



AMTSBLATT

Gemeinde Kammeltal

Nr. 26 | Freitag, 27. Juni 2025

Amtliche Bekanntmachungen

Sprechtag der deutschen Rentenversicherung

Günzburg	Stadtverwaltung, Rathaus, Schlossplatz, jede Woche von 8.30 – 12.00 Uhr und 13.00 – 16.00 Uhr nur nach Terminvereinbarung: Tel. 0800 1000 48021
Jettingen-Scheppach	Gemeindeverwaltung, Rathaus, Hauptstr. 55 Jeden 2. Montag eines Monats von 8.30 – 12.00 Uhr und 13.20 – 15.30 Uhr nur nach Terminvereinbarung: Tel. 08225 306-17 und 306-37
Krumbach	Stadtverwaltung, Rathaus, Nattenhauser Str. 5 2-mal monatlich Donnerstag von 8.30 – 12.00 Uhr und 13.30 – 15.30 Uhr nur nach Terminvereinbarung: Tel. 08282 995-3800

Wichtig:

Bringen Sie bitte zum Beratungstermin Ihre Versicherungsnummer, Ihre Versicherungsunterlagen und ihren Personalausweis mit.

Bitte Termin vereinbaren!

Apothekennotdienste

Notdienstzeiten jeweils von 08:30 Uhr bis 08:30 Uhr.

Samstag, 28.06.2025

Marien-Apotheke

Marktstr. 8,
86424 DinkelscherbenTel: +49 8292 901020

Löwen-Apotheke

Prof.-Bamann-Str. 9,
89423 GundelfingenTel: +49 9073 7887

Sonntag, 29.06.2025

Kronen Apotheke Ichenhausen

Marktstr. 16,
89335 IchenhausenTel: +49 8223 1208

Büttel-Apotheke

Weißenhörner Str. 11,
89278 NersingenTel: +49 7308 3090

Telefonische Erreichbarkeit der Bereitschaftsapotheken

unter: 0800 00 22 8 33

Andere Stellen und Behörden

Kreisverband für Gartenbau und Landespflege Günzburg e. V.

Gartentag 2025

schauen- erleben – genießen

Wann?

Sonntag, den 20. Juli 2025, 10.00 - 17.00 Uhr

Wo?

Kreislehrgarten Krumbach, Mindelheimer Str. 71,
86381 Krumbach

Was?

Gartenführungen und Informationen rund um die Gartenkultur:

„Gesundheit aus dem Garten“

Kinder- und Jugendaktionen

Ausstellung: Gartenbedarf, Deko, Handarbeiten u.v.m.

Imkerei am Schaubienenstand

Naturprodukte aus heimischem Obst und Nüssen

Korb- und Weidenflechtereie

und weitere Organisationen

Aufgepasst!

Der „Rollende Schleifstein“ kommt!

Scheren, Messer & Co. vor Ort schärfen lassen!

Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt!

Weißwurst - Frühschoppen

Mittagessen - Pizza - Brotzeit

Kaffee - Kuchen - Eis

... im Zelt und im Freien

Weitere Infos unter www.Gartenbauvereine-Kreis-GZ.de

Vereine und Verbände

Krieger- und Soldatenverein Goldbach-Hartberg

Am **Samstag, den 29.06.2025** laden wir die gesamte Bevölkerung der Gemeinde Kammeltal recht herzlich zum

Patroziniumsfest Peter und Paul

mit Gottesdienst und **Fahrradsegnung** um 18:00 Uhr an der Kapelle St. Peter und Paul in Hartberg und anschließendem gemütlichen Zusammensein ein.

Auf Ihr Kommen freuen wir uns.

Hans Konrad, 1. Vorstand

Dorfladen Ettenbeuren

Rosennacht

Das Dorfladenteam lädt alle Bürgerinnen und Bürger des Kammeltals zur

Rosennacht mit Verwöhnbuffet bei Anwanders und Sailers Stadel am

Mittwoch, den 02.07.2025 ab 16.00 Uhr ein.

Es erwartet Sie ein Abend voller Rosenzauber mit vielen attraktiven Ausstellern, Cocktailbar, Rosenbowle, Sektstand, verschiedene kulinarische Leckereien und unser außergewöhnliches Verwöhnbuffet in einem einzigartigen Ambiente.

Nach dem Motto „mit allen Sinnen genießen“.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen

Das Dorfladenteam

SG – Kammeltal

Jugendfußball

Ergebnisse:

B-Junioren: 1. FC Konzenberg – SG Kammeltal 0:10

C-Junioren: SG Kammeltal – TSV Burgau 8:1

D-Junioren: FC Ebershausen - SG Kammeltal 0:1

F2-Juniorren: TSV Ziemetshausen – SG Kammeltal 0:7

F2-Junioren: SG Kammeltal – TSG Thannhausen 2:4

Spiele:

B-Junioren:

Montag, 23.06.25 – 18.30 Uhr (Sportplatz Ettenbeuren)

SG Kammeltal - SG Neuburg/Langenaslach

E-Junioren:

Freitag, 27.06.25 – 16.45 Uhr

SG Reisensburg-Leinheim – SG Kammeltal

F-Junioren:

Freitag, 27.06.25 – 16.00 Uhr (Sportplatz Ettenbeuren)

SG Kammeltal – Junge Adler Günzburg

Mittwoch, 25.06.25 – 18.00 Uhr (Sportplatz Ettenbeuren)

SG Kammeltal 2 – TSV Krumbach 3

Freitag, 27.06.25 – 17.00 Uhr

TSV Krumbach 3 – SG Kammeltal 2

Bereitschaftsdienste

Ärztlicher Bereitschaftsdienst **116 117**
Feuerwehr, Notarzt und Rettungsdienst **112**
Polizei **110**

Wasserversorgung

Ettenbeuren, Egenhofen, Unteres Kammeltal

Herr Merz 0172 5477283

Herr Huber..... 0174 9215152

Herr Bock01520 6131267

Wasserversorgung Oberes Kammeltal:

Herr Schmid..... 0172 7358553
 oder

ZVB Kammelgruppe..... 08283 2002

Wasserversorgung Unterrohr:

Stadt Ichenhausen 0171 4590243

Abwasser:

Herr Schneider..... 0152 09978129

Herr Holl..... 0151 15666135

Herr Eberle 0172 8302178

Entsorgung

Wertstoff Ettenbeuren

März-November Freitag 14:00 – 16:00 Uhr

Dezember-Februar Freitag 14:00 – 15:00 Uhr

Komposthof Blaschke, Burgau, Nußlacherhof

Öffnungszeiten: Dezember - Februar

Mittwoch geschlossen

Freitag.....14:00 - 16:00 Uhr

Samstag.....10:00 - 12:00 Uhr

Müllabfuhr/Sperrmüll08221/95456

Sommeröffnungszeiten ab März:

Mittwoch 14.00 bis 18.00 Uhr

Freitag..... 14.00 bis 17.00 Uhr

Samstag 9.00 bis 13.00 Uhr

Öffentliche Verkehrsmittel

Flexibus/Rufbus 08282/9902100

Fahrpläne www.vvm-online.de

Defekte Straßenbeleuchtung melden:

Straßenbeleuchtung 08223/4006-0

oder unter <https://sms.stoerung-melden.de>

Kirchliche Nachrichten

Pfarreiengemeinschaft Kammeltal

Zögern Sie nicht, sich bei Ihren Anliegen an das Katholische Pfarramt Mariä Himmelfahrt in Wettenhausen zu wenden. Sie erreichen uns unter der Telefonnummer 08223/2116 oder per E-Mail unter pg.kammeltal@bistum-augsburg.de.

In seelsorglichen oder priesterlichen Notfällen steht Ihnen **H.H. Pfarrer Johannes Reiber**, der Leiter der Pfarreiengemeinschaft Kammeltal, unter der Telefonnummer 08223/7469832 bereit.

Besuchen Sie gerne den Internetauftritt unserer Pfarreiengemeinschaft unter www.pg-kammeltal.de, wo Sie die Gottesdienstordnung sowie viele weitere Informationen finden.

Öffnungszeiten im Pfarrbüro:

Montag und Mittwoch geschlossen | Dienstag, Donnerstag und Freitag - jeweils von 08.00 Uhr bis 11.00 Uhr

Das Pfarrbüro ist geschlossen:

- Dienstag, den 01.07.2025 -

Pfarreiengemeinschaft Kammeltal

Gottesdienstordnung in der Woche vom 28.06.2025 bis 06.07.2025

Sa., 28.06.25 - Fest des Unbefleckten Herzen Mariens

Behl: 19.00 Hl. Amt - anschl. kurze Aussetzung mit **offizieller Herz-Jesu-Weihe**
HM für die Armen Seelen
Kollekte für den Heiligen Vater

So., 29.06.25 - Hl. Peter und Paul

Kollekte für den Heiligen Vater („Peterspfennig“)
Wett: 09.00 Festgottesdienst zum 150. Feuerwehrjubiläum im Innenhof des Klosters
Hart- 18.00 Patrozinium in Hartberg mit anschl. Fahrradsegnung und Umtrunk

berg:

Di., 01.07.25

Ried: 17.30 Rosenkranz
18.00 Hl. Messopfer
Ett: 19.00 Gebetskreis „Betendes Kammeltal“ findet statt

Mi., 02.07.25 - Mariä Heimsuchung

Wett: 17.00 Anbetung zum Tag der Ewigen Anbetung
17.30 Rosenkranz
18.00 Hl. Messopfer

Do., 03.07.25 - Priesterdonnerstag

Ett: 17.00 Beichtmöglichkeit
17.30 Rosenkranz
18.00 Hl. Messopfer
HM Berta und Paul Lippl, HM Katharina und Jakob Fischer, Johann Hofer und Richard Geiger
- 19.45 Heilige Stunde

Fr., 04.07.25 - Herz-Jesu-Freitag -

Hochfest des Hl. Ulrich (1. Diözesanpatron)
Krankenkommunion

Behl.: 17.00 Beichtmöglichkeit
17.30 Aussetzung und Andacht
18.00 Hochamt
Sa., 05.07.25 - Herz-Mariä-Sühnesamstag
Wett: 08.30 Beichte
09.00 Rosenkranz mit Betrachtung vor dem Gnadenbild
Ried: 14.00 Tauffeier von Rosalie Seitz
Behl: 19.00 Hl. Amt mit Aufnahme neuer Ministranten JM Josef und Anni Schneider mit Angehörigen, JM Walli König
So., 06.07.25
Ett: 08.30 Rosenkranz
09.00 Hochamt mit Aufnahme neuer Ministranten HM für die Lebenden und Verstorbenen der Pfarreiengemeinschaft, JM Edith, Markus und Anna Schweimeier, HM Stefan und Regina Saur und Angehörige
Wett: 08.30 Bittgang zum Kalvarienberg
10.00 Barmherzigkeitsrosenkranz
10.15 Feierliches Hochamt mit Kinderkirche und der Aufnahme neuer Ministranten JM Emanuel Mändle, HM Rudolf Kempfer, JM Anna und Anton Luible und Tochter Monika, HM Günther Miensopust und Berta Eichenhofer mit Angehörigen

Evangelische Kirchengemeinde

Das evangelische Pfarramt Ichenhausen ist auch zuständig für die evangelischen Religionsangehörigen der Gemeinde Kammeltal (außer Ortsteil Hammerstetten).

Sie erreichen Frau Pfarrerin Christa Auernhammer über das evang. Pfarramt in Ichenhausen, Günzburger Str. 64, Tel.: 08223-4638, Fax: 08223/409701, E-Mail: pfarramt.ichenhausen@elkb.de.

Gottesdienste in Ichenhausen finden sonntags um 09.00 Uhr in der Fachklinik und um 10.00 Uhr in der St. Peter & Paul Kirche statt.

Für die Evangelischen in Hammerstetten ist die Evangelisch-Lutherische Christuskirche in Burgau zuständig.

Sie erreichen das evang. Pfarramt in Burgau, Landrichter-von-Brück-Str. 2, Tel: 08222/2590; Fax: 08222/90227; E-Mail: pfarramt.burgau@elkb.de

Gottesdienste finden sonntags um 10 Uhr in der Christuskirche statt.

Über das Gemeindeleben informieren Sie das Gemeindeblättle, der Evangelische Gemeindebote und die Kirchlichen Nachrichten in der Günzburger Zeitung.

Evangelische Gottesdienstordnung Ichenhausen

Zeitraum:

Mittwoch, 25.06.2025 – Mittwoch, 02.07.2025

Mittwoch, 25.06.2025

18.30 Uhr Grillen mit der Jugendgruppe zum Abschluss der Konfizeit im Pfarrgarten/evangelisches Gemeindehaus (mit Pfarrerin Christa Auernhammer)

Samstag, 28.06.2025

Konfi 3 – Übernachtung im evangelischen Gemeindehaus (mit Pfarrerin Christa Auernhammer)

Sonntag, 29.06.2025

- 09.00 Uhr Gottesdienst in der m+i Fachklinik Ichenhausen (mit Pfarrerin Christa Auernhammer)
- 10.00 Uhr Gottesdienst mit Taufe in der St.-Peter-und-Paul-Kirche (mit Pfarrerin Christa Auernhammer)
- 11.15 Uhr Kindergottesdienst mit Konfi 3 in der St.-Peter-und-Paul-Kirche (mit Pfarrerin Christa Auernhammer), Thema: „Salzig“

Impressum

Amtsblatt**Gemeinde Kammeltal**

Erscheinungsweise: wöchentlich am Freitag

Verteilung: an alle erreichbaren Haushalte des Verbreitungsgebietes

Herausgeber und Verlag: Gemeinde Kammeltal, Burgauer Straße 12, 89358 Kammeltal, Telefon 08223 4006-0, buergerbuero@kammeltal.de

Druck: LINUS WITTICH Medien KG, Peter-Henlein-Straße 1, 91301 Forchheim, Tel.: 09191/7232-0; www.wittich.de

Verantwortlich für den amtlichen Teil: Der Erste Bürgermeister der Gemeinde Kammeltal, Thorsten Wick, Burgauer Straße 12, 89358 Kammeltal oder die jeweilige Vertretung im Amt.

für den Anzeigenteil: gemäß § 7 Abs.1 TMG: Geschäftsführer Christian Zenk in LINUS WITTICH Medien KG. Nach §§ 8 bis 10 TMG sind die LINUS WITTICH Medien als Diensteanbieter nicht verpflichtet, übermittelte oder gespeicherte fremde Informationen zu überwachen oder nach Umständen zu forschen, die auf eine Rechtswidrigkeit hinweisen.

Für Text- und Anzeigenveröffentlichungen sowie Fremdbeilagen gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen und die z.Zt. gültige Anzeigenpreisliste. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen.

Bei Nichtbelieferung ohne Verschulden des Verlages oder infolge höherer Gewalt, Unruhen, Störungen des Arbeitsfriedens bestehen keine Ansprüche gegen den Verlag.

Urheberrechtshinweise: Der Inhalt und das Layout dieser Webpräsentation sind urheberrechtlich geschützt. Nachdrucke und sonstige Verwendung jeglicher Art, auch auszugsweise, bedürfen der ausdrücklichen schriftlichen Genehmigung des Verlages.



LINUS WITTICH
Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.

Sonderaktion

**Bis 31. August 2025 erhalten
Sie 10 % Rabatt auf Stellenanzeigen**

**Inkl. 30 Tage Veröffentlichung
auf jobs-regional.de**

**Auch bei
Kombi-Schaltungen**

Ich bin gerne für Sie da

Dilek Voet

Ihre Gebietsverkaufsleiterin

Mobil: 0177 9159865

d.voet@wittich-forchheim.de • www.wittich.de
Anzeigenwerbung | Beilagenverteilung | Drucksachen

JOBS

IN IHRER REGION

jobs-regional.de

Ein Produkt der
LINUS WITTICH Medien Gruppe

Nettes Physio-Team sucht Verstärkung zum 01.09.2025

Rezeptionskraft

• **MFA** • **ZFA** • **Kaufmann, -frau**

jeweils (w/m/d) ca. 20 Std./Woche in einer
3-4-Tage-Woche. Bewerbungen bitte per E-Mail:
claudia.hammer@hdg-thannhausen.de



C. und M. Hammer

Ursberger Str. 2 · Thannhausen · www.hdg-thannhausen.de

Die Stadt Burgau sucht**Sachbearbeiter/-in (m/w/d)
in der Finanzverwaltung**

nächstmöglicher Zeitpunkt, unbefristet, Voll-/Teilzeit

- ◇ Die vollständige Stellenausschreibung finden Sie auf unserer Webseite unter www.burgau.de/karriere oder direkt über unseren **QR-Code**.
- ◇ Für Rückfragen stehen wir Ihnen sehr gerne unter den **Telefonnummern 08222 / 4006-36 oder der 08222 / 4006-20** zur Verfügung.
- ◇ Ihre Bewerbung senden Sie bitte bis **spätestens 16.07.2025** via E-Mail an rathaus@burgau.de (als PDF-Datei) oder per Post an untenstehende Adresse.

Adresse

Stadt Burgau
Gerichtsweg 8
89331 Burgau

Familienfreundlichkeit

Die Stadt Burgau lebt Familienfreundlichkeit und
ist Mitglied im Familienpakt Bayern:
www.familienpakt-bayern.de



Wir DRUCKEN Ihre Festwerbung zu Spitzenpreisen

Plakate DIN A2		Flyer DIN A6	
eins. Farbdruck, 100g BD Papier		beids. Farbdruck, 135g BD Papier	
10 Stück	18,35 €	100 Stück	16,08 €
25 Stück	28,68 €	500 Stück	16,61 €
50 Stück	47,83 €	1.000 Stück	20,33 €
100 Stück	55,66 €	2.500 Stück	31,09 €
250 Stück	69,41 €	5.000 Stück	43,48 €

Bauzaunbanner 340 cm x 173 cm

eins. Farbdruck, 270 g/m² Mesh-Plane (winddurchlässig), mit Ösen

1 Stück 56,31 € bei 5 Stück 46,45 €/Stück

Alle Preisangaben **INKLUSIVE** Versand und MwSt.
bei Onlinebestellung mit druckfähigen PDF-Daten. Tagesaktuelle Preise.

LW-FLYERDRUCK.DE

Peter-Henlein-Straße 1, 91301 Forchheim info@lw-flyerdruck.de 09191 72 32 88



Menschen sind individuell...

Unsere Pflege auch...



herzblut.care

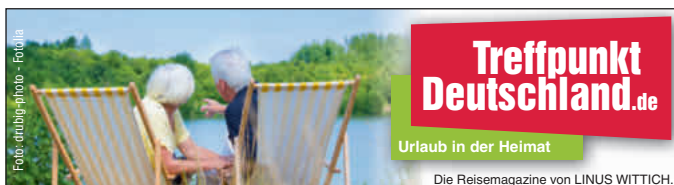
MOBILE PFLEGE AUS LEIDENSCHAFT

Burgauer Straße 3 • 89358 Kammeltal • Telefon 08223 - 7640024
Telefax 08223 - 7640023 • info@herzblut.care • www.herzblut.care



LW-FLYERDRUCK.DE

Ihre Onlinedruckerei von LINUS WITTICH Medien



Vorsicht, Betrüger am (Netz-)Werk!

Auch in „harmlosen“ Downloads und E-Mail-Anhängen können Gefahren lauern.

Wir wollen,
dass Sie
sicher leben.



Ihre Polizei

www.polizei-beratung.de

Herr Maik Julius Franz kauft Nachlässe

Tel.: 0 89 / 21 52 96 74

Möbel - Porzellan - Bleikristall - Zinn - Antiquitäten

Armband/Taschenuhren - 1+2 Weltkrieg Nachlässe

Trachten - Pelze - Abendmode - Handtaschen

Münzen - Gold/Silber/Modeschmuck - Zahngold

Kostenlose Hausbesuche auch in Ihrer Region

Deutscher Familienbetrieb seit 1997 - www.kunst-antik-franz.de

**TRAKTOR
EXPORT**

Ihr Rasentraktor oder Aufsitzmäher steht zum Verkauf?

Wir kaufen: ✓ Gebraucht, defekt, mit Motorschaden oder neuwertig

✓ Schnelle & faire Abwicklung

✓ Abholung nach verbindlicher Preiseinigung

Kontakt per Anruf oder WhatsApp: 0157 / 859 82 793

Mail: anfrage@traktor-export.de

Der Ferienpark am Plauer See.



FERIENPARK LENZ

URLAUB
ist Familienzeit

- im Herzen der Mecklenburgischen Seenplatte
- rund 30 traumhafte Ferienhäuser für 2 bis 12 Personen
- alle Unterkünfte sind hochwertig gestaltet und ausgestattet

HAUPTSAISON 2025

Entspannen Sie sich und genießen Sie ungeteilte Zeit mit der Familie. Buchen Sie jetzt und sichern sich Ihr Urlaubsdomizil am Plauer See!



www.ferienpark-lenz.de

Plauer Seeblick 43 | 17213 Malchow
Tel. 0152 08529030 | urlaub@ferienpark-lenz.de

KFZ-Sachverständigenbüro

Bernd Paulheim
KFZ-Sachverständiger

Josef-Saur-Weg 4
89358 Kammeltal / Egenhofen

Tel.: 0 82 23 / 408 49 16

Handy: 01 62 / 8 16 16 46

E-Mail: info@svb-paulheim.de

www.svb-paulheim.de



Die Erstberatung nach Ihrem Unfall ist selbstverständlich kostenfrei.

**Jede Woche
Fischverkauf**

Sommer-Öffnungszeiten
von 8.00 – 13.30 Uhr

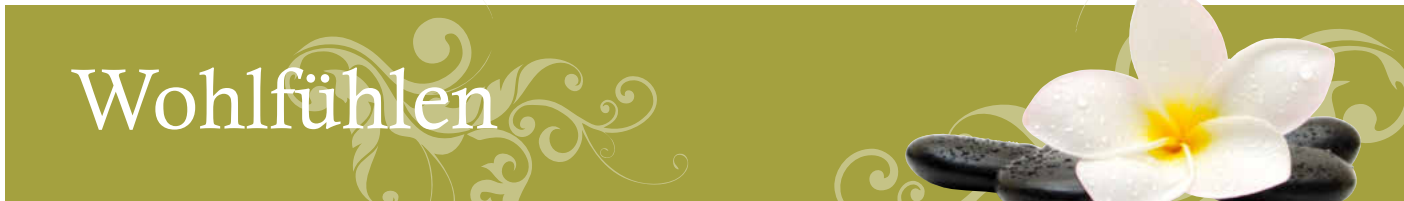
fila-fisch

**Jeden Donnerstag
beim V-Markt Ichenhausen**

Wir halten für Sie eine reichhaltige Auswahl an frischen See- und Süßwasserfischen bereit. Delikater Räucherfisch sowie unsere Feinkostsalate aus eigener Herstellung

Große Auswahl an belegten Fischbrötchen.

Fisch & Feinkost Carmen Lutz



Gelenkschmerzen? Nur nicht sauer werden

Basische Ernährung und gezielte Bewegung können Beschwerden lindern



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

- ANZEIGE - (DJD). Man wacht morgens auf und spürt es sofort: Die Hüfte schmerzt, es zieht im Knie – und das, obwohl keine Verletzung oder Überlastung vorliegt. Tagsüber wird es auch nicht viel besser, das Treppensteigen fällt schwer und Spaziergänge sind we-

nig vergnüglich. Die Suche nach einer Ursache bleibt oft erfolglos. Doch was, wenn der Grund gar nicht in den Gelenken selbst liegt? Ein möglicher Auslöser, den viele nicht auf dem Schirm haben, ist eine Übersäuerung des Körpers.

- Neben den klassischen Themen zur Bewältigung von Ängsten, Sorgen, Panikattacken, Verhaltensmuster, Traumen, Stressbewältigung, Familien, Partnerschafts-Beziehungsthemen usw. biete ich in meinen Räumen unter anderem das **BODY MIND HEALING SYSTEM** - Körperorientierte Energiearbeit an. EIN NEUER WEG DER SELBSTERKENNTNIS, SELBSTERFAHRUNG, ZU LERNEN UND SICH ZU ENTWICKELN.
- BEWEGE DEINEN KÖRPER – AUF EINE SANFTE ART UND WEISE
 - STÄRKE DEINEN KÖRPER – DURCH EINFACH ERLERNBARE ÜBUNGEN
 - RÜCKEN – FASZIEN – MUSKELN – SEHNEN – BÄNDER STÄRKEN...
 - RUHE UND GELASSENHEIT – DURCH ATMUNG UND ACHTSAMKEIT
 - ZUR MITTE KOMMEN – WISSEN ERLANGEN – EINS WERDEN

ALL DIES UND VIELES MEHR FINDEST DU AUF DEM NEUEN WEG ENTSTANDEN AUF DER BASIS DER ASIATISCHEN LEHREN WIE QI GONG TCM, URSPRUNGSLEHRE AUS DEM SHAOLIN KLOSTER, TIBET und vieles mehr.

Obwohl man oft trennt Körperthemen, geistige Themen usw. – so ist in diesem System alles miteinander vereint. Durch die jahrelange Erfahrung mit Klienten und meiner gelebten Lehre ist dies entstanden und gewachsen. Mein Wissen und meine Kenntnisse weiterzugeben ist meine Seelenbestimmung, dadurch hat sich meine Praxis weiterentwickelt und aus der Praxis ist das Heilzentrum und Schule des Lebens und Friedens Körper, Geist und Seele in Einklang bringen entstanden Ein Ort der gewachsen ist, an dem man sich geborgen und wohlfühlen kann. Ein Ort der einem die Möglichkeiten gibt für Einzelsitzungen, Aus- und Weiterbildungen, Seminare, Workshops, diverse Kurse, Meditationen, regelmäßiger Unterricht morgens und abends wahrzunehmen oder ein Ort der einem den Raum gibt sogar komplette Ausbildungen für sich und seinen eigenen Weg mitzunehmen.

Übersäuerung kann Schmerzen fördern

Das richtige Verhältnis von Säuren und Basen spielt eine zentrale Rolle für den Stoffwechsel.

„Ein aus dem Gleichgewicht geratener Säure-Basen-Haushalt kann unser gesamtes Befinden beeinträchtigen“, erklärt die Heilpraktikerin Anna Cnyrim. Hellhörig werde sie bei Patienten mit Muskel- und Gelenksbeschwerden ohne klare Ursache. Säuren entstehen als Nebenprodukte von Stoffwechselprozessen und müssen vom Körper ständig neutralisiert werden. Meist klappt das gut. Doch eine dauerhaft hohe Säurebelastung, etwa durch ungesunde Ernährung, kann problematisch sein. Mehr dazu auch unter www.basica.com.

Untersuchungen zeigen, dass ein Teil der überschüssigen Säuren im Bindegewebe gespeichert wird – worauf unsere Schmerzrezeptoren mit erhöhter Aktivität reagieren. Und das kann sich in schmerzenden Gelenken äußern.

Pflanzenbetonte Kost und Mineralstoffe

Um die Beschwerden zu bekämpfen, setzt man daher am besten an zwei Punkten an: mehr bewegen und nicht sauer werden. Doch „viele Menschen vermeiden körperliche Aktivität, gerade wenn die Beschwerden danach vermehrt

auftreten“, so Cnyrim. Ebenfalls wichtig und für Schmerzgeplagte oft einfacher umzusetzen: eine pflanzenbetonte Ernährung sowie eine Nahrungsergänzung mit basischen Mineralstoffen wie Basica Pur oder Basica Direkt aus der Apotheke. Diese unterstützen die Säure- Basen-Balance zusätzlich und können Gelenkschmerzen lindern. Dann fällt auch empfohlener Sport wie Walken, Schwimmen, Fitness oder Radfahren wieder leichter.

Ernährungstipps für mehr Balance

Um einen Säureüberschuss im Körper auszugleichen, ist eine basische Kost empfehlenswert. Entsprechende Lebensmittel sind beispielsweise:

- Getränke: Mineralwasser, Gemüsesäfte, Kräutertee, Kaffee, Espresso
- Obst: Bananen, Aprikosen, Kiwi, Schwarze Johannisbeeren, Zitronen
- Gemüse: Spinat, Fenchel, Grünkohl, Kohlrabi, Karotten, Sellerie
- Salat: Radicchio, Rucola, Sprossen, Blattsalat

Säurebildend sind hingegen Fleisch und Wurstwaren, Milchprodukte und Getreideprodukte – sie sollten daher weniger häufig konsumiert werden.



**tarewe's
Entspannungswelt**

Progressive Muskelrelaxation
Klangschalenmassage
Autogenes Training
Yoga für Kinder

Tanja Reckert-Weltle
Säulingstr. 6 | 89264 Weißenhorn
mobil 0152 - 28516550 | Tel. 07309 - 410302

**Neue Wege gehen - Energiearbeit.
Lösen von Blockaden jeglicher Art.**

Udo Bayer

Beratung
Coaching
Therapie

- › Körper – Bewegungsapparat
- › Geist – Gedankenblockaden
- › Seele – „Ihr wahres ICH“
- › Seelenanteile Rückführung
- › Bewusstseinsveränderung
- › Stress, Ängste, Traumen
- › Kraftlos, energielos, antriebslos
- › Botschaften aus der geistigen Welt (Ahnenthemen, Seelenverträge ...)

Alle beginnt bei, in und mit uns. Termine nach Vereinbarung

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

Seelen Wellness

Massagen & energetische Anwendungen

Transformationsmassagen | Quantenheilung | History Healing

Elisabeth Raßbichler | Gräfin-Euphemia-Str. 10 | 89264 Weißenborn
www.elra-wellness.de | Mobil 0174 9131231

Termine nach Vereinbarung!

Haus & Garten

Gesucht: Farben mit Charakter

Mit den Lieblingsfarben 2025 erhält jeder Raum eine besondere Atmosphäre



Foto: DJD/Brillux

- 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 finden. Wer sich nach Frühlingstimmung sehnt, wird etwa mit hellen Gelb-Grün-Tönen glücklich werden. „Duftendes Lindgrün ist eine sehr vitale und frische Früh-

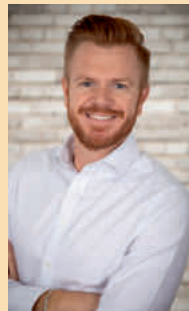
lingsfarbe, sie steht für Aufbruch, Mut und Wandel“, erklärt Brillux Innenarchitektin Tanja Knura. Die Farbe, die an Lindenblüten erinnert, lässt sich zudem vielfältig kombinieren, ob mit Weiß, Rosé, Bronze, dunklen Farben. Endloses Seidenblau heißt eine weitere der vier Brillux Lieblingsfarben für 2025: 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/ zuhause etwa gibt es mehr Informationen und Adressen von Malerfachbetrieben, die individuelle Wohnträume verwirklichen.

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!

HR FENSTERTECHNIK
FENSTER - TÜREN
WINTERGÄRTEN
WWW.HR-FENSTERTECHNIK.DE
89312 Günzburg • Tel. 08221 2785912
WIR SUCHEN MONTAGE-FACHPERSONAL!



Zimmer
Immobilien

Christina Zimmer

Ihre Immobilienmaklerin
aus der Region.

Tel. 07302 509 309 1

Infrarotheizungen

Die zukunftsichere 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

STEIMER
INFRAROTHEIZUNG & ENERGIE

Haus & Garten

Fliesen in offenen Wohnkonzepten

Flexibilität, Eleganz und Beständigkeit für grenzenlose Einrichtungsfreiheit



Foto: DJD/Deutsche-Fliese.de/Villeroy & Boch Fliesen

- 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 Wohnbe-

reiche 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.



Sie möchten sich wohlfühlen und entspannt arbeiten in Ihren Sicherheitsschuhen? Dann nichts wie rein zu uns!

Wir haben bestimmt etwas Passendes!

Heinrich-Sinz-Straße 10a | 89335 Ichenhausen
Telefon 0 82 23 / 46 62 | Besucht uns auf 

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



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

Haus & Garten

Wenn oben noch Luft ist

Mit einem Dachausbau zusätzlichen Wohnraum schaffen und den Gebäudewert steigern

- ANZEIGE - (DJD). In vielen Eigenheim schlummern noch ungenutzte Raumreserven. Ein Ausbau des Dachgeschosses bietet sich an, um benötigten zusätzlichen Wohnraum zu schaffen – und gleichzeitig mit einer Wärmedämmung die Energieeffizienz zu verbessern.

„Die Kombination aus Dachausbau und gleichzeitiger Dämmung ist besonders sinnvoll. Eigentümer profitieren zudem bei selbst genutztem Wohnraum weiterhin von attraktiven staatlichen Fördermöglichkeiten“, erläutert Ekkehard Fritz vom Dachsystemhersteller Bauder.

Neben der Kostenersparnis durch geringere Energiekosten sorgt eine wirksame Dämmung zudem für ein gesünderes und ausgeglicheneres Raumklima. Regionale Dachhandwerker können zu allen Möglichkeiten beraten, unter www.bauder.de etwa finden sich Ansprechpartner und weitere Tipps.



Foto: DJD/Paul Bauder/
www.michaelgallner.com

Dachfenster

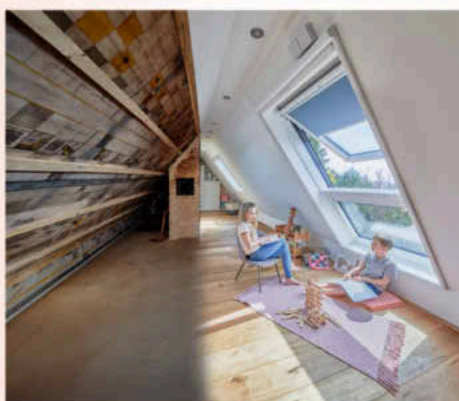
Mehr Licht, mehr Leben, mehr Zuhause

Ein Zuhause ist mehr als nur vier Wände – es ist ein Ort voller Licht, Luft und Leben. Dachfenster öffnen den Himmel über uns und schenken selbst dunklen Räumen Wärme, Weite und eine ganz neue Atmosphäre.

Mit jedem Sonnenstrahl, der durch ein Dachfenster fällt, wird das Zuhause heller, freundlicher und lebendiger. Frische Luft strömt herein und schafft ein Raumklima, in dem man aufatmen kann. Dank moderner Technik sind Dachfenster heute nicht nur schön, sondern auch energiesparend – gut für die Umwelt und für Ihr Wohlbefinden.

Ob als stilvolles Designelement oder als Fenster zu den Sternen – Dachfenster verleihen jedem Zuhause eine besondere Magie. Sie schaffen Lieblingsorte unterm Dach und steigern gleichzeitig den Wert Ihrer Immobilie.

Bringen Sie Licht, Luft und Lebensfreude in Ihr Zuhause – mit Dachfenstern, die den Unterschied machen.



Jetzt modernisieren

VELUX® - Dachfenster nach Ihren Vorstellungen

VELUX

#fleissigermax
zwischen Ulm und Augsburg

VELUX

LAGERVERKAUF

AUF DACHFENSTER & ROLLLÄDEN*

bis zu **-25%***
exkl. Montage

Fleißiger Max GmbH & Co. KG | Robert-Bosch-Str. 4c | 89331 Burgau
+49 8222 9659694 | info@fleissiger-max.de | www.fleissiger-max.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:

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

Fordern Sie ein Angebot und Materialmuster an.



Biergarten / Gastronomie



Die Leichtigkeit des Lebens feiern

Im Biergarten gelingt das Abschalten vom Alltagsstress besonders gut

- ANZEIGE - (DJD). In turbulenten Zeiten gibt es einen Platz, der für entspannte Ruhe, friedliche Geselligkeit und die Leichtigkeit des Lebens steht: der Biergarten. An lauen Sommerabenden bieten diese traditionellen Freiluftstätten mit ihrer gemütlichen Atmosphäre einen Rückzugsort vom Alltag, bei einem frisch gezapften Bier kann man mit Freundinnen und Freunden lachen und genießen. Es entsteht ein Gefühl der Verbundenheit, das in herausfordernden Zeiten besonders wertvoll ist.

Experte: Außengastronomie wird immer wichtiger

Nicht nur Biergärten, sondern Freiluftflächen allgemein gewinnen in der Gastronomie immer mehr an Bedeutung. „Ohne Außenbereich haben es Lokale mittlerweile grundsätzlich ziemlich schwer, Gäste erwarten heute einfach, dass sie auch draußen sitzen können“, erklärt Ulrich Biene von der Brauerei C. & A. Veltins. Und das nicht nur im Hochsommer: „Die Biergartensaison hat sich immer weiter nach vorne und hinten verschoben“, so Biene. Weil es immer mehr Außenflächen gebe, habe auch die Konkurrenz innerhalb der Outdoor-Gastronomie zugenommen, beobachtet der Experte: „Die Ansprüche der Gäste sind deutlich gestiegen, es reicht nicht mehr, einfach nur ein paar Plastikti-



Foto: DJD/Brauerei C. & A. Veltins

sche und -stühle vors Lokal zu stellen.“ Gefragt seien hochwertige, wetterfeste Möbel und Accessoires wie Schirme und Pergolen: „Entscheidend ist hier das stimmige Gesamtkonzept, etwa ein einheitliches Design von Tischen, Stühlen, Sonnenschirmen und Kissen.“ Manche Biergärten, so Biene, würden mittlerweile in den Abendstunden zur angesagten Open-Air-Disco für jüngere Leute. Genauso habe aber auch der traditionelle Biergarten, in dem sich alle Generationen ohne

Musikbeschallung unter schattigen Bäumen treffen, weiter seine Fans.

Erfahrungen aus der Praxis: Bewirtung draußen ist das ganze Jahr über gefragt und möglich

Gastronomiebetreiber bestätigen die Einschätzung von Ulrich Biene zur Bedeutung des Outdoor-Bereichs: In der Allgemeinen Hotel- und Gastronomie-Zeitung (ahgz) beispielsweise sagt ein Stuttgarter Wirt: „Das Terrassengeschäft ist für uns existenziell

und überlebensnotwendig. Ich bin überzeugt davon, dass heute ohne Außengastronomie kein rentables Wirtschaften mehr möglich ist.“ Seit der Corona-Pandemie, so der Stuttgarter Gastronom, hätten es die Menschen gelernt und regelrecht verinnerlicht, draußen an der frischen Luft zu sein und sich eben warm anzuziehen: „Die klassische Saison ist gewissermaßen aus der Mode gekommen und Bewirtung draußen das ganze Jahr über gefragt und auch möglich.“



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

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

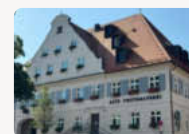
Mail: reservierung@hotel-posthalterei.de

Webseite: www.posthalterei.com

Instagram: [hotelalteposthalterei](https://www.instagram.com/hotelalteposthalterei)



BESUCHEN SIE UNS JETZT AUF UNSERER WEBSEITE



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

Biergarten / Gastronomie



Ein Bier mit Seele braucht den Menschen

Fachkräfte für Lebensmitteltechnik übernehmen in der Brauerei wichtige Aufgaben



- ANZEIGE - (DJD). Wer im Getränkemarkt einen Kasten Bier kauft oder in der Kneipe ein Pils bestellt, ahnt kaum etwas von dem anspruchsvollen Abfüllprozess, in dem die zahlreichen Produkte – vom erfrischenden Bier bis hin zur spritzigen Fassbrause – in unterschiedliche Gebinde abgefüllt werden. Eine Ausbildung im Brauereiwesen – beispielsweise zur Fachkraft für Lebensmitteltechnik – vereint handwerkliches Geschick mit modernster Abfülltechnik, sie vermittelt Wissen über die Herstellung von Bier und die strengen Qualitätsstandards.

hungsweise die Fachoberschulreife erforderlich.

Vielfältige Aufgaben erfordern Lernbereitschaft und Verlässlichkeit

„Fachkräfte für Lebensmitteltechnik sind beispielsweise für die Bedienung, das Umrüsten und das Überwachen von Geräten, Maschinen und Anlagen zuständig, aber auch für die Pflege und Wartung“, erläutert Peter Peschmann. Zudem gehe es darum, Prozessabläufe zu steuern und zu kontrollieren, Fertigungs- und Qualitätskontrollen zu koordinieren, die Produktion, die Qualität und die gelieferten Waren zu überprüfen sowie sicherzustellen, dass die Hygienebestimmungen eingehalten werden. „Bewerberinnen und Bewerber sollten gutes technisches und mathematisches Verständnis mitbringen, logisches Denkvermögen, eine Vorliebe für Mechanik sowie Neugierde, Lernbereitschaft und Verlässlichkeit“, so Peschmann.

„Auch modernste Maschinen können den Menschen nie ersetzen“

In der Brauerei C. & A. Veltins etwa werden in nur einer Minute mehr als 1.000 Flaschen Pilsener abgefüllt. Dazu kommen weitere Produkte und Gebinde wie die Fassbrause oder das naturtrübe Landbier Grevensteiner Original. „Auch wenn wir mit modernster Maschinentekologie arbeiten, können diese niemals den Menschen ersetzen. Ganz im Gegenteil: Wir brauchen qualifizierte Fachkräfte, die die hochkomplexen Prozesse, Maschinen und Anlagen bedienen und instand halten“, erklärt Peter Peschmann, technischer Geschäftsführer der Brauerei. Mit einer Ausbildung zur Fachkraft für Lebensmitteltechnik kann man sich zu einer solchen Spezialistin und einem solchen Spezialisten qualifizieren, mehr Infos gibt es unter www.veltins.de. Die Ausbildung dauert drei Jahre, als Schulabschluss sind der Hauptschulabschluss bezie-

Auszubildende: Arbeit ist abwechslungsreich und vielfältig

Die Ausbildung zur Fachkraft für Lebensmitteltechnik sei täglich unterschiedlich, je nach abzufüllendem Produkt, berichtet Auszubildende Milli Stübbecke: „Man durchläuft verschiedene Abteilungen, im Labor etwa ist es spannend zu sehen, wie genau die Qualitätskontrollen dort analysiert werden.“ Die Arbeit sei alles andere als monoton, sondern abwechslungsreich und vielfältig, betont die angehende Fachkraft für Lebensmitteltechnik.



Fotos: DJD/Brauerei C. & A. Veltins

So schmeckt
der Sommer

WEISSENHORN · ATTENHOFEN
Neumaiers Hirsch
Gasthof · Hotel · Events



Herzlich
Willkommen

in unserem
Kastanienbiergarten!

Bayrisch-schwäbische Gerichte aus
unserem gemütlichen Gasthof und die
beliebten Biere der Brauerei Meckatzer!

- Kastanienbiergarten
- Festsaal und Tagungsräume
- Uriger Bräustadel für Familienfeiern und Gruppenevents
- Spätzle-, Maultaschen-, Pizza- und Pastaseminare für gesellige Runden und als Tagungshighlight
- Kostenlose Parkplätze und E-Bike-Ladestation!

Neumaiers Hirsch, Römerstr. 31, 89264 Weißenhorn-Attenhofen

Tel: 07309 / 42 97 - 0; info@neumaiers-landhotel.de

www.neumaiers-landhotel.de



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

Wohlfühlen



Pflegepausen einfacher gemacht

Der neue gemeinsame Jahresbetrag vereint Kurzzeit- und Verhinderungspflege

- ANZEIGE - (DJD). Die meisten pflegebedürftigen Menschen in Deutschland werden von Angehörigen betreut. Doch auch diese werden mal krank, haben Termine oder brauchen einfach Urlaub. Bisher waren für diese Fälle zwei unterschiedliche Leistungen der Pflegeversicherung vorgesehen: Die Kurzzeitpflege in einer stationären Pflegeeinrichtung und die Verhinderungspflege (Ersatzpflege) im häuslichen Umfeld. „Für die beiden Varianten gab es unterschiedlich hohe Zahlungen und Leistungszeiträume, verschiedene Voraussetzungen, und sie waren nur begrenzt aufeinander übertragbar“, erläutert Frank Herold von der compass Pflegeberatung. „Ab dem 1. Juli 2025 werden sie zum neuen Gemeinsamen Jahresbetrag zusammengefasst. Das macht für Betroffene vieles einfacher.“



Foto: DJD/compass private pflegeberatung

So sieht die neue Leistung aus
Konkret stehen dann allen Pflegebedürftigen mit Pflegegrad 2 bis 5 pro Kalenderjahr 3.539 Euro zur Verfügung, die sie ganz flexibel für Verhinderungspflege oder Kurzzeitpflege einsetzen können – Informationen dazu gibt es auch unter www.pflegeberatung.de. „Um die Zusammenlegung problemlos zu ermöglichen, werden die Voraussetzungen für die

Verhinderungspflege denen der Kurzzeitpflege angeglichen. Das bedeutet, Verhinderungspflege kann jetzt ebenfalls für bis zu acht Wochen statt wie bisher für sechs

Wochen im Jahr genutzt werden – auch das hälftige Pflegegeld wird entsprechend länger weitergezahlt. Zusätzlich entfällt die Vorpflegezeit von sechs Monaten, sodass direkt nach Erteilung eines Pflegegrads Verhinderungspflege möglich ist“, erklärt der Experte. Bestehen bleibt allerdings die Regelung, dass es für Ersatzpflege durch nahe Verwandte oder Mitbewohner geringere Leistungen gibt: maximal in Höhe des Pflegegelds, aber nun für acht statt sechs Wochen.

Deshalb sind Übergangsregelungen vorgesehen. Fragen dazu lassen sich gut in einer Pflegeberatung klären, etwa bei der kostenfreien Service-Nummer von compass unter 0800 - 101 88 00. Privat Versicherte können auch Beratung per Videogespräch oder im eigenen Zuhause erhalten. „Zum Glück sind die Regelungen aber recht praktisch gestaltet“, so Herold. „Es wird einfach geschaut, welche Beträge bis zum 30. Juni schon verbraucht wurden, und diese werden dann auf den neuen Gemeinsamen Jahresbetrag angerechnet. Auf das ganze Jahr betrachtet, hat man also den vollen Anspruch. Bei der Verhinderungspflege bedeutet das, dass zum ersten Juli gegebenenfalls neue Ansprüche aufleben können.“

Diese Übergangsregelungen gelten

Ungewöhnlich bei der Neuregelung ist, dass sie in der Jahresmitte stattfindet, denn die Ansprüche auf Verhinderungs- und Kurzzeitpflege gelten normalerweise für ein Kalenderjahr.

Diakonie

Sozialstation Leipheim e.V.

Tagespflege / ambulanter Dienst

Hinterer Gasse 10 · 89340 Leipheim

Tel. 08221/71504 · Fax 08221/27927 · E-Mail: diaksozleipheim@t-online.de

Sie suchen Entlastung bei der Pflege?



Dann testen Sie unverbindlich die Tagespflege der Sozialstation Leipheim mit einem Probetag!
1 Tag inkl. Transfer, Verpflegung und pflegegerechte Betreuung **25,- €**



Sankt Andreas ⁺
p f l e g e h i l f e

MEIN ZUHAUSE BLEIBT UNERSETZBAR

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)

Berater Martin Kitzinger · Telefon 08291 / 16205

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

Wohlfühlen



Bewegung führt zu Wohlbefinden

Wellbeing Compass: Erste europäische Studie zum Wohlbefinden im Alltag und Beruf

- ANZEIGE - (DJD). Wie geht es Europas Angestellten – körperlich, mental und sozial? Dieser Frage geht die neue Studie von Urban Sports Club im „Wellbeing Compass“ auf den Grund. Eine zentrale Erkenntnis: Wer sich regelmäßig bewegt, fühlt sich nicht nur fitter, sondern auch mental ausgeglichener und zufriedener mit dem Leben. Doch in vielen deutschen Unternehmen fehlt es noch an entsprechenden Angeboten.

Wohlbefinden ist mehr als nur Fitness

Für die repräsentative Studie wurden über 5.000 Menschen im Alter zwischen 18 und 55 Jahren aus Deutschland, Frankreich, Spanien, Portugal und den Niederlanden befragt. Im Fokus standen sieben Bereiche des Wohlbefindens – von der körperlichen und mentalen Gesundheit über soziale und finanzielle Aspekte bis hin zu ökologischen und spirituellen Werten. Die Studie zeigt: Wer regelmäßig mindestens zwei- bis dreimal aktiv Sport macht, schätzt sein allgemeines Wohlbefinden deutlich höher ein. In Deutschland ist dieser Effekt mit einem Plus von 0,7 Punkten auf einer Skala von 0 bis 10 messbar. Unter wellbeingcompass.urbansportsclub.com kann man die Studienergebnisse genauer einsehen.

Gutes für Körper und Kopf

Der Report verdeutlicht auch, dass Wellbeing und Sport untrennbar miteinander verbunden sind. Bewegung wirke wie ein natürlicher Stresskiller, sagen rund 50 Prozent der befragten Menschen. Ein

Drittel nutzt Sport, um Struktur in den Alltag zu bringen oder um gesunde Routinen aufzubauen. Besonders in Zeiten von hoher Arbeitsbelastung, gesellschaftlichen Krisen oder wirtschaftlicher Unsicherheit suchen viele Menschen nach mentalem und körperlichen Ausgleich. „Bewegung ist für uns weit mehr als nur Fitness – sie ist die treibende Kraft für körperliche Gesundheit, mentale Stärke und ein erfülltes Leben. Bei Urban Sports Club ist sie das Herzstück einer modernen Wellbeing-Kultur“, sagt Sandra Strauß, Chief Human Resources Officer bei Urban Sports Club.

Was Unternehmen jetzt tun können

Die Studie zeigt auch, dass sich europäische Beschäftigte von ihren Arbeitgebern mehr Unterstützung beim Thema Wohlbefinden wünschen. 88 Prozent der Befragten erwarten, dass Unternehmen aktiv zur Gesundheit und zum guten Gefühl ihrer Mitarbeitenden beitragen – sei es durch gesundheitsfördernde Arbeitsbedingungen oder durch Sport- und Wellnessangebote. In Deutschland zeigt sich dabei Nachholbedarf: Nur 24 Prozent der Unternehmen bieten derzeit Zugang zu Fitnessstudios oder Sportangeboten an. Dabei würden mehr als die Hälfte aller Arbeitnehmer solche Angebote gern nutzen. Hier gibt es also noch Verbesserungspotenzial, denn Unternehmen könnten mit relativ geringem Aufwand einen messbaren Beitrag zur Lebensqualität und Mitarbeitendenbindung leisten.

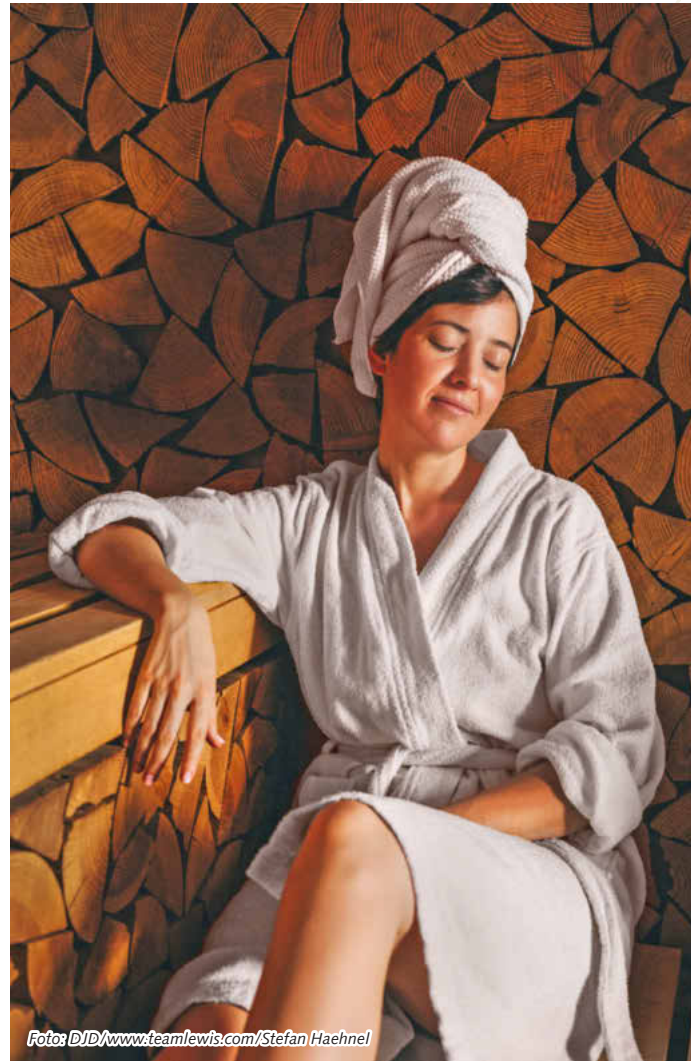


Foto: DJD/www.teamlewis.com/Stefan Haehnel

Ihre Masseurin in Kammeltal-Hammerstetten

*Erleben Sie die heilende Kraft meiner medizinischen
Massage und genießen Sie mehr Lebensqualität*

Ich biete Ihnen eine gezielt auf Ihre Bedürfnisse
angepasste Behandlung wie z. B. Manuelle Therapie,
Lymphdrainage, Schmerztherapie

Vereinbaren Sie noch heute einen Termin und gönnen
Sie sich eine Auszeit

Privatrezepte sind möglich

Physikalische Praxis Elke Flesche
Stubenweiher Weg 6 · 89358 Kammeltal-Hammerstetten
Telefon 08222 5120

RIKE  SINTERN
HEILPRAKTIKERIN

**Akupunktur & Kräuter nach TCM/ Osteobalance
Termine nach Vereinbarung**

Praxis 1: Maximilianstr. 75 / 86150 Augsburg
Praxis 2: Haldenweg 7 / 86465 Welden

Tel. (AB): 08293 - 95 18 604 • Mobil: 0173 - 91 69 486
praxis@rikesintern.de • www.rikesintern.de

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.



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

Für kräftiges Haar und starke Nägel

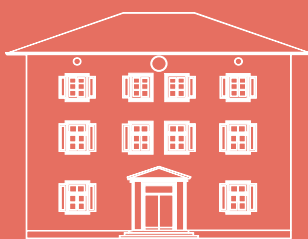
Auch Haare und Nägel sind ein Spiegel unserer Gesundheit. Biotin, häufig als das „Schönheitsvitamin“ bezeichnet, unterstützt

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 sicherzustellen und so ein gesundes Erscheinungsbild unterstützen. Information dazu finden sich zum Beispiel unter www.nahrungsergaenzungsmittel.org.

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.

Beautyfreundliches Verhalten

Neben der Ernährung spielen auch alltägliche Gewohnheiten eine



Yoga für Alle

Einstieg jederzeit möglich
Offene Yogastunden

Probestunde kostenlos

Stefan Bantleon Yoga
Herzog-Georg-Straße 11
89264 Weißenhorn
www.yoga-bahnhof.de
info@yoga-bahnhof.de

YOGA AM BAHNHOF



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 Stoffwechselskur - 1 kg in der Woche!

Schmerztherapie in Verbindung mit Akkupunktur

Einfach anrufen und informieren.



Gesund werden, gesund bleiben, gesund schlafen, erholt aufwachen

Als Baubiologe und geprüfter Geopathologe aus dem Landkreis helfe ich Ihnen dabei, sich kostengünstig und wirkungsvoll vor 5G, Elektrosmog und Erdstrahlen zu schützen
Die Strahlenbelastung wird immer größer, sie kann Schlaf und Gesundheit beeinträchtigen
Roland Kopper - Tel. 0172 953 7540
polyskopie.de - info@polyskopie.de

Wohlfühlen



Sitzen, tippen, Schmerzen

Von Verspannungen bis Karpaltunnelsyndrom – das hilft gegen Bürobeschwerden

- ANZEIGE - (DJD). Stundenlanges Sitzen mit Blick auf den Bildschirm, nur die Hände fliegen über die Tastatur oder klicken mit der Maus: Büroarbeit ist selbst an einem ergonomischen Arbeitsplatz belastend für den Körper. Denn dieser ist definitiv nicht dafür bestimmt: „Evolutionstechnisch gesehen ist der Bewegungsapparat für das Laufen, Jagen und Sammeln gemacht und nicht, um täglich für viele Stunden in der gleichen Haltung zu bleiben. Daher ist es eigentlich logisch, dass immer mehr Beschwerden durch die lange und einseitige Körperhaltung beim Sitzen im Büro entstehen“, erklärt der Sportwissenschaftler und Physiotherapeut Dr. Joachim Merk. „Zu Schmerzen kommt es dann besonders durch Muskelverspannungen im unteren Rücken oder im Schulter-Nackengebiet. Aber auch das Karpaltunnelsyndrom und Schmerzen an den Händen kommen häufig vor.“

Vorbeugen und lindern

Manche dieser Bürokrankheiten haben schon eigene, umgangssprachliche Namen bekommen, wie „KoNaSchu“ für gleichzeitige Kopf-, Schulter und Nackenschmerzen oder der berühmte Mausarm, der durch eine Überlastung der Muskeln, Sehnen und Bänder in Hand und Arm entstehen kann. Zur Vorbeugung empfiehlt der Experte, den Oberkörper immer wieder in Bewegung zu bringen und zwischendurch aufzurichten, im Stehen zu telefonieren oder zum Kollegen hinzugehen, statt eine Mail zu schreiben. Wer viel mit der Maus arbeitet, solle regelmäßig die Hände lockern – weitere Tipps und Übungen gibt es unter www.doc-gegen-schmerzen.de. „Auch bei akuten Schmerzen kann Bewegung helfen: dehnen, strecken, betroffene Stellen ein wenig massieren“, so Merk. Wenn das kurzfristig nichts bringt,

seien Schmerzmittel eine Möglichkeit: „Gerade bei Schmerzen im Rücken, Nacken oder im Arm wirken Mittel gut, die direkt auf die betroffenen Stellen aufgetragen werden, wie doc Ibuprofen Schmerzgel aus der Apotheke. Das wirkt lokal und gezielt da, wo es nötig ist. Sind Beschwerden dauerhaft, sollte man diese aber ärztlich abklären lassen.“

Ausgleich in der Freizeit schaffen

Der Sportwissenschaftler rät außerdem dazu, auch abseits des Büro-Schreibtisches für Bewegung und körperlichen Ausgleich zu sorgen, beispielsweise durch Sport, Spaziergänge, Yoga oder Krafttraining im Fitness-Studio. „Es gibt auch Rückenkurse, die häufig von den Krankenkassen bezuschusst werden. Sollte das nicht ausreichen, ist Physiotherapie sinnvoll. Hier können aktuelle Probleme gezielt behandelt und gelindert werden, und es gibt sinnvolle, individuelle Tipps und Übungen zur Vorbeugung.“



Foto: DJD/doc Ibuprofen Schmerzgel/ Getty Images/fizkes



Foto: DJD/doc Ibuprofen Schmerzgel/ Getty Images/Inside Creative House

Wie Hermann H. seine Rückenschmerzen loswurde

Hermann H. kam im September 2017 mit Krücken und extremen Schmerzen im Lendenwirbelbereich zu mir in die Praxis. Er erzählte mir, dass er diese bereits seit 30 Jahren hat, seit einem Bandscheibenvorfall. Er könne nicht mehr arbeiten und sei am Rande der Verzweiflung da er die Schmerzen kaum aushalten kann und ihm nichts hilft. Dazu, dass er sich überall sehr verspannt fühle und sich viele Sorgen mache.

Dieser Behandlungstermin sei seine letzte Hoffnung. Doch vor seinem Termin überkam ihn Zweifel. Um ein Haar hätte er seinen Behandlungstermin wieder abgesagt – er hatte ja bereits alles versucht aber nichts konnte ihm bisher helfen. Seine Frau bestärkte ihn jedoch, den Termin bei mir wahrzunehmen.

Ich betrachtete seinen Rücken und sah, dass seine ganze Haltung schief war. Anschließend begleitete ich ihn mit meiner empfindungsfokussierten Methode in einen angenehmen Entspannungszustand auf meiner Behandlungsliege. Nach 45 Minuten bat ich ihn aufzustehen um ihn nochmals betrachten zu können. Das Bild hatte sich stark verändert – seine Haltung war nun gerade und aufrecht. Erstaunt und ungläubig ging er ohne Krücken auf und ab und rief: „Die Schmerzen sind weg!“ Die Ursache für seine Rückenschmerzen war für mich klar: Seine verspannte Muskulatur brachte sein Becken mit dem Kreuzbein in eine schiefe Lage. Seine Wirbelsäule saß deshalb nicht richtig auf dem Kreuzbein auf. Dies war die Schmerzursache. Bis heute ist Hermann H. schmerzfrei und handwerklich tätig.



Heilpraxis
MICHAEL AIGNER



Rückenschmerzen · Kopfschmerzen
Nackenschmerzen · Gelenkschmerzen
Verspannungen · Panikattacken ...?

Entspannt schmerzfrei werden

☎ 07309 - 928 58 30

Praxis für wirkungsvolle Schmerztherapie
Köhlerstraße 28 · 89264 Weißenhorn
www.heilpraxis-aigner.de

Schöne Beine
für Augsburg!

Krampfadern entfernen ohne OP
mittels Kochsalzlösung

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

Mobil und sicher in die Urlaubszeit



Ein Reiseklima zum Aufatmen

Mit einem neuen Innenraumfilter für frische pollenfreie Luft im Auto sorgen



Foto: DJD/Robert Bosch

- 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

hintern 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.

Innenraumfilter regelmäßig wechseln – mindestens einmal jährlich

Innenraumfilter nehmen feine Partikel aus der Umgebungsluft auf, bevor sie ins Wageninnere gelan-

gen. 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-Expertin 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.boschcarservice.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 gesünderen und angenehmeren Fahrklima bei.

G+H caravanning

WOHNMOBILE - VERKAUF - VERMIETUNG

Jetzt Termin vereinbaren, die neuen Modelle warten schon!

UNSERE MARKEN WEINBERG VANTOURER ROBETA



VERMIETUNG, VERKAUF & SERVICE VOM PROFI!

G+H GmbH

Rudolf-Diesel-Str. 3 • 89264 Weißenhorn

Tel. 07309-927888-18

www.gh-caravanning.de



gleich neben G+H GmbH Premio Reifen und Autoservice

ELEKTRO-FAHRZEUGE und KICK-SCOOTER

Verkauf und Werkstatt-Service vor Ort, Probe fahren und testen!



BGM.-LANDMANN-PLATZ 9 89312 GÜNZBURG T. 0160-97590635
WWW.E-DYNAMIK-THOMAS.DE KONTAKT@E-DYNAMIK-THOMAS.DE

Mobil und sicher in die Urlaubszeit



Einmal Sonne tanken, bitte

Ein Carport mit Solardach liefert umweltfreundliche Energie für die Wallbox

- ANZEIGE - (DJD). Wenn es um das Aufladen geht, sind sich Eigentümer von Elektroautos weitestgehend einig. Mit rund 79 Prozent versorgt eine klare Mehrheit ihren Stromer bevorzugt zu Hause mit frischer Energie. Das hat laut Statista eine Umfrage aus dem Jahr 2023 im deutschsprachigen Raum ergeben. Die Gründe für diese Präferenz liegen auf der Hand: Auf dem eigenen Grundstück lässt sich das E-Auto flexibel, beispielsweise über Nacht und in der Regel auch deutlich preisgünstiger als an öffentlichen Stationen aufladen. Noch kostensparender geht das mit selbst erzeugtem Solarstrom, den zum Beispiel ein Solardach auf dem Carport frei Haus liefern kann.

Umweltfreundliche Mobilität mit Solarstrom

Für eine positive Ökobilanz ist es ohnehin empfehlenswert, Elektroautos mit Strom aus erneuerbaren Energiequellen zu betreiben. Ein Carport mit Solardach verbindet dabei gleich mehrere Vorteile miteinander. Es dient nicht nur als wettersicherer Parkplatz, sondern liefert zugleich regenerativen Strom, der sich direkt im Haushalt nutzen oder auch mit einem Batteriespeicher für später puffern lässt. Auf diese Weise geht das nächtliche Aufladen des Stromers mit selbst erzeugter Energie besonders sauber, einfach und preisgünstig vonstatten. Dazu bieten Hersteller wie die Solarterrassen & Carportwerk

GmbH nicht nur hochwertige Solarglas-Module aus deutscher Fertigung, sondern liefern auch gleich die Carport-Konstruktion und auf Wunsch die Wallbox für das E-Auto als Systemlösung dazu. Der schicke Stellplatz lässt sich dabei maßgeschneidert für jedes Grundstück planen, eine solide Holz- oder Aluminiumkonstruktion sorgt für eine lange Lebensdauer und einen wetterfesten Unterschlupf für das E-Auto.

Mit eigener Energie unabhängiger werden

Der selbst erzeugte Strom ist nicht nur gut für die Umwelt, sondern senkt gleichzeitig dauerhaft die eigenen Energiekosten. So kann beispielsweise ein Carport mit Solardach jährlich bis zu 150 kWh Energie pro Quadratmeter Dachfläche erzeugen. Dabei gilt die Faustformel: Umso mehr die Bewohner davon selbst verbrauchen, desto schneller amortisiert sich die Investition. Unter [www.solarcar](http://www.solarcarporte.de)

porte.de finden sich ausführliche Informationen dazu sowie ein Online-Konfigurator für eine erste unverbindliche Planung. Ein eigenes Ökokraftwerk spart bares Geld und trägt außerdem dazu bei, dass sich die Eigentümer unabhängiger von der öffentlichen Stromversorgung und der zukünftigen Preisentwicklung machen. Das Solarcarport ist nur eine attraktive Möglichkeit dazu, derselbe Hersteller bietet ebenso Solarsysteme für Terrassendächer, Balkonverkleidungen oder Zäune.



Fotos: DJD/www.solarcarporte.de



Urlaub? aber sicher!





jetzt kostenfrei Katalog bestellen!
08291/1267

oder online buchen
reisen.ludwig-tours.de

Ludwig Tours GmbH & Co.KG, Holderweg 6, 86441 Zusmarshausen

AUTOHAUS GLINK GMBH

Denken Sie bitte an den Urlaubscheck an Ihrem Fahrzeug!
Wir sorgen dafür, dass Sie anschließend unbeschwert in den Urlaub fahren können.



Pommernstraße 1
89331 Burgau
Tel. 0 82 22-96 69-0
Fax 0 82 22-96 69-20
E-Mail: info@glink.de
www.glink.de

Mobil und sicher in die Urlaubszeit



TÜV-Report 2025: Mängelquoten, Sieger und Verlierer

Fahrzeuge in Hessen schneiden besser ab als im Bundesdurchschnitt

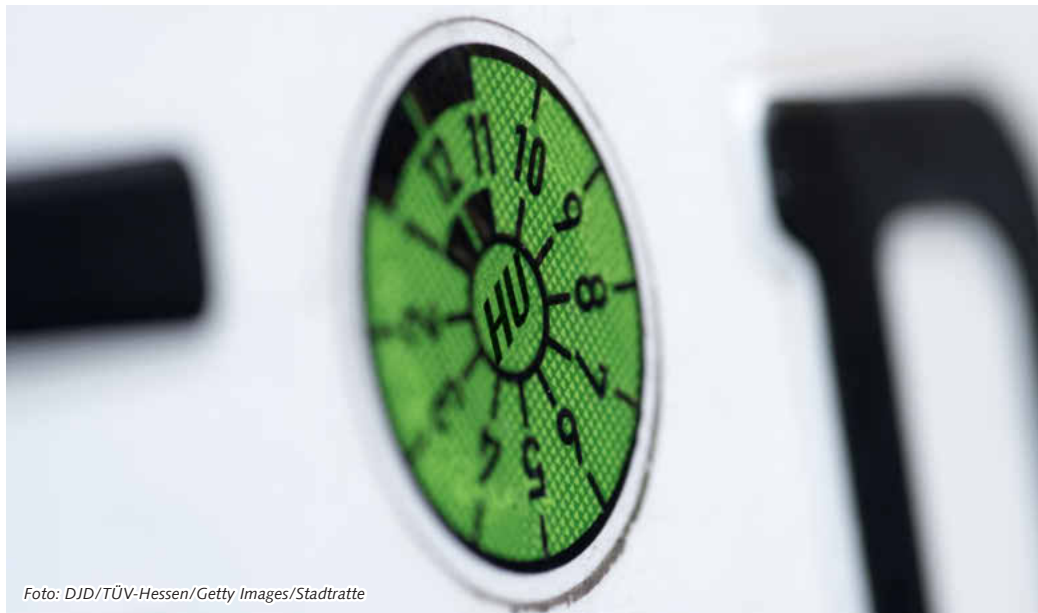


Foto: DJD/TÜV-Hessen/Getty Images/Stadtrat

„In Hessen sehen die Zahlen erfreulicherweise besser aus als im Bundesdurchschnitt“, sagt Uwe Herrmann, Leiter der technischen Prüfstelle für den Kfz-Verkehr bei TÜV Hessen. „Hier waren 71,2 Prozent der KFZ ohne Mängel, nur bei 17,2 Prozent wurden erhebliche oder gefährliche Mängel gefunden.“ Bei den geringen Mängeln lag das Land im Bundeschnitt, nicht mehr fahrtauglich waren 0,03 Prozent.

Honda, VW und Audi vorn

Spannend gerade für Gebrauchtwagenkäufer ist auch die Bewertung der verschiedenen Typen. Dabei richtet sich das Ranking nach dem Anteil der Fahrzeuge mit erheblichen Mängeln (EM) – je niedriger, desto besser. Den Gesamtsieg bei den 2-3-jährigen Fahrzeugen holte sich 2025 der Honda Jazz (2,4 Prozent), gefolgt vom VW Golf Sportsvan (2,5 Prozent) und dem Audi Q2 (2,6 Prozent). Am anderen Ende der Skala lagen als Mängelrenner ihrer Fahrzeugklasse etwa der Ford S-Max (11,3 Prozent), der Skoda Scala (11,8 Prozent) und das Tesla Model 3 (14,2 Prozent).

VW siegt bei den E-Autos

Das Tesla Model 3 lag auch beim Vergleich der E-Autos im Test mit der höchsten EM-Quote an letzter Stelle. „Bei gleichzeitig sehr hoher Kundenzufriedenheit könnte das unter anderem daran liegen, dass Tesla zur Garantierhaltung keine jährliche Inspektion vorschreibt und die Wagen oft nach drei Jahren bei der HU das erste Mal gecheckt werden“, so Herrmann. Den Spitzenplatz bei den Stromern sicherte sich der VW e-Golf mit einer EM-Quote von 3,4 Prozent, Zweiter wurde der Hyundai Kona Elektro (4,0 Prozent), Dritter der Mini Cooper SE (4,4 Prozent). Auch zwei weitere VW-Modelle, der ID.3 sowie der ID4/ID5 schnitten mit Platz 4 und 5 gut ab.

- ANZEIGE - (DJD). Wie fit sind Deutschlands Autos? Welche Modelle fallen bei der Hauptuntersuchung (HU) besonders häufig durch, und welche landen mit den wenigsten Mängeln auf dem Siebertreppchen? Diese Fragen beantwortet der aktuelle TÜV-Report 2025, für den die Ergebnisse aus mehr als 10 Millionen Hauptun-

tersuchungen von insgesamt 228 Typen zusammengefasst wurden.

Mängelquote leicht gestiegen

Insgesamt setzt sich der Trend der letzten Jahre mit einer ansteigenden Anzahl mangelbehafteter Fahrzeuge fort. So blieben nur 67,9 Prozent der Autos ohne Mängel, während 2022 noch 72,9 Prozent glatt durch

die Prüfung fuhren. Erhebliche oder gefährliche Mängel zeigten dieses Jahr 20,6 Prozent der Fahrzeuge (2022: 17,9 Prozent). 11,5 Prozent wiesen geringe Mängel auf, fünf von zehntausend Autos wurden als verkehrsunsicher sofort stillgelegt.



Der neue Nissan Qashqai.
Der ultimative Crossover.

Autohaus Siegner KG • www.autohaus-siegner.de
Hochwanger Str. 4 • 89359 Kötz-Ebersbach

TÜV NORD

UTZT
KFZ-SACHVERSTÄNDIGE
Ingenieurbüro für Fahrzeugtechnik

89312 Günzburg 89331 Burgau
Bahnhofstraße 11 An der Römerstraße 20
Tel. (08221) 20760 Tel. (08222) 966 880

www.utz.de

Autoklinik
Lack & Karosserie Doktor

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

Peter-Henlein-Straße 15
89312 Günzburg
www.autoklinik-gz.de
info@autoklinik-gz.de
Tel.: 08221 9637295
Mo.-Fr. 08:30 - 17:00 Uhr

Lebensmittel in der Region



Lebensmittelsicherheit im Haushalt

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

- ANZEIGE - (DJD). Kunden und Kundinnen haben die berechtigte 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 Grad zu lagern – mehr Tipps zum Thema gibt es unter www.q-s.de. Ein erheblicher Anteil von 40 Prozent hat die Kühl-

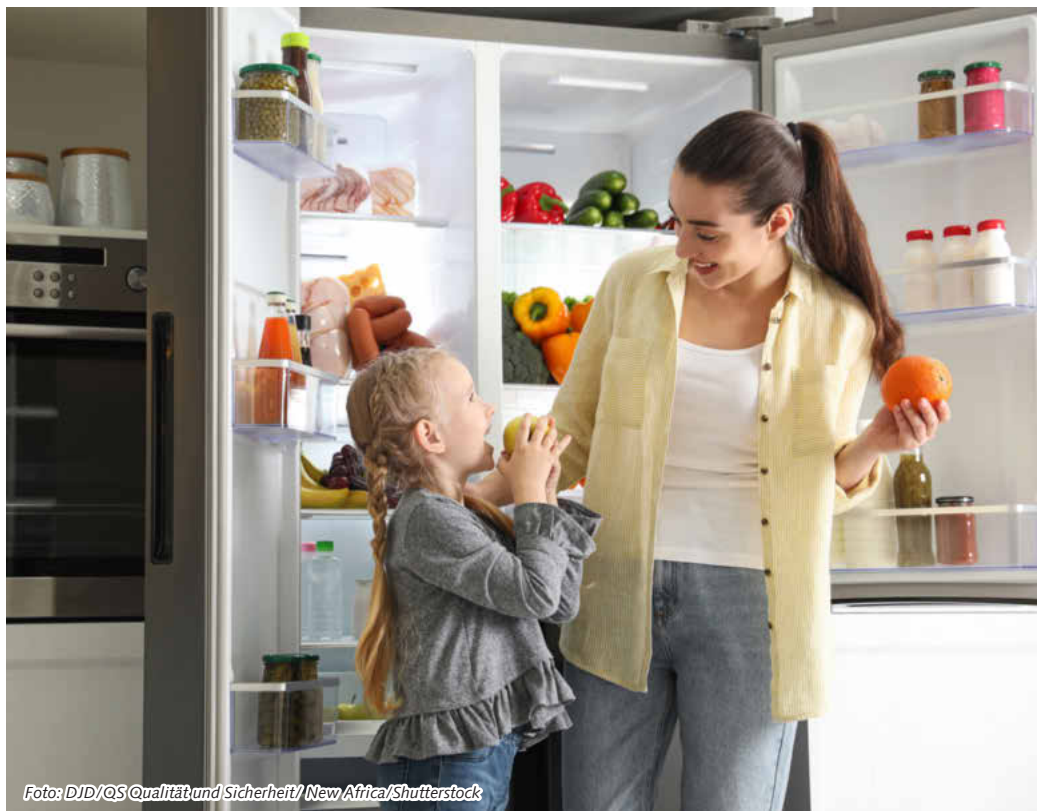


Foto: DJD/QS Qualität und Sicherheit/ NewAfrica/Shutterstock

kette allerdings selten oder nie im Blick. Vorbildlich ist dagegen der Umgang mit Resten von gekochten Mahlzeiten: 90 Prozent 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 Energiever-

brauch 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.

SEIT 1849

Platzmetzger

KÜHLE

SALAMI GUT, ALLES GUT!!!

Feinste Kreationen vom SALAMI-PROFI.

Weißenhorn, Blaustein und auf den regionalen Märkten www.platzmetzger.de

FANGFRISCH
Vollmann-Schippers Hofladen

Wer weiter denkt, kauft näher ein!

Forellen und Lachsforellen
(auch als Filet erhältlich)

Räucherfische

Wechselndes Angebot an Fischspezialitäten
Auf Vorbestellung: Grillfertige Forellen in Alufolie

Geöffnet:
freitags 9 - 12 und 14 - 17 Uhr,
samstags 9 - 12 Uhr
und nach tel. Vereinbarung.

Mindelaltheim, Tel.: 08222-2554

JUBILÄUMS-DORFPLATZFEST

28. - 29.06.2025

Die Freiwillige
Feuerwehr
Wettenhausen
lädt Sie ganz
herzlich ein!



SAMSTAG - 28.06. STIMMUNGSABEND

18:00 Uhr - Festauftakt mit „Böhmisch & Mehr“

21:00 Uhr - Stimmungsabend mit der Partyband „d'Hallodris“

SONNTAG - 29.06. FESTAKT

09:00 Uhr - Festgottesdienst im Klosterhof, anschließend
Festumzug zum Festzelt vor dem Feuerwehrhaus

11:00 Uhr - Fröhschoppen im Festzelt mit anschließendem
Mittagstisch, musikalische Unterhaltung durch
den Musikverein Wettenhausen

17:00 Uhr - Festausklang



www.feuerwehr-wettenhausen.de