

# Schaufenster

Firmen aus der Region, gesucht und hier gefunden

**Ausgabe Frühjahr 2026**



**Ausbildung**



**Bauen & Wohnen**



**Beauty & Wellness**



**Dienstleistungen**



**Gesundheit**



**Garten**



**Gastronomie**



**Handel**



**KFZ und Zweiräder**



**Steuer / Recht / Versicherung**



**Sport**



**Tiere**



**Urlaub**

Eine Sonderproduktion von

 **LINUS WITTICH**  
Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.



**Schaufenster**

**West**

# Inhaltsverzeichnis

---

S. 3-13 .....	<b>Bauen und Wohnen</b>
S. 14 .....	<b>Garten</b>
S. 15-17 .....	<b>KFZ und Zweiräder</b>
S. 18-21 .....	<b>Ausbildung</b>
S. 22 .....	<b>Sport und Freizeit</b>
S. 23 .....	<b>Handel</b>
S. 24-25 .....	<b>Dienstleistungen</b>
S. 26 .....	<b>Beauty und Wellness</b>
S. 27-31 .....	<b>Gesundheit</b>

# Impressum

---

## Verlag und Herausgeber



**LINUS WITTICH**

Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.

## LINUS WITTICH Medien KG

Peter-Henlein-Str. 1  
91301 Forchheim  
Tel. 09191 7232-0  
Fax 09191 7232-30

*Geschäftsführung und Verlagsleitung:*  
Christian Zenk

*Gestaltung und Layout:*  
LINUS WITTICH Medien KG, Forchheim

*Anzeigenverkauf:*  
Dilek Voet, Margit Walter, Alfred Wallon, Josef Mayr

*Bilder:*  
Pixabay, adobe.stock

Es gilt die zurzeit gültige Preisliste, Objekt 2263

Vom Verlag erstellte Anzeigenmotive dürfen nur in LINUS WITTICH-Publikationen verwendet werden.  
Es gelten unsere allg. und zusätzlichen Geschäftsbedingungen.

# Bauen und Wohnen

## Technik gegen Tropfen

So schützt man sich vor teuren Wasserschäden im Haus



### Leitungssperrung bei Wasserkontakt

Ergänzt wird das Ganze durch mobile Wassermelder, die an gefährdeten Stellen wie dem Fußboden des Waschmaschinenkellers oder neben der Spülmaschine platziert werden. Sie reagieren bei Kontakt mit Wasser und lösen ebenfalls eine automatische Sperrung der Wasserzufuhr aus. Die mobilen Melder können jederzeit nachträglich in das passende System integriert werden. Für schwer zugängliche Bereiche sind spezielle Verlängerungs-sonden mit dabei. Unter [gebaudetechnik.rehau.de/reguard](http://gebaudetechnik.rehau.de/reguard) wird das System genauer erklärt, und man kann seinen konkreten Einbaupreis ausrechnen lassen.

- Anzeige - (DJD). Ein geplatztes Rohr, eine tropfende Leitungsverbindung oder ein überlaufender Geschirrspüler: Wasserschäden in Wohnhäusern sind keine Seltenheit. Doch ihre Folgen können gravierend sein. Neben der sichtbaren Zerstörung von Möbeln oder Bodenbelägen leidet oft auch die Bausubstanz. Denn dringt Wasser unbemerkt in Wände oder Böden ein, kann sich Schimmel bilden, und der birgt gesundheitliche Risiken für die Bewohnerinnen und Bewohner. Den Schaden wieder zu beheben, kostet nicht nur viel Geld, sondern auch Zeit und Nerven. Vor diesem Hintergrund gewinnen technische

Präventionslösungen an Bedeutung.

### Leckagen schnell erkennen

Moderne Systeme zur Wassersteuerung erkennen ungewöhnlich hohe Wasserverbräuche, zum Beispiel aufgrund eines Rohrbruchs, oder auch Tropfleckagen frühzeitig. Ein Beispiel ist das Wassersicherheitssystem Re.Guard 2.0 von Rehau. Dieses Monitoring-Tool wird an der Hauptwasserleitung direkt nach dem Wasserzähler und vor einem Hauswasserfilter installiert. Bei einem Rohrbruch oder einer anderen Auffälligkeit sperrt die Wassersteuerung die Leitung ab und verhindert damit größere Schä-

den. In individuell einstellbaren Zeitintervallen wird das System auf Tropfenleckagen gecheckt. Das System wird entweder direkt über die Geräteeinheit oder mobil über eine App gesteuert, die Informationen in Echtzeit übermittelt. So lässt sich die Wassersteuerung auch aus der Ferne kontrollieren. Die Wassersteuerung per App bietet auch einen Zusatznutzen: Mithilfe anschaulicher Grafiken können Hausbewohner ihren Wasserverbrauch tracken. Das hilft, die wertvolle Ressource Trinkwasser sparsam zu verwenden.



Fotos: DJD/REHAU



Sachverständigenbüro Tietze GmbH & Co. KG  
Deubacher Str. 8 | 86500 Kutzenhausen

**TIETZE**  
SACHVERSTÄNDIGENBÜRO



info@svb-tietze.de  
www.svb-tietze.de  
08294/5114190

**Gutachten für Privatpersonen und Gerichte**

- Verkehrswertgutachten für Häuser, Wohnungen, Gewerbe & Grundstücke
- Energieberatung und Energieausweise
- Restnutzungsdauergutachten für steuerliche Zwecke
- Gutachten für Fenster, Türen, Fassaden & Wintergärten
- Feuchte- & Schimmelgutachten / Beratung

Zertifizierte Sachverständige für Immobilienbewertung gemäß ISO / IEC 17024, ZIS Zert (S)  
Bayern · Baden-Württemberg · bundesweit tätig

Feuchte Häuser? Nasse Keller? Modergeruch?

Kellerabdichtung · Sperr- u. Sanierputze · schnell · dauerhaft · preiswert  
Wohnklimaplatzen gegen Schimmel und Kondensfeuchte  
VEINAL®-Kundenservice · E-Mail: [BAUCHEMIE@veinal.de](mailto:BAUCHEMIE@veinal.de)  
**kostenloses Info-Telefon 08 00 / 8 34 62 50**  
**Fordern Sie unsere kostenlose Info-Mappe an!** [www.veinal.de](http://www.veinal.de)






bo-bautec

sachverständigenbüro für das bauwesen

schadensprüfung · immobilienbewertung · energieberatung  
bauwerksdiagnostik · blowerdoor-test · bauthermographie

- Baugutachten & Schadensprüfung
- Energieausweis & Bauthermographie
- Schimmelpilzanalyse
- BlowerDoor-Messung
- Schäden an Gebäuden & Baumängel
- Immobilienberatung bei Kauf/Verkauf



08292 / 960824  
[www.bo-bautec.de](http://www.bo-bautec.de)

## Hauptsache natürlich

Mit Massivholzmöbeln ein gesundes Raumklima fördern

- Anzeige - (DJD). Der Wunsch nach Nachhaltigkeit und Natürlichkeit hält auch in die eigenen vier Wände Einzug. Massives Holz ist nicht nur eines der ältesten Baumaterialien, sondern lässt sich dazu noch von der Bodengestaltung mit Parkett bis zur Möblierung höchst vielseitig bei Neubau und Modernisierung nutzen. Holz ist gemütlich und nachhaltig zugleich, da es in kontrollierter Forstwirtschaft permanent nachwächst. Im Zuhause wiederum fördert das Naturmaterial ein gesundes Wohnklima, da es die Raumluft nicht mit Schadstoffen und Emissionen belastet. Erster Ansprechpartner für das Einrichten mit Holz ist der Tischler oder Schreiner vor Ort.

### Holz gibt dem Zuhause individuellen Charakter

Mit Holzmöbeln wirkt jeder Raum im Handumdrehen behaglich. „Vor allem im angesagten Vintage-Look spielen markante Schränke oder Kommoden aus Massivholz eine wichtige Rolle. Dabei lassen sich auch alte Stücke aus dem Familienbesitz wie eine betagte Holztruhe kreativ mit modernen



Foto: djd/TopaTeam/Leuchtnatur/Sebastian Riepp

Elementen kombinieren“, sagt Einrichtungsexperte Walter Greil von TopaTeam. „Auch der klassische, große Esstisch, an dem man sich mit der ganzen Familie oder mit Freunden versammelt, macht in urigem Holz stets eine gute Figur“, so Greil weiter. Für welche Holzart man sich entscheidet, hängt im Wesentlichen vom persönlichen Geschmack ab. Die klassische Eiche etwa erlebt derzeit in

vielfältigen Oberflächen und Beizungen ihre Renaissance, auch Nussbaum steht als Trendholz hoch im Kurs. Der Zirbe, einem traditionellen Holz aus der Alpenregion, wird eine entspannende Wirkung zugeschrieben. Vor allem in Schlafzimmern ist dieses Massivholz für metallfreie Bettkonstruktionen beliebt.

### Aufatmen mit Massivholzmöbeln

Doch egal, welche Holzart man auswählt, das Naturmaterial unterstützt in jedem Fall gesunde Raumbedingungen. Denn Holz kann sich permanent an das Umfeld anpassen und je nach Temperatur beispielsweise Feuchtigkeit aufnehmen oder bei Bedarf wieder an die

Raumluft abgeben. Zudem können Möbel aus Massivholz die Luftqualität in Innenräumen verbessern, denn offenes Holz absorbiert ähnlich wie ein Luftfilter die Schadstoffe. Geölte oder gewachste Oberflächen laden sich elektrostatisch nicht auf und ziehen somit auch keinen Staub an - ein Vorteil nicht nur für Allergiker. Spezialisierte Möbeltischler bieten individuelle Lösungen für das gesunde Wohnen mit Holz, unter [www.topateam.com](http://www.topateam.com) etwa findet man Fachbetriebe in der Nähe sowie viele weitere Tipps für das nachhaltige Einrichten. Die Fachhandwerker können zudem passgenaue Ein- und Umbauten planen oder zum Thema Ergonomie in der Küche beraten.

**Holzbau Hörmann**  
**HH**  
**Meisterbetrieb**  
 Jörg Hörmann | Zimmermeister  
 Heinrichstraße 10 | 86441 Zusmarshausen  
 Tel.: 08291 / 169 86 0 | Mobil: 0173 / 962 88 10  
 joerg@holzbau-hoermann.de  
 www.holzbau-hoermann.de

**Dachstuhl  
 Dachsanierung  
 Dachgauben  
 Dachfenster  
 Holzhäuser  
 Innenausbau  
 Carports  
 u.v.m.**

**DIRR**  
**ZIMMEREI • HOLZBAU**  
 ● Massivholzhäuser, Ingenieur Holzbauten  
 ● komplette Dachsanierungen  
 ● Dachgauben, Dachfenster, Dachausbau, Dachstühle, Dacheindeckungen

[www.holzbau-dirr.de](http://www.holzbau-dirr.de)

**Dirr GmbH & Co.KG**  
 Kiesgrubäcker 2  
 89346 Bibertal-Silheim  
**Tel. 08226 - 1270**

**Dein neues Wohngefühl**  
 Türen und Böden verwandeln Dein Zuhause

Türen in CPL + Holz  
 Vinyl + Parkett  
 Laminat

Montageservice auf Wunsch!

**Jochum**  
 Holz für Haus und Garten

Augsburger Str. 34, 86441 Zusmarshausen ☎ 08291/18 88-0 / [www.jochum-holz.de](http://www.jochum-holz.de)

## Unsichtbare Grenze für Summer und Krabbler

Luft rein, Plagegeister raus:

Mit einem Insektenschutz den Wohnkomfort steigern



Foto: DJD/Neher

- Anzeige - (DJD). Die sommerliche Idylle findet spätestens dann ein jähes Ende, wenn das monotone Sirren einer Stechmücke die Nachtruhe stört. Jedes Jahr gleicht sich die Situation: Die Temperaturen steigen, die Fenster werden weit geöffnet, und unweigerlich halten Fliegen, Wespen, Spinnen und Mücken Einzug in die Wohnräume. Während Insekten draußen essenziell für das ökologische Gleichgewicht sind, sorgen sie innen eher für Stress und Unbehagen. Zudem fühlen sich immer mehr exotische Insektenarten wie die Tigermücke oder die asiatische Buschmücke hierzulande heimisch. Damit verbinden sich bei einem Stich mögliche Risiken für die eigene Gesundheit.

### Insektenschutz nach Maß

Auch wenn die Krabbler und Summer gehörig nerven können: Der Griff zum Insektenspray ist keine sonderlich nachhaltige Lösung. Für dauerhafte Ruhe im Haus sorgen hingegen Insektenschutzgewebe, die den ungebetenen Gästen den Zutritt verwehren, ohne ihnen zu schaden oder die Biodiversität zu beeinträchtigen. Materialien wie das Transpatec-Gewebe von Neher sind so fein, dass sie für das menschliche Auge kaum sichtbar sind. So können genügend Frischluft und Tageslicht ins Haus strömen, während die Barriere für Insekten unüberwindbar bleibt. Wichtig ist dabei nicht nur das Material, sondern eine möglichst lückenlose Passform. Fachbetriebe

können dazu im Haus exakt Maß nehmen und zu den geeigneten Lösungen beraten. Denn für nahezu jede bauliche Situation gibt es geeignete Schutzelemente. Ansprechpartner vor Ort lassen sich etwa unter [www.neher.de](http://www.neher.de) finden.

### Passende Lösungen für jede Hausöffnung

An Balkon- und Terrassentüren haben sich beispielsweise Pendeltüren bewährt, die sich auch mit vollen Händen in beide Richtungen aufdrücken lassen und danach selbstständig und geräuschlos schließen. An Fenstern, die häufig zum Blumengießen geöffnet werden, bieten sich Drehrahmen oder flexible Rollos an.

Zudem lassen sich viele Insektenschutz-Produkte heute motorisieren und in bestehende Smart-Home-Systeme einbinden. Auf diese Weise lässt sich etwa ein Insektenschutzrollo bequem per Funk steuern. Doch der Schutz sollte nicht an der Terrassentür und am Schlafzimmerfenster enden. Ein oft vergessener Zugangsweg ist der Kellerbereich. Durch ungesicherte Lichtschächte können Spinnen, Käfer und Laub ins Untergeschoss gelangen. Hier helfen robuste, trittfeste Abdeckungen aus Edelstahl oder hochtransparente Materialien, die das Untergeschoss hell und belüftet halten, ohne dass es zum Sammelbecken für Kleintiere wird.

**Insektenschutz & Lichtschachtabdeckungen nach Maß**

**WERNER BLUM**  
Insektenschutz Manufaktur

Siegmund-Stammler-Str. 4 | 89264 Emmershofen  
Fon.: 07306 / 6286 | [www.werner-blum.de](http://www.werner-blum.de)

Erleben Sie in unserem Ausstellungsraum viele Produkte zum Anfassen!  
Gerne kommt auch ein Fachberater ganz unverbindlich zu Ihnen nach Hause.

**WIR SORGEN FÜR SCHATTIGE SONNENSTUNDEN**

JALOUSIEN  
MARKISEN  
ROLLADEN  
WINTERGARTEN  
HAGELSCHADEN-REPARATUR

**claus**  
sonnenschutz-technik

**claus sonnenschutz-technik** | Bucher Straße 53/2 | 89171 Illerkirchberg  
Tel. 07346 924180 | [sc@claus-sonnenschutz.de](mailto:sc@claus-sonnenschutz.de) | [www.claus-sonnenschutz.de](http://www.claus-sonnenschutz.de)

## Barrierearm mit Stil und Komfort

Clevere Badausstattungen, die den Alltag verbessern und dabei gut aussehen

- Anzeige - (DJD). Das Bad gehört zu den wichtigsten Räumen in unseren Häusern und Wohnungen. Wer heute baut oder modernisiert, sollte es daher vorausschauend und zukunftsorientiert planen. Stichwort altersgerecht: Ein Bad mit wenigen Barrieren bedeutet keine Kompromisse bei Design oder Wohnkomfort. Viele Lösungen, die später Sicherheit und Unterstützung bieten, erhöhen schon jetzt den Komfort,

die Bewegungsfreiheit und Alltagstauglichkeit. Gute Beispiele sind bodenebene Duschen, einfach zugängliche Waschplätze und WC-Lösungen oder Dusch-WCs. Führende Hersteller wie Geberit bieten hierfür eine Vielzahl einbaufreundlicher und stilvoller Lösungen – für mehr Komfort in jedem Lebensalter.

Unter [www.geberit.de](http://www.geberit.de) gibt es dazu viele Infos und Inspirationen.



Foto: DJD/Geberit



# MAYER

Heizung | Sanitär | Spenglerei | Solar

☎ 0170 / 90 75 638

🛠 Kundendienst

Ortsstraße 17 | 89359 Grosskötz  
Telefon: 08221/ 33 0 50 • E-Mail: [solartechnik-mayer@gmx.de](mailto:solartechnik-mayer@gmx.de)



**Michael Buhlig**

Installateur- und Heizungsbaumeister

■ HEIZUNG  
■ LÜFTUNG  
■ SANITÄR

Wirth HLS-Technik GmbH

Haldenloh D4

86465 Welden

Mobil: 0175 / 3231525

Email: [michael.buhlig@wirth-gruppe.de](mailto:michael.buhlig@wirth-gruppe.de)

## Infrarotheizungen rücken stärker in den Fokus



Mit den Änderungen im Gebäudeenergiegesetz (GEG) wächst bei vielen Immobilienbesitzern der Wunsch nach zukunftssicheren Heizlösungen. Neben Wärmepumpen rücken dabei zunehmend auch elektrische Systeme wie moderne Infrarotheizungen in den Fokus.

Diese Heiztechnik arbeitet ohne fossile Brennstoffe und kommt ohne Heizraum oder Schornstein aus. Dadurch lässt sie sich vergleichsweise einfach

installieren – sowohl im Neubau als auch bei Sanierungen oder in einzelnen Wohnungen. Zudem gelten Infrarotheizungen als wartungsfrei und flexibel einsetzbar.

Ein weiterer Vorteil ist die gute Kombination mit Photovoltaikanlagen. Wird der benötigte Strom teilweise selbst erzeugt, kann die Wärmeversorgung unabhängig von Öl oder Gas erfolgen. Vor dem Hintergrund steigender Energiepreise und wachsender gesetzlicher Anforderungen prüfen deshalb immer mehr Eigentümer alternative Heizkonzepte.

Experten empfehlen, die Situation der jeweiligen Immobilie individuell zu betrachten. Faktoren wie Dämmstandard, Energiebedarf und Nutzung spielen eine wichtige Rolle bei der Wahl des passenden Heizsystems.

Steimer Heizsysteme informiert über die Einsatzmöglichkeiten moderner Infrarotheizungen und bietet Interessierten eine kostenlose und unverbindliche Beratung zur passenden Lösung für ihre Immobilie.

Bernd Steimer  
STEIMER Heizsysteme

## Infrarotheizungen werden durch das neue Heizungsgesetz noch interessanter

Beispiel: Tafelheizung



**Ihre Vorteile:**

- Keine Abhängigkeit von Öl und Gas
- Ideal kombinierbar mit Photovoltaik
- Kein Heizraum, kein Schornstein, keine Wartung
- Schnell installiert & flexibel einsetzbar

Nutzen Sie unsere 20 Jahre Erfahrung!

Prüfen Sie jetzt, welche Lösung zu Ihrer Immobilie passt - bevor steigende Energiepreise zusätzlichen Druck erzeugen.

- **Kostenlose & unverbindliche Beratung**

Jetzt Nachricht senden oder anrufen!

[info@steimer-heizsysteme.de](mailto:info@steimer-heizsysteme.de) 0821 - 6085722

STEIMER Heizsysteme

Bismarckstr. 12

86391 Stadtbergen

[www.steimer-heizsysteme.de](http://www.steimer-heizsysteme.de)

INFRAROTHEIZUNG & ENERGIE

## Wärme mit Zukunft

Tipps für eine effiziente, komfortable und zukunftssichere Heizlösung im Eigenheim

Für viele Hausbesitzer, Modernisierer und Best-Ager wird ein Heizsystem immer wichtiger, das zuverlässig arbeitet, Energie spart, langfristig Sicherheit bietet und gleichzeitig hohen Wohnkomfort ermöglicht. Samsung Wärmepumpen vereinen diese Anforderungen und bieten darüber hinaus eine Reihe moderner Zusatzfunktionen, die den Alltag erleichtern.

### Effizient heizen und kühlen

Samsung Wärmepumpen arbeiten besonders energieeffizient: Aus nur 1 kW elektrischer Energie erzeugen sie bis zu 5 kW Nutzwärme. Auch bei extrem niedrigen Außentemperaturen von bis zu  $-25\text{ }^{\circ}\text{C}$  bleiben sie zuverlässig in Betrieb. Zusätzlich können sie nicht nur heizen, sondern auch kühlen.

### Komfortable Ausstattung für den Alltag

Ein großzügiger 200-Liter-Edelstahlspeicher sorgt jederzeit für warmes Wasser, während die intuitive Touch-Bedienung eine einfache Steuerung ermöglicht. Zwei integrierte Zusatzheizstäbe bieten Sicherheit in Ausnahmefällen. Zudem lassen sich mehrere Heizkreise gleichzeitig betreiben, was besonders praktisch bei Kombinationen aus Fußbodenheizung und Heizkörpern ist.

### Smarte Steuerung im vernetzten Zuhause

Mit Samsung SmartThings und Bixby kann die Wärmepumpe bequem per App oder Sprachsteuerung bedient werden. So lässt sich die Temperatur flexibel einstellen und der Energieverbrauch optimal anpassen



– egal ob von der Couch oder unterwegs.

### Attraktive Förderung und lange Garantie

Der Wechsel zu einer modernen Wärmepumpe wird durch staatliche Förderprogramme zusätzlich finanziell unterstützt und kann so die Investitionskosten deutlich reduzieren. Zusätzlich bietet Samsung eine fünfjährige Garantie auf das geplante Gesamtsystem – ein starkes Signal für Qualität und Langlebigkeit.

### Planung und fachgerechte Installation

Eine professionelle Planung und Installation ist entscheidend für Effizienz und eine lange Lebensdauer. Samsung arbeitet hierfür mit zertifizier-

ten Fachpartnern zusammen, die eine sorgfältige Umsetzung sicherstellen und langfristig für zuverlässigen Betrieb sorgen.

### Fazit

Samsung Wärmepumpen stehen für hohe Energieeffizienz, smarte Bedienung, moderne Technik, nachhaltige Wärme-

versorgung und attraktive Fördermöglichkeiten. Damit bieten sie eine zukunftssichere und komfortable Lösung für moderne Haushalte.

Quelle:  
Heiz-/Kühlsystem der Zukunft | MTF Samsung Wärmepumpen

**SAMSUNG**  
**Wärmepumpen**

Effizient. Leise. Zukunftsicher.

- ✔ Heizen & Kühlen
- ✔ Smart per App
- ✔ Flüsterleise
- ✔ BAFA gefördert

Kostenlose Beratung auf [www.effizient.jetzt](http://www.effizient.jetzt)

**HAUSTECHNIK**  
die begeistert!

Über 50 Jahre Erfahrung  
[www.fischer-haustechnik.info](http://www.fischer-haustechnik.info)

0 82 84- 91 01

**HAUSTECHNIK**  
**FISCHER**

Bürgermeister-Haide-Str. 2 | 86473 Ziemetshausen

## Die erste eigene Küche richtig einrichten

Gerade bei kleinen Räumen und wenig Budget ist gute Planung wichtig

- Anzeige - (DJD). Wer das erste Mal eine eigene Wohnung einrichtet, für den ist die Küche oft die größte Herausforderung. Denn während die anderen Räume sich mit einer Mischung aus mitgebrachten und (gebraucht) gekauften Möbeln schnell gemütlich ausstatten lassen, muss die Küche oft ganz neu gedacht werden. Als täglicher Arbeitsplatz soll sie außerdem nicht nur wohnlich, sondern auch funktionell sein – wobei Platz und Budget oft eher schmal bemessen sind. Darum ist bei der Einrichtung gute Planung besonders wichtig.

### Form und Funktion müssen stimmen

Die fängt mit der Küchenform an: „Eine Küchenzeile passt in jeden Raum“, weiß Marko Steinmeier, Geschäftsführer von KüchenTreff, einer Einkaufsgemeinschaft von mehr als 500 inhabergeführten Küchenstudios und Fachmärkten in Deutschland und Europa. „Darin lässt sich alles, was man braucht, gut integrieren.“ Basics sind hier Kochfeld, Backofen, Kühlschrank und Spüle, dazu ausreichend Stauraum für Geschirr und Kochutensilien. Bei größeren Küchenformen – etwa der L- oder U-Form, einer zweizeiligen Küche oder einer



Foto: DJD/KüchenTreff

mit Kochinsel – sollte auf das sogenannte „Arbeitsdreieck“ geachtet werden. „Damit ist eine geschickte Anordnung von Spüle, Herd und Kühlschrank gemeint, denn zwischen diesen Punkten bewegt man sich viel hin und her, sodass kurze Wege wichtig sind“, erklärt der Fachmann. Auch ein Ess- und Arbeitsplatz ist oft gefragt und lässt sich selbst in kleinen Küchen realisieren. Für die Unterbringung von Töpfen,

Tellern, Gläsern und Vorräten sind Schränke mit Türen die preiswerteste Variante. Superpraktisch und übersichtlich sind Auszüge, Nischen und Ecken lassen sich mit Drehrondellen besonders gut nutzen. Mit dem Online-3D-Küchenplaner unter [www.kuechentreff.de](http://www.kuechentreff.de) kann man verschiedene Möglichkeiten ausprobieren. Auch eine Fachberatung im Küchenstudio lässt sich dort buchen.

### Bei Farbe und Stil zählt der eigene Geschmack

Steht die Grundplanung, bleibt die Frage nach dem Stil. Von kühl-modern bis klassisch-gemütlich ist alles möglich. „Hier sollte man vor allem darauf

achten, dass man sich selbst damit wohlfühlt und nicht nur möglicherweise kurzlebigen Trends folgt“, rät Steinmeier. Bei den heute vielfach üblichen offenen Wohnkonzepten ist es außerdem sinnvoll, die Einrichtung der verschiedenen Bereiche aufeinander abzustimmen. Dabei lässt sich mit der Wahl von Farben und Materialien viel erreichen. Weiße Küchen sind zeitlos und können mit farbigen Nischenrückwänden und Accessoires aufgepeppt werden, bunte Fronten sind ein Hingucker, und mit Holz- oder Steinoptiken kommt Natur ins Spiel. So wird die erste eigene Küche schnell zum Wohlfühlort.

### WIR ZIEHEN UM!

Ab 01.05.2026 finden Sie uns in der  
Krumbacher-Str. 54 • 89335 Ichenhausen.

KÜCHEN **ART** ELIER

Wir freuen uns auf Sie in unseren neuen Räumen.



mit Pfiff  und Verstand

**NEU**

**SCHNITZLER**  
Möbelschreinerei · Bauelemente  
[www.schreinerei-wiesenbach.de](http://www.schreinerei-wiesenbach.de)  
**DIE BILDERGALERIE**



**KACHELOFENBAU  
SCHICK**

Rainer Schick  
Meisterbetrieb

Nordstraße 3  
89346 Bibertal-Silheim

Mobil: 0171-1481743  
Tel. 08226-3359 656  
Fax 08226-3356 654

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



## Terrassenfreude ohne Kompromisse

So wird der Lieblingsplatz zum Wohlfühlort für viele Jahre

- Anzeige - (DJD). Der Terrassenboden ist frisch aufbereitet, die Gartenmöbel stehen bereit, doch die Sonne bringt es an den Tag: Ohne einen guten Sonnenschutz kann der Lieblingsplatz im Garten nur eingeschränkt genutzt werden. Eine Markise muss her - doch worauf kommt es bei der Anschaffung an? Wir stellen die wichtigsten Qualitätskriterien vor, die darüber entscheiden, ob man für viele Jahre zufrieden ist oder immer wieder Ärger hat.



Foto: DJD/www.lewens-markisen.de

### Die richtige Größe und Form

Die Markise sollte den zu beschattenden Bereich vollständig abdecken. Als Faustregel gilt: Mindestens einen Meter größer einplanen als die Fläche, die im Schatten liegen soll - so bietet die Bespannung selbst bei schräg stehender Sonne ausreichend Schutz. Bei der Wahl zwischen Pergolamarkisen oder Gelenkarmmarkisen mit oder ohne Kassette ist neben der Optik auch die Funktion entscheidend. Kassettemarkisen wie die Modelle der Trentino- oder Toscana-Serie von Lewens bieten den besten Schutz für das Markisentuch, da dieses in ein rundum geschlossenes Gehäuse eingerollt wird und so nicht der Witterung ausgesetzt ist. Die

längere Lebensdauer rechtfertigt einen höheren Preis. Kassetten können passend zur Hausarchitektur mit rundem oder eckigem Profil gewählt werden. Unter [www.lewens.de](http://www.lewens.de) gibt es dazu mehr Infos und eine große Modellauswahl. Wenn die Markise geschützt unter einem Balkon oder einem Dachüberstand montiert wird, kann auch ein Modell mit offener liegender Tuchwelle gewählt werden. Pergolamarkisen sind immer mit einer Kassete ausgestattet. Mit stützenden Säulen am vorderen Ende erlauben sie größere Tuchflächen und sind eine Alternative bei weniger tragfähigen Hauswänden.

### Stoffqualität als entscheidender Faktor

Das Herzstück jeder Markise ist das Tuch. Hochwertige Markisenstoffe werden bereits bei der Herstellung des Fadens spinndüsengefärbt. Das macht sie besonders UV-beständig und farbecht. Zu beachten ist auch die Stoffdichte, die in g/m<sup>2</sup> angegeben wird - je höher der Wert, desto robuster ist das Material. Gewichte zwischen 280 und 320 g/m<sup>2</sup> sind empfehlenswert. Imprägnierungen machen das Tuch wasserabweisend und beugen der Bildung von Schimmel vor, zudem sind sie auch besser geschützt gegen Schmutz und Staub.

### Langlebige und komfortable Mechanik

Manuelle Kurbeln sind kostengünstig, Elektromotoren bieten jedoch deutlich mehr Komfort. Gerade bei breiten Markisen mit großer Ausladung sind sie unbedingt empfehlenswert. Eine Steuerung mit Sensoren für Wind, Regen und Sonne öffnet und schließt das Markisentuch je nach Wetterlage automatisch und verhindert Schäden durch Unwetter. Diese Technik, wie auch die smarte Einbindung in die Hausautomation ist besonders praktisch, wenn man nicht ständig zu Hause ist.

Seit 30 Jahren verfolgen wir das Ziel, unsere Kunden im höchsten Maß zufrieden zu stellen. Dabei hilft uns unsere moderne Werkstatt sowie jahrelange handwerkliche Erfahrung.

Lassen Sie sich von unserer **Angebotsvielfalt und den günstigen Preisen** verführen und **unverbindlich beraten!** Wir suchen eine passende und individuelle Lösung für Sie. Sie werden sich ganz bestimmt in Ihrem Eigenheim wohlfühlen - ob Haus oder Garten.

• Balkone • Zäune • Alu-Sichtschutz • Gartenhäuser



Krumbacher Straße 28  
86476 Neuburg/Ka.  
Tel. 08283/1472



*Tun Sie sich was Gutes...*

Büro/Fertigung · 0 82 22/9 66 94 12  
An der Römerstraße 7 · Burgau  
Büro Gersthofen · Tel. 08 21/2 99 32 23  
Büro Ulm · Tel. 07 31/1 51 87 60  
[www.ueberdachungen-nagel.de](http://www.ueberdachungen-nagel.de)

**Wenn nicht jetzt,  
wann dann?**

## Terrassenüberdachung

mit lichtdurchlässiger und wetterfester Eindeckung, wahlweise mit Beschattungen.

### Unser weiteres Programm:

Hautürvordächer und Carports in Aluminium, Stahl oder Holz. Sommer-/Wintergarten. Trennwände und Wetterschutz.

**Fordern Sie ein Angebot und Materialmuster an.**



## Fenster und Türen

### Mehr Licht, mehr Leben, mehr Zuhause

Ein Zuhause ist mehr als nur vier Wände – es ist ein Ort voller Licht, Luft und Leben. Fenster, Türen und Dachfenster öffnen neue Perspektiven, verbinden Innen und Außen und schenken selbst dunklen Räumen Wärme, Weite und eine ganz neue Atmosphäre.

Mit jedem Sonnenstrahl, der durch ein Fenster fällt, wird das Zuhause heller, freundlicher und lebendiger. Geöffnete Türen und Fenster lassen frische Luft herein und schaffen ein Raumklima, in dem man aufatmen kann. Dank moderner Technik sind Fenster und Türen heute nicht nur schön, sondern auch energiesparend – gut für die Umwelt und für das eigene Wohlbefinden.

Ob als stilvolles Designelement, als Zugang zur Natur oder als Fenster zu den Sternen – moderne Fenster, Türen und Dachfenster verleihen jedem Zuhause eine besondere Magie. Sie schaffen Lieblingsorte, steigern das Wohlfühlgefühl und erhöhen gleichzeitig den Wert der Immobilie.

Mehr Licht, mehr Luft, mehr Lebensfreude – mit Fenstern, Türen und Dachfenstern, die den Unterschied machen.



## Beratung, Inspiration

und moderne Fensterlösungen live erleben.



### Öffnungszeiten:

Mo–Fr: 9:00–12:00 Uhr

Freitag zusätzlich: 14:00–17:00 Uhr

Sa (1. und 3. im Monat): 9:00–13:00 Uhr

Fleißiger Max GmbH & Co. KG · Robert-Bosch-Str. 4c · 89331 Burgau

Erleben Sie moderne Fensterlösungen live in unserer Ausstellung.



Navigation starten



## Sonnige Rendite im Garten

Mit einem Solardach die Terrasse wetterfest machen und nebenbei Strom gewinnen



Foto: DJD/Solarterrassen & Carportwerk/www.premium-solarglas.com

- Anzeige - (DJD). Eigenen Sonnenstrom erzeugen und damit dauerhaft die Energiekosten senken: Photovoltaik-Lösungen für das Zuhause finden rasant Zuspruch. Laut Bundesnetzagentur waren im Oktober 2025 bereits 1,12 Millionen Anlagen mit einer Einspeiseleistung von bis zu 800 Watt angemeldet. Das entspricht einer Verdoppelung im Vergleich zum Vorjahr. Die dezentrale Energiegewinnung kann nicht nur unabhängiger von der öffentlichen Versorgung machen, sondern zugleich den Wohnkomfort steigern. Ein Solardach

für die Terrasse, als Kaltwintergarten oder als Überdachung für den Pool wertet den Garten erheblich auf. So kann die Outdoorsaison mit Grillpartys, gemütlichen Abenden unter freiem Himmel und viel Freizeit im Grünen kommen.

### Mehr Unabhängigkeit, geringere Stromkosten

Während klassische Überdachungen lediglich Schatten spenden oder vor Regen schützen, bietet eine Solarterrasse einen zusätzlichen funktionalen Nutzen. Der gewonnene Strom kann unmittelbar im

Haushalt verbraucht, in einem Batteriespeicher für die Abendstunden gepuffert oder zum Laden eines Elektrofahrzeugs genutzt werden. Das senkt dauerhaft die Energiekosten im Haushalt, sodass sich das neue Terrassendach von allein bezahlt macht. Angesichts schwankender Energiepreise an den Strombörsen bietet die Eigenversorgung eine verlässliche Kalkulationsgrundlage für die Zukunft. Gleichzeitig kommt der Komfort nicht zu kurz: Hochwertige Systeme wie die von Solarterrassen & Carportwerk lassen bis zu 98 Prozent

des Tageslichts hindurch. Dies verhindert eine unerwünschte Verdunkelung der angrenzenden Wohnräume und sorgt für eine angenehme Atmosphäre. Ergänzt durch seitliche Glasschiebeelemente lässt sich die Terrasse als sogenannter Kaltwintergarten, also als unbeheizter Anbau, rundum schließen. So können die Bewohnerinnen und Bewohner selbst etwas kühlere Frühlingsabende draußen genießen und sich mitten in der Natur fühlen. Auch als Poolüberdachung mit zusätzlicher Energiegewinnung sind die Systeme geeignet.

### Die neue Gartensaison kann kommen

Der Start in die neue Freiluftsaison ist eine gute Gelegenheit, den Garten mit einem Solardach funktional aufzuwerten. Jede Anlage wird nach individuellem Bedarf geplant und gefertigt, unter [www.premium-solarglas.com](http://www.premium-solarglas.com) etwa finden sich ausführliche Informationen sowie ein Online-Konfigurator für erste eigene Planungen. Zusätzlich zu den eingesparten Energiekosten kann die Photovoltaik-Anlage den Marktwert einer Immobilie langfristig steigern. Die Einsatzmöglichkeiten sind nicht allein auf die Terrasse beschränkt. Ein Solar-Carport zum Beispiel wird den Anforderungen der Elektromobilität gerecht, Solarzäune können Sichtschutz und Energieerzeugung miteinander verbinden.



## BWS Bautechnik

WETTER-, SICHT- UND SONNENSCHUTZ

- Terrassendächer
- Glasoasen
- Lamellendächer
- Markisen
- Rollläden
- Außenjalousien
- Wintergartenverschattungen
- Service & Reparaturen
- und vieles mehr...



## Fenster: Matte Oberflächen liegen im Trend

Der dezente Look unterstreicht eine elegante Innenausstattung



Foto: DJD/Rehau

- Anzeige - (DJD). In der Architektur und im Interior Design setzen matte Oberflächen zunehmend Akzente. Sie wirken ruhig, zurückhaltend und zugleich modern. Bei Möbeln, Küchenfronten, Armaturen oder Fensterrahmen dämpfen sie visuelle Reize und vermeiden harte Lichtreflexe. Besonders im Fensterbau hat sich der matte Look mittlerweile fest etabliert. Nicht glänzende Fensterprofile lassen das Licht weicher erscheinen, was insbesondere in großzügigen Räumen und offenen Wohnbereichen von Vorteil ist. Da sie Licht nicht reflektieren, kommen Materialien und Farben besonders klar zur Geltung – ein Vorteil,

der gerade bei modernen Fassadenkonzepten gefragt ist. So entsteht ein harmonisches Gesamtbild, das sich nahtlos in verschiedenste Baukonzepte einfügt und eine wertige, zeitlose Wirkung erzielt.

### Edle Optik mit funktionalem Mehrwert

Auch funktionale Aspekte zählen: Moderne matte Beschichtungen sind widerstandsfähig, UV-stabil und überraschend unempfindlich gegenüber Fingerabdrücken. Der Profilverhersteller Rehau beispielsweise hat mit Kaleido Mattex eine Beschichtung entwickelt, die extreme Mattheit mit hoher Widerstandsfähigkeit verbindet. Optisch er-

innert die Materialoberfläche an pulverbeschichtetes Aluminium. Die Profile sind zudem unempfindlich gegenüber Kratzern und Verschmutzungen. Staub oder Fingerabdrücke lassen sich leicht entfernen. Auch chemische Einflüsse oder hohe Temperaturen können der Beschichtung kaum etwas anhaben. Die eingesetzte „Cool-Colors-Technologie“ trägt beispielsweise dazu bei, dass sich die Fenster weniger schnell aufheizen. Das ist nicht nur im Sommer angenehm, sondern kann auch die Lebensdauer der Profile verlängern.

### Vielfältige Farboptionen und nachhaltige Lösungen

Matte Oberflächen bei Fensterprofilen passen zu den unterschiedlichsten Fassadenmaterialien und eröffnen vielfältige

Gestaltungsmöglichkeiten. Rehau etwa bietet verschiedene Farben von Verkehrsweiß über Basalt-, Quarz- und Anthrazitgrau bis hin zu Tiefschwarz an, mehr Infos dazu unter [fenster.rehau.de/kaleido-color-designs](http://fenster.rehau.de/kaleido-color-designs). Damit lassen sich sowohl puristische Neubauten als auch stilvolle Sanierungen optisch aufwerten. Farblich abgestimmte Fensterprofile schaffen fließende Übergänge zwischen Innen- und Außenraum und unterstützen so das harmonische Zusammenspiel von Fassade, Bodenbelägen, Wandfarben und Einrichtung. Wer beim Fensterdesign zusätzlich auf Nachhaltigkeit achtet, findet beispielsweise in der Artevo-Serie des Herstellers passende Lösungen. Hier bestehen die Profilkerns bis zu 78 Prozent aus recyceltem PVC.



ZIMMEREI  
BÜHLER

Planung  
Neubau  
Holzhausbau  
Dachfenster  
Umbau  
Dachsanie rung  
Energieausweis  
KfW-Beratung

Bühler GmbH & Co. KG  
Weiler 4 / Holzschwang  
89233 Neu-Ulm  
Tel. 07307/25403  
[www.buehler-nu.de](http://www.buehler-nu.de)





König  
GmbH

Dietschstraße 2 a  
**89264 Weißenhorn**  
Tel. 07309/929001  
Fax 07309/929002

[www.koenig-schlosserei.de](http://www.koenig-schlosserei.de)  
[info@koenig-schlosserei.de](mailto:info@koenig-schlosserei.de)

- Schlosserei - Stahlbau
- Edelstahl - Aluminium
- Geländer - Handläufe
- Carports
- Stahlbalkone
- Stahltreppen
- Tore - Zaunanlagen
- Metall - Glas - Dächer
- Spenglerei

## Modernen Badkomfort einfach nachrüsten

Mit einer maßgeschneiderten Teilsanierung schneller zum Traumbad

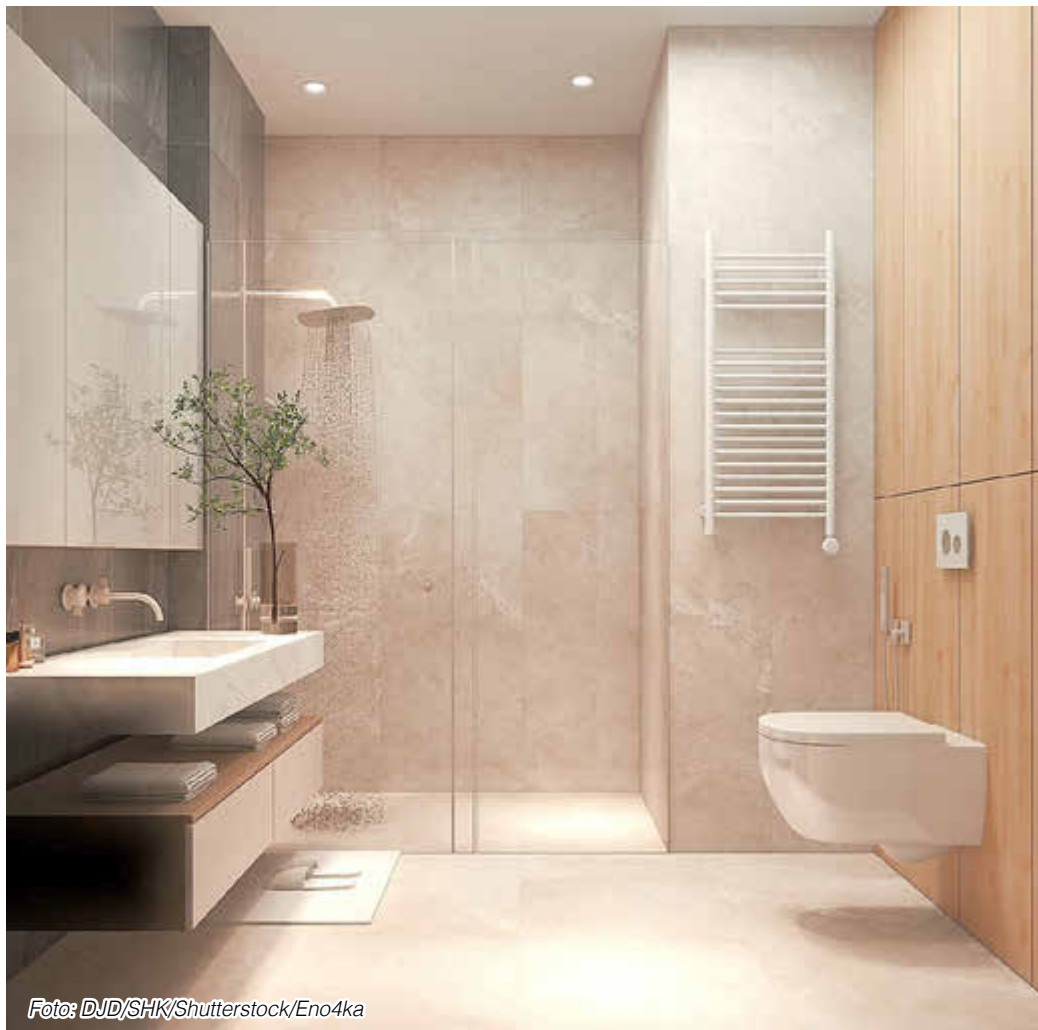


Foto: DJD/SHK/Shutterstock/Eno4ka

- Anzeige - (DJD). Früher war das Badezimmer vor allem zweckmäßig. Heute verbringen wir täglich im Schnitt rund 30 Minuten darin – doppelt so viel Zeit wie noch vor wenigen Jahrzehnten. Es ist Rückzugsort, Wellnessraum und Startpunkt in den Tag. Doch viele Bäder spiegeln diese Entwicklung noch nicht wider - sie besitzen eine veraltete Ausstattung und bieten wenig Komfort. Wer sein Bad auf den neuesten Stand bringen will, muss dafür aber nicht gleich alles neu ma-

chen. Wenn die Substanz des vorhandenen Badezimmers noch gut ist, bringt eine durchdachte Teilsanierung frischen Wind – effizient, individuell und ohne Großbaustelle.

### Was eine Teilsanierung so attraktiv macht

Warum alles erneuern, wenn sich mit gezielten Maßnahmen ein neues Raumgefühl schaffen lässt? Ob neue Dusche statt Badewanne, moderne Lichtakzente oder Design-Armaturen mit Wassersparfunktion – be-

reits kleinere Veränderungen können große Wirkung zeigen. Besonders beliebt: bodengleiche Duschplätze, die nicht nur edel aussehen, sondern auch in puncto Barrierefreiheit überzeugen. Moderne Heizkörper mit Handtuchwärmer oder wandhängendes WC samt cleverem Spülmodul oder ein WC mit Po-Dusche können den Komfort ebenfalls deutlich steigern. Die Bad- und Heizungsgestal-

ter bieten dafür individuelle Konzepte, die genau auf Stil, Budget und Raumsituation abgestimmt werden. Die Vorstellungen des Kunden werden mit Sinn für Ästhetik und Technik zu einem vorher vereinbarten, verbindlichen Festpreis umgesetzt, vom ersten Gespräch bis zur fertigen Übergabe.

### Schneller Umbau, klare Kosten

Gerade für Hauseigentümer ist Planungssicherheit ein zentrales Thema. Teilsanierungen lassen sich mit überschaubaren Umbauzeiten, weniger Staub und Lärm – und zu transparenten Kosten umsetzen. Wer sich frühzeitig informieren möchte, findet auf [www.die-badgestalter.de](http://www.die-badgestalter.de) neben Inspirationen einen praktischen Badrechner, der in wenigen Klicks eine erste Budgetorientierung liefert. Und für alle, die bereits an morgen denken, lohnt sich ein Blick auf barrierefreie Lösungen mit staatlicher Förderung – auch bei Förderanträgen unterstützen die Sanitär-Fachbetriebe umfassend.

### Wohnen mit mehr Wert – und mehr Wohlfühl

Ein modernes Bad steigert nicht nur den Wohnkomfort, sondern auch den Immobilienwert. Das ist ein Argument, das besonders für Eigentümer zählt. Wichtiger noch ist jedoch der persönliche Gewinn im Alltag. Ein Raum, der toll aussieht, sich gut anfühlt und Komfort auf der Höhe der Zeit bietet, steigert die Lebensqualität jeden Tag. So könnte das Lieblingszimmer im Haus schon bald hinter der Badtür liegen.

## Öchsler GmbH Kunst- und Bauglaserei

Dorfstraße 14 a  
89278 Nersingen

Tel.: 07308 59 23  
[www.glaserei-oechsler.de](http://www.glaserei-oechsler.de)

Ihr Partner für individuelle Lösungen aus Glas.



**Zimmer**  
Immobilien

**Christina Zimmer**  
Ihre Immobilienmaklerin  
aus der Region.

Tel. 07302 509 309 1

# Garten

## Auch Beete brauchen einen Sonnenschutz

Mulchen für Einsteiger: Boden und Pflanzen vor dem Austrocknen schützen



Fotos: DJD/Compo/Witte Wattendorf

- Anzeige - (DJD). Die Sommer hierzulande werden tendenziell immer wärmer und trockener – eine Entwicklung, die Freizeitgärtner in ihrem eigenen grünen Reich hautnah beobachten können. Teils wochenlang anhaltende Dürre stellt sie vor neue Herausforderungen. Das Mulchen von Beeten und Hochbeeten ist eine weitverbreitete Möglichkeit, um Pflanzen besser vor einem Austrocknen zu bewahren. Doch worauf sollten Mulch-Anfänger dabei achten?

### Tipps für das erste Mulchen

Die schützende Schicht hält nicht nur Feuchtigkeit besser im Boden und spart so

mit Gießwasser ein, sondern unterdrückt auch Unkraut und reduziert somit den Zeitaufwand für die Pflege. Doch Vorsicht: Nicht jeder Mulch passt zu jeder Pflanzenart. Rindenmulch etwa entzieht dem Boden kurzfristig Stickstoff – das mögen Gemüse wie Salat, Möhren oder Kräuter gar nicht. „Beim Kauf empfiehlt sich eine Beratung im Fachhandel, damit das Mulchmaterial auf die Bodenart, Pflanze und das erwünschte Ergebnis abgestimmt ist“, sagt der Dipl. Gartenbauingenieur und Compo-Experte Werner Peitzmann. Tipp: Vor dem Mulchen sollte der Boden unkrautfrei und leicht gelockert

sein, damit sich Unkräuter nicht ungestört unter der Schicht ausbreiten. „Mulch sollte gelegentlich ergänzt werden, zudem ist ein gelegentliches Auflockern wichtig, um Stau-nässe zu vermeiden“, so Werner Peitzmann weiter. Auch auf die richtige Dicke der Schutzlage kommt es an: Zu dick aufgetragen kann Mulch faulen oder luftundurchlässig werden, zu dünn bringt er womöglich keine ausreichende Schutzwirkung. Die Faustregel lautet, bei groben Materialien eine etwa

fünf Zentimeter starke Schicht gleichmäßig auf dem Beet zu verteilen.

### Bodenqualität verbessern

Eine gute Wahl für viele Anwendungen sind natürliche, organische Materialien. So besteht etwa der Compo Bio Gartenmulch + Sonnenschutz für Beete und Wege zu 100 Prozent aus naturbelassenem Miscanthus. Diese besonders helle Pflanzenart, auch als Elefantengras oder Chinaschilf bekannt, reflektiert effizient die Sonnenstrahlen und schützt so vor Austrocknung. Zudem hemmt der Universal-Gartenmulch den Unkrautwuchs und wird von Schnecken gemieden. Unter [www.compo.de](http://www.compo.de) etwa finden sich weitere ausführliche Informationen zum „Wundermittel“ Mulch und worauf bei der richtigen Handhabung zu achten ist. Denn neben dem Schutz vor Austrocknung verbessert sich auch die Bodenqualität: Durch ausgeglichene Bodentemperaturen und den zusätzlichen Schutz vor Erosion ist der Boden in der Regel nährstoffreicher. Mikroorganismen können sich besser vermehren. Zudem aktivieren organische Mulcharten das Bodenleben und geben dem Boden nach und nach Nährstoffe zurück.



## Zeitlos schöne Sommerzeit

Terrassen und Überdachung von klassisch bis modern

Terrassen + Sichtschutz  
Überdachungen  
Gartenhäuser  
Carpports

Montageservice  
auf Wunsch!

**Jochum**  
Holz für Haus und Garten

Augsburger Str. 34, 86441 Zusmarshausen ☎ 08291/18 88-0 / [www.jochum-holz.de](http://www.jochum-holz.de)

# KFZ und Zweiräder

## Gegen dicke Luft im Auto

Regelmäßiger Tausch des Innenraumfilters ist nicht nur für Allergiker wichtig

- Anzeige - (DJD). Der regelmäßige Besuch in der Waschanlage ist für viele Autofahrer eine Selbstverständlichkeit. Auch ums Aussaugen des Fahrzeuginneren kümmern sich die meisten von Zeit zu Zeit. Doch ein besonders unhygienisches und unter Umständen gesundheitlich bedenkliches Schmutznest wird häufig vergessen – ganz einfach, weil es nicht auf den ersten Blick sichtbar ist. Der Innenraumfilter, der für saubere Luft im Auto sorgen soll, setzt sich mit der Zeit unweigerlich zu. Straßenschmutz, Pollen, Insektenreste, Ruß und Staub ergeben einen Cocktail, den niemand gerne einatmet. Zudem bildet sich hier ein Nährboden für Bakterien und im schlimmsten Fall sogar Schimmelpilze.

### Im Frühjahr zum Filterwechsel

Nicht nur Allergiker, die im Frühjahr wieder verstärkt unter Heuschnupfen leiden, sind auf eine einwandfreie Funktion des Innenraumfilters angewiesen. Auch für Kinder oder ältere Menschen, die empfindlich auf Verunreinigungen reagieren, ist saubere Luft besonders



Foto: DJD/Robert Bosch

wichtig. „Mindestens einmal pro Jahr, bei Vielfahrern alle 15.000 Kilometer, sollte der Innenraumfilter erneuert werden, um jederzeit eine gute Luftqualität im Fahrzeug sicherzustellen“, erklärt Bosch-Expertin Lena Janzen. Warnsignale für einen fälligen Tausch sind Scheiben, die häufig beschlagen, eine eingeschränkte Wirkung der Klimaanlage oder auch ein leicht muffiger Geruch. Die Expertin empfiehlt: „Autofahrer fragen am besten in ihrer Werkstatt aktiv nach, ob der Innenraumfilter geprüft und

ausgetauscht wird. Das Frühjahr ist ein guter Zeitpunkt dafür.“ Unter [www.boschcarservice.de](http://www.boschcarservice.de) etwa finden sich weitere Tipps und Adressen von Werkstätten in der Nähe. Fast noch wichtiger ist der Filtertausch für Elektroautos und Hybridmodelle. Der Grund: Hier ist die Klimaanlage zugleich ein essenzieller Bestandteil des Thermomanagements für die Antriebsbatterie. Wenn der

Filter dicht ist, stimmt der Luftstrom nicht. Die Kühlleistung sinkt, Effizienz und Reichweite des Stromers können leiden.

### Feinstaub, Pollen und Schimmel bleiben draußen

Die Qualitätsunterschiede bei Innenraumfiltern liegen im Detail. Hochwertige Ausführungen bestehen aus mehrlagigem Spezialpapier und komplexen Beschichtungen. Empfehlenswert sind etwa Aktivkohlefilter oder leistungsstarke Varianten wie der Filter+pro von Bosch. Sie lassen frische Luft rein, halten aber Viren, Bakterien, Schimmelsporen und Feinstaub draußen. Beim Filtertausch kann die Fachwerkstatt zugleich die Klimaanlage überprüfen. Ein Check von Kondensator und Kompressor stellt sicher, dass das System zuverlässig funktioniert und auch bei steigenden Außentemperaturen im Frühjahr und Sommer stets ein angenehmes und gesundes Klima im Innenraum herrscht.



**AUTOHAUS GLINK GMBH**

## FRÜHJAHRSSERVICE VOM FACHMANN

Fragen Sie auch nach unserem günstigen Frühjahrs-Check!

Räderwechsel-Angebot € 25,-  
Räder-Einlagerung, inkl. Wäsche € 25,-

MAN

BOSCH Service

LANCIA

PEUGEOT

DODGE

Jeep

CHRYSLER

Pommernstraße 1  
89331 Burgau  
Tel. 082 22-96 69-0  
Fax 082 22-96 69-20  
E-Mail: [info@glink.de](mailto:info@glink.de)  
[www.glink.de](http://www.glink.de)

### Wir bieten Ihnen:

- Neufahrzeuge
- Vorfahrfahrzeuge
- Tageszulassungen
- Jahreswagen
- Gebrauchtwagen
- Service- und Garantiarbeiten



Besuchen Sie doch mal unsere  
Ausstellungsfläche!



Nichts ist unmöglich. **TOYOTA**

**AUTOHAUS STEPPE GmbH**

Seit 50 Jahren Ihr Toyota Service-Partner  
Augsburger Str. 15 • 89361 Glöttweng  
Tel. (08222) 9604 - 0, Fax (08222) 9604 - 15  
[www.autohaus-steppe.de](http://www.autohaus-steppe.de)

# Mediation statt Gerichtsstreit nach dem Unfall

## Außergerichtliche Konfliktlösung spart Zeit, Nerven und Geld

- Anzeige - (DJD). Ein Schreck, ein Bremsversuch, ein Krachen: So schnell ein Unfall im Verkehr passiert ist, so langwierig sind oft die Folgen. Denn wenn sich die Unfallbeteiligten über die Schuldfrage streiten, kann es zu einem monate- oder jahrelangen teuren Gerichtsverfahren kommen. Unterstützung und finanzielle Absicherung bietet dann eine Verkehrs-Rechtsschutzversicherung. Doch selbst wer eine hat und den Prozess am Ende gewinnt, bezahlt das oft mit einem hohen Einsatz an Zeit und Nerven.

### Einvernehmliche Lösung spart Zeit und Geld

Um die Situation im Interesse aller Beteiligten schnell und ohne emotionale Eskalation zu klären, ist Mediation in vielen Fällen die bessere Alternative. Dabei handelt es sich um ein strukturiertes, außergerichtliches Gesprächsverfahren, in dem ein neutraler Mediator oder eine neutrale Mediatorin beide Parteien unterstützt, ihren Konflikt beizulegen. Einige Versicherer wie etwa die DEVK haben Mediation mittlerweile als festen Bestandteil in ihre Verkehrsrechtsschutz-Tarife in-



Foto: DJD/DEVK/Andrey Popov - stock.adobe.com

tegriert. Nach der Meldung des Konflikts prüft die Versicherung gemeinsam mit dem Versicherten, ob Mediation infrage kommt. Falls ja, wird innerhalb von zwei Stunden ein Mediator beziehungsweise eine Mediatorin vermittelt. Stimmt

auch die Gegenseite zu, kann es losgehen. In einer fairen, lösungsorientierten und deeskalierenden Atmosphäre wird dann versucht, ein Ergebnis zu erzielen, dem alle Beteiligten zustimmen können. Dieses wird schließlich in einer einvernehmlichen Vereinbarung festgehalten – rechtssicher, aber ohne Gerichtsverfahren.

Der Mediator dokumentiert die Unfallstelle und Erste Hilfe für Verletzte. Für die Schadenregulierung und mögliche Rechtsstreitigkeiten ist aber auch eine gute Dokumentation des Unfalls wichtig. Dafür Ort, Fahrzeuge und Schäden aus verschiedenen Perspektiven fotografieren, eine Skizze des Unfallhergangs anfertigen sowie Datum, Uhrzeit, Straßenzustand und Wetterbedingungen notieren. Neben dem Austausch der Personalien und Versicherungsdaten der beteiligten Personen ist es auch sinnvoll, die Kontaktdaten möglicher Zeuginnen und Zeugen aufzuschreiben. Und nicht zuletzt sollte man den Unfall so schnell wie möglich der eigenen Versicherung melden.

### Wichtig: Den Unfall richtig dokumentieren

Um bei einer Mediation oder Gerichtsverhandlung die eigene Position gut vertreten zu können, ist oft das Verhalten am Unfallort entscheidend – Tipps dazu gibt es etwa unter [www.devk.de](http://www.devk.de). Oberste Priorität haben natürlich die Absiche-



## Autoklinik

Lack & Karosserie Doktor

- + Lackierungen
- + Kfz-Aufbereitung
- + Karosseriearbeiten
- + Smart Repair
- + Unfall-Reparaturen
- + Felgenreparatur
- + Dellenbeseitigung

**Peter-Henlein-Straße 15**  
**89312 Günzburg**  
[www.autoklinik-gz.de](http://www.autoklinik-gz.de)  
[info@autoklinik-gz.de](mailto:info@autoklinik-gz.de)  
**Tel.: 08221 9637295**  
**Mo.-Fr. 08:30 - 17:00 Uhr**

## Smartrepair



**Inh. Patrick Geringer**  
 Hauptstr. 53, 89358 Kammeltal/Ried  
**Tel. 0152 / 05 39 26 57**  
[smartrepair.geringer@yahoo.com](mailto:smartrepair.geringer@yahoo.com)

- Lackschadenreparaturen
- Fahrzeugaufbereitung
- Scheibenservice
- Reifenservice

---

• Tieflader • Hochlader • Kipphanhänger • Maschinentransporter

## Anhängerverkauf & Vermietung

**Wörmann Vertragshändler**




## UTZT

**KFZ-SACHVERSTÄNDIGE**

*Ingenieurbüro für Fahrzeugtechnik*

89312 Günzburg  
 Bahnhofstraße 11  
 Tel. (08221) 20760

89331 Burgau  
 An der Römerstraße 20  
 Tel. (08222) 966 880

**[www.utz.de](http://www.utz.de)**

## Erholsamer Schlaf ohne Hitzestau

So tragen Aufdachklimaanlagen zu einem entspannten Campingurlaub bei



- Anzeige - (DJD). Frei und ungebunden, aber gleichzeitig komfortabel: Passionierte Camper genießen jede Minute unterwegs – wenn nur die unberechenbaren Temperaturen nicht wären. Auch in diesem Sommer haben viele Urlauber unter aufgeheizten Wohnmobilen und Wohnwagen gelitten. Die ruhigere Zeit in den Herbst- und Wintermonaten ist eine gute Gelegenheit, um für Abhilfe zu sorgen. Denn mit der

Nachrüstung einer Aufdachklimaanlage behalten die Camper im nächsten Sommer selbst bei Hitze einen kühlen Kopf. Um das individuell passende Gerät zu finden, gibt es ein paar Tipps zu beachten.

### Prima Klima mit umweltfreundlichem Kältemittel

Nicht alle Camping-Fahrzeuge verfügen serienmäßig über eine Klimaanlage. In diesem Fall bieten sich praktische Auf-

dachanlagen an, die sich zur Nachrüstung für Wohnmobile, Wohnwagen, Campervans sowie umgebaute Transporter eignen. Wie der Name schon sagt, werden sie platzsparend auf dem Fahrzeugdach montiert – ohne im Inneren etwas vom knappen Stauraum wegzunehmen. Häufig finden die Anlagen in einem vorhandenen Fensterausschnitt Platz. Die Geräte unterscheiden sich hinsichtlich ihrer Leistung, ihrer Größe sowie beim Kältemittel. So hat etwa der Hersteller Webasto eine Reihe seiner Cool Top Trail Modelle auf das klimafreundliche und effiziente Kältemittel R32 umgestellt. Unter [www.webasto.com](http://www.webasto.com) gibt es mehr Details und Adressen von Fachwerkstätten in der Nähe, die sich um den Einbau kümmern können.

Beim Kauf einer Aufdachklimaanlage sollte man vergleichen, wie schnell sie nach dem ersten Einschalten das Fahrzeug herunterkühlt, wie zuverlässig die Geräte sind, wie sie bedient werden und wie leise sie arbeiten. Auch der Stromverbrauch, insbesondere die Spitze direkt nach dem Einschalten des Gerätes, verdient Aufmerksamkeit.

### Variable, leise und energiesparende Modelle

Auch eine gute Wahl sind Klimageräte mit Invertertechnologie und variablem Kompressor. Vorteil: Dadurch lässt sich die Kühlleistung stufenlos steuern. „Herkömmliche Geräte steuern ihre Kühlleistung darüber, dass sie entweder angeschaltet sind und kühlen oder abgeschaltet sind. Ein Inverter-Kompressor hingegen läuft kontinuierlich, aber mit variabler Leistung. Das spart Energie, reduziert die Lautstärke und vermeidet Stromspitzen beim Einschalten“, erläutert Webasto-Experte Jörg Faltn. Ein weiterer Aspekt, der beachtet werden sollte, ist die Bauweise des Geräts: Das Gehäuse sollte flach, leicht und dennoch robust sein. Einen praktischen Mehrwert bieten einige Geräte mit nützlichen wählbaren Modi wie Entfeuchtungs-, Timer- oder Schlaffunktion. Hilfreich ist zudem, wenn sich die Luftverteilung durch das Einstellen der Lamellen nach Bedarf anpassen lässt.



Fotos: DJD/Webasto



Der Nissan Qashqai.  
Der ultimative Crossover.

**Autohaus Siegner KG** • [www.autohaus-siegner.de](http://www.autohaus-siegner.de)  
Hochwanger Str. 4 • 89359 Kötz-Ebersbach

## Wir suchen Kfz-Mechatroniker (m/w/d)



### Ihre Aufgaben:

- Markenübergreifende Durchführung von Reparaturen u. Wartung aller Art
- Umgang mit moderner Diagnosetechnik

### Ihre Qualifikationen:

- Abgeschlossene Berufsausbildung
- Mehrjährige Berufserfahrung
- FS Klasse B

### Wir bieten Ihnen:

- Angenehmes / familiäres Betriebsklima
- Freundliches serviceorientiertes Team
- Regelmäßige Weiterbildungsmaßnahmen

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung per Post oder E-Mail oder schauen Sie gerne einfach mal direkt bei uns vorbei!

### Autohaus Baltzer e.K.

Dr.-Emil-Schilling-Straße 1 · 89335 Ichenhausen  
T 08223 826 · [www.facebook.com/Autohaus.Baltzer](http://www.facebook.com/Autohaus.Baltzer)  
[www.autohaus-baltzer.de](http://www.autohaus-baltzer.de)

# Ausbildung

## MINT-Unterricht neu gedacht

Kooperationen bringen Praxiswissen ins Klassenzimmer

- Anzeige - (DJD). Hohe Kompetenzen in den MINT-Fächern Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik gelten als Schlüsselqualifikationen für eine zunehmend technologiegeprägte Welt. Sie bilden die Grundlage für Innovation, Wettbewerbsfähigkeit und gesellschaftlichen Fortschritt. Die schulischen Leistungen gehen hier allerdings seit Jahren zurück, wie internationale Vergleichsstudien zeigen. Ein Grund liegt darin, dass vielen Kindern und Jugendlichen der Bezug der MINT-Fächer zum eigenen Alltag fehlt. Eltern und Lehrkräfte stehen zudem vor der Herausforderung, komplexe Inhalte altersgerecht zu vermitteln. Nur rund ein Drittel der Jugendlichen fühlt sich darüber hinaus gut von der Schule über Berufsmöglichkeiten informiert. Die fehlende Orientierung trägt zu



Foto: DJD/Siemens

hohen Abbruchquoten in MINT-Studiengängen und Ausbildungen bei. Hier sind Wirtschaft, Politik und Bildung gefordert, gemeinsam zu handeln.

### Zwischen Klassenzimmer und Arbeitswelt

Vor diesem Hintergrund gewinnen Kooperationen zwischen Schulen und Unternehmen an Bedeutung. Industrieunternehmen können Schulen unter-

stützen, indem sie Praxisnähe und echte Anwendungsszenarien in die Schulen bringen. Das sieht auch Stefan Zeidler von Siemens so: „MINT-Berufe sind zentral für Digitalisierung, Energiewende und Wandel. Deshalb bringen wir moderne Berufsorientierung direkt ins Klassenzimmer und übernehmen so gesellschaftliche Verantwortung.“

### Lernen mit Anwendungsbezug

Berufsbilder und Anforderungen verändern sich rasant. Siemens etwa hat mit „SIEYA[at]School“ ein Programm entwickelt, das moderne Lehrmaterialien für den Unterricht bereitstellt. So erhalten Lernende Einblicke in Zukunftstechnologien und erleben technische Zusammenhänge spielerisch. „Mit unseren SIEYA-Formaten (Siemens: Your Adventure) machen wir inno-

vative Technologien greifbar, begeistern Lernende für MINT, befähigen Lehrkräfte und bieten berufliche Orientierung“, erklärt Projektleiterin Daniela Duschl. Die Inhalte entstanden in Zusammenarbeit mit Didaktik-Fachleuten. Die Initiative bietet lehrplankonforme Unterrichtsmaterialien mit Stundenverläufen, Arbeitsblättern und einer KI-Anwendung zur Differenzierung von Schulform und Lernniveau. Zusätzlich beinhaltet jedes Themen-Modul ein digitales Lernspiel, das Themen wie Digitaler Zwilling, Cybersicherheit, Internet der Dinge oder 3D-Druck vermittelt. Alles ist kostenfrei über bundesweite Schulclouds sowie über sieya.de/school abrufbar. Derartige Bildungsinitiativen verfolgen das Ziel, MINT-Themen frühzeitig erfahrbar zu machen, Chancengleichheit zu stärken und dem Fachkräftemangel entgegenzuwirken.

## STAATLICHE BERUFSFACHSCHULEN KRUMBACH

SOZIALPFLEGE KINDERPFLEGE  
ERNÄHRUNG & VERSORGUNG



**BEWIRB DICH AN DEN  
BERUFSFACHSCHULEN UND  
KOMM MIT UNS INS  
EUROPÄISCHE AUSLAND!**

ERASMUS+ WIRD VON DER EUROPÄISCHEN UNION FINANZIERT

**MEHR INFOS UNTER: WWW.BSGZ.DE**



Lichtensteinstraße 12  
86381 Krumbach  
08282 88 160 0  
post-kru@bsgz.de



## Werde Parkettleger/in

→ **Bewirb dich jetzt!**  
AUSBILDUNGSSTART 1.9.2026



## Zwischen Werkstatt, Büro und Weltmarkt

### Ausbildung mit Perspektive bei robatherm

Wenn morgens bei robatherm die Maschinen anlaufen, füllen sich die Werkshallen mit Bewegung. Bleche werden zugeschnitten, Bauteile montiert, Schaltschränke verdrahtet. Raumlufttechnische Geräte wachsen Schritt für Schritt zusammen. Mittendrin: Auszubildende, die als stolze Handwerker Teil dieses hochoptimierten Systems sind.

Das familiengeführte mittelständische Unternehmen ist international tätig. Der Großteil der Wertschöpfung bleibt allerdings bewusst in der Region. Denn von der ersten Schraube bis hin zum fertigen Endgerät wächst alles Schritt für Schritt an den Standorten Jettingen-Schepbach und Burgau zusammen.

Gefertigt wird nach individuellen, anspruchsvollen Kundenwünschen.

Bis Anfang 2027 entsteht in Burgau auf rund 13.000 qm eine weitere, hochmoderne Werkshalle. Nicht nur Azubis profitieren so von der Gewissheit, bei einem stabilen, zukunftsorientierten Arbeitgeber mitzuwirken, der verantwortungsvoll wächst.

Die Arbeit bei robatherm ist abwechslungsreich: Azubis lernen hier von Grund auf und über alle Bereiche hinweg, wie aus einer Zeichnung ein individuelles Gerät für gesunde und saubere Luft entsteht. Mit diesem Verständnis wird der Anspruch, weltweit Maßstäbe zu setzen, von Anfang an geprägt. „Toll ist, dass man schnell in die Produktion kommt“, meint Azubi Janis Hespeler. „Wir arbeiten direkt im Team und profitieren vom Wissen der Kolleginnen und Kollegen.“

„Ausbildung hat nachhaltigen Einfluss auf beruflichen Erfolg“, sagt Geschäftsführer Philipp Baumeister. „Deshalb investieren wir in die richtigen Strukturen – mit top Betreuung, klaren Abläufen, moderner Ausstattung und einem Team, das Sicherheit gibt. So wird persönliche Entwicklung zur Basis für unternehmerisches Wachstum.“

Ausgebildet wird hier zum Industriemechaniker, Industrieelektriker, Mechatroniker für Kältetechnik oder Maschinen- und Anlagenführer. Dass Ausbildung bei robatherm eine wichtige Rolle spielt, zeigt sich auch in der Qualität der Ausbildungswerkstatt. Sie ist unter anderem mit modernsten CNC-Maschinen ausgestattet. Daneben befindet sich ein Schulungsraum, in dem gemeinsam Inhalte aus der Berufsschule vertieft werden, um optimal auf

die Prüfungen vorbereitet zu sein. So greifen Theorie und Praxis ineinander. Auch kaufmännische Azubis (z.B. Industriekaufleute und Fachinformatiker) lernen hier handwerkliche Grundlagen kennen, um Produktionsprozesse besser zu verstehen.

Ein besonders wichtiges Signal für viele junge Menschen ist die Übernahmegarantie bei guten Leistungen. Wer Engagement zeigt und seine Ausbildung erfolgreich abschließt, hat alle Chancen, langfristig Teil des Unternehmens zu sein.

Wer also einen praxisnahen Einstieg ins Berufsleben sucht, Verantwortung übernehmen möchte und Lust hat, in einem internationalen Umfeld zu arbeiten, kann sich noch für einen Ausbildungsstart 2026 bewerben. Auch der Blick auf 2027 lohnt sich schon jetzt.



**robatherm**

## Wachstum messen wir in Millimetern

**Ausbildung bei robatherm heißt: jeden Tag ein Stück besser werden.**

Egal ob gewerblich oder kaufmännisch: Als Azubi bei robatherm findest Du die richtigen Bedingungen, um Schritt für Schritt zu wachsen. Wir investieren in Technik, Wissen und Menschen – so wird aus Luft Leistung.

- + Übernahmegarantie bei guten Leistungen
- + Umfangreiche Vorbereitung auf Prüfungen
- + Kostenloses Mittagessen, Shopping-Card

**Wir informieren Dich gerne über Deine Möglichkeiten. Einzelne Plätze für 2026 sind noch verfügbar.**

Kontaktiere uns.





**WER SCHNEIDET NICHT  
GERNE GUT AB?**

Starte Deine Karriere  
mit einer Ausbildung bei bendl.

#### Unsere Ausbildungsberufe:

- Maurer\*
- Beton- und Stahlbetonbauer\*
- Tiefbaufacharbeiter und Straßenbauer\*
- Umwelttechnologe für Rohrleitungsnetze und Industrieanlagen\*
- Bautechniker\*
- Bauzeichner\*
- Kaufmann für Büromanagement\*

\*m/w/d

Wir erschaffen  
Lebenswelten.

**bendl**  
BAU.UNTERNEHMEN

[www.bendl.de/ausbildung](http://www.bendl.de/ausbildung)

## Ausbildungsstart September 2026 bei bendl

### Karriere mit Perspektive

Wer heute bei bendl ins Berufsleben startet, baut nicht nur Gebäude und Infrastruktur – sondern seine eigene Zukunft. Als familiengeführtes Bauunternehmen steht bendl seit 80 Jahren für Qualität, Verlässlichkeit und kontinuierliche Weiterentwicklung. Genau diese Werte prägen auch die Ausbildung und die langfristigen Karrierewege im Unternehmen.

bendl bietet jungen Menschen vielfältige Einstiegsmöglichkeiten: **im gewerblichen und technischen Bereich**, in der Verwaltung sowie über **duale Studiengänge**. Ausbildungsberufe auf der Baustelle, technische Berufe wie Bautechniker sowie duale Studiengänge, unter anderem **BWL mit Fachrichtung Bau oder Bauingenieurwesen**, eröffnen zahlreiche Wege in eine erfolgreiche berufliche Zukunft.

Was bendl besonders auszeichnet, sind die Menschen und ihre Entwicklung. Viele heutige Poliere – die Chefs auf der Baustelle – sind seit 20, 30 oder sogar 40 Jahren Teil des Unternehmens. Sie haben ihre Laufbahn mit einer Ausbildung oder einem Studium bei bendl begonnen und sich Schritt für Schritt weiterentwickelt. Andere starteten auf der Baustelle,

sammelten wertvolle Praxiserfahrung und wechselten später in die Bauleitung. Diese Beispiele zeigen eindrucksvoll: **Karriere bei bendl ist kein Versprechen, sondern gelebte Realität.**

Als modernes Familienunternehmen mit über 190 Mitarbeitern investiert bendl gezielt in die fachliche und persönliche Weiterentwicklung seiner Mitarbeitenden. Auszubildende und Studierende werden von Anfang an ins Team integriert, übernehmen Verantwortung und lernen von erfahrenen Kolleginnen und Kollegen. Dabei verbindet bendl Tradition mit Innovation und bietet sichere Arbeitsplätze mit langfristiger Perspektive.

**Der Ausbildungsstart im September 2026** ist die Chance für Jugendliche, die anpacken und etwas bewegen wollen – und für Eltern, die ihrem Nachwuchs einen starken, verlässlichen Partner für den Start ins Berufsleben wünschen.

**Mehr Informationen unter:**  
[www.bendl.de/ausbildung](http://www.bendl.de/ausbildung)

**Online bewerbung unter:**  
[www.bendl.de/bewerbungsformular](http://www.bendl.de/bewerbungsformular)



## Damit Weiß auch Weiß bleibt

Das haben positiv geladene Ionen mit einem attraktiven Anstrich zu tun

- Anzeige - (DJD). Wenn Möbel, Türen oder Holzdecken im Haus einen neuen Anstrich erhalten sollen, kann das Selbsterhalten schnell zur Nerven- und Geduldsprobe werden: Denn nicht selten passiert es, dass das frische Weiß nicht lange strahlend weiß bleibt. Insbesondere bei hellen Anstrichen können Holzinhaltstoffe, Nikotin oder alte Rückstände aus früheren Beschichtungen durchschlagen und die Lackierung unansehnlich verfärben. Diese Schönheitsfehler treten meist erst nach einiger Zeit auf – und sind dann umso schwerer wieder zu beheben. Dabei kann man es sich deutlich einfacher machen, wenn man von vornherein etwas Zeit in die Auswahl geeigneter Materialien investiert.

### Verfärbungen wirksam verhindern

Denn gegen unschöne Verfärbungen des neuen hellen Anstrichs lässt sich etwas tun. Abhilfe schaffen spezielle Lacke, die derartige Farbdurchschläge zuverlässig verhindern. Eine technische Lösung kommt aus der Pfalz: Mit der sogenannten kationischen Lacktechnologie

hat etwa der Hersteller Südwest ein Beschichtungssystem entwickelt, das Verfärbungen von vornherein blockiert. Die Grundlage dafür ist ein leicht saurer pH-Wert der Bindemittel, durch den verfärbende Stoffe im Untergrund gebunden bleiben. Die positiv geladenen Ionen des Lacks reagieren mit den meist negativ geladenen Partikeln im Holz und schließen sie fest ein. Das Ergebnis: Es können keine Verfärbungen an die Oberfläche wandern – die Lackschicht bleibt homogen und dauerhaft weiß. Im Fachhandel vor Ort, bei örtlichen Malerfachbetrieben sowie unter [www.suedwest.de](http://www.suedwest.de) gibt es ausführliche Informationen zu geeigneten Lacktechnologien.

### Schöner Look in nur einem Arbeitsgang

Sogenannte Katiotech-Produkte, zum Beispiel als Isolier-Grund, Multi-Lack und Decken-Lack, kombinieren diese Technologie mit weiteren praktischen Eigenschaften. Für das schnelle und unkomplizierte Verschönern sind sogenannte Eintopfsysteme nützlich. Sie kommen ohne zusätzliche Grundierung aus und ermög-

lichen somit einen attraktiven Anstrich in nur einem Arbeitsgang. Dabei haften sie auf unterschiedlichsten Untergründen und zeichnen sich durch eine isolierende Wirkung aus. Zudem trocknen sie schnell, sind geruchsarm und vergilbungsfrei – wichtige Kriterien für den Einsatz in Innenräumen. Während Multi-Lacke besonders für stark beanspruchte Flächen

wie Türen und Verkleidungen geeignet sind, sorgen spezielle Decken-Lacke für eine gleichmäßige Oberfläche bei Holzpaneelen und Decken. Der Isolier-Grund kann sowohl im Innen- als auch im Außenbereich verwendet werden und dient gleichzeitig als Haftvermittler auf Holz, Kunststoff oder Buntmetall.



Foto: DJD/SÜDWEST Lacke + Farben/Getty Images/SBenitez



Foto: DJD/SÜDWEST Lacke + Farben/Getty Images/  
Ekaterina Goncharova

**Neidl**  
MALER & LACKIEREREI

**STARTE JETZT DEINE  
AUSBILDUNG  
ZUM MALER & LACKIERER  
(M/W/D)**

**AUSBILDUNGS  
START  
2026**

- Täglicher Erfolg: sichtbare Arbeitsergebnisse
- Abwechslungsreiche Aufgaben und Arbeitsorte
- Aktiv unterwegs, statt langweilig am Schreibtisch

[www.maler-neidl.de](http://www.maler-neidl.de)

Du hast Lust auf spannende Projekte und ein cooles Team?  
**KOMM ZU UNS!**

# Sport und Freizeit

## Familienzeit in Karlsruhe: Fünf Tipps für coole Ausflüge

Von tierischen Abenteuern über knifflige Rätsel bis zum Ninja-Wasserparcours

- Anzeige - (DJD). Egal ob Sonnenschein oder Regen: Für Familien ist ein gemeinsamer Ausflug immer ein Highlight. Aber oft fehlt die passende Idee. Hier fünf Vorschläge für einen rundum gelungenen Tag in Karlsruhe – für Action-Fans, Gamer, kleine Naturforscher und große Tierfreunde. Unter [www.karlsruhe-erleben.de/familien](http://www.karlsruhe-erleben.de/familien) finden sich alle Details.

### 1. Erlebnis Duo

#### „Zoo & City Tour“

Das Ticket kombiniert zwei Erlebnisse zum vergünstigten Preis: eine Stadtrundfahrt im roten Doppeldeckerbus und eine Reise durch die Tierwelt im Zoologischen Stadtgarten. Dabei bestaunen Groß und Klein zuerst die Highlights der Stadt bequem vom Sitzplatz aus und streifen danach im Zoo durch die Himalaya-Bergwelt, die Afrikasavanne oder das Raubtierhaus. Lohnend ist auch ein Abstecher in den Streichelzoo, hier können Kinder mit Ziegen klettern und Alpakas kaulen.

### 2. Gaming im Zentrum für Kunst und Medien

Von Retro-Spielen bis zu den neuesten Games: Die Ausstellung „gameplay. the next level“ ist eine interaktive Zeitreise durch die Welt der Computerspiele. Eltern und Kids erleben Abenteuer mit ihren Spielfiguren, fordern sich gegenseitig heraus und entdecken spielerisch Zusammenhänge zwischen Computerspielen und Gesellschaft. Bereits im Foyer des ZKM befindet sich ein „besonderer“ Streichelzoo: Hier können Kinder mit zehn flauschigen Robotermeerschwein-



Fotos: DJD/KTG Karlsruhe Tourismus/Jürgen Rösner

chen noch bis zum 1. August den Umgang mit Künstlicher Intelligenz testen.

### 3. Ninja Cross und Kai – der Hai im Europabad

Gemeinsam abtauchen ist gerade bei schlechtem Wetter eine gute Idee. Im Europabad Karlsruhe wartet außerdem reichlich Action. Denn beim Hangeln, Springen und Tauchen im Wasserparcours „Ninja Cross“ sind Kraft, Mut und Geschick gefragt. Für kleine Wasserratten gibt es die Abenteuerwelt von „Kai – der Hai“. Hier können sie über die Hängebrücke balancieren, vom Leuchtturm rutschen oder die Wasserkanone abfeuern.

### 4. Happy Friday im Naturkundemuseum

Das Staatliche Museum für Naturkunde Karlsruhe sorgt bei jedem Wetter für Abwechslung. Ein Highlight ist das Vivarium, wo der Schwarzspitzenriffhai im vielleicht größten lebenden Korallenriff Deutschlands seine Runden dreht. Dazu gibt es digitale Angebote, Basteln und Live-Führungen. Tipp: Im Rahmen der „Happy Friday“-Aktion ist der Eintritt freitags ab 14 Uhr frei.

### 5. Spuk in der Karlsburg

Als das Kindermädchen Agnes einst den Siegelring des kleinen Markgrafen Karl Friedrich stahl, wurde sie dazu verflucht, auf ewig in der Karlsburg zu spuken. Im Escape Game „Der Fluch des Kindermädchens“ geht es darum, den verlorenen Ring wiederzufinden und Agnes zu befreien. Die 60 bis 90 Minuten Spielspaß, Knobeln und Kombinieren sind perfekt für Familien mit Kindern ab zwölf Jahren.



TAEKWON-DO-SCHULE & FITNESS-STUDIO ICHENHAUSEN

Reinhold Fixle, 9. DAN

Für Kinder ab 5 Jahre,  
Jugendliche & Erwachsene  
Mo., Mi. & Fr. Trainingsmöglichkeit



[www.taekwondo-ichenhausen.de](http://www.taekwondo-ichenhausen.de)

Rudolf-Diesel-Str. 14 89335 Ichenhausen

reinhold.fixle@t-online.de 0174/ 7527174



# Handel

## Lokale Geschäfte beim Schenken stärken

Mit bundesweit gültigen Gutscheinen regional und damit nachhaltig einkaufen



Foto: DJD/www.wunschgutschein.de (KI generiert)

- Anzeige - (DJD). Spätestens seit der Pandemie ist Online-Shopping für viele Menschen in Deutschland zur alltäglichen Routine geworden. Im Gegenzug leiden viele Innenstädte unter hohen Leerständen. Unter Umwelt- und Nachhaltigkeitsaspekten keine positive Entwicklung, denn der Einkauf im regionalen Handel hat gegenüber dem Online-Shopping in dieser Beziehung viele Vorteile.

### Umfrage: 80 Prozent halten nachhaltiges Schenken für wichtig

Zum einen sind beim regionalen Einkauf die Transportwege kurz, dadurch wird viel weniger CO<sub>2</sub> produziert. Zum anderen

fällt beim Einkauf vor Ort in der Regel deutlich weniger Verpackungsmüll an als beim Online-Handel. Außerdem spricht die Frische und Qualität der Waren für die Beschaffung in der Region. Und last but not least unterstützt man damit die lokale Wirtschaft und trägt dazu bei, dass die Innenstädte lebendige Orte bleiben. Auch beim Schenken gewinnt das Thema Nachhaltigkeit immer mehr an Bedeutung, das zeigt eine aktuelle Umfrage von Wunschgutschein, dem Unternehmen für Universalgutscheine. Darin sind 81 Prozent der Befragten der Meinung, dass es heute wichtiger denn je ist, nachhaltig zu schenken. Für 31 Prozent ist das Verschenken von lokalen

Produkten eine gute Möglichkeit, um umweltfreundlich zu handeln. Und auch der Einkauf in den Geschäften der Region ist für ein Viertel der Befragten eine nachhaltige Option.

### Ein Gutschein für alle Regionen und insgesamt 50.000 Geschäfte

Gutscheine werden als Geschenkidee immer beliebter, da hier große Flexibilität gegeben ist und Fehlkäufe oder umständliches Umtauschen vermieden werden. Sie haben auch einen persönlicheren Charakter als Bargeld – gerade, wenn sie sich mit einer Grußkarte personalisieren lassen. Besonders beliebt sind Gutscheine, die nicht an

ein bestimmtes Geschäft gebunden sind. Der „Gutschein für deine Region“, Infos unter [www.wunschgutschein.de/region](http://www.wunschgutschein.de/region), beispielsweise gilt für über 50.000 lokale Geschäfte, Restaurants und vielem mehr. Er kann bundesweit für Stadtgutscheine und regionale Angebote eingelöst werden und vereint alle in Deutschland verfügbaren Stadtgutscheine unter einem Dach.

### Restaurants und Geschäfte in einer Wunschregion erkunden

Mit dem „Gutschein für deine Region“ können die Beschenkten Restaurants, Geschäfte und tolle Angebote in ihrer Wunschregion erkunden und somit ihre Vielfalt genießen. Gleichzeitig werden mit diesem Geschenk lokale Unternehmen nachhaltig unterstützt. Der „Gutschein für deine Region“ ist bundesweit in Supermärkten, an Tankstellen und in den Filialen der Deutschen Post erhältlich. Zum Einlösen wird die persönliche Postleitzahl online eingegeben, um zu sehen, welche Stadtgutscheine in der jeweiligen Region verfügbar sind.



**KESLAR**  
bärenstarke energie

**IHRE PELLETS-HOTLINE**

**ULM TEL. 0800 731 3990**

**ENERGIE@KESLAR.DE**

„Wir beraten Sie persönlich und unverbindlich!“  
Christine Gnann

# HEIZÖL
# PELLETS
# FLÜSSIGGAS
# STROM & ERDGAS
# ADBLUE®

**Trachtenstube Nußbaumer**

**Günzburger Str. 25**  
**89340 Leipheim**  
**Tel.: 08221/9648777**  
**Mobil: 0160/96824981**

**Mi – Fr.: 14.30 – 18.00 Uhr**  
**Sa.: 10.00 – 13.00 Uhr und nach Vereinbarung**

**E-Mail: [trachtenstube.nussbaumer@gmail.com](mailto:trachtenstube.nussbaumer@gmail.com)**  
**Instagram: [trachtenstube\\_nussbaumer\\_](https://www.instagram.com/trachtenstube_nussbaumer_)**

# Dienstleistungen

## Berufswelt Wasser: Fachkräfte dringend gesucht

Ausbildung und Studium zwischen Technik, Handwerk und Umweltschutz



Foto: DJD/Forum Trinkwasser/somchai20162516 - stock.adobe.com

- Anzeige - (DJD). Sauberes Trinkwasser aus dem Hahn scheint selbstverständlich. Tatsächlich steckt dahinter eine technisch anspruchsvolle Infrastruktur, die rund um die Uhr betrieben, gewartet und weiterentwickelt werden muss. Dafür braucht es qualifizierte Fachkräfte – vom Anlagenmechaniker für Rohrsystemtechnik über Umwelttechnologien für Wasserversorgung bis hin zu Ingenieurinnen, Laboranten und Verwaltungsfachleuten. Sie sichern die Wasser- und Abwasserversorgung als Teil der kritischen Infrastruktur, schützen die Umwelt und damit unsere Lebensqualität. „Das Berufsfeld Wasser ist für unsere Gesellschaft zentral, da wir in jeder Hinsicht auf sauberes Trinkwasser und eine sichere

Abwasserentsorgung angewiesen sind“, sagt Jana Arnold vom Forum Trinkwasser und ergänzt: „Die vielfältigen Ausbildungen und Studiengänge rund ums Wasser bieten deshalb spannende Berufschancen und krisensichere Jobs.“

### Breites Spektrum an Berufen – steigende Anforderungen

Das Berufsspektrum ist breit. Ausbildungsberufe sind etwa Vermessungstechnikerin, Umwelttechnologe für Abwasserbewirtschaftung oder Wasserversorgung sowie Anlagenmechanikerin für Rohrsystemtechnik. Ebenso eröffnen Studiengänge spannende Berufschancen in der Wasserwirtschaft: etwa Elektrotechnik, Energie-, Gebäude- und Umwelttechnik, Hydrologie

oder Bauingenieurswesen mit Schwerpunkt Wasser. Die Arbeitsorte reichen von Trinkwasseraufbereitungs- und Kläranlagen über Ingenieurbüros bis zu Einsätzen im Gelände, etwa an Flüssen oder Hochwasserschutzanlagen. Auch Tätigkeiten in Laboren, bei Wasserverbänden, in kommunalen Betrieben oder im Bereich Umweltschutz gehören dazu. Gefragt sind handwerkliches Geschick, technisches Verständnis oder analytisches Denken – je nach Berufsbild. „Der Bedarf an qualifizierten Fachkräften ist groß, da die Wasserwirtschaft vor großen Veränderungen steht“, so Arnold. Denn die Herausforderungen durch Starkregen oder Dürre durch den menschengemachten Klimawandel steigen

und erfordern Lösungen und Anpassungen der Infrastruktur.

### Verantwortung und Perspektiven

Einen Überblick über Ausbildungs-, Studien- und Weiterbildungsmöglichkeiten bieten Branchenportale wie [www.berufswelten-energie-wasser.de](http://www.berufswelten-energie-wasser.de). Dort finden Interessierte Informationen zu Qualifikationswegen, Tätigkeitsfeldern und Einstiegsmöglichkeiten. Egal ob Berufsausbildung oder Studienabschluss: Wer sich für eine Tätigkeit in der Wasserwirtschaft entscheidet, arbeitet in systemrelevanten Bereichen der kritischen Infrastruktur. Die Berufe gehen mit einem hohen Maß an Verantwortung einher.

Für innovative Konstruktionen gibt es den perfekten Plan:

**PLAN. K**<sup>®</sup>  
ENGINEERING

PLAN. K GmbH, Engineering, Augsburg Str. 3, 86483 Balzhäusen  
Tel.: 08281 - 900480, [info@plan-k-gmbh.de](mailto:info@plan-k-gmbh.de), [www.plan-k-gmbh.de](http://www.plan-k-gmbh.de)

## Steinhart-Neß BESTATTUNGSDIENST

VORSORGE  
& TRAUERHILFE  
*Wir sind gerne für Sie da!*

Sie finden uns in unseren neuen Räumlichkeiten.

Direkt am Friedhof in  
89312 Günzburg, Am Wasen 1

☎ 08221 / 200 20 88

## Wenn Distanz die Pflege erschwert

Wer keine Angehörigen vor Ort hat, braucht Kommunikation und ein gutes Netzwerk

- Anzeige - (DJD). Eltern finden es selten schön, wenn die erwachsenen Kinder sich an einem weit entfernten Ort niederlassen und Besuche nur gelegentlich möglich sind. Besonders schmerzhaft zeigt sich das im Alter, wenn Pflegebedürftigkeit ins Spiel kommt. Für die Kinder bedeutet es Pendeln und die ständige Angst, im Notfall nicht rechtzeitig da zu sein. „Aber auch für die Pflegebedürftigen ist die Entfernung eine große Belastung. Denn sie haben keine Person um sich, die sie bei Bedarf ohne große Hürde um Hilfe bitten können“, erklärt Annika Wissen von der Pflegeberatung compass. Dazu kommt, dass mit dem Alter der Freundeskreis oft kleiner und die möglichen Aktivitäten weniger werden. Vereinsamung droht. „Es ist deshalb für Betroffene sehr wichtig, Kontakte

zu pflegen und sich wenn möglich auch vor Ort ein Netzwerk aufzubauen“, rät die Fachfrau.

### Mit Beratung ein Netzwerk schaffen

So können Nachbarinnen und Nachbarn oder Bekannte gelegentlich nach dem Rechten sehen und im Notfall einspringen, bis die Angehörigen vor Ort sind. Ein Hausnotruf gibt zusätzliche Sicherheit. Alltägliche Hilfen etwa bei der Medikamenteneinnahme, beim Duschen oder im Haushalt leisten Pflege- und Betreuungsdienste. „Um die Versorgung bestmöglich zu koordinieren, solle man unbedingt Pflegeberatung in Anspruch nehmen. Denn die Beraterinnen und Berater kennen alle Möglichkeiten und Leistungen der Pflegeversicherung sowie geeignete Anbieterinnen und Anbieter vor



Ort“, so Wissen. Für die Pflegeberatung bei privat Versicherten ist beispielsweise compass zuständig und bietet zusätzlich kostenfreie Beratung für alle Anrufenden unter der Service-Telefonnummer 0800 - 101 88 00. Gesetzlich Versicherte können sich außerdem an die

Pflegestützpunkte wenden, die bundesweit Beratung anbieten.

### Soziale Kontakte pflegen

Neben der täglichen Versorgung sind menschliche Kontakte wichtig für das Wohlbefinden. Können Angehörige nur selten kommen, ist oft Tagespflege eine gute Idee. Dabei wird man ein- oder mehrmals die Woche von zu Hause abgeholt und zusammen mit anderen Pflegebedürftigen betreut und versorgt. Gemeinsame Mahlzeiten, Bewegungs- und Freizeitangebote sorgen für einen abwechslungsreichen Tag, bis es abends wieder nach Hause geht. Eine Alternative kann eine Alltagsbegleitung sein, die regelmäßig ins Haus kommt. Anbieterinnen und Anbieter für unterschiedliche Pflegeleistungen finden sich auf Portalen wie [www.pflegeberatung.de](http://www.pflegeberatung.de). Unersetzlich aber bleibt ein guter Kontakt zu den entfernten Lieben. Regelmäßige Telefon- oder Videogespräche geben Nähe, Rückversicherung und Raum für Absprachen. So bleibt die Verbindung auch über große Distanzen erhalten.



Foto: DJD/compass private pflegeberatung

## L.E. Hausmeisterservice

**Ganzjährige Betreuung von Immobilien**

\* **Gartenpflege u. v. m.**

Lauterbrunner Straße 31  
86494 Emersacker  
Tel.: 0 15 22 / 2 03 43 99



Telefon: 0162 - 69 22 763



[www.joachim-domes.de](http://www.joachim-domes.de)

# Beauty und Wellness

## Frühjahrskur für die Schönheit

Mit den richtigen Nährstoffen Haut, Haare und Nägel von innen stärken

- Anzeige - (DJD). Fahle Haut, brüchige Nägel, strapazierte Haare: Im Frühling zeigen sich oft die Auswirkungen von winterlichen Ernährungssünden, Licht- und Bewegungsmangel. Dann lässt sich einiges tun, um die Schönheit wieder erblühen zu lassen. Von außen bringt viel Bewegung im Freien Frische und Farbe zurück, ein Ganzkörperpeeling entfernt Hautschüppchen, die Mähne freut sich über eine regenerierende Haarkur. Gesundes und strahlendes Aussehen kommt aber immer auch von innen – und lässt sich zum Beispiel durch eine Frühjahrskur mit Kieselsäure-Gel aktiv unterstützen.



Foto: DJD/Hübner/Getty Images/Westend61

### Silizium für mehr Kraft und Elastizität

Der zentrale Bestandteil von Kieselsäure-Gel ist Silizium, das nach Sauerstoff zweithäufigste Element der Erde. Im menschlichen Körper erfüllt es eine wichtige Aufgabe beim Aufbau von fundamentalen Strukturproteinen des Bindegewebes wie Kollagen und Elastin. So unterstützt es vitales Haar und starke Nägel und fördert ein elastisches, straffes Bindegewebe. Optimal für eine Frühjahrskur von innen geeignet ist es in Form von Kieselsäure-Gel, da diese feinstverteilte, gelartige Verbindung aus Siliziumdioxid und Wasser eine besonders gute Aufnahme im Körper ermöglicht. Die regelmäßige Einnahme, etwa mit Hübner Haut Haare Nägel + Bindegewebe, kann Studien

zufolge den Aufbau und Feuchtigkeitshaushalt des Bindegewebes unterstützen sowie positive Effekte auf die Haardicke und Bruchfestigkeit von Nägeln zeigen. Empfohlen wird eine zwölfwöchige Kur, mehr dazu auch unter [www.huebner-vital.com](http://www.huebner-vital.com). Denn Nägel und Haare wachsen langsam und brauchen daher etwas Zeit zur Regeneration.

### Viel Wasser und vitaminreiche Kost

Da gerade die Haut nach dem Winter oft ausgetrocknet ist, fördert zusätzlich reichliches Trinken die Schönheit von innen. Täglich zwei bis drei Liter Wasser oder entschlackende Kräutertees etwa mit Brennesel oder Löwenzahn füllen die

Speicher auf und können helfen, Giftstoffe auszuschwemmen. Außerdem sollte man im Frühling das steigende Angebot an frischen Lebensmitteln nutzen, um dem Körper einen Nährstoffschub mit Vitaminen

und Antioxidantien zu gönnen. Rhabarber und Spargel, Bärlauch und Frühlingszwiebeln, Feldsalat und Spinat haben jetzt Saison und schmecken einfach köstlich.

## BIORESONANZ für die Hosentasche

Bakterien, Viren, Traumata, Schwermetalle können unser System stark belasten. Müdigkeit, stagnierte Zellenergie und Depression können die Folge sein. Frequenzen greifen hier regulierend ein und können Beweglichkeit, Energie und klares Denken zurückbringen.

Übernehmen Sie Verantwortung für Ihren Körper!

Seien Sie offen, informieren Sie sich! Ich freue mich auf Sie.



### tarewe's Entspannungswelt

Klangschalenmassage  
Progressive Muskelrelaxation  
Autogenes Training  
Yoga für Kinder

#### Tanja Reckert-Weltle

Säulingstr. 6 | 89264 Weißenhorn

mobil 0152 - 28516550 | Tel. 07309 - 410302

Seelen  Wellness

Massagen & energetische Anwendungen

Körper, Geist und Seele in Einklang bringen!  
Bioresonanz für die Hosentasche!

Elisabeth Raßbichler | Gräfin-Euphemia-Str. 10 | 89264 Weißenborn

[www.etra-wellness.de](http://www.etra-wellness.de) | Mobil 0174 9131231

Termine nach Vereinbarung!

# Gesundheit

## Die Schilddrüse – kleines Organ mit großer Wirkung



Sie ist klein und unscheinbar, hat aber großen Einfluss: Die Schilddrüse, vorne am Hals gelegen, steuert wichtige Abläufe im Körper. Vor allem der Stoffwechsel wird von ihr geregelt – aber auch unsere Stimmung und unser Energielevel hängen eng mit ihr zusammen.

Die von der Schilddrüse gebildeten Hormone wirken wie ein Gaspedal: Sie bestimmen, wie schnell unser Körper arbeitet. Ist alles im Gleichgewicht, fühlen wir uns leistungsfähig und ausgeglichen. Gerät die Funktion jedoch aus der Balance, kann sich das deutlich bemerkbar machen.

Auch unsere seelische Verfassung steht in Verbindung mit der Schilddrüse. Stress und emotionale Belastungen können sie beeinflussen – und umgekehrt kann eine gestörte Schilddrüse auf die Stimmung schlagen.

Bei einer Unterfunktion läuft der Körper eher „auf Sparflamme“: Müdigkeit, Gewichtszunahme, Frieren und Antriebslosigkeit sind typische Anzeichen. Eine Überfunktion hingegen versetzt den Körper in einen dauerhaften „Hochbetrieb“ mit Nervosität, Herzklopfen, Schlafproblemen und Gewichtsverlust.

Oft sind Autoimmunerkrankungen die Ursache. Dabei greift das eigene Immunsystem die Schilddrüse an, wie etwa bei Hashimoto oder Morbus Basedow. Früh erkannt, lassen sich diese Erkrankungen gut behandeln.

Eine wichtige Rolle spielt auch die Ernährung. Nährstoffe wie Jod, Selen, Zink und Eisen unterstützen die Funktion der Schilddrüse und tragen zu ihrer Gesundheit bei.

Unterstützend kann eine sanfte Schilddrüsenmassage wirken, die die Durchblutung fördert und zur Entspannung beiträgt. Sie sollte jedoch vorsichtig und idealerweise durch geschulte Therapeuten durchgeführt werden.

Mit einer ausgewogenen Ernährung, regelmäßiger Bewegung, ausreichend Erholung und einem guten Umgang mit Stress lässt sich die Schilddrüse gut unterstützen. Auch regelmäßige Kontrollen beim Arzt sind sinnvoll.

Die Schilddrüse zeigt: Auch kleine Organe können eine große Wirkung haben – für unseren Körper ebenso wie für unser Wohlbefinden.

## Hormone, die unsichtbaren Regisseure

Frauen wünschen sich mehr Informationen über die körper-eigenen Taktgeber

- Anzeige - (DJD). Ob Stimmung, Fruchtbarkeit oder Wohlbefinden – Hormone haben bei Frauen in jeder Lebensphase die Hand im Spiel. Schon kleine Schwankungen im empfindlichen System können die Gefühle, das Denken und Handeln beeinflussen. Daher besteht enormer Aufklärungsbedarf. Das zeigt auch eine aktuelle Forsa-Umfrage im Auftrag der IKK classic: Fast jede zweite Frau (46 Prozent) wünscht sich mehr Informationen zu Hormonen und ihrer Wirkung. Besonders deutlich ist der Wissensdurst bei Jüngeren: In der Altersgruppe der 18- bis 29-Jährigen sind es sogar 69 Prozent, bei den 30- bis 39-Jährigen 57 Prozent.

um hormonelle Abläufe schafft also nicht nur Verständnis, sondern stärkt auch die Eigenverantwortung für die Gesundheit.

### Infos über Experten und soziale Medien

Die Realität zeigt jedoch, dass vielen Frauen immer noch der Zugang zu verlässlichen Informationen etwa durch Ärztinnen, Ärzte oder Krankenkassen fehlt. Die Innungskassen nimmt das Thema deshalb jetzt gezielt in den Fokus – beispielsweise mit der YouTube-Serie „Hormone verstehen – Alles über Hormone in jeder Lebensphase“ sowie auf den eigenen Social-Media-Kanälen. Denn die Wechselwirkungen von Hormonen und Lebensstil sind längst wissenschaftlich belegt. So kann etwa chronischer Stress den Hormonhaushalt aus dem Gleichgewicht bringen, was wiederum Schlafprobleme oder Stimmungsschwankungen verstärkt. Unterstützend für die Balance sind hingegen ein regelmäßiger Tagesrhythmus, ausreichend Schlaf und Bewegung. Auch eine Ernährung mit viel Eiweiß, Vollkornprodukten und Omega-3-Fettsäuren kann das Wohlbefinden positiv beeinflussen. Bei anhaltenden Beschwerden ist ärztlicher Rat wichtig – besonders, wenn Zyklus, Haut oder Gewicht sich auffällig verändern.

### Eigenverantwortung wird gestärkt

Tatsächlich kann ein besseres Verständnis helfen, Beschwerden frühzeitig einzuordnen und gezielt gegenzusteuern – ob bei Zyklusschwankungen, Stimmungstiefs oder Schlafproblemen. „Hormonelle Veränderungen prägen das Leben von Frauen – von der Pubertät über Schwangerschaft bis zu den Wechseljahren“, erklärt Juliane Mentz von der IKK classic. „Wer seinen Körper und seine Hormone kennt, kann bewusster mit Phasen von Belastung, Stress oder Erschöpfung umgehen.“ Das Wissen



**Pamina Gräfin Hagenburg**  
**Heilpraktikerin**  
**Schilddrüsen-Coach**  
**Darmspezialistin**  
**Augsburger Str. 38**  
**86441 Zusmarshausen**  
**Telefon 08291 8599202**  
**Mobil 0177 1655373**

Stress  
 Kinderwunsch  
 Zyklusbeschwerden  
 Wechseljahresprobleme  
 Klassische Massage

Michaela Sailer, Heilpraktikerin  
 Praxis für natürliche Frauenheilkunde

Max-Schmid-Str. 17, 89358 Kammeltal  
 08283/920977  
[www.naturheilpraxis-msailer.de](http://www.naturheilpraxis-msailer.de)



## Wenn die Füße schmerzen, brennen oder kribbeln

Was ursächlich und natürlich helfen kann

- Anzeige - (DJD). Wenn die Füße schmerzen, kribbeln oder brennen, steckt oftmals eine Nervenschädigung dahinter, eine sogenannte Neuropathie. Die Beschwerden können Betroffenen das Leben schwer machen – und Schmerzmittel stellen oft nicht die beste Lösung dar. Nebenwirkungen wie Schwindel oder Müdigkeit können die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen. Doch es gibt auch natürliche und ursächlich wirksame Maßnahmen, die Beschwerden lindern können, ohne den Körper zu belasten.

### Den Ursachen auf der Spur

Erste Maßnahme sollte immer sein, den Ursprung der Nervenschädigung zu behandeln. Eine der häufigsten Ursachen ist ein Diabetes mellitus, bei dem eine möglichst gute Blutzuckereinstellung angestrebt werden sollte. Diabetes erhöht außerdem das Risiko für einen Mangel an Vitamin B1, welcher ebenfalls eine Neuropathie verursachen kann. Um diesen wirksam auszugleichen und dadurch verursachte Nervenschäden und Beschwerden in den Füßen zu lindern, eignet



Foto: DJD/Wörwag Pharma/Colourbox/Perig Morisse

sich Benfotiamin, eine Vorstufe des Vitamin B1, die vom Körper sehr gut aufgenommen werden kann. Es ist etwa in milgamma protekt enthalten, dass es rezeptfrei in Apotheken gibt.

### Bewegung, Entspannung, Achtsamkeit

Auch Aktivitäten wie regelmäßige Spaziergänge, Gymnastik oder Schwimmen können zur Lindern der Beschwerden beitragen und das Wohlbefinden steigern. Ergänzend können ärztlich begleiteter Rehasport, Physiotherapie oder Ergotherapie die Mobilität verbessern. Wie man die Füße durch Gymnastik fit halten kann, dazu gibt es Tipps unter <https://www.milgamma.de/ratgeber/fussgymnastik.html>. Entspannungstechniken wie progressive Muskelentspannung, Medita-

tion oder Achtsamkeitstraining tragen dazu bei, die Schmerzwahrnehmung zu beeinflussen.

### Tagebuch führen

Akupunktur oder Kneipp-Wasseranwendungen sind weitere Ansätze, zu denen behandelnde Ärzte oder Therapeuten raten können. Ein Schmerztagbuch hilft, Muster zu erkennen und herauszufinden, welche Maßnahmen sich besonders günstig auf die Beschwerden auswirken. Auf diese Weise können Betroffene ihren individuell abgestimmten Ansatz zur Schmerzbewältigung entwickeln.

- Sorgen, Ängste, Panik, Traumata
- Zwänge, Stress, Überforderung
- Trauer, Depression, Allergien
- Schlafstörungen, innere Unruhe
- Kraftlos, Energielos, Lustlos
- Burnout, Boreout, Wareout
- Unerwünschte Verhaltensmuster
- Schmerzsyndrome psych.-somatisches
- Süchte, Abhängigkeiten, Familie
- Ernährung, Gewichtsthemen u. v. m.

➔ **Melde dich, ich bin für dich da**

**Udo Bayer**

Beratung  
Coaching  
Therapie

Tel.: 0 73 09 / 9 14 72 89  
Mobil: 01 57 / 36 58 04 09  
info@udo-bayer.de  
www.udo-bayer.de  
Termine nach Vereinbarung

### Ihre Nummer für gutes Hören

**Babenhausen**  
Tel.: 08333 946 78 33

**Ichenhausen**  
Tel.: 08223 966 44 70

**Gundelfingen**  
Tel.: 09073 95 88 440

my **earhelp**®  
Hörgeräte  
Wir stimmen Ihr Gehör!

www.earhelp.de

*Schöne Beine für Augsburg!*

**Krampfadern entfernen ohne OP**  
mittels Kochsalzlösung

HP Birgit Muskat, Dipl. Ven. | Telefon: 08292/9509795  
www.praxisbirgitmuskat.de

## Obstruktive Schlafapnoe

- nächtliche Atemaussetzer mit ernstesten Folgen

Viele Menschen schlafen scheinbar lange genug und fühlen sich tagsüber dennoch müde, erschöpft oder unkonzentriert. Eine mögliche Ursache ist die obstruktive Schlafapnoe - kurz OSA. Dabei erschlafft im Schlaf die Muskulatur im Rachenraum, die Atemwege verengen sich oder fallen kurzzeitig zusammen. Die Folge sind wiederholte Atemaussetzer, oft verbunden mit lautem Schnarchen und einer deutlich verschlechterten Schlafqualität. Unbehandelt ist OSA weit mehr als nur ein „Schnarchproblem“. Sie kann das Risiko für Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfall, Diabetes, Konzentrationsstörungen und ausgeprägte Tagesmüdigkeit erhöhen. Auch die Leistungsfähigkeit im Beruf und die Sicherheit im Straßenverkehr können darunter leiden.

### Die gute Nachricht:

OSA ist in vielen Fällen gut behandelbar. Je nach Befund helfen Gewichtsreduktion, Veränderungen der Schlafposition, spezielle Kieferprotrusionsschienen oder eine xPAP-Therapie. Bei einer CPAP/APAP-Therapie werden die Atemwege nachts durch leichten Überdruck offengehalten. Genau hier unterstützt **Besser-Schlafen-Beratung** mit persönlicher Begleitung, verständlicher Aufklärung und individueller Hilfe im Umgang mit der Therapie. Gemeinsam mit medizinischen Partnern und Versorgern wie **Löwenstein Medical** kann so der Weg zu besserem Schlaf und mehr Lebensqualität begleitet werden.

## Zirbenmöbel für ein behagliches Schlafzimmer

Ein Zirbenbett kann für ein angenehmes Schlafambiente sorgen

- Anzeige - (DJD). Wer gut schlafen möchte, sollte auch dem Schlafzimmer selbst Aufmerksamkeit schenken. Immer mehr Menschen setzen daher auf Betten aus Zirbenholz, Naturmöbel und biologische Materialien ohne Kunststoffe oder chemische Zusätze. Mit Naturmatratze, Lattenrost oder Bio-Bettwäsche kann ein bewusst gestaltetes Raumklima die Schlafqualität spürbar steigern. Zirbenmöbel beispielsweise verbreiten einen angenehmen

harzigen Duft und stehen seit Jahrhunderten für Ruhe und Entspannung. Für den österreichischen Einrichter LaModula fertigen europäische Tischler-Manufakturen hochwertige, metallfreie Betten ganz ohne Schrauben – allein durch die Kraft des Holzes. Die natürlichen Vorteile von Zirbenbetten und Naturmöbeln kann man im Schauroom in München oder online unter [www.lamodula.de](http://www.lamodula.de) entdecken.



Foto: DJD/LaModula



[besser-schlafen-beratung.de](http://besser-schlafen-beratung.de)

- Schlafcoaching
- Ambulante Schlafberatung
- Versorgung von OSA-Patienten in Kooperation mit medizinischen Partnern
- Unterstützung von Unternehmen bei BGM-/BGF-Maßnahmen



HER  
SCANNEN!



[www.besser-schlafen-beratung.de](http://www.besser-schlafen-beratung.de)

Ein gesunder Schlaf ist der Grundstein für einen erfolgreichen Tag

Man kann aufstehen.  
Oder in den Tag tanzen.

Gesund und voller Energie leben – trotz Schlafapnoe.  
Löwenstein weckt die Kraft in dir.

 [loewensteinmedical.com](http://loewensteinmedical.com)

**LÖWENSTEIN**  
medical

 Menschen im Mittelpunkt





## Ambulanter Pflegedienst und Tagespflege Riederle

# Gut versorgt beim Pflegedienst Riederle in Thannhausen

Pflege, die Zuhause möglich macht

- Anzeige - Wenn ein Mensch pflegebedürftig wird, steht für viele Familien schnell eine zentrale Frage im Raum: Wie kann die pflegerische Versorgung sichergestellt werden?

Der Pflegedienst Riederle mit Hauptsitz in Thannhausen (Mühlstraße 9) und einer Zweigstelle für ambulante Pflege in Jettingen-Schepbach bietet umfassende ambulante Pflege sowie eine moderne Tagespflege für den Landkreis Günzburg. Ziel ist es, pflegebedürftigen Menschen ein sicheres, würdevolles und möglichst selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden zu ermöglichen und gleichzeitig Angehörige nachhaltig zu entlasten.

### Warum ambulante Pflege und Tagespflege?

Die meisten Menschen wünschen sich, auch bei Pflegebedürftigkeit in ihrer vertrauten Umgebung leben zu können.

Ambulante Pflege unterstützt genau dort, wo das Leben stattfindet – zu Hause. In Kombination mit der Tagespflege entsteht für viele Familien ein verlässliches Versorgungsmodell, Ambulanter Pflegedienst und Tagespflege Riederle das soziale Kontakte erhält, Angehörige entlastet und einen Heimeinzug häufig vermeiden oder zumindest deutlich hinauszögern kann.



### Wer wir sind

Der Pflegedienst Riederle ist ein inhabergeführtes Familienunternehmen. Geführt von den Brüdern Micha, Daniel und Joshua Riederle, steht der Dienst für persönliche Verantwortung, kurze Entscheidungswege und eine starke regionale Verwurzelung im Landkreis Günzburg.

Der Pflegedienst wächst stetig und baut sein Angebot kontinuierlich aus. Heute ist das Team fast im gesamten Landkreis Günzburg sowie teilweise darüber hinaus im Einsatz. Ziel ist es, wohnortnahe Pflege mit festen Ansprechpartnern zu ermöglichen.

### Ambulante Pflege – Unterstützung im eigenen Zuhause

Die ambulante Pflege des Pflegedienstes Riederle umfasst die Grundpflege, die medizinische Behandlungspflege sowie hauswirtschaftliche Unterstützung

und Betreuung. Alle Leistungen werden individuell geplant und an den persönlichen Bedarf angepasst.

Ein zentraler Bestandteil ist die Körperpflege. Diese umfasst unter anderem das Waschen, Duschen oder Baden, die Unterstützung beim An- und Auskleiden sowie die Intimpflege. Die Pflege erfolgt stets respektvoll, ruhig und mit dem Ziel, vorhandene Selbstständigkeit so lange wie möglich zu erhalten. Zur Behandlungspflege zählen Leistungen wie die Medikamentengabe, professionelle Wundversorgung, das Anlegen von Kompressionsverbänden, das An- und Ausziehen von Kompressionsstrümpfen, Injektionen sowie die Kontrolle von Vitalwerten – in enger Abstimmung mit den behandelnden Ärzten.

Ergänzend unterstützt der Pflegedienst Riederle auch im hauswirtschaftlichen Bereich, etwa bei der Reinigung des Wohnraums, der

### Ambulante Pflege – auf einen Blick

**Körperpflege:** Waschen, Duschen, Baden, An- und Auskleiden, Intimpflege

**Behandlungspflege:** Medikamentengabe, Wundversorgung, Kompressionsverbände, Kompressionsstrümpfe, Injektionen

**Hauswirtschaft:** Haushalt, Einkäufe, Wäsche

**Mehr Sicherheit:** Hausnotrufsysteme bei Bedarf

**Ziel:** Selbstständig leben, Sicherheit gewinnen, Angehörige entlasten.

### Tagespflege in Thannhausen – gut versorgt durch den Tag

**Öffnungszeiten:** Montag–Freitag, 7:30 bis 16:30 Uhr

**Fahrdienst:** Abholung morgens, Heimfahrt am späten Nachmittag

**Verpflegung:** Frühstück, Mittagessen, Kaffee & Kuchen

**Beschäftigung:** Gymnastik, Gedächtnistraining, Gesellschaftsspiele und vieles mehr

**Räumlichkeiten:** Großzügig, hell, barrierefrei

**Kostenloser Schnuppertag** nach Vereinbarung möglich



Von den beiden Standorten Thannhausen und Jettingen aus, hat der Pflegedienst Riederle einen großen Aktionsradius in der Region, sowohl für die ambulante Pflege, wie auch für den Abhol- und Bring-Service in der Tagespflege.



Wäscheversorgung, Einkäufen oder der Zubereitung von Mahlzeiten.

#### **Hausnotruf - Zusätzliche Sicherheit in ihren 4 Wänden**

Für zusätzliche Sicherheit im Alltag können Kundinnen und Kunden des Pflegedienst Riederle auf Wunsch mit einem Hausnotrufsystem ausgestattet werden, sodass im Notfall schnell Hilfe gerufen werden kann.

#### **Tagespflege in Thannhausen – kein Tag wie jeder andere**

Die Tagespflege in Thannhausen richtet sich an Menschen, die sich tagsüber Betreuung, Struktur und Gemeinschaft wünschen, abends jedoch weiterhin in ihrem Zuhause leben möchten.

Sie ist von Montag bis Freitag von 7:30 bis 16:30 Uhr geöffnet.

Ein eigener Fahrdienst holt die Gäste morgens zu Hause ab und bringt sie am Nachmittag wieder zurück. Frühstück, Mittagessen sowie Kaffee und Kuchen gehö-

ren selbstverständlich zum Tagesablauf.

Vielfältige Beschäftigungsangebote wie Gymnastik, Gedächtnistraining, Gesellschaftsspiele und kreative Aktivitäten fördern körperliche und geistige Fähigkeiten. Großzügige, helle und barrierefreie Räume schaffen dabei eine angenehme Wohlfühlumosphäre.

#### **Qualität, die man spürt – durch ein starkes und stabiles Team**

Gute Pflege lebt von Kontinuität, Verlässlichkeit und Menschen, die ihre Arbeit gerne und mit Überzeugung ausüben. Beim Pflegedienst Riederle wird deshalb großer Wert auf stabile Teams, gute Arbeitsbedingungen und klare Strukturen gelegt.

Ein respektvoller und wertschätzender Umgang miteinander, eine offene Kommunikation sowie eine gute Zusammenarbeit im Team schaffen ein Arbeitsumfeld, in dem Mitarbeitende langfristig bleiben und sich fachlich wie

menschlich einbringen können. Diese Stabilität wirkt sich unmittelbar auf die Qualität der Pflege aus.

Für Pflegebedürftige und Angehörige bedeutet das vor allem eines: Verlässlichkeit im Alltag.

Feste Ansprechpartner, gut abgestimmte Touren und möglichst gleichbleibende Pflegekräfte sorgen für Vertrauen, Orientierung und Sicherheit.

Pflege findet nicht unter Zeitdruck oder ständig wechselnden Bedingungen statt, sondern mit Ruhe, Erfahrung und Übersicht.

Unterstützt wird diese Stabilität durch eine moderne, digitale Organisation. Digitale Tourenplanung, Pflegedokumentation und Leistungserfassung helfen, Abläufe klar zu strukturieren und effizient zu gestalten. So bleibt mehr Zeit für das Wesentliche – den Menschen.

Der Pflegedienst Riederle verbindet damit fachliche Kompetenz, menschliche Nähe und organisatorische Verlässlichkeit.

Eine Grundlage, auf der Pflege langfristig tragfähig bleibt – für Pflegebedürftige ebenso wie für Angehörige.

#### **Pflege mit Anspruch braucht Raum**

Gute Pflege lebt von Verlässlichkeit, Kontinuität und Zeit für den einzelnen Menschen. Um diesen Anspruch dauerhaft erfüllen zu können, wächst der Pflegedienst Riederle bewusst kontrolliert und erweitert seine Angebote nur im Rahmen sinnvoll geplanter Kapazitäten.

Neue Pflege- und Betreuungsverhältnisse werden daher nicht unbegrenzt, sondern gezielt und abgestimmt auf bestehende Touren, Teams und Strukturen aufgenommen. So stellt der Pflegedienst sicher, dass Pflegebedürftige und Angehörige auch langfristig auf gleichbleibende Qualität, feste Ansprechpartner und verlässliche Abläufe zählen können.

Aktuell bestehen noch einzelne freie Kapazitäten in der ambulanten Pflege und in der Tagespflege. Interessierten wird empfohlen, frühzeitig Kontakt aufzunehmen, um gemeinsam zu prüfen, welche Form der Unterstützung sinnvoll und realistisch umsetzbar ist.

#### **Pflege ist Vertrauenssache – wir nehmen uns Zeit für Sie**



### **So unterstützen wir Angehörige**

- Verlässliche Pflegeplanung und klare Absprachen
- Feste Ansprechpartner
- Transparente Kommunikation
- Spürbare Entlastung im Alltag

→ Wir lassen Sie mit der Pflegesituation nicht allein.

### **Der erste Schritt ist ganz einfach**

1. Unverbindliche Kontaktaufnahme
2. Persönliches Beratungsgespräch
3. Gemeinsame Planung der Unterstützung

→ transparent, verständlich und ohne Verpflichtung

### **Pflege & Finanzierung – wir unterstützen Sie**

- Beratung zu Pflegegrad und Leistungen der Pflegekasse
- Unterstützung bei Anträgen und Formalitäten
- Transparente Information zu Kosten und Abrechnung
- Direkte Abrechnung mit Kranken- und Pflegekassen möglich

### **Verlässlichkeit & Vertrauen**

- Zugelassen bei allen Kranken- und Pflegekassen
- Regionale, inhabergeführte Pflege
- freundliche und kompetente Mitarbeiter
- Persönliche und individuelle Beratung

**Wir bilden aus:**

- Pflegefachkräfte
- Pflegefachhelfer

**Pflegedienst Riederle**  
Ambulant und Tagespflege

**Wir suchen Dich!**

**Zur Verstärkung unseres Teams in Thannhausen und Jettingen**

**suchen wir zuverlässige Mitarbeiter (jeweils m/w/d)**

- **Pflegefachkräfte** (ca. 10 - 20 Std. wöchentlich)
- **Pflegefachhelfer** (ca. 10 - 20 Std. wöchentlich)
- **Pflegehilfskräfte** (ca. 10 - 20 Std. wöchentlich)

**Wir bieten:**

- ein unbefristetes Arbeitsverhältnis
- attraktive Vergütung inkl. Weihnachtsgeld
- betriebliche Altersvorsorge
- Mitarbeit in einem motivierten und engagierten Team
- attraktive Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung gerne telefonisch, per Mail oder per Post!

**www.pflegedienst-riederle.de**  
**Mühlstraße 9 · 86470 Thannhausen · Telefon 08281 9949080**  
**Hauptstraße 104 · 89343 Jettingen**

**Wertschätzung, Zuverlässigkeit & Kompetenz zeichnen uns aus**

Ich will auch dabei sein! – **Kontaktieren Sie uns!**

# Schaufenster der Region



**Dilek Voet**

Mobil: 0177 9159865  
d.voet@wittich-forchheim.de



**Margit Walter**

Mobil: 0177 9159839  
Tel.: 08291 1454750  
m.walter@wittich-forchheim.de



**Alfred Wallon**

Mobil: 0151 15236001  
Tel.: 0821 71007741  
a.wallon@wittich-forchheim.de



**Josef Mayr**

Mobil: 0177 9159856  
Tel.: 08238 5085557  
Fax: 08238 5085558  
j.mayr@wittich-forchheim.de



Die nächste Ausgabe **Schaufenster der Region**  
erscheint im **September 2026**

Lesen Sie die aktuelle Ausgabe auch als e-book unter: [wittich.de/2263](http://wittich.de/2263)