

Wohlfühlen & Genießen

Ideen, die das Leben schöner machen!



JETZT AUCH ALS **EBOOK** LESEN
UNTER WITTICH.DE/2477

Themen



Wohlfühlen

Seite 2



Biergarten & Gastronomie

Seite 8



Haus & Garten

Seite 10



Mobil

und sicher in die Urlaubszeit
Seite 15



Lebensmittel in der Region

Seite 17

Wohlfühlen



Revolutionäre Behandlung mit
Magnetwellen gegen Beckenbodenbeschwerden:
Femi Sport bietet Behandlungen mit
dem EMP Chair Pro in Neusäß an.

Mit großer Freude und Stolz präsentiert Femi Sport in Neusäß eine bahnbrechende Innovation in der Behandlung von Beckenbodenschwäche: den EMP Chair Pro. Dieser hochmoderne Beckenbodenstuhl nutzt fortschrittliche Magnetwellentechnologie und bietet damit eine revolutionäre Behandlungsmöglichkeit, die das Leben von Beckenbodenschwäche Betroffenen erheblich verändern kann.

Anwendungsgebiete des EMP Chair Pro

Der EMP Chair Pro ist vielseitig einsetzbar und kann eine Vielzahl von Beschwerden, die durch Beckenbodenschwäche verursacht werden, lindern:

- Vorbeugung und Behandlung von Inkontinenz
- Linderung bei Rückenschmerzen
- Unterstützung bei der Rückbildung
- Intensivierung des Liebesbens
- Verbesserung der Potenz
- Steigerung der sportlichen Leistung

Die Vorteile mit der Behandlung auf dem EMP Chair Pro

- Nicht invasiv
- Vollständig bekleidet
- Trainiert alle 3 Muskelschichten des Beckenboden
- Nur 28 Minuten pro Sitzung
- Schmerzfrei
- Entspannt im Sitzen
- 12.000 Kontraktionen pro Sitzung
- Schnelle, nachhaltige Erfolge bei Beckenbodenbeschwerden

„Bei Femi Sport in Neusäß sind wir begeistert, unseren Kunden diese revolutionäre, wissenschaftlich fundierte Methode zur Stärkung der Beckenbodenmuskulatur anbieten zu können. Wir glauben fest daran, dass der EMP Chair Pro nicht nur schnelle und nachhaltige Ergebnisse liefert, sondern auch die Lebensqualität unserer Kunden erheblich verbessert.“ sagt Werner Thron, Beckenboden Experte.
Für weitere Informationen und zur Buchung einer Sitzung kontaktieren Sie uns bitte.

Pfotenweise - Mobiles Hundetraining

Die mobile Hundeschule *Pfotenweise* begleitet mit Herz, Geduld, Kompetenz und einem feinem Gespür für Mensch-Hund-Teams auf ihrem gemeinsamen Weg – *Pfote für Pfote*.

Das Besondere: Pfotenweise kommt dorthin, wo der Alltag spielt. Das Training findet direkt vor Ort statt – also dort, wo Probleme im Verhalten auftreten.

Ob an der Haustür, auf dem Spazierweg oder im Park: Im gewohnten Umfeld lassen sich Alltagsprobleme oft gezielter und nachhaltiger lösen als auf einem Trainingsplatz.

Im Einzeltraining nimmt sich Pfotenweise Zeit für individuelle Bedürfnisse – mit einem klaren Fokus auf Verständigung, Vertrauen und positiver Verstärkung. Dabei geht es sowohl um konkrete Verhaltensprobleme als auch um Grundgehorsam, wie Leinenführigkeit, Rückruf oder das entspannte Alleinbleiben.

Das Angebot richtet sich an alle Altersgruppen – vom neugierigen Welpen bis zum erfahrenen Seniorhund.

Ergänzt wird das Angebot durch Ernährungsberatung für gesunde Hunde. Denn Verhalten und Wohlbefinden hängen auch vom Futter ab.

PFOTENWEISE

Mobiles Hundetraining mit Herz - Geduld - Kompetenz

- Einzeltraining vor Ort, dort wo die Probleme entstehen
- Gassiservice in gewohnter Umgebung
- Ernährungsberatung – gesunder Hund

**KOSTENFREIES
ERSTGESPRÄCH!**

Anita Schiffelholz – Tel. 01515 488 00 58 



Foto: DJD/www.teamlewis.com/Stefan Haehnel

FEMISPORT

Dein Sportclub
für Frauen

Bis zu
**3 MONATE GRATIS
TRAINIEREN -**
sichere dir jetzt
deinen Starttermin!

Aktion gültig bis 31.07.2025

**20% auf den
BECKEN-
BODENSTUHL**

Aktion gültig bis 31.07.2025

Hauptstr. 6 | 86356 Neusäß
Tel.: 08 21 450 460 60 | femisport.de

Jetzt Probestimmung
ausmachen!



- Wir schenken dir den -
Sommer!



CBD

WASSERBASIERT

Lecker im Geschmack

Kann unterstützen bei
Schlaf, Stress, Schmerzen
+ mehr

WELTNEUHEIT

REINSTES, SCHNELLSTES, BIOVERFÜGBARES CBD + CBG

Gesundheit beginnt in der Zelle
mit der Kraft der Natur

KEIN THC

- CBD + CBG
- + über 90 weitere Nährstoffe
- Klinische Qualität

Alexandra Rieger

86482 Aystetten

Info : +49 157 332 609 12

Gerne auch Whats App

Wohlfühlen



Gelenkschmerzen? Nur nicht sauer werden

**Basische Ernährung und gezielte Bewegung
können Beschwerden lindern**

- ANZEIGE - (DJD). Wenn Rücken, Knie oder Hüfte ohne ersichtlichen Grund schmerzen, kann eine Übersäuerung des Körpers dahinterstecken. „Ein gestörter Säure-Basen-Haushalt beeinträchtigt das allgemeine Befinden“, erklärt Heilpraktikerin Anna Cnyrim. Hellhörig werde sie beispielsweise bei Patienten mit Muskel- und Gelenksbeschwerden ohne klare Ursache wie eine Verletzung. Denn überschüssige Säuren, etwa durch un-

gesunde Ernährung, lagern sich im Bindegewebe ab – und das kann die Schmerzrezeptoren reizen. Um gegenzusteuern, helfen oft moderate Bewegung und eine basenreiche Ernährung mit Gemüse, Salat, Kräutertee und Mineralwasser. Ergänzend kann die Einnahme basischer Mineralstoffe, etwa Basica Pur oder Direkt aus der Apotheke, sinnvoll sein. Unter www.basica.com gibt es weitere Informationen und Tipps.



Foto: DJD/Basica/Prostock-studio - stock.adobe.com



Naturheilverfahren

Gesundheitspraxis

Claudia Hirle

Heilpraktikerin und

Heilpraktikerin für psychische Erkrankungen

Infos unter 0151 22 98 90 14

Injektions-Lipolyse (Fett-weg-Spritze):

Reduzierung von Fettpolstern und Verbesserung der Körperkonturen

Die Stoffwechsellkur - 1 kg in der Woche!

Schmerztherapie in Verbindung mit Akkupunktur

Einfach anrufen und informieren.



Praxis für Naturheilkunde

Heilpraktikerin Jenny Bäuml

Integrative Osteopathie, Kinder- und Babyosteopathie, Golgi-Schmerzpunkt-Therapie, Darmsanierung, Labordiagnostik, Allergiebehandlung, Dunkelfeld-Mikroskopie, BICOM-Bioresonanztherapie, Impfbegleitung und Impfausleitung, Trauma- und Psychotherapie, Alpha Cooling® Professional Anwendungen ... und andere Naturheilverfahren



Am Wiesle 4 - 86877 Walkertshofen - Mobil: 0170 / 5258640
Sprechzeiten nach Vereinbarung

Besser schlafen - natürlicher leben



Warum unser Rücken nachts oft leidet – und wie man Schlafräume gezielt verbessern kann

Viele Menschen kennen es: Man wacht morgens auf und fühlt sich alles andere als erholt. Rückenverspannungen, Kopfschmerzen oder das Gefühl, „wie gerädert“ zu sein, gehören für viele zum Alltag. Dabei ist gerade die Nacht entscheidend für unsere körperliche und mentale Regeneration. Was viele nicht wissen: Oft liegt die Ursache für schlechten Schlaf weniger an Stress oder dem Alter – sondern schlicht am falschen Bett oder ungeeigneten Materialien im Schlafzimmer.

Warum Schlafsysteme so wichtig sind

Ein hochwertiges Schlafsystem kann entscheidend dazu beitragen, wie gut sich der Körper nachts entspannen kann. Es sollte sich punktgenau an die Konturen von Schultern, Rücken und Becken anpassen, ohne Druck auszuüben – besonders bei bestehenden Rücken- oder Bandscheibenproblemen. Moderne Systeme arbeiten mit flexiblen Holzelementen oder Naturmaterialien wie Naturlatex und verzichten bewusst auf Metall oder Kunststoffe, die das Raumklima belasten könnten. Besonders sinnvoll ist eine sogenannte Schulterabsenkung – sie hilft dabei, die Wirbelsäule auch in Seitenlage gerade zu halten und typische Nackenverspannungen zu vermeiden.

Mehr als nur Matratze: Der Schlafraum als Rückzugsort

Neben dem Schlafsystem spielt auch das gesamte Schlafumfeld eine zentrale Rolle: Ein natürliches Raumklima, Möbel ohne Schadstoffe und ein Bett aus Massivholz (z. B. Zirbe oder Buche) schaffen nicht nur Behaglichkeit, sondern fördern auch die nächtliche Erholung. Naturhölzer wie Zirbe verströmen sogar ätherische Öle, die beruhigend auf das vegetative Nervensystem wirken können.

Tipps für besseren Schlaf:

- Temperatur: Ideal sind 16–18 °C im Schlafzimmer
- Licht & Luft: Frische Luft und völlige Dunkelheit unterstützen die Tiefschlafphasen
- Individuelle Beratung nutzen: Ein Probeliegen und das richtige Einstellen des Schlafsystems auf den Körper machen oft den Unterschied

Für wen lohnt sich das?

Besonders Menschen zwischen 35 und 70, die bewusst leben, schätzen natürliche Materialien und individuell anpassbare Systeme. Viele berichten nach einer Umstellung davon, dass Schmerzen nachlassen, der Schlaf tiefer wird und das Einschlafen leichter fällt.

Übrigens: Der Weg zum passenden System beginnt oft mit einem Gespräch – und endet idealerweise mit dem ersten Morgen, an dem man sich wieder richtig ausgeschlafen fühlt.



Jetzt
Beratertermin
buchen



Ihre Schreinerei für gesundes Wohnen & Schlafen

Krumbacher Str. 2, 86424 Dinkelscherben, Telefon: 08292 / 5798663
www.holzdesign-gruenwald.de

Wohlfühlen

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 sich Biotin, 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 Linderung 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, Meditation 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.

Mehr Geld für die Pflege

Gute Nachricht für Pflegebedürftige: Höhere Leistungen 2025

- ANZEIGE - (DJD). 2025 erhalten Pflegebedürftige mehr Geld: „Während 2023 nur das Pflegegeld und die Pflegesachleistung angehoben wurden, steigen diesmal alle Leistungen um 4,5 Prozent“, so Frank Herold von der compass private pflegeberatung. Dazu zählen der Zuschuss zum Pflegeheim, die Tages- und Nachtpflege, die Kurzzeit- und Verhinderungspflege, der Entlastungsbetrag, der Wohngruppen-

zuschlag sowie die Zuschüsse zu Pflegehilfsmitteln, digitalen Pflegeanwendungen und wohnumfeldverbessernden Maßnahmen. Der Experte empfiehlt, sich bei der Pflegeplanung fachkundige Hilfe zu holen. Die Pflegeberatung unterstützt jeden kostenfrei unter der Service-Nummer 0800 - 101 88 00. Privatversicherte können auch z. B. Beratung in ihrem Zuhause wahrnehmen.

Mehr unter www.pflegeberatung.de.



Sankt Andreas

pflegehilfe

Lieber Daheim als im Heim – Jetzt mit einer Betreuung zu Hause starten!

+ legal + fair + bezahlbar

Ihr zuverlässiger Partner in der häuslichen Betreuung (sog. 24-Stunden-Pflege)

MEIN ZUHAUSE BLEIBT UNERSETZBAR

Berater Martin Kitzinger • Telefon 08291 / 16205

Sankt Andreas Pflegehilfe Mittelschwaben · 86441 Zusmarshausen
mittelschwaben@sankt-andreas-pflegehilfe.de · www.sankt-andreas-pflegehilfe.de

Medizinische Fußpflege

Kosmetische Fußpflege
UV-Gel-Modellage
Nagelkorrektur bei eingewachsenen & Rollnägeln
Hausbesuche

WIR SIND UMGEZOGEN!

Augsburger Straße 2c · 86850 Fischach
Telefon 0176-39984456



Varomed Das Original







Klettschuh in Spezial-Weite L für Damen und Herren

WEIL ICH GUTE SCHUHE MAG.



Schuhmacher-Meisterbetrieb

Marktstraße 13
Tel. 08292/1844
info@schuh-sport-kraus.de
86424 Dinkelscherben
www.krakas.de



Senioren-WG

Werden Sie Teil einer abWG
(ambulant betreute
Wohngemeinschaft)

Die Alternative zum Pflegeheim

Zimmer 34–68 m²,
eigenes barrierefreies Bad
ab 500,- € mtl. + NK

Zimmer frei

Schloss Elmischwang | Elmischwang 1 | 86850 Fischach
buero@schloss-elmischwang.de | ☎ **0 82 36/96 11-0**

• hören und staunen •



Hörgeräte Wiedemann

- 🌀 Rundum-Service
- 🌀 Kostenloser Hörtest & Beratung
- 🌀 Inhabergeführter Meisterbetrieb

- 🌀 Leihgeräte im Reparaturfall
- 🌀 Maßgefertigte Kopfhörer
- 🌀 Angepasster Gehörschutz

Bahnhofstraße 8 (2. OG)
86368 Gersthofen
www.hoergeraete-wiedemann.de

Telefon (08 21) 4 60 97 90
Mo. – Fr. 8.30 – 13.00 Uhr
Mo. – Do. 14.00 – 17.00 Uhr

Wohlfühlen



Schönheit kann man essen

Diese Nährstoffe sind wichtig für Haut und Haare in der zweiten Lebenshälfte

- ANZEIGE - (DJD). Ein gutes Aussehen ist keine Frage des Alters. Jedoch brauchen Haut, Haare und Nägel mit fortschreitender Lebensdauer etwas mehr Aufmerksamkeit als früher, um gesund und stark zu bleiben. Dabei spielt auch eine ausgewogene Ernährung eine entscheidende Rolle. Auf einige Nährstoffe sollte dabei besonders geachtet werden.

Gesunde Haut

Unsere Haut erzählt viel über unser Wohlbefinden – und über unsere Essgewohnheiten. Vitamin A und seine Vorstufe Beta-Carotin, zu finden in orangefarbenem und grünem Gemüse, unterstützen die Gesundheit der Haut und Schleimhäute. Eine unzureichende Versorgung kann sich beispielsweise in Trockenheit äußern. Auch Vitamin C ist ebenfalls wichtig, denn es wird zur Bildung von Kollagen und zum Aufbau des Bindegewebes gebraucht. Zudem ist es elementar für die Wundheilung und wirkt antioxidativ. Omega-3-Fettsäuren sind unverzichtbare Bestandteile der Zellmembranen, die jede Zelle umgeben. Nicht zuletzt spielt Zink eine große Rolle für die Haut, da es für die

Proteinsynthese, die Kollagenbildung und die Zellteilung benötigt wird und ein Antioxidans ist.

Für kräftiges Haar und starke Nägel

Auch Haare und Nägel sind ein Spiegel unserer Gesundheit. Biotin, häufig als das „Schönheitsvitamin“ bezeichnet, unterstützt die Bildung von Keratin, einem Baustein von Haaren und Nägeln. Auch Selen ist für Haare und Nägel wichtig und hilft ebenfalls, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Kupfer wiederum trägt zur normalen Pigmentierung der Haare bei. Oberstes Ziel sollte immer sein, sich ausgewogen zu ernähren, um die Nährstoffe unserem Körper in ausreichenden Mengen zur Verfügung zu stellen. Nahrungsergänzungsmittel können dabei helfen, die Versorgung sicherstellen und so ein gesundes Erscheinungsbild unterstützen. Information dazu finden sich zum Beispiel unter www.nahrungsergaenzungsmittel.org.

Beautyfreundliches Verhalten

Neben der Ernährung spielen auch alltägliche Gewohnheiten eine große Rolle. So tut ausreichend Schlaf, Erholung und

Bewegung auch unserem Aussehen gut. Viel trinken, am besten Wasser, hilft der Haut, geschmeidig zu bleiben. Alkohol und Zigaretten dagegen setzen ihr zu und können den Alterungsprozess beschleunigen. Auch der richtige Sonnenschutz ist ein Thema: Ein Sonnenhut und Sonnencreme schützen Haut und Haare vor UV-Strahlen. Dabei gilt es jedoch, das Gleichgewicht zwischen Schutz und Sonnenlicht zu finden, denn bedeckte oder sonnengeschützte Haut kann nur schlecht Vitamin D bilden. „In solchen Fällen kann auch hier eine gezielte Ergänzung hilfreich sein, etwa durch Vitamin D-Tabletten“, erklärt Ernährungswissenschaftlerin Antje Preußker vom Lebensmittelverband Deutschland.



Foto: DJD / Lebensmittelverband Deutschland / Getty Images / Peter Scholl



FRISÖRSEITEL

FÜR IHR PERFEKTES STYLING

termin.friseur-seitel.de

Telefon: 08236 - 1707

Hauptstr. 10, Fischach



Termine nach
telefonischer Vereinbarung

Lindenstraße 32

86420 Diedorf

Tel.: 0171 / 56 13 415



Sabrina's **Friseurstüble**

Inh. Sabrina Seibold



Guggemos Whirlpool GmbH Augsburgener Straße 54 86424 Dinkelscherben T: +49 8292 1061 anfrage@whirlpool-guggemos.de www.whirlpool-guggemos.de

GUGGEMOS

FÜR JEDEN SPA ZU HABEN

Whirlpool
Swim Spa
Sauna
Infrarot



Wohlfühlen



Im November '23 eröffnete das "Schmuckstück" in der Augsburgerstraße in Neusäß Neusäss:

Nach jahrelanger Erfahrung im Familienbetrieb hat sich Rebecca Kreuz dazu entschlossen, ihr eigenes Juweliergeschäft zu eröffnen. "Ich habe die Gelegenheit bekommen, einen Laden in der Augsburgerstraße 4 zu übernehmen. Dieser wurde 40 Jahre von einem Goldschmied geführt. Es freut mich sehr, dieses Geschäft wiederzueröffnen", erzählt die Geschäftsführerin. Das stivolle Ambiente und der gute Geschmack offenbaren sich bereits beim Betreten der neuen Räumlichkeiten, die mit viel Schönheitssinn und Liebe eingerichtet sind. "Es ist mein persönliches Schmuckstück." Durch ihre Erfahrung im Handel mit Edelmetallen hat sich die Geschäftsführerin in den letzten Jahren auf den Ankauf von Gold, Silber, Platin, Zinn sowie Edelsteinen spezialisiert. Somit kann sie ihren Kunden einen äußerst kompetenten Service in diesem Bereich bieten. Das Juweliergeschäft ermöglicht neben den schönen Schmuckstücken und Uhren, zusammen mit ihrem Goldschmiedemeister und Edelsteinfasser, der seit 35 Jahren tätig ist, die individuelle Anfertigung von Schmuck nach eigenen Ideen. Auch besteht die Option, nicht mehr getragene Schmuckstücke aufzuarbeiten, zu verändern oder einzuschmelzen und so neuen Kunstwerken Leben einzuhauchen. Das freundliche und kompetente Team freut sich auf seine Kunden und nimmt sich gerne Zeit für eine ausführliche Beratung. "Wir identifizieren uns mit den Vorstellungen und Gefühlen unserer Kunden", betont R. Kreuz. Dabei geht es nicht nur um das Verkaufen, sondern auch um die wertvollen Emotionen, die mit einzelnen Schmuckstücken verbunden sind. "Schmuck tut einfach gut", sagt sie. Frauen wissen, dass diese schönen Stücke stets auch Balsam für die Seele sind. Unabhängig davon, ob man sich selbst beschenkt oder beschenken lässt – Schmuck ist immer ein wertbeständiges Geschenk.



Gold verkaufen: Darauf sollten Sie achten

(Verbraucherzentrale NRW).

Preise für Gold liegen derzeit wieder auf einem hohen Niveau. Das kann interessant sein für Besitzer:innen von altem Schmuck, Münzen, Barren oder Zahngold, die diese Sachen Verkaufen wollen. Hier ein paar Tipps von der Verbraucherzentrale NRW, damit ein beabsichtigter Gold-Verkauf nicht zum Reinfluss wird:

Schätze vorab sichten

Bei Schmuck wird oft weder die Handwerkskunst noch der emotionale Wert vergütet, sondern meist ausschließlich der materielle Wert. Wenn Sie Schmuck oder andere Wertsachen veräußern wollen, sollten Sie deshalb vor allem auf Gravuren achten: Die Ziffern 333, 585 und 750 verweisen auf den Goldanteil in Promille. 333 zeigt an, dass ein Drittel des Gesamtgewichts aus Gold besteht. Bei Barren und Münzen wie dem Krügerand ist der Goldgehalt festgelegt. Ankaufpreise dafür schwanken tagesaktuell kaum und lassen sich über Vergleichsportale online einsehen. Rechnen Sie sich die Größenordnung des reinen Materialwerts aus. Neben der Gravur brauchen Sie dafür das Gewicht - hier hilft im Zweifel eine Briefwaage - und den aktuellen Goldpreis pro Gramm. Weisen die Schätze keine Gravur auf, können eine Scheideanstalt, örtliche Edelmetallhändler:innen oder Juwelier:innen bei der Wertermittlung helfen. Diese können den Feingehalt an Gold oder anderen Metallen mittels geeigneter Verfahren feststellen. Erkundigen Sie sich aber vorher, ob diese Ermittlung etwas kostet.

Vergleichsangebote einholen

Den reinen Materialwert werden Sie nicht vollständig erzielen, da die Händler:innen noch einen Risikoabschlag oder einen Abschlag für Abschmelzkosten einkalkulieren werden. Diese Abschläge können variieren. Daher lohnt es sich, vor dem Verkauf verschiedene Angebote einzuholen. Wenn Sie die Größenordnung des materiellen Werts Ihres Schmuckstücks kennen, können Sie auf individuelle Angebote besser reagieren. Bietet Ihnen eine Händler:in zum Beispiel 370 Euro für Ihren Schmuck, der rund 425 Euro Wert ist, können Sie überlegen, ob Sie einen Abschlag von knapp 13 Prozent akzeptieren möchten. Bei einem Angebot von 200 Euro wissen Sie sofort, dass Ihr Gegenüber nicht seriös sein kann.

Fallen beim Internetverkauf

Auch per Internet lässt sich Güldenes veräußern. Risiko behaftet ist hierbei der Versand zu Aufkaufenden. Denn Pakete sind meist nur bis zu einem bestimmten Wert versichert. Stecken höhere Werte im Paket, können Sie bei Verlust bis auf den versicherten Betrag leer ausgehen. Achten Sie deshalb auf eine ausreichende Versicherungshöhe. Auch beim Verkauf über das Internet gilt: Sie sollten den Wert einschätzen können, um gegen niedrige Aufkaufangebote gewappnet zu sein. Rechtlich heikel kann es zudem werden, falls Internethändler den gesendeten Goldbarren als unecht deklarieren und ein Plagiat zurückgeschickt wird. Oder Sie haben Ihr Gold an Betrüger:innen geschickt, von denen Sie nie wieder etwas hören.

GOLDANKAUF

86356 NEUSÄß



KREUZ

JUWELIER & SCHMUCKHANDEL

AKTIONSTAGE



BARGELD SOFORT

REBECCA KREUZ
☎ 0821 31952313

📍 AUGSBURGER STR. 4
86356 NEUSÄß

DI.: - FR.: VON 9:00 UHR - 15:00 UHR

TERMINE AUSSERHALB DER GESCHÄFTSZEITEN MÖGLICH

ANKAUF VON
KETTEN, RINGE, ARMBÄNDER
OHRRINGE, MÜNZEN, KRÜGERAND
BARREN, SCHMUCK (AUCH DEFEKT), ZAHNGOLD
SILBER
BARREN, MÜNZEN, BESTECK,
KERZENSTÖCKE, SCHMUCK
VERSILBERTES & ZINN ALLER ART
HOCHWERTIGER MODESCHMUCK
DIAMANTEN
RINGE, COLLIER, ARMBÄNDER LOSE
DIAMANTEN, EDELSTEINE
UHREN
ROLEX, PATEK PHILIPP, OMEGA,
BREITLING, IWC, HUBLLOT USW.
STOPPUHREN, TASCHEHREN
UND AUCH DEFEKTE UHREN

GOLDANKAUF IST VERTRAUENSACHE, SEIT ÜBER 20 JAHREN ERFAHRUNG

WWW.JUWELIER-KREUZ.DE

INFO@JUWELIER-KREUZ.DE

GRATIS

Ihr Gutschein für die Erstellung einer ZEISS Seh-Analyse
- Ihre persönlichen Seh-Anforderungen
- den individuellen Status Ihrer Augen und Ihrer Sehkraft
- die für Sie optimale Brillenfassung

Gültig bis 31.08.2025 / Wert: 39,00 €
Wir bitten um vorherige Terminvereinbarung

Brillenschau

Alte Reichsstraße 2 Augsburger Straße 15
86356 Steppach 86424 Dinkelscherben
Tel: 0821-44973440 Tel: 08292-951622

www.meinebrillenschau.de

Einladung zur ZEISS Seh-Analyse



Von allen Sinnen ist das Sehen das wichtigste für uns. Wir nehmen über 80% unserer Eindrücke über die Augen wahr. Ob Farben, Situationen im Straßenverkehr, den Sonnenuntergang im Urlaub oder unsere Liebsten – wer nicht gut sieht, dem geht ein großes Stück Lebensqualität verloren.

Jeder Mensch ist einzigartig

Weil jedes Auge so einmalig wie ein Fingerabdruck ist, ist für optimales Sehen auch eine individuelle Sehanalyse erforderlich. Zudem ist eine eingehende Beratung zur persönlichen Lebenssituation wichtig, in der die Brille zum Einsatz kommen soll. Einen so umfassenden Seh-Analyse-Prozess kann natürlich nicht jeder bieten. Hier unterscheidet sich der Ablauf zum herkömmlichen schnellen Seh-Check.

Die Firma ZEISS hat deshalb auch im Jahr 2025 die Brillenschau zum Seh-Analyse-Experten ausgezeichnet. Mithilfe optometrischer High-Tech-Instrumente und einer individuellen Beratung erleben Brillenträger in Steppach und Dinkelscherben einen systematischen und ganzheitlichen Beratungsprozess.

Nutzen Sie die Gutschein-Aktion bis zum 31.08.2025 und gönnen Sie sich selbst etwas Gutes – vereinbaren Sie jetzt Ihren persönlichen Termin in Ihrer gewünschten Filiale.

Das Team der Brillenschau freut sich auf Ihren Besuch!



Team Steppach

Der staatl. gepr. Augenoptikermeister Peter Schöbel, Augenoptikerin Tatjana Haberkorn und Augenoptiker Jonas Reisinger freuen sich auf Ihren Besuch in Steppach



Team Dinkelscherben

Die Augenoptikerinnen Ingrid Schmidlein, Angelika Romahn und Petra Mayer, sowie die staatl. gepr. Augenoptikermeisterin Stefanie Deffner (von links) freuen sich auf Ihren Besuch in Dinkelscherben

Besseres Nacht- und Dämmerungssehen



mit i.Scription®

ohne i.Scription®

Besseres Kontrastsehen



mit i.Scription®

ohne i.Scription®

Besseres Farbsehen



mit i.Scription®

ohne i.Scription®

Brillenschau P. Schöbel, Steppach; Einzelunternehmer: Brillenschau P. Schöbel & S. Deffner GbR, Dinkelscherben - Abbildungen beispielhaft

Biergarten / Gastronomie



Die Leichtigkeit des Lebens feiern

Im Biergarten gelingt das Abschalten vom Alltagsstress besonders gut

- ANZEIGE - (DJD). Biergärten sind mit ihrer urgemütlichen Atmosphäre ein Rückzugsort vom Alltag, bei einem frisch gezapften Bier kann man mit Freunden entspannen und genießen.



Das Gefühl der Verbundenheit ist in herausfordernden Zeiten besonders wertvoll. Nicht nur Biergärten, sondern Freiluftflächen allgemein gewinnen in der Gastronomie immer mehr an Bedeutung. „Ohne Außenbereich haben es Lokale heute ziemlich schwer, Gäste erwarten heute, dass sie auch draußen sitzen können“, so Ulrich Biene von der Brauerei C. & A. Veltns. Und das nicht nur im Hochsommer: „Die Biergartensaison hat sich immer weiter nach vorne und hinten verschoben“, so Biene. Dabei reiche es nicht mehr, ein paar Plastiktische und -stühle vors Lokal zu stellen: „Gefragt sind hochwertige Möbel und ein stimmiges Gesamtkonzept.“



Fotos: DJD/Brauerei C. & A. Veltns



20% OFF

Gültig bis 19. Juli

... für Speisen und Getränke einer Person, von Montag bis Samstag einlösbar. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen.

Gasthof Adler
ZIEMETSHAUSEN



... MEHR ALS EINE EHRliche SCHWÄBISCHE KÜCHE



adler-ziemetshausen.de
+49 8284/ 997940

Öffnungszeiten:

Durchgehend warme Küche

Montag - Samstag von 11:00 - 21:30 Uhr
Sonn- und Feiertage 11:00 - 20:30 Uhr

Frühstück:

Montag - Freitag von 06:30 - 10:00 Uhr
Wochenende und Feiertage von 07:00 - 10:30 Uhr

Kein Ruhetag

JETZT FOLGEN & NICHTS MEHR VERPASSEN



ALTE POSTHALTEREI ★★★★★

AUGSBURGER STRASSE 2 | 86441 ZUSMARSHAUSEN
TAGUNGEN | EVENTS | RESTAURANT | HOTEL

KONTAKT

Tel.: 08291 85 82 20

Mail: reservierung@hotel-posthaltere.de

Webseite: www.posthaltere.com

Instagram: hotelalteposthaltere



Reservieren Sie jetzt Ihre bevorstehende Feierlichkeit in unserem Hause mit individueller Beratung unter event@hotel-posthaltere.de

BESUCHEN SIE UNS JETZT AUF UNSERER WEBSEITE

Pizzeria Deubach

Hubertus-Klause

Ristorante - Pensione - Gästezimmer

Genießen Sie in unserem schattigen Biergarten mediterrane Speisen

Pizza - Pasta - Biergartenspezialitäten

auch zum Mitnehmen

Wir stellen ein: **Bedienung-Küchenhilfe-Reinigungshilfe** (m/w/d)

Mo. - Sa. 17.30 - 23.00 Uhr · Di. Ruhet. · Sonn- u. Feiert. 11.30 - 14.30 u. 17.30 - 23.00 Uhr

Hausener Str. 5 · 86459 Deubach · Tel. 08238/1463



Biergarten / Gastronomie



Inh. Susy Zordan · Tel.: 08293 - 965520
Reichspoststr. 2 · 86465 Welden / Reutern

Biergarten & Holzofenpizza

Unsere aktuellen Veranstaltungen finden Sie unter www.trattoria-rusticana.de

Mo. & Di.: Ruhetag · Mi. - Sa.: 17:30 - 21:30 Uhr · Sonn- & Feiertage: 11:30 - 13:30 Uhr & 17:30 - 21:30 Uhr

Wir verwöhnen Sie auf unserer wunderschönen Sonnenterrasse mit Pizza, Pasta, Tutti Frutti Eis (verschiedene Sorten) und leckeren Cocktails. Schauen Sie unserem Pizzabäcker bei der Zubereitung über die Schulter



Ab einem Verzehrwert von **60 Euro**

Schenken wir Ihnen **10 Euro**

Nur 1 Gutschein pro Tisch. Auch zu unseren Mittagszeiten gültig.

Durchgehend warme Küche
Gutscheine gültig bis 31. Juli 2025

Hiermit bestätige ich, auf meine Rechnung einen Rabatt in Höhe von 10 € erhalten zu haben.
Restguthaben einzulösen bis 1 Monat nach Ablauf
Unterschrift: Tisch-Nr.

Ab einem Verzehrwert von **60 Euro**

Schenken wir Ihnen **10 Euro**

Nur 1 Gutschein pro Tisch. Auch zu unseren Mittagszeiten gültig.

Durchgehend warme Küche
Gutscheine gültig bis 31. Juli 2025

Hiermit bestätige ich, auf meine Rechnung einen Rabatt in Höhe von 10 € erhalten zu haben.
Restguthaben einzulösen bis 1 Monat nach Ablauf
Unterschrift: Tisch-Nr.



PARK-RESTAURANT

Ristorante
Leonardo Da Vinci

Bitte geben Sie diesen Gutschein vor Ihrer Bestellung beim Kellner an. Gutscheine gelten an allen Tagen.

Im Gries 8 · 86179 Augsburg-Haunstetten · Tel. 0821/84050 · Fax 0821/87756
Durchgehend warme Küche, von 12 bis 23 Uhr. Kein Ruhetag



Ihr Restaurant mit schöner Sonnenterrasse in Aystetten



Steuererhöhung ja, aber nicht für unsere Selbstabholer!

12 % RABATT
auf alle Gerichte

Alle Gerichte auch zum Mitnehmen

Für Ihre Feier bieten wir Ihnen einen separaten Raum für bis zu 40 Personen.

Hauptstraße 89 • 86482 Aystetten • Telefon 0821 47015459 und 0821 40826434

Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 11.30 - 14.00 Uhr und 17.00 - 23.00 Uhr • Sonn- und Feiertage 11.00 - 22.00 Uhr durchgehend



PIZZERIA RISTORANTE

L' Arena



Pizzerialarena



<https://pizzerialarena.metro.rest>

PIZZA
AUS DEM
**HOLZ-
OFEN**

Adresse: Stadionstr. 1 - 86441 Zusmarshausen - Tel. 08291/858662

Öffnungszeiten: Dienstag bis Freitag 11:30 Uhr bis 14 Uhr und 17:30 Uhr bis 22 Uhr
Samstag 17:30 Uhr bis 22 Uhr · Sonntag 11:30 Uhr bis 14 Uhr und 17 Uhr bis 21:30 Uhr

**JETZT
AUCH MIT
LIEFER-
SERVICE**

Haus & Garten



Gesucht: Farben mit Charakter

Mit den Lieblingsfarben 2025 erhält jeder Raum eine besondere Atmosphäre

- ANZEIGE - (DJD). Kaum etwas verändert die Wirkung eines Raums so schnell und einfach wie eine neue Wandfarbe: Hell und frisch, vornehm-edel oder besonders behaglich und warm – allein der persönliche Geschmack gibt den Ausschlag. Zudem hat jeder Farbton seine eigene Wirkung, die man sich bei der Raumgestaltung in Verbindung mit Möbeln und Bodenbelägen zunutze machen kann. Doch was sind die aktuell prägenden Trends und Lieblingsfarben für das Jahr 2025?

Die Farbe von Lindenblüten oder das Blau des Meeres

Vor allem Vielfalt und Individualität sind Trumpf. Auf diesen kurzen Nenner lässt sich die Bandbreite der angesagten Farben bringen. Denn von zarten und hellen Varianten bis zu einer kraftvollen oder dunklen Wandgestaltung dürften alle ihren persönlichen Favoriten fin-

den. Wer sich nach Frühlingsstimmung sehnt, wird etwa mit hellen Gelb-Grün-Tönen glücklich werden. „Duftendes Lindgrün ist eine sehr vitale und frische Frühlingsfarbe, sie steht für Aufbruch, Mut und Wandel“, erklärt Brillux Innenarchitektin Tanja Knura. Die Farbe, die an Lindenblüten erinnert, lässt sich zudem vielfältig kombinieren, ob mit Weiß, Rosé, Bronze, dunklen Farben. Endloses Seidenblau heißt eine weitere der vier Brillux Lieblingsfarben für 2025: Das helle, intensive Blau erinnert an Himmel, Wolken und den Sommer – wie ein Tag am Meer. „Hellblau hat eine besondere Wirkung, die Farbe vermittelt Sorglosigkeit, verleiht dem Raum mehr Weite und vermittelt uns Leichtigkeit“, so Tanja Knura weiter. Das Blau, das so zart ist wie eine Meeresbrise, lässt sich unter anderem mit Sandtönen, hellen Beigetönen sowie Grün und Dunkelblau kombinieren.

Von ganz hell bis dunkel und warm

Feines Kieselweiß kommt mit einem Hauch von Grau und Beige besonders zeitlos und edel daher. „Dies ist eine feine Farbe, die zu allem und fast jedem Einrichtungsstil passt. Sie hebt sich deutlich von einem klaren Weiß ab, gibt viel Ruhe und bringt eine natürliche Klarheit in den Raum“, schildert die Innenarchitektin weiter. Deutlich kraftvoller und extrovertierter kommt die vierte Brillux Lieblingsfarbe daher: Anmutiges Dahlienviolett ist ein exklusiver Farbton, der an Rotwein, Dahlien oder Feigen erinnert.

„Die Farbe ist dunkel, ohne erdrückend zu wirken. Sie umarmt uns, hüllt uns ein und fühlt sich an wie Herbst und Wärme“, ordnet Tanja Knura ein. Dieser Violett-Ton mit Braun- und Rot-Anteil ist somit passend für alle, die sich bewusst individuell abheben wollen und gerne in Szene setzen. Mit den Farbtrends 2025 dürfte es leichtfallen, Räumen einen neuen Charakter zu verleihen. Unter www.brillux.de/zuhaus etwa gibt es mehr Informationen und Adressen von Malerfachbetrieben, die individuelle Wohnträume verwirklichen.



Foto: DJD/Brillux

Impressum

Herausgeber: LINUS WITTICH Medien KG
Peter-Henlein-Straße 1, 91301 Forchheim
Telefon (09191) 7232-0

Geschäftsführer: Christian Zenk

Anzeigenverkauf: Josef Mayr, Margit Walter,
Monika Lytwyszenko, Alfred Wallon

Layout: LINUS WITTICH Medien KG



Eine Haftung für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen kann nicht übernommen werden. Veröffentlichte Artikel und Rubriken, die mit dem Namen eines Verfassers gekennzeichnet sind, müssen nicht die Meinung des Verlages widerspiegeln. Für unverlangt eingesandte Manuskripte oder Bilder kann keine Rücksendung verlangt werden.

Nachdruck, Vervielfältigung oder sonstige Verwertung des Inhaltes nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Dein neues Wohngefühl

Türen und Böden verwandeln Dein Zuhause

Türen in CPL + Holz
Vinyl + Parkett
Laminat

Montageservice
auf Wunsch!

Foto: @AUFHOFF



Augsburger Str. 34, 86441 Zusmarshausen ☎ 08291/18 88-0 / www.jochum-holz.de



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

Wenn nicht jetzt,
wann dann?

Terrassenüberdachung

mit lichtdurchlässiger und wetterfester Eindeckung, wahlweise mit Beschattungen.

Unser weiteres Programm:

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

Fordern Sie
ein Angebot und
Materialmuster an.



Haus & Garten

Bad mit Zukunft

Tipps für die barrierefreie und optisch hochwertige Badezimmereinrichtung

- ANZEIGE - (DJD). Bei vielen Best-Agern oder Senioren steht ein neues Bad weit oben auf der Wunschliste fürs Eigenheim. In der Planung spielt Barrierefreiheit eine Rolle, sie ist aber nur ein Gesichtspunkt. Ebenso wichtig sind eine ansprechende Ästhetik, Komfortfunktionen und eine Ausstattung, die sich leicht sauber und gut in Schuss halten lässt. Durch eine clevere Planung und Modernisierung lassen sich diese Aspekte in vielen Bereichen hervorragend verbinden.

1. Der Boden

Keramische Fliesen sind eine Lösung für jeden gewünschten Stil im Bad, denn es gibt sie in einer Vielzahl von Designvarianten - von zeitlosen Natursteinoptiken wie Marmor oder Trias über puristische Betonoptiken bis zu dekorativen floralen Mustern in XXL-Formaten. Unter funktionalen Gesichtspunkten ist für ein altersgerechtes Bad die Auswahl der Oberfläche besonders wichtig. Rutschhemmende Fliesen bieten eine hohe Stand- und Trittsicherheit, auch wenn der Boden feucht ist. Unter www.deutsche-fliese.de/fliesen-im-bad gibt es dazu viele weitere Informationen und Einrichtungsideen.

2. Die Dusche

Bodenebene Duschen sehen elegant aus, sind komfortabel, reinigungsfreundlich und von Haus aus barrierefrei. Ideal ist eine durchgängige Gestaltung mit Fliesen, die den Duschbereich optisch und funktional ins Bad integrieren. Komplett befestigte, fest eingebaute Sitzbänke ersparen Duschsitze, falls diese einmal erforderlich werden. Bis dahin können sie gut als Ablagen oder zum Hinsetzen beim Abtrocknen genutzt werden. Aufwerten lässt sich die Dusche noch mit Wandnischen als Ablage für Kosmetikartikel. Diese Lösung ist eleganter als Duschregale, die zudem die Bewegungsfreiheit einschränken können.

sen, die den Duschbereich optisch und funktional ins Bad integrieren. Komplett befestigte, fest eingebaute Sitzbänke ersparen Duschsitze, falls diese einmal erforderlich werden. Bis dahin können sie gut als Ablagen oder zum Hinsetzen beim Abtrocknen genutzt werden. Aufwerten lässt sich die Dusche noch mit Wandnischen als Ablage für Kosmetikartikel. Diese Lösung ist eleganter als Duschregale, die zudem die Bewegungsfreiheit einschränken können.

3. Der Waschplatz

Eine geflieste Wand schützt den Waschplatz vor Verschmutzungen, denn Spritzer lassen sich mit einem Wisch entfernen. Wandarmaturen sehen nicht nur schick aus, sie bieten auch funktionale Vorteile: Waschtische lassen sich ohne Komfortverlust mit weniger Raumtiefe planen, da die sonst übliche Hahnlochbank nicht benötigt wird. Zudem reinigt sich das Becken leichter, da man nicht mehr um die Wasserarmatur herumputzen muss. Wer an künftige Barrierefreiheit denkt, plant den Waschplatz so, dass der Unterschrank auch demontiert werden kann. So lässt sich das Waschbecken später einmal prima im Sitzen nutzen.

4. Das WC

Wandhängende WCs ohne Spülrand sind heute fast schon Standard. Aus gutem Grund: Sowohl das WC-Becken selbst, als auch die Bodenfliesen unter der Toilette

sind wesentlich leichter sauber zu halten als bei bodenstehenden Toiletten. Wie bei der Waschbeckenumgebung gilt auch

beim WC: Wer die Wände mit Fliesen gestaltet, bekommt eine leicht zu reinigende, hygienische Oberflächengestaltung.

Die Infrarotheizung - Das Heizsystem der Zukunft



Bernd Steimer
STEIMER Heizsysteme

Steimer Heizsysteme präsentiert die zukunftssichere Alternative: Infrarotheizung

In Zeiten steigender Energiepreise und wachsendem Umweltbewusstsein suchen immer mehr Hausbesitzer und Unternehmen nach nachhaltigen, effizienten und zukunftssicheren Heizlösungen. Die Infrarotheizung von Steimer Heizsysteme aus Stadtbergen bietet genau das – eine innovative Alternative zu herkömmlichen Heizsystemen wie Öl, Gas und Wärmepumpen.

Warum eine Infrarotheizung?

Im Gegensatz zu klassischen Heizsystemen, die die Luft erwärmen, erwärmt die Infrarotheizung direkt die Oberflächen, Gegenstände und Menschen im Raum. Das sorgt für eine angenehme, gleichmäßige Wärme, die sich sofort bemerkbar macht. Zudem arbeitet sie äußerst energieeffizient, da sie nur die benötigte Wärme erzeugt und keine Energie durch Luftzirkulation verloren geht.

Vorteile auf einen Blick:

- Zukunftssicher: Als Alternative zu Öl, Gas und Wärmepumpen bietet die Infrarotheizung eine zuverlässige Lösung, die auch bei steigenden Energiepreisen Bestand hat.
- Umweltfreundlich: Keine Emissionen, keine fossilen Brennstoffe – perfekt für eine nachhaltige Zukunft.
- Energieeffizient: Geringerer Energieverbrauch im Vergleich zu herkömmlichen Heizsystemen, was sich positiv auf die Heizkosten auswirkt.
- Einfache Installation: Die Heizpaneele sind platzsparend und lassen sich flexibel in verschiedenen Räumen integrieren.
- Wartungsarm: Keine aufwändigen Wartungsarbeiten notwendig, was die Betriebskosten zusätzlich senkt.

Warum Steimer Heizsysteme?

Mit langjähriger Erfahrung und Fachkompetenz in der Heiztechnik berät Steimer Heizsysteme aus Stadtbergen individuell und kompetent. Wir setzen auf hochwertige Produkte und maßgeschneiderte Lösungen, um Ihren Heizbedarf optimal zu decken.

Fazit:

Wenn Sie auf der Suche nach einer nachhaltigen, effizienten und zukunftssicheren Heizlösung sind, ist die Infrarotheizung von Steimer Heizsysteme die richtige Wahl. Investieren Sie in eine umweltfreundliche Technologie, die Ihnen langfristig Energie spart und gleichzeitig für behagliche Wärme sorgt.

Kontaktieren Sie uns noch heute, um mehr über die Vorteile der Infrarotheizung zu erfahren und eine individuelle Beratung zu erhalten!



bo-bautec
sachverständigenbüro für das bauwesen

schadensprüfung • immobilienbewertung • energieberatung
bauerwerkstagnose • blowerdoor-test • bauthermographie

- Baugutachten
- Schadensprüfung
- Schimmelpilzanalyse
- Energieausweis
- BlowerDoor-Test
- Thermographie

Stadel 19 | 86424 Dinkelscherben | Tel: 08292 / 960824 | www.bo-bautec.de

Wir packen's an!



TOBIAS GAI

SANITÄR · HEIZUNG · SOLAR

Wölfleweg 2 | 86477 Adelsried | 082 94 667 41 21
mail@gai-shk.de | www.gai-shk.de

Meisterhandwerk,
das begeistert!

Infrarotheizungen

Die zukunftssichere Alternative zu Öl, Gas + Wärmepumpe



Tafelheizung

- idealer Ersatz für Nachtspeicheröfen
- günstig in der Anschaffung und im Unterhalt
- einfacher Einbau, geeignet für Alt- und Neubau
- platzsparend und flexibel einsetzbar

Info anfordern unter: 0821-6085722
info@steimer-heizsysteme.de

Bismarckstr. 12
86391 Stadtbergen
www.steimer-heizsysteme.de



Haus & Garten



Mit Profi-Know-how stressfrei zum Traumbad

So vermeiden Sie Risiken bei der Badmodernisierung



Foto: DJD/SHK/Eno4ka/Shutterstock

Seniorenerechte Pflege im Badezimmer

Wenn der Badumbau dabei hilft, länger Zuhause gepflegt zu werden

Mit dem Alter häufen sich oftmals die körperlichen Beschwerden. Hohe Einstiege bei Dusche und Wanne entwickeln sich zu Stolperfallen und stellen die Bewohner und die Pflegekräfte vor große Herausforderungen. Pflegekräfte berichten: „Es ist für uns wahnsinnig anstrengend, unsere Klienten in einem nicht seniorenrechteten Bad zu duschen oder zu baden. Selbst zu zweit, da es ja oft eng und rutschig ist haben wir als (überwiegend) Frauen große Probleme damit, die auch nicht selten schweren Patienten über die Badewannen-Kante zu heben. Es ist einfach gefährlich.“ berichten immer mehr Pflegekräfte der unterschiedlichsten Pflegedienste.

Auch Ärzte erzählen von vermeidbaren Unfällen in veralteten Bädern. Von gebrochenen Rippen, über böse Kopfverletzungen bis hin zu Oberschenkelhalsbrüchen ist so ziemlich alles dabei.

Dabei können einfache Umbaumaßnahmen, die BADELIX-SCHWABEN oft an nur einem Tag durchführt, regelrechte Wunder bewirken. Unfälle können vermieden werden und die Pflege wird für das Pflegepersonal erheblich erleichtert. Auch die dann bessere Lebensqualität und das längere Verbleiben in den eigenen vier Wänden, erfreut die Senioren. Und das Beste: Ab Pflegegrad 1 erhalten die Kunden bis zu 4.000 € Zuschuss pro Person sagt Robert A. Hofmann von BADELIX-SCHWABEN.

Da viel Unwissen über die Förderung bei den Senioren besteht, kümmert sich Robert A. Hofmann von BADELIX-SCHWABEN für Ihre Kunden um alles: Vom kostenlosen Vor-Ort Beratungstermin, bei dem ein unverbindliches Angebot erstellt wird, über die Antragstellung der 4.000 € Fördersumme bei der Pflegekasse bis zur Festlegung des genauen Umbautermins und der direkten Abrechnung mit der Pflegekasse nachdem der Umbau erfolgt ist.

Wir von BADELIX SCHWABEN bauen Bäder im gesamten Raum Schwaben um. Kollegen von uns sind auch bundesweit an vielen Standorten vertreten.

- ANZEIGE - (DJD). Das Bad ist ein ganz besonderer Raum - nirgends sonst in unseren Häusern und Wohnungen spielen Technik und Einrichtungsqualität so eng zusammen. Für eine Badmodernisierung braucht es daher viel Fingerspitzengefühl und Know-how, fast noch mehr als für die Einrichtung in anderen Wohnräumen. Eine sorgfältige Planung, starke Ideen und eine saubere handwerkliche Umsetzung: Das sind die Voraussetzungen, um ein altes Bad in eine moderne Wohlfühloase zu verwandeln, an der man lange Freude hat. Von einer Badsanierung in Eigenregie raten Experten deshalb ab.

Do-it-yourself im Bad birgt große Risiken

„Ein schlüssiges Badkonzept zu entwickeln, erfordert viel Fachwissen“, sagt Florian Wiesner, Bereichsleiter des Marketings der genossenschaftlichen SHK eG. In der Organisation haben sich Sanitärfachbetriebe mit hohen Qualitätsansprüchen unter der Marke „Die Bad- und Heizungsgestalter“ zusammengeschlossen. Technische und räumliche Gegebenheiten sind ebenso zu berücksichtigen wie Aspekte der Barrierefreiheit, persönliche Komfortwünsche und stilistische Vorlieben. Hinzu kommt die Recherche nach passenden Materialien und Produkten. Bei der Ausführung können im Sanitärbereich auch versierte Heimwerker an ihre Grenzen geraten. Werden etwa Abdichtungsarbeiten nicht perfekt ausgeführt, drohen teure Folgeschäden. Zudem gibt es für eine Badmodernisierung in Eigenregie keine

Gewährleistungen und Garantien, die bei der Ausführung durch einen Fachbetrieb inklusive sind.

Profileistungen aus einer Hand geben mehr Sicherheit

Bei der Auswahl des richtigen Partners für die Badmodernisierung gibt es ein paar Aspekte zu berücksichtigen - hier helfen Die Bad- & Heizungsgestalter weiter, die unter www.die-badgestalter.de dazu mehr Infos und Adressen liefern. Der Fachbetrieb sollte Erfahrung im Badbau haben und sich Zeit für eine ausführliche Beratung nehmen. Idealerweise bietet er alle Gewerke aus einer Hand an. Damit ist sichergestellt, dass die Arbeiten optimal koordiniert werden sowie reibungslos und verzögerungsfrei ablaufen. Zu einer detaillierten Planung gehören aussagekräftige Visualisierungen, die zeigen, wie das Bad einmal aussehen wird. Einfordern sollte man auf jeden Fall ein Komplettangebot mit Festpreis und Fixtermin für die Fertigstellung. Versierte Badberater wissen zudem, welche Förderungen man für die Finanzierung des neuen Bad nutzen kann.



Foto: DJD/SHK/Who is Danny/Shutterstock

BEGEHBARE DUSCHE

in 24 Stunden

BIS ZU 100% FÖRDERUNG *ab Pflegegrad 1



Kostenlose Vorort-Beratung

☎ 0821/20952629 ☎ 0176/55958005



Muckle SHK GmbH
Sanitär, Heizung, Kachelofenbau
 Dammstr. 3
 86424 Dinkelscherben
 Tel.: 08292 / 90 16 81

Heizungen aller Art
Sanitär
Öfen

Sommer Sale Aktion
 von Mai – September 2025!

Haus & Garten



Wunderbare Staudenwelt

Farbenfrohe Vielfalt und wertvoller Lebensraum

Was sind eigentlich Stauden?

Stauden sind mehrjährige, krautige Pflanzen, die jedes Frühjahr neu austreiben. Im Herbst ziehen sie sich in der Regel in ihre unterirdischen Pflanzenteile zurück, meist sobald die Temperaturen sinken oder der erste Frost einsetzt. Dabei überdauern sie den Winter im Boden und treiben jährlich neu aus.

Stauden gehören zu den beliebtesten Pflanzen im Garten – und das aus gutem Grund: Sie sind pflegeleicht, langlebig und sorgen Jahr für Jahr für Farbe und Struktur im Beet. Ob farbenfrohe Blüten, attraktive Blätter oder wintergrüne Sorten, die Vielfalt an Stauden ist beeindruckend und bietet für nahezu jeden Standort die passende Pflanze. Besonders wertvoll sind Stauden auch aus ökologischer Sicht: Viele Arten bieten Nektar und Pollen für Bienen, Schmetterlinge und andere In-

sekten und fördern so die Artenvielfalt im eigenen Garten. Wer auf heimische oder naturnahe Sorten setzt, unterstützt so das ökologische Gleichgewicht. Besonders im Sommer blühende Stauden wie die Wiesen-Flockenblume, der Gewöhnliche Dost, Wilde Malve, Sonnenhut oder Katzenminze bieten ein reiches Nahrungsangebot für bestäubende Insekten.

Duftstauden schaffen eine besondere Atmosphäre, wirken entspannend und ziehen zugleich viele bestäubende Insekten an. Wer also mit allen Sinnen gärtnern möchte, sollte ihnen unbedingt einen Platz in der Nähe von Sitzplätzen, Wegen oder der Terrasse einräumen. Im Sommer bilden Duftstauden wie die Indianernessel mit ihrem zitronig-würzigen Aroma und auffälligen Blüten sowie die Prachtkerze mit zartem, süßlichem Duft eine sinnlich sommerliche Duftkulisse.



Auch die Zitronenmelisse belebt mit ihrem frischen Aroma Duftbeete und Sitzplätze. Duftende Nelken verströmen einen süß-würzigen, beinahe nostalgischen Duft und bringen zugleich zarte Farbtöne in Balkonkästen, Kübel und ins Beet. Besonders beliebt ist der Hohe Staudenphlox, der den ganzen Sommer über mit intensiv duftenden Blüten in vielen Farben begeistert und zahlreiche Insekten anzieht.

Ein besonderes Dufterlebnis bieten Stauden, die ihren Wohlgeruch vor allem am Abend voll entfalten und so laue Sommernächte zu einem sinnlichen Erlebnis machen. Dazu gehören z.B. die Nachtkerze mit ihrem süßen Aroma und der Ehrenpreis, der seine feine, vanilleartige Note erst gegen Sonnenuntergang entfaltet. Die Zitronen-Taglilie verbreitet, wie der Name schon vermuten lässt, einen feinen Zitronenduft.

In vielen Gärten stehen Blüten im Mittelpunkt, doch auch außergewöhnliches

Laub kann zum echten Blickfang werden. Blattschmuckstauden begeistern mit ihrer Vielfalt an Farben, Formen und Texturen und bringen Struktur und Tiefe in jedes Beet. Ein Klassiker ist die Funkie, die mit ihrem großen, oft zweifarbig gemusterten Laub besonders in schattigen Lagen zur Geltung kommt. Ebenso dekorativ sind Purpurglöckchen, deren farbenfrohes Blattwerk in Grün-, Kupfer- oder Violetttönen auch sonnigere Standorte verträgt. Blattschmuckstauden beweisen eindrucksvoll: Ein schöner Garten lebt nicht nur von Blüten, sondern auch von faszinierendem Laub.

Das Team der **WÖRNERGÄRTNER** unterstützt Sie fachkundig und mit viel Leidenschaft bei allen Fragen zum Thema Stauden.

Kontakt:
DIE **WÖRNERGÄRTNER**
In Neusäß und Königsbrunn
www.diewoernergaertner.de

1001 STAUDEN

BLÜTENTRÄUME WERDEN WAHR.

z.B.
Sterndolde
(Astrantia)
12,99 €
5 L-Topf

DIE **WÖRNERGÄRTNER**

Seit 1896

grün erleben

In Neusäß und Königsbrunn

„Wir sind bundesweit der gärtnerische Fachbetrieb mit den meisten ausgebildeten Gärtner/innen pro 100 Mitarbeiter!“

GÄRTNEREI
GARTENCENTER
FRIEDHOFSGÄRTNEREI
BLUMENHAUS
GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU
BAUMPFLEGE
INNENRAUMBEGRIJUNG

Traumgärten mit Peter Hasenauer!

Der perfekte Rasen · Pflasterarbeiten · Anlegen von Beeten u. Rabatten
Heckenschnitt – Garten winterfest

Rufen Sie mich einfach an: **Peter Hasenauer**
0 82 38 / 9 46 97 32 oder 01 57/58 53 78 10

www.gala-bau-augsburg.de



Haus & Garten

Fliesen in offenen Wohnkonzepten

Flexibilität, Eleganz und Beständigkeit für grenzenlose Einrichtungsfreiheit

- ANZEIGE - (DJD). Offene Wohnkonzepte entsprechen unserer modernen Lebensweise. Kochen und Essen, Entspannung oder das Treffen mit guten Freunden finden nicht mehr in getrennten

Räumen statt. Gemeinschaft ist gefragt und Räume, die dies ermöglichen. Perfekte Begleiter für diesen Lifestyle sind Bodenbeläge aus keramischen Fliesen. Warum? Sie bieten eine Vielfalt

praktischer und ästhetischer Vorteile für offen gestaltete Raumkonzepte.

„Fliesende“ Übergänge schaffen

Mit modernen Bodenfliesen aus Feinsteinzeug lassen sich die Bodenflächen verschiedener Wohnbereiche durchgängig in einem Guss gestalten. Denn Fliesen erfüllen die Anforderungen verschiedener Wohnräume und lassen sich schwellenlos über Zimmergrenzen hinweg verlegen. Auch die Grenze zwischen Innenräumen und Außenflächen ist für Keramik keine – denn Fliesen eignen sich ideal, um den Wohnzimmerboden optisch nahtlos auf die Terrasse zu führen. So schaffen z. B. designstarke XXL-Fliesen oder auch Holzdekore im Dielen- oder Parkettlook großzügige Übergänge. Unter www.deutsche-fliese.de finden Interessierte dazu eine Vielzahl von Einrichtungsideen und -anregungen.

Keramik - belastbar und langlebig

Keine Angst vor ausgelassenen Parties: Keramische Bodenbeläge sind äußerst strapazierfähig. Wenn beim geselligen Zusammensein ein Glas Rotwein umkippt oder beim Kochen Fettspritzer danebengehen - kein Problem, denn beides

lässt sich mit etwas Wasser und einem Neutralreiniger spurlos beseitigen. Selbst ausgelassene Tänzer, tobende Kinder oder die Krallen von Hund oder Katze hinterlassen auf robusten keramischen Oberflächen keine bleibenden Spuren. Kaum ein Bodenbelag übersteht mehrere Jahrzehnte ohne Renovierungsbedarf. Anders bei Fliesen – so lässt sich zum Beispiel ein gefliestes Kinderzimmer auch nach vielen Jahren intensiver Nutzung nach Auszug der Kinder problemlos und ohne Bodensanierung als Hobby- oder Gästezimmer nutzen.

Passendes Fliesendesign für jeden Wohnstil

Matt, glänzend, strukturiert oder glatt - keramische Fliesen können passend zum persönlichen Wohnstil ganz unterschiedliche Wirkungen entfalten. Neben einer coolen Beton- oder Estrichanmutung liegen wohnliche Oberflächendekore wie Natursteininterpretationen oder authentische Holzanmutungen im Trend. Mutige können offenen Räumen auch mit kräftigen Farben und Kontrasten Charakter und Persönlichkeit verleihen – zum Beispiel mit historischen Dekoren in Look von Zementfliesen.

Qualität vom Fachbetrieb

Jedes Frühjahr flattern sie in die Briefkästen: Die bunten Prospekte mit Angeboten über Wintergärten, Terrassendächer, Markisen und Sonnensegel. Wer es im Sommer draußen gemütlich haben möchte, sollte sich jetzt beraten lassen. Doch vor dem Kauf sollte eine fachmännische Beratung stehen.

„Vorgefertigter Sonnenschutz passt im Grunde nie richtig, da jedes Haus seine Eigenheiten hat. Damit zum Beispiel eine Markise auch bei schlechtem Wetter zuverlässig an der Hauswand hält, sollte sie von einem qualifizierten Fachbetrieb des Rollladen- und Sonnenschutztechniker-Handwerks angebracht werden“, empfiehlt Maximilian Anderlik von Rollladenbau & Sonnenschutz Anderlik in Fischach. Aus seiner Sicht sind Sonnenschutzsysteme nichts für Bastler und Hobbyhandwerker. Oft kapitulieren selbst geübte Heimwerker vor den preiswert im Internet oder im Baumarkt erworbenen vermeintlichen Schnäppchen.

Qualität vom Fachmann – hohe Lebensdauer

„In vielen Fällen muss dann ein R+S-Fachbetrieb versuchen, die Situation zu retten“, so Anderlik. Spätestens wenn der Schatten gar nicht dorthin fällt, wo er gebraucht wird, macht sich eine schlechte oder gar fehlende Beratung bemerkbar. Die Fachbetriebe können vorher den Schattenwurf ermitteln und wählen die zu den Kundenwünschen passenden Produkte von Markenherstellern aus. Sie kümmern sich um die sichere Montage und schließen auf Wunsch auch einen Elektromotor, Sensoren und eine Steuerung an. Die Investition lohnt sich: Bei guter Pflege und regelmäßiger Wartung hält ein solcher hochwertiger Sonnenschutz 30 Jahre und länger.

Multitalent Sonnenschutz

Auch in Sachen Sicherheit, Energieeinsparung und Wohnkomfort haben hochwertige Rollläden und Sonnenschutzprodukte viel zu bieten: Wenn es im Winter draußen frostig und kalt ist, verstärken Rollläden beispielsweise die isolierende Wirkung der Fenster. Im Sommer sorgen sie dafür, dass Wohnräume angenehm kühl und schattig bleiben. Auf eine zusätzliche Klimatisierung können die Bewohner daher häufig verzichten. Damit leisten sie einen Beitrag zum Klimaschutz, was sich auch wertsteigernd auf das Haus auswirkt.


ANDERLIK
ROLLADENBAU & SONNENSCHUTZ

Meisterbetrieb im Fachverband
Augsburger Str. 22 - 86850 Fischach

08236 - 9 02 04

info@rollladen-anderlik.de

www.rollladen-anderlik.de



PETER FRÖHLICH

Professionelle Sanierung
und Ausführung elastischer Fugen

Fachgerechte Reinigung und Austausch
schimmlicher/veralteter Fugen.
Zuverlässiger Service vom Fachmann.

Schlossackerstraße 7
86866 Mickhausen
Tel. 0 82 04 - 42 59 84 6
Fax 0 82 04 - 42 59 84 5
Mobil 0173 65 76 20 6

Fliesen.Fugen.Froehlich@googlemail.com



DS SANIERUNG
REINIGUNG & SANIERUNG

Inh. Schwarzenberger

Gustav-Mahler-Str. 15 - 86356 Neusäß
Büro: 0821 455 671 08 - Mobil: 0157 334 074 28
info@dssanierung.de - www.dssanierung.de

Wir bieten Ihnen folgende Serviceleistungen an:

- Verputz & Malerarbeiten innen u. außen • Fassaden & Sockel Anstrich
- Holzsanierung & Anstrich • Fliesenarbeiten aller Art
- Pflaster- & Natursteinverlegung • Verfugungsarbeiten
- Reinigungsarbeiten von: Dach, Fassade, Pflaster u.v.m.

Mobil und sicher in die Urlaubszeit



Lieber an der Wand statt an Nachbarns Lenker

Wie sich Fahrräder platzsparend und sicher parken lassen

- ANZEIGE - (DJD). Fahrradlifte sind eine platzsparende und sichere Parkmöglichkeit für Fahrräder. Statt auf dem Boden wird das Rad vertikal an der Wand geparkt und ein Sicherheitssystem sorgt dafür, dass es nicht herunterfällt. Besonders platzsparend sind Systeme wie der Fahrradlift Bicyclejack, der sich dank seiner Schwenkfunktion nach rechts und links bewegen lässt. Empfehlenswert sind Modelle, die sich

flexibel an die Länge des Fahrrads und die Breite der Reifen anpassen lassen und das Gewicht des Rads aushalten. Der Bicyclejack beispielsweise schafft sogar bis zu 38 Kilogramm, wodurch er sich auch für schwere E-Bikes und robuste Mountainbikes eignet. Praktisch: Wie ein Video unter www.bicyclejack.de zeigt, muss hier nur leicht das Vorderrad angehoben werden. Den Rest übernimmt eine Hebemechanik.



Foto: DJD/Bicyclejack

REIFEN-SERVICE
 von PKW- und Motorradreifen

- Reifeneinlagerungen
- Montier- und Wuchtarbeiten
- Ölwechsel von PKW und Motorrad
- TÜV-Abnahme für PKW-Anhänger aller Art

Karl Hieber
 Ettelrieder Straße 13
 86424 Dinkelscherben/Anried · karl.hieber@online.de
 Tel. u. Fax: 0 82 92 / 750 · Mobil 01 51 / 11 72 69 49

Keine Chance für ungebetene Gäste

Sichere Fenster – eine lohnende Investition

Die Zahl der Wohnungseinbrüche in Deutschland stieg im vergangenen Jahr auf ein Rekordhoch von mehr als 152.000. Bevorzugt dringen die Täter dabei über ebenerdige Fenster und Fenstertüren ein - in Einfamilienhäusern in rund 80 Prozent der Fälle. Weil es beim Einbrechen um Schnelligkeit geht, geben die Eindringlinge jedoch schon nach kurzer Zeit auf, wenn robuste Technik Widerstand leistet. Beim Thema Einbruchhemmung spielen mechanische Sicherungen die wichtigste Rolle. Zwar verständigt eine Alarmanlage im Ernstfall umgehend den Sicherheitsdienst, doch ohne eine mechanische Grundsicherung kommt u. U. jede Hilfe zu spät. Dabei gilt: Jede Kette ist nur so stark wie ihr schwächstes Glied - Fenster ohne ausreichende Einbruchhemmung können von professionellen Tätern in nur wenigen Sekunden überwunden werden. Für private Immobilien empfiehlt die Kriminalpolizei deshalb Fenster, die mindestens der Widerstandsklasse RC 2 entsprechen. Sie leisten wirksamen Widerstand gegen Schraubendreher, Zangen und Keile.

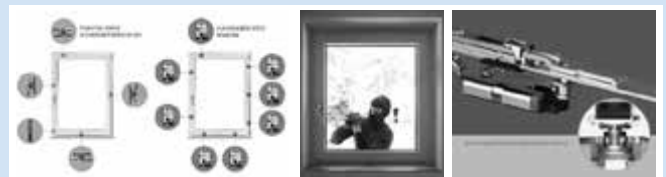
Es kommt auf die Qualität an

Wer seine Fenster nachträglich vor Aufhebeln schützen möchte, kommt deshalb an einem Austausch der Beschläge - also denjenigen Bauteilen, mit deren Hilfe sich die Fenster öffnen und schließen lassen - nicht vorbei. Beim Thema Qualität sollte man an dieser Stelle keine Kompromisse machen: Nachrüstbeschläge bieten nur dann einen zuverlässigen Schutz, wenn sie nach DIN 18104 geprüft sind. Der Griff zu Baumarktprodukten macht wenig Sinn. Zu den Lösungen, mit denen Fischer Fenster Rolläden Markisen Haustüren Wintergärten GmbH aus 86500 Kutzenhausen bereits gute Erfahrungen gemacht hat, zählt der TITAN Safety PLUS! von SIEGENIA. „Dieser Beschlag hat sich in unabhängigen Prüfungen vielfach bewährt und wird deshalb von der Polizei in ihrem bundesweiten Herstellerverzeichnis empfohlen“, erläutert Georg Fischer, Rolladen- und Jalousiebaumeister sowie Herstellung von Kunststoff-Fenstern in eigener Produktion. Er zeichnet sich durch eine hohe Einbruchhemmung aus und verbindet diese mit einer einfachen, leichtgängigen Bedienung und einer gefälligen Optik.“

Ihre hohe Widerstandsfähigkeit verdanken Sicherheitsbeschläge u. a. dem Einsatz von speziellen Stahl-Sicherheitsbolzen, den sogenannten Pilzkopfzapfen. Rund um den Fensterflügel angeordnet, leisten sie bei Aufhebelversuchen massiven Widerstand. Dank ihrer pilzkopfartigen Form krallen sie sich beim Verriegeln in die dazugehörigen Sicherheitsschließbleche auf der Rahmenseite ein. „Ergänzend gehören abschließbare Griffe bei einer Sicherheitsnachrüstung dazu. Sie verhindern, dass das Fenster durch die eingeschlagene Scheibe geöffnet werden kann“, fügt Georg Fischer hinzu, dessen Unternehmen von der Kriminalpolizei als offizieller Errichter für mechanische Sicherheitseinrichtungen geführt wird.

Sicher ist sicher- hilfreiche Zusatzmaßnahmen

Auch das eigene Verhalten spielt eine wichtige Rolle beim Einbruchschutz. Ein überquellender Briefkasten während des Urlaubs oder wochenlange Dunkelheit im Winter wirkt auf Einbrecher wie eine Einladung. Das gilt auch für versehentlich offen gebliebene Fenster. Hier lässt sich mit Hilfe einer Zustandsüberwachung Abhilfe schaffen: Sie informiert zuverlässig per Smartphone oder Tablet über offene Fenster und Türen. Zudem können potenzielle „Einsteiger“ selbst mit einfachen Mitteln bereits im Vorfeld abgeschreckt werden. So erhöht sich beispielsweise durch die Verwendung von Bewegungsmeldern die Chance, dass Nachbarn oder Passanten auf ungebetene Gäste aufmerksam werden.



SIEGENIA: Uebersicht-Nachruetzung SIEGENIA: Einbruchschutz-Sicherheitsstufen
 Fischer Fenster Rolläden GmbH, Hauptstr. 8, 86500 Kutzenhausen,
 Tel. 08238 990630, Fax: 08238 99063-29, E-Mail: info@rolladen-fischer.de

• Fenster
 • Rollläden
 • Markisen
 • Haustüren
 • Wintergärten
 • Insektenschutz

FISCHER *Machen Sie den Einbruchtest!*

Hereingeschaut!
 Wir haben die passende Haustür
 Besuchen Sie unsere Ausstellung.

Hauptstraße 8 • 86500 Kutzenhausen
 Tel.: 0 82 38 / 99 06 30 • www.rolladen-fischer.de
Haustüren-Markisen-Aktion

EINSTEIGER-TÜR aus ALUMINIUM Express 16

Jede Türe nur
3.127,00 €
 inkl. MwSt.

Rahmen 92 mm,
 Füllfüllung Aluminium 42 mm

U-Wert 1,23
 Farbe Anthrazitgrau



KEINBRUCH SICHERN SIE IHR HAUSTÜR

Größere Auswahl finden Sie unter www.rolladen-fischer.de

Unser Betrieb ist im Adressenverzeichnis von Errichterunternehmen für mechanische Sicherungseinrichtungen des Bayerischen Landeskriminalamtes aufgenommen.

Mobil und sicher in die Urlaubszeit



Ein Reiseklima zum Aufatmen

Mit einem neuen Innenraumfilter für frische pollenfreie Luft im Auto sorgen

- ANZEIGE - (DJD). Überempfindlichkeiten zum Beispiel gegen Blütenpollen sind eine regelrechte Volkskrankheit: Mehr als 23 Millionen Menschen in Deutschland sind von einer allergischen Erkrankung betroffen, berichtet das Robert Koch-Institut. Viele von ihnen leiden ganz besonders in der Heuschnupfensaison. Doch eine Triefnase und entzündete Augen sind nicht nur einfach lästig – diese Begleiterscheinungen der Allergie können auch zu gefährlichen Situationen führen, wenn sie beispielsweise die Konzentration hinterm Lenkrad beeinträchtigen. Ein funktionstüchtiger Innenraumfilter im Auto hingegen sorgt für frische Luft und somit für mehr Sicherheit. Fachleute empfehlen, den Filter mindestens einmal pro Jahr auszutauschen – idealerweise im Frühjahr, wenn die Pollenbelastung wieder steigt.



Foto: DJD/Robert Bosch

Innenraumfilter regelmäßig wechseln – mindestens einmal jährlich

Innenraumfilter nehmen feine Partikel aus der Umgebungsluft auf, bevor sie ins Wageninnere gelangen. Doch mit der Zeit setzen sie sich zu und verlieren ihre Wirkung. Ein deutliches Signal dafür, dass ein Filtertausch notwendig ist, sind unangenehme Gerüche, eine schlecht funktionierende Klimaanlage oder beschlagene Scheiben. „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-Experte Lena Janzen. Besonders für Kinder, die oft empfindlicher auf Allergene reagieren, ist eine pollenfreie Luft im Auto wichtig. Zudem verhindert ein neuer Filter Ablagerungen in der Klimaanlage und sorgt somit für eine bessere und effizientere Kühlung. Unter [www.bosch-](http://www.bosch-carservice.de)

[carservice.de](http://www.bosch-carservice.de) finden sich weitere Tipps und Adressen von Werkstätten in der Nähe, die den Filtertausch schnell und fachgerecht vornehmen können.

Wichtiger Schutz auch für Elektro- und Hybridfahrzeuge

Auch bei Elektroautos und Hybridmodellen ist ein regelmäßiger Filtertausch unerlässlich – für diese Fahrzeuge ist der Service sogar noch wichtiger. Denn die Antriebsbatterien müssen stets optimal temperiert sein, damit das Fahrzeug effizient arbeitet. Funktioniert die Klimaanlage nicht richtig, kann dadurch die Leistung beeinträchtigt werden. Moderne Filter können noch mehr als Pollen fernhalten. Der FILTER+pro von Bosch beispielsweise schützt nicht nur vor Allergenen und Staub, sondern auch vor Viren, Bakterien und Schimmel. Eine Aktivkohleschicht neutralisiert zudem schädliche Gase und filtert bis zu 98 Prozent aller Feinstaubpartikel heraus.

Damit trägt ein hochwertiger Innenraumfilter entscheidend zu einem gesü-

deren und angenehmeren Fahrklima bei.

Wir halten bereits Ausschau nach Dir!

Touristikfachkraft
(m/w/d) in Vollzeit- und Teilzeit

AUTO STUHMÜLLER KFZ-MEISTERBETRIEB



Wartung und Reparatur für alle Fahrzeugmarken

Brunstätter Straße 5
86424 Dinkelscherben

Tel. 0 82 92 / 7 04
Fax 0 82 92 / 33 68

www.autostuhmueller.de - E-Mail: info@autostuhmueller.de

Wir sind **seit 25 Jahren** Spezialist für individuelles und maßgeschneidertes Reisen auf die Inseln im Atlantik - Azoren, Madeira, Kanaren, Irland, Kapverden.

Wir stehen für eine nachhaltige Unternehmensphilosophie und unsere Reisen zeichnen sich durch eine hohe Qualität und einen rücksichtsvollen Umgang mit Mensch und Natur aus.

Zur Verstärkung unseres jungen Teams in Augsburg suchen wir weitere MitarbeiterInnen.

Interessiert?

Dann schau mal vorbei:

www.seabreeze.travel/jobs

seabreeze
.travel

Lebensmittel in der Region



Lebensmittelsicherheit im Haushalt

Wie halten es die Menschen in Deutschland mit Kühlkette und Speiseresten?



Foto: DJJ/QS Qualität und Sicherheit/ New Africa/Shutterstock

- ANZEIGE - (DJD). Kunden und Kundinnen haben die berechnete Erwartung, im Supermarkt frische und hygienisch einwandfreie Lebensmittel zu erhalten. Doch wenn die Produkte in den Einkaufskorb gewandert sind und aus dem Geschäft getragen werden, geht die Verantwortung auf den Verbraucher über. Jetzt liegt es an ihm oder ihr Brot, Milchprodukte, Fleisch, Obst und Gemüse richtig zu transportieren, zu lagern und gegebenenfalls zu kühlen. Wie die Menschen in Deutschland es damit halten und wo sie die größten Risiken bei ihrem persönlichen Umgang mit Lebensmitteln vermuten, erfragte die aktuelle repräsentative forsa-Studie „Wie sicher essen wir Deutschen?“ im Auftrag der QS Qualität und Sicherheit GmbH.

Vielen sind Risiken bewusst

Bei der Frage nach den größten Sicherheitsrisiken im privaten Bereich nannten mit 68 Prozent die meisten der Teilnehmenden die Lagerung. 64 Prozent haben den Heimtransport in Verdacht und gut die Hälfte (54 Prozent) die falsche Zubereitung, beispielsweise durch unzureichendes Waschen von Obst und Gemüse. Nur vier Prozent sehen keine Sicherheitsrisiken.

Kühlkette ok, Lagerung top

In der Praxis achten immerhin 60 Prozent der Befragten darauf, beim Kauf von Fleisch- und Wurstwaren die Kühlkette nicht zu unterbrechen. Empfehlenswert ist dafür, Koteletts und Co. in einer Kühltasche nach Hause zu bringen und danach im Kühlschrank bei maximal sieben

zent lassen – völlig korrekt – Reste erst einmal bei Zimmertemperatur abkühlen und verstauen sie nach spätestens zwei Stunden im Kühlschrank. Nur wenige stellen die Sachen noch warm hinein, was sich ungünstig auf die Gesamttemperatur im Kühlschrank und den Energieverbrauch auswirkt. Beruhigend: Fast niemand (1 Prozent) lagert übrig gebliebene Speisen ungekühlt.




Küchenhygiene immer besser

Neben Lagerung und Kühlung ist auch Hygiene wichtig für die Lebensmittelsicherheit. Hier wurde nach dem Umgang mit rohem Geflügelfleisch gefragt, das besonders im Hinblick auf Salmonellen kritisch sein kann. Und es zeigt sich: Die Küchenkompetenz der Deutschen wächst. 87 Prozent nutzen selten oder nie dieselbe Schneideunterlage zum Servieren oder Zubereiten anderer Speisen, auf der sie zuvor Geflügel zerkleinert haben – eine Verbesserung um sechs Prozent gegenüber der QS-Studie aus dem Jahr 2023. Nur noch zwölf Prozent (2023: 17 Prozent) leisten sich diesen Hygiene-Fauxpas immer oder meistens.

Grad zu lagern – mehr Tipps zum Thema gibt es unter www.q-s.de. Ein erheblicher Anteil von 40 Prozent hat die Kühlkette allerdings selten oder nie im Blick. Vorbildlich ist dagegen der Umgang mit Resten von gekochten Mahlzeiten: 90 Pro-

FRISCH aus der Region FRISCH auf den Grill/Ofen

Lachsforellen 13,90 €  Saiblinge 14,90 €  Forellen 12,90 €/kg fangfrisch
aus dem Wasser, küchenfertig  auf Wunsch filetiert  Buchenholz geräuchert

Fertig fein gewürzte Filets oder Fische, mit Kräutern gefüllt in Folie für Grill oder Ofen  herzhafte feine Räucher-Filets 
10 verschiedene feine Salate, siehe HP  Klasse Räucherlachs.

natürlich von: rothtal-forellen.de  Lange 08294/2885

Horgau-BIESELBACH, Mühlangerstr. 4  der feinen Fische wegen!

8 bis 19 Uhr, Sa. bis 18 Uhr geöffnet  ... hier lebt Ihre FRISCHE 

 Hofmetzgerei
ZIMMERMANN

Gutes vom Bauernhof!

Öffnungszeiten:

Mi. 8⁰⁰ bis 13⁰⁰ Uhr
Fr. 8⁰⁰ bis 17⁰⁰ Uhr
Sa. 8⁰⁰ bis 12⁰⁰ Uhr

Wurst und Fleisch aus eigener Herstellung erhältlich im Laden und rund um die Uhr an unseren beiden Automaten oder im online-shop unter www.hofmetzgerei-zimmermann.de

Angerstr. 3 | 86456 Gablingen | Tel. 08230/1760



Wagner - Markt
Deubach

- Regionale Produkte
- Getränkemarkt
- Weinspezialitäten

Wir ♥ Lebensmittel.



Lebensmittel in der Region



Auf dem Fleckviehhof wird Liebe zu den Kühen und Verantwortung für Konsument(inn)en gelebt.

Achtsame Milchwirtschaft

Die Familie Kraus aus Deubach im Naturpark westliche Wälder legt seit Generationen Wert auf achtsame Tierhaltung. Seit 1990 wurde schon jegliche Anbindehaltung auf dem Betrieb abgeschafft und auf Freilauf umgestellt. Hier haben die Kühe viel Platz und können ganzjährig frei entscheiden, ob sie sich lieber im Stall oder im Freien aufhalten.

2019 erhielt der Fleckviehhof Kraus für verantwortungsvollen Umgang mit Natur und Tier, innovative Tierhaltung und die Markteinführung der A2-Wohlfühlmilch in Deutschland dem „Ceres-Award“ in der Kategorie „Bester Milchviehalter“.

Die verträglichere A2-Milch

Seit 2016 setzt die Familie als eine der Ersten auf die natürliche und ursprüngliche A2-Milch. Ausschlaggebend hierfür war, dass viele Kund(inn)en nach Konsum der A2-Milch eine bessere Verträglichkeit bestätigten. „Deshalb bieten wir nur noch Produkte an, die mit unserer A2-Wohlfühlmilch hergestellt sind“, erzählt Andreas Kraus.

Naturbelassene Produkte ab Hof

Aus dem Hause Fleckviehhof Kraus stehen A2-Milch, Käse, Grillkäse, Joghurt, Mozzarella, Sauce Hollandaise und viele andere und viele andere Produkte zum Verkauf.

Alle Fleckviehhof-Kraus-A2-Wohlfühlprodukte erhalten Kund(inn)en direkt am Hof, an allen Hofläden mit exklusivem Sortiment und in vielen Lebensmittelmärkten.



Fleckviehhof Kraus

Peter-Dörfner-Straße 4
86459 Deubach
www.fleckviehhof-kraus.de

Produkte erhältlich:

- in Hofläden mit exklusivem Sortiment
- Milchprodukt-Automat bei uns am Hof 24/7

Alle Verkaufsstellen und Cafés/Restaurants, die unsere A2-Milchprodukte veredeln und anbieten, finden Sie auf unserer Homepage:

www.Fleckviehhof-Kraus.de

Eine Rinderweide und kühlende Ventilatoren für die Sommerhitze sind für die Familie Kraus eine Selbstverständlichkeit. Zusätzlichen Kuh-Komfort ermöglicht die großzügig ausgelegte Melkroboter-Anlage. Hier können die Tiere 24 Stunden selbst entscheiden, wann sie melken gehen möchten und müssen nicht warten. Für rangniedere Kühe wurde ein einzigartiges System entwickelt, damit diese den anderen Tieren am Melkroboter stressfrei aus dem Weg gehen können.

Die Tierwohl-Zertifizierung durch den Deutschen Tierschutzbund war für die Familie der nächste, konsequente Schritt. Der größte Teil des Futters wird aus den betriebseigenen Flächen ohne Gentechnik selbst angebaut. Heu von unseren Feldern – dort ist die Qualität des Heus einfach besser.



Lebensmittel in der Region



*Aus der Region
für die Region*

A2-Milch vom
Familienbetrieb Kraus
im Naturpark
Westliche Wälder



*Natur und
Geschmack
in Balance*

Neu
Bauernhof-Eis
24/7 aus dem
Automat



moohify®

Fleckviehhof Familie Kraus
Peter-Dörfler-Straße 4 | 86459 Deubach



Lebensmittel in der Region



Vitamin- und Mineralstoffversorgung im Alter wichtig

Viele Pflegebedürftige nehmen nicht genug Nährstoffe zu sich

- ANZEIGE - (DJD). In Deutschland gibt es rund fünf Millionen pflegebedürftige Menschen. Das teilt das Statistische Bundesamt mit. Die meisten davon sind im fortgeschrittenen Alter und werden zu Hause versorgt. Eine besondere Herausforderung für die pflegenden Personen ist es, auf eine gute Ernährung ihrer Schützlinge zu achten. Denn ältere Menschen benötigen zwar weniger Kalorien, aber trotzdem Vitamine und Mineralstoffe in meist gleichen Mengen wie Jüngere. Bestimmte Medikamente und Erkrankungen können den Bedarf sogar erhöhen. Nicht verwunderlich ist es daher, dass insbesondere bei älteren Menschen, die in Heimen oder zu Hause gepflegt werden, das Risiko für eine Unterversorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen, aber auch mit auch Omega-3-Fettsäuren groß ist. Oftmals

erschwert ein fehlender Appetit, nicht selten einhergehend mit einem veränderten Geschmacks- und Durstempfinden oder einem verringerten Kau- und Schluckvermögen, die Essensaufnahme. Hinzu kommt der eingeschränkte oder bei Bettlägerigkeit sogar fehlende Aufenthalt an der frischen Luft und in der Sonne.

Diese Nährstoffe sind besonders kritisch

Studien zeigen, dass die Versorgung im Alter insbesondere mit Vitamin D, aber auch mit Vitamin C und Folat häufig unzureichend ist. Auch bei Vitamin B12 und Omega-3-Fettsäuren ist die Versorgung in weiten Teilen unbefriedigend. Weitere kritische Nährstoffe sind beispielsweise Eisen, Zink und Selen. Fakt ist, dass eine Nährstoff-Unterversorgung gravierende



Foto: DJD/Lebensmittelverband Deutschland/Getty Images/Halfpoint

Auswirkung auf die Mobilität, die kognitive Leistungsfähigkeit und die Lebensqualität der Senioren haben kann. Unter www.nahrungsergaenzungsmittel.org gibt es dazu weitere Informationen. Es lohnt sich also, genauer hinzuschauen,

um Versorgungslücken festzustellen und eine ausreichende Versorgung sicherzustellen. Dabei kann eine gezielte Ergänzung der täglichen Ernährung mit ausgewählten Nährstoffen die Versorgung der Pflegebedürftigen verbessern.

Selberpflücken oder gepflückt direkt ab Feld

🕒 Montag – Freitag: 8:00 – 18:00 Uhr
Samstag: 8:00 Uhr – 17:00 Uhr

🏠 Himbeeren, Süßkirschen, Heidelbeeren, Aprikosen, Sauerkirschen, Johannisbeeren (rot & schwarz), Stachelbeeren, Birnen, Zwetschgen, Äpfel

🍷 Marmeladen, Säfte, Liköre und Edelobstbrände

☎ Ernteauskunft täglich aktuell: Tel. 08236 1518

📍 OBSTHOF ZOTT
Heuweg 1 | 86514 Ustersbach
Tel. 08236 1518 | www.zott-obsthof.de

📱 Jetzt neu: Unser WhatsApp-Kanal! Erhalten Sie aktuelle Infos direkt kostenfrei auf Ihr Handy. So einfach geht's: QR-Code scannen und abonnieren.



✓ Ressourcen schonend

✓ natürlich

✓ nachhaltig

✓ frisch

✓ regional

♥
Naturgenuss
aus der
Region

ZOTT
Obsthof
Ustersbach 1530

Regional genießen
war noch nie so einfach!