling ins Haus holt, kann auf Handtaschen mit gedeckteren Farben zurückgreifen.

Apropos Accessoires: Bunte Regenschirme, stylische Sonnenbrillen, mit denen man lässtig die ersten wärmenden Sonnenstrahlen einfangen kann und Haaraccessoires in romantischen Pastelltönen peppen das Outfit auf und versüßen einem nebenbei die Wartezeit auf die warme Jahreszeit. Auch wenn die Tage wieder länger und die Sonnenstrahlen immer mehr werden, sollte man dennoch nicht ohne

Tamaris  
Cityshopper klein,  
Modell Lisa in oliv



*Wir lieben Farbe!*

Dieser Paul Green Slipper in auffälligem Fuchsia wird durch eine edle Metallicspange an der Vorderkappe akzentuiert.

Bilder: www.fashionpress.de

einen warmen Mantel oder eine wärmende Jacke und Schal aus dem Haus gehen. Wenn man diese in hellen Farbtönen wählt, wirkt das Outfit gleich viel freundlicher als in dunklen, gedeckten Nuancen.

Auch mit bestimmten Schuhen lässt sich ein winterliches Outfit in einen frischen Midseason-Frühlingslook verwandeln. Ballerinas, Pumps und Slippers sind nämlich die perfekten Vorboten für die warme Jahreszeit. Wer es lieber sportlich mag, ist mit weißen Sneakern gut beraten. Sollte für diese Schuhe das Wetter nicht so richtig mitspielen, greift man am besten zu eleganten Stiefeletten und wählt stattdessen eine knallige Handtasche oder hübsche Accessoires. *Text: fashionpress*



## FRÜHLINGSKUCHEN

Etwa 20 Stück, Gelingt leicht, 40 Min.  
Das beste Rezept für einen schnellen Blechkuchen mit fruchtigen Mandarinen – jetzt einfach selbst backen und genießen.

**Zutaten**  
Für das Backblech mit hohem Rand (40 x 30 cm): etwas Fett

**Rührteig**  
1 Backm. Dr. Oetker  
Käse-Sahne-Torte  
100 g weiche Butter oder Margarine  
3 Eier (Größe M)

**Quark-Creme**  
350 g Mandarinen (Abtropfgew.)  
500 g kalte Schlagsahne  
200 ml warmes Wasser  
500 g Speisequark (Magerstufe)  
Dr. Oetker Back- & Speisefarbe grün

**Zum Verzieren**  
Dr. Oetker gehackte Pistazien  
einige Dr. Oetker Zauberhafte Schmetterlinge aus Esspapier  
Dr. Oetker Feine Dekorblüten  
Dr. Oetker Mini Dekorblüten

Zubereitung: 40 Min.,  
Backen: 20 Min.

1. Vorbereitung: Mandarinen auf einem Sieb gut abtropfen lassen. Etwa 20 Mandarinen für die Dekoration beiseitelegen. Backblech fetten. Backofen vorheizen. *Ober- und Unterhitze: etwa 170 °C, Heißluft: etwa 150 °C*

2. Rührteig zubereiten: Backmischung für den Teig in eine Rührschüssel geben. Butter oder Margarine und Eier hinzufügen und alles mit einem Mixer (Rührstäbe) kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe 3 Min. zu einem glatten Teig verarbeiten. Teig auf dem Blech glatt verstreichen und backen. *Einschub: Mitte, Backzeit: etwa 20 Min.* Kuchen auf dem Blech auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

3. Quark-Creme zubereiten  
Schlagsahne steif schlagen. Mischung für die Füllung und Dekorzucker (beides liegt der Backm. bei) mit dem Wasser in einer Rührschüssel zu einer glatten Masse

verrühren. Quark unterrühren, mit Back- und Speisefarbe leicht grün färben und zuletzt die Sahne unterheben. Die übrigen Mandarinen auf dem Boden verteilen und die Quark-Creme darauf verstreichen. Den Frühlingkuchen mind. 1 Std. in den Kühlschrank stellen.

4. Frühlingkuchen verzieren  
Beiseitegestellte Mandarinen als Blüten auf den Kuchen legen und Pistazien aufstreuen. Kurz vor dem Servieren zauberhafte Schmetterlinge und Dekorblüten auflegen. *Quelle: Dr. Oetker*



## Mehr Leistungsfähigkeit!

Bleiben Sie flexibel durch eine Optimierung der Körperhaltung.

Jetzt Termin vereinbaren!

Atlaspraxis  
Roland Zink  
093 71-949 26 12  
0174-8 45 24 55  
Kleinheubach

www.atlaspraxis-zink.de

## Neueröffnung nach Umbau

mit viel neuer Frühjahrsmode und tollen Angeboten

# COCOON

fashion  
Ottostraße 2, Obernburg  
kostenlose Parkplätze vor der Tür

AOK Die Gesundheitskasse. BAYERN

RÜCKEN aktiv  
Mein AOK-Programm für mehr Gesundheit und Fitness

## Sie wollen Ihren Rücken stärken?

Werden Sie Ihr eigener Bewegungscoach mit dem AOK-Onlineprogramm.

[www.aok.de/rueckenaktiv](http://www.aok.de/rueckenaktiv)

Einfach nah. Meine AOK.

## Schwimmbadjahreskarte 2024

Spessartbad in Mönchberg

Vorverkauf vor Ostern 2024

Do., 14.03. und 21.03., 15 – 19 Uhr  
Sa., 16.03. und 23.03., 09 – 13 Uhr  
im **Alten Rathaus**

Zu diesen Terminen können die Schwimmbadkarten mit einem Rabatt von **5% Vorverkaufsrabatt**

erworben werden. Einheimische, Röhlbacher und Eschauer Bürger erhalten einen zusätzlichen Rabatt.

www.spessartbad-moenchberg.de  
**SPESSARTBAD**  
Mönchberg Luftkurort im Naturpark Spessart

Vorbestellungen zu den Vorverkaufsterminen sind leider nicht möglich.



# Jahreswagen + junge Gebrauchte = Schnäppchen!

## Starke Angebote beim Autohaus Seitz

**20x** Mitsubishi Eclipse Cross PHEV  
bereits ab **24.780 €**

Immer inklusive Allradantrieb, umfangreicher Serienausstattung, moderner und sparsamer Antriebstechnik, Automatik, alle Fahrzeuge bereits inklusive ganzjährtauglicher Bereifung.  
EZ 05/22 bis 12/22, Laufleistung 5TKM – 24TKM, verschiedene Ausstattungen und Farben verfügbar

z.B. als **Eclipse Cross 2.4 PHEV Basis 4WD** (132 kW/188 PS Systemleistung), Allrad, Automatik, Sitzheizung, Klimaautomatik und vieles mehr.  
EZ 08/2022, 6.450 km, Farbe Anden-Weiss  
**Preis: 24.780 €**



z.B. als **Eclipse Cross 2.4 PHEV Plus 4WD** (132 kW/188 PS Systemleistung), Allrad, Automatik, Sitzheizung, Klimaautomatik, 18"-LM-Felgen, elektr. Standheizung, LED-Licht und vieles mehr.  
EZ 05/2022, 23.980 km, Farbe Blau Perleffekt  
**Preis: 24.980 €**



z.B. als **Eclipse Cross 2.4 PHEV Select 4WD** (132 kW/188 PS Systemleistung), Allrad, Automatik, Sitzheizung, Lenkradheizung, 360-Grad-Kamera, Klimaautomatik, 18"-LM-Felgen, elektr. Standheizung, LED-Licht und vieles mehr.  
EZ 12/2022, 6.850 km, Farbe Silber Metallic  
**Preis: 29.980 €**



**Eclipse Cross Plug-in Hybrid** Gesamtverbrauch: Stromverbrauch (kWh/100 km) kombiniert 19,3. Kraftstoffverbrauch (l/100 km) kombiniert 1,7. CO<sub>2</sub>-Emission (g/km) kombiniert 39.

**Ausführliche Informationen zu unseren Angeboten online unter:**  
[www.seitz-autohaus.de](http://www.seitz-autohaus.de)

**10x** Kia Sportage GT-Line  
bereits ab **37.980 €**

2WD und 4WD, Top-Ausstattung, Automatik, viele der Fahrzeuge sind bereits inklusive ganzjährtauglicher Bereifung.  
EZ 02/23 bis 06/23, Laufleistung 13TKM – 21TKM, verschiedene Farben verfügbar

z.B. **Kia Sportage GT-Line 1.6 T-GDI** (132 kW/180 PS), Navi, Sitzheizung vorn+hinten, 360-Grad-Kamera, LED-Licht, elektr. Heckklappe, Allwetterreifen und vieles mehr.  
EZ 12/2022, 6.850 km, Farbe Lunar-Silber Metallic  
**Preis 37.980 €**



**4x** Kia Stonic  
bereits ab **17.980 €**

EZ 03/23 bis 06/23, Laufleistung 4TKM – 17TKM, verschiedene Farben, Ausstattungen und Motorisierungen verfügbar

z.B. **Kia Stonic 1.2 Vision** (62 kW/84 PS), Schalter, inkl. Sitzheizung, Klimaautomatik, Rückfahrwarner, Allwetterreifen und vieles mehr.  
EZ 03/2023, 16.250 km, Farbe Aurora-Schwarz Metallic  
**Preis: 17.980 €**



**5x** Kia Ceed SW  
bereits ab **28.390 €**

EZ 06/23 bis 08/23, Laufleistung 12TKM – 20TKM, verschiedene Farben verfügbar

z.B. **Kia Ceed SW 1.5 T-GDI** (118 kW/160 PS), Automatik, inkl. Navi, Sitzheizung, Klimaautomatik, Rückfahrwarner, LED-Licht, elektr. Heckklappe, Allwetterreifen und vieles mehr.  
EZ 07/2023, 18.736 km, Farbe Lunar-Silber Metallic  
**Preis: 28.390 €**



**Kia Sportage 1.6 T-GDI 48V AWD DCT** (Benzin, Automatik), 132 kW (180 PS) Kraftstoffverbrauch kombiniert 6,0 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Emission kombiniert 137 g/km. Effizienzklasse A.

**Kia Stonic 1.2** (Benzin, Manuell), 62 kW (84 PS) Kraftstoffverbrauch kombiniert 5,2 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Emission kombiniert 117 g/km. Effizienzklasse C.

**Kia Ceed SW 1.5 T-GDI DCT** (Benzin, Automatik), 117,5 kW (160 PS) Kraftstoffverbrauch kombiniert 5,8 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Emission kombiniert 132 g/km. Effizienzklasse B.

Jetzt im Autohaus Seitz Gebrauchtwagen-Zentrum Obernburg.



**Autohaus Seitz GmbH Gebrauchtwagen-Zentrum Schaden-Zentrum Elektromobilitäts-Zentrum**  
Dieselstraße 4 im Weidig 35 im Weidig 16 Rüttelweg 5  
63785 Obernburg 63785 Obernburg 63785 Obernburg 63843 Niedernberg

Telefon 06022/71081-0 • E-Mail: info@seitz-autohaus.de [www.seitz-autohaus.de](http://www.seitz-autohaus.de)

# MIT POWER IN DEN Frühling



Foto: AdobeStock/ Prostock-studio

## TIPPS ZUM AUTOKAUF:

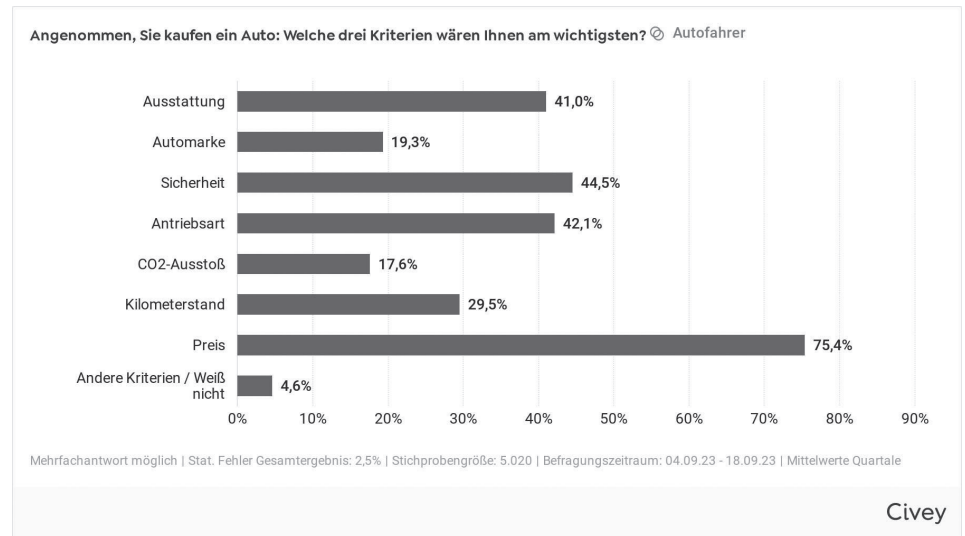
### Daran sollten Kaufinteressierte denken

(DJD). Neu- oder Gebrauchtwagen? Strome oder Verbrenner? SUV, Kombi oder Limousine? Beim Autokauf müssen Verbraucherinnen und Verbraucher viele Entscheidungen treffen. Entscheidend ist für die meisten aber ein gutes Preis-Leistungs-Verhältnis.

**Der Kaufpreis ist wichtig**  
Das zeigt eine repräsentative Umfrage von Civey im Auftrag der DEVK Versicherungen. So haben 75,4 Prozent der Befragten angegeben, dass der Preis für sie beim Pkw-Kauf entscheidend ist, während Aspekte wie Sicherheit (44,5 Prozent), Antriebsart (42,1 Prozent) und Ausstattung (4 Prozent) bei der Wahl eine untergeordnete Rolle spielen. Bei der Entscheidung, ob man eher ein E-Auto oder einen Verbrenner wählt, sollte man jedoch nicht nur die Anschaffungskosten im Blick haben, die bei Stromern aktuell noch über denen von Fahrzeugen mit konventionellem Antrieb liegen, sondern auch die Unterhaltskosten. Generell gehen Expertinnen und Experten davon aus, dass die Preise für die neue Generation von E-Autos, die ab 2025 auf den Markt kommen, stark sinken werden.

**Die Gesamtkosten im Blick haben**  
Schon heute sind Pkw mit Elektromotor bei den laufenden Kosten attraktiver als Verbrenner. So sind die Ausgaben für den benötigten Strom geringer als die für Benzin oder Diesel, wenn man die Möglichkeit hat, sein Auto zu Hause zum optimalen Stromtarif zu laden. Wegen steigender CO<sub>2</sub>-Bepreisung wird sich diese Entwicklung perspektivisch noch verstärken. Außerdem ist die Wartung eines E-Autos weniger aufwändig und somit kostengünstiger. Ein Ölwechsel sowie die Abgasuntersuchung entfallen, dazu fehlen Verschleißteile wie Getriebe, Auspuff und Katalysator. Auch bei der Reichweite der E-Autos, die laut Umfrage bei der Kaufentscheidung ein wichtiges Kriterium ist, hat sich einiges getan.

**Bei der Kfz-Versicherung sparen**  
Auch beim Versicherungsschutz für E-Autos lässt sich sparen. Egal, für welche Antriebsart man sich entscheidet: Beim Kauf von Gebrauchtwagen heißt es: „Augen auf und nie ohne Probefahrt“.



Wer ein Auto kauft, achtet unabhängig von der Antriebsart vor allem auf den Preis. Foto: DJD/DEVK



**meine-news.de-Beitrag »**

Heribert Wolf aus Laudenbach

**Klimawandel im Desinformationszeitalter**

In dem Vortrag gehen wir darauf ein, wie falsche Informationen die Diskussionen über den Klimawandel beeinflussen und verfälschen. Erfahren Sie, wie gezielt eingesetzte Falschnachrichten durch wohlorganisierte Gruppen verbreitet werden, um Gespräche zu verwirren und Maßnahmen gegen den Klimawandel zu behindern. Wir erklären, wie solche Fehlinformationen unsere unbewussten Neigungen und Vorlieben ansprechen, um zu erreichen, dass manche Menschen den Klimawandel nicht ernst nehmen oder sogar abstreiten. Außerdem beleuchten wir, wie neueste Computer-Techniken im Internet und in sozialen Netzwerken dazu beitragen, dass besonders streitbare Themen mehr Aufmerksamkeit erhalten, was die Gesellschaft weiter spaltet.

Diese Veranstaltung finden Sie auf [www.meine-news.de/event/70309](http://www.meine-news.de/event/70309)



Gerhard Eilbacher

3. März 2024  
17:00 Uhr  
Feuerwehrhaus,  
Miltenerger Str. 21,  
63925 Laudenbach

**meine-news.de-Beitrag »**

Caritas Sozialstation  
St. Johannes e.V. Erlenbach

**Gesundheit und Pflege - Neuerungen 2024**

Was bedeuten die Neuerungen in der Pflegeversicherung? Was kommt mit der E-Akte und dem E-Rezept auf mich zu? Brauche ich eine APP? Kann ich für meinen Angehörigen weiter die Medikamente in der Praxis abholen?

Diese und weitere Fragen werden Ihnen bei den Veranstaltungen der Sozialgenossenschaft Digital-Vital e.G. am Mittwoch, 28.02.2024 um 18 Uhr im Foyer der Frankenhalle Erlenbach und am Donnerstag, 29.02.2024 um 18 Uhr im Pfarrheim Mönchberg beantwortet.

Fachkundige Referenten informieren und stehen Ihnen für Ihre Fragen zur Verfügung: Annika Hesse, Stadt Apotheke Erlenbach, Verena Scholz und Dominik Leimeister, BKK Akzo Nobel sowie Gerhard Schuhmacher, Digital-Vital Sozialgenossenschaft e.G.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen und den gemeinsamen Austausch.

Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/168706](http://www.meine-news.de/168706)



**TOP-Arbeitgeber der Region**

**SCHALTE UM AUF AUTOMATIKMODUS UND GESTALTE DIE ANLAGEN VON MORGEN.**

Zur Verstärkung unseres Teams in der **AUTOMATISIERUNGSTECHNIK** bist Du bei uns richtig als:

- **Elektrokonstrukteur (w/m/d)**
- **Elektroniker (w/m/d)**



Die genaue Stellenbeschreibung und weitere Informationen auf: [www.wirl-elektrotechnik.de](http://www.wirl-elektrotechnik.de)

**WIRL** ELEKTROTECHNIK AUTOMATISIERUNG  
Hauptstr. 48a – Kleinheubach – Tel.: 0 93 71/94 94 89-0

Weiterbildungsmöglichkeiten

Flexible Arbeitszeiten

4-Tage-Woche

Prämien

Übertarifliche Vergütung

**Jetzt bewerben:**

[zukunft@wirl-elektrotechnik.de](mailto:zukunft@wirl-elektrotechnik.de)

Schaffe mit uns zusammen intelligente Elektronik- und Automatisierungslösungen für Industrie, Gewerbe und Kommunen.



follow us!

[www.wirl-elektrotechnik.de](http://www.wirl-elektrotechnik.de)

**Werde Teil der ERBACHER the food family!**

Nachhaltige und zukunftsfähige Ernährung zu erschaffen ist unsere Mission, die wir mit Herz und Verstand leben. Deshalb bezeichnen wir uns als Vordenker und Vormacher und arbeiten an vielen Standorten auf der Welt auch genau so: dynamisch, kompetent und auf Augenhöhe.

**Folgende Bereiche warten auf dich:**

- Informationstechnologie/ SAP
- Bau & Technik
- Produktentwicklung
- Qualitätsmanagement/-sicherung
- Produktion
- Einkauf
- Verkauf
- Logistik
- E-Commerce
- Grafik / Mediengestaltung
- Brandmarketing



ERBACHER the food family



Mehr Infos findest du unter [food.family/jobs](http://food.family/jobs)

**Sie möchten Ihr Unternehmen auch als**

★★★★★ **TOP-Arbeitgeber der Region**

**präsentieren?**

**Paket-Leistungen:**

- 7 Stellenanzeigen in unserem Stellenmarkt (wöchentlich anzupassen)
- 1 für Ihr Unternehmen ausgearbeiteter großflächiger PR-Artikel, der nach Absprache mit Ihnen erscheint
- Der PR-Artikel wird zusätzlich dauerhaft auf unserer Plattform [www.meine-news.de](http://www.meine-news.de) veröffentlicht
- Social Media Posting auf Facebook und Instagram (Dauer 7 Tage / 30 km um Ihren Standort)
- Alle Stellenanzeigen erscheinen im Jobportal [www.meine-news.jobs](http://www.meine-news.jobs)

**Interesse?**

Kommen Sie gerne auf mich zu. Ich berate Sie gerne.

Bernd Hoffmann – Verkaufsleitung – Tel. 09371-955-103  
Mail: [bernd.hoffmann@news-verlag.de](mailto:bernd.hoffmann@news-verlag.de)



Menschen erreichen

News Verlag GmbH & Co. KG | Brückenstraße 11 | 63897 Miltenberg | [verkauf@news-verlag.de](mailto:verkauf@news-verlag.de) | [recruiting.news-verlag.de](http://recruiting.news-verlag.de)





# Wir alle brauchen Menschen in Sozialen Berufen

Sichere Jobs – Praxis fürs Leben – Schnell auf eigenen Füßen stehen!



Jobs für Menschen mit Herz

©AdobeStock epiximages

## AUFGEPASST!

Die kath. Kirchenstiftung St. Jakobus Miltenberg sucht für ihren im September 2022 eröffneten Kindergarten St. Franziskus **ab sofort oder zum 01.09.24**



eine **PÄDAGOGISCHE FACHKRAFT** (m/w/d) in Vollzeit oder Teilzeit als **KINDERGARTENLEITUNG**

### Das erwarten wir:

- Eine mindestens 3-jährige Berufserfahrung
- Erste Erfahrungen in den administrativen Aufgaben zur Leitung eines Kindergartens
- Gute Organisation und Struktur der Arbeitsabläufe
- Die Identifikation mit dem christlichen Glauben und dessen Umsetzung
- Die Zugehörigkeit zur katholischen Kirche

### Das erwartet Sie:

- Eine unbefristete Anstellung
- Ein engagiertes und motiviertes Team
- Ein wertschätzendes Arbeitsumfeld
- Eine an Ihre Fähigkeiten individuell angepasste Einarbeitung
- Einen anspruchsvollen Arbeitsplatz mit abwechslungsreichen Aufgaben
- Anstellung und Entgelt nach der Arbeitsvertragsordnung der AVR des Caritasverbandes Würzburg, Jahressonderzahlungen
- Eine Leitungsposition, die sich gut mit der Familie vereinbaren lässt
- Benefits der Caritas
- Arbeitgeberfinanzierte betriebliche Altersvorsorge
- Unterstützung durch die qualifizierte Fachberatung der Caritas Würzburg
- Stetige Fort- und Weiterbildungen

Weiterhin suchen wir **ab sofort**

einen **ERZIEHER** oder **KINDERPFLEGER** (m/w/d) in Teilzeit oder Vollzeit

### Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann freuen wir uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung per Mail an:  
susanne.arnold@kath-kiga-miltenberg.de



➤ **Fachkraft für das bürgerschaftliche Engagement**

➤ **Geschäftsstellenleiter:in für die Gesundheitsregion<sup>plus</sup>**

➤ **Pädagogische Fachberatung im Fachdienst Kindertagesbetreuung**

Die ausführlichen Stellenaussagen entnehmen Sie bitte unserer Homepage oder über den QR-Code:  
[www.landkreis-miltenberg.de](http://www.landkreis-miltenberg.de)



## Soziale Berufe sind ein äußerst vielfältiges Feld

Man kann mit Kindern, Senioren, Kranken oder Menschen mit Beeinträchtigungen arbeiten. Allen sozialen Berufen ist jedoch gemeinsam, dass sie viel Geduld, Hilfsbereitschaft und Mitgefühl erfordern.



# Gute Gründe

## die für einen sozialen Beruf sprechen!

### Die Arbeit zeigt Wirkung

Die Arbeit in sozialen Berufen hat einen direkten Einfluss auf das Leben anderer Menschen. Die Möglichkeit, hier einen positiven Unterschied zu bewirken, bietet eine tiefe Zufriedenheit, die in vielen anderen Berufen nicht zu finden ist.

### Der Job ist abwechslungsreich

Ob Kinder, Senioren, Pflegebedürftige, Menschen mit Beeinträchtigungen oder Patienten im Krankenhaus: Man arbeitet mit Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen, auf die man flexibel reagieren muss. So wird es nie langweilig.

### Stabile Arbeitsplatzsituation

Soziale Berufe sind oft weniger anfällig für wirtschaftliche Schwankungen, da die Nachfrage nach sozialen Dienstleistungen konstant vorhanden ist oder in Krisenzeiten sogar zunimmt.

### Kontakt zu Menschen

Wer Freude am Umgang mit Menschen hat, findet täglich neue Gelegenheiten, Beziehungen aufzubauen und zu pflegen. Genau das Richtige für Menschen, die gerne kommunizieren.

### Man bekommt viel zurück

Die Bestätigung, jemandem geholfen zu haben, bringt ein Gefühl von Stolz und Zufriedenheit mit sich, das weit über den beruflichen Rahmen hinausgeht und auch das persönliche Wohlbefinden steigert.

### Gute Karrieremöglichkeiten

Es gibt zahlreiche Aufstiegschancen, von Managementpositionen in sozialen Einrichtungen über die Selbstständigkeit bis hin zu Lehrtätigkeiten oder Forschungspositionen. Obwohl soziale Berufe oft nicht die höchstbezahlten sind, gibt es zunehmend mehr Förderungen, Zulagen und Möglichkeiten für Spezialisierungen, die finanzielle Anreize bieten.

### Die Arbeit ist fachübergreifend

Als Altenpfleger, Erzieherin oder Pflegekraft arbeitet man oft mit Experten anderer Fachbereiche zusammen. Soziale Berufe erfordern oft ein breites Wissen und Fähigkeiten aus verschiedenen Disziplinen. Dadurch entwickelt man ein vielseitiges Skill-Set, das auch in anderen Bereichen angewendet werden kann.

### Stolz und Motivation

In allen sozialen Berufen kann man am Ende des Tages stolz auf seine Arbeit sein. Das gibt ein gutes Gefühl und motiviert.

Jobs für Menschen mit Herz

Caritasverband für den Landkreis Miltenberg e.V.

## WIR SUCHEN DICH!



**Pflegefachkraft (m/w/d)**  
**Pflegehilfskraft (m/w/d)**

Mehr Informationen online  
[www.caritas-mil.de/karriere/offene-stellen](http://www.caritas-mil.de/karriere/offene-stellen)  
oder telefonisch  
09371 97890



### Pflegeberufe haben Zukunft und bieten viele Einstiegsmöglichkeiten

- ANZEIGE -

Pflegeberufe sind bedeutend: Sie bieten direkte Hilfe für Menschen in Not, fördern Gesundheit und Wohlbefinden. Pflegekräfte spielen eine entscheidende Rolle im Gesundheitssystem und verdienen Anerkennung und Respekt für ihren Beitrag zur Gesellschaft.

#### Pflegekräfte werden gebraucht

Die Anzahl der pflegebedürftigen Personen wird weiter steigen, zumal die Generation der Baby-Boomer nun schrittweise in den Ruhestand geht. Diese Menschen werden in den nächsten Jahren vermehrt Pflegeleistungen in Anspruch nehmen müssen. Das muss nicht immer gleich eine stationäre Pflege sein, sondern es werden auch niederschwellige Hilfsangebote in der Hauswirtschaft und bei anderen täglichen Herausforderungen des Lebens

notwendig sein, z. B. die Unterstützung bei körperlichen Einschränkungen. Arbeitsstellen können Alten- und Pflegeheime, Tagesstätten für alte Menschen und ambulante Pflegedienste sein. Auch private Anstellungen sind möglich.

#### Flexible Ausbildungswege erleichtern den Einstieg

Menschen, die sich beruflich mit diesen Themen beschäftigen möchten, haben vielerlei Möglichkeiten, in die Pflege einzusteigen:

- Pflegehelferinnenschulung (halbtags, ohne Prüfung),
- einjährige Ausbildung zur PflegefachhelferIn oder
- 3-jährige Ausbildung zur Pflegefachkraft (Vollzeit)

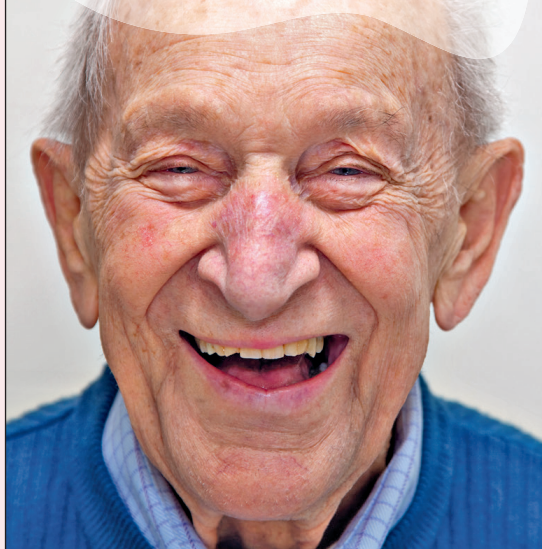
Je nach entsprechenden Bildungsvoraussetzungen oder auch den zeitlichen Freiräumen bieten sich

hier vielerlei Chancen für eine krisensichere berufliche Orientierung. Umschulungen sind ebenfalls machbar und werden – wenn die Voraussetzungen vorliegen – von der Agentur für Arbeit entsprechend gefördert. Auch Weiterqualifizierungen in Leitungspositionen sind möglich und bieten damit gute Aufstiegschancen.

Die Verdienstmöglichkeiten im Pflegesektor sind in den letzten Jahren übrigens kontinuierlich gestiegen. So verdient z. B. eine Auszubildende im ersten Lehrjahr der dreijährigen Ausbildung rund 1200 Euro monatlich. Das bietet nicht jeder Ausbildungsberuf.

Fakt ist: Anders als andere Berufe ermöglicht die Pflege trotz aller Herausforderungen tiefe zwischenmenschliche Erfahrungen, die zur persönlichen Erfüllung und Zufriedenheit beitragen können.

## Ihr Weg in die Pflege



- Sie interessieren sich für eine Tätigkeit in der Pflege?
- Sie betreuen pflegebedürftige Menschen?
- Sie haben Lust auf etwas Neues?

Dann ist das genau das Richtige für Sie:

#### Ausbildung

**Pflegefachmann/frau** 3-jährig und  
**Pflegefachhelfer/in** 1-jährig

Beginn 1. September 2024

**Schulung** oder **Fortbildung**  
an der: **BRK Pflegeschule Untermain**

#### Worauf warten Sie noch?



Informationen und Anmeldung unter:  
**BRK Pflegeschule Untermain**  
Krankenhausstr. 50, 63906 Erlenbach  
☎ 093 72/ 61 29



# MITARBEITER w/m/d IM VERKAUF

für die Betreuung von Bestandskunden  
und zur Neukundengewinnung  
**in Teilzeit gesucht.**

**+++ Deine neuen Kollegen/innen freuen sich auf Dich! +++**

Seit über 35 Jahren bringen wir höchst werbewirksame Printmedien wie das Wochenblatt und das Schaufenster im Landkreis Miltenberg auf den Markt. Wir sind zudem die Herausgeber der Lifft-Säule Buchen und des Online-Portals meine-news.de. Mehr als 60 MitarbeiterInnen und über 450 VerteilerInnen stehen für den Erfolg unserer Kunden ein.

Wir suchen Dich zur Unterstützung unseres Verkaufsteams, um auf Deine sympathische Art unser Team zu bereichern und unsere Kunden von unseren Produkten zu begeistern.

## Worum es geht?

Wir bieten unseren Kunden die passenden Werkzeuge, um ihre Angebote und Dienstleistungen zu bewerben und um neue Mitarbeiter oder Auszubildende zu finden. Von der klassischen Stellenanzeige in unseren Printausgaben (so wie hier) bis zu verschiedenen Onlineprodukten, Social-Media-Kampagnen – Dreh, Schnitt und Veröffentlichung von Imagefilmen – Programmierung von Karriere-Webseiten.

## Klingt spannend? Ist es auch!

### Du hast...

- ... idealerweise Verkaufserfahrung und der Umgang mit Kunden liegt Dir am Herzen?
- ... gute Kenntnisse in den MS-Office-Programmen?
- ... die Fähigkeit, Menschen für Dich zu gewinnen und kannst überzeugend argumentieren?
- ... ausgeprägte Kommunikationsfähigkeiten, Kreativität und Durchsetzungsvermögen?

### Du suchst...

- ... eine langfristige Beschäftigung?
- ... ein kollegiales, modernes Umfeld und nette Kollegen/innen?
- ... Freiraum für kreative Ideen?
- ... eine kompetente Einarbeitung?
- ... die Möglichkeit der beruflichen Weiterentwicklung?

## + Wir freuen uns auf Deine Bewerbung

per E-Mail an [bewerbung@news-verlag.de](mailto:bewerbung@news-verlag.de)  
Dein Ansprechpartner ist unser Verkaufsleiter Bernd Hoffmann.



**news verlag**  
Erfolg gestalten



News Verlag GmbH & Co. KG | Brückenstr. 11 | 63897 Miltenberg | [www.news-verlag.de](http://www.news-verlag.de)

## STELLENANZEIGEN



Malergeschäft  
**Walter & Stefan Schork** GmbH

### Wir suchen als Verstärkung für unser Team

- **Malergesellen** m/w/d
- **Auszubildende** m/w/d als Maler und Lackierer
- **Bauhelfer** m/w/d

### Wir bieten:

- Über tarifliche Bezahlung
- Weihnachtsgeld
- Flache Hierarchien
- 30 Tage Urlaub

Wir sind ein Familienunternehmen in der 5. Generation und führen regional Verputz-, Anstrich- und WDVS-Arbeiten aus.

Auskünfte: **Tel. 0172-5 91 87 82**

[www.malergeschäft-schork.de](http://www.malergeschäft-schork.de)

**DEIN TRAUMJOB**  
auf [meine-news.jobs](http://meine-news.jobs)

- ✓ Vollzeit
- ✓ Teilzeit
- ✓ Ausbildung



**Sie lieben Autos genauso wie wir  
und haben eine Leidenschaft für Kundenservice?  
Dann werden Sie Teil unseres Teams als**

## Serviceberater (m/w/d) in Vollzeit

Jessel-Miltenberg ist autorisierter Citroen- und Peugeot-Vertragspartner. Seit 65 Jahren sind wir mit dem Verkauf von Neu- und Gebrauchtwagen sowie sämtlichen Serviceleistungen für unsere Kunden da.

### Ihre Aufgaben:

- Professionelle Betreuung und Beratung unserer Kunden im Service
- Kalkulation von Unfallschäden
- Koordination von Terminen sowie Organisation von Servicearbeiten
- Enge Zusammenarbeit mit dem Werkstattteam, um optimale Kundenzufriedenheit zu gewährleisten

### Ihr Profil:

- Technisches Verständnis sowie Kenntnisse im Bereich Diagnose und Reparatur von Fahrzeugen
- Teamfähigkeit, Engagement, Freundlichkeit sowie serviceorientiertes und kompetentes Auftreten gegenüber Kunden
- Führerschein Klasse B
- Serviceberater-Weiterbildung wünschenswert

### Was erwartet Sie:

- Eigenverantwortliches Arbeiten
- Kontinuierliche Weiterbildungsmöglichkeiten
- 30 Tage Urlaub
- Urlaubsgeld, Weihnachtsgeld sowie vermögenswirksame Leistungen
- Ein familiäres Team, das gemeinsam mit Ihnen erfolgreich sein möchte

**Wir bieten Ihnen eine interessante und verantwortungsvolle unbefristete Tätigkeit in einem inhabergeführten Familienunternehmen und freuen uns auf Ihre Bewerbung unter [bewerbung@jessel-miltenberg.de](mailto:bewerbung@jessel-miltenberg.de)**



**JESSEL** Miltenberg



63897 Miltenberg-Breitendiel, Odenwaldstraße 2  
Telefon (09371) 40 38-0, Telefax (09371) 40 38-28

[www.jessel-miltenberg.de](http://www.jessel-miltenberg.de)





### Lust auf anspruchsvolle Software?

ITL ist Anbieter einer Speziallösung für die Versicherungsbranche und das Assistancesgeschäft. Namhafte Unternehmen in Deutschland und der Schweiz nutzen unsere Software im täglichen Einsatz. Für ein neues Projekt suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt:

## Java und JavaScript Entwickler (m/w/d)

- Sie besitzen ausreichend Programmiererfahrung, um Aufgaben selbstständig umzusetzen.
- Sie verfügen über viel Engagement und einer strukturierten Vorgehensweise.
- Sie scheuen nicht den direkten Kontakt zu den Fachbereichen unserer Kunden.

**Wir bieten:**

- Eigenständiges Arbeiten bei wachsender Verantwortung in einem kleinen Team.
- Die Möglichkeit eines hohen Home-Office Anteils.
- Vielseitige Aufgabenstellungen in einem sehr interessanten Anwendungsgebiet.

Eine der Verantwortung entsprechende Vergütung und 30 Tage Urlaub sind selbstverständlich.

Interesse? Dann senden Sie bitte Ihre Bewerbungsunterlagen unter Angabe des frühesten Eintrittstermins und Ihrer Gehaltsvorstellung als Mail an Herr Wolfgang Reichert:

**w.reichert@itlsoftware.de**  
**Unternehmerzentrum Miltenberg**  
**ITL Software GmbH, Auweg 27, 63920 Großheubach - www.itlsoftware.de**



Wir sind eine überregional tätige Steuerberatungsgesellschaft mit Hauptsitz in Miltenberg.

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir

## Steuerfachangestellte m/w/d

**Ihr Profil:**

- abgeschlossene Ausbildung zum Steuerfachangestellten
- fundierte Kenntnisse in der Finanz-, Lohnbuchhaltung, Erstellung von Jahresabschlüssen und Steuererklärungen
- DATEV-Kenntnisse wünschenswert

**Das bieten wir Ihnen:**

- eigenverantwortliches Arbeiten und Betreuung von Mandanten unterschiedlichster Branchen
- praxisnahe Fortbildungen
- moderner Arbeitsplatz
- engagiertes und motiviertes Team

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.



Schulz-Arnheiter & Partner  
Steuerberatungsgesellschaft

Steingaesserstr. 17  
63897 Miltenberg  
E-Mail: stb@schulz-arnheiter.de  
www.schulz-arnheiter.de



## Mitarbeiter Montage/Lagerorganisation (m/w/d)

in einem familiengeführten Unternehmen für Komponenten im Maschinenbau

### Ihre Aufgaben

- Montage der kompletten Produktpalette
- Funktions- und Qualitätskontrolle unserer Produkte
- Einlagern von Teilen
- Kommissionieren der Produktionsaufträge
- Buchung im Warenwirtschaftssystem

### Ihre Qualifikation

- Erfolgreich abgeschlossene Ausbildung im Metallbereich
- Erfahrungen im Bereich Vakuumpertechnik (Rohrleitungsbau) wünschenswert
- Hohe Eigeninitiative
- Flexibel, teamfähig, belastbar

### Das erleben Sie bei uns

Eine unbefristete, sichere Arbeitsstelle in einem zukunftsorientierten Unternehmen. Freiraum für selbständiges Arbeiten, innovative Herangehensweisen und spannende Projekte. Angenehmes Arbeitsklima, flexible Arbeitszeiten und Weiterbildungsmöglichkeiten.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns, Sie kennen zu lernen. Bitte senden Sie uns Ihre Bewerbungsunterlagen mit Angabe Ihrer Gehaltsvorstellung und dem frühestmöglichen Eintrittstermin in PDF-Form zu.

JAKOB Vakuumpertechnik GmbH | Daimler Ring 42 | 63839 Kleinwallstadt  
Tel. 06022/2208-37 | E-Mail: bewerbung@jakobvakuumpertechnik.de



**NEWS** Deine Heimatregion im Mittelpunkt auf [www.meine-news.de/kreismiltenbergdigital](http://www.meine-news.de/kreismiltenbergdigital)



## Sachbearbeiter / Fachbetreuer Mobility (m/w/d)

Freudenberg (PLZ: 97896) | Voll- oder Teilzeit | ab sofort

**Ihr Aufgabenbereich:**

**Vertragsbetreuung**  
Zu Ihren Kern-Aufgaben gehört die vollumfängliche Bearbeitung aller Vertragsprozesse im Bereich KFZ-/Flotten-Versicherung.

**Datenerfassung und -pflege**  
Die akkurate Pflege unserer Kundendaten ist das A&O.

**Administrative Aufgaben**  
Sie gewährleisten eine kundenorientierte, wirtschaftliche und effektive Abwicklung von Vorgängen und sind dabei eine lösungsorientierte Schnittstelle zwischen Kunden und Versicherungsunternehmen.

**Ihre Qualifikation:**

**Kaufmännische Ausbildung**  
Sie haben eine abgeschlossene, versicherungsspezifische oder kaufmännische Ausbildung absolviert und Interesse, sich in der Versicherungsbranche fortzubilden.

**Teamfähigkeit und Einsatzbereitschaft**  
Wir sind keine One-(wo)man-Show, nur im Team können wir erfolgreich sein.

**Sehr gute EDV-Kenntnisse**  
Egal ob Word, Excel oder PowerPoint – die Standard-Programme beherrschen Sie aus dem Effeff.

**Ihr Kontakt zu uns**  
Thomas Diversi

Bitte bewerben Sie sich unter Angabe Ihrer Gehaltsvorstellung und des möglichen Eintrittstermins per E-Mail über [info@hausverwaltung-td.de](mailto:info@hausverwaltung-td.de)

**Das sind wir:**  
Wir, die **Handelsvertretung Thomas Diversi**, betreuen unsere Kunden seit über 30 Jahren. Wir betreuen unsere Kunden in einem ganzheitlichen Ansatz und suchen Sie zur Verstärkung unseres Teams. Durch unser „**People First**“-Prinzip stehen die Mitarbeitenden bei uns an erster Stelle. Wir fördern fachliche Expertise in gleichem Maß wie unseren Teamgeist und setzen auf langfristige Beziehungen.



AC

BAU  
GmbH

Wir suchen w/m/d

**MAURERMEISTER/  
VORARBEITER/POLIER****Ihr Profil:**

Abgeschlossene handwerkliche Berufsausbildung, mehrjährige Berufserfahrung, Leitungserfahrung, Führerschein mind. Klasse BE.

**Aufgaben:**

Disposition von Personal, Geräten und Baustoffen. Einweisung und Überwachung der Bauarbeiten. Ansprechpartner vor Ort für Auftraggeber, Lieferanten, etc. Teilnahme an Baubesprechungen. Erstellen von Aufmaßen

- ✓ flexible Arbeitszeiten
- ✓ 30 Tage Urlaub
- ✓ faire Bezahlung
- ✓ Weiterentwicklungsmöglichkeiten
- ✓ abwechslungsreiche Tätigkeiten
- ✓ arbeiten mit modernsten Maschinen

Bewerben Sie sich jetzt: einfach anrufen oder persönlich vorbeischauen.

**Wir freuen uns auf Sie!**

AC Bau GmbH, Ohrnbachtalstraße 7, 63937 Weckbach, 093 73/2064 765  
info@ac-immobau.de, www.ac-immobau.de

## STELLENANZEIGEN

Wir suchen:

**Bereichsleiter in der Gebäudereinigung (m/w/d)**

Ihre Qualifikationen:

- Sie verfügen über praktische Erfahrung als Bereichsleiter
- Idealerweise haben Sie eine abgeschlossene Ausbildung als Gebäudereiniger oder eine vergleichbare Qualifikation bzw. Berufserfahrung im Bereich Dienstleistung, insbesondere Gebäudedienstleistung
- Sie übernehmen gerne Verantwortung und haben Freude am Umgang mit Menschen sowie der Führung und Anleitung Ihrer Mitarbeiter
- Sie arbeiten eigenverantwortlich, selbstständig, strukturiert und besitzen gute Kenntnisse in MS-Office sowie einen gültigen PKW-Führerschein
- Ein seriöses und freundliches Auftreten beim Kunden sowie Teamfähigkeit runden Ihr Profil erfolgreich ab

Wenn Sie Interesse an dieser Aufgabe haben, freuen wir uns auf Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen z. Hd. Herrn Klapper



63820 Großheubach Tel. 093 71 - 657 79  
Industriestraße 27 www.cs-mil.de

**Brigitte's**

Frischfisch &amp; Räucherecke

Deckelmannstr. 3, Obernburg  
www.brigittes-frischfisch.de  
Tel. 06022-86 18

**Suche****Küchenkraft m/w/d**

Deutschkenntnisse  
ab sofort auf Minijob-Basis

**Arbeitszeit:**

nur freitags von 11:00 – 16:00 Uhr

**Servicekraft m/w/d**

Deutsch in Wort und Schrift  
ab 1.4.2024 auf Minijob-Basis

**Arbeitszeit:**

nur freitags 10:30 – 20:00 Uhr

**Kaufmännischer  
Mitarbeiter m/w/d**

in Teil-/Vollzeit  
ab sofort gesucht



Lindenstraße 27  
63906 Erlenbach

Tel. 093 72/93 92 66 10

E-Mail: m.oettinger@elektro-dialog.de



**Fripa**  
Immer eine Lage besser

**Kreativität und Knowhow**

**Produktmanager (m/w/d)**

**Ihre Aufgaben:**

- Entwicklung und Umsetzung von Produktkonzepten zur Erschließung neuer Märkte, Kundengruppen und Vertriebswege
- Betreuung und Weiterentwicklung der etablierten Marken- und Handelsmarkenprodukte
- Prozesssichere Umsetzung von Markt-, Kunden- und unternehmensinternen Anforderungen
- Kontinuierliche Beobachtung und Analyse der Märkte

**Ihr Profil:**

- Wirtschaftswissenschaftliches Studium mit einschlägigem Schwerpunkt oder vergleichbare Qualifikation
- Erste Erfahrungen im Produktmanagement
- Kreative/r Innovationstreiber/-in
- Starke Ergebnisorientierung sowie beharrliche und langfristige Zielverfolgung



Details & Informationen auf: [www.fripa.de](http://www.fripa.de)

Fripa Papierfabrik Albert Friedrich KG - 63897 Miltenberg - Tel.: (09371) 502-545 - E-Mail: personal@fripa.de

**Notare Dr. Stefan Gutheil und Johannes Schwarzmann**

Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams einen motivierten

**Mitarbeiter (m/w/d)**

der unsere **Buchhaltung** ab sofort in Teilzeit/Vollzeit tatkräftig unterstützt.

**Wenn Sie ...**

- Erfahrungen in der Buchhaltung haben
- eine sorgfältige und gewissenhafte Arbeitsweise mitbringen
- gerne in einem Team von motivierten Mitarbeitern arbeiten

**... und Lust darauf haben, ...**

notarspezifische Buchhaltungstätigkeiten, die wir Ihnen gerne beibringen, auszuführen,

**... dann möchten wir Sie gerne kennenlernen.****Wir bieten Ihnen im Gegenzug ...**

- eine angenehme Arbeitsatmosphäre mit moderner Büroausstattung
- eine attraktive Vergütung bei geregelten Arbeitszeiten
- ein Team, bei dem kollegialer Zusammenhalt und gegenseitige Unterstützung im Mittelpunkt stehen
- betriebliche Gesundheitsförderung (Massagen) und
- einen sicheren Arbeitsplatz in einer verlässlichen Branche.

Bei Interesse schicken Sie bitte Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen an:

Notare Dr. Stefan Gutheil und Johannes Schwarzmann  
Burgweg 31, 63897 Miltenberg, info@notare-miltenberg.de





**BACHMANN, HANSEN, SCHUHMAN & PARTNER**  
Partnerschaft mbB

RECHTSANWÄLTE • FACHANWÄLTE  
ASCHAFFENBURG • KLINGENBERG

Wir suchen spätestens zum 01.09.2024 Unterstützung für unseren Standort in Klingenberg am Main

**Auszubildende (m/w/d) zur  
Rechtsanwaltsfachangestellten**

Suchst Du eine Ausbildungsstelle, bei der Dich von Anfang an ein verantwortungsvoller Tätigkeitsbereich erwartet und Du schnell eingearbeitet wirst in alle Aufgabengebiete einer Rechtsanwaltsfachangestellten, dann komm in unser Team.

Gerne freuen wir uns auf Deine aussagekräftige Bewerbung entweder per Post an unseren Standort in **63911 Klingenberg, Hauptstraße 3** oder per E-Mail an [michael.pfeffer@rae-bachmann-hansen.de](mailto:michael.pfeffer@rae-bachmann-hansen.de).

**Kapuzinerplatz 1 | 63739 Aschaffenburg | Telefon 0 60 21 / 38 67 130**  
E-Mail: [kanzlei@rae-bachmann-hansen.de](mailto:kanzlei@rae-bachmann-hansen.de) | [www.rae-bachmann-hansen.de](http://www.rae-bachmann-hansen.de)

**Zweigstelle Klingenberg | Hauptstraße 3 | 63911 Klingenberg**  
Telefon: 0 93 72 / 30 98 | E-Mail: [michael.pfeffer@rae-bachmann-hansen.de](mailto:michael.pfeffer@rae-bachmann-hansen.de)



**Zeit unter Kontrolle haben**

**Personalplaner (m/w/d)**

**Ihre Aufgaben:**

- Koordination der Personaleinsatzplanung
- Unterstützung der Maschinen- und Anlagenfahrer bei der Urlaubsplanung
- Verbesserung des internen Informationsflusses zwischen allen Hierarchieebenen

**Ihr Profil:**

- Erfolgreich abgeschlossene Ausbildung im technischen oder kaufmännischen Bereich
- Mehrjährige Berufserfahrung auf dem Gebiet der Personaleinsatzplanung
- Teamfähig, Kommunikations- und Organisationsstark
- Strukturierte und selbstständige Arbeitsweise

Details & Informationen auf:

[www.fripa.de](http://www.fripa.de)



Fripa Papierfabrik Albert Friedrich KG - 63897 Miltenberg - Tel.: (09371) 502-546 - E-Mail: [personal@fripa.de](mailto:personal@fripa.de)

**Angebote**

**Hausmeister/Gärtner** für Haus mit 6 ETW in Großwallstadt gesucht, ca.6 Std/Monat. Tel. 06022-2654987 o 017657848922

**LKW-Fahrer/-in** in VZ/ unbefristet mit Baustellenerfahrung ab sofort gesucht. Bei Interesse melden Sie sich bitte ☎ 06022 38379 oder per E-Mail [info@baggerbetrieb-giegerich.de](mailto:info@baggerbetrieb-giegerich.de). Mehr Infos über uns: [www.volker-giegerich.de](http://www.volker-giegerich.de)

**IMPRESSUM**



Mit dem meine-news Schaufenster **58.000 Exemplare Gesamtauflage**  
**Herausgeber:** Stefan Rüttiger und Charles Henri Rüttiger  
**Verlag:** news verlag GmbH & Co. KG, Sitz: Miltenberg, Registergericht: AG Aschaffenburg HRA 5478; Persönlich haftende Gesellschafterin: News Direkt GmbH, Sitz: Miltenberg, Registergericht: AG Aschaffenburg HRB 13141, Geschäftsführer: Stefan Rüttiger, Charles Henri Rüttiger, Brückenstraße 11, 63897 Miltenberg, Telefon 09371/955-0, Fax 09371/955-155, E-Mail: [info@news-verlag.de](mailto:info@news-verlag.de), Internet: [www.news-verlag.de](http://www.news-verlag.de)  
**Verlagsleitung:** Stefan Rüttiger, Charles Henri Rüttiger  
**Auflage:** Schaufenster Miltenberg: 25350 Exemplare, erscheint wöchentlich im Altlandkreis Miltenberg  
Wochenblatt Obernburg: 34900 Exemplare, erscheint wöchentlich im Altlandkreis Obernburg  
**Anzeigenschluss** für Werbeanzeigen: Montag, 17 Uhr, Anzeigenschluss für Kleinanzeigen: Montag, 12 Uhr, kostenlose Veranstaltungshinweise Montag, 12 Uhr Gültig ist die Preisliste vom 01.12.2022  
**Anzeigenleitung:** Bernd Hoffmann  
E-Mail: [Anzeigenberatung:verkauf@news-verlag.de](mailto:Anzeigenberatung:verkauf@news-verlag.de)  
**Produktionsleitung:** Ingrid Hornig  
**Redaktionsleitung:** Sabine Rindsfusser  
**Redaktion:** Andrea Kaller-Fichtmüller, Liane Schwab, Katja Bergmann, Roland Schön Müller, Susanne Flicker  
E-Mail: [redaktion@news-verlag.de](mailto:redaktion@news-verlag.de)  
**Vertriebsleitung:** Hans-Peter Kuran  
**Verteilung:** kostenlos an alle Haushaltungen im Verteilgebiet durch eigene Verteilerorganisation – strenge Kontrollen. Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte Fotos, Unterlagen und Manuskripte übernimmt der Verlag keine Gewähr. Leserbriefe können nur mit Angabe des Namens und der vollständigen Adresse abgedruckt werden. Der Verlag behält sich Kürzungen bzw. Ablehnung vor.  
**Private Kleinanzeigen aufgeben unter:** [meine-news.de/kleinanzeigen](http://meine-news.de/kleinanzeigen)

**Wir suchen einen  
schlauen Kopf  
als AZUBI**

- + ORGANISIEREN ist deine Stärke?  
Du arbeitest gerne IM TEAM, GENAUIGKEIT ist dein Ding, du bist NEUGIERIG auf Officeprogramme?  
Du möchtest ORGANISIEREN, dass unsere Zeitungen unsere Leser erreichen, unsere Verteiler ihre LOHNABRECHNUNG erhalten und außerdem Rechnungen in der FINANZBUCHHALTUNG erfassen?



Dann werde

**Kaufmann/-frau w/m/d  
für Büromanagement**

Ausbildungsbeginn  
September 2024

Schnell sein lohnt sich!  
Ausbildungsbeginn auch  
kurzfristig möglich!

- + Schicke Deine aussagekräftige Bewerbung bis 22. März 2024 per E-Mail an: Herrn Hans-Peter Kuran, Brückenstr. 11, 63897 Miltenberg [hans.peter.kuran@news-verlag.de](mailto:hans.peter.kuran@news-verlag.de)



News Verlag GmbH & Co. KG  
[www.news-verlag.de](http://www.news-verlag.de)



## STELLENANZEIGEN

Weitere Stellenangebote auf [www.meine-news.jobs](http://www.meine-news.jobs)

[www.fripa.de](http://www.fripa.de)



**#lustaufzukunft**

**#ausbildungbeifripa**

- Maschinen- und Anlagenführer (m/w/d)
- Fachkraft für Lagerlogistik (m/w/d)
- Papiertechnologe (m/w/d)
- Dualer Student Onlinemedien DHBW (m/w/d)

**Jetzt für 2024 bewerben!**

Bewerbungen bitte online über unser Bewerbungsformular oder per E-Mail im PDF-Dateiformat an [personal@fripa.de](mailto:personal@fripa.de) senden.

Fripa Papierfabrik Albert Friedrich KG · Großheubacher Str. 4 · 63897 Miltenberg · Telefon: (09371) 502-545  
E-Mail: [personal@fripa.de](mailto:personal@fripa.de)


meine-news.de-Beitrag »  
Landratsamt Miltenberg**Kostenlose Online-Veranstaltungsreihe: „Im Job bleiben – wie das Integrationsamt Krebs-erkrankte unterstützen kann“**

Für Krebspatientinnen und -patienten und alle am Thema Interessierten Vortrag mit Diskussion „Im Job bleiben – wie das Integrationsamt Krebs-erkrankte unterstützen kann“ am 7. März von 16 bis 18 Uhr.

**16.00 Uhr Begrüßung**

Dr. Susanne Weg-Remers, Leiterin des Krebsinformationsdienstes, DKFZ

**16.05 Uhr Fragen rund um das Thema Schwerbehinderung bei Krebs**  
Carmen Flecks, Volljuristin, Krebsinformationsdienst, DKFZ Fragen aus dem Publikum

**16.20 Uhr Was kann das Integrationsamt für Krebs-erkrankte leisten?**  
Nadine Bellemann, Fachberaterin für Kündigungsschutz und Begleitende Hilfen im Arbeitsleben, KVJS Integrationsamt Karlsruhe Fragen aus dem Publikum

**18.00 Uhr Ende der Veranstaltung**  
Hier geht es zur Anmeldung: <https://indico.dkfz.de/event/898/>  
Aus Urheberrechtsgründen kann diese Veranstaltung nicht aufgezeichnet werden. Die Präsentationen werden im Anschluss an die Veranstaltung auf der Website zur Verfügung gestellt.

Technische Voraussetzungen: Zur Durchführung der Veranstaltung verwenden wir das Videokonferenzsystem Zoom. Für die Teilnahme benötigen Sie Computer, Laptop, Smartphone oder Tablet mit einem Lautsprecher und eine stabile Internetverbindung. Eine Kamera und ein Mikrofon sind optional, aber nicht zwingend erforderlich. Nachdem Sie Ihre Anmeldung bestätigt haben, erhalten Sie ein bis zwei Tage vor der Veranstaltung den Zugangslink zur Online-Veranstaltung.

Der Krebsinformationsdienst ist ein Angebot des Deutschen Krebsforschungszentrums für Krebspatientinnen und -patienten, ihre Familien und Freunde sowie für alle Ratsuchenden. Ärztinnen und Ärzte beantworten kostenlos alle Fragen zum Thema Krebs in verständlicher Form und auf dem aktuellen Stand der Wissenschaft. Sie erreichen uns telefonisch unter 06221/4203040, per E-Mail ([krebsinformationsdienst@dkfz.de](mailto:krebsinformationsdienst@dkfz.de)) und auch im Chat (<https://www.krebsinformationsdienst.de/chat.php>).

Auch die Webseite des Forschungszentrums, [www.krebsinformationsdienst.de](http://www.krebsinformationsdienst.de), bietet verlässliche Informationen zu Krebs sowie Adressen und Links zu weiteren qualitätsgesicherten Angeboten.

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168379](http://www.meine-news.de/168379)**



Seit 75 Jahren entstehen bei OWA einzigartige Deckensysteme, die nachhaltig für mehr Sicherheit und Wohlbefinden sorgen. In unserem international agierenden Familienunternehmen profitieren Sie von einem zeitgemäßen Arbeitsumfeld mit flachen Hierarchien und individuell ausgerichteten Entwicklungsprogrammen.



**Fach- und Führungskräfte (m/w/d)**  
zum nächstmöglichen Termin:

**Gewerblich-technischer Bereich**  
- Elektroniker für Betriebstechnik

**Kaufmännischer Bereich**  
- Teamleiter Finanzbuchhaltung  
- Customer Service Specialist DACH

**Auszubildende/Duale Studenten (m/w/d)**  
zum 1. September 2024:

**Gewerblich-technischer Bereich**  
- Maschinen- und Anlagenführer  
- Elektroniker für Betriebstechnik  
- Industriemechaniker

**Kaufmännischer Bereich**  
- Fachlagerist

**Duales Studium**  
- Bachelor of Arts (DH) - BWL-Industrie

Alle Informationen und die Möglichkeit zur Onlinebewerbung unter [www.owa.de/karriere](http://www.owa.de/karriere)



## » Recruitingstrategie des News Verlags war für unser Unternehmen ein voller Erfolg «

„In unserem Unternehmen waren drei unterschiedliche Stellen zu besetzen. Der News Verlag hat uns zu den Möglichkeiten einer passenden Recruitingstrategie gut beraten, sinnvolle Vorschläge geliefert und ein passendes Angebot erstellt.“

Die Kombination aus Printanzeige, Onlineveröffentlichungen und einer gezielten Social-Media-Kampagne war ein voller Erfolg, sodass wir passende Bewerbungen erhielten und alle unsere Vakanzen zeitnah besetzen konnten. Im Bereich Recruiting können wir die News Gruppe jedem empfehlen.“



**Heinrich M. Seuffert, Geschäftsleitung  
HMS-HOLZ GmbH, Kleinwallstadt**

Gerne unterstützen wir auch Sie.

Vereinbaren Sie unter  
**09371/955-136**  
Ihren persönlichen  
Beratungstermin.



Menschen erreichen

News Verlag GmbH & Co. KG  
Brückenstraße 11  
63897 Miltenberg  
www.news-verlag.de  
www.meine-news.de

**meine-news.de-Beitrag » Förderverein Grundschule Mönchberg**

### 1. Mönchberger Spielzeugbasar

Der Förderverein der Grundschule Mönchberg e.V. lädt ein am 10. März 2024 von 13 – 16 Uhr zum 1. Spielzeugbasar in die Grundschule (Schulstr. 2, 63933 Mönchberg). Eine Cafeteria ist organisiert. Gerne können Sie sich auch was für zu Hause mitnehmen. Angeboten werden sollen nur Spielsachen, Kuscheltiere, Puzzle, Bücher, Fahrzeuge, Fahrräder, ... Keine Kleidung! Für Infos, Fragen und Reservierungen bitte an Claudia Kafurke (1. Vorsitzende) unter 0175/8330352 wenden.

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/167725](http://www.meine-news.de/167725)

**meine-news.de-Beitrag » Bürgerhaus Obernburg (B-OB)**

### Wir suchen dich! Einladung zum Planungstreffen des Kreativ-Treffs

Im Bürgerhaus soll bald ein neuer monatlicher Treff an den Start gehen, diesmal aber für Erwachsene, die sich gerne kreativ ausleben.

Damit die Angebote auch Anklang bei den Besuchern des Treffs finden und die Organisationsarbeit nicht den Rahmen sprengt, haben wir uns dazu entschieden, Interessierten die Möglichkeit zu geben, ihre eigenen Ideen einzubringen. Wenn du Zeit und Lust hast, die

Organisation von Anfang an zu begleiten und mitzugestalten, dann melde dich gerne zum Planungstreffen am 13. März an und bring viele Ideen mit!

Falls das dein Interesse geweckt hat, schreib uns doch gerne eine Mail oder ruf an, um dich anzumelden oder noch offene Fragen erklärt zu bekommen.

Wir freuen uns auf dich!

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168463](http://www.meine-news.de/168463)



Mehr Reichweite für Ihre Nachrichten & Erlebnisberichte. Termine einfach mitteilen.

**meine-news.de-Beitrag » Bund Naturschutz Kreisgruppe Miltenberg aus Obernburg am Main**

### Exkursionen für Naturliebhaber: Jahresprogramm 2024 des Bund Naturschutz Miltenberg

Naturliebhaber aufgepasst: Der Bund Naturschutz, Kreisgruppe Miltenberg, lädt zu Exkursionen ein. Entdecken Sie die Schönheit und Vielfalt der Natur in unserer Region mit dem Bund Naturschutz (BN)!

Auch im Jahr 2024 bietet der Bund Naturschutz wieder ein vielfältiges Programm an Exkursionen für Naturliebhaber an. Ob Sie Vögel beobachten, Wildblumen entdecken oder die heimische Tierwelt kennenlernen möchten, bei uns finden Sie die passende Exkursion. Erfahrene Naturkenner geben fachkundige Informationen zu Pflanzen, Tieren und den Besonderheiten der jeweiligen Landschaft.

Hier ein Auszug aus unserem Programm 2024:

- 16.03.2024 Faulbach/Breitenbrunn, Biberwanderung (gemeinsam mit dem LBV)
- 07.04.2024 Hausen, Balz der Feldlerche



- 11.05.2024 Mömlingen, Botanische Exkursion
- 09.06.2024 Niedernberg, Führung Schmetterlinge
- 20.07.2024 Amorbach, Libellen Exkursion
- 14.08.2024 Faulbach, Leben im Bach
- 15.09.2024 Klingenberg, Sträucher und Bäume bestimmen

Die Veranstaltungen des Bund Naturschutz sind kostenlos, allerdings ist eine Anmeldung erforderlich.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Alle Termine 2024, detaillierte Informationen und die Anmeldeformulare finden Sie auf unserer Homepage [www.bn-miltenberg.de/veranstaltungen](http://www.bn-miltenberg.de/veranstaltungen)

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme an unseren Veranstaltungen!

Der Bund Naturschutz ist der größte Natur- und Umweltschutzverband in Bayern. Wir setzen uns insbesondere ein für:

- den Erhalt der natürlichen Lebensräume
- die Förderung der Artenvielfalt
- den Schutz des Klimas

Mit Ihrer Unterstützung können wir noch mehr erreichen! Werden Sie Mitglied im Bund Naturschutz Miltenberg oder übernehmen Sie eine Patenschaft.

Weitere Informationen hierzu finden Sie auf unserer Homepage [www.bn-miltenberg.de](http://www.bn-miltenberg.de)

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168361](http://www.meine-news.de/168361)

**meine-news.de-Beitrag » Rainer Schäfer aus Erlenbach a.Main  
Staatliche Realschule Elsenfeld: Rhön-Tour der Forscherklassen**

Nach den Faschingsferien begaben sich die Schülerinnen und Schüler der Forscherklassen 6d und 6e auf eine aufregende Reise in die malerische Region der Rhön. Das Schullandheim in Bischofsheim bot nicht nur eine willkommene Abwechslung vom Schulalltag, sondern ermöglichte auch ein einzigartiges Lernumfeld für naturwissenschaftliche Untersuchungen.

Eine der faszinierendsten Aktivitäten während des Aufenthalts war zweifellos die Erforschung der lokalen Wasserökosysteme. Unter der Anleitung erfahrener Wissenschaftler begaben sich die Schüler in den Bach, um Kleinstlebewesen zu sammeln und zu analysieren. Mit Kescher und Lupe bewaffnet, tauchten sie ein in die faszinierende Welt der Mikroorganismen. Nachdem die Proben gesammelt waren, wurde das Labor zum Schauplatz weiterer Entdeckungen. Unter dem Mikroskop wurden die Kleinstlebewesen genauestens untersucht und bestimmt. Die Schülerinnen und Schüler lernten nicht nur verschiedene Arten von Wasserorganismen kennen, sondern gewannen auch Einblicke in ihre Lebensräume und biologische Funktionen.

Eine weitere spannende Forschungsaktivität fand im Labor statt, wo die Schüler die Löslichkeit von Gasen untersuchten. Durch sorgfältige Experimente und Messungen lernten sie die physikalischen Eigenschaften verschiedener Gase kennen und erfuhren, wie sie sich in Wasser lösen.

Neben der Erforschung von Kleinstlebewesen des Baches und der Laborarbeit zur Löslichkeit von Gasen konnten die Schüler auch an spannenden Aktivitäten wie Geocaching teilnehmen. Dabei erkundeten sie die Umgebung auf spielerische Weise und lernten die Natur und die Geschichte der Region kennen. Darüber hinaus sorgten lustige Film- und Spieleabende für eine entspannte Atmosphäre und stärkten den Zusammenhalt innerhalb der Gruppe. Diese abwechslungsreichen Aktivitäten trugen dazu bei, dass die Schullandheimfahrt zu einem unvergesslichen Erlebnis wurde und die Schüler mit vielen positiven Erinnerungen und neuen Erfahrungen nach Hause zurückkehrten.

*Violetta Vogel, Klassenleiterin der 6d*

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168628](http://www.meine-news.de/168628)



Auf der vorsichtigen Suche nach Kleinstlebewesen im Bach.

Foto: Violetta Vogel



meine-news.de-Beitrag » Karlheinz Paulus aus Mainbullau

## Klimaneutrales Bayern 2040 – Ärmel hochkrepeln, aber zackig

Detlef Fischer, Hauptgeschäftsführer und Mitglied des Vorstandes Verband der Bayerischen Energie- und Wasserwirtschaft e.V., referierte auf Einladung der Energiegenossenschaft Untermain darüber, was für ein klimaneutrales Bayern bis 2040 zu tun ist. Er führte aus, was alles zu tun ist und welche Auswirkungen dies auf uns, unseren Heizungskeller, unser Auto, unsere Industrie und unseren Urlaub hat. Viele Bereiche des täglichen Lebens sind durch Energiewende betroffen. Bayern soll bis spätestens 2040 klimaneutral sein, so das erklärte Staatsziel im Bayerischen Klimaschutzgesetz. Die Volkswirtschaft muss bis dahin so umgebaut sein, dass keine klimaschädlichen Gase wie Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>) mehr in die Atmosphäre ausgestoßen werden.



Am 15.04.23 ist das letzte Kernkraftwerk in Bayern vom Netz gegangen. Er führte aus, dass ganz egal, wie man zur Kernkraft stehen mag, sie steht uns in Deutschland bis 2040 nicht zur Verfügung, von der Kernfusion mal ganz zu schweigen. Wir verfügen weder über die technischen Möglichkeiten und Strukturen noch über das entsprechend qualifizierte Personal für diese Technologien. „Was man im Falle der Kernkraft 20 Jahre lang demontiert hat, kann man nicht einfach auf Knopfdruck am besten noch zum Nulltarif wiederherstellen“, sagte Detlef Fischer,

Hauptgeschäftsführer des Verbandes der Bayerischen Energie- und Wasserwirtschaft e.V. – VBEW. Das Abscheiden und unterirdische Speichern von CO<sub>2</sub> ist in Deutschland nur zu Testzwecken erlaubt. Aus dieser Logik heraus bleiben im Grunde nur die erneuerbaren Energien, um Bayern ab 2040 mit Energie zu versorgen. Das gilt in letzter Konsequenz auch für alle nach 2040 importierten Energieträger. Nur ein massiver Ausbau von Fotovoltaik und Windkraft kann unser Energieproblem helfen zu lösen.

Der VBEW hat seine Positionen zur Energieversorgung mit erneuer-

baren Energien geschärft. In der aktualisierten Fassung wird das notwendige Zusammenwirken aller erneuerbaren Energieträger und energieverbrauchenden Sektoren zu einem volkswirtschaftlich sinnvollen Energieversorgungssystem betont. Wie bisher auch, hilft ein breiter Energieträgermix bei den erneuerbaren Energien die Versorgungssicherheit möglichst wirtschaftlich zu gewährleisten. Wasserkraft, Sonnen- und Windenergie, Biomasse, Geothermie und Umweltwärme müssen in Zukunft die Energieversorgung sicherstellen. Damit der aus erneuerbaren Energien erzeugte Strom möglichst ohne Umwandlungsverluste direkt zum Verbraucher kommt, ist der massive Ausbau der Übertragungs- und Verteilernetze in Deutschland und Bayern notwendig. Zusätzlich werden Speicher und CO<sub>2</sub>-neutrale Kraftwerke benötigt, die immer dann die Versorgung sicherstellen, wenn die Erneuerbaren nicht genug Energie direkt bereitstellen. Wasserstoff kann zum Gamechanger für die Energiewende werden und neue Möglichkeiten insbesondere zur mittel- und langfristigen Stromspeicherung schaffen sowie in allen Verbrauchsbereichen Lösungen bereitstellen, in denen die Elektrifizierung nicht sinnvoll möglich ist.

Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/168508](http://www.meine-news.de/168508)

meine-news.de-Beitrag » Landratsamt Miltenberg

## Betreuerinnen und Betreuer für Freizeitaktionen 2024 gesucht!

Die Kommunale und präventive Jugendarbeit im Landkreis Miltenberg sucht junge Leute, die in den Sommerferien Lust und Zeit haben, Kinder im Alter zwischen 6 und 12 Jahren bei verschiedenen Aktionen zu betreuen.

Es wird eine intensive Vorbereitung und Schulung, eine Aufwandsentschädigung und bei Bedarf natürlich eine Praktikumsbescheinigung bzw. eine Bestätigung der ehrenamtlichen Tätigkeit für Bewerbungen etc. geboten.

Studierende, Praktikantinnen und Praktikanten von Hochschulen,

Fachakademien usw. können dieses Angebot selbstverständlich auch nutzen. Das Altersspektrum der Betreuerinnen und Betreuer liegt zwischen 16 und ca. 26 Jahren. Interessierte melden sich bitte bei der Kommunalen und Präventiven Jugendarbeit, Simon Schuster, Telefon 093 71/501-140, E-Mail [simon.schuster@lra-mil.de](mailto:simon.schuster@lra-mil.de). Weitere Informationen zur Kommunalen Jugendarbeit unter: [www.jugendarbeit.kreis-mil.de](http://www.jugendarbeit.kreis-mil.de).

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168382](http://www.meine-news.de/168382)

## meine-news.de-Beitrag » Marco Farrenkopf aus Erlenbach a.Main Racing Team Farrenkopf stellt neues Fahrzeug der Saison 2024 vor

Am Samstag, 17.02.2024 feierte das Racing Team Farrenkopf aus Erlenbach am Main den Klassensieg des KW BergCup in der Gruppe H/E1/FS bis 1150ccm im Jahr 2023.

Der Termin wurde bewusst so spät gelegt, um das neue Einsatzgerät für die neue Saison 2024 vorzustellen. Fast alle geladenen Gäste haben sofort zugesagt, somit konnten die 55 Anwesenden den neuen Silver Car S2 evo bestaunen.

Der S2, der mit einem Motorradmotor Suzuki GSXR 1000 R aus-

gestattet ist, dürfte mit nur 500 kg, über 200 PS und einer max. Drehzahl von 14.300 U/min. deutlich schneller sein als der bisherige Peugeot 206.

Live erleben können Sie den Silver Car S2 im Rahmen des KW BergCup 2024 an Bergrennen in Deutschland, Österreich, Luxemburg und in der Schweiz. Oder besucht uns beim Heimrennen des MSC Erftal in Eichenbühl am 07. & 08.09.2024.

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168337](http://www.meine-news.de/168337)



meine-news.de-Beitrag » Caritas Landkreis Miltenberg aus Miltenberg

## Dreiteiliges MPU-Vorbereitungsseminar im Franziskushaus

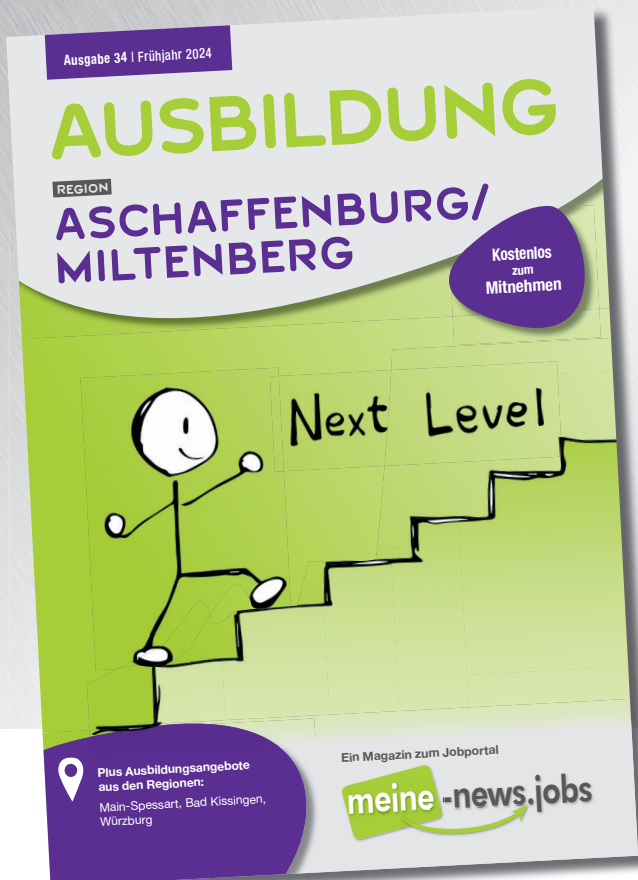
Erneut gibt es ein Seminar zur Vorbereitung auf die medizinisch-psychologische Untersuchung (MPU). Der dreiteilige Kurs soll Menschen helfen, denen eine MPU nach Führerscheinverlust bevorsteht. Ein kostenfreier Infoabend im März bietet die Chance, die Eignung dieses Seminars für die eigene Führerschein-Angelegenheit zu erörtern. Um die notwendige geänderte Einstellung zu erreichen und damit die MPU zu bestehen, wird Herr Christof Nasemann als früherer langjähriger Mitarbeiter der Psychosozialen Suchtberatungsstelle dieses Seminar anbieten. Nach den Erkenntnissen des Kursleiters aus den vergangenen drei Jahrzehnten verbessert sich durch die Seminarteilnahme am Seminar die Chance deutlich, den Führerschein wieder zu erhalten. Die Gruppengröße

ist begrenzt. Interessenten erhalten die Möglichkeit, sich bei einem unverbindlichen und kostenfreien Vorgespräch über die Inhalte des MPU-Vorbereitungskurses zu informieren. Dabei kann auch geklärt werden, ob der Kurs für die interessierten Personen die geeignete Maßnahme ist.

Ein solcher Informationsabend findet statt am Montag, 04. März ab 19 Uhr im Miltenberger Franziskushaus am Engelplatz, Hauptstr. 60. Das Seminar selbst beginnt am 16. März und umfasst drei Samstagvormittage im zweiwöchentlichen Abstand. Eine Anmeldung ist ab sofort unter der Telefonnummer 093 71/978940 möglich oder mittels Email an [nmpu@ch12.de](mailto:nmpu@ch12.de) bzw. persönlich beim Vorgespräch.

Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/168694](http://www.meine-news.de/168694)

## Das gehört auf den Lehrplan!



Das neue Magazin für die Berufsorientierung ab nächster Woche in allen Schulen!

Jetzt schon online:



newsverlag  
Erfolg gestalten

Brückenstraße | Miltenberg



KFZ-MARKT

Neu- und Gebrauchtfahrzeugmarkt

KLEINANZEIGEN



**auto Schenk GmbH**

Ihr kompetenter Partner mit persönlichem Einsatz

- TÜV + AU täglich
- Unfallinstandsetzung
- eigene Lackiererei
- VW-Service
- Inspektion
- Klima-Service
- MTM-Tuning
- Glasreparatur

**www.auto-schenk-gmbh.de - Tel. 09371/2751**     **Miltenberger Str. 60 63920 Großheubach**

**- ANNAHMESTELLE -**

**ANKAUF VON BUNTMETALLEN**

- Kupferkabel auch mit Ummantelung
- Kupfer
- Aluminium
- Späne
- Edelstahl
- Zink
- Schrott
- Messing
- Hartmetall

**Jeden Samstag von 9 - 12 Uhr geöffnet**  
**!!! Werktags gerne nach Termin, auch nach Feierabend !!!**

**Obernburger Straße 16, 63925 Laudenbach**  
 (früheres Autohaus Link, im Ort)

**Thomas Gerhardt**  
 Metallhandel - Entsorgungen - Container  
**Tel.: 0 93 72 / 94 06 60**

**Fantic XMF 125 Competition 2021**



EZ 06/21, 125 ccm, 15 PS, Getriebe: Manuell, TÜV 07/25, 7800 km, Kettensatz neu **3.850 €**

Anfragen bitte per WhatsApp  
**Mobil: 0152-31 98 93 90**

**KFZ-Angebote**

**OPEL ASTRA.1.6** BI-Turbo Sports Tourer, Innovation. 160PS, 04/2016, weiß, Schaltg.149.600km, Diesel, TÜV 07/25, Lederausst., Turbolader u.Ladeluftkühler neu. Top Zustand Preis VHB Tel.06293-7843

**Suche Fahrzeuge** aller Art, Autos, Transporter, Schlepper, Anhänger, Wohnwägen, Bagger, auch mit Mängel/Motorschäden. Bitte alles anbieten.Tel. 0171 8782906

**KFZ-Kaufgesuche**

**!!SucheMercedes!!** Zustand, Alter, Model und Km egal Auch ohne Tüv, mit Mängel oder Unfall --- -€€--€€--€€-- Tel. 0157 37 919 360

**SUCHE BMW- od. Mercedes** Diesel od. Benziner spielt keine Rolle. Gerne können Sie mir auch ein anderes Fabrikat anbieten ☎ 0176-22051453

**Auto Lardas**  
 Zertifizierter Verwerterbetrieb

Kauft Unfall- u. TÜV- abgelaufene Autos, holt günstig Schrottautos. Verkauf von Gebrauch- und Neuteilen

**Großwallstadt**  
 Tel. 06022/21717  
 Fax 06022/24584  
 www.auto-lardas.de

**Wohnmobile & -wagen**

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen**

**Tel. 03944-36160**  
**www.wm-aw.de Fa.**

**Sonstige**

**SUCHE Motorrad**, Quad, Moped, Puch, Zündapp, Hercules, Enduro, auch mit Defekt Oder Ohne papiere und Schlüssel alles anbieten, Sofort abholen 0171/1728196

**Haus & Garten**

**Bautrocknung**

Feuchtemessung  
 Gerätevermietung

**NEBEL** 63820 Eisenfeld  
 RAUMLUFTTECHNIK 06022/7770

**Hobby Bastler !!** Sucht Ältre Motorräder Mofas Mokick Quad usw Alter und Zustand Sind Egal Auch Ohne Schlüssel oder Papiere Bitte Alles Anbieten . 0176/64604756

**2 Jahre abgelagertes trockenes Brennholz**

**Buche, Fichte geschnitten**

**Fichte 1 Ster 90,- €**  
**Buche 1 Ster 130,- €**

**H. Bauer**  
**Tel. 0160/94780895**

**STIHL Motorsäge** gesucht, gerne auch älter und reparaturbedürftig. Tel.: 0160 - 8042699

**Hobby & Freizeit**

**Künstlerin kauft**

Zinn aller Art für kreative Gestaltungen

**Zahle sehr gute Preise**  
**Tel. 09391-9370672**

**Such Von Privat** Ein Ältres Auto Transporter Oder Lkw Auch Ohne Tüv Bitte Alles Anbieten . 0176/64604756

**Sonstiges**

**Ankauf Schrott** Und Metalle !! Kupfer Messing Kabel Kfz Batterien Usw ! Wir Erledigen Auch Entrümpelungen Und Entsorgungen Jeder Art . 0176/84824395

**Achtung kaufe** alte Näh und Schreibmaschinen Zinn Tafelsilber Porzellan alte Armband und Taschenuhren alte Bierkrüge Münzen sowie Schmuck tel 015737745363

**Nettes Team** sucht eine zuverl. Bürokräft in MIL. Kurzbewerbung bitte an sandra@dr-streng.de

**Ankauf Von** Antiquitäten Und Kunst !!Möbel Gemälde Porzellan Krüge Bronze Figuren Musikinstrumente Uhren Zinn Silber Modeschmuck Briefmarken Münzen Sowie Komplette Nachlässe ! 06051/9071099 0172/4097614 !! Herr Schmitt

**KLEINANZEIGEN** ganz einfach aufgeben!  
 meine-news.de/anzeigen

**Flotter MINI zu verkaufen, Top-Zustand**

Zulassung 15.12.2011, KM-Stand 128.000, Diesel 110 PS

**Extras:** Zentralverriegelung, Sitzheizung, Klimautomatik, Schiebedach, elektr. Fensterheber, Multifunktionslenkrad, Sitzheizung, Xenonscheinwerfer, Nebelscheinwerfer, Harman Kardon-Anlage, inkl. Winterreifen, Allrad, sicher und zuverlässig

**Preis 8.800 €**

Zu besichtigen bei Auto Schenk, Großheubach, Miltenberger Straße 60, Tel. 09371/2751

meine-news.de-Beitrag » Jenniffer Hartmann aus Miltenberg

**Kintsugi – oder ... die Kunst, (Lebens)brüche zu vergolden**

Kintsugi ist eine japanische Töpfer-Handwerkskunst, hinter der die Philosophie steht, dass Zerbrochenes seinen Wert nicht verloren hat, sondern mit Hingabe, Geduld und der richtigen Technik wieder zusammengesetzt und die Brüche sogar vergoldet werden können. Die Philosophie dahinter wird Wabi Sabi genannt und bezeichnet die Perfektion der Unvollkommenheit. Es geht auch darum zu erkennen, dass es eine Entscheidung sein muss, sich dran zu machen, Scherben, die Schicksalsschläge im Leben hinterlassen haben, wieder zusammenzusetzen. Es ist ein aktiver Prozess, bei dem ich Sie begleiten kann. Im Frühjahr/Sommer 2024 besteht wieder die Möglichkeit, in verschie-

denen VHS-Kursen in Miltenberg, Erlenbach und Würzburg sowie im Martinushaus in Aschaffenburg Kintsugi selbst auszuprobieren. Ich bin Jenniffer Hartmann, Dipl.-Sozialpädagogin (FH) und Trauer- und Lebensbegleiterin mit eigener Praxis, und ich biete zu verschiedenen Terminen einen Kintsugi-Kurs an. Im Kintsugi werden die Bruchstücke mit einem speziell angerührten Kleber fixiert und vergoldet. Urushi-Lack heißt er. In den Kursen werden wir eine abgewandelte Technik anwenden, da die Herstellung und die Trocknung von Urushi mehrere Monate braucht. Wenn Sie neugierig sind und sich auf diese Art der Meditation einlassen möchten, dann melden Sie sich ein-

fach bei den entsprechenden Volkshochschulen an.

**Termine:**  
 Samstag, 02.03.2024 10 bis 12.30 Uhr, Domkellerei Miltenberg (buchbar über VHS Miltenberg)  
 Donnerstag, 07.03.2024 18:30 bis 21.30 Uhr, Martinushaus Aschaffenburg (buchbar über das Martinushaus)  
 Freitag, 19.04.2024 19 Uhr bis 21 Uhr, Atelier 4.0 in Mömbris (buchbar über die Trauerwerkstatt Miltenberg)  
 Samstag, 08.06.2024 10 – 12 Uhr, ev. Gemeindehaus, Erlenbach (buchbar über die VHS Erlenbach)

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/168094](http://www.meine-news.de/168094)**


meine-news.de-Beitrag » Landratsamt Miltenberg

**Flursäuberungsaktion am 23. März 2024**

Die kommunale Abfallwirtschaft des Landkreises Miltenberg veranstaltet in diesem Jahr mittlerweile 23. landkreisweite Flursäuberungsaktion „Wir räumen unseren Landkreis auf.“ Am Samstag, 23. März 2024, werden daher wieder viele Helferinnen und Helfer gesucht, die in ihrer Kommune die Landschaft von hässlichen Abfallablagerungen befreien möchten. Besonders Vereine, Jugendgruppen, Schulklassen, aber auch Privatpersonen, sind herzlich willkommen, mit ihrem Einsatz dazu beizutragen, die Natur lebens- und liebenswert zu erhalten. Alle Unterstützerinnen und Unterstützer werden gebeten, sich bis spätestens Freitag, 8. März 2024, bei ihrer Stadt- oder Gemeindeverwaltung zu melden. Die Verwaltung erteilt Auskunft, wo in ihrem Gemarkungsgebiet am dringlichsten Handlungsbedarf besteht. Wer

als Verein, Gruppe oder Schulklasse bei der Flursäuberungsaktion mitwirken möchte, sollte der Stadt- oder Gemeindeverwaltung zudem die ungefähre Zahl der Helferinnen und Helfer zu benennen. Rückfragen zur Flursäuberungsaktion beantworten neben Stadt- und Gemeindeverwaltungen im Landratsamt auch Marc Hägele (Telefon 09371/501-380, E-Mail marc.haegle@lra-mil.de). Die kommunale Abfallwirtschaft hofft, dass sich auch in diesem Jahr wieder viele freiwillige Helferinnen und Helfer melden werden, um zum Erfolg der Gemeinschaftsaktion beizutragen. Sollte die Aktion im März nicht wie geplant stattfinden können, werden die teilnehmenden Städte, Märkte und Gemeinden rechtzeitig informiert. **Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168544](http://www.meine-news.de/168544)**






# Niemand vermittelt weltweit mehr Immobilien als RE/MAX®

## Verkaufen Sie mit der Nr.1 !!!

www.remax-obernburg.de



<p style="text-align: center;"><b>Neues Objekt</b></p> <p style="text-align: center;"><b>keine Käuferprovision</b></p> <p style="text-align: center;"><b>1-2 FH</b> großer Hofraum m. Garage &amp; Nebengebäude *zusätzl. Scheune &amp; Grundstück m. ca. 350 m² mögl. !</p>  <p style="text-align: center;"><b>Röllbach</b> 4-6 Zi., 158 m² Wfl., ca. 422 m² Grund (Haus m. Hofraum), Erweiterung m. ca. 350 m² Grund m. riesiger Scheune gegen Aufpreis mögl. Fragen Sie uns danach! Neueindeckung, neuer Putz &amp; Anstrich Haus +/- 1990, uneinsehbarer, großer Hofraum zentrale Lage, Kaminofenanschluß i. Wz., Vollkeller, Garage, 2 Hauseingänge <b>€ 299.900,-</b> -EBA, 399 kWh/m²a, Öl, BJ1961, H *Anf. effekt. Jahresz. 3,8% (Stand: 02.2024, Tilg. 1,5%/20% EK. Berechnung: Kaufpr. +5% Nebenb. -20% EK. Berücksichtigung öffentl. Fördermittel ! Daten sind Annahmen u. können sich tägl. ändern</p> <p style="text-align: center;"><b>RE/MAX</b> Die Immobilienmakler 06022 / 265 70 11 Frank Völker www.remax-obernburg.de</p>	<p style="text-align: center;"><b>Neues Objekt</b></p> <p style="text-align: center;"><b>keine Käuferprovision</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Altstadtliehaber</b> RMH uneinsehbare Terrasse</p>  <p style="text-align: center;"><b>Klingenberg</b> 4 Zi., 102 m² Wfl., 155 m² Grund, Hanggart. gemütl. Terrassenbereich, ab 1980 iger Jahren modernisiert (Bad, Heizungsinstallation, Elektrik...) <b>€ 159.900,-</b> EBA, 383,5 kWh/m²a, Gas, BJ1890, H</p> <p style="text-align: center;"><b>RE/MAX</b> Die Immobilienmakler 06022 / 265 70 11 Karin Stapf</p>	<p style="text-align: center;"><b>Neues Objekt</b></p> <p style="text-align: center;"><b>keine Käuferprovision</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Selbstnutzer oder Kapitalanleger !</b> 2 Zi. DG-ETW Loggia mit Süd-Ausrichtung   Stellplatz</p>  <p style="text-align: center;"><b>Obernburg</b> 2 Zi., 51 m² Wfl., DG, Stellplatz, überdachte Loggia, gr. Kellerraum, HWR i.d. Whg. sehr gepflegte WHG! gepflegtes Umfeld nur 7 WE, perfekte SAW Ausrichtung <b>Bezug sofort möglich!</b> <b>€ 144.900,-</b> EVA, 104,5 kWh/m²a, Gas, 1992, D</p> <p style="text-align: center;"><b>RE/MAX</b> Die Immobilienmakler 06022 / 265 70 17 Vivien Plettl</p>	<p style="text-align: center;"><b>Neues Objekt</b></p> <p style="text-align: center;"><b>keine Käuferprovision</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Reihenmittelhaus</b> ruhiges „Wohnen“ am Rande der Streuobstwiesen! unverbaute, grüne Aussichten</p>  <p style="text-align: center;"><b>Kleinwallstadt</b> 5 Zi., ca. 174 m² Wfl., **292 m² Grund, gr. Terrasse, gr. Garten, extra breites RH (7,5 m) GWC, riesiger &amp; heller Wohn-/Essbereich, 2 Bäder, Vollkeller, sehr gepflegtes Umfeld 2 PKW-Stpl., unverbaubarer Blick ins Grüne, Wiesenrandlage, **inkl. DG z. priv. Nutzung m. ca. 46 m² ausgebaut. Balkon im 1.OG, KS-Fenster ca. 15 Jahre alt, uvm. <b>€ 349.900,-</b> -EBA, 216,3 kWh/m²a, Öl, 1974, G *Anf. effekt. Jahresz. 3,4% (Stand: 02.2024, Tilg. 1,5% / 20% EK. Berechnung: Kaufpr. +5% Nebenb. -20% EK + Berücksichtigung öffentl. Fördermittel! Daten sind Annahmen u. können sich tägl. ändern</p> <p style="text-align: center;"><b>RE/MAX</b> Die Immobilienmakler 06022 / 265 70 17 Frank Völker www.remax-obernburg.de</p>
--	---	---	--

**meine-news.de-Beitrag » VHS Erlenbach**

**Kursangebot: Discofox I für Anfänger**

Wir erlernen den Discofox-Grundschritt, sowie zahlreiche einfache, aber attraktive Figuren. Sie haben so die Möglichkeit schon direkt zu Beginn des Kurses eine kurze Tanzfolge sicher zu beherrschen und von Stunde zu Stunde Figuren an

diese Folge anzuhängen. Dies vereinfacht Ihnen das Erlernen und Üben von neuen Figuren, da Ihnen bekannte Schritte immer mehr zu einer Selbstverständlichkeit werden. Kurszeiten: Mittwoch, 12 mal ab dem 21.02.2024, jeweils von

18 bis 19 Uhr in Erlenbach. Anmeldung und weitere Informationen: [www.vhs-erlenbach.de](http://www.vhs-erlenbach.de) oder telefonisch 093 72/132 92 79.

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/166808](http://www.meine-news.de/166808)**

**meine-news.de-Beitrag » Kulturreferat Erlenbach**

**Neue Kulturreihe der Stadt Erlenbach: „Musik mal anders“**

Musik einmal auf eine andere Weise „zu erleben“ das verspricht die neue Kulturreihe „Musik mal anders“ im Concertinum der Frankenhalle. Das Concertinum ähnelt einem kleinen Amphitheater mit bester Sicht und feinstem Hörgenuss auf allen Plätzen. In der Zeit vom 24. bis 28. April finden insgesamt drei Veranstaltungen statt. Das kulturelle Angebot ist vielseitig und macht deutlich auf welche verschiedene Arten Musik sich verbinden kann. Staunen – Lachen – Lauschen!

gen der musikalischen Solo- und Ensemble-Beiträge jugendlicher MusikerInnen der städtischen Musikschule zu hören. Eintritt frei!

**Soirée „Töne“  
Dienstag, 23. April um 18 Uhr**

Bei dieser Veranstaltung zeigt das Thema „Töne“ durch SEHEN und HÖREN seine Wirkung auf unterschiedliche Weise. Die Soirée beginnt mit einem kurzen Empfang. Danach sind die Besucher eingeladen, die Bilderausstellung „Töne in sichtbarer Form“ zu bestaunen und auf sich wirken zu lassen. Die jungen KünstlerInnen der Klasse 7c des Hermann-Staudinger-Gymnasiums beschäftigten sich über mehrere Herangehensweisen mit der Umsetzung des Themas und freuen sich über einen regen Austausch. Anschließend sind ab 18.30 Uhr im Concertinum die Klänge verschiedener Instrumente und Stilrichtungen

**Impro-Theater meets  
Music: „Lachen garantiert mit ZapZarAB“  
Samstag, 27. April um 19 Uhr**

Nicht nur Kenner des Improvisationstheaters wird dieser Abend begeistern, sondern auch Neulinge werden überrascht sein, was sie an diesem Abend erleben werden! Die bekannte Impro-Theatergruppe ZapzarAB aus Aschaffenburg erheitert die Gemüter und trainiert die Lachmuskeln der Zuschauer. Garantiert zu 100 % direkt aus dem Augenblick improvisiert. Das Publikum liefert die Schlagworte durch Zuruf und bestimmt mit, ob Szenen in einem Horrorthriller oder in einer Liebesgeschichte enden. Die Gäste erleben einen im wahrsten Sinne des Wortes einmaligen Abend. Auch in dieser Show gibt es wieder überraschende Premieren und Dernieren zugleich! Mal schräg und komisch oder mal ernst und dramatisch. Umrahmt wird dieser Abend von musikalischen Einlagen aus dem Populärmusikbereich von Schülerinnen der Städtischen Musikschule. Eintritt: 10 Euro, Abendkasse: 12 Euro.

**Benefiz-Klavierkonzert mit Joachim Hammer: „In 80 Takten um die Welt“  
Sonntag, 28. April um 17 Uhr**  
Joachim Hammer spielt eine musikalische Weltreise auf dem Steinway-Flügel und führt humorvoll durch das Programm. In der festen Überzeugung, die fernsten Ziele dieser Welt in der eigenen musikalischen Phantasie erleben zu können, entstand dieses etwa 60-minütige Programm. Der musikalischen Weltreise über die Kontinente unserer Erde liegen bekannte Melodien aus den Bereichen Klassik, Volkslied und Jazzstandards zugrunde. Es entsteht eine Melange aus verschiedenen Stilrichtungen, die improvisierend verarbeitet werden.

Der komplette Eintrittserlös kommt musiktreibenden Einrichtungen der Stadt Erlenbach zur Jugendförderung zugute. Eintritt: 10 Euro, Abendkasse: 12 Euro. Die Eintrittskarten für die Veranstaltungen sind im Rathaus, Bürgerbüro, Telefon 093 72/704 13, 704 11 oder 704 17 oder per E-Mail an [meldeamt@stadt-erlenbach.de](mailto:meldeamt@stadt-erlenbach.de) erhältlich. Veranstalter: Stadt Erlenbach a. Main

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/168214](http://www.meine-news.de/168214)**

**IMMOBILIEN**



## Sie wollen eine Immobilie kaufen oder verkaufen?

Christoph Heider, Geschäftsführer



**Wir helfen Ihnen gerne!**

**Eine Bank in Sachen Immobilien.**

**Volksbank Immobilien GmbH**  
Ein Unternehmen der

**Raiffeisen-Volksbank Miltenberg**

Telefon 09371/504-3280  
[www.volksbank-immobilien.online](http://www.volksbank-immobilien.online)

**Aktuelles Immobilienangebot**

In Vertretung der Sparkassen Immobilien VERMITTLUNG

**Kapitalanlage in zentraler Lage Miltenbergs**



**Mehrfamilienhaus sucht neuen Eigentümer!**

- Mehrfamilienhaus mit 3 Einheiten + 2 Garagen
- 1 Einheit vermietet - 2 Einheiten frei
- Theoretisch 4. Wohneinheit möglich
- Gesamtwohnfläche: ca. 304 m², Grundstücksfläche: 588 m²
- Energieausweis: bedarfsorientiert, Bj 1972, Heizung: Erdgas leicht, EEK: F, 196,90 kWh/(m².a)

**Kaufpreis: 550.000 EUR**

Käufercourtage: 3,57% inkl. ges. MwSt.

**Sparkasse Miltenberg-Obernburg**

Telefon 06022 501-7941  
[s-mil.de/Immobilien](mailto:s-mil.de/Immobilien)




<p><b>EFH IN BELIEBTER WOHLNAGE</b></p>  <p><b>OBERBURG:</b> ca. 203 m<sup>2</sup> Wfl., ca. 933 m<sup>2</sup> Grdst., Garage, terrassierter Garten; EBA, Öl, 263,1 kWh/m<sup>2</sup>a, BJ 1971, H <b>495.000 €</b></p>	<p><b>ALTSTADTHAUS MITTEN IM ORT</b></p>  <p><b>GROSWALLSTADT:</b> ca. 140m<sup>2</sup>Wfl., ca. 106m<sup>2</sup> Grdst., Renovierungsbed.; EBA, Öl, Strom-Mix, 320,6 kWh/m<sup>2</sup>a, H <b>230.000 €</b></p>	<p><b>WOHNEN MIT AUSBLICK</b></p>  <p><b>OBERBURG:</b> ETW, 7 Zimmer, ca. 176,8m<sup>2</sup> Wfl. auf zwei Ebenen, zwei Badezimmer, Balkon, Garage und Stellplatz, mit Maintalblick; EA: i. Vorb. <b>345.000 €</b></p>	<p><b>WUG: VIELSEITIG – GROßZÜGIG</b></p>  <p><b>LEIDERSBACH-ROßBACH:</b> 4 Gebäudeteile mit ca. 1.275 m<sup>2</sup> Wohn-/Nutzflächen, ca. 1.455 m<sup>2</sup> Grdst.; EVA, Gas, 138,7 kWh/m<sup>2</sup>a, BJ 1926 <b>730.000 €</b></p>	
<p>63820 Eisenfeld – Mühlweg 3-5 – Tel. 0 60 22/12 21 – <a href="http://www.elk-immobilien.de">www.elk-immobilien.de</a></p>				

**IMMOBILIEN** Chiffre an: News Verlag, Brückenstraße 11, 63897 Miltenberg

**KLEINANZEIGEN** ganz einfach aufgeben: [meine-news.de/anzeigen](http://meine-news.de/anzeigen)

**Öffentliche Ausschreibung für die Bewirtschaftung des „Bistros im Elsavamar“**

**Der Markt Eisenfeld beabsichtigt, das Bistro im Elsavamar, Dammsfeldstraße 13, 63820 Eisenfeld, ab dem 01.08.2024 zu verpachten.**



Der Markt Eisenfeld hat insgesamt ca. 9.500 Einwohner, liegt im Landkreis Miltenberg und ist verkehrsgünstig gelegen mit der Bundesstraße 469 mit Anschluss an die Autobahn 3 nach Würzburg, Darmstadt und Frankfurt. Der Markt Eisenfeld bietet ein reichhaltiges Angebot für alle Bürgerinnen und Bürger.

Das Bistro mit Außenbereich ist Bestandteil des Freizeitbades Elsavamar mit Römersauna. Das Elsavamar hat jährlich rund 60.000 Badegäste und rd. 30.000 Saunagäste. Das integrierte Bistro ist Bestandteil der Einrichtung und versorgt sowohl das Bad als auch die Sauna.

**Zum Bistro gehören folgende Räumlichkeiten:**

- Der Bistroraum inkl. Buffet
- Badestrandcafeeteria
- Sitzmöglichkeiten im Eingangsbereich vor den Umkleidekabinen
- Ein Vorratsraum
- Ein Küchenraum
- Das Saunabistro
- Ca. 15 m<sup>2</sup> Fläche rechts neben dem Saunaeingang
- Ca. 20 m<sup>2</sup> Fläche zwischen Fußbad und Ruheraum
- Ca. 15 m<sup>2</sup> Saunabiergarten

Die Verpachtung erfolgt mit teilweiser Einrichtung des Bistros. Optional können Einrichtungsgegenstände vom Vorpächter übernommen werden. Die Pacht ist brauereifrei.

Das Bistro soll ganzjährig betrieben werden, mit der Auflage einer täglichen Öffnungszeiten von Montag bis Freitag von 13:00 Uhr bis 21:00 Uhr und von Samstag bis Sonntag von 11:00 Uhr bis 21:00 Uhr.

**Die Pacht soll als Staffelpacht auf drei Jahre festgelegt werden.**

Kaltmiete pro Monat im 1. Jahr:	€ 600,-
Kaltmiete pro Monat im 2. Jahr:	€ 750,-
Kaltmiete pro Monat im 3. Jahr:	€ 900,-
Nebenkosten als monatl. Vorauszahlung:	€ 800,- (inkl. Strom)
Kautions:	€ 1.800,-

Erwartet wird ein erfahrener und engagierter Pächter mit beruflichem Hintergrund im Gaststättengewerbe. Das Bistro soll persönlich und professionell geführt werden. Ein inhaltlich vollumfassender Businessplan inkl. der Angabe des vorgesehenen Getränke- und Speiseangebots einschließlich Kalkulation ist zwingend erforderlich.

**Bitte vereinbaren Sie einen Termin zur Objektbesichtigung bei Herrn Hock von Mo. – Fr. unter der Tel. Nr.: 06022 5007-12 oder per E-Mail: [patrick.hock@elsensfeld.de](mailto:patrick.hock@elsensfeld.de).**

**Bei Interesse richten Sie bitte Ihre aussagekräftige Bewerbung schriftlich an die Marktverwaltung Eisenfeld, Herrn Hock, Marienstraße 29, 63820 Eisenfeld.**

**Verkäufe**

**Collenberg, OT Fechenbach, 1-Fam. Haus m. Garage, Bj. 1972, Wfl. ca. 100m<sup>2</sup>, Grdst. ca. 400 m<sup>2</sup> prof. frei v. priv. zu verk., 258.000 €, Tel.: 0170-4069328**

**Kaufgesuche**

**KAUFGESUCH** im Landkreis MIL+50km für: Gewerbegrundstücke/-Anwesen, Spezialobjekte, Lagerhallen, MFH etc.! Schnelle u. diskrete Abwicklung. Erstkontakt: [immobilienmil@gmail.com](mailto:immobilienmil@gmail.com)

**Vermietung/Verpachtung**

**Großeubach, 3** Zimmer Whg, mit ausgebautem Dachboden, gute Ausstattung, 82 qm, ruhige Wohnlage zu verm. 650,- Euro zzgl, NK u Kaut. Keine HT/NR Tel. 0171 513 99 88

**Mömlingen: 2-Zi.**Whg, Kü, Bad, Abstell., FBH u Terasse, 60 qm, an 1 Pers., NR, keine Haustiere für 480€ + NK + Kautions zu vermieten ☒ Chiffre 777/2956

**Schöne Wohnung** in Amorbach zur vermieten. ein ruhiger sonniges zentral gelegene Wohnung mit Einbauküche und TG Stellplatz tel 015901769564

**Eisenfeld, DG-Wohnung, 86 qm, EB-Küche, Garage, Keller, NR, keine Haustiere zu verm. KM 750,-+ NK+KT, E-Mail:[immo-rfg@web.de](mailto:immo-rfg@web.de) mit Mieterselbstauskunft**

**Miet-/Pachtgesuche**

**Single Mann, 64Jahre**, sucht kleine 1-2 Zimmer Wohnung zur Miete im Raum Oberburg und Umgebung. Tel. 01704413833

**Jonas & Kroth Immobilien GmbH**  
Wendelinusplatz 1 • 63785 Oberburg • Telefon 0 60 22/26 47 5-0

**JK JONAS & KROTH IMMOBILIEN**



**„Junge Familie mit Eltern sucht 1- bis 2-FH zu kaufen“**

**Anette Jonas**

**Tel.: 0 60 22 - 264 750**

**Oberburg / Waldnähe**  
Großzügiger Familienraum



Freistehendes Einfamilienhaus mit Einliegerwohnung, ca. 198 m<sup>2</sup> Wfl., ELW modernisiert, idyllisches Grdst. mit ca. 608 m<sup>2</sup>, 2 Garagen, EVA, BJ 1979, 201 kWh (m<sup>2</sup>a), Gas, Kl. G **€ 450.000**

**JK JONAS & KROTH IMMOBILIEN**

**Oberburg / Penthouse**  
Schwellenfreier Zugang



Altersgerechte 2-Zi.-ETW mit Aufzug, ca. 79 m<sup>2</sup> Wohnfläche, zwei Loggien mit schönem Ausblick, derzeit vermietet, fußläufig zur Stadt, EVA, BJ 2004, 105 kWh (m<sup>2</sup>a), Gas, Kl. D **€ 270.000**

**JK JONAS & KROTH IMMOBILIEN**

**Sulzbach / neuwertig**  
Moderne Wohnatmosphäre



Schickes Einfamilienhaus mit ca. 120 m<sup>2</sup> Wfl., Terrasse und Balkon, kleiner Garten, ca. 234 m<sup>2</sup> Grdst., Carport, bevorzugte Wohnlage, EBA, BJ 2000, 144 kWh (m<sup>2</sup>a), Gas, Kl. E **€ 519.000**

**JK JONAS & KROTH IMMOBILIEN**

Weitere Angebote finden Sie unter [www.jonasundkroth.de](http://www.jonasundkroth.de)

[www.kilian-hausservice.de](http://www.kilian-hausservice.de)

**Entrümpelung/Entsorgung (mit Verwertung)**

**Kilian 1**  
Dienstleistungen  
Ihre Nummer

- ▶ Abbruch/Entkernung
- ▶ Containerdienst
- ▶ Umzüge/Transporte
- ▶ Hausmeisterservice
- ▶ Verkauf von gebrauchten Möbeln und Elektrogeräten
- ▶ Einlagerung
- ▶ Montagearbeiten
- ▶ Raumausstattung

**Elsavastr. 21 • 63863 Eschau • Tel. 09374/978788**  
**Mobil 0171/5423059 • [kilian-umzuege@t-online.de](mailto:kilian-umzuege@t-online.de)**

**meine-news.de-Beitrag » Ruth Weitz aus Oberburg am Main**

**Ms-Selbsthilfegruppe aktiv informiert: Vorbereitungen für den 8. März**

Zwar ist zunächst noch ein Gruppentreffen am 29. Februar mit dem Neurologen Dr. W. E. Hofmann angesagt, der im Rahmen einer MS-Sprechstunde den an Multipler Sklerose Erkrankten für Fragen zur Verfügung steht, aber zudem bereiten die ehrenamtlich Aktiven die Benefiz-Veranstaltung Frauenpower mal Vier zum Weltfrauentag am 8. März, 19 Uhr vor, die in der Zehntscheune Kleinwallstadt stattfindet.

Nun trafen sich die Autorinnen Birgid Windisch aus Mömlingen und Ruth Weitz aus Oberburg mit Maria Holzheid, der Leiterin der MS-Selbsthilfegruppe im Café Elise in Oberburg, um das Programm zu besprechen. Annamaria und Katharina Gielen, die als Duo Pelen Tan für die Musik sorgen werden, konnten wegen eines Konzerttermins nicht teilnehmen.

Maria Holzheid und Ruth Weitz hatten bereits im Jahr 2019 Erfahrungen mit einer Frauenpower-Veranstaltung im ausverkauften Saal der Zehntscheune gesammelt, bei der drei Autorinnen lasen und vom Duo Pelen Tan mit Musik begleitet wurden. Auch heuer wird es wieder leckeres Essen, zubereitet von den ehrenamtlich tätigen Gruppenmitgliedern, und Kaltgetränke im Ausschank geben. Damals war das Publikum begeistert und es wurde ein Spendenerlös von 2.000 Euro erzielt, der in die Arbeit der Selbsthilfegruppe fließt.

Sie gehört der Deutschen Multiple-Sklerose-Gesellschaft (DMSG), Landesverband Bayern an, der vom bayerischen Sozialministerium gefördert wird. Übrigens ist die musikalisch umrahmte Lesung nicht nur für Frauen gedacht. Auch Männer werden gut unterhalten.

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/168325](http://www.meine-news.de/168325)**



**EDEKA – Diese Woche**  
Bitte beachten Sie das EDEKA-Flugblatt „Diese Woche“, das Sie immer sonntags in Ihrem Briefkasten finden.

# BAUER MARKT

## Regional erste Wahl

Unsere Öffnungszeiten:  
Mo. bis Sa. von 8 Uhr bis 20 Uhr  
Alle Angebote gelten vom 26.2. bis 2.3.2024

www.bauer-markt.de  
Im Höning 2, Elsenfeld/Main,  
Telefon 0 60 22/61 83-0

**SPREEWALDHOF**

Jetzt neu bei uns:  
**Einmachkunst aus dem Spreewald!**

In guter Tradition  
Erntefrisch eingemacht

580ml Glas 1kg=4.81	580ml Glas 1kg=4.47	850ml Glas 1kg=3.52
<b>2.79</b>	<b>2.59</b>	<b>2.99</b>

**Bonne Maman**

**Konfitüren**  
versch. Sorten 1kg=6.73

370g Glas **2.49**

**Haydi Ayran**  
traditionelles Milchgetränk aus türkischem Naturjoghurt, Wasser und einer kleinen Prise Salz 1kg=1.76 250g Becher **0.44**

**Haydi Salep**  
türkisches Milchgetränk mit Zimt, ideal zum Erhitzen 1l=2.47 0.9l Packung **2.22**

<b>Weihenstephan Natur-Joghurt</b> mild 1.5% oder 3.5% Fett 1kg=1.98 500g Becher	<b>0.99</b>
<b>Mövenpick Fruchtjoghurt</b> oder <b>feinster Pudding</b> versch. Sorten 1kg=4.60 150g Becher	<b>0.69</b>
<b>Müller Froop Fruchtjoghurt</b> versch. Sorten 1kg=1.93 150g Becher	<b>0.29</b>
<b>Krone Mein Lieblingslachs</b> 1kg=34.90 100g Packung	<b>3.49</b>
<b>Iglo Schlemmer-Filet</b> oder <b>Filegro</b> versch. Sorten Packung	<b>2.77</b>
<b>Iglo Spinat</b> versch. Sorten Packung	<b>1.79</b>
<b>Zott Monte Milcheis</b> versch. Sorten Packung	<b>2.99</b>
<b>Dallmayr Kaffeepads</b> versch. Sorten 1kg=15.09 16 Stück/112g Packung	<b>1.69</b>
<b>Lindt Lindor Kugeln</b> versch. Sorten 1kg=19.94 137g+27% gratis	<b>3.49</b>
<b>Kölln Blütenzarte Haferflocken</b> auch <b>Kernige</b> 1kg=2.38 500g Packung	<b>1.19</b>
<b>Golden Toast American Sandwich</b> oder <b>Körner Harmonie</b> 1kg=1.99 750g Packung	<b>1.49</b>
<b>Toffee Haselnuss-Pralinen</b> 1kg=7.92 125g Packung	<b>0.99</b>
<b>Albi Säfte</b> oder <b>Nektare</b> versch. Sorten 1l Flasche zzgl. Pfand	<b>1.29</b>
<b>Jack Daniel's Whiskey</b> 40% Vol. 1l=22.84 0.7l Flasche	<b>15.99</b>

### Bauers Metzgerei

<b>Bauers Rinderbraten</b> vom falschen Filet, extra zart und mager 1kg	<b>13.99</b>
<b>Bauers Stielkotelett</b> vom Freiland Schwein 1kg	<b>9.99</b>
<b>Bauers Gyros</b> vom Schwein, küchenfertig gewürzt, eigene Herstellung 1kg	<b>9.99</b>
<b>Cordon Bleu</b> vom Schwein, gefüllt mit Käse und Schinken fertig paniert, eigene Herstellung 1kg	<b>9.99</b>
<b>Bauers Semmelbraten</b> Schweinekamm gefüllt mit Semmelknödelteig, Röstzwiebeln und Speck, eig. Herstellung 1kg	<b>10.99</b>
<b>Bauers Rindswurst</b> oder <b>Feuerwurst</b> herzhaft, knackig, eigene Herstellung 100g	<b>1.29</b>
<b>Bauers Wiener Würstchen</b> frisch und knackig eigene Herstellung 100g	<b>0.99</b>
<b>Bauers Hausmacher Preßkopf</b> eigene Herstellung 100g	<b>0.99</b>
<b>Bauers Pfeffer- oder Peperonibeißer</b> eigene Herstellung 100g	<b>1.29</b>
<b>Bauers Delikatess-Bierschinken</b> eigene Herstellung 100g	<b>1.29</b>

**Schmeckt wie selbstgemacht HENGLEIN**

**Schupfnudeln** auch vegan oder **italienische Gnocchis** 1kg=3.58 500g Packung **1.79**

### Käse

<b>Bauer Butterkäse</b> halbfester Schnittkäse, aromatisch mild, 45% Fett i.Tr. 100g	<b>0.99</b>
<b>Saint Albroy</b> oder <b>Chaumes</b> französische Weichkäse aus Kuhmilch, 56%/51% Fett i.Tr. 100g	<b>1.79</b>
<b>Schweizer Le Gruyère</b> Rohmilch-Hartkäse 5 Monate gereift, 49% Fett i.Tr. 100g	<b>2.49</b>
<b>Allgäuer Bergkäse</b> Rohmilch-Hartkäse, 6 Monate gereift, 50% Fett i.Tr. 100g	<b>1.49</b>
<b>Bio Baldauf Kalb &amp; Kuh</b> cremig-milder Heumilchkäse, 50% Fett i.Tr. 100g	<b>2.99</b>

### Fisch & mehr

Immer am 1. Freitag im Monat

**Gebackene Forellen ganz** aus dem Hafenohtal, eigene Herstellung 100g **1.59**

<b>Frisches MSC Seelachsfilet</b> fein und bekömmlich, Nordostatlantik 100g	<b>1.39</b>
<b>Geräucherte Forellen ganz</b> küchenfertig, aus dem Hafenohtal 100g	<b>1.59</b>
<b>Schwarze Heilbuttfilets</b> ohne Haut, zartes, weißes Fleisch, TK-Ware Island 100g	<b>2.29</b>
<b>Bunter Matjessalat</b> mit Äpfeln und Paprika in klarer Marinade 100g	<b>0.99</b>
<b>Bauers Rollmops</b> mit Gewürzgurke gefüllt, in würziger Marinade Stück	<b>1.49</b>
<b>Matjesfilet</b> eingelegt in Öl Doppelfilet	<b>1.49</b>

Nur diesen Freitag

<b>Frisches Lachsfilet</b> mit Haut, Aquakultur Norwegen 100g	<b>2.49</b>
---	-------------

### Bauers Obstgarten

<b>Trauben rot</b> Südafrika/Namibia, Kl. I 1kg=2.98 500g Schale	<b>1.49</b>
<b>Erdbeeren</b> Spanien/Griechenland, Kl. I 1kg=4.44 500g Schale	<b>2.22</b>
<b>Bio Heidelbeeren</b> Chile/Peru, Kl. II 1kg=15.92 125g Schale	<b>1.99</b>
1kg=12.00 <b>2 Schalen</b> à 125g	<b>3.00</b>
<b>Bio Zitronen</b> Spanien/Italien, Kl. II 1kg=2.22 500g Netz	<b>1.11</b>
<b>Sizilianische Halbblut-Orangen</b> direkt vom Erzeuger, Schale nach der Ernte unbehandelt, lose Ware, Kl. I 1kg	<b>2.49</b>
<b>Mandarinen</b> Sorte: Nadorcott, lose Ware, Marokko Kl. I 1kg	<b>2.99</b>
<b>Röllfelder Äpfel</b> Sorten: Pinova süß, Braeburn fein säuerlich, Kl. I 1kg=1.50 2kg Beutel	<b>2.99</b>
<b>Brokkoli</b> Italien/Spanien, Kl. I 1kg=2.00 500g Packung	<b>1.00</b>
<b>Spezialsalate Lollo</b> und <b>Eichblatt</b> rot/grün, Frankreich, Kl. I Stück	<b>1.49</b>
<b>Champignons weiss</b> Niederlande/Polen, Kl. I 1kg=3.73 400g Schale	<b>1.49</b>
<b>Cocktailtomaten</b> lose Ware, Spanien/Italien, Kl. I 100g	<b>0.79</b>
<b>Roßdorfer Speisekartoffeln</b> Sorte: Marabel vorw. festkochend bis leicht mehlig 1kg=1.00 5kg Sack	<b>4.99</b>

**Frischeknüller von Donnerstag bis Samstag**

<b>Eisbergsalat</b> Spanien, Kl. I Stück	<b>0.79</b>
<b>Kartoffeln</b> Sorte: siehe Etikett, Frankreich 1kg=1.50 2kg Netz	<b>2.99</b>

### Das Weindpot

**Weingut Metzger aus Asselheim in der Nordpfalz**

**Grauburgunder** oder **Weißburgunder** trocken, zuverlässiger Allrounder und Essensbegleiter mit feiner Fruchtnote 1l=10.65 0.75l Flasche **7.99**

**Wechselspiel** Cuvée aus Riesling und Scheurebe, fruchtbetont, halbtrocken 1l=10.68 0.75l Flasche **8.29**

### Der Durstlöcher

<b>RhönSprudel Mineralwasser Individual</b> versch. Sorten in der feinen Tischflasche 1l=0.61 12x0.75l zzgl. Pfand	<b>5.49</b>
<b>Alasia Mineralwasser</b> spritzig o. medium, Glas 1l=0.35 12x0.7l zzgl. Pfand	<b>2.88</b>
<b>Rosbacher Mineralwasser</b> versch. Sorten 1l=0.50 12x1l zzgl. Pfand	<b>5.99</b>
<b>Paulaner Spezi koffeinhaltig</b> 1l=1.00 20x0.5l zzgl. Pfand	<b>9.99</b>
<b>Bionade Bio-Limonaden</b> versch. Sorten 1l=2.02 12x0.33l zzgl. Pfand	<b>7.99</b>
<b>Kulmbacher Pils edelherb</b> oder <b>Export hell</b> 1l=1.39 20x0.5l zzgl. Pfand	<b>13.99</b>

<b>Heylands Cola-Mix</b> 1l=1.40 20x0.5l zzgl. Pfand	<b>13.99</b>
<b>Heylands Feines Helles</b> 1l=2.02 24x0.33l zzgl. Pfand	<b>15.99</b>