

**Knackig frisch**  
einfach  
lecker



Verkauf täglich ab  
Hof, freitags Obern-  
burg/Wochenmarkt  
Obstbau Ludwig  
09372-3245  
Klingenberg  
(Röllfeld, Richt. Groß-  
heub., letzte Str. li.)

**Kastanienhof**  
Die fränkischen Obstmeister

Donnerstag, 8. Januar 2026 | Nr. 2

# meine-news

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

**wochenblatt**  
34.100 Auflage | 45. Jahrgang

news verlag | Brückenstraße 11 | 63897 Miltenberg | Telefon 09371/955-0 | [www.news-verlag.de](http://www.news-verlag.de)

Ihr Maler- &  
Verputzerteam

# VERST

[www.verst-gmbh.de](http://www.verst-gmbh.de)

Im Herzen der historischen Altstadt

## Schuhhaus

am Riesen

Miltenberg

Hauptstraße 107



**REDUZIERT**

Viele Winterartikel  
stark reduziert!

% % % %

Achten Sie  
auf unsere  
Aktionsfläche

% % % %

**NEUES JAHR...**



EXKLUSIVE  
 Fassungen  
**1/2**  
PREIS

**optik hessler**

Erlenbach - Bahnstr. 23 - 09372 71512

**„Der Landkreis braucht...  
...einen erfahrenen und kompetenten Landrat!  
Michael Schübler ist genau der Richtige!“**

Thomas Zöller, MdL

**Michael Schübler**  
Bürgermeister in Leidersbach  
Landratskandidat für Miltenberg

**Am 8. März  
Michael Schübler  
wählen!**

POLITISCHE ANZEIGE, Auftraggeber: Freie Wähler Kreisverband Miltenberg, Anzeige steht im Zusammenhang mit der Kommunalwahl am 08.03.2026, Weitere Infos unter [https://news-verlag-space.de/transparenz/fw-wz\\_40-3.pdf](https://news-verlag-space.de/transparenz/fw-wz_40-3.pdf)

## Führungswechsel im News Verlag:

Das Medienunternehmen geht mit André Rüttiger als neuem Geschäftsführenden Gesellschafter gut gerüstet in die Zukunft

Der Gründer und bisherige Geschäftsführende Gesellschafter der News Verlag GmbH & Co. KG, Stefan Rüttiger, übergibt nach 39 Jahren zum 1. 1. 2026 seine Anteile an seinen Neffen André Rüttiger. Dieser führt das Miltenberger Zeitungs- und Medienunternehmen nun gemeinsam mit seinem Vater Charles Henri Rüttiger gut gerüstet in die Zukunft. Stefan Rüttiger wiederum übernimmt die kompletten Anteile an der News Innovativ GmbH.



„Ich kann mir keinen besseren Nachfolger für den News Verlag vorstellen als André“, so **Stefan Rüttiger**. „Er hat in den vergangenen 12 Jahren in meinen Verantwortungsbereichen maßgeblich dazu beigetragen, das Unternehmen vom Printbereich hin zu einem modernen Medienunternehmen zu wandeln. Hierzu zählen der Aufbau des Onlineportals [meine-news.de](http://meine-news.de), die Foto-, Film-, Web- und Social-Media-

Generationenwechsel mit Weitblick: André Rüttiger (Mitte) leitet den News Verlag nun gemeinsam mit seinem Vater Charles Henri Rüttiger (links). Verlagsgründer Stefan Rüttiger (rechts) übernimmt vollständig die News Innovativ GmbH.

Marketing-Dienstleistungen innerhalb von News Creativ und die zahlreichen Recruiting-Dienstleistungen für unsere Kunden. Seit dieser Zeit gilt der News Verlag auch deutschlandweit als Vorzeige-Medienunternehmen für den erfolgreichen Wandel in

das digitale Zeitalter. André ist seit Jahren über die Grenzen der Region hinaus durch zahlreiche Vorträge gut bekannt und mit vielen Verlagsleitern im gesamten DACH-Raum sehr eng vernetzt und im regen Austausch.“  
Lesen Sie weiter auf Seite 2

**Kfz-Meisterwerkstatt**

Wir brauchen  
Verstärkung  
und suchen SIE!

**Kfz-Mechatroniker**  
m/w/d ab sofort

Wir freuen uns auf Sie.

An der Südbrücke 14 • Kleinwallstadt  
Telefon 0 60 22 - 2 05 47 45  
[www.kfz-rinaldo.com](http://www.kfz-rinaldo.com)

Wir wünschen viel Glück  
im neuen Jahr!



Ohne Termin

ePass-Bilder  
und  
Bewerbungsbilder  
zum Sofort-Mitnehmen

**FOTO ZIEMLICH**

MEHR ALS GUTE FOTOS

Telefon 09372/6845  
Hauptstr. 1 • 63906 Erlenbach

**Therapiezentrum**  
**INGBERT REINKE**

Wir verhelfen  
Ihnen zu mehr  
Lebensfreude!

**Physiotherapie**  
Termine: Telefon 09372/409050  
[ingbert-reinke@web.de](mailto:ingbert-reinke@web.de)

**Beauty-Studio NEU**  
Termine: Telefon 0155/62726744  
(Gesichtsbehandlungen mit hochwertigen Spiller-Produkten, med. Fußpflege – außer bei Diabetes –, Maniküre usw.)

Bahnplatz 2 | 63906 Erlenbach am Main

**Ergotherapie in der**  
**Lindenstraße 26 in Erlenbach.**  
Terminvereinbarung:  
Tel. / WhatsApp 0176/14876226  
[ergotherapie-reinke@web.de](mailto:ergotherapie-reinke@web.de)  
Lindenstraße 26 | 63906 Erlenbach am Main

**Der neue  
Aygo X Hybrid**



**Jetzt bei uns  
PROBEFAHREN!**

Wir freuen uns auf Sie!

**100% AUTOHAUS // DÖRR**

Ihr Partner mit dem ausgezeichneten Service

**ALLES IST MÖGLICH**

Kleinheubach • 09371/4095-0  
[www.autohaus-doerr.de](http://www.autohaus-doerr.de)

Ihre Seehotel EVENTS auf einen Blick bis 28.02.2026

- 16.01.2026 exklusiver Kochkurs "Haute Cuisine hautnah" mit Edgar Ott (4 Termine/Jahr)
- 18.01.2026 Brunch "Schneekugel & Schokotraum" (1x im Monat Themen-Brunch)
- 18.01.2026 Hochzeitsmesse für Herbst- & Winterhochzeiten 11:00- 17:30 Uhr
- 01.02.2026 Disco-Brunch "Frostbeats & Funkmütze"
- 16.02.2026 ROSENMONTAGSBALL im Dorf am See ab 19:33 Uhr (Kartenvorverkauf: Seehotel, Raiffeisenbank, Poststelle-Niedernberg)

20 % auf Übernachtungen  
und Übernachtungspakete  
Angebot gültig bis Ende Feb. 2026

**20%**

Ihre Dorffamilie vom Seehotel Niedernberg wünscht allen ein frohes, gesundes und glückliches neues Jahr 2026

**Seehotel**

Seehotel Niedernberg Leerweg 63843 Niedernberg +49 6028 999 0 [mail@seehotel-niedernberg.de](mailto:mail@seehotel-niedernberg.de)






## 7 Fragen an ...

### ... Frank Grabowski, Bürgermeisterkandidat der SPD und Bündnis 90/Die Grünen in Wörth a. Main



Frank Grabowski kandidiert für das Bürgermeisteramt in Wörth

#### Was motiviert Sie persönlich am stärksten, für das Amt des Bürgermeisters zu kandidieren?

Es gibt Momente im Leben, in denen man sich entscheiden muss – schaut man nur zu oder gestaltet man aktiv mit? Für mich war klar: Ich möchte nicht einfach nur beobachten, was in unserer Stadt passiert, sondern Verantwortung übernehmen und selbst anpacken. Ich kandidiere, weil ich überzeugt bin, dass Engagement wichtiger ist als Gleichgültigkeit und dass wir Lösungen brauchen – keine Ausreden. Unsere Stadt hat großes Potenzial, und ich möchte dazu beitragen, dass wir dieses Potenzial gemeinsam nutzen. Mich motiviert vor allem der Gedanke, etwas zu bewegen, Menschen zuzuhören, ihre Anliegen wirklich zu verstehen und daraus konkrete Taten folgen zu lassen. Das ist für mich der Kern meiner Motivation – und auch mein persönliches Motto: Zuhören. Verstehen. Handeln.

#### Neben den großen politischen Zielen: Welche kleine, aber feine Verbesserung im Alltag der Menschen Ihrer Gemeinde liegt Ihnen besonders am Herzen?

Mir ist wichtig, dass unsere Kinder in einer Stadt aufwachsen können, die lebenswert bleibt – gerecht, offen und zukunftsicher. Dazu gehört für mich, zuzuhören, verantwortungsbewusst zu entscheiden und auch schwierige Wege zu gehen, wenn sie nötig sind. Ein guter Bürgermeister muss die Anliegen

der Menschen ernst nehmen und Konflikte mit Herz und Augenmaß lösen. Offenheit und Transparenz sind mir dabei besonders wichtig – die Bürgerinnen und Bürger sollen nachvollziehen können, warum im Rathaus bestimmte Entscheidungen getroffen werden. Nur so entsteht Vertrauen – und das ist die Grundlage für eine starke Gemeinschaft.

#### Was sagen Sie Menschen, die meinen: „Die da oben machen eh, was sie wollen“?

Ich bin davon überzeugt, dass jeder, der in der Regierung ein politisches Amt ausübt, versucht, das bestmögliche Ergebnis für die Menschen zu erzielen.

#### Gibt es ein verborgenes Talent oder Hobby, das die wenigsten Menschen von Ihnen erwarten würden?

Ich war über 30 Jahre aktiver Fußballer und kenne das Vereinsleben. Außerdem koche ich und gehe gerne wandern. Bei kleineren Reparaturen oder Ausbesserungen im Haushalt kann ich Hand anlegen.

#### Welchen besten Ratschlag haben Sie jemals erhalten, von wem kam er, und wenden Sie diesen Rat heute noch an?

Der beste Ratschlag kam von meinen Eltern, „ohne Fleiß kein Preis“. Dies hat auch noch heute Bestand.

#### Mit welchem Prominenten – lebendig oder historisch – würden Sie gerne einmal zu Abend essen und warum gerade mit dieser Person? Was würden Sie sie fragen?

Ich wäre gerne mit dem Fußballer Jürgen Grabowski essen gegangen, zum einen weil mich seine Karriere beeindruckt hat und weil ich sehr oft in meinem Leben gefragt wurde, ob ich mit ihm verwandt sei.

#### Wenn Sie nur einen Satz hätten, um die Bürgerinnen und Bürger davon zu überzeugen, dass Sie die richtige Wahl für das Bürgermeisteramt sind – wie würde dieser lauten?

Verantwortung bedeutet für mich, heute die richtigen Entscheidungen zu treffen für eine Stadt, die in der Zukunft eine echte Chance hat.

**Kommunalwahl  
8. März 2026**

## Fortsetzung von Seite 1: Führungswechsel im News Verlag

„Die Herausforderungen am Markt für unsere Kunden und für unser Unternehmen wachsen stetig“, so André Rüttiger, „doch, wenn der News Verlag etwas in der Vergangenheit bewiesen hat, dann dass er diese als Chancen sieht und wirkungsvolle Maßnahmen ergreift. So sind wir überhaupt entstanden, als sich mein Onkel Stefan Rüttiger im Alter von 17 Jahren für geschäftsfähig erklären ließ und ohne einen Pfennig Eigenkapital und ohne Business-Plan das Unternehmen gründete.“

Ziel war es immer, optimale Lösungen für unsere Kunden zu suchen. Das Konzept, seit Beginn kostenfreie Informationen und wirksame Werbung zur Verfügung zu stellen, gilt heute nach wie vor. Auch wenn sich die Werkzeuge, insbesondere durch digitale Produkte und Dienstleistungen, wesentlich erweitert haben“, so André Rüttiger. „Ich freue mich sehr, mit meinem Vater Charles Henri und unseren großartigen Mitarbeitenden den News Verlag in eine weiterhin erfolgreiche Zukunft zu führen.“

„Ich bin sehr froh und dankbar, mit meinem Sohn André gemeinsam den News Verlag mit News Creativ und News Direkt weiterzuführen“, so Charles Henri Rüttiger. „André hat sich bereits die vergangenen 21 Jahre in den Dienst des Unternehmens gestellt. Zielgerichtet

hat er 9 Jahre lang verschiedene Ausbildungen und Berufserfahrungen in anderen Unternehmen gesammelt, um sich bestmöglich auf die Aufgaben im News Verlag vorzubereiten. Er kennt den Markt, unsere Kunden und deren Anliegen bestens und hat den unbedingten Willen, die erfolgreiche Arbeit fortzuführen und dabei neue Entwicklungen einzubringen. Uns beiden liegen dabei gleichermaßen unsere Kunden und Mitarbeitenden am Herzen. André und ich sind uns darin einig, dass der Erfolg unseres Unternehmens maßgeblich von der Nähe zu unseren regionalen Kunden und einem starken lokalen Wirtschaftskreislauf abhängt.“

#### Die News Innovativ GmbH

Stefan Rüttiger hat sich in den vergangenen Jahren vermehrt um den Aufbau der News Innovativ GmbH gekümmert. „Ursprünglich 2015 als zweites Standbein geplant, hat sich die News Innovativ GmbH mit der Vergütungssoftware maXzie zu einem Unternehmen mit zahlreichen nationalen und internationalen Kunden entwickelt. (www.maXzie.de) maXzie ist in über 20 Ländern im gesamten EMEA-Raum (Europe-Middle East-Afrika) im Einsatz“, so Stefan Rüttiger, der mit dem Ausscheiden aus dem News Verlag zum 1. 1. 2026 auch die Anteile seines Bruders Charles Henri Rüttiger an der News Innovativ GmbH übernahm.

„Das Geniale an unserer SaaS-Software maXzie ist, dass sie nahezu in jedem Unternehmen systemunabhängig eingesetzt werden kann und schnell erstaunliche Erfolge zeigt: Vom kleinen 5-Mann-Betrieb bis zum internationalen Großkonzern, vom Hersteller von Staplern, über eine Genossenschaft mit 7.000 Tierärzten, über eine Bank in Österreich bis hin zu einem Mercedes-Autohaus mit 11 Niederlassungen in der Nähe von Berlin. In unserer Region sei als Beispiel die Firma „Odenwälder Marzipan“ in Weilbach genannt.“

#### News Verlag bietet Print- und Online-Reichweite

In fast vier Jahrzehnten haben die Brüder Stefan Rüttiger und Charles Henri Rüttiger aus dem Nichts eine starke Unternehmensgruppe aufgebaut. Ihre vielfältigen Produkte wie die Wochenzeitungen „meine-news Schauenster“ und „meine-news Wochenblatt“ im Landkreis Miltenberg, das Monatsmagazin „Litfaß-Säule“ im Altkreis Buchen und weitere Print- und Onlineprodukte, insbesondere das regionale Onlineportal meine-news.de, sind starke Informations- und Werbeträger und haben ein hohes Image.

Auch wenn man geschäftlich getrennte Wege geht, so bleibt man sich doch in gegenseitiger Wertschätzung verbunden und wünscht sich viel Erfolg.

#### meine-news.de-Beitrag » Karl-Ernst-Gymnasium Amorbach

### Karl-Ernst-Gymnasium erfolgreich im Mädchen-Volleyball

Am Dienstag, dem 09. 12. 2025, wurde in der „Alles klar! Arena“ in Erlenbach der Kreisentscheid im Volleyball von „Jugend trainiert für Olympia“ der Mädchen III/1 (Jahrgang 2011/12) ausgetragen. Die nordbayerischen Vorjahresmeisterinnen aus der achten Klasse, Marie Bachmann, Ayla Demir, Lena Jacob, Nele Morgenroth, Enya Spoerer und Kapitänin Lisa Zöller, fanden dieses Jahr durch die erfahrenen Spielerinnen Valentina Blomberg und Lea Kappes eine gewinnbringende Ergänzung. Die von einigen anwesenden Betreuern als Favorit gehandelte Mannschaft des Karl-Ernst-Gymnasiums (KEG) setzte sich hier zunächst gegen eine Auswahl des Julius-Echter-Gymnasiums Elsenfeld (JEG) ohne Satzverlust (25:10 und 25:03) souverän durch. Dem neu zusammengesetzten Team gelang somit ein Einstand nach Maß in der nächsthöheren Altersklasse.

Das Parallelspiel entschied das Hermann-Staudinger-Gymnasium Erlenbach (HSG) gegen die Main-Limes-Realschule Obernburg (25:23 und 25:22) knapp für sich. Hier zeigte sich ein spannendes Duell auf Augenhöhe. Das „kleine Finale“ beendeten die Obernburger im dritten Satz gegen das JEG siegreich und erreichten somit das Treppchen.

Vor heimischer Kulisse musste sich das HSG den Odenwälderinnen aus Amorbach wiederum in zwei Sätzen geschlagen geben (25:14 und 25:16). Gerade in den ersten Szenen des Spiels wurde deutlich, dass die Konkurrenz aus dem häufig stark besetzten Landkreis Miltenberg für die KEG-lerinnen eine ernstzunehmende Prüfung darstellte. Einige Ungenauigkeiten beim Aufschlag oder Zuspiel schlichen sich ein und man lag erst einmal zurück. Durch kleinere taktische Anpassungen wurde jedoch der Lauf unterbrochen und die Wende eingeleitet. Es folgten spektakuläre Flugeinlagen zur Ballrettung kurz über dem Hallenboden. Auch unterhielten kraftvolle Angriffsschläge das Publikum.

Besonders schön zu sehen war, dass alle Spielerinnen vollen Einsatz zeigten und alle eingesetzt wurden. Hier machte sich auch bemerkbar, dass die erfolgreichen Acht sich bereits lange kennen und gemeinsam spielen.

#### Kurzer Blick nach vorne:

Durch diesen Auftakterfolg ist das Karl-Ernst-Gymnasium nun berechtigt, an der Regionalauscheidung am 14. 01. 26 teilzunehmen. Der Austragungsort wird erneut Erlenbach sein. Neben dem KEG haben sich hier auch das Karl-Theodor-von-Dalberg-Gymnasium Aschaffenburg und das Spessart-Gymnasium Alzenau qualifiziert. Valentin Lindner

Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/222967](http://www.meine-news.de/222967)



**KLEINANZEIGEN**

ganz einfach aufgeben!

[meine-news.de/anzeigen](http://meine-news.de/anzeigen)



meine-news.de-Beitrag »  
Orchester Saitenwind e.V. aus Kleinwallstadt  
Hast du einen musikalischen Vorsatz für das Jahr 2026 gefasst?



Das Orchester Saitenwind e.V. aus Kleinwallstadt sucht dich als Hobby-Musiker. Du spielst ein Streichinstrument, Schlagzeug oder ein Holzblasinstrument? Du hast Spaß an der Musik, bist Hobby-Musiker und suchst als positiven Ausgleich vom Alltag Anschluss an ein passendes Laienorchester? Du wohnst wie wir, verstreut von Kleinostheim bis Laudenbach, am Untermain? Dann herzlich willkommen zu unseren Schnupperproben im Januar:

Am Montag, den 12.01.2026 und 26.01.2026 ab 20:00 Uhr. Wir spielen einen schönen Mix aus Evergreens, traditionellen, klassischen und angesagten Stücken. Kontaktiere uns unter der E-Mail-Adresse: [orchester-saitenwind@web.de](mailto:orchester-saitenwind@web.de) mit Angabe deines Namens und deines Instruments. Wir leiten dir für die Januarproben per E-Mail die entsprechenden Noten zu, damit du schon mal siehst, in welche Richtung es geht. Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223225](http://www.meine-news.de/223225)

meine-news.de-Beitrag » Team Tansania der KJG Mömlingen  
Anstehende Sanierung des Pfarrheims – Team Tansania spendet Erlös aus der Cafeteria



Elfriede Rothermich vom Team Tansania bei der Spendenübergabe an Pfarrer Matthias Rettinger (Mitte) und Kirchenpfleger Robert Faust.

Im Rahmen der letzten Teamsitzung vor Weihnachten überreichte Elfriede Rothermich vom Team Tansania der Katholischen Jungen Gemeinde (KJG) 1.500 Euro als wichtigen Baustein für die Sanierung des Daches und Erneuerung des Bodenbelags im Pfarrheim an Pfarrer Matthias Rettinger und Kirchenpfleger Robert Faust. Das Team Tansania hatte am Mömlinger Adventsmarkt die Cafeteria im Pfarrsaal mit fairem Kaffee und einer vielfältigen, leckeren Kuchenauswahl veranstaltet. Die Betonziegel des Daches sind altersbedingt brüchig und für die geringe Dachneigung aus heutiger Sicht nicht optimal, sodass bei Starkregen immer wieder Wasser eindringt und der Parkettbodenbelag im Pfarrsaal inzwischen stark geschädigt ist. Von Seiten der Diözese, die die erforderliche

Sanierung voraussichtlich mit 30 % bezuschusst, liegt inzwischen die Planungsgenehmigung vor. Die Baumaßnahme mit Gesamtkosten von ca. 170.000,- € soll im nächsten Jahr durchgeführt werden. Der Pfarrsaal wird regelmäßig vom Team Tansania und anderen Gruppierungen der Pfarrgemeinde und auch von örtlichen Vereinen für religiöse, kulturelle und Veranstaltungen, Proben und Versammlungen genutzt. Robert Faust bedankte sich herzlich beim Team Tansania für die Unterstützung und rief auch die weiteren kirchlichen Verbände und Gruppierungen auf, durch kreative Aktionen einen Beitrag zur Finanzierung dieser notwendigen Investition zu leisten. Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/223252](http://www.meine-news.de/223252)

Getränkemarkt

OSTHEIMER

1763

SCHWIND

BRÄU

• Pils • Export • Helles

• Rotgold Jubiläumsbier

20 x 0,5 l  
1 Liter = € 1,65

16,49\*

1763

SPATEN

München

• Weissbier

20 x 0,5 l  
1 Liter = € 1,70

16,99\*

1763

SPATEN

München

• Spaten • Hell

20 x 0,5 l  
1 Liter = € 1,60

15,99\*

1763

J. & W.

Augustiner-Bräu München

gegründet 1528

• Augustiner Lager hell

20 x 0,5 l  
1 Liter = € 1,90

18,99\*

1763

Marie Hausbrenndel

HELL

• Marie Hausbrenndel Helles

20 x 0,5 l  
1 Liter = € 1,70

16,99\*

Große Auswahl – Groß im Service

07.01.2026 – 13.01.2026

TIPP

Black Forest

Deutschlands

kochsalzärmstes Mineralwasser

12 x 0,7 l Glas  
9 x 1,0 l PET  
6 x 1,5 l PET

1 Liter = € 0,71  
1 Liter = € 0,61  
1 Liter = € 0,61

6,49\*

5,99\*

5,49\*

Rosbacher

Mineralwasser

• spritzig • medium • natur

12 x 0,7 l Glas  
12 x 1,0 l PET  
1 Liter = € 0,54

5,99\*

6,49\*

deit

Limonaden

versch. Sorten ohne Zucker

12 x 1,0 l  
1 Liter = € 0,92

10,99\*

Getränkemarkt Ostheimer GmbH

Frühlingstraße 11 • 63839 Kleinwallstadt

Tel.: 0 60 22/65 45 90 • Fax: 0 60 22/65 45 92

[www.getraenkemarkt-ostheimer.de](http://www.getraenkemarkt-ostheimer.de)

E-Mail: [service@getraenkemarkt-ostheimer.de](mailto:service@getraenkemarkt-ostheimer.de)

Unsere Öffnungszeiten:

Mo-Fr: 8.00-19.00 u. Sa: 8.00-18.00

Logo

Logo

meine-news.de-Beitrag » KAB sozial & gerecht aus Miltenberg  
Stammtisch für pflegende Angehörige

Der Pflegestammtisch ist ein geschützter Ort, an dem Menschen einfach mal ihre Situation schildern können. Was es heißt, Tag und Nacht angebunden zu sein, weil die demente Mutter nicht lange alleine sein kann. Wie belastend es ist, wenn der Vater undankbar und mürrisch ist, und man es ihm nie recht machen kann. Wie schwer es ist, mit Krankheit und Sterben von geliebten Menschen umzugehen. Da fließt manches Mal schon eine Träne. Da wird aber auch gemein-

sam gelacht über manche komische Situation. Oder einfach zugehört und zustimmend genickt. Das gegenseitige Zuhören, die Wertschätzung und Solidarität hilft den Menschen, die am zweiten Freitag im Monat um 17 Uhr zum Stammtisch für pflegende Angehörige in den Nebenraum der Gaststätte Centgraf in Bürgstadt kommen. Die eine ist nur einmal dabei. Der andere kommt regelmäßig. Neue sind gerne gesehen. Das Team von KAB sozial & gerecht,

das eigene Pflegeerfahrungen mitbringt, bietet den wertschätzenden Rahmen für dieses kostenfreie Selbsthilfeangebot. Seit September findet es regelmäßig statt. Die ersten Termine im neuen Jahr sind: 9. Januar und 13. Februar. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Informationen gibt es unter pflegestammtisch. sozialundgerecht.com oder Tel.: 0178/2 63 69 71. Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223528](http://www.meine-news.de/223528)

100 JAHRE

HENNIG HAUS

Logo

Logo

Hennig Haus GmbH & Co. KG • Stammsitz und Ausstellung: Großheubach

Ausstellung: Aschaffenburg bei Möbel Kempf

Hennig Anbauten

- sauber, schnell und kreativ!

Hennig

HAUS • FENSTER

[hennig-haus.de](http://hennig-haus.de)

Mehr Info unter: Tel. 093 71-97 42 - 0



## Wild auf Wild?

### Wildprodukte aus heimischen Revieren



**Portioniert & vakuumverpackt**

- Rehbraten
- Hirschbraten
- Wildschweinbraten
- Wildbratwürste
- Wildleberkäse
- Wildbeißer
- Wildschweinschinken
- Wildschweinsalami

**Küchenfertig: Wildgulasch, -bolognese und -rouladen in Dosen**

Bestellen Sie Ihren Bedarf **telefonisch** oder über unsere Homepage **www.wild-auf-wild-kleinwallstadt.de**

Wir wünschen allen Kunden und Freunden Glück & Gesundheit für 2026.

Andrea Geis & Klaus-Peter Gerhart  
Hochstr. 8 · Kleinwallstadt-Hofstetten  
**Tel.: 0170/5895142**  
oder **0171/3629905**  
**info@wild-auf-wild-kleinwallstadt.de**  
Fr. 15 – 18 Uhr oder nach tel. Vereinbarung

**Öffnungszeiten**  
**Januar bis November:**  
**Freitag**  
**13:00 bis 18:00 Uhr**  
**Samstag**  
**9:00 bis 15:00 Uhr**

## meine-news.de-Beitrag » Ferdinand Lang aus Obernburg am Main Letzte Wanderung im alten Jahr

10 Jahre Wanderungen für das Forum 55 Plus im Bereich Obernburg. Für mich als Wanderführer ist es eine Zeit des Kennenlernens. Man hat viele Leute kommen und gehen sehen. Manche sind schon lange dabei. Viele können nicht mehr wandern. Aber es sind auch immer wieder neue Leute dabei. Prima, das heißt, das Interesse besteht an dem, was ich tue. Nun zur Wanderung. Am Mittwoch, den 17. Dezember, hatte ich zur letzten Wanderung im alten Jahr nach Soden eingeladen. Über 40 Bewegungswillige waren gekommen. Nach meiner Begrüßung und einer kurzen Einführung zur Wanderstrecke begannen wir die Wanderung an der Kirche. Die erste Etappe führte serpentinenartig bis zur Marienkapelle oberhalb von Soden. Aus aktuellem Anlass, die Mitwanderin Hedwig Schwarz war kürzlich verstorben, forderte ich die Gruppe zu einer Gedenkmminute auf. Danach setzten wir unseren Weg fort und kamen bald am unteren Parkplatz der Altenburg an. Unterwegs kam mir zu Ohren, dass manche Leute noch nie auf der Altenburg waren, und ich entschloss mich, meine vorgesehene Route zu ändern. Kurze Pause. Die Leute zusammenkommen lassen. Weiter ging's. 300 m berghoch,



An der Altenburg

Foto: Ferdinand Lang

rechts abbiegend erreichten wir dann den oberen Parkplatz mit dem Infoschild zu den Ausgrabungen. Nur noch den steilen Anstieg und schon kamen wir über den mit Sandsteinköpfen gesäumten Weg zur Altenburg. Leider konnten wir keinen Blick ins Innere des Hauses werfen, denn es war abgeschlossen. Nur die Rekonstruktion der Mauer und die äußere Anlage waren zu besichtigen. Danach wanderten wir wieder hinunter, an der Schlossberghütte vorbei, bis hoch zum Antoniusbild. Da wir bei der Burganlage sehr viel Zeit verbrachten, entschloss ich mich, nicht auch noch bis zum weißen Bild zu laufen, sondern gleich, nach

einer kurzen Pause, den Weg direkt hinunter zum Sodener Wanderheim zu nehmen. Von dort war es dann nicht mehr weit bis zum Gasthaus Gemütlichkeit, wo wir dann einkehrten. Dort, auf gutes Essen und Trinken wartend, bedankte sich Wanderfreundin Zita, im Namen der Wanderschar, bei mir, mit einem Präsent für meine Bemühungen. Die Rückkehr zum Ausgangspunkt konnte dann jeder für sich begehen.

**Die nächste Wanderung ist am 21. Januar in Würth.**

Treffpunkt 13.30 Uhr am Parkplatz am Schützenhaus.

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/223141](http://www.meine-news.de/223141)**

## meine-news.de-Beitrag » Main-Limes-Realschule Obernburg aus Obernburg am Main Aufnahmeverfahren der Realschulen im Landkreis Miltenberg

Die Realschule vermittelt neben einer guten Allgemeinbildung vor allem berufsvorbereitende und praktische Grundlagen je nach individueller Begabung. In allen Bereichen der Wirtschaft genießen Absolventen der Realschule große Akzeptanz. Bei entsprechenden Leistungen besteht die Möglichkeit zum Übertritt an das Gymnasium oder die Fachoberschule.

### Informationen zum Infoabend und „Tag der offenen Tür“

Alle Realschulen geben im Rahmen von Infoabenden und/oder einem Tag der offenen Tür einen Einblick in ihr Schulleben und die verschiedenen Fachräume. Bitte beachten Sie daher die Informationen auf den jeweiligen Webseiten.

### Staatliche Realschule Elsenfeld:

Infoveranstaltung mit Führungen am 21. 01. 2026 um 19 Uhr  
Tag der offenen Tür: 18. 03. 2026 ab 16 Uhr  
zusätzliche Führungen am 14. 04. 2026, 16. 04. 2026 und 20. 04. 2026  
[www.rse-online.de](http://www.rse-online.de)

### Johannes-Hartung-Realschule Miltenberg:

Infoveranstaltung am 28. 01. 2026 um 18:30 Uhr  
Tag der offenen Tür am 12. 03. 2026 ab 15 Uhr  
[www.realschule-miltenberg.de](http://www.realschule-miltenberg.de)

### Main-Limes-Realschule Obernburg:

Informationsabend am 12. 01. 2026 um 19:00 Uhr  
Tag der offenen Tür am 25. 02. 2026 ab 16:00 Uhr mit fortlaufenden Führungen  
[www.homepage.main-limes-realschule-obernburg.de](http://www.homepage.main-limes-realschule-obernburg.de)

### Theresia-Gerhardinger-Realschule Amorbach:

Informationsabend: 20. Januar 2026 und  
Donnerstag, 29. Januar 2026  
Tag der offenen Tür: 13. März 2026 von 14 – 18 Uhr mit Führungen und Informationsvorträgen  
[www.tgrsamorbach.de](http://www.tgrsamorbach.de)

### Anmeldung an allen Realschulen

Montag, 11. Mai 2026 bis Freitag, 15. Mai 2026 (14. Mai Feiertag, keine Anmeldung)  
Genauere Informationen finden Sie auf der Homepage der jeweiligen Schule.

Mitzubringen sind:

- Geburtsurkunde oder Familienstammbuch
- Masernimmunitätsnachweis (nur bei Schülerinnen und Schülern, die bereits die Schulpflicht erfüllt haben, oder direkt aus dem Ausland wechseln.)
- Passfoto

- a) für Grundschüler der 4. Klasse: Übertrittszeugnis (08. Mai 2026)
- b) für Mittelschüler: Halbjahreszeugnis
- c) für Gymnasiasten: Halbjahreszeugnis

Außerdem für die staatlichen Realschulen:

- Anmeldung über Schulantrag-Online auf der jeweiligen Homepage der Schule. Bitte ausdrucken und unterschrieben mitbringen!

Für die Theresia-Gerhardinger-Realschule:

- Anmeldung über Schulantrag-Online nicht möglich. Beförderungsantrag auf der Homepage ausdrucken und unterschrieben mitbringen!

Falls vorhanden, bitte an allen Schulen mitbringen:

- Bescheinigungen über Teilleistungsstörungen (Lese-Rechtschreib-Störung)
  - Sorgerechtsbeschluss
- Angemeldete Grundschüler, die im Übertrittszeugnis nicht die Einstufung „geeignet für Realschule/Gymnasium“ erhalten haben, nehmen an einem Probeunterricht teil, der am 19. Mai, 20. Mai und 21. Mai 2026 an der zuständigen Realschule durchgeführt wird. Für den Probeunterricht gelten die gleichen Anmeldebedingungen.

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/220623](http://www.meine-news.de/220623)**

## SeniorenService – Alltagsbegleiter –



Klaus-Peter Zengel

☎ 0170 - 3505059

### Brauchen Sie Hilfe im Alltag?

- Begleitung zu Arztterminen, Behörden, Frisör etc.
- Einkaufs- und Fahrdienste
- Spazieren gehen, Vorlesen etc.

meine-news.de-Beitrag » Jürgen Hahn aus Erlenbach a. Main

## Abwechslungsreiche Angebote für Sport und Reisen

Nach den Weihnachtsferien beginnt der Freizeitclub Kreis Miltenberg e. V. mit seinem Sport- und Reiseangebot 2026.

Am Mittwoch, 7. Januar, startet wieder das Karate-Training ab 17.30 Uhr in der Gymnasiums-halle in Miltenberg und am Donnerstag, 8. Januar, ab 18.00 Uhr in der Barbarossahalle in Erlenbach. Die Badmintonspieler beginnen wieder am Mittwoch, 7. Januar, ab 20.00 Uhr in der Barbarossahalle in Erlenbach mit dem Training. Für Neueinsteiger ist bei beiden Sportangeboten Schnuppertraining möglich.

Unser beliebter Lehrgang Gewaltprävention und Selbstverteidigung findet wieder am Samstag, 25. April, getrennt nach Kindern ab 9 Jahren, Frauen und Männern in der Barbarossahalle in Erlenbach statt. Auf mehrfachen Wunsch bieten wir am Samstag, 24. Januar, eine Fahrt in die Obermaintherme in Bad Staffelstein an. Bei genügend Interesse besteht die Möglichkeit, diese Fahrt in regelmäßigen Abständen

bis Ende April durchzuführen. Am Donnerstag, 12. Februar, findet wieder unsere Traditionsfahrt zur Weiberfastnacht in Köln statt. Ganzjährig fahren wir mit Durchführungsgarantie und Haustürabholung jeden Montag für 8 Tage nach Bad Füssing und nach Marienbad. Weitere Angebote sind Karlsbad, Franzensbad, Weißenstadt, Bad Brambach und Waren. Zur Auswahl stehen 3- bis 5-Sterne-Hotels.

Wir bieten auch Flusskreuzfahrten auf deutschen und vielen europäischen Flüssen an, teilweise auch mit Haustürabholung.

Vom 14. – 17. Mai besuchen wir die Goldene Stadt Prag. Nähere Auskünfte über die verschiedenen Angebote erteilt der Freizeitclub Kreis Miltenberg e. V. unter Tel. 0 60 22/87 83, E-mail [info@freizeitclub-mil.de](mailto:info@freizeitclub-mil.de). An den angebotenen Fahrten können alle Interessenten teilnehmen.

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223426](http://www.meine-news.de/223426)**



meine-news.de-Beitrag » Landratsamt Miltenberg

### Richtige Entsorgung weihnachtlicher Dekoration

Nach den festlichen Weihnachtstagen stellt sich für viele Bürgerinnen und Bürger im Landkreis Miltenberg die Frage, wie weihnachtliche Dekoration umweltgerecht entsorgt werden kann. Die kommunale Abfallwirtschaft des Landkreises informiert daher über die richtige Entsorgung von Lichterketten, Geschenkpapier und weiteren Dekorationsmaterialien.

Elektrische Weihnachtsdekorationen wie Lichterketten, Leuchtfiguren und Musikkarten mit Batterie, Akku oder Kabel gehören nicht in den Hausmüll. Diese sind als Elektroschrott zu entsorgen und können in den dafür vorgesehenen Elektroschrottcontainern in den Kommunen abgegeben werden. Vor dem Einwurf sollten sämtliche Akkus und Batterien entfernt werden. So kann gewährleistet werden, dass wertvolle Rohstoffe sicher recycelt werden können.

Nicht jedes Geschenkpapier darf sofort ins Altpapier. Unbeschichte-

tes Geschenkpapier, leere Schachteln aus Papier und Pappe können in der Altpapiertonne entsorgt werden. Verschmutztes Geschenkpapier und Schachteln werden als Restmüll entsorgt. Beschichtetes, glänzendes oder glitzerndes Geschenkpapier kann aufgrund der Beschichtung das Recycling erschweren. Darum sind diese im Restmüll zu entsorgen. So wird eine Verunreinigung des Altpapiers vermieden und die Recyclingprozesse bleiben effizient.

Dekorationsartikel wie Christbaumkugeln aus Glas oder Kunststoff sowie Lametta aus Kunststoff sind über die Restmülltonne zu entsorgen. Geschenkbänder sollten möglichst aufbewahrt und wiederverwendet werden. Wenn die Bänder nicht mehr verwendet werden können, müssen sie je nach Material unterschiedlich entsorgt werden.

Die kommunale Abfallwirtschaft des Landkreises Miltenberg bittet

alle Bürgerinnen und Bürger, diese Hinweise zu beachten, um einen wichtigen Beitrag zum Umweltschutz zu leisten und die Entsorgungssysteme nicht zu belasten.

Und wenn schon frühzeitig für das nächste Weihnachtsfest vorgesorgt wird, können folgende Ideen berücksichtigt werden:

- Geschenverpackungen aus Stoff oder recyceltem Material verwenden, die mehrfach genutzt werden können.
- Dekorationen aus natürlichen Materialien wie Holz oder Stroh bevorzugen.
- Energiesparende LED-Lichterketten einsetzen, um den Stromverbrauch zu reduzieren.

Für weitere Informationen zur Abfallentsorgung steht die Abfallberatung des Landkreises Miltenberg gerne zur Verfügung.

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223123](http://www.meine-news.de/223123)**

# Björn Bartels

## Ihr Landratskandidat



**Stark. Sozial. Sicher.**

LANDRATSWAHL 2026



POLITISCHE ANZEIGE, Auftraggeber: CSU e. V. Kreisverband Miltenberg, Anzeige steht im Zusammenhang mit der Kommunalwahl am 08.03.2026. Weitere Infos unter: [https://news-verlag-space.de/transparenz/csu\\_wz\\_150-2.pdf](https://news-verlag-space.de/transparenz/csu_wz_150-2.pdf)

meine-news.de-Beitrag » Julia Hohm aus Erlenbach a.Main

### Digital-Sprechstunde für Seniorinnen und Senioren

Wir wollen alle Ihre Fragen rund ums Thema Handy und Internet beantworten: „Wo geht das Ding überhaupt an?“, „Wie schicke ich meinem Enkel eine WhatsApp?“, „Wie buche ich online einen Arzttermin?“, „Wie kann ich Fotos machen und sie verschicken?“, „Könnt ihr mir das mit der Supermarkt-App mal erklären?“.

Das Generationenprojekt am Hermann-Staudinger-Gymnasium lädt Seniorinnen und Senioren zu einer offenen Sprechstunde ein, in der all diese und noch viel mehr Fragen rund um die Nutzung von Smartphone oder Tablet beantwortet werden können. Sie bekommen dabei ganz individuell einen Schüler oder eine Schülerin an die Seite



Dabei ist es egal, ob Sie bereits Vorkenntnisse besitzen oder Anfänger sind – die Jugendlichen gehen speziell auf Ihren jeweiligen Kenntnisstand ein.

Dazu gibt es ein leckeres Getränk aus dem Kinobistro und nette Gespräche mit den Schülerinnen und Schülern.

Kommen Sie einfach ohne Voranmeldung vorbei und bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit (am besten aufgeladen oder mit Ladekabel). Denken Sie ggf. auch an notwendige Passwörter.

Das Generationenprojekt freut sich auf Sie am **Donnerstag, 15.01., von 15 – 16.30 Uhr** im Kino Passage Erlenbach.

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223234](http://www.meine-news.de/223234)**

meine-news.de-Beitrag » DPSG Elsenfeld

### Christbaumsammlung in Elsenfeld und Rück-Schippach

Christbaumsammlung der DPSG am Straßenrand bereitgestellt Elsenfeld am 10. Januar 2026. Die Pfadfinder sammeln in Elsenfeld und Rück-Schippach ausgediente Weihnachtsbäume ein. Die Bäume sollten am Sammlungstag gut sichtbar und auf Spendenbasis

Die DPSG Elsenfeld wünscht frohe Weihnachten und einen guten Start ins neue Jahr.

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223081](http://www.meine-news.de/223081)**

Angebote gültig von Mi., 07.01. bis Sa., 10.01.2026

Inhaber: Stenger Lebensmittel GmbH & Co. KG • Siemensstr. 10 • 63768 Hösbach. Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Abgaben nur in haushaltsüblichen Mengen. Abbildungen können von Originalware abweichen! Alle Preise in Euro. Alle Preise sind Abholpreise.



# STENGER

SO MUSS EINKAUFEN SEIN!

Besuchen Sie uns auch im Internet: [www.edeka-stenger.de](http://www.edeka-stenger.de)



Wir wünschen all unseren Kunden und Mitarbeitern ein erfolgreiches Jahr 2026!

Ihr EDEKA-Team und Familie Stenger

**Melitta Kaffee**  
gemahlener Bohnenkaffee  
vakuumverpackt  
versch. Sorten  
je 500-g-Packung  
(1 kg = 13.98)

statt 9.29  
**6.99\***

**Knorr Basissoße**  
versch. Sorten  
für 3 x 250 ml  
je Packung  
(1 Liter = 1.03)

statt 1.59  
**1.77\***

**Ütje Erdnüsse**  
versch. Sorten  
je 150-/180-g-Dose  
(1 kg ab 8.28)

statt 2.49  
**1.49\***

**Hengstenberg Knax Gewürzgurken**  
Abtropfgewicht: 360 g  
670-g-Glas  
(1 kg = 4.92)

statt 2.99  
**1.77\***

**Milka Schokoladenmilch**  
750-ml-Packung  
(1 Liter = 2.65)

**1.99\***

\*Der Angebotspreis entspricht dem günstigsten Preis der letzten 30 Tage!

In unseren Märkten: Am Mainzer Turm • 63897 Miltenberg Tel: 09371-6680470 und in der Presentstraße 13 • 63939 Würth am Main Tel.: 09372-948380 • Öffnungszeiten: Montag - Samstag 8 - 20 Uhr Wir freuen uns auf Sie!



## VERANSTALTUNGEN

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

## Donnerstag, 08.01.2026

## ■ Bürgstadt

Museum Bürgstadt, Am Mühlgraben 1, 14:00 bis 17:00 Uhr

## ■ Kirchzell

Vereinstreffen mit Bürgermeisterkandidat Patrick Walter, CSU-OV, Fratelli, Hauptstr. 81, 19:00 bis 21:00 Uhr

## ■ Miltenberg

Jahrgang 1946, Thessaloniki, Mainstr., 18:30 bis 22:00 Uhr

## ■ Miltenberg

Junge Trauergruppe, Jugendhaus St. Kilian, Bürgstädter Str. 8, 19:00 bis 21:00 Uhr

## ■ Miltenberg

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

## ■ Miltenberg

Vom Brei zum Familientisch, AELF, Informationsveranstaltung für Angemeldete, online, 09:30 bis 11:00 Uhr

## ■ Miltenberg

Vorlesezeit für Kinder von 4 bis 7: „Tomte Tummetott“, Stadtbücherei, Hauptstr. 194, 15:30 bis 16:00 Uhr

## ■ Miltenberg

„Wer war Coco Chanel?“, Vortrag, VHS, Alte Volksschule, Osteingang, 2. Stock, Mainstr. 62, 19:00 bis 21:30 Uhr

## ■ Mömlingen

Wochenmarkt, Kleiner Dorfplatz, Hauptstr. 70, 13:00 Uhr

## ■ Obernburg a.Main

Progressive Muskelentspannung (PMR), Bürgerhaus (B-OBB), 19:00 bis 20:00 Uhr

## ■ Obernburg a.Main

Queerer Jugend-Treff, Bürgerhaus (B-OBB), 18:30 bis 21:00 Uhr

## ■ Obernburg a.Main

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Missbrauchserfahrungen, Bürgerhaus (B-OBB), 19:00 bis 20:30 Uhr

## Freitag, 09.01.2026

## ■ Bürgstadt

Museum Bürgstadt, Am Mühlgraben 1, 14:00 bis 17:00 Uhr

## ■ Bürgstadt

Stammtisch für pflegende Angehörige, Centgraf Hotel + Restaurant, Josef-Ullrich-Straße 11, 17:00 bis 19:00 Uhr

## ■ Eichenbühl

Theatergruppe Eichenbühl „Sieben unter einem Dach“, Kinder- und Seniorenvorstellung, Pfarrheim, Pfarrgasse 1, 15:00 Uhr

## ■ Eichenbühl

Theatergruppe Eichenbühl „Sieben unter einem Dach“, Abendvorstellung, Pfarrheim, Pfarrgasse 1, 19:30 Uhr

## ■ Miltenberg

Stammtisch Jahrgang 1941, Bistro Erftalbowling, Mühlweg 24, Bürgstadt, 18:00 Uhr

## ■ Miltenberg

Was Kinder lieben: Umgang mit Süßem und Kunterbuntem, AELF, für Angemeldete, online, 16:00 bis 17:30 Uhr

## ■ Obernburg a.Main

Gruppe für Familien mit Kindern mit Downsyndrom, Bürgerhaus (B-OBB), 15:00 Uhr

## ■ Schneeberg

Seniorenachmittag, Alte Kirche Pfarrheim, Hauptstr. 11, 14:00 Uhr

## ■ Trennfurt

Auszeit – Zeit für mich, Pfarrkirche Maria Magdalena, 18 bis 19 Uhr

## Samstag, 10.01.2026

## ■ Bürgstadt

Museum Bürgstadt, Am Mühlgraben 1, 14:00 bis 17:00 Uhr

## ■ Bürgstadt

VdK-Winterwanderung, Einkehr Bistro Erftalbowling, Treffpunkt Rathaus, 14:00 Uhr

## ■ Eichenbühl

Theatergruppe Eichenbühl „Sieben unter einem Dach“, Abendvorstellung, Pfarrheim, Pfarrgasse 1, 19:30 Uhr

## ■ Großheubach

15. Hebbacher Nachturnzug TSV-Fasching, Ortsbereich, 18:00 Uhr

## ■ Großheubach

Christbaumsammeln, Kolpingjugend, 2 Euro pro Baum, 08:30 Uhr

## ■ Miltenberg

Christbaumaktion der Pfarrjugend, nach Anmeldung (Homepage) und gegen Spende, 08:00 Uhr bis 17:00 Uhr

## ■ Miltenberg

KINTSUGI für Multiplikator:innen (Online), [www.trauerwerkstatt-mil.de/kintsugi](http://www.trauerwerkstatt-mil.de/kintsugi), Jugendhaus St. Kilian, Bürgstädter Straße 8, 09:30 bis 15:00 Uhr

## ■ Mömlingen

Ball des Jahres mit Showband „Gloria-Sextett“, Ludwig-Ritter-Halle, Königsberger Straße, 20:00 Uhr

## ■ Obernburg a.Main

Klezmusica mit „Auf dem Weg nach Mazel Tov“, Kleinkunstbühne Kochsmühle, Untere Wallstraße 10, 20:00 Uhr

## ■ Wörth a.Main

Feuerwehr sammelt und entsorgt die Christbäume, gegen Spende, 13:00 Uhr

## Sonntag, 11.01.2026

## ■ Bürgstadt

Impfwasserausgabe beim GZV, 10:00 bis 11:00 Uhr

## ■ Bürgstadt

Museum Bürgstadt, Am Mühlgraben 1, 14:00 bis 17:00 Uhr

## ■ Eichenbühl

Theatergruppe Eichenbühl „Sieben unter einem Dach“, Abendvorstellung, Pfarrheim, Pfarrgasse 1, 17:00 Uhr

## ■ Kleinheubach

Festliches Neujahrskonzert, mit Xingru Qian (Trompete) und Alexander Huhn (Orgel), Evangelische Pfarrkirche St. Martin, Marktstr. 32, 17:00 bis 18:00 Uhr

## Erlenbach

Hähnchen-Balonier  
[www.cityhotel-balonier.de](http://www.cityhotel-balonier.de)  
Eisenfelder Str. 30a  
Tel. 093 72/944 760Sonntags  
Entenschlegel  
Braten-Auswahl  
versch. Beilagen: Knödel,  
Rotkohl, Wirsing, SalatAlle Speisen  
auch zum Mitnehmen  
Tel. Bestellung möglich

## ■ Miltenberg

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

## ■ Miltenberg

Theaterring Freudenberg Miltenberg besucht das Mainfranken-theater, Abfahrtszeiten: 16.00 Großheubach Gasthaus Krone, 16.05 Miltenberg Landratsamt, 16.10 Miltenberg Ärztehaus – Parkapotheke, 16.20 Freudenberg Bhst. RV Bank, 16.30 Mondfeld Bhst. Ortsmitte und Oberdorf, 16.40 Grünenwört, 16:00 bis 22:00 Uhr

## ■ Weckbach

Triff die Bürgermeisterkandidatin, UWL, Dorfzentrum, 11:00 Uhr

## Montag, 12.01.2026

## ■ Amorbach

Krabbeltreff, Richterstr. 1, 10:00 bis 11:00 Uhr

## ■ Bürgstadt

Handarbeitstreff, Quartiersmanagement, Museum, Am Mühlgraben 1, 09:30 bis 11:00 Uhr

## ■ Kleinheubach

Chor CANTA NOVA, Alte Schule, Marktstr. 28, 20:00 bis 21:30 Uhr

## ■ Miltenberg

Vortrag „Auf den Spuren von Agatha Christie“, VHS, Alte Volksschule, Osteingang, 2. Stock, Mainstr. 62, 19:00 bis 21:30 Uhr

## ■ Miltenberg

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

## ■ Miltenberg

MoMo-Treffen, Bäckerei Hench, Hauptstr. 64, 10:00 bis 12:00 Uhr

## Dienstag, 13.01.2026

## ■ Bürgstadt

Herausforderungen im Bereich Katastrophen-, Bevölkerungs- und Zivilschutz, SPD Kreisverband, Bürgerzentrum, Am Mühlgraben 1, 19:00 bis 22:00 Uhr

## ■ Erlenbach a.Main

Spiel und Spaß bei Brettspielen und Co, Stadtbibliothek, Bahnhofplatz, 15:00 bis 17:00 Uhr

## ■ Kleinheubach

Neujahrsumtrunk der Garten- und Naturfreunde, In den Engern/Bildweg, 16:30 Uhr

## ■ Kleinheubach

Wanderung Forum55 Plus Dekanat Miltenberg, nach Rüdenau und zurück (ca. 7,5 km), 13:30 Uhr

## ■ Miltenberg

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

## GOLDANKAUF

WIR KAUFEN IHR ALTGOLD,  
SCHMUCK, BRUCHGOLD,  
ZAHNGOLD, MEDAILLEN ...30%  
PLUS BEI  
NEUKAUFNach Prüfung der  
Legierung erhalten Sie  
SOFORT BARGELD.DER SCHMUCK  
**FILBERT**  
Qualität & ServiceElsenfeld | Miltenberg  
[schmuck-filbert.de](http://schmuck-filbert.de)

## Nächste Woche Mo.- Fr.

Unser Bestes im Angebot:  
**Räuberbrot**Das urig - herzhaft,  
ausgehobene Roggenbrot  
mit Vollkornanteil hat eine  
kräftige Kruste und hält  
sehr lange frisch!und Blätterteigstückchen  
mit verschiedenen FruchtfüllungenElsenfeld, Tel. 06022-8493  
Dorfladen, Tel: 06022-7102454Alles aus regionalem Getreide!  
➔ [www.weigand-brot.de](http://www.weigand-brot.de)

| ÖFFNUNGSZEITEN DER BÜCHEREIEN  | MONTAG        | DIENSTAG                       | MITTWOCH      | DONNERSTAG                     | FREITAG       | SAMSTAG | SONNTAG       |
|--|---------------|--------------------------------|---------------|--------------------------------|---------------|---------|---------------|
| <b>DAMMBACH</b> Kath. Öffentl. Bücherei, Wintersbacher Straße 68 a         | 17:00 – 18:30 |                                |               | 15:00 – 17:00                  |               |         |               |
| <b>ELSENFELD</b> Gemeindebibliothek, Marienstraße 4                        |               | 14:00 – 19:00                  | 14:00 – 18:00 | 10:00 – 12:00<br>14:00 – 19:00 | 14:00 – 19:00 |         |               |
| <b>ERLENBACH</b> Stadtbibliothek, Bahnhofplatz 6                           |               | 10:00 – 19:00                  | 14:30 – 18:00 | 14:30 – 18:00                  | 13:00 – 18:00 |         |               |
| <b>GROSSWALLSTADT</b> Kath. Öffentl. Bücherei, Kirchgasse 4                |               |                                | 09:00 – 11:00 | 17:30 – 19:00                  | 13:00 – 16:00 |         | 10:30 – 11:30 |
| <b>KLEINWALLSTADT</b> Gemeindebibliothek, Hauptstraße 2 in der Marktschule | 14:00 – 18:00 | 10:00 – 12:00<br>14:00 – 18:00 |               | 14:00 – 19:00                  | 14:00 – 18:00 |         |               |
| <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>MÖNCHBERG</b> Öffentliche Bücherei, Hauptstraße 42                      | 15:30 – 17:00 |                                |               | 17:30 – 18:30                  |               |         |               |
| <b>NIEDERNBERG</b> Öffentliche Bücherei, Schulstraße 4                     | 15:00 – 17:00 |                                | 15:00 – 17:00 | 19:00 – 20:30                  | 15:00 – 17:00 |         | 11:00 – 12:00 |
| <b>OBERNBURG</b> Stadtbücherei, Römerstraße 74                             | 16:00 – 19:00 | 08:30 – 11:00<br>16:00 – 19:00 | 08:30 – 11:00 | 16:00 – 19:00                  |               |         |               |
| <b>RÜCK-SCHIPPACH</b> Katholische öffentliche Bücherei, St.-Pius-Straße 25 |               |                                | 16.30 – 18.30 |                                |               |         | 10.00 – 12.00 |
| <b>SULZBACH</b> Kath. Öffentl. Bücherei, Hauptstraße 13                    |               | 09:30 – 12:00                  |               | 16:00 – 19:00                  |               |         | 10.00 – 12.00 |
| <b>WÖRTH</b> Stadtbibliothek, Pfarrer-Adam-Haus-Str. 6b                    |               |                                | 16:00 – 18:00 |                                | 16:00 – 18:00 |         | 11:00 – 12:00 |

Hinweis: Die Tabelle zeigt die Regelöffnungszeiten. Besondere Veranstaltungen der Büchereien werden weiterhin im Veranstaltungskalender abgedruckt.



## VERANSTALTUNGEN

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

### Niedernberg

Mikronährstoffe – kleine Bausteine, große Wirkung, Netzwerk, gesund SEIN, Dieselstr. 2, 19:00 Uhr

### Obernburg a.Main

Li-La-Lesestunde, Vorlesestunde für Kinder von 3 bis 6 Jahren, Stadtbücherei, Römerstr. 74, 17:00 bis 17:30 Uhr

### Obernburg a.Main

Queerer Jugend-Treff, Bürgerhaus (B-OB), 18:30 bis 21:00 Uhr

### Obernburg a.Main

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige, Bürgerhaus (B-OB), 19:30 bis 21:00 Uhr

### Mittwoch, 14.01.2026

#### Breitendiel

Atemtherapiegruppe Miltenberg e.V., Pfarrheim, 16:00 bis 17:00 Uhr

#### Großheubach

Tanzpicknick kostenlos, 17 bis 18 Uhr mit Michael und Bettina, 18 bis 19 Uhr mit Kevin, Gemeinschaftshaus, Freihof 6, 17:00 bis 19:00 Uhr

#### Miltenberg

Flohmarkt Tierhilfe Miltenberg e.V., Laurentiusstr. 19a, 9 bis 13 Uhr

#### Miltenberg

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

#### Miltenberg

Seniorentreff „Café Burgweg“, Kolpinghaus, Burgweg 15, 14:30 Uhr

#### Obernburg a.Main

„Kleiner Roboter Dash macht Blödsinn“, Workshop für Kinder im Alter von 10 bis 13 Jahren, Bürgerhaus (B-OB), 15:00 bis 17:00 Uhr

#### Riedern

SV – Wanderung von Boxbrunn zum Forsthaus Eulbach, Gruppe A: Wanderstrecke 9,5 km, WF: Ingrid Hennich, für Gruppe B sind 2 Kurzwanderungen angeboten, An der Erfbrücke, 10:00 Uhr

#### Wörth a.Main

Gebetskreis, Gebetshaus Maria und Martha, Luxburgstr. 21, 18:00 bis 20:30 Uhr

### Donnerstag, 15.01.2026

#### Bürgstadt

Museum Bürgstadt, Am Muhlgraben 1, 14:00 bis 17:00 Uhr

#### Großheubach

Herzliche Einladung zum Wirtshaus-singen, Goldener Adler, Kirchstr. 13, 19:00 bis 22:00 Uhr

### Langeweile?

Weitere Veranstaltungen auf [www.meine-news.de](http://www.meine-news.de)

#### Miltenberg

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

#### Miltenberg

Pubquiz – Special Edition „Pub Gabbel“, Pub 111, Hauptstr. 111, 19:00 bis 22:00 Uhr

### „Zukunftspakt Pflege“

u. a. Infos zu Vorsorge, Prävention, Demenz sowie Zukunft der Pflege

Vortrag am Do., 15. Januar 2026, 18 Uhr, Frankenhalle Erlenbach

Caritas Sozialstation

St. Johannes e.V., Erlenbach

#### Miltenberg

Vorlesezeit für Kinder von 4 bis 7 Jahren: „Swimmy“, Stadtbücherei, Hauptstr. 194, 15:30 bis 16:00 Uhr

#### Mömlingen

Wochenmarkt, Kleiner Dorfplatz, Hauptstr. 70, 13:00 Uhr

#### Obernburg a.Main

Kleidertausch, Bürgerhaus (B-OB), 17:30 bis 19:30 Uhr

#### Obernburg a.Main

Queerer Jugend-Treff, Bürgerhaus (B-OB), 18:30 bis 21:00 Uhr

#### Obernburg a.Main

Spielenachmittag für alle ab 55 Jahren, Bürgerhaus (B-OB), 14:00 bis 16:00 Uhr

#### Obernburg a.Main

Tri Dosha-Yoga für alle, Bürgerhaus (B-OB), 17:30 bis 19:00 Uhr

**Bordstein geküsst?**  
**Kein Problem!**



Wir bereiten mit dem TÜV-geprüften Wheel-Doctor-Verfahren Bordstein- und Korrosionsschäden an Alufelgen wieder auf – fachgerecht & optisch einwandfrei.

**Rufen Sie uns an.**  
**093 76/9 74 92 10**  
**Collenberg**

**CS OberflächenTechnik**  
Felgenreparatur & Veredelung GmbH  
Zertifizierter Fachbetrieb für Alu-Felgen  
[www.cs-oft.de](http://www.cs-oft.de)

meine-news.de-Beitrag » Heiko Sackenreuther aus Trennfurt

## Besinnliche Neujahrsrede an den Drei Steinen:

## TVT Vorsitzender Horst Heuss mahnt zu mehr Ruhe im Alltag



Foto: Katja Ebert

Traditionell trafen sich am Neujahrsmorgen zahlreiche Wanderinnen und Wanderer an der Totengedenkstätte „Drei Steine“, um gemeinsam in das Jahr 2026 zu starten. Der 1. Vorsitzende des TVT Trennfurt Horst Heuss hielt dort seine Neujahrsrede – eine eindringliche Betrachtung über Zeit, Hektik und die verlorene Kunst der Ruhe.

Heuss blickte zunächst auf das vergangene Jahr zurück, das „wieder an uns vorbeigerast“ sei. Ein zentrales Motiv seiner Rede war

die Frage, warum es Menschen heute so schwerfällt, Ruhe zu zulassen. Heuss erinnerte an frühere Zeiten, in denen Advent und Feiertage stärker von Besinnlichkeit geprägt waren. Heute hingegen dominierten Konsum, Termine und der Druck, ständig präsent zu sein. Gedichte von Roman Herbert, Christa Kluge und Fred Ammon unterstrichen seine Gedanken literarisch.

Ein besonders emotionaler Moment war das Totengedenken. Heuss verlas die Namen der im Jahr

2025 verstorbenen Vereinsmitglieder, darunter langjährige Weggefährten und ein Ehrenmitglied.

Im weiteren Verlauf sprach Heuss über die Herausforderungen verschiedener Generationen. Er plädierte dafür, sich wieder auf das Wesentliche zu besinnen, weniger zu vergleichen und bewusster Pausen zuzulassen.

Zum Abschluss rief Heuss dazu auf, sich für 2026 konkrete Vorsätze für mehr Ruhe und Entspannung zu setzen. Er wünschte allen Anwesenden ein gutes neues Jahr, persönliches Glück und die Fähigkeit, „Zeit und Ruhe zu finden“. Dankesworte an den Musikzug, die Helferinnen und Helfer sowie eine Einladung zum Winterfeuer am 3. Januar rundeten die Veranstaltung ab.

Mit einem letzten Gedicht über den Wert der Zeit endete die feierliche Zusammenkunft an den „Drei Steinen“ – ein Moment der Besinnung, der vielen Besucherinnen und Besuchern spürbar guttat.

Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223471](http://www.meine-news.de/223471)

[www.metzgerei-schuessler.de](http://www.metzgerei-schuessler.de)



**Wochenangebote**

Mo., 05.01.26 – Sa., 10.01.26

**Schweinesteaks**  
natur oder gewürzt, vom Strohschwein, aus eigener Herstellung 100g **1,45 €**

**Hackfleisch** gemischt  
aus eigener Schlachtung 100g **1,20 €**

**Pastrami**  
geräucherte und gegrillte Rinderbrust aus eigener Herstellung 100g **2,70 €**

**Käseknacker und Feuerli**  
aus eigener Herstellung 100g **1,60 €**

**Balkan- oder Chiliwürste**  
mittwochs o. freitags frisch aus dem Rauch, aus eigener Herstellung 100g **1,65 €**

**Kräuterfleischsalat**  
aus eigener Herstellung 100g **1,70 €**

**Rinder und Charolaiserind:** Reul, Ostheim; Unkelbach, Mechenhard  
**Strohschweine:** Berberich, Rüttsdorf

**Schüsslers leckere Küche**

Mo., 12.01.26 – Fr., 16.01.26

**MONTAG**  
**Schinkennudeln mit Gurkensalat**

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

**MITTWOCH**  
**Geflügelpfanne „Süß-Sauer“, dazu Reis**

**DONNERSTAG**  
**Rinderbrust mit Meerrettichsoße, dazu Kartoffeln**

**FREITAG**  
**Gebackener Seelachs mit hausgemachter Remoulade und Salzkartoffeln**

**Zwetschgenknödel Zucker/Zimt, dazu Vanillesoße und Zwetschgenkompott**

*Liebe Kunden, wieder ist ein Jahr mit großen Herausforderungen zu Ende gegangen. Wir möchten uns bei Ihnen für das entgegengebrachte Vertrauen und Ihre Treue ganz herzlich bedanken. Möge Ihnen das neue Jahr ganz viel Glück, Gesundheit und Freude bringen.*  
*Ihre Metzgerei Schüssler mit Team*

**Metzgerei – Partyservice Schüssler | Erlenbach a.M. | Bahnstr. 31 | 09372/5334**  
Filiale Kleinheubach, Friedenstr.33 | Filiale Wörth, Ludwigstr. 8 | Filiale Hobbach, Bayernstr. 65 | Filiale Elsenfeld, Erlenbacher Str. 25

meine-news.de-Beitrag » Café fifty aus Obernburg

## Repair Café

Wir starten am Sonntag, den 18. Januar mit frischem Schwung ins neue Jahr und sind von 10 – 16 Uhr wieder für euch mit unserem bewährten Repair Café da.

Anmeldung erbeten, ab dem 14. Januar ab 9 Uhr unter der Telefonnummer 0 60 22/61 13 05

Wir sehen uns!

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/223651](http://www.meine-news.de/223651)

meine-news.de-Beitrag »

Kleinkunstbühne Kochsmühle aus Obernburg

## Klezmusica mit „Auf dem Weg nach Mazel Tov“

Sind wir nicht alle auf der Suche nach Glück? Uns macht Musik glücklich und so wollen wir uns gemeinsam auf den Weg machen, wollen musikalische Glücksmomente erleben auf dem Weg nach Mazel Tov. Ein großer Teil unseres Repertoires besteht aus traditionellen Klezmerstücken. Das ist die Musik, die ursprünglich bei den osteuropäischen Juden auf Hochzeiten und anderen Festen von umherziehenden Musikern dargeboten wurde. Wir fassen Musik als Weltsprache der Seele auf. Deshalb haben wir auch Stü-

cke und Lieder aus ganz unterschiedlichen Kulturkreisen im Programm. Unsere Musik tanzt, singt, bringt überschwängliche Freude, melancholische Sehnsucht und Trauer des Lebens zum Ausdruck und begleitet uns auf dem Weg nach Mazel Tov.

Weitere Infos zur Veranstaltung auf [www.meine-news.de/event/85168](http://www.meine-news.de/event/85168)

10. Januar 2026  
20:00 Uhr  
Kleinkunstbühne Kochsmühle, Untere Wallstr. 10, 63785 Obernburg



Foto: privat



## PLAKATWAND

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

**Alles rund um's Tier**

**20 Jahre  
Reiterflohmarkt**

Anmeldung  
WhatsApp  
0170 6806352  
Reiterflohmarkt@email.de

**Reithalle Reit- & Fahr Verein  
Mönchberg e.V.**  
Alte Eschauer Straße 63933 Mönchberg

**Pferd, Hund & Co**  
Zubehör, Ausrüstung, Stall/Weide/Bücher uvm.

**08.03.2026**

[www.reitundfahrverein-moenchberg.de](http://www.reitundfahrverein-moenchberg.de)

**GÜTERHALLE  
GLEIS**

**AFTER WORK  
WINTERGRILLEN**

**08.01.  
2026**

ab 17 Uhr Livemusik: noGix

WÖRTH A. MAIN

**Lakefleischbraten**

Unser Lakefleischbraten 2026 findet am

**Samstag, 17.01.2026****am Schützenhaus Hausen**  
statt.

Herzliche Einladung.

Ab 11 Uhr kommt das erste Fleisch  
aus der Glut.

Vorbestellungen möglich.

**Schützenverein Hausen****HÄCKERKALENDER****Bürgstadt****Weingut/Bacchus-Stube Meisenzahl**Freudenberger Straße 32  
vom 5. – 15. 1. 2026  
täglich von 11.30 – 22 Uhr  
(im Außenbereich) geöffnet**Großheubach****Weingut Stock**Kirchstraße 1  
Tel. 0 93 71/28 24  
vom 6. – 11. 1. 2026  
täglich von 12 – 22 Uhr geöffnet  
**Gerhard Schmitt & Enkel Leon Djukic**  
Bachgasse 12  
Tel. 0 93 71/6 84 76  
vom 9. 1. - 8. 2. 2026**Rück/Schippach****Weinbau Hefner, Schalkhaus**Schippacher Straße 11  
Tel. 0 60 22/5 08 38 77  
vom 7. – 25. 1. 2026  
täglich ab 17 Uhr,  
Mi. u. So. ab 11.30 Uhr geöffnet

**KINO**

**Passage** Tel: 09372  
5197

**Das Kult-Kino Programm**  
**Do. 08.01. - Mi. 14.01.**

**Do. - So. 17:30 Uhr**  
**Di. + Mi. 17:30 Uhr****Do. - So. 19:30 Uhr****No ONE WILL KNOW****Fr. + Sa. 21:30 Uhr**  
Ein futuristischer Thriller im  
Paris der Zukunft von 2045**ZONE 3****Kinder Kino Welt**  
**Sa. + So. 15:00 Uhr**  
**Michel muss mehr  
Männchen machen****So. Matinee 12:30 Uhr**  
**Di. + Mi. 19:30 Uhr**Mutterdrama beklemmende  
Realität der postnatalen  
Depression – Jennifer Lawrence  
spielt eine Frau am Abgrund !

**SCHLOSS-THEATER  
MILTENBERG**

**Programm Do., 8.1. – Mi., 14.1.2026**

**NEU IM PROGRAMM**  
Do., Fr., Mo., Di. 17:00  
Sa. 14:00 + 15:30 + 17:15  
So. 13:30 + 15:30 + 17:15  
Mi. 14:00 + 16:00  
**Familienkino am Mi. für 5,- Euro**  
**Checker Tobi 3**  
Do., Fr. 15:30 | Sa., So., Mi. 14:00  
**Familienkino am Mi. für 5,- Euro**  
**SpongeBob  
Schwammkopf  
Piraten Ahoi!**  
Do., Fr., So. 15:30 | Sa. 15:45 + 17:30  
Mo., Di. 17:30 | Mi. 15:30 + 17:30  
**Bibi Blocksberg**  
**Das große Hexentreffen**  
Do., Fr., So. 17:30 | Mo., Di. 19:30  
Mi. 17:45  
**Anaconda**  
Do., Fr., Sa., So., Mo., Di. 19:00  
Mi. 19:30  
**Der Medicus 2**  
Do., Fr., Mo., Di., Mi. 20:00  
Sa., So. 13:00 + 20:00  
**AVATAR 3**  
**Fire and Ash in 3D**  
Do. bis Mi. täglich 16:30  
**AVATAR 3**  
**Fire and Ash in 2D**  
**NEU IM PROGRAMM**  
Do., Fr., Sa., So. 19:30  
**Five Nights at Freddy's 2**  
**Vorpremiere zu 7,50 Euro**  
Mittwoch um 19:15  
**The Housemaid –  
Wenn sie wüsste**  
Ein Hauch von Hollywood  
im Herzen der Altstadt  
Schloss Theater- Hauptstr.103  
[www.schlosstheater-miltenberg.de](http://www.schlosstheater-miltenberg.de)

**BEAVERS**  
**LIVECLUB & MUSIKMUSEUM**

**Fr. 09.01. 20:30 Uhr**  
**BoMassa Experience**  
**Joe Bonamassa &  
Beth Hardt tribute**

**Sa. 10.01. 20:30 Uhr**  
**Everlong**  
**A Foo Fighters tribute**

**Fr. 16.01. 20:30 Uhr**  
**ROX!**  
**Roxette tribute**

**Sa. 17.01. 20:30 Uhr**  
**We Rock Queen**  
**Queen tribute**

**Di 20. & Mi. 21.01. 20:00 Uhr**  
**RudeISingSang**  
**Der Gute-Laune-Mitsingabend!**

**Fr. 23.01. 20:30 Uhr**  
**Bounce**  
**Bon Jovi tribute**

[www.beavers-music.de](http://www.beavers-music.de)  
**Dr.-Gammert-Str. 7a**  
**63906 Erlenbach a. Main**



## meine-news.de-Beitrag » Städtische Musikschule Erlenbach am Main Marimba-Konzert

Im Rahmen eines Workshops findet am **11. Januar 2026 um 15 Uhr** in der Aula der Dr.-Vits-Grundschule Erlenbach ein außergewöhnliches Werkstattkonzert statt. Beteiligt sind internationale Marimba-SolistInnen und u. a. SchülerInnen der städtischen Musikschule: Hanna Unkelbach, Leonard Bracharz, Josef Zimmermann und Paul Kolwig. Der Workshop und das Konzert werden veranstaltet von Marimba Festiva e. V. und unterstützt von der städtischen Musikschule Erlenbach. Organisiert wurde es von Hans Peter Krause.

Marimba Festiva e. V. ist ein Verein, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, die Marimba als eigenständiges Soloinstrument mehr in den Fokus der breiten Öffentlichkeit zu rücken. Im Rahmen der Jugendförderung möchten sie jungen MusikerInnen die Möglichkeit geben, unter der Anleitung internationaler MarimbassolistInnen miteinander zu musizieren. Wir freuen uns, dass das Konzert in Erlenbach stattfindet.

Der Eintritt ist frei!

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223477](http://www.meine-news.de/223477)**


## meine-news.de-Beitrag » Vanessa Wengerter aus Erlenbach a.Main Veganer Mitbringbrunch Erlenbach

Es ist wieder so weit! Mit großer Freude lädt der Familienbeirat erneut zum Erlenbacher Mitbring-Brunch im Jugendzentrum Erlenbach am Main! Der Familienbeirat der Stadt Erlenbach veranstaltet vierteljährlich einen veganen Mitbring-Brunch im Jugendzentrum, bei welchem bitte jeder Gast ein veganes Gericht nach Wahl - herzhaft oder süß, kalt oder warm - mitbringt. Eine vegane Lebensweise ist selbstverständlich nicht nötig, Interessierte können aber sehr gerne zum Veganismus Fragen stellen und sich austauschen! Die Getränke sind gegen Spende zu erwerben,

welche dann an gemeinnützige Tierschutzvereine und Institutionen überreicht werden!

Die Veranstaltung ist kostenfrei. Wir freuen uns schon sehr über eine rege Teilnahme und auf eine schöne Zeit! Anmeldungen oder Fragen bitte an Vanessa Wengerter per Mail an [veganbrunch@wengerter.net](mailto:veganbrunch@wengerter.net).

**Diese Veranstaltung finden Sie auf [www.meine-news.de/event/223621](http://www.meine-news.de/event/223621)**

 25. Januar 2026  
11:00 - 15:00 Uhr  
Jugendzentrum,  
Liebigstraße 49, Erlenbach

## meine-news.de-Beitrag »

Kunstraum in Churfranken e.V. aus Klingenberg a.Main

## Weihnachtsfenster erzählen Musicalgeschichten in den Atelierfenstern der Klingenberger Altstadt



Weihnachtsfenster mit Musicalrequisiten in den Atelierfenstern der Klingenberger Altstadt erzählen Geschichten von den drei Musketieren, König Artus, Elisabeth, dem Phantom der Oper, der Päpstin und Dracula. Der Main-Musical e. V. hat dem Kunstverein Kunstraum in Churfranken e. V. Requisiten aus einer Reihe ihrer Vorstellungen zur Verfügung gestellt. Nachdem der Kunstraum in Churfranken e. V. letztes Jahr die Atelierfenster mit Märchen bereichert hat, haben wir uns dieses Jahr für Musicals entschieden. Die Idee kam vom Bürgermeister Ralf Reichwein und wurde vom Kunstverein gerne entgegengenommen.

Zweck des Kunstvereins ist lt. Satzung, die Förderung, Verbreitung und Vernetzung des Kulturlebens mit den Schwerpunkten: Bildende und darstellende Kunst, Literatur und Musik. Durch dieses selbstlose Engagement vom Kunstverein wird die Aufmerksamkeit auf den Main-Musical e. V. gerichtet und gleichzeitig der Kunstverein für sein ehrenamtliches Wirken zum Wohle der Klingenberger Altstadt präsentiert. Die Hintergrundgestaltung der Fenster wurde von Hans-Dieter Mocka mit Malereien und von Barbara Grimm mit Transparenten und Plakattafeln angefertigt.

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/223087](http://www.meine-news.de/223087)**

## meine-news.de-Beitrag » Brigitte Miltenberger aus Bürgstadt


## Vortrag „Gesund leben und arbeiten in der modernen Welt“

Das Netzwerk gesund SEIN und Patricia Kretzschmar laden zum Vortrag „Gesund leben und arbeiten in der modernen Welt“ ein. Kopfschmerzen, Schlafstörungen oder andere gesundheitliche Probleme gehören in unserer modernen Welt zu den täglichen Herausforderungen. Patricia Kretzschmar zeigt anhand spannender Live-Messungen an diesem Abend, wie Wohn- und Arbeitsumfeld, Technik und Materialien den Schlaf, unser Wohlbefinden und unsere Regeneration beeinflussen.

Der Abend richtet sich an alle, die Gesundheit ganzheitlich verstehen möchten und für sich und ihre Familien dieses Bewusstsein schaffen möchten.

Referentin: Patricia Kretzschmar, Baubiologin IBN, baubiologische Messtechnikerin  
Einlass 18.30 Uhr  
Eintritt frei – wir freuen uns über eine Spende.

**Weitere Infos zur Veranstaltung auf [www.meine-news.de/event/86725](http://www.meine-news.de/event/86725)**

 19. Februar 2026  
19:00 Uhr  
D. Klug, Dieselstraße 2,  
63843 Niedernberg

# BESUCHEN SIE UNS AM 11. JANUAR ZUM TAG DER OFFENEN TÜR

200 EURO  
SPAREN  
AM 11.01.2026\*

**Kieser Klingenberg**  
Babovic, Proch, Rasumov OHG  
Alexander- Wiegand- Straße 30 a  
Telefon (09372) 947 50 70  
[kieser.com](http://kieser.com)

\*Für Neukunden bei Aboabschluss am 11.01.2026.

**KIESER**

KRAFT FÜRS LEBEN



## GÖNN DIR WAS!

### 6 Tage Ein Hauch von Luxus am Gardasee – Benvenuti! ab € 859,-

5/HP \*\*\*\*superior Kristal Palace wenige Meter vom Strand, Dachterrasse mit Außenpool, Whirlpool. Galaabend bei Kerzenschein, Dinner mit See-Spezialitäten, großes Ausflugsprogramm u. v. m.  
16.03. – 21.03.26 EZZ € 250,-

### 4 Tage Ostern im bayerischen Land ab € 669,-

3/HP Landhotel Hoisl-Bräu in Penzberg, 1 Kaffee- u. Kuchenbuffet, Ausflug Starnberger See mit RL und Schifffahrt, Ausflug Drei-Seen-Land mit Besuch Ostermarkt in Bad Tölz, Besuch Häfelermarkt in Nürnberg  
03.04. – 06.04.26 EZZ € 60,-

### 3 Tage Alles im Fluss an der blauen Donau ab € 459,-

3/TP \*\*\*\*superior Maritim Hotel Ingolstadt, Schwimmbad, Stadtführung Ingolstadt, Neuburg, Schifffahrt ab Kehlheim zum Kloster.  
01. – 03.05.; 26. – 28.06.2026 EZZ € 80,-

### 4 Tage Rhododendronblüte im Ammerland ab € 659,-

3/HP \*\*\*\*sup. Hotel Wardenburger Hof, Frühstücksbuffet, tgl. 3-gäng. Abendessen, Ammerland Rundfahrt, Eintritt und Führung Rhododendronpark, Kaffee und Kuchen im Park, Schifffahrt Zwischenahner Meer u. v. m.  
17. – 20.05. EZZ € 100,-

### 4 Tage Moins in Bremen – Schiffe kicken ab € 639,-

3/TP \*\*\*\*sup. Maritim Hotel, 2 x Abendessen, Schwimmbad, Schifffahrt Bremerhaven-Bremen, Stadtführung u. v. m.  
08. – 11.06.; 07. – 10.09. EZZ € 80,-

### 5 Tage Holland – Geschichten von Grachten und Meer ab € 779,-

4/TP \*\*\*\*Atlas Hotel Spijkenisse, 1 x Abendessen, Besuch von Dordrecht, Hafenrundfahrt Rotterdam, Windmühlendorf, Grachtenrundfahrt Amsterdam, Stadtführung Den Haag u. v. m.  
18. – 22.06.; 30.09. – 04.10.; EZZ € 200,-

### 5 Tage Südtiroler Bergsommer ab € 769,-

4/HP, \*\*\*\*sup. Hotel Birkenbrunn, Ausflüge Meran, Kalterer See, Grödnertal u. v. m.  
10. – 14.06.2026 EZZ € 100,-

### 4 Tage Schweizer Traumzüge Bernina- und Glacier Express ab € 799,-

24. – 27.05.2026 Kongress Hotel Davos  
16. – 19.07.2026, 10. – 13.09.2026, 07. – 10.10.2026 Hilton Garden Inn  
3/HP Fahrt im Glacier Express, 2 Klasse Panoramawagen Strecke Chur – Andermatt oder retour, Fahrt Bernina Express, 2 Klasse Panoramawagen Pontresina-Tirano oder retour  
Kongress Hotel Davos € 799,- EZZ € 150,-  
Hilton Garden Inn € 849,- EZZ 100,-

### KURREISEN – Haustürabholung und Busanreise jeden Montag 8 Tage

Bad Brambach 4\* Sante Royale Resort ab € 1.407,- EZZ € 105,-

Wählen zwischen Kennenlernwoche, Radonschnupperkur, Kurlaub

Bad Füssing 4\* Ludwig Thoma Thermalhotel ab € 977,- EZZ € 133,-

Genießer-HP, Getränkepaket zum Abendessen, Leihbadmangel u. v. m

3\*+ Kurhotel unter den Linden ab € 797,- EZZ € 0,-

HP, Nutzung Thermalhallenbad, Sauna

3\* Hotel Füssinger Hof ab € 897,- EZZ € 0,-

Genießer-HP, Getränkepaket zum Abendessen, hoteleigener Wohlbereich u. v. m.

Bad Griesbach 3\*+ Hotel Birkenhof Therapie ab € 547,- EZZ € 0,-

HP, tgl. Kaffee u. Tee, Nutzung Nordic Walking Stöcke

### FLUSSREISEN – Haustürabholung und Busanreise

Donauwalzer Passau – Wien-Budapest-Bratislava-Passau ab € 1.427,-

8 Tage VP 5\*\*\*\* nickoVision

30.03.; 20.04.; 27.04.; 18.05.; 08.06.; 29.06.; 06.07. u. v. m.

Anmeldung gerne persönlich, telefonisch, per Mail unter [busreisen@seitz-ab.de](mailto:busreisen@seitz-ab.de) oder im Internet



# SEITZ

Seitz UG (haftungsbeschränkt) & Co. KG

Reisen

Aschaffenburg

06028 999610

[www.seitzreisen-ab.de](http://www.seitzreisen-ab.de)

meine-news.de-Beitrag » Christian Karches aus Obernburg am Main

## Alphornbläser Mömlingen: Besinnliche Klänge in der St. Martin-Kirche

Mit einem stimmungsvollen Adventskonzert unter dem Titel „Wir warten auf das Christkind“ haben die Alphornbläser Mömlingen am Montagabend, 22. Dezember über 250 Besucherinnen und Besucher in die St. Martin-Kirche gelockt. In der festlich geschmückten Kirche erlebte das Publikum eine musikalische Auszeit vom vorweihnachtlichen Trubel. Die fünf Musiker der Alphornbläser Mömlingen präsentierten gemeinsam mit der Obernburger Stuben-

musik ein abwechslungsreiches und kurzweiliges Programm. Die Stubenmusik, besetzt mit Erwine Knecht an der Harfe und Florian Knecht an der Steirischen Harmonika, setzte dabei feine, warme Akzente und ergänzte die sonoren Alphornklänge auf harmonische Weise.

Ein emotionaler Höhepunkt des Abends war das Schlussstück „Andachtsjodler“. Hier musizierten beide Gruppierungen gemeinsam und schufen einen eindrucksvollen

Klangteppich, der lange nachhallte. Eine besondere Note erhielt das Stück durch Lars Berninger, der das Ensemble zusätzlich mit dem Flügelhorn bereicherte und dem Finale eine berührende Intensität verlieh.

Der Spendenerlös des Abends kommt dem Palliativ-Team Aschaffenburg-Miltenberg zugute. Insgesamt kam eine Spendensumme von 1.300 Euro zusammen.

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223267](http://www.meine-news.de/223267)**

meine-news.de-Beitrag » Edeltraud Hann aus Mömlingen

## Frauenbund Mömlingen: Adventsfeier mit Spendenübergabe



Mitte Dezember trafen sich die Frauen des KDFB Zweigvereins zu ihrer alljährlichen Adventsfeier. Nach einer stimmungsvollen Andacht zum Thema „Licht“ konnten die Frauen an festlich gedeckten Tischen im geschichtsträchtigen Adam-Otto-Vogel-Haus Kaffee, Tee und hausgemachte Weihnachts-

plätzchen genießen. Auch unser Kirchenpfleger Robert Faust besuchte unsere Veranstaltung, da wir eine Spende von 1.000 Euro für die Reparatur der Kirchturmspitze an ihn übergeben konnten. Die Spende wurde uns von einer Mömlinger Familie zur Verfügung gestellt. Herzlichen Dank dafür.

Die Reparatur der Spitze wurde nötig, da offenbar ein Mitbürger die goldene Kugel auf dem Kirchturm für Schießübungen nutzte und durch die Einschlüßende Wasser in die darunterliegende Holzkonstruktion eindrang und diese marode wurde. Die geschätzten Sanierungskosten belaufen sich auf insgesamt ca. 40.000 Euro.

Nach der Spendenübergabe und dem dazugehörigen Gruppenfoto war noch genügend Zeit für den Austausch untereinander und zu Informationen für die nächsten Veranstaltungen.

Unsere **Jahresanfangsgottesdienst** mit Rückblick und Ausblick auf das Jahr 2026 feiern wir am Dienstag, **20. Januar 2026 um 15.00 Uhr** im Adam-Otto-Vogel-Haus. Herzliche Einladung!

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223360](http://www.meine-news.de/223360)**

meine-news.de-Beitrag » Feuerwehr Wörth am Main

## Feuerwehr sammelt und entsorgt Christbäume

Die aktive Mannschaft und die Jugendfeuerwehr sammelt am Samstag, den 10. Januar 2026, wieder die Christbäume im Wörther Stadtgebiet ein. Bitte legen Sie Ihre Bäume gut sichtbar nach draußen. Ab 13 Uhr werden diese eingesammelt und auf dem Grüngutsammelplatz umweltfreundlich entsorgt. Lametta und Christbaumschmuck ist vorher bitte zu entfernen. Mit Ihrer Spende bei der Christbaumsammlung unterstützen Sie wieder die Kinder- und Jugendarbeit des Feuerwehrynachwuchses.

**Diese Veranstaltung finden Sie auf [www.meine-news.de/event/86788](http://www.meine-news.de/event/86788)**



10. Januar 2026, 13:00 Uhr  
Wörth am Main

meine-news.de-Beitrag » Mömlinger Carneval Verein aus Mömlingen

## Kartenvorverkauf für die MCV-Faschingssitzungen

Der Kartenvorverkauf für die drei Faschingssitzungen des Mömlinger Carneval Vereins (Stampensinnen-Sitzung, Prunksitzung und Spaß- und Partysitzung „FunTastico“) findet am **Sonntag, 18. Januar 2026** im MCV Narreneck, Mümlingtalstr. 2, Mömlingen statt.

Die Kampagne steht dieses Jahr unter dem Motto „Kommt alle her und feiert mit, Fasching beim MCV, das ist der Hit!“

### Hier einige Infos zum Ablauf:

Für alle, die die beste Sitzplatzauswahl haben wollen, öffnen wir das Narreneck bereits ab 05:00 Uhr. Während der Wartezeit zeigen wir euch auf der Großbildleinwand Ausschnitte aus früheren MCV Faschingsveranstaltungen und versorgen euch mit Getränken. Ab 08:30 Uhr gibt es dann ein umfangreiches leckeres Frühstücksangebot. Der eigentliche Kartenvorverkauf beginnt um 9:30 Uhr und endet

um 12:00 Uhr. Hierbei gilt die Reihenfolge der tatsächlich anwesenden Personen (Ab 05:00 Uhr wird registriert, wer in welcher Reihenfolge zum Kartenvorverkauf im Narreneck erscheint. Verlässt man das Narreneck verliert man seine Platzierung.)

**Pro Person können maximal 8 Karten für die Stampensinnen Sitzung und maximal 28 Karten für die Prunksitzung und die Spaßsitzung FunTastico erworben werden.**

Ab **Montag, 27. Januar 2025** erfolgt der weitere Kartenvorverkauf bei Lotto-Toto-Treff Susanne Ebert, Bachstraße 5, Mömlingen.

Infos zu all unseren Veranstaltungen sowie Fotos und Videos von unseren letztjährigen Faschingsveranstaltungen und früheren Events finden Sie auf [www.mcv-moemlingen.de](http://www.mcv-moemlingen.de).

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223201](http://www.meine-news.de/223201)**

meine-news.de-Beitrag » Kreisaltenheim Amorbach aus Amorbach

## Bewohnerweihnachtsfeier im Kreisaltenheim

Der Duft von selbstgebackenen Plätzchen, eine tolle Torte auf dem Tisch und viele liebevolle Begegnungen haben diesen Nachmittag besonders gemacht.

Besonders gefreut hat uns, dass auch unsere geladenen Gäste diesen schönen Moment mit uns geteilt haben. Zu ihnen zählten der stellvertretende Landrat Bernd Schötterl, der stellvertretende Bürgermeister der Stadt Amorbach Bernheider Springer, der Bürgermeister der Gemeinde Kirchzell Stefan Schwab, der Bürgermeister der Gemeinde Schneeberg Kurt Repp,

die Leiterin des Stiftungsamtes Aschaffenburg Carola Schießer und der Geschäftsstellenleiter der Sparkasse Amorbach Tobias Geiger.

Als kleine Aufmerksamkeit durfte sich jeder Bewohner außerdem über ein liebevolles Geschenk freuen. Es wurde gelächelt, mitgesungen und die besondere Atmosphäre dieser Zeit gespürt.

Danke an alle, die diesen besonderen Nachmittag begleitet und mit Leben gefüllt haben.

**Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/223120](http://www.meine-news.de/223120)**





meine-news.de-Beitrag » Julius-Echter-Gymnasium aus Elsenfeld

## JEG Elsenfeld und KEG Amorbach: Einführungsklasse nach mittlerem Schulabschluss

Interessierte Schülerinnen und Schüler der Abschlussklassen der Realschulen bzw. der Wirtschaftsschulen und des M-Zweiges der Mittelschulen, die zum Schuljahr 2026/2027 in eine Einführungsklasse eines bayerischen Gymnasiums zum Erwerb des bayerischen Abiturs wechseln möchten, können sich online über die jeweilige Homepage informieren:

[www.julius-echter-gymnasium.de](http://www.julius-echter-gymnasium.de) (Julius-Echter-Gymnasium Elsenfeld) bzw. [www.amorgym.de](http://www.amorgym.de) (Karl-Ernst-Gymnasium Amorbach)

In den jeweiligen Informationsveranstaltungen klären die Schulleitungen über Voraussetzungen, Unterrichtsinhalte, Stundentafel und Formalia auf:

Julius-Echter-Gymnasium Elsenfeld  
Tel.: 0 60 22/83 93,  
Fax: 0 60 22/64 95 09  
E-Mail: [verwaltung@julius-echter-gymnasium.de](mailto:verwaltung@julius-echter-gymnasium.de)  
Informationsveranstaltung:  
29. 01. 2026, 19 Uhr  
Karl-Ernst-Gymnasium Amorbach  
Tel: 09373/9711-3,  
Fax: 09373/ 9711-50

E-Mail: [schule@amorgym.de](mailto:schule@amorgym.de)  
Schnuppertag: am Donnerstag,  
29. 01. 2026

Informationsveranstaltung:  
am Donnerstag, 12. 02. 2026, 18  
Uhr am Karl-Ernst-Gymnasium

Eine Voranmeldung sollte bis spätestens 25. 02. 2026 direkt am gewünschten Gymnasium mit dem Zwischenzeugnis im Original erfolgen.

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223522](http://www.meine-news.de/223522)**

meine-news.de-Beitrag » Pfarrei St. Maria Magdalena aus Trennfurt

## Auszeit – vom Alltag

Herzliche Einladung zur Auszeit in die Pfarrkirche Trennfurt. Eine Auszeit gleich im Januar, wenn das Jahr erst begonnen hat. Viele von uns sind doch schon wieder mitten im Alltagsstress angekommen. Termine, Familie, Hobby, Arbeit, Beruf, Besorgungen, alles muss irgendwie unter einen Hut gebracht werden. Auszeiten sind so wichtig, gerade in unserem Alltag. Das Handy unser ständiger Begleiter, Ablenkung und Stress vorprogrammiert. Unsere Kirchen sind wohl die einzigen Orte, wo diese Ablenkung von außen keinen Platz hat. Orte, um zur Ruhe

zu kommen, neu aufzutanken, Gedanken zu sortieren und dazu noch vollkommen kostenlos, unverbindlich, einfach vorbeikommen und da sein. Berührende Musik und eine schöne Beleuchtung schaffen eine Atmosphäre der Ruhe, die wir alle so dringend benötigen. Wir freuen uns auf unsere Auszeit.

**Diese Veranstaltung finden Sie auf [www.meine-news.de/event/84332](http://www.meine-news.de/event/84332)**



9. Januar 2026  
18:00 – 19:00 Uhr  
Pfarrkirche Trennfurt,  
63911 Trennfurt

## 6 Wochen. Weniger Pfunde. Mehr Wohlbefinden.

Das neue Programm von revitana hilft Frauen, Abnehmblockierer zu lösen – ohne Diät, ohne Verzicht.

Jedes Jahr derselbe Vorsatz: ein paar Kilo weniger, mehr Energie, ein gesünderes Lebensgefühl. Doch Diäten, Fastenkuren oder Apps bringen oft nur kurzfristige Erfolge. Viele Frauen sind frustriert, obwohl sie engagiert starten. „Das liegt nicht an mangelnder Disziplin, sondern an Veränderungen im Körper“, erklärt Maria Göbel, Inhaberin von revitana – Frauen Aktiv Studio in Elsenfeld, Großheubach und Höchst i. Odw. „Wir nennen sie Abnehmblockierer – Prozesse, die Stoffwechsel und Fettverbrennung ausbremsen.“

Hormone, Muskulatur und Schlafrythmus verändern sich ab einem bestimmten Alter. Stress und unregelmäßige Mahlzeiten halten den Körper zudem im Energiesparmodus. Wer dann versucht, über strengen Verzicht oder extreme Diäten gegenzusteuern, erreicht meist das Gegenteil:

Der Organismus schaltet auf Sparflamme, die Leistungsfähigkeit sinkt, und das Gewicht bleibt hartnäckig.

„Der Schlüssel liegt nicht in weniger essen, sondern darin wieder in Balance zu kommen“, sagt Göbel.

Mit dem neuen **6-Wochen-Programm „Neues Jahr. Neues Wohlbefinden.“** bietet revitana ab **Januar 2026** ein Konzept an, das genau hier ansetzt. Zum Start erfolgt eine **Stoffwechselanalyse**, um individuelle Blockierer zu erkennen. Darauf aufbauend werden Ernährung, Bewegung und Entspannung so kombiniert, dass der Körper wieder in seinen natürlichen Rhythmus findet.

Teilnehmerinnen lernen, wie **eiweißreiche, alltagstaugliche Ernährung** ihren Energiehaushalt stabilisiert, wie sanftes Muskel-

training die Fettverbrennung aktiviert und warum Regeneration – etwa durch Lymphmassagen – ebenso wichtig ist wie Aktivität. Begleitet werden sie von ganzheitlich ausgebildeten Gesundheitscoaches.

„Viele unserer Teilnehmerinnen spüren schon nach wenigen Tagen positive Veränderungen“, berichtet Göbel. „Sie schlafen besser, fühlen sich wacher und leichter. Nach sechs Wochen zeigt sich nicht nur weniger Gewicht, sondern auch deutlich mehr Energie und Zufriedenheit.“

Das Programm ist von den Krankenkassen anerkannt und kann **bis zu 100 Prozent erstattet** werden. Interessierte können sich ab sofort informieren und einen Beratungstermin vereinbaren.

Start ist im **Januar 2026** in allen revitana Studios. Weitere Infos unter [www.revitana.de](http://www.revitana.de).

„Abnehmen darf leicht sein – wenn man versteht, was den Körper wirklich blockiert“, so Göbel. „Unser Ziel ist, dass Frauen sich wieder wohlfühlen – in Bewegung, im Alltag und in sich selbst.“



## 6 Wochen. Weniger Pfunde. Mehr Wohlbefinden.

**Lösen Sie Ihre Abnehmblockierer - ohne Diät, ohne Verzicht.**

- ✓ Abnehmblockierer gezielt lösen
- ✓ fitter, leichter & aktiver fühlen
- ✓ Natürlich Ihr Wohlfühlgewicht erreichen
- ✓ Mehr Energie & Balance im Alltag

**Jetzt Platz sichern und starten!**

Das Programm ist von Krankenkassen anerkannt und kann bis zu 100 % erstattet werden.

**revitana**  
Frauen AKTIV Studio  
[www.revitana.de](http://www.revitana.de)

revitana Elsenfeld  
Am Stachus 3  
06022-264939

revitana Höchst  
Albert-Einstein-Str. 9  
06163-938201

revitana Großheubach  
Industriestr. 13  
09371-9480850

**Nur 30  
Plätze frei!**  
Start im Januar -  
Ihre Krankenkasse  
zahlt!





**NICHT NUR ÜBERPINSELN!****Stoppen Sie Schimmel –  
ehe er beginnt.**Vorbeugender Schimmelschutz  
durch mineralische und  
diffusionsoffene Putze und Farben.**Gesund wohnen. Umwelt schonen.**Für eine nachhaltige Schimmelsanierung  
ist Ursachenbekämpfung und  
Schadensbehebung unerlässlich.Wir sind Ihr Fachbetrieb für gesundes  
Raumklima und langlebige Fassaden.**HW Verst GmbH Maler & Verputzer**  
1950 – 2025 [www.verst-gmbh.de](http://www.verst-gmbh.de)**75** *Wir VERSTehen  
unser Handwerk!*  
**Ihr Maler- &  
Verputzerteam**  
**VERST**  
Rufen Sie uns an:  
**093 72/52 54**

Kondenswasser bildet sich  
an Oberflächen, die kühler  
sind als die Raumluft,  
beispielsweise  
an der Innenseite  
von Fensterscheiben.  
Regelmäßiges, gründ-  
liches Lüften hilft, die  
Feuchtigkeit aus dem  
Raum zu bekommen –  
und beugt so langfristig  
Schäden vor.

Foto: DJD/TLS-Dachfenster



**Installation**  
**Antennenbau**  
**Ausstellungsraum**  
**Elektro Hausgeräte**  
**Beratung • Planung • Kundendienst**

**Am Krontal 13**  
**63868 Großwallstadt**  
**Tel. 0 60 22 / 2 57 50**

# WOHNTRAUM

[ bauen. wohnen. leben. ]

## Richtig lüften im Winter: Für ein gesundes Wohnklima sorgen und Schimmelbildung vermeiden

- PR -

(DJD). Während der kalten Jahreszeit verzichten viele Menschen darauf, regelmäßig zu lüften – aus Sorge vor eisiger Zugluft und hohen Heizkosten. Doch wer im Winter nicht richtig lüftet, riskiert mehr als stickige Luft: Feuchtigkeit, Kondenswasser und langfristig sogar Schimmel und Schäden an Fenstern, Wänden oder der Bausubstanz können die Folge sein.

### Möglichst kompletter Luftaustausch

Experten sind sich einig: Mehrmals täglich kurz stoßlüften bei ausgeschalteter Heizung – das ist die beste Vorgehensweise, um Kondenswasser und Schimmel zu vermeiden. Dabei reichen schon fünf bis zehn Minuten. Entscheidend ist ein möglichst hoher Luftaustausch. Idealerweise werden mehrere Fenster, am besten gegenüberliegend, komplett geöffnet. Längeres Lüften mit gekippten Fenstern hingegen ist weniger effektiv und verursacht in erster Linie unnötige Wärmeverluste. Um dies zu vermeiden, raten Fachleute, die Heizkörperventile vor dem Lüften abzudrehen und sie direkt danach wieder zu öffnen. Besonders wichtig: Räume mit hoher Luftfeuchtigkeit wie Bäder oder die Küche sollten unmittelbar nach dem Entstehen von Luftfeuchte, also direkt nach dem Kochen oder Duschen, gelüftet werden. Auch das Schlafzimmer braucht morgens nach dem Aufstehen einen gründlichen Luftaustausch.

### Wenn Dachfenster beschlagen

Gerade wenn das Dachgeschoss zeitgemäß ausgebaut und ordentlich gedämmt ist, kann an Dachfenstern im Winter Kondenswasser entstehen. Dies ist kein Mangel, sondern sichtbar ein Hinweis darauf, dass es Zeit wird für einen Luftaustausch, mehr Informationen gibt es etwa unter [www.tls-dachfenster.de](http://www.tls-dachfenster.de). Quer- und Stoßlüften mehrmals pro Tag sorgt auch hier für eine gute Raumluftqualität und verhindert meist zuverlässig Schimmelbildung. Wer zusätzlich ein automatisches oder sensorgesteuertes Lüftungssystem nutzt, das in die Hausautomation beziehungsweise ins Smarthome integriert ist, kann dauerhaft für ein gesundes Raumklima sorgen, ohne ständig ans Lüften denken zu müssen.

### Fenstertausch reduziert Wärmeverluste und schützt vor Schimmelbildung

Wer alte oder schlecht gedämmte Dachfenster besitzt, sollte diese im Rahmen einer regelmäßigen Wartung überprüfen und gegebenenfalls austauschen lassen. Ein Fenstertausch reduziert Wärmeverluste, senkt das Kondensationsrisiko und schützt langfristig vor Schimmel. Bei Dauerfeuchtigkeit oder wiederkehrendem Kondenswasser am oder rund ums Dachfenster sollte eine professionelle Begutachtung erfolgen, um der Ursache auf den Grund zu gehen – bevor ein teurer Schaden entsteht.

## Expertentipp des VPB: Mit einer Baugruppe günstiger Wohneigentum schaffen

- PR -

BERLIN. Wer urban oder stadtnah in den eigenen vier Wänden leben möchte, merkt schnell, dass nicht nur Bauen teuer geworden ist, sondern schon der Erwerb eines Grundstücks enorm ins Geld gehen kann. Tun sich Menschen zusammen, die ähnliche Vorstellungen davon haben, wie sie wohnen möchten, können sie als Baugruppe die finanzielle Belastung für jede beteiligte Partei senken. „10 bis 20 Prozent der Baukosten lassen sich beim Bauen in der Gruppe sparen“, weiß Thomas Penningh, Präsident der Verbands Privater Bauherren e. V. (VPB). „Die gemeinsame Planung, die Koordination und der gemeinsame Einkauf von Materialien und Leistungen dämpfen die Kosten.“ Hinzu komme noch ein Bonus:

„Wer auf den Bauträger verzichtet, spart auch dessen Gewinnmarge ein.“ Beim Bauen in der Gemeinschaft behalten die Bauherren Einfluss auf Planung und Bauqualität, denn sie sind Bauherren und nicht nur Käufer, wie etwa beim Schlüsselfertigkauf. „Das zahlt sich auch anderweitig aus“, sagt Penningh, „denn wer baut, statt schlüsselfertig zu kaufen, der muss auch nur auf den Grundstückspreis Grunderwerbsteuer bezahlen und nicht aufs bezugsfertige Objekt.“ Das senkt auch die Notargebühren, die sich nach dem beurkundeten Kaufpreis richten. Ohne Architekt lässt sich solch ein Projekt nicht realisieren. „Dieser sollte erfahren sein in der Betreuung einer Baugruppe“, rät der VPB-Präsident. „Da

ist neben der Projektsteuerung auch Aufklärungsarbeit, Moderation und etwas Psychologie gefragt.“ Das heißt auch: „Wer sich zu einer Baugruppe zusammenfindet, braucht fundierte, unabhängige Beratung – und zwar sowohl einzeln als auch in der Gruppe“, betont Penningh. „Das gilt für rechtliche und technische Fragen der Vertragsgestaltung, wie auch zu Fragen der Bauqualität während des Baus.“ Denn auch wenn in der Gruppe manches einfacher scheint, so muss sich jeder Einzelne mit allen Fragen des Planens, Bauens und Finanzierens auseinandersetzen – genau wie beim individuell geplanten Einfamilienhaus. Die finanziellen Anreize verbinden sich bei vielen solcher

Projekte mit dem sozialen Gedanken: als Gemeinschaft ein Zuhause zu schaffen. „Eine wichtige Grundlage sind die Verträge innerhalb der Baugruppe: was zum Beispiel passiert, wenn jemand ausscheidet, aus welchem Grund auch immer – wie es dann geordnet weitergeht.“ Gleich zu Beginn zeige sich in der Regel, ob die Gemeinschaft funktioniert: „Die Leute müssen zusammenpassen und gemeinsam Konflikte lösen können, die immer beim Bauen auftreten“, sagt Penningh. „Das wird man nicht gleich beim ersten Treffen herausbekommen, aber es zeigt sich meist sehr schnell, ob jemand teamfähig ist oder nicht.“





Die positiven Merkmale eines Massivholzbetts reichen weit über die antibakteriellen Eigenschaften hinaus.  
Foto: IPM/Voglauer

## Gesunder Schlaf im Winter: Ein Massivholzbett bietet mehr als nur Gemütlichkeit

Die kalte Jahreszeit ist oft untrennbar mit dem Beginn der jährlichen Erkältungswelle verbunden. Während draußen die Temperaturen sinken, steigt in geschlossenen Räumen die Wahrscheinlichkeit, sich mit Keimen und Viren anzustecken. „Gerade das Schlafzimmer, in dem wir etwa ein Drittel unseres Lebens verbringen, sollte ein Ort der Regeneration und des Schutzes sein“, so Andreas Ruf, Geschäftsführer der Initiative Pro Massivholz (IPM). An dieser Stelle kommt ein natürliches Material ins Spiel, das weit mehr leistet, als nur eine warme Ästhetik zu bieten – Massivholz.

Massivholzbetten zeichnen sich durch eine besondere, oft unterschätzte Eigenschaft aus: Ihre natürliche antibakterielle Wirkung. „Wissenschaftliche Studien belegen, dass verschiedene Holzarten, insbesondere Harthölzer

wie Eiche oder Buche, aber auch Nadelhölzer wie Kiefer, dank ihrer natürlichen Inhaltsstoffe wie Gerbsäure oder Harze, das Wachstum von Keimen und Bakterien aktiv hemmen können“, erklärt Ruf. Im Gegensatz zu künstlichen oder glatten Kunststoffoberflächen entzieht Holz Mikroorganismen die zum Überleben nötige Feuchtigkeit. Dieser hygroskopische Effekt, kombiniert mit den keimtötenden Holzinhaltsstoffen, sorgt ganz natürlich für eine sauberere und hygienischere Schlafumgebung. Gerade in Zeiten erhöhter Infektionsgefahr stellt dies einen signifikanten Vorteil für die Gesundheit dar.

### Weitere Vorteile von Massivholz

Die positiven Merkmale eines Massivholzbetts reichen jedoch weit über die antibakteriellen Eigenschaften hinaus und machen es zu einer lohnenden Investition für das Wohlbefinden.

Dazu zählt zum Beispiel die Schaffung eines optimalen Raumklimas: Massivholz ist ein atmungsaktiver Naturstoff. Es reguliert die Feuchtigkeit im Raum, indem es überschüssige Luftfeuchtigkeit aufnimmt und bei trockener Luft wieder abgibt. Das Ergebnis ist ein ausgeglichenes und gesünderes Schlafklima, das besonders für Allergiker und Menschen mit Atemwegserkrankungen vorteilhaft ist.

Auch die Langlebigkeit und Stabilität von Massivholzmöbeln ist ein nicht zu vernachlässigender Vorteil. Dank der robusten Bauweise und der natürlichen Widerstandsfähigkeit des Materials hält es hoher Belastung stand. Die Stabilität sorgt nicht nur für einen ruhigen Schlaf ohne störende Quietschgeräusche, sondern macht das Bett auch zu einer nachhaltigen und wirtschaftlich sinnvollen Langzeitinvestition. „Die natürliche Optik

strahlt eine unnachahmliche Wärme und Geborgenheit aus, die das Schlafzimmer in eine wahre Wohlfühlzone verwandelt und nachweislich zur Entspannung beiträgt. Die Entscheidung für ein Massivholzbett ist damit eine Entscheidung für gesunden Schlaf, Langlebigkeit und die Rückbesinnung auf natürliche Materialien“, schließt Ruf.

IPM/RS

## Teichpflege im Winter: Warum ein Gartenteich auch in der kalten Jahreszeit Aufmerksamkeit braucht

(djd). Wenn der Gartenteich still unter einer Eisschicht ruht, scheint alles im Winterschlaf zu liegen. Tatsächlich aber steht das empfindliche Ökosystem vor seiner größten Belastungsprobe. Denn gerade jetzt entscheidet sich, wie gesund das biologische Gleichgewicht ins Frühjahr startet. Wer auf kontinuierliche Pflege setzt, verhindert Sauerstoffmangel, Faulgase und Fischverluste. Diese vier Tipps zeigen, worauf es in der kalten Jahreszeit wirklich ankommt.

### Tipp 1: Technik überprüfen und schützen

Nicht frostsichere Geräte wie Teichpumpen, Wasserspeier oder Fontänen sollten weiterhin ausgeschaltet, entleert, gereinigt und frostfrei gelagert werden. „Gefrierendes Wasser kann enormen Druck entwickeln und Geräte beschädigen“, erklärt Teichexperte

Uwe Kohler von Söchting Biotechnik. So bleibt die Technik funktionstüchtig für den Neustart im Frühjahr.

### Tipp 2: Sauerstoff dauerhaft sicherstellen

Im Winter ziehen sich die Fische in die tieferen Teichebenen zurück. Ihr Stoffwechsel kommt weitgehend zum Erliegen, sie fallen in eine Art Winterstarre und essen nichts mehr. Doch Sauerstoff brauchen sie weiterhin. Gleichzeitig zersetzen sich Laub, Futterreste und abgestorbene Pflanzenteile – dabei entstehen giftige Faulgase wie Schwefelwasserstoff und Methan. Besonders unter einer geschlossenen Eisdecke wird der Gasaustausch blockiert. Um den Sauerstoffgehalt im Wasser aufrechtzuerhalten, helfen Eisfreihalter und Pflanzenstiele, die durch das Eis ragen. Sinnvoll sind außerdem sogenannte Oxydatoren, die auch

ohne Strom und Schläuche für eine kontinuierliche Sauerstoffversorgung direkt im Wasser sorgen. Die genaue Funktionsweise ist etwa unter [www.oxydator.de](http://www.oxydator.de) erklärt.

### Tipp 3: Teich regelmäßig reinigen

„Faulgase sind giftig für alle Unterwasserbewohner und senken zusätzlich den Sauerstoffgehalt“, warnt Uwe Kohler. Blätter, Zweige und Pflanzenreste sollten deshalb auch im Winter bei offenem Wasser regelmäßig mit dem Kescher entfernt werden. Hat sich bereits Faulschlamm gebildet, kann man diesen mit speziellen Saugern vom Teichgrund entfernen.

### Tipp 4: Pflanzen bewusst stehen lassen

Röhrriech und Wasserpflanzen sollten erst im Frühjahr zurückgeschnitten werden. Ihre Stängel unterstützen den



- PR -

Mit den richtigen Pflegetipps kommt der Teich gut durch den Winter und ist auch an kalten Tagen hübsch anzuschauen. Foto: DJD/Söchting Biotechnik/Andrea - stock.adobe.com

Gasaustausch und dienen Insekten als Winterquartier. Vergilbte Blätter sollten jedoch regelmäßig entfernt werden, bevor sie ins Wasser fallen.

### Kontinuierliche Pflege zählt sich aus

Wer seinen Teich über die Wintermonate im Blick behält, wird im Frühjahr belohnt: Wenn im April die ersten Seerosen wieder austreiben und die Fische vital durch das klare Wasser ziehen, wird sichtbar, was kontinuierliche Winterpflege bewirkt.



## Parkett-Studio Röder

**Kompetenz aus erster Hand**

**Große Parkett-, Laminat- und Designbodenausstellung**

**Unser Leistungsprogramm:**

- Böden: Massivparkett, Fertigparkett, Laminatböden, Designböden
- Schleifen und Versiegeln/Ölen von Altböden
- Schleifen von Holztreppen
- Sonderanfertigung Treppen
- Schleifmaschinenverleih
- Estrich fräsen

**Michael Röder, Dipl.-Ing. (FH) Holztechnik Parkettlegermeister**

Öffnungszeiten: Di. – Fr. von 9 – 12 Uhr und nach Terminvereinbarung, Sa. nur mit Terminvereinbarung  
Hauptstr. 35 – 37, 63911 Klingenberg  
Tel. 0 93 72/40 89 51 · Fax 40 89 52  
[www.parkett-studio-roeder.de](http://www.parkett-studio-roeder.de)

# KBS

**Schornsteinsanierung GmbH**

Miltenberg • Tel. 0 93 71 / 30 01

E-Mail: [kbs.schornstein@t-online.de](mailto:kbs.schornstein@t-online.de)

Wir sagen Dank und wünschen ein friedvolles neues Jahr.






## GESUNDHEIT IM FOKUS

## Zweimal gerettet durch Blutspenden – BSD mit neuer Empfängerergeschichte zum Jahreswechsel

Blutspenden retten Leben – manchmal sogar mehr als einmal. In einer neuen Empfängerergeschichte, die der Blutspendedienst des Bayerischen Roten Kreuzes (BSD) aktuell in einem Video unter [www.blutspendedienst.com/barbara](http://www.blutspendedienst.com/barbara) veröffentlicht, erzählt Barbara, wie sie gleich zweimal auf lebensrettende Blutkonserven angewiesen war: nach der Geburt ihrer Tochter infolge einer schweren Blutung und Jahre später im Rahmen einer Lebertransplantation.

Nach der Geburt ihrer Tochter verlor sie plötzlich eine große Menge Blut – die Plazenta hatte sich nicht richtig von der Gebärmutter gelöst. Nur dank Bluttransfusionen konnte sie die Notfall-OP überleben. Vier Jahre später folgte die nächste Krise: Wegen einer Autoimmunerkrankung benötigte Barbara eine Lebertransplantation und erneut waren Blutspenden entscheidend,



Foto: Pixabay

um den Eingriff zu überstehen. Heute ist Barbara unendlich dankbar, dass sie ihre Tochter aufwachsen sehen konnte: „Ich wollte wenigstens erleben, dass meine Tochter 18 wird. Jetzt ist sie 18 – und ich merke: Ich möchte noch so viel mehr.“

Diese emotionale Geschichte steht stellvertretend für unzählige Menschen und Schicksale. Sie verdeutlicht einmal mehr, wie unerlässlich eine verlässliche Blutversorgung für das Leben und Überleben tausender Mitmenschen allein in Bayern ist – auch und gerade zum

Jahreswechsel. Während viele Menschen im wohlverdienten Urlaub sind, bleibt der Bedarf in den Kliniken jedoch unvermindert.

Der BSD bietet im Januar mehrere hundert Gelegenheiten, mit guter Tat ins neue Jahr zu starten. Alle aktuellen Termine des laufenden

Monats, eventuelle Änderungen sowie Informationen rund um das Thema Blutspende sind kostenfrei unter 08 00/1 19 49 11 (Mo-Do 8 bis 17 Uhr, Fr 8 bis 16 Uhr) oder unter [www.blutspendedienst.com](http://www.blutspendedienst.com) tagesaktuell abrufbar. Eine entsprechende Reservierung im Vorfeld ist erforderlich.

**Blutspendetermine:**

**Mittwoch, 21. 01. 2026, 16.30 – 20 Uhr**

63785 Obernburg, Jahnstr. 7, Stadthalle

Bitte Termin reservieren: [www.blutspendedienst.com/obernburg](http://www.blutspendedienst.com/obernburg)

**Donnerstag, 22. 01. 2026, 16 – 19.30 Uhr**

63820 Elsenfeld, Adam-Zirkel-Str. 6, Kath. Pfarrheim Elsenfeld

Bitte Termin reservieren: [www.blutspendedienst.com/Elsenfeld](http://www.blutspendedienst.com/Elsenfeld)

**Montag, 26. 01. 2026, 16.30 – 20 Uhr**

63920 Großheubach, Bachgasse 44, Grund- und Mittelschule

Bitte Termin reservieren: [www.blutspendedienst.com/grossheubach](http://www.blutspendedienst.com/grossheubach)

**Donnerstag, 29. 01. 2026, 17 – 20 Uhr**

63839 Kleinwallstadt, Weibersweg 22, Josef-Anton-Rohe Grund- und Mittelschule

Bitte Termin reservieren: [www.blutspendedienst.com/Kleinwallstadt](http://www.blutspendedienst.com/Kleinwallstadt) (Quelle: BSD BRK)

## Elektrolyte: Die unsichtbaren Helfer im Hintergrund

Elektrolyte nehmen eine Schlüsselrolle im menschlichen Körper ein. Sie sorgen beispielsweise für einen ausgeglichenen Flüssigkeitshaushalt, unterstützen die Funktion von Nerven und Muskeln und tragen zur Regulation des pH-Wertes bei. Der Körper kann Elektrolyte nicht selbstständig herstellen, weshalb sie regelmäßig über die Ernährung aufgenommen werden müssen.

**Was sind Elektrolyte?**

Elektrolyte sind lebensnotwendige Mineralstoffe, die in Körperflüssigkeiten gelöst als elektrisch geladene Teilchen (Ionen) vorliegen.

Sie ermöglichen zahlreiche lebenswichtige Prozesse, darunter den Transport von Nervenimpulsen und die Muskelkontraktion.

**Die wichtigsten Elektrolyte und ihre Funktionen**

- Natrium: Reguliert zusammen mit Chlorid den Wasserhaushalt und ist an der Impulsweiterleitung beteiligt.
- Kalium: Ist für die Funktion von Muskel- und Nervenzellen unerlässlich.
- Calcium: Unterstützt die Muskelkontraktion, die Blutgerinnung und die Festigkeit der Knochen.

• Magnesium: Trägt zur Energiegewinnung und Muskelfunktion bei.

• Chlorid: Bildet mit Natrium und Kalium die Basis der Flüssigkeitsverteilung im Körper und beeinflusst den Säure-Basen-Haushalt.

**Typische Quellen für Elektrolyte**

- Natrium und Chlorid: u.a. in Speisesalz (Kochsalz), Brot, Käse
- Kalium: in Obst (z. B. Bananen, Aprikosen), Gemüse (z. B. Kartoffeln, Spinat) und Hülsenfrüchten
- Calcium: in Milchprodukten wie Joghurt, Käse und Milch sowie in bestimmten Mineralwassern
- Magnesium: in Vollkornprodukten, Nüssen, Samen und Hülsenfrüchten.

Generell ist es ratsam, den Verzehr verarbeiteter Lebensmittel zu reduzieren und den Verzehr unverarbeiteter Lebensmittel, wie Vollkornprodukten, Obst und Gemüse, zu steigern.

**Bedarf und Risiken**

Der individuelle Bedarf an Elektrolyten variiert je nach Alter, Gesundheitszustand und Lebensweise. Bei ausgewogener Ernährung wird der Tagesbedarf an Elektrolyten in der Regel gedeckt. Ein Mangel kann beispielsweise durch Alkohol, starke körperliche Belastung, übermäßiges Schwitzen, Durchfall oder unzureichende Zufuhr entstehen und sich in Symptomen wie Kopfschmerzen, Muskelkrämpfen, Müdigkeit oder Herzrhythmusstörungen äußern.



Bei körperlicher Anstrengung ist es wichtig, auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu achten, um Elektrolytverluste auszugleichen.

Foto: Freepik

**Praktische Tipps für eine ausgewogene Elektrolytversorgung**

- Auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung achten, die reich an frischem Gemüse, Obst, Milchprodukten, Vollkornprodukten und Hülsenfrüchten ist.

- Bei körperlicher Anstrengung oder starkem Schwitzen auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten, um Verluste auszugleichen.
- Speisesalz sparsam verwenden, um eine überhöhte Zufuhr von Natrium zu vermeiden.
- Nahrungsergänzungsmittel nur bei tatsächlichem Bedarf und nach ärztlicher Rücksprache einnehmen.

Eine bedarfsgerechte Aufnahme von Elektrolyten ist für den Erhalt der Gesundheit wesentlich. Durch eine bewusste Auswahl und Kombination von Lebensmitteln wird in den meisten Fällen eine ausreichende Versorgung sichergestellt. (Quelle: Debeka)



Foto: pixabay

**Apotheken-Notdienst**

Die aktuellen Notdienste finden Sie unter diesem Link:

[www.blak.de/notdienstsuche](http://www.blak.de/notdienstsuche)

**Zahnärztlicher Notdienst**

Aus Gründen der Aktualität stehen uns keine Notdienste mehr zum Abdruck zur Verfügung; im Notfall finden Sie die aktuellen Angaben unter [www.notdienst-zahn.de](http://www.notdienst-zahn.de)

**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 71/6 68 55-0

HELIOS Klinik Erlenbach: 0 93 72/700-0

Bereitschaftspraxis an der Helios Klinik in Erlenbach:

Samstag, Sonntag und Feiertag: 09.00 bis 21.00 Uhr

Mittwoch und Freitag: 16.00 bis 21.00 Uhr

Montag, Dienstag, Donnerstag: 18.00 bis 21.00 Uhr





meine-news.de-Beitrag » Helmut Leibmann aus Elsenfeld

## Senioren in Rück-Schippach feierten Advent

In der Adventszeit lud das Senioren-Team von Rück-Schippach zu einem gemütlichen Kaffeemittag in das alte Rathaus ein. Hier erwartete die Senioren ein adventlich geschmückter Tisch und außer

Kaffee natürlich leckeren Kuchen. Mit Gedichten und Geschichten wurde auf die weihnachtliche Zeit eingestimmt.

Selbst der Nikolaus vergaß uns Ältere nicht. Unser Singen von Weihnachtsliedern wurde von Alfred Happel mit der Ziehharmonika und Manfred Cabanski mit der Mundharmonika begleitet.

DANKE an alle, die dazu beigetragen haben, dass es ein adventlicher, kurzweiliger und abwechslungsreicher Nachmittag wurde, auch an die Kuchenbäcker und das Team. Ein besonderer Dank an den Bauer-Markt für die gespendeten Äpfel und Mandarinen. Wir freuen uns auch im neuen Jahr auf viele schöne Seniorennachmittage in geselliger Runde.

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/223198](http://www.meine-news.de/223198)



meine-news.de-Beitrag » S B aus Hobbach

## Ein Stück Dorfgeschichte geht zu Ende: Schließung „Gemischtwaren Fuchs“

Mit Wehmut und großem Dank verabschiedet sich unser Dorf von einem ganz besonderen Ort. Nach vielen Jahrzehnten schließt der beliebte Dorfladen „Gemischtwaren Fuchs“ seine Türen. Der kleine Laden war weit mehr als nur eine Einkaufsmöglichkeit – er war ein Treffpunkt, ein Ort des Austauschs, ein Stück Heimat mitten im Dorf. Hier traf man sich auf einen kurzen Plausch, tauschte Neuigkeiten aus und fand neben Brot, Milch und Zeitung auch Wärme und Menschlichkeit.

Zuletzt führte Monika Fuchs den Laden mit großem Engagement, mit Herz und Seele. Sie kannte ihre Kundinnen und Kunden, wusste, wer eine helfende Hand braucht und wer einfach ein freundliches Wort nötig hat. Ihr Lächeln, ihre Zuverlässigkeit und ihre Herzlichkeit haben das Leben im Dorf über viele Jahre bereichert.



Mit der Schließung von „Gemischtwaren Fuchs“ geht ein Stück Dorfgemeinschaft verloren – ein Ort, an dem man sich kannte, wo Nähe und Zusammenhalt selbstverständlich waren. Doch die Erinnerungen an all die schönen Begegnungen, die herzlichen Gespräche und das tägliche Miteinander bleiben lebendig.

Im Namen aller Bürgerinnen und Bürger möchten wir, die Dorfgemeinde, von Herzen Danke sagen. Danke, liebe Monika Fuchs, für deine unermüdliche Arbeit, deine Freundlichkeit, dein offenes Ohr und deinen unerschütterlichen Einsatz für uns alle. Du hast mit deinem Laden über viele Jahre hinweg nicht nur Waren verkauft, sondern Menschlichkeit geschenkt.

Dein Dorfladen war ein Ort, an dem man sich zu Hause fühlte – und das ist ein Geschenk, das man nicht hoch genug schätzen kann. Wir wünschen dir für die Zukunft alles Gute, Gesundheit, Zufriedenheit und viele schöne Momente – nun darfst du dich zurücklehnen und die Früchte deiner Arbeit genießen.

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/223174](http://www.meine-news.de/223174)

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/223174](http://www.meine-news.de/223174)

meine-news.de-Beitrag » Pater Nelson Kloster Engelberg

## Pater Akhil, ein willkommenes Weihnachtsgeschenk



von links: nach dem Godi am 21. 12. 2025 Pater Nidhin, Pater Nelson und Pater Akhil mit einer Gottesdienstbesucherin Foto: privat

Mit Pater Fr. Akhil Vincent Karmala ist das Patresteam auf dem Engelberg nun vollständig.

Der 31-jährige Pater stammt aus Kerala, Indien, wurde am 20. Ap-

ril 2024 zum Priester geweiht und bringt eine beeindruckende Ausbildung mit: ein Studium der Philosophie und Theologie, einen Bachelor in Sozialer Arbeit, einen Master

in Soziologie – und Deutschkenntnisse vom Goethe-Zentrum in Trivandrum. Zuletzt war er als Kaplan und Vizedirektor einer Schule in Assam tätig.

Die Begrüßung auf dem Engelberg wurde mit einem eigens verfassten Gedicht von Franz Knebel besonders festlich. Gemeinsam mit Pater Nelson und Pater Nidhin wird Pater Akhil nun die Seelsorge auf dem Engelberg bereichern.

Die Gemeinde wünscht ihm viel Freude, Gottes reichen Segen und einen guten Start – frisch und mutig ans Werk in dieser besonderen, spirituellen Heimat!

Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223075](http://www.meine-news.de/223075)

**Du kannst reden, überzeugen & verkaufen?**  
**Bist kreativ, clever, kommunikativ?**

**Willkommen – wir brauchen genau dich**

**als Werbeberater m/w/d in Voll- oder Teilzeit!**

**WIR FREUEN UNS AUF DEINE BEWERBUNG!**

**news verlag**  
 Erfolg gestalten

Bianka Westermann  
 Teamleiterin Wochenzeitung

News Verlag GmbH & Co. KG | Miltenberg

[www.news-verlag.de](http://www.news-verlag.de)

## STELLENANZEIGEN

## KOMM IN UNSER TEAM

Der Abwasserzweckverband Main-Mud Miltenberg, eine Körperschaft des öffentlichen Rechts, mit Sitz in Miltenberg, bietet zum nächstmöglichen Zeitpunkt Stellen in folgenden Berufen:



**FACHARBEITER IM TECHNISCHEN BEREICH M/W/D**  
 in Vollzeit (39 Std./Woche)

**BETRIEBSELEKTRIKER M/W/D**

## ► WIR BIETEN:

- ein unbefristetes Beschäftigungsverhältnis an einem krisensicheren Arbeitsplatz
- eine interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit im Umweltschutz
- Vergütung nach TVÖD-VKA, jährliche Leistungsbezüge und Weihnachtsgeld
- moderne Arbeitskleidung und praktische Schutzausrüstung
- individuelle Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten

► Die ausführlichen Stellenbeschreibungen finden Sie auf [www.azv-main-mud.de](http://www.azv-main-mud.de) oder einfach QR-Code scannen.



► Sie haben Fragen oder möchten unsere Anlage im Vorfeld einmal besichtigen?

Gerne sind wir für Sie da – 09371/9797-12 (Frau Schütz)

## BEWERBEN SIE SICH JETZT!

Vorzugsweise per E-Mail an: [azv-main-mud@miltenberg.de](mailto:azv-main-mud@miltenberg.de) oder per Post an:  
 Abwasserverband MainMud Miltenberg  
 Altstadtweg 31  
 63897 Miltenberg







**Beraten. Begeistern. Bewerben!**

**Starte bei uns als Werbeberater.** m/w/d

**Kunden gewinnen? Spaß haben? Gutes Team?**

**Alles zusammen? Vollzeit oder Teilzeit.**

**WIR FREUEN UNS AUF DEINE BEWERBUNG!**

**news verlag**  
Erfolg gestalten

Adriana Gravano  
Medienberaterin

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

**meine-news.de-Beitrag » Andreas Schmitt aus Leidersbach**  
**Adventliche Feier der Senioren**



Foto: Kristina Spinnler

Auch in diesem Jahr folgten viele Gäste aus allen Ortsteilen der Einladung der politischen Gemeinde Leidersbach und der Pfarreiengemeinschaft „Maria im Grund“ zur adventlichen Feier der Senioren in das festlich dekorierte Pfarrheim in Roßbach.

Traditionell startete das Programm mit einem geistlichen Impuls zur

Einstimmung auf die Adventszeit, der in diesem Jahr von unserer langjährigen Pastoralreferentin Margret Reis gestaltet wurde.

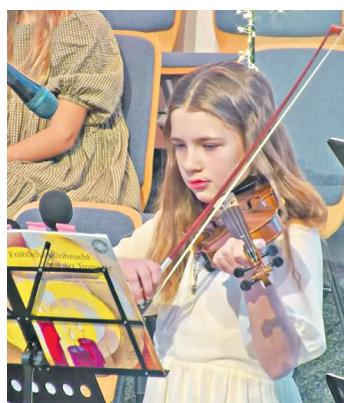
Ein erstes Highlight des Nachmittages war der gemeinsame Auftritt der Kindergartenkinder aus Ebersbach, Leidersbach und Roßbach. Gemeinsam mit ihren Erzieherinnen präsentierten die Kinder ein

Lied und ein Gedicht. Den Auftakt machte der Nachwuchs der Musikvereine im Grund unter der Leitung von Norbert Langeheine und erfreute die Besucher mit weihnachtlichen Klängen. Im Anschluss trug Tamara Raab eine ebenfalls musikalisch untermalte Weihnachtsgeschichte vor. Danach betraten Angelika und Tilly Zobel, Kristina Spinnler und Ignaz Aulbach die Bühne des Pfarrheims. In wechselnden Besetzungen, mit und ohne Gitarren- bzw. Keyboardbegleitung, begeisterten sie das Publikum. Den Abschluss des offiziellen Teils gestaltete das Roßbacher „Chörchen“ unter der Leitung von Birgit Lang mit traditionellen Weihnachtsliedern. Durch das engagierte Mitwirken vieler Ehrenamtlicher war sowohl für das leibliche Wohl der Gäste als auch für ein stimmungsvolles adventliches Ambiente bestens gesorgt.

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223408](http://www.meine-news.de/223408)**

**meine-news.de-Beitrag » Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde e.V. aus Niedernberg**  
**Kinderchor in Vorfreude: Wunderbar glitzerndes Weihnachtsfest!**

„Siehe, ich komme bald“, verspricht Jesus, bevor er in den Himmel auffährt und die ganze Christenheit feiert seine Ankunft von damals in Bethlehem und lebt seither in Erwartung seines zweiten Kommens. Dass Menschen, die Jesus lieben, diese Zeit des Hoffens und Wartens mit Gottesdienst feiern und dass sich diese Gottesdienste im Advent besonders reich gestalten, ist auch in der EFG-Niedernberg nicht anders. Der Große Kinderchor war nun dran, den Gottesdienst zu einer Feier der Freude und Liebe zu Jesus Christus zu machen! Und sie sangen fröhlich aus vollem Halse von Jesus, der der Hammer ist, von duftenden, wunderbar glitzernden Weihnachten, von ihrem ganz persönlichen Freund im Himmel.



Und sie musizierten. Violine, Cello, Querflöte, Trompete, Saxophon und Klavier – geballte Fülle engagierter Nachwuchsmusiker – wenn das nicht im Himmel gehört wurde! So wie der Glockenklang, den wir

von den Kirchtürmen her kennen. Das erzählte eine Kindergeschichte und dass Glocken einmal Erwähnung finden in der Bibel, nämlich als kleine Glöckchen am Gewand des Hohepriesters. Wie diese kleinen Glöckchen, so sollen die Kinder in ihrer Liebe zu Jesus bimmeln und gehört werden.

Das hatten sie allerdings mit Eifer getan, zur großen Freude der vielen Besucher des Gottesdienstes, unter denen Mütter, Väter, Omas und Opas waren, für die die letzten Tage der Vorweihnachtszeit sicherlich mit gesungenem Plätzchenduft versüßt wurden.

Nicht vergessen: Gott ist gut.  
**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223069](http://www.meine-news.de/223069)**



**DU BIST FÜR ANDERE DA. UND WIR FÜR DICH.**

**AWO** Bezirksverband Unterfranken e.V.

**FOLLOW YOUR HEART**

Wir suchen als Unterstützung für die AWO Unterfranken eine\*n:

**→ Pädagogisch / Pflegerische Fachkraft (m/w/d)**

z.B. Heilerziehungspfleger\*in / Erzieher\*in / Ergotherapeut\*in / Pflegefachkraft | Sozialzentrum »Am Rosensee« Aschaffenburg  
Stellennr.: 159234

**→ Wohngruppenleiter\*in (m/w/d)**

MainWohl – Zentrum für psychische Gesundheit Aschaffenburg  
Stellennr.: 161615

**AWO Bezirksverband Unterfranken e.V.** • Isabel Schroth  
0931 29938-316 • [isabel.schroth@awo-unterfranken.de](mailto:isabel.schroth@awo-unterfranken.de)  
Kantstraße 45a, 97074 Würzburg • [www.awo-unterfranken.de](http://www.awo-unterfranken.de)




**SIE** bringen unsere Patienten zum Strahlen!

**ZFA** (m/w/d)  
für Prophylaxe am Dienstag- und Donnerstagnachmittag gesucht.

Unser Team freut sich auf Sie!

**Zahnarztpraxis**  
Dr. Katja und Frank Zweyrohn  
Hauptstr. 11, 63834 Sulzbach  
Tel. 060 28/15 43  
oder über Mail:  
[praxis-zweyrohn@t-online.de](mailto:praxis-zweyrohn@t-online.de)

**ZWEYROHN**  
Gemeinschaftspraxis



**Ersatzverteiler gesucht!** m/w/d

**Verdiene dir dein Taschengeld!!!**

**Wusstest du schon???**

**Austragen kannst du bereits ab 13 Jahren.**

**Bewirb dich einfach unter:**  
09371-955-115 oder 0176-200 378 44  
[bewerbung@news-direkt.com](mailto:bewerbung@news-direkt.com)

**meine-news**  
schaufenster  
wochenblatt

**news direkt**  
zuverlässig verteilen

Brückenstraße 11  
63897 Miltenberg  
[www.news-verlag.de](http://www.news-verlag.de)



STELLENANZEIGEN

**STELLENANGEBOTE**

Vollzeit – Teilzeit – Ausbildung

**meine-news.jobs**

Angebote

**Reinigungskraft bzw. Zugehfrau** für ca. 2 Stunden alle 2 Wochen in Privathaushalt in Obernburg gesucht. Tel.: 0170/1805618.



Hygienepapier heute.





### Maschinen- & Anlagenführer (m/w/d)

**Ihre Aufgaben:**

- Bedienung der Papierverarbeitungsanlagen
- Durchführung von Maschineneinstellungen
- Wartungs-, Reparatur- und Reinigungsarbeiten

**Ihr Profil:**

- Abgeschlossene Ausbildung im technischen Bereich
- Erfahrung in der Bedienung von Maschinen und Anlagen
- Bereitschaft zur Arbeit im Mehrschichtbetrieb/ Durchfahrbetrieb

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

Weitere Details unter:  
**www.fripa.de**



**Du kannst Menschen begeistern?**

**Du suchst eine neue Herausforderung?**

**Dann bist Du bei uns genau richtig als**

**Werbeberater m/w/d in Voll- oder Teilzeit!**

**WIR FREUEN UNS AUF DEINE BEWERBUNG!**



**newsverlag**  
Erfolg gestalten

Jutta Schwarz  
Medienberaterin

News Verlag GmbH & Co. KG | Miltenberg

[www.news-verlag.de](http://www.news-verlag.de)

## Haus Elsava

*Wir bieten mehr....*

Für unser neues Pflegeheim 'Haus Elsava' in Elsenfeld, Dammsfeldstraße 5a, suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt:

**Exami nierte Pflegekraft - m/w/d**

**Wir bieten:** Grundgehalt 4.130,- € brutto bei 39 Std./Woche, Zuschläge, Weihnachtsgeld, Urlaubsgeld, nennenswerte Willkommensprämie, Gebäudekühlung im Sommer.

Bitte melden Sie sich bei unserer Verwaltung unter Tel. 06022-27310 oder per E-Mail an [info@haus-elsava.de](mailto:info@haus-elsava.de)

Haus Elsava • Pflege Untermain GmbH • Dammsfeldstr. 5a • 63820 Elsenfeld



**meine-news.de-Beitrag » Tierrettung Untermain aus Aschaffenburg**

### Hilfe für Katzenhalter im Landkreis Miltenberg: Kastrationsfonds startet im Januar – jetzt auch für Wohnungskatzen

Seit dem 1. Januar 2026 startet im Landkreis Miltenberg der Kastrationsfonds für Katzen, ein gemeinsames Projekt von Aktion Sorgenkatzen e. V., Tierhilfe Miltenberg e. V. und Tierrettung Untermain e. V. Ziel des Fonds ist es, einkommensschwache Halterinnen und Halter bei der Kastration, Kennzeichnung und Registrierung ihrer Katzen zu unterstützen und so Tierleid nachhaltig zu verhindern. Neu ist: Der Fonds wird nicht nur für Freigängerkatzen gelten, sondern bewusst auch auf Wohnungskatzen ausgeweitet. Auch Wohnungskatzen sind nicht automatisch vor ungewollter Vermehrung geschützt. Immer wieder entlaufen Tiere durch gekippte Fenster, offene Türen oder beim Transport – und können bereits bei kurzer Zeit im Freien gedeckt werden. Die Folge sind ungewollte Würfe und zusätzliche Belastungen für Halter:innen, Tierheime

**meine-news.de-Beitrag » Bayerisches Rotes Kreuz aus Obernburg**

### Neujahrsbrezeln für BRK-Tagespflegen und Rettungsdienst

Mit Neujahrsbrezeln im Gepäck sind am 2. Januar BRK-Kreisgeschäftsführer Edwin Pfeifer und sein Stellvertreter Björn Bartels (gleichzeitig Leiter Rettungs- und Einsatzdienste unseres Kreisverbandes) auf eine Tour durch den Landkreis gestartet. Anlaufpunkte waren die BRK-Tagespflegen in Miltenberg und Obernburg sowie die BRK-Rettungswachen Miltenberg-Bürgstadt, Obernburg, Südspessart, Amorbach und Sulzbach. Besuch und Brezeln sollten eine kleine Aufmerksamkeit für die Mitarbeitenden des Roten Kreuzes in Pflege und Rettungsdienst sein, denn für sie gab es am Freitag keinen Brückentag. Pfeifer und Bartels wünschten allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des BRK Kreisverbandes Miltenberg-Obernburg alles Gute für das neue Jahr 2026 und dankten allen, die heute und an allen weiteren 364 Tagen im Jahr im Zeichen des Roten Kreuzes tätig sind, für ihren unverzichtbaren Dienst. **Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/223510](http://www.meine-news.de/223510)**

Die Halter:innen leisten lediglich einen Eigenanteil von 40 Euro pro Katze und 27 Euro pro Kater. Damit soll sichergestellt werden, dass finanzielle Gründe kein Hindernis für verantwortungsvollen Tierschutz sind. Die Antragstellung ist online über die Projekt-Homepage oder postalisch möglich. Nach Prüfung erhalten die Halter:innen einen personalisierten Kastrationsgutschein, mit dem sie eine kooperierende Tierarztpraxis aufsuchen können. Der Kastrationsfonds finanziert sich ausschließlich über Spenden und Sponsoren. Um möglichst vielen Menschen und Tieren helfen zu können, sind die Vereine weiterhin auf Unterstützung angewiesen. [info@kastration-ist-tierschutz.de](mailto:info@kastration-ist-tierschutz.de)  
0 60 21/4 22 91 52  
[www.kastration-ist-tierschutz.de](http://www.kastration-ist-tierschutz.de)  
**Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223144](http://www.meine-news.de/223144)**





## Niemand vermittelt weltweit mehr Immobilien als RE/MAX® Verkaufen Sie mit der Nr.1 !!! [www.remax-obernburg.de](http://www.remax-obernburg.de)



meine-news.de-Beitrag » Landratsamt Miltenberg

### EBV Klima: Workshop soll Klimaschutz-Priorisierungen ermitteln

Ende September hatte sich der Ausschuss für Energie, Bau und Verkehr einstimmig dafür ausgesprochen, die Maßnahmenvorschläge zur Umsetzung des Klimaschutzkonzepts in einer Sondersitzung zu diskutieren. Diese Sondersitzung endete am Donnerstag, 11. Dezember, aber mit dem mit knapper Mehrheit gefassten Beschluss, das Thema in einem eigenen Workshop zu diskutieren – und das möglichst schnell.

Die Verwaltung hatte sich viel Arbeit gemacht und die sechs Handlungsfelder in einer großen Tabelle aufgelistet: Klimafreundliche Kommunalverwaltung, nachhaltige Gebäudewirtschaft, klimafreundliche Mobilität, Erneuerbare Energien, zukunftsfähige Wirtschaft sowie Umweltbildung und Klimaschutz im Naturraum. Jedes Handlungsfeld war in Unterpunkte aufgeteilt – etwa Handlungstiefe, Effektivität der Einsparung, direkte/indirekte Effekte und Abschätzung der Ressourcen.

Die Landkreisverwaltung teilte die insgesamt über 40 Maßnahmen im Anschluss nach Prioritäten auf: Priorität 1 war als „sofortiger Handlungsbedarf“ eingestuft mit hoher Minderungswirkung von CO<sub>2</sub> und hoher politischer Relevanz, die

bis 2030 umgesetzt oder zumindest begonnen werden können. Priorität 2 umfasste empfehlenswerte Aufgaben mit guter Wirkung, aber hohen Hürden (Personal/Finanzen)

Priorität 3 umfasste Maßnahmen mit geringer Wirkung im Verhältnis zum Aufwand, auf die der Landkreis auch begrenzten Einfluss hat. Stellvertretender Landrat Bernd Schötterl kündigte an, die vom Ausschuss priorisierten Maßnahmen auszuarbeiten und anschließend erneut im Ausschuss zu diskutieren. Bis dahin, ergänzte Kreisbaumeister Andreas Wosnik, sollen auch Daten zur vermuteten CO<sub>2</sub>-Einsparung einzelner Punkte vorliegen.

Doch bereits kurz nachdem Anna Kroschel (Firma Baum Consult) in das Thema eingeführt hatte, war festzustellen, dass in Reihen des Ausschusses Unklarheiten auftraten, wie abgestimmt werden soll: Über jedes Handlungsfeld im Ganzen oder mit über 40 Einzelabstimmungen zu jedem Unterpunkt?

Stellvertretender Landrat Bernd Schötterl sah keine Alternative zur Abstimmung über jedes der sechs Handlungsfelder, denn alleine die Diskussion zum ersten Handlungsfeld mit mehreren Wortmeldungen

zu den Priorisierungen hatte zu diesem Zeitpunkt schon knapp 75 Minuten gedauert. Sollte das nicht möglich sein, brauche es laut Schötterl einen Workshop mit viel Zeit zum Diskutieren jedes einzelnen Punktes.

So kam es schließlich auch: Mit sieben zu sechs Stimmen votierte das Gremium für einen Geschäftsordnungsantrag aus dem Gremium, zum Thema einen eigenen Workshop einzurichten. Wann und wo dieser stattfindet, konnte Landratsstellvertreter Bernd Schötterl noch nicht sagen. Einig war man sich aber, dass dies nicht auf die lange Bank geschoben werden soll. Festzuhalten bleibt, dass das Ergebnis der Priorisierung die Grundlage für die weitere Bearbeitung der Studie bilden soll. Darin fließen auch die Priorisierungen der anderen beteiligten Gebietskörperschaften Stadt und Landkreis Aschaffenburg ein. Darauf aufbauend, werden die konkreten Festlegungen – Kosten, Verantwortlichkeiten und Zeitplan – für die Maßnahmen finalisiert. Bis dahin kann sich bei den eingebrachten Maßnahmen aber noch einiges ändern.

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/221555](http://www.meine-news.de/221555)

meine-news.de-Beitrag » TTC Schmachtenberg

### Trainingslager beim TTC Schmachtenberg: Zwei Tage voller Highlights

Am vergangenen Montag und Dienstag hieß es beim TTC Schmachtenberg: „Halle frei für den Nachwuchs.“ Der Verein organisierte ein zweitägiges Trainingslager mit Übernachtung, das den jungen Talenten ein besonderes Highlight bescherte.

Bereits am Montagmorgen starteten die Jugendlichen hochmotiviert in die erste Einheit, bevor die aktiv spielenden Kinder dazu stießen. Ab 13 Uhr waren auch die jüngsten Vereinsmitglieder mit dabei. Während die Fortgeschrittenen an ihrer Technik feilten, schnupperten die Jüngeren spielerisch in den Tischtennisport hinein. Wenn der Schläger mal Pause hatte, wurde in der Vereinsgaststätte gemeinsam gemalt oder bei Gemeinschaftsspielen der Teamgeist gestärkt. Nach einem kräftigen Abendessen verwandelte sich die Turnhalle in ein gemütliches Schlaflager. Ein Kino auf Großleinwand sorgte für Entspannung. Ein emotionaler Höhepunkt ereignete sich um Mitternacht: Die noch wachen Kinder ließen es sich nicht nehmen, ihrem Trainer persönlich zum Geburtstag zu gratulieren. Am Dienstagmorgen weckten die Kinder ihre Trainer im Nebenraum



voller Vorfreude auf den zweiten Tag. Nach einem ausgiebigen Frühstück und dem gemeinsamen Aufräumen standen noch einmal Spiele und der beliebte „Rundlauf“ auf dem Programm, bevor das Lager erfolgreich endete.

Ein solches Event ist nur durch ehrenamtliches Engagement möglich. Ein herzlicher Dank des Vereins geht an das Trainerteam (Paul, Julian, Laurin, Luca, Jonas, Mia, Edina, Sarah-Luise, Eric u. Markus), an Lorena für die Kinderbetreuung sowie an das Küchenteam für die hervorragende Verpflegung.

Lesen Sie den Beitrag online auf [www.meine-news.de/223186](http://www.meine-news.de/223186)

meine-news.de-Beitrag » Musikverein „Harmonie“ Mönchberg aus Mönchberg

### Musikalischer Advent Mönchberg: Besinnliche Klänge und starker Nachwuchs in der Pfarrkirche

Am dritten Adventssonntag lud der Musikverein Mönchberg zum traditionellen „Musikalischen Advent“ in die Mönchberger Pfarrkirche ein. In feierlicher Atmosphäre präsentierten der Musikverein, der musikalische Nachwuchs sowie ein neu gegründetes Quartett ein stimmungsvolles Konzert.

Den Auftakt gestaltete der Musikverein mit den Werken „Benediction“ und „Eine kleine Weihnachtsmusik“. Bereits hier zeigte sich die große klangliche Bandbreite des Orchesters unter der Leitung von Paul Weis. Anschließend übernahmen die Youngstars, das Jugendorchester des Musikvereins, unter der Leitung von Elias Hein.

Der Musikverein setzte das Programm mit den modernen Klassikern „Sound of Christmas“ und „Winter Wonderland“ fort. Einen besonderen musikalischen Akzent setzte das neu formierte, junge Quartett unter der Leitung von Sophie Schleiermacher (Trompete). Gemeinsam mit Kevin Schleiermacher (Trompete), Dominik Wienand (Bariton)



und Kay Langenschwarz (Tuba) präsentierte das Quartett „Wachet auf“, den Canon in D sowie weitere bekannte Weihnachtslieder. Der Auftritt zeigte eindrucksvoll, welch hohes musikalisches Niveau und spürbare Spielfreude die jungen Musikerinnen und Musiker bereits erreicht haben.

Zum Abschluss ließ der Musikverein die Pfarrkirche feierlich mit „Bergweihnacht“ und „Von guten Mächten“ erklingen. Gemeinsam mit dem Publikum fand das Kon-

zert bei dem gemeinsamen Choral „Herbei, oh ihr Gläubigen“ eine würdevolle Abrundung.

Der Musikalische Advent 2025 machte einmal mehr deutlich, wie lebendig das musikalische Leben in Mönchberg ist – getragen von engagierten DirigentInnen, talentiertem Nachwuchs und einem breit gefächerten Repertoire, das Jung und Alt gleichermaßen berührt.

Lesen Sie den vollständigen Beitrag auf [www.meine-news.de/223084](http://www.meine-news.de/223084)

## BEATO

UMZÜGE & DIENSTLEISTUNGEN

PRIVATUMZUG | FIRNUMZUG | DO-IT-YOURSELF  
UMZUG | AUSLANDSUMZUG | VERPACKUNGSMATERIAL  
MONTAGESERVICE | EINLAGERUNG | RÄUMUNG BEI  
WASSERSCHÄDEN

Dreispißweg 7.2 | 63906 Erlenbach am Main

☎ 0 93 72/94 44 81 · [www.beato.de](http://www.beato.de)



## Auch beim Immobilienverkauf: immer eine sichere Bank.

Über 1.000 glückliche Verkäufer,  
haben uns bereits vertraut!

Vertrauen  
auch Sie  
auf uns!

**Volksbank Immobilien**  
Ein Unternehmen der  
**Raiffeisen-Volksbank  
Miltenberg**



So erreichen Sie uns:  
Tel. 06061 7014280  
[immobilien@voba-online.de](mailto:immobilien@voba-online.de)  
[volksbank-immobilien.online/immobilie-verkaufen](http://volksbank-immobilien.online/immobilie-verkaufen)





**GROßZÜGIG – GEPFLEGT – RUHIG**

**ELSENELD-RÜCK:** EFH, ca. 160 m² Wfl., ca. 628 m² Grdst., Doppelgarage; EBA, Öl, 176,5 kWh/m²a, BJ 1990, F **529.000€**

**IMMOBILIEN-INVEST MIT STIL**

**KLINGENBERG:** ca. 432 m² Ges.Fl., fast alles vermietet, 4 % Rendite realistisch; EA: wg. Denkmalschutz n. erforderl. **790.000€**

**SO WEIT DAS AUGE REICHT ...**

**LÜTZELBACH-SECKMAUERN:** Grundstück mit ca. 992 m², Baugebiet „im Kirschberg“, erschlossen, ruhige Hanglage **130.000 €**

**BLICK ÜBERS TAL**

**HAUSEN:** EFH mit ELW, ca. 210 m² Wfl., ca. 727 m² Grdst., Garage, PV-Anlage; EVA, Öl, 125,7 kWh/m²a, BJ 1994, D **549.000 €**

63820 Elsenfeld – Mühlweg 3-5 – Tel. 0 60 22/12 21 – [www.elk-immobilien.de](http://www.elk-immobilien.de)

**ELK**  
IMMOBILIEN

**IMMOBILIEN**

**Wir suchen**  
Ihr Haus  
Ihre Wohnungen  
Ihre Wiesen/Wald

[www.ganesh-immobilien.de](http://www.ganesh-immobilien.de)  
Tel. 0 60 28 / 406 25 60

Schöne DG-Whg. in zentraler Lage in Miltenberg, 3 Zi, 1 WC, Bad (D), Küche, Dachterasse mit Ausblick anteilig. Inklusive Abstellraum, ca. 83 m². Hochwertige EBK ist in der Miete inbegriffen. KM 665,- € + 175,- € NK. 2013 Kernsaniert. Geeignet für Singles u. Paare inklusive 1 Kind. ☎ 09371/9489340 od. bevorzugt per E-Mail: whg@neuberger-it.de

**Vermietung/Verpachtung**

**Haufen gepfl.** 2½ Zi.-Whg. (EG) Ortsrand ca. 109m² Wfl. Bj 2006 GrWohn/Essbereich/EBK, 1 SchlZi, Tgl. Bad (BW sep. Dusche begehbar) G-WC+HWR, Türen rollstuhlgerecht, Kachelofen Wintergarten Terrasse FBH WP ab 1.3.26 an zuverlässige Mieter (1-2 Personen) Nichtr. o. HT zu vermieten. KM 880€ + NK, zuzügl. Garage 60€, KT 2500€ ☎ 0175/7085657

**WIMMER**  
IMMOBILIEN

**Leidersbach:** EFH, 240 m², Top-Zustand, EBK, ELW, Garage, BJ 1989, EVA: 180,3 kWh/(m²a), Öl, EKL: F, MP: 3,00 % inkl. MwSt. **598.000 € VB**  
[www.wimmer-immobilienmakler.de](http://www.wimmer-immobilienmakler.de)

Jonas & Kroth Immobilien GmbH • Wendelinusplatz 1 • 63785 Obernburg • [www.jonasundkroth.de](http://www.jonasundkroth.de)

**JK JONAS & KROTH**  
IMMOBILIEN

**Barzahler sucht gepflegtes 2-FH zu kaufen**

Anette Jonas  
Tel.: 0 60 22 - 264 750

**Obernburg / klasse Lage**  
Ein Zuhause voller Charme

Liebevolles EFH mit ca. 136 m² Wfl., 2 Bädern, ca. 330 m² Grdst., Garage, Innenstadt zu Fuß erreichbar, EBA, BJ 1929/teilweise renoviert, 280 kWh (m²a), Gas, Kl. H **€ 379.000**

**Obernburg / richtig schick**  
Komfort, Stil & Lebensgefühl vereint

Wunderschön modernisiertes EFH mit ca. 160 m² Wfl., schicke Einbauküche, wasserführender Kaminofen, ca. 1.032 m² Grdst., Garage, Solar, EBA, BJ 1959, 154 kWh (m²a), Gas-ZH von 2016, Kl. E **€ 619.000**

**Leidersbach / viel Platz**  
Zuhause in der Natur!

Großzügiges Wohnhaus mit ca. 151 m² Wfl., Freisitz, große Scheune, idyllisches Grdst. mit ca. 2.149 m², Blick ins Grüne, EBA, BJ 1847/1952 Aufstockung/1979 Erweiterung, 400 kWh (m²a), Holz, Strom, Kl. H **€ 275.000**

**JK JONAS & KROTH**  
IMMOBILIEN**Klingenberg / Trennfurt**  
Kapitalanleger aufgepasst!

Zum Wohnen und Arbeiten: Anwesen mit 3 Wohnungen, ca. 183 m² Wfl. und einer Gewerbeinheit, ca. 130 m² Nfl., ca. 612 m² Grdst., 2 Garagen, 6 Stellplätze, EBA, BJ 1976, 188 kWh (m²a), Gas, Kl. F **€ 569.000**

**JK JONAS & KROTH**  
IMMOBILIEN**Klingenberg / mit Aufzug**  
Altersgerecht und komfortabel

Schwellenfreie, gepflegte 2-3-Zi.-ETW im 2. OG, ca. 91 m² Wfl., Balkon, Aufzug, Tiefgaragenstellplatz, zentrale Wohnlage, EVA, BJ 2005, 75 kWh (m²a), Gas, Kl. B **€ 249.000**

**JK JONAS & KROTH**  
IMMOBILIEN**JK JONAS & KROTH**  
IMMOBILIEN**JK JONAS & KROTH**  
IMMOBILIEN

Weitere Angebote finden Sie unter [www.jonasundkroth.de](http://www.jonasundkroth.de) – Telefon 0 60 22/26 47 50

**meine-news.de-Beitrag »****Rohe'sche Altenheim-Stiftung aus Kleinwallstadt****„Lasst uns froh und munter sein...“**

Ein wundervolles Nikolauskonzert erlebten die Bewohnerinnen und Bewohner der Rohe'schen Altenheim-Stiftung am 5. Dezember. Einrichtungsleiterin Kerstin Weckwerth begrüßte die treuen Musikanten der „Oldtimer“ des Musikvereins Kleinwallstadt, die regelmäßig in der Einrichtung zu Gast sind. Bereits zum 92. Mal sorgten sie für beste musikalische Unterhaltung und eine fröhliche, vorweihnachtliche Stimmung. Eine besondere Überraschung war der Besuch des Nikolaus, der pünktlich zum Lied „Lasst uns froh und munter sein“ den Saal betrat.

Er begrüßte jede Zuhörerin und jeden Zuhörer persönlich. Zwischen stimmungsvollen Weihnachtsliedern und kurzen Beiträgen verteilte er kleine Geschenke an die Bewohnerinnen und Bewohner. Anschließend besuchte er auch die Wohnbereiche, um dort weitere Freude zu verbreiten. Im großen Saal setzte sich das festliche Konzert der „Oldtimer“ fort – und es wurde sogar getanzt. Ein rundum gelungener Nikolausnachmittag, der vielen noch lange in schöner Erinnerung bleiben wird.

**Lesen Sie den Beitrag online auf**  
[www.meine-news.de/222802](http://www.meine-news.de/222802)



Der Nikolaus verteilt seine Gaben unter den Bewohnerinnen und Bewohnern der Rohe'schen Stiftung. Foto: Rohe'sche Altenheim-Stiftung

**meine-news.de-Beitrag » Dartabteilung TV/DC 1903 e. V. Sulzbach****Verspätetes Silvesterfeuerwerk der Sulzbacher Dartspieler**

Die Sulzbacher Dartspieler veranstalteten zum Jahresstart ein Dartfeuerwerk, alle drei Mannschaften sind siegreich ins Jahr gestartet. Oscheff Wildboars : TV/DC 1903 Sulzbach 3:13

In Mainaschaff trafen die beiden, bis dahin ungeschlagenen, Teams zum Spitzenspiel der 3. Bezirksliga aufeinander. Bereits die ersten beiden Einzel versprachen spannend zu werden, da die jeweils Besten der Teams aufeinandertrafen. Max Kleinschmitt bekam es mit dem Oscheffer Florian Nebel und Christian Brand mit Julian Dirnhöfer zu tun. In beiden Matches schenkte man sich nichts, am Ende konnten die Sulzbacher jeweils den entscheidenden fünften Satz, und damit die spannenden Spiele mit 3:2, für sich entscheiden. Patrick Wissel 3:1 gegen Rene Nichterlein und Oliver Tobias 3:0 gegen Lukas Pranghofer, legten nach, sie sicherten die nächsten 2 Punkte zur 0:4-Führung der Sulzbacher.

In der ersten Doppelrunde des Abends ging jeweils ein Punkt an Mainaschaff und einer nach Sulzbach zum 1:5-Zwischenstand. Von den nächsten vier Einzelduellen gingen drei an Sulzbach, damit baute man die Führung auf 2:8 aus.



Jetzt konnte die Entscheidung in den beiden anstehenden Doppelspielen fallen und sie fiel! Florian Yusufi und Christian Brand war es vorbehalten, gegen Lukas Pranghofer/Florian Nebel mit ihrem 3:1-Erfolg den entscheidenden 9. Punkt einzufahren. Mainaschaff konnte ein Doppel für sich entscheiden, die restlichen Partien gingen allesamt an die stark aufspielende Sulzbacher Mannschaft. Das deutliche 3:13 täuscht ein wenig über den spannenden Spielverlauf hinweg.

Von beiden Mannschaften wurde sehr guter Dartsport gezeigt. Insgesamt wurden 24 Legs (8 Oscheff/

16 Sulzbach) mit 21 oder weniger Pfeilen beendet! Sulzbachs Christian Brand, Patrick Wissel, Oliver Tobias und Max Kleinschmitt trugen sich mehrfach in die Bestenliste ein. Hinzu kommt ein 180er von Max Kleinschmitt und ein 114er High Finish von Christian Brand. Am Ende stand ein hart erkämpfter, aber verdienter Erfolg des TV/DC Sulzbach fest, der damit weiterhin ungeschlagen von der Tabellen Spitze grüßt.

**Am 16.01. um 20:00 Uhr** müssen die Sulzbacher beim DC Goldbach III antreten.

**Lesen Sie den Beitrag online auf**  
[www.meine-news.de/223639](http://www.meine-news.de/223639)



## IMPRESSUM



Mit dem meine-news schau fenster  
56.400 Exemplare Gesamtauflage

## Herausgeber:

Charles Henri Rüttiger und André Rüttiger

**Verlag: news verlag GmbH & Co. KG**, Sitz:  
Milttenberg, Registergericht: AG Aschaffenburg  
HRA 5478; Persönlich haftende Gesellschafterin:  
News Direkt GmbH, Sitz: Milttenberg, Registerge-  
richt: AG Aschaffenburg HRB 13141, Geschäfts-  
führer: Stefan Rüttiger, Charles Henri Rüttiger,  
Brückenstraße 11, 63897 Milttenberg,  
Telefon 09371/955-0,  
E-Mail: info@news-verlag.de,  
Internet: www.news-verlag.de

## Verlagsleitung:

Stefan Rüttiger, Charles Henri Rüttiger

## Auflage:

Schau fenster Milttenberg: 25350 Exemplare,  
erscheint wöchentlich im Altlandkreis Milttenberg  
Wochenblatt Obernburg: 34900 Exemplare,  
erscheint wöchentlich im Altlandkreis Obernburg

## Anzeigenschluss

für Werbeanzeigen: Montag, 17 Uhr, Anzeigen-  
schluss für Kleinanzeigen: Montag, 12 Uhr,  
kostenlose Veranstaltungshinweise Montag, 12 Uhr  
Gültig ist die Preisliste vom 01.01.2026

## Anzeigenleitung: Bernd Hoffmann

E-Mail: anzeigenberatung@verkauf@news-verlag.de

## Produktionsleitung: Ingrid Hornig

Redaktionsleitung: Sabine Rindsfusser

E-Mail: 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

Bei Bestellung schriftlich, per Telefon oder per  
Mail berechnen wir eine Aufwandspauschale  
von 10 Euro.

## KLEINANZEIGEN

## Haus &amp; Garten

**Weinberg zu verkaufen!** Rücker  
Schalk (1562m2) und Rücker  
Joahnnisberg (809m2) zu verkauf-  
fen. Tel: 0151/11207354

**Stahlmast-feuerverzinkt,** 8m,  
Mastfuß:220mm, Zopf-  
maß:140mm, Wandstärke: 5mm,  
109,00€ VHS, ☎ 015120295081

## Sonstiges

**Sammler Kauft Münzen Aus Al-**  
ler Welt Bitte Alles Anbieten  
Barzahlung Und Abholung!  
0176/84824395

**Ankauf Von ! Möbel Gemälde**  
Porzellan Krüge Teppiche Näh-  
maschine Figuren Religiöses Pel-  
ze Taschen Musikinstrumente  
Uhren Puppen Blechspielzeug  
Tafelsilber Erbschmuck Bruch-  
Gold Medaillen Militär Emaille-  
schilder Zinn Silber Mode-  
schmuck Briefmarken Münzen  
Sowie Komplette Nachlässe  
Auch Defekt Bitte Alles Anbie-  
ten Barzahlung Und Abholung !  
0172/4097614

## KFZ-MARKT

## Zweiräder

**SUCHE Motorrad,** Moped, Quad,  
Mofas, Herkules, Puch, Zündapp,  
Enduro, Boot, auch Defekt oder  
Unfall Ohne Schlüssel, alles anbie-  
ten 0175/9977967

## Wohnmobile &amp; -wagen

**Wir kaufen**  
**Wohnmobile**  
**+ Wohnwagen**  
**Tel. 03944-36160**  
**www.wm-aw.de Fa.**

## KFZ-Kaufgesuche

**SUCHE Autos,** Busse, Geländewa-  
gen, Alle Art mit und Ohne TÜV, /  
Motor Oder Getriebeschaden Un-  
fall alles anbieten Barzahlen  
0171/1728196

### Auto Lardas

Zertifizierter Verwerterbetrieb

**Kauft Unfall- u. TÜV- abgelaufene**  
**Autos, holt günstig Schrottautos.**  
**Verkauf von Gebraucht- und Neuteilen**



**Großwallstadt**  
**Tel. 06022/21717**  
**Fax 06022/24584**  
**www.auto-lardas.de**

- PR -

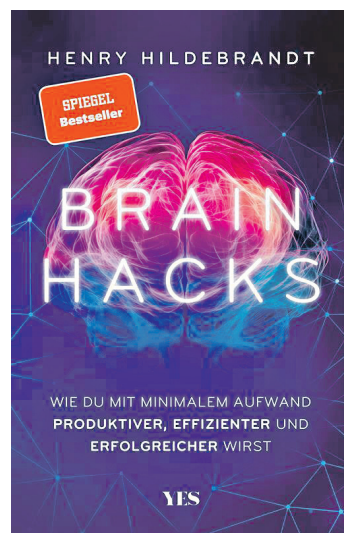
## Buchtipp: Brainhacks von H. Hildebrandt

Emma will für ihre Prüfung lernen, doch nach fünf Minuten greift sie wieder zum Handy. Johannes möchte sich im Meeting einbringen, aber sein Kopf blockiert. Azubi Ben fühlt sich nach der Arbeit so erschöpft, dass er sich fragt, wie andere es schaffen, noch Sport zu machen. Alles Kopfsache? Die Neurowissenschaft sagt Ja! Denn unser Glücksempfinden, unsere Motivation und Leistungsfähigkeit und letztlich auch unser Erfolg im Leben hängen von unserem Gehirn ab. Die gute Nachricht: Das Gehirn lässt sich neu programmieren.

„Brainhacks“ liefert einfache, aber geniale Tricks, um deine Produktivität und Effizienz zu erhöhen, deinen Lernerfolg zu boosten und den Alltag smarter zu gestalten. Henry Hildebrandt ist der reichweitenstärkste Creator im Bereich Neuroscience im deutschsprachigen Raum.

In seinem Buch versammelt er die interessantesten Erkenntnisse und besten neurowissenschaftlich basierten Methoden und verrät dir, wie du das wichtigste Organ deines Körpers optimal für deine Zwecke nutzen kannst. Darunter finden sich wertvolle Tipps für all diese Ziele:

- schneller lernen & besser merken
- in den Flow kommen & Produktivität steigern
- Kreativität und Fokus erhöhen
- bessere Entscheidungen treffen



*Bring dein Gehirn auf Höchstleistung und nutze dein volles Potenzial.* Foto: Yes Verlag

- Gewohnheiten hacken & Disziplin boosten
- besser schlafen & glücklicher sein
- mehr aus deinem Tag herausholen.

Und dies geht auch mit relativ einfachen Mitteln. Denken wird z. B. durch Sport verbessert. Es muss aber nicht unbedingt ein Gang ins Fitness-Studio sein. Schon weniger anstrengende Bewegung hat einen positiven Effekt. Ein 30-minütiger Spaziergang kann den Dopamin-Spiegel erhöhen, die Stressantwort senken und die Aktivität im präfrontalen Kortex verbessern,

also genau in der Region, die du brauchst für Fokus, Planung und Impulskontrolle.

Doch der Kopf denkt nicht unabhängig vom Bauch. Die moderne Neurowissenschaft zeigt ganz klar: Was du isst, beeinflusst, wie du denkst. Der Autor zeigt, welche Nährstoffe das Denken sofort verbessern und welche Lebensmittel man täglich integrieren sollte.

Schlaf ist für Henry Hildebrandt das wichtigste Werkzeug für Leistungsfähigkeit, Gesundheit und Wohlbefinden. Laut Studien ist der Großteil unserer Bevölkerung weit von 100 Prozent Schlafqualität entfernt – und damit auch weit entfernt von der bestmöglichen Version seiner selbst.

Illustriert mit vielen Infografiken, überführt dieses Buch komplexe Neurowissenschaft in verständliche, leicht umsetzbare Hacks. Es ist dein Schlüssel, um mit minimalem Aufwand zum High Performer zu werden. Schritt für Schritt lernst du, wie du mit kleinen täglichen Veränderungen in deinen Gewohnheiten zum High Performer wirst und dein Potenzial voll ausschöpfst. Verpasse deinem Gehirn ein Upgrade und du wirst erstaunt sein, wie umfassend sich dein Leben verbessert.

**Ein hochinteressanter Ratgeber von Henry Hildebrandt. Das Buch ist im Yes Verlag (ISBN 978-3-96905-406-2) erschienen und kostet 17 €.**

**Lesen Sie den Beitrag online auf**  
**www.meine-news.de/221016**

**NEU ERÖFFNUNG**  
**7. Jan. 2026**

**Jetzt Termine vereinbaren!**

**Im Januar 20% auf Alles!**

Celerino Giovanni

63897 Milttenberg/Breitendiel  
Nibelungenstraße 71 (an der B469)  
E-mail: info@autoproti-gio.com  
Telefon: 0160-816 57 38

meine-news.de-Beitrag » Landratsamt Milttenberg

## EBV Bau und Verkehr: Realschul-Außenanlagen werden generalsaniert

Jeweils einstimmig hat sich der Ausschuss für Energie, Bau und Verkehr am Donnerstag, 11. Dezember, dafür ausgesprochen, die Außenanlagen der Main-Limes-Realschule Obernburg sowie der Johannes-Hartung-Realschule Milttenberg generalsanieren zu lassen.

Main-Limes-Realschule: Als das Schulgebäude von 2013 bis 2016 generalsaniert wurde, waren die Außenanlagen kaum betroffen. Nach dem Neubau der Zweifachturnhalle wurde das direkte Gebäudeumfeld hergerichtet, Allwetterplatz, Weitsprunganlage und Kugelstoßanlage wurden zurückgebaut. Der Kunststoffbelag der Laufbahn, der schon vor den Bauarbeiten sanierungsbedürftig war, wurde zeitweise als Baustelleneinrichtungsfläche in Anspruch genommen. Zudem tauschte der Landkreis mit der Stadt Obernburg ein Grundstück, so dass zwei Bahnen der Laufbahn entfallen.

Laut Kreisbaumeister Andreas Wosnik seien die schulischen Bedarfe hinsichtlich der Pausengestaltung und des Sportangebots mit der aktuellen Außenanlage nicht gedeckt, so dass es eine Generalsanierung brauche. Dazu gehörten die Sanierung der Laufbahn, der Neubau einer Weitsprunganlage, der Abriss der alten Halle, der Neubau eines Allwetterplatzes im Bereich der alten Halle auf dem Keller, der Neubau eines Ballfangzauns im Bereich der alten Halle, der Neubau einer Kugelstoßanlage, die Entfernung des provisorisch eingebauten Asphaltbelags, die Gestaltung und Befestigung der Pausenbereiche sowie die Grüngestaltung der Pausenhöfchen.

Das Kreisbauamt rechnet hierfür mit Gesamtkosten von rund 1.030.000 Euro, aufgeteilt in rund 361.000 Euro für den Abriss der Halle inklusive Sanierung der Kellerräume, rund 454.000 Euro für die Herstellung der Pausenhöfe und rund 215.000 Euro für die Sanierung und den Neubau der Freisportanlagen. Für Sanierung und Neubau von Freisportanlagen, gegebenenfalls mit Abriss der Be-

standshalle, könne ein FAG-Antrag gestellt werden, so dass man bis zu 50 Prozent des Kostenanteils für die Freisportanlage als Förderzuschuss generieren könnte. Da es sich um eine Generalsanierung handelt, seien die Kosten über das Investitionsbudget abzuwickeln.

Zudem wolle die Stadt Obernburg zwei Bushaltestellen für den Schülerverkehr der Main-Limes-Realschule entlang der Dekaneistraße an der Stelle realisieren. Nach Abstimmungen mit der Stadt werde der Landkreis das Vorhaben federführend umsetzen die Kosten will man sich teilen. Bushaltestellen, Laufbahn, Kugelstoß- und Weitsprunganlage sollen 2026 gebaut werden, die restliche Außenanlage und der Allwetterplatz folgen 2027.

Johannes-Hartung-Realschule: Die Freisportanlage befindet sich laut Kreisbaumeister in schlechtem Zustand. Der Kunststoffbelag des Allwetterplatzes ist stark verschlissen. Daher müsse die Kunststoffbelagsschicht komplett ausgetauscht und die aus Betonkantensteinen und Betonplatten bestehende Einfassung des Weitsprungbunkers gegen Weichkantensteine ausgetauscht werden. Eine neue Sandfüllung sei nötig, auch der Ballfangzaun sei sanierungsbedürftig. Aufgrund des Verletzungsrisikos müsse die Anlage noch in 2026 saniert werden, trug Wosnik vor und schätzt hierfür einen Aufwand von 130.000 Euro. Auch hier wolle man einen FAG-Antrag stellen und bis zu 50 Prozent der Gesamtkosten fördern lassen. Auch hier müsse man die Kosten über das Investitionsbudget abwickeln. Zur Kenntnis nahm der Ausschuss die Tatsache, dass die Mitarbeitenden des Landratsamts auch weiterhin in den Genuss des Jobtickets kommen. Finanziell sieht das so aus, dass sich nach einem fünfprozentigen Rabatt auf die Kosten des Deutschlandtickets (63 Euro) die restlichen Prozente auf den Arbeitgeberanteil (15,75 Euro) und den Arbeitnehmeranteil (44,10 Euro) aufteilen.

**Lesen Sie den vollständigen Beitrag**  
**auf www.meine-news.de/221561**



# Im stillen Gedenken

In tiefer Trauer und Liebe nehmen wir Abschied von unserem geliebten Sohn, Papa, Bruder, Onkel und Enkel

## Johannes Hennig

\* 28.06.1991

† 14.12.2025

Es bleiben viele Fragen offen.

Alles was wir wissen:

**Wir lieben und vermissen Dich!**

Deine Mama Regina  
Deine Tochter Lea mit Sophie  
Dein Bruder Sebastian mit Carolin  
Deine Schwester Barbara mit Mathilda  
Dein Bruder Tobias mit Svenja, Emilia, Matteo  
Deine Oma Gisela  
Deine Oma Annerose  
Und alle Angehörigen

**Wir sagen Danke** für die vielen liebevollen Zeichen der Anteilnahme, tröstenden Worte, herzlichen Umarmungen und stillen Grüße.

*„Man kann nicht sein  
Leben lang auf einen  
Menschen aufpassen,  
nicht einmal auf sich  
selbst.“*

- Campino (Toten Hosen) -



In unserem Leben hast  
Du Deinen Platz verlassen,  
in unserem Herzen  
bist Du immer bei uns.

meine-news Schaufenster und meine-news Wochenblatt werden an alle Haushalte im Landkreis Miltenberg verteilt! Sie erreichen die größtmögliche Leserschaft.



Anzeigen online aufgeben unter

**www.meine-news.de/anzeigen**

Musterbuch für Traueranzeigen:

**www.meine-news.de/traueranzeigen**

Gerne gestalten wir eine individuelle Anzeige nach Ihren Wünschen.

**Schicken Sie Ihren Textentwurf und Bild an:**  
**traueranzeige@news-verlag.de**

Bitte übermitteln Sie uns auch Ihre vollständige Adresse und Ihre Telefonnummer für eventuelle Rückfragen.



News Verlag GmbH & Co. KG  
Brückenstr. 11  
63897 Miltenberg

*Alles hat seine Zeit – es gibt eine Zeit der Liebe, eine Zeit der Stille, eine Zeit der Schmerzen, der Trauer und eine Zeit der dankbaren Erinnerung.*

So gerne wärest Du noch bei uns geblieben, doch Gott hat anders entschieden.

Am Heiligen Abend ist unsere liebe Mutter und „Omi“ friedlich eingeschlafen.



## Gertrud Straub

geb. Weber

\*17.05.1934 † 24.12.2025

Großheubach

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied:

**Wolfgang und Andrea**  
**Melanie und Marcel mit Alicia**  
**Willi und Ines**  
**und alle Angehörigen**

Die Trauerfeier mit Urnenbeisetzung findet am Freitag, 16. Januar 2026 um 14:00 Uhr auf dem Friedhof in Großheubach statt. Für alle Anteilnahme herzlichen Dank.

*Man sieht die Sonne langsam untergehen,  
und erschrickt doch, wenn es plötzlich dunkel ist.*



Wir danken allen, die unseren lieben Verstorbenen

## Thomas Neuberger

auf seinem letzten Weg begleitet haben.

Besonderer Dank gilt

Pfarrvikar Krzysztof Winiarz  
Dr. Chefalo und Team  
Helios Klinik Erlenbach  
Wohngemeinschaft Schwanenhöfe  
Dartclique und Unterstützungsgruppe  
Bestattungsinstitut Konrad

Für die Anteilnahme, die uns in vielfältiger und sehr liebevoller Weise entgegengebracht wurde, sagen wir herzlichen Dank.

Irene und Arno Neuberger mit Familie

Eichenbühl, Dezember 2025



## Im stillen Gedenken

*Du hast gesorgt und geschafft, bis Dir Dein Leiden nahm die Kraft.  
Wenn wir Dir auch die Ruhe gönnen, ist doch voll Trauer unser Herz.  
Zusehen und nicht helfen können, das war für uns der größte Schmerz.*

Mein lieber Mann ist nach langem,  
mit großer Geduld ertragenem Leiden,  
geborgen im Kreise der Familie, heimgegangen.

**Winfried Sommerfeld**  
\*03.01.1942 † 30.12.2025  
Großheubach

In unseren Herzen lebst Du fort:  
**Deine Marita  
Gerald  
Dirk  
Matthias und Stefanie mit Luisa, Hanna  
und alle Angehörigen**

Die Urnenbeisetzung fand im engsten Familienkreis statt.  
Für alle Anteilnahme herzlichen Dank.





In unserem Leben hast Du Deinen Platz verlassen,  
in unserem Herzen bist Du immer bei uns.

Wir alle sind dankbar für die Zeit, die wir mit Dir  
verbringen durften

**Harald Frank**  
\* 13.03.1963 + 27.12.2025

Eichenbühl  
Es trauern um Dich  
Deine Tochter Jacqueline mit Alexander und Lucie  
Dein Sohn Steffen mit Klara  
Dein Vater Rudolf  
Deine Geschwister Robert, Rudi jun.  
und Dagmar mit Familien

Das Requiem feiern wir am 09.01.2026 um 14.30 Uhr in der  
Pfarrkirche in Eichenbühl mit anschließender Urnenbeisetzung.  
Für alle Anteilnahme herzlichen Dank.



*Einschlafen dürfen, wenn man müde ist,  
und eine Last fallen lassen dürfen,  
die man lange getragen hat,  
das ist eine tröstliche, wunderbare Sache.*  
Hermann Hesse

**Ingrid Schork**  
geb. Ziesemeier  
\* 24.08.1942 † 17.12.2025

In Liebe und Dankbarkeit  
**Harald und Regina mit Familie  
Monika mit Familien  
Richard und Andrea mit Familien  
sowie alle Angehörigen**

**Freudenberg**

Die feierliche Urnenbeisetzung findet am Dienstag, den 13. Januar 2026,  
um 10.00 Uhr von der Friedhofskapelle in Freudenberg aus statt.  
Für alle Zeichen der Anteilnahme und Verbundenheit sagen wir herzlichen Dank.  
Gemeinsam gedenken wir unter [www.pietat-busch.de/gedenkportal.html](http://www.pietat-busch.de/gedenkportal.html)



## Beratung – Betreuung – Begleitung

 **pietät kempf**  
Bestattungsinstitut  
Tel. 093 71/99856, Miltenberg  
Eichenbühler Straße 19

*Trauerhilfe mit Herz*  
Bestattungen Brand  
Dammbach – Leidersbach  
Telefon: 06092/4659999  
[info@trauerhilfemitherz.de](mailto:info@trauerhilfemitherz.de)

 **KONRAD**  
BESTATTUNGSINSTITUT  
63928 Eichenbühl-Pföhlbach  
☎ 09378/90 80 150

**BUSCH**  
SEIT 1968 WERTHEIMS  
BESTATTER  
[www.pietat-busch.de](http://www.pietat-busch.de)  
Tel: 09342/92910

 **ANJA  
BECKER**  
Bestattungen  
Grabmale  
Wiesgrabenweg 1 · 63911 Klingenberg  
09372 2449 · [beckerbestattungen.de](http://beckerbestattungen.de)



## Im stillen Gedenken

*„Das einzig Wichtige im Leben  
sind die Spuren von Liebe, die wir hinterlassen, wenn wir gehen“  
- Albert Schweitzer -*



Wir nehmen Abschied von

**Gisela Weber**

geb. Daniel

\* 20.11.1936 † 16.12.2025

Armin und Antje  
Renate mit Raphael  
Hubert mit Jonas und Natalie

Zittenfelden / Buchen, den 8. Januar 2026

Die Trauerfeier findet am Freitag, den 9. Januar 2026, um 14:00 Uhr in der Dorfkirche in Zittenfelden statt, anschließend Urnenbeisetzung auf dem Friedhof in Zittenfelden. Von Beileidsbekundungen am Grab bitten wir abzusehen. Kondolenzliste liegt auf. Für bereits erwiesene oder noch zuge dachte Anteilnahme bedanken wir uns herzlichst.

Gerne gestalten wir eine individuelle Anzeige nach Ihren Wünschen.

Schicken Sie Ihren Textentwurf und Bild an:  
[traueranzeige@news-verlag.de](mailto:traueranzeige@news-verlag.de)

Bitte übermitteln Sie uns auch Ihre vollständige Adresse und Ihre Telefonnummer für eventuelle Rückfragen.



Traueranzeigen, Danksagungen  
und Nachrufe online aufgeben:  
[www.meine-news.de/  
anzeigen](http://www.meine-news.de/anzeigen)



Musterbuch für Traueranzeigen:  
[www.meine-news.de/  
traueranzeigen](http://www.meine-news.de/traueranzeigen)



**Horst Wolf**

\* 15.04.1937  
† 26.11.2025

**Danke** sagen wir  
allen, die sich in der Trauer  
mit uns verbunden fühlten.

Besonderen Dank

- dem Hospiz- und Palliativ-Team Bayrischer Untermain
- dem ökumenischen Hospizverein im Lkr. Miltenberg und Frau Büttgenbach
- der BRK Sozialstation
- Herrn Dr. Luther und Frau Dr. Eschenbrücher
- Pietät Kempf
- Pastoralreferentin Reichert

Für immer im Herzen  
Hannelore Wolf & alle Angehörigen

*Man sieht die Sonne langsam untergehen,  
und erschrickt doch, wenn es plötzlich dunkel wird.*



**Monika Weiretter**

geb. Schork

\* 01.09.1930 † 26.12.2025

Eichenbühl, Nettetal

**In stiller Trauer:**

Ulrike und Reiner Hofmann  
Katrin und Patrick Eisermann  
im Namen aller Angehörigen

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Freitag, 16.01.2026, um 14.30 Uhr auf dem Friedhof in Eichenbühl statt.

Für alle Anteilnahme herzlichen Dank.

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



Wenn die Seele Flügel  
bekommt, sind wir  
mit Herz und Verstand  
an Ihrer Seite!

Ihre Bestatter mit Herz für  
Großheubach, Leidersbach,  
Stadt und Landkreis Miltenberg,  
und alle Orte in der Region.



Besuchen Sie unsere Online-  
Gedenkseite, entzünden Sie eine  
Kerze und finden Sie aktuelle  
Bestattungstermine.

**Trauerhilfe mit Herz**  
Bestattungen Brand

Kirchstr. 18 | 63920 Großheubach  
Telefon: 09371 / 911 9885

Hauptstr. 133a | 63849 Leidersbach  
Telefon: 06092 / 465 9999

[info@trauerhilfemithertz.de](mailto:info@trauerhilfemithertz.de)

... auf allen Friedhöfen für Sie tätig.



Alle Angebote gelten vom  
5. 1. 2026 bis 10. 1. 2026

EDEKA-Prospekt  
„Mein Genuss“:  
sonntags in Ihrem Briefkasten  
oder einfach online lesen



# BAUERMARKT

Regional erste Wahl

Unsere Öffnungszeiten:  
Mo. bis Sa. von 8 bis 20 Uhr

Im Höning 2, Elsenfeld/Main,  
Telefon 0 60 22/61 83-0

[www.bauer-markt.de](http://www.bauer-markt.de)

**Tartex** liebt Abendbrot!

Entdecke die Vielfalt super leckerer pflanzlicher Bio Aufstriche.

Avocado, Kirschtomate-Rucola, Belugalins-Balsamico, Rote Linse  
Italianische Kräuter, Kürbiskern  
Gegrillte Paprika

1kg=23,92-21,36 125-140g Glas **2.99**

**TANTE FRANZ**  
mag's freddie!

**JETZT NEU!**

Herzhaft? Ja.  
Fruchtig? Auch das!

Was ganz neues aus Früchten und Gemüse.

Vegane Brotaufstriche:  
Karotte-Ingwer-Aprikose,  
Tomate-Höri Bülle-Hagebutte,  
Erbse-Quitte, Rote Bete-Albinse-Schwarzkirsche

1kg=16,61 180g Glas **2.99**

## METZGEREI

|   |      |              |
|---|------|--------------|
| <b>Deutsche Putenschnitzel</b><br>Spitzenqualität   | 1kg  | <b>12.90</b> |
| <b>Bauers Sauerbraten</b><br>nach Hausfrauen Art, eigene Herstellung                        | 1kg  | <b>18.90</b> |
| <b>Bauers Schweineschnitzel</b><br>aus dem Schinken   | 1kg  | <b>8.99</b>  |
| <b>Bauers Wiener Rahmpfanne</b><br>vom Schwein, küchenfertig zubereitet, eigene Herstellung | 1kg  | <b>9.99</b>  |
| <b>Bauers Bratwurst grob</b><br>dick, eigene Herstellung                                    | 1kg  | <b>9.99</b>  |
| <b>Bauers Leberwurst fein</b><br>mit Kalbfleisch, herzhaft und lecker, eigene Herstellung   | 100g | <b>0.99</b>  |
| <b>Bauers roter Fleischkäse</b><br>in bewährter Qualität, eig. Herstellung                  | 100g | <b>0.99</b>  |
| <b>Bauers Scharfe</b><br>Rohwurstspezialität im Ring  | 100g | <b>1.29</b>  |
| <b>Bauers Hausmacher Preßkopf</b><br>eigene Herstellung                                     | 100g | <b>1.29</b>  |

**Bauers Lakefleisch**  
bratfertig eingepackt,  
300g Fleisch mit Zwiebeln

Portion **4.99**

## WEINDEPOT

|  |               |             |
|--|---------------|-------------|
| Weingut Horst Sauer, Escherndorf           |               |             |
| <b>JUST Weine - fruchtige Frankenweine</b> |               |             |
| <b>JUST weiß</b> trocken 11=10.65          | 0.75l Flasche | <b>7.99</b> |
| <b>JUST Silvaner</b> trocken 11=10.65      | 0.75l Flasche | <b>7.99</b> |
| <b>JUST Secco</b> 11=11.32                 | 0.75l Flasche | <b>8.49</b> |

**BÜRGER**

Frische  
Kartoffel-Gnocchi  
versch. Sorten

1kg=4,98-3,98 400-500g Packung **1.99**

## FISCH & MEERESFRÜCHTE

|   |      |             |
|---|------|-------------|
| Frischfisch der Woche   |      |             |
| <b>Frisches Kabeljaufilet</b> mit Haut, Küstenfischerei Island, TK-Ware, unsere Spitzenqualität | 100g | <b>2.49</b> |
| <b>Geräucherte Forellen ganz</b><br>küchenfertig, aus dem Hafenlohrthal                         | 100g | <b>1.99</b> |
| <b>Frisches Welsfilet Claressa</b><br>ohne Haut, Aquakultur Niederlande                         | 100g | <b>1.79</b> |
| <b>Bunter Matjessalat</b> Matjesstreifen mit Apfel und Paprika, in klarer Marinade              | 100g | <b>0.99</b> |
| Ab Freitag erhältlich   |      |             |
| <b>Lachssteaks</b> Saftiges für Grill und Pfanne, Aquakultur Norwegen                           | 100g | <b>1.99</b> |

## OBST & GEMÜSE

|   |              |             |
|---|--------------|-------------|
| <b>Mangos</b> Brasilien/Peru, Kl. I                               | Stück        | <b>1.00</b> |
| <b>Heidelbeeren</b><br>Peru, Kl. I 1kg=5.98                       | 500g Packung | <b>2.99</b> |
| <b>Bananen</b> Dominikanische Republik                            | 1kg          | <b>1.49</b> |
| <b>Trauben rot</b><br>Peru/Südafrika, Kl. I 1kg=3.38              | 500g Schale  | <b>1.69</b> |
| <b>Bio Zitronen</b><br>Spanien/Italien, Kl. II 1kg=1.98           | 500g Netz    | <b>0.99</b> |
| <b>Sizilianische Blutorange</b><br>Moro lose Ware, Italien, Kl. I | 1kg          | <b>4.99</b> |
| <b>Mini Romanaherzen</b><br>Spanien, Kl. I                        | 2er          | <b>1.29</b> |
| <b>Wirsing</b> Süddeutschland, Kl. I                              | 1kg          | <b>1.49</b> |
| <b>Kohlrabi</b> Italien, Kl. I                                    | Stück        | <b>0.79</b> |

Ab Donnerstag erhältlich

**San Lucar Mandarinen**  
Spanien, Kl. I 1kg=3.32 750g Netz | **2.49** |

Ab Samstag erhältlich

**Brokkoli** Spanien, Kl. I 1kg=2.58 500g | **1.29** |

**Erdbeeren**  
Ägypten, Kl. I 1kg=8.88 250g Schale | **2.22** |

**SPREEWALDHOF**

**Spreelinge**  
Gewürzgurken  
oder Spreewalder Jungs

1kg=2,77 720ml Glas **1.99**

## GETRÄNKE

|   |                          |              |
|---|--------------------------|--------------|
| <b>Bad Brambacher Gartenlimonade</b><br>versch. Sorten 11=1.20                      | 20x0.5l zzgl. Pfand      | <b>11.99</b> |
| <b>Sodenthaler oder Andreasquelle Mineralwasser</b><br>Glas, versch. Sorten 11=0.55 | 12x0.75l zzgl. Pfand     | <b>4.99</b>  |
| <b>RhönSprudel Fruchtschorlen</b><br>versch. Sorten 11=1.05                         | 12x0.75l zzgl. Pfand     | <b>9.49</b>  |
| <b>Alasia Mineralwasser</b><br>PET, versch. Sorten 11=0.38                          | 12x1l zzgl. Pfand        | <b>4.59</b>  |
| <b>Gerolsteiner Mineralwasser</b><br>PET, versch. Sorten 11=0.54                    | 12x1l zzgl. Pfand        | <b>6.49</b>  |
| <b>Volvic Mineralwasser naturelle</b> 11=0.53                                       | 1.5l Flasche zzgl. Pfand | <b>0.79</b>  |
| <b>Schlappeseppel Bier</b><br>alle Sorten 11=1.50                                   | 20x0.5l zzgl. Pfand      | <b>14.99</b> |
| <b>Kulmbacher Pils Edelherb oder Export hell</b> 11=1.40                            | 20x0.5l zzgl. Pfand      | <b>13.99</b> |

**Rana**

**Rana frische Pasta**  
TRADIZIONALI oder AMORE DI PESTO,  
versch. Sorten

1kg=11,96 250g Packung **2.99**

## LEBENSMITTEL

|  |                           |              |
|--|---------------------------|--------------|
| <b>St. Mang Käse Limburger</b> oder <b>Rubius</b> 40-60% Fett i.Tr.        | 180-200g Packung          | <b>2.00</b>  |
| <b>Lätta Original Brotaufstrich</b>  | 450g Becher               | <b>1.19</b>  |
| <b>Philadelphia Frischkäse-Zubereitung</b><br>versch. Sorten 1kg=5,71-5,00 | 175-200g Becher           | <b>1.00</b>  |
| <b>Ehrmann High Protein Pudding</b> oder <b>Drink</b> 1kg/1=4,00-5,00      | 200g Becher/250ml Flasche | <b>1.00</b>  |
| <b>Müller Joghurt mit der Ecke</b><br>versch. Sorten 1kg=2,60              | 150g Becher               | <b>0.39</b>  |
| <b>Mövenpick Premium Eis</b><br>versch. Sorten 11=2,49-2,21                | 800-900ml Packung         | <b>1.99</b>  |
| <b>Oetker Pizza Ristorante</b> oder <b>Flammkuchen</b><br>versch. Sorten   | Packung                   | <b>1.88</b>  |
| <b>Dallmayr Home Barista Kaffee</b><br>ganze Bohnen, versch. Sorten        | 1kg Packung               | <b>12.99</b> |
| <b>Melitta Kaffee</b> versch. Sorten,<br>vakuum gemahlen 1kg=13,98         | 500g Packung              | <b>6.99</b>  |
| <b>Milka Schokolade</b><br>versch. Sorten 1kg=11,49-10,00                  | 87-100g Tafel             | <b>1.00</b>  |
| <b>DeBeukelaer Prinzen Rolle Schoko</b> 1kg=4,23                           | 400g Packung              | <b>1.69</b>  |
| <b>Corny Riegel</b><br>versch. Sorten 1kg=16,56-10,60                      | 96-150g Packung           | <b>1.59</b>  |
| <b>Amecke Sanfte Säfte</b><br>versch. Sorten                               | 1l Packung                | <b>1.99</b>  |
| <b>Persil Waschmittel</b><br>weiß oder Color 11=0,19                       | 100 Waschladungen         | <b>18.99</b> |

## KÄSEVIELFALT

|  |      |             |
|--|------|-------------|
| <b>Holland Gouda</b> jung, sahnig,<br>milder Schnittkäse, 51% Fett i.Tr.                   | 100g | <b>0.89</b> |
| <b>Allgäuer Bergkäse</b> würzig,<br>Rohmilch-Hartkäse, 9 Monate gereift,<br>45% Fett i.Tr. | 100g | <b>2.49</b> |
| <b>Schweizer Appenzeller</b><br>Rohmilch-Hartkäse, 3 Mon., 48% Fett i.Tr.                  | 100g | <b>1.99</b> |
| <b>Italianischer Grana Padano</b><br>Hartkäse, glutenfrei, 40% Fett i.Tr.                  | 100g | <b>2.49</b> |
| <b>Bioland Hubertus Kräuter</b><br>Schnittkäse, 50% Fett i.Tr.                             | 100g | <b>2.49</b> |

Ab Donnerstag erhältlich

**Französischer Brie de Meaux**  
Rohmilch-Weichkäse, 45% Fett i.Tr. 100g **2.99**

**Schweizer Gewitterkäse**  
würzig, aromatischer Hartkäse,  
57% Fett i.Tr. 100g **2.99**

**zuger frischkäse** Die Alpenmilch-Molkerei

Aus echter Schweizer Alpenmilch:

**Schweizer Hüttenkäse**  
20% Fett 1kg=5,55 200g Becher **1.11**

**Schweizer Bio-Hüttenkäse**  
20% Fett 1kg=6,45 200g Becher **1.29**

**Schweizer Bio-Hüttenkäse**  
laktosefrei 20% Fett  
1kg=8,60 150g Becher **1.29**