

## Kunst entdecken

Ausstellung in Bernried mit  
Spaziergang **Seite 2**



## Engagierte Bürger

Festakt mit Auszeichnungen im  
Kulturhaus Bosco **Seite 3**

## Kulturfestival

Gräfelfing feiert vom 25.  
bis zum 28. Juli **Seite 8**

GESUND, FRISCH  
UND LECKER!

Ihre Ernährung für jeden Tag.



haidls naturkost  
markt Bio mit Herz und Verstand

Hauptstraße 22, 82343 Pöcking  
Telefon: 08157 7148  
Internet: www.haidl-naturkost.de

Öffnungszeiten  
Mo – Fr 8:30 – 19:00 Uhr  
Sa 8:30 – 14:00 Uhr



# Verstehen und handeln

## LMU-Klimakoffer für Schulen vorgestellt

LANDKREIS (job) · Obwohl es in der Geschichte unseres 4,6 Milliarden Jahre alten Planeten immer wieder zu Klimaschwankungen kam, steht fest, dass der Mensch Hauptverursacher der aktuellen Erderwärmung ist.

Entscheidend für ein gesellschaftliches Umdenken ist das Verständnis für die Ursachen und Folgen des aktuellen Klimawandels, aber auch für die Chancen, die sich uns heute noch bieten. Mit dem LMU-Klimakoffer können Hintergründe und Folgen des Klimawandels für Schülerinnen  
*Fortsetzung auf Seite 4*



Sie stellten den LMU-Klimakoffer vor (von links): Thorsten Glauber, Ingo Krüger (Bayerische Sparkassenstiftung), Kultusministerin Anna Stolz, Matthias Dießl (Präsident des Sparkassenverbandes Bayern), Dr. Cecilia Scorza-Lesch und Prof. Harald Lesch.  
*Foto: STMUK*

## Kennen Sie den Wert Ihrer Immobilie?

Schnelle & seriöse Immobilienbewertung!

- Verkauf
- Bewertung
- Verrentung
- Finanzierung

☎ 089 21 96 41 09

info@AkuRat.net  
www.AkuRat.net

„Wir leben  
Immobilien!“



München | Herrsching | Germering | Landsberg | Murnau FSV



Sein Einsatz ist  
unbezahlbar.  
Deshalb braucht  
er Ihre Spende.



www.seentretter.de



AOK

## Lauf dich fit

Hol dir jetzt kostenfrei deine AOK-Laufsocken für dein persönliches Outdoor-Erlebnis.

Einfach QR-Code scannen.

Infos & Tipps rund um das Thema Laufen unter:  
aok.de/pk/magazin/tag/lauftraining/

Gesundheit nehmen wir persönlich.  
AOK Bayern. Die Gesundheitskasse.

Der Gute Ofen  
in Inning

SOMMER-  
URLAUB

vom 15. August  
bis einschließlich  
9. September 2024

HITZIG!

Di. bis Fr. 10 – 18 Uhr  
Samstag 10 – 14 Uhr

Münchener Straße 5 · 82266 Inning  
Tel. 08143/992-1706 · www.derguteofen.de



Taschentücher  
gibt's im  
Supermarkt.  
Blut nicht.



SPENDE  
BLUT  
BEIM ROTEN KREUZ

Termine und Infos 08 00 11 949 11  
oder www.DRK.de



Reformhaus

# Beauty-Tag

Am Freitag, den 2. August, erhalten  
Sie ab dem Kauf von 3 Kosmetik-Artikeln  
15% Rabatt auf Ihren Kosmetik-Einkauf.\*

# 15%

\* Gilt nicht für reduzierte Ware und ist nicht kombinierbar mit  
anderen Rabattaktionen.

## REFORMHAUS MAYR

Bahnhofstr. 35 · 82152 Planegg  
Römerstr. 43 A · 82205 Gilching  
Bäckerstr. 4 · 81241 Pasing



## KultCafe

Anna u. Marcin Dybowski seit 2007

### Programm:

- Fr. 26.07.24 **Fever**  
Acoustic Rock
- Di. 30.07.24 **Noisepollution Rock Revue**  
Acoustic Rock
- Do. 01.08.24 **Eamonn McCormack mit Band**  
Blues Rock from Irland

Beginn jeweils 19:00 Uhr

Bitte um Reservierung 08105/7989707

Am Bahnhof 3 · 82205 Gilching · www.kult.cafe

## Tage voller Kunst

Bernried lädt wieder zur Ausstellung mit Spaziergang ein

**BERNRIED AM STARNBERGER SEE (red)** · Was ergibt Kunst und Flanieren? Richtig: die Bernrieder Kunstausstellung. Bereits zum 48. Mal lädt die Gemeinde am Starnberger See vom 28. Juli bis 15. August dazu ein. Die Veranstaltung nimmt stetig an Größe, Fankreis und Medienresonanz zu, daher zieht sie Kunstinteressierte weit über den Landkreis hinaus an. In diesem Jahr werden Gemälde, Skulpturen und Lichtinstallationen von Stammkünstlern sowie Gastkünstlern von Bayern bis Norddeutschland wieder an vier Ausstellungsorten gezeigt.



»Das Mädchen mit der goldenen Haube« lautet der Titel dieses Werks der Gastkünstlerin Ina Kolschovsky. F: Kolschovsky

Und das sind die vier Ausstellungsorte des Kunstevents: Der Sommerkeller (Dorfstr. 26), ein historischer Raum, mit mehr als 800 Quadratmetern Ausstellungsfläche im alten Ortskern von Bernried bietet Raum und Flair für großformatige Kunstwerke. Er ist vom Dorfplatz aus erreichbar.

Ideal für kleinere Werke, besonders auf und aus Papier ist die Torbogenhalle im Klosterhof (Klosterhof 8). Ebenfalls ausgestellt wird im Salettl des Gasthofes Drei Rosen (Dorfstr. 11). Hier feierte schon 1923 der Maler Olaf Gulbransson den Polterabend

mit seiner dritten Frau Dagny. Das Buchheim Museum (Am Hirschgarten 1) beteiligt sich seit acht Jahren an der Bernrieder Kunstausstellung und stellt in diesem Jahr den Vortragssaal und das große Foyer zur Verfügung.

### Eröffnung mit Frühschoppen

Die Bernrieder Kunstausstellung wird traditionell mit dem »Eröffnungsfrühschoppen« und der Rede vom ersten Bürgermeister Dr. Georg Malterer und der Ausstellungsleiterin Ingrid Klemm-Beyer im Klosterhof eröffnet.

Die Vernissage ist am Sonntag, 28. Juli, und beginnt um 11.30 Uhr. Ein Buffet der Künstler und Bernrieder Helfer sorgt für das leibliche Wohl, während die Bernrieder Blaskapelle den feierlichen Rahmen gibt. Ab 16 Uhr kann die Ausstellung auch offiziell im Buchheim Museum besucht werden.

Der »Bernrieder Kunstspaziergang«, der im Jahr 2021 als Ersatz für die Kunstausstellung ins Leben gerufen wurde, bleibt weiterhin als Ergänzung der Ausstellung bestehen. Zahlreiche Kunstbanner an den Fassaden vieler Bernrieder Häuser sowie Skulpturen am Sommerkeller und im Bereich des alten Rathauses begleiten die Besucher auf ihrem Weg zu den Ausstellungsorten, zum Bahnhof und zum Segelhafen. Die Bernrieder Künstler bieten dieses Jahr zudem ein abwechslungsreiches Workshop-Programm. Hier kann man sich unter Anleitung ausstellender Künstler ausprobieren und im Zeichnen, Aquarell- oder Pastell Malen oder sogar in der Hinterglasmalerei erste Versuche wagen. Alle Infos und Anmelde-möglichkeiten finden sich unter [www.bernrieder-kunstausstellung.de](http://www.bernrieder-kunstausstellung.de).

Der Eintritt zur Ausstellung ist kostenfrei (Ausnahme Buchheim Museum). Die Öffnungszeiten sind samstags, sonntags und feiertags von 10 bis 19 Uhr, werktags von 14 bis 19 Uhr. Das Buchheim Museum ist montags geschlossen.



»Frau im Widerstand«: Sonja Keppler präsentiert ihre einzigartigen Widerstandsobjekte, Skulpturen und Helme, die mit Widerständen und Kondensatoren bestückt sind. Foto: Keppler

## DAS 5-SEEN WETTER

5-Seen  
Wochen  
Anzeiger

Mi. 24.7.	Do. 25.7.	Fr. 26.7.	Sa. 27.7.	So. 28.7.
wolkig	leicht bewölkt	wolkig	leicht bewölkt	leicht bewölkt
22° 16°	23° 14°	25° 16°	29° 17°	28° 18°

## Impressum

**Parsberg Echo, Gilching Parsberg Echo, Herrsching Parsberg Echo, Germering Wochenblatt Würmtal**  
Lilienthalstraße 1, 82205 Gilching  
Telefon 081 05/38 44 44  
Telefax 081 05/38 44 55

**Starnberger Anzeiger**  
Telefon 081 51/99 98 88  
Telefax 081 51/99 98 77

**Echo Weilheim/Peißenberg**  
Telefon 0881/92 45 45-0  
Telefax 0881/92 45 45-11

**Verlag:** Wochenanzeiger Medien GmbH  
Moosacher Straße 56 – 58, 80809 München

**Geschäftsführung:** Roland Binder, Herbert Bergmaier

**Anzeigenleitung:** verantwortlich Michael Rath

**Anzeigenabteilung:** Telefon 081 05/38 44 44  
Telefax: 081 05/38 44 55

**Internet:** [www.5-seen-wochenanzeiger.de](http://www.5-seen-wochenanzeiger.de)

**Email:** [info@5-seen-wochenanzeiger.de](mailto:info@5-seen-wochenanzeiger.de)

**Vertriebsleitung:**  
Jürgen Werner, Frank Oschmann,  
Telefon 089/5465 51 37  
E-Mail: [vertrieb@crossmedia-vertelung.de](mailto:vertrieb@crossmedia-vertelung.de)

**Chefredakteur:** Johannes Beetz (job)

**Redaktion:**  
Susanne Hauck (ha), Ulrike Seiffert (us),  
Sarah Steiner (sv), Patrizia Steipe (pst).

**E-mail-Adresse:**  
[redaktion@parsbergecho.de](mailto:redaktion@parsbergecho.de)

Für unverlangt eingesandte Text- und Bildbeiträge keine Gewähr. Dem Verlag steht ausdrücklich die Nutzung in weiteren Medien, insbesondere die Veröffentlichung im Internet zu. Nachdruck nur mit Erlaubnis des Verlags.

**Satz:** CreAktiv komma München GmbH  
Moosacher Straße 56 – 58, 80809 München

**Druck:** Druck- und Pressehaus  
Naumann GmbH & Co. KG  
Gutenbergstraße 1, 63571 Gelnhausen

Es gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen in der aktuellen Fassung, die Sie im Internet unter [www.5-seen-wochenanzeiger.de/agb](http://www.5-seen-wochenanzeiger.de/agb) einsehen können.

Zurzeit ist die Preisliste Nr. 80 vom 1.1.2024 gültig.

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis „bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.

Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal [www.werbung-im-Briefkasten.de](http://www.werbung-im-Briefkasten.de)



Mitglied im Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter e.V.

Regelmäßige Auflagenkontrolle der Anzeigenblätter durch BDZV/BVDA



**BVDA**

Bundesverband kostenloser Wochenzeitungen

Ausgezeichnet mit

**DURCHBLICK PREIS BVDA**

2015: Sonderpreis für den Beitrag „Lokal einkaufen“  
2017: 1. Platz in der Kategorie **Leser- und Verbrauchernähe**  
2018: 2. Platz in der Kategorie **Leser- und Verbrauchernähe**  
2019: 1. Platz in der Kategorie **Leser- und Verbrauchernähe**  
2020: 1. Platz in der Kategorie **Leser- und Verbrauchernähe**  
2021: 2. Platz in der Kategorie **Leser- und Verbrauchernähe**  
2021: 3. Platz in der Kategorie „Corona-Mitmacher“  
2023: 3. Platz in der Kategorie **Leser- und Verbrauchernähe**

Stiftung Lesen

2017 **Dietrich-Oppenberg-Medienpreis** für Journalisten



2016 **Münchner Sozialcourage Medienpreis**

Zur Herstellung dieser Ausgabe wird Recycling-Papier verwendet

# Gautinger Festabend

## Ehrenbürgerwürde an Brigitte Servatius



Bei einem Festakt vergab die Gemeinde Gauting die Ehrenbürgerwürde an Brigitte Servatius, die Bürgermedaille an Heinz Rauhoff sowie den Klinge-Preis an Matthias Hellwig und die Burschenschaft Unterbrunn. Foto: Ch.Jans

GAUTING (us) · Mit einem großen Festakt feierte die Gemeinde Gauting mehrere Auszeichnungen. Zum einen erhielt Altbürgermeisterin Brigitte Servatius die Ehrenbürgerwürde der Gemeinde Gauting und Heinz Rauhoff die Bürgermedaille. Gleichzeitig feierte Gauting seine Günther-Klinge-Preisträger des Jahres 2023. »Wertschätzung misst sich nicht an Förderungen durch die Gemeinde, sondern wird deutlich durch Sichtbarmachung des vielseitigen Engagements«, sagte Bürgermeisterin Brigitte Kössinger in ihrer Begrüßungsrede. Kulturelle und soziale Engagements seien von hohem Wert in Gauting und könne nicht genug gewürdigt werden. Kössinger verwies zugleich aber auch wiederholt auf die schwierige finanzielle Lage der Gemeinde und die damit einhergehende Notwendigkeit von Sparmaßnahmen.

Die Ehrung verdienter Bürger sei deshalb besonders wichtig, die exemplarisch auch für »zahlreiche andere Menschen stehen, die sich tagtäglich im Stillen für uns alle und für unsere Gemeinde einsetzen«, so Kössinger weiter. Im Falle der Ehrenbürgerwürde an Altbürgermeisterin Brigitte Servatius wurde nun die langjährige Rathauschefin ausgezeichnet. Der Gautinger Architekt Andreas Romero hob in seiner Laudation die kulturellen und sozialen Pro-

jekte von Servatius hervor. Diese dankte nicht nur für die Ehre, die ihr der aktuelle Gemeinderat und ihrer Amtsnachfolgerin Kössinger erwiesen, sondern auch bei den vielen engagierten Bürgern und Mitarbeitern im Rathaus.

### Der Gemeinschaft verschrieben

Mit der Gautinger Bürgermedaille wurde Heinz Rauhoff bedacht, der viele Jahre sowohl als Schulweghelfer als auch als ehrenamtlicher Bürgerbusfahrer tätig war. Mit Eintritt in den Ruhestand habe sich Rauhoff ganz dem Einsatz für seine Mitmenschen verschrieben und stehe bis heute jeden Morgen ab 7.15 Uhr sowie mittags vor der Grundschule in Gauting und Sorge für die Sicherheit der Kinder, so Laudator Ekke-

hard Knobloch. Über den Lohn für diesen Einsatz ließ Heinz Rauhoff in seiner Dankesrede keinen Zweifel. Er sei dankbar für die tiefe Zufriedenheit, die ihm sein Einsatz bringe.

Ebenfalls an diesem Abend verlieh Bürgermeisterin Kössinger den bereits 2023 zugesprochenen Günther-Klinge-Preis an Matthias Hellwig und die Burschenschaft Unterbrunn. Der mit insgesamt 3.000 Euro dotierte Preis wird seit 1980 verliehen und ehrt Kunstschaffende aus Theater, Literatur, Film, Malerei, Musik und gestaltende Kunst, die in Gauting zu Hause sind und sich neben und mit ihrer Kunst in der Gemeinde engagieren. Der erste Preis ging an den Leiter des Fünf-Seen-Filmfestivals Matthias Hellwig.

Die zweiten Günther-Klinge-Preis-Träger 2023 füllten

dann die gesamte Bühne: Die Burschenschaft Unterbrunn war mit fast voller Burschenstärke von etwa 30 Mann vor Ort, um ihren »in Verdienst um Brauchtum, Heimatpflege sowie als Darsteller gelebter Kultur im Würmtal«, so Laudator Florian Schleifer, wohlverdienten Preis entgegenzunehmen. Schleifer lobte die Unterbrunner Faschingsumzüge mit viel Humor. Doch auch die wichtige und ernsthafte Funktion des von der Burschenschaft gepflegten Brauchtums hob er hervor.

### Traditionen geben Halt

»Traditionen geben uns in stürmischen Zeiten wie ein Anker Halt«, sagte er. Die weit über Gauting hinaus für ihre Maibaumcoups bekannten Burschen erhielten nicht wie die anderen Preisträger Wein, sondern zwei noch leere Bierfässer sowie einen Gutschein für die Befüllung überreicht. Rund 250 Zuschauer verfolgten den Festabend im Bosco. Die unterschiedlichen Ehrungen und geehrte Persönlichkeiten sorgten für ein abwechslungsreiches Fest. Für die musikalische Begleitung sorgten Maxi Pongratz und Matthias Meichelböck als »Kofelgschroa«, die mit ihrer Liederauswahl genau die richtige Mischung aus Tradition und Moderne trafen und somit die verschiedenen Ehrungen gelungen begleiteten.



V.l. Bürgermeisterin Brigitte Kössinger, Altbürgermeisterin und nun auch Ehrenbürgerin Brigitte Servatius sowie Heinz Rauhoff als neuer Bürgermedaillenträger beim Festabend. Foto: Ch.Jans

## KIMrei

**NEUERÖFFNUNG**  
im GWG KIM in Krailling  
Justus-von-Liebig-Ring 2

Der Wirt Fritz Kappelmaier freut sich auf Ihren Besuch im neuen, schönen Holzblockhaus

**Öffnungszeiten:**  
Fr., Sa., So. ab 13 Uhr

Telefon: 0171 / 436 87 41

## Sprechstunde für Angehörige in der Würmtal-Insel

PLANEGG (sv) · Am 8. August bietet die Caritas Fachstelle für pflegende Angehörige in der Würmtal-Insel Plengg (Pasinger Str. 13) eine Sprechstunde für Menschen aus den Gemeinden Gräfelfing, Neuried, Krailling und Planegg an. Terminvereinbarung bei Josefine Sostak unter Tel. 0 89/8 2992 00.

[www.oswald-bikes.de](http://www.oswald-bikes.de)

## QUALITÄTS-MUSTERKÜCHEN

im Preis bis zu **70%** reduziert, sofort lieferbar u. ergänzungsfähig.

Fa. Kuchenstube Eckl,  
Tel. 081 71/41 08 21



## Begonien-Ampel

verschiedene Farben  
30 cm-Topf

**14,95 €**

gültig vom  
vom 25.07. – 31.07.2024



Aktuelle Öffnungszeiten:  
Mo. – Fr. 8 – 18 Uhr  
Sa. 8 – 16 Uhr

**Gärtnerei FISCHER**

Hanfelder Straße 73  
82319 Starnberg  
Telefon 081 51/130 56

## Raus aus der Sucht

Blaues Kreuz lädt zur Sprechstunde ein

**PLANEGG (red)** · Die Beratungsstelle des Blaues Kreuz-Zentrums München bietet alle zwei Wochen (immer in den ungeraden Kalenderwochen) eine Sprechstunde in der Würmtal-Insel (Pasinger Str. 13) an. Hier gibt es Informationen zu allen Fragen rund um Alkohol-, Medikamenten-, Drogen- und Glücksspielproblematik oder Medienabhängigkeit. Eine Fachkraft berät und klärt Interessierte, Betroffene und Angehörige über problematischen Konsum und gefähr-

dendes Verhalten auf, ebenso über Unterstützungs- und Therapiemöglichkeiten. Die Gespräche finden in geschütztem Rahmen statt und unterliegen selbstverständlich der Schweigepflicht. Telefonische oder virtuelle Beratungen sind auch möglich. Die nächste Sprechstunde ist am Montag, 29. Juli, von 9 bis 12 Uhr. Eine Terminvereinbarung ist notwendig unter Tel. 089/66 59 35 60 oder per E-Mail an [suchtberatung.ottobrunn@blaues-kreuz.de](mailto:suchtberatung.ottobrunn@blaues-kreuz.de).

## Meister tanken Kraft

Der FC Bayern stoppt in Gilching



Die Ü40-Spieler des FC Bayern machen gerne Halt bei Serafino Gegaj und seiner Pizzeria Tirol. Foto: Pizzeria Tirol

**GILCHING (red)** · Vor kurzem hieß es wieder einmal ran für die Ü40-Spieler des FC Bayern München. Unter dem Motto »Kicken für Kinder« waren die mehrmaligen Münchner, Bayerischen, Süddeutschen und zuletzt 2024 auch Deutschen Meister auf dem Weg nach Aich, um dort für ein Benefizspiel aufzulaufen. Zuvor tankten die Betreuer und Aktiven in der Pizzeria Tirol in Gilching Kraft. Inhaber Serafino Gegaj freut sich immer wieder, wenn die Kicker aus der Landeshauptstadt in seinem Ristorante Halt machen.

**Ihre Familie Gegaj seit über 20 Jahren für Sie da:**

<p><b>Party- und Bankettservice</b> Brucker Straße 14 82205 Gilching Tel. 08105/22826 <a href="http://restaurant-tirol.de">restaurant-tirol.de</a></p>	<p><b>Ristorante – Pizzeria – Trattoria</b> Zur Bergwiese 27 82152 Planegg Tel. 089/89545999 <a href="http://da-serafino.net">da-serafino.net</a></p>	<p><b>Party- &amp; Bankettservice Gräfelting</b> Hubert-Reißner-Str. 42 82166 Gräfelting Tel. 089/853807 <a href="http://bella-theranda.de">bella-theranda.de</a></p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Mittagsmenü: Mo. bis Fr. von 11.00 bis 14.00 Uhr (außer feiertags)  
Speisen und Getränke auch zum Mitnehmen!

**Täglich von 11–14 Uhr: günstige Mittags-Angebote!**

## Verstehen und handeln

LMU-Klimakoffer für Schulen vorgestellt

Fortsetzung von der Titelseite

und Schüler experimentell erfahrbar gemacht werden. Dieser Klimakoffer wird von der Caritas-Werkstatt München-Dachau produziert und wird in den nächsten Schuljahren an allen weiterführenden Schulen im Freistaat zur Verfügung stehen.

Mit relativ einfachen Aufbauten können mit dem Klimakoffer von der Absorption von Wärmestrahlung durch CO<sub>2</sub> über den Albedo-Effekt bis hin zur Versauerung der Meere verschiedene naturwissenschaftliche Zusammenhänge in Schülerexperimenten untersucht werden. Kultusministerin Anna Stolz, Umweltminister Thorsten Glauber, Dr. Cecilia Scorza-Lesch (die Astrophysikerin ist die Initiatorin des Klimakoffers) und Prof. Harald Lesch stellten zusammen mit Matthias Dießl (Präsident des Sparkassenverbandes Bayern) und Schülern den Klimakoffer vor.

### »Grundlagen vermitteln«

»Klimaschutz ist das Megathema unserer Zeit – gerade auch angesichts der verheerenden Überschwemmungen bei uns im Freistaat vor wenigen Wochen. Uns allen muss klar sein: Wir sind alle vom Klimawandel direkt oder indirekt betroffen und genau deshalb geht Klimaschutz auch uns alle etwas an!« Das betonte Kultusministerin Anna Stolz bei der Vorstellung des LMU-Klimakoffers. »Der LMU-Klimakoffer ist dazu ein her-



Die Schüler zeigten, wie der Treibhauseffekt für immer mehr Erwärmung sorgt. Foto: job

vorragendes Tool, um den Kindern und Jugendlichen die naturwissenschaftlichen Grundlagen des Klimawandels zu vermitteln und sie zu befähigen, aktiv zum Klimaschutz beizutragen. Ich danke allen Beteiligten herzlich für ihr großartiges Engagement und ihre Initiative!«

### »Zusammenhänge begreifen«

»Wir wollen unser Klima konsequent schützen«, bekräftigte Umweltminister Thorsten Glauber. »Dazu brauchen wir Wissen über die komplexen Zusammenhänge des Klimawandels. Solches Wissen steckt in unserem Klimakoffer. Dort sind Materialien zusammengestellt, mit denen die Schülerinnen und Schüler Experimente machen können.« Der Klimawandel sei längst in Bayern zu spüren, so

Glauber. Um ihm zu begegnen, gebe der Freistaat 400 Millionen Euro im Jahr für Anpassungen aus. Es sei wichtig, den Klimawandel zu verstehen – und entsprechend zu handeln. Matthias Dießl, Präsident des Sparkassenverbandes Bayern, fügte hinzu: »Die Bayerische Sparkassenstiftung hat es sich zur Aufgabe gemacht, den Klimakoffer weiterführenden Schulen in Bayern zugänglich zu machen. Wir sind davon überzeugt, dass Bildung der Schlüssel zur Bewältigung des Klimawandels ist.«

### »Anpacken, handeln, etwas machen!«

Astrophysikerin Dr. Cecilia Scorza-Lesch, Initiatorin des Klimakoffers, erläuterte die Experimente, die die Schüler damit durchführen können. Sie dankte den Lehrkräften, die mit ihren Schülern die Ideen im Unterricht umsetzen. Prof. Harald Lesch wies bei der Präsentation auf die existentielle Bedeutung erneuerbarer Energien hin: »Wir Menschen verbrennen seit zwei Millionen Jahren immer irgendwas. Damit müssen wir aufhören. Wir müssen weg von den fossilen Energien!« Er rief zum gedanklichen »Switch« beim Klimawandel auf: »Klagen wir nicht, wie schlimm alles ist«, so Lesch, besser sei »anpacken, handeln, etwas machen!«



Dr. Cecilia Scorza-Lesch und Prof. Harald Lesch: »Anpacken und handeln!« Foto: job



# SEGMÜLLER SUPER SOMMER

DIE HEISSESTEN WOCHEN  
DES JAHRES

FREIER  
EINTRITT

TOLLE  
PREISE

in spannenden  
Spielrunden zu  
gewinnen!

Radio  
Arabella.

LIVE ON STAGE

SA. 27.07.  
12-18 UHR



MODERATOR  
VOR ORT  
Uli Florl

GRATIS



FERIEN-  
PROGRAMM  
MO-SA  
11-19 UHR

SPIEL  
UND SPASS

Riesige Hüpfburg,  
nostalgisches Karussell,  
Riesensrutsche,  
u. v. m.

1.  
Capri-Eis  
am Stiel

BEACH-BAR

KLIMATISIERTES  
EINRICHTUNGSHAUS



COCKTAIL-BAR



BEACH AREA



CHILL-OUT MUSIC



FOOD SPECIALS



VOLLSTÄNDIGES  
PROGRAMM UNTER:

[www.segmuller.de/super-sommer](http://www.segmuller.de/super-sommer)



SUPER  
DEAL

Käfer Cocktail versch. Sorten, je 0,75 Liter  
Flasche, 1 Ltr. = 2,39 € 3787418/24/26  
Abgabe nur an Personen über 18 Jahren.  
Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen.

NUR SOLANGE  
VORRAT REICHT! 3.99\*

1.79  
je  
Käfer Cocktail

GÜLTIG  
NUR BIS  
27.07.2024



Symbolbild

85599 Parsdorf  
Heimstettener Str. 10,  
Tel.: 089/90053-0

Öffnungszeiten  
Mo bis Fr: 10:00 bis 20:00 Uhr  
Samstag: 09:30 bis 20:00 Uhr

Preise gültig bis 27.07.2024. Promotionteam  
Friedberg, Segmüller Einrichtungshaus der Hans  
Segmüller Polstermöbelfabrik GmbH & Co. KG,  
Münchner Straße 35, 86316 Friedberg | 241012

\*Unverbindliche  
Preiseempfehlung  
des Herstellers

SEGMÜLLER

# Die Wespensaison beginnt - Beugen Sie vor

Super-Sommer und milde Winter sorgen dafür



Wespennester wie dieses werden in der Regel umgesiedelt. Bild: Weingartner

**Gilching** · Sie stehen unter besonderem Schutz und sind für die Natur unglaublich nützlich, können aber extrem lästig und manchmal sogar richtig gefährlich werden, wenn Allergiker oder Kinder betroffen sind. Die Rede ist von Wespen und deren größeren Verwandten, den Hornissen. Die Situation kennt fast jeder: Man freut sich über das schöne Sommerwetter und darauf, das Frühstück oder den Kaffee auf den Balkon, auf der Terrasse oder im Garten einzunehmen. Schnell aber gesellen sich ungebetene Gäste zum Marmeladenbrot oder Kuchen. Und wenn man Pech hat, stellt man fest, dass die gelb-schwarz gestreiften Insekten ihren Wohnsitz beispielsweise im Rollladenkasten genommen haben. Dort aber möchte man sie nicht unbedingt dulden.

## Guter Rat ist nicht teuer

Was also tun? Franz-Josef Weingartner, Schädlingsbekämpfer mit EU-Zertifikat rät zunächst einmal dazu, Ruhe zu bewahren und den Rat eines Fachmannes einzuholen. „Unter Umständen stören Wespen oder Hornissen gar nicht, wenn sie ungestört bleiben. In solchen Fällen raten wir dann auch dazu, nichts weiter zu unternehmen“, sagt er. Und solch ein guter Rat ist nicht einmal teuer - im Gegenteil. „In so einem Fall berechnen wir natürlich nichts. Da geht es uns in erster Linie um den Umweltschutz.“ Erst wenn der Experte tätig werden muss, ist ein Honorar fällig. Das ist dann der Fall, wenn Allergiker oder Kinder betroffen sind, oder aber die Wespen durch ihren Fraß massive Schä-

den, zum Beispiel an der Dämmung, anrichten. Und auch dann wird darauf geachtet, Wespen oder Hornissen nicht zu töten. „Wir sprühen ein Austreibungsspray in die Nester, die wir nicht umsiedeln können. Wenn die Insekten das Nest dann verlassen haben, wird es quasi versiegelt, die Einschluflöcher zugemacht. Die Wespen kommen nicht mehr in ihr Nest und ziehen schließlich ab.“ Und auch ein solcher Einsatz hält sich finanziell im Rahmen.

## 300 Mal vor Ort geholfen

Rund dreihundert Wespen-Einsätze hat die Firma Weingartner im vergangenen Jahr geleistet. Etwa zwei Drittel davon waren Umsiedlungen. Und die Wespen können immer kommen. Galt früher einmal die Regel, dass nach dem ersten Frost die Wespen wegbleiben, so gilt das schon lange nicht mehr. „Durch die Super-Sommer und milden Winter haben wir eigentlich immer Wespenszeit“, sagt Franz-Josef Weingartner. Während Weingartner Wespen als zertifizierter Schädlingsbekämpfer nach eigenem Ermessen umsiedeln oder vertreiben darf, ist bei Hornissen hierfür stets die Genehmigung der Unteren Naturschutzbehörde im Landratsamt nötig. „Und das kann natürlich dauern“, weiß Weingartner aus Erfahrung. Wer also Wespen oder Hornissen bei sich entdeckt, sollte daher zunächst prüfen lassen, ob es wirklich nötig ist, sie umzusiedeln oder zu vertreiben. Der Wespennotdienst von Franz-Josef Weingartner ist 24 Stunden täglich unter der Nummer 08105/7799927 erreichbar.

# Gemeinsam

## Gedenken an Zwi Katz

Versöhnung und Freundschaft



Gedenkfeier zu Ehren von Zwi Katz mit (v.li.) Thomas Schaffert, Brigitte Kössinger, Barbara Distel, Hans Joachim Stumpf, Martin Schmid, Ekkehard Knobloch, Angelika Lawo, Elisa Bals und Jutta Schmid. Foto: Patrizia Steipe

**GAUTING (pst)** · Als einer der letzten Überlebenden des Holocaust war Zwi Katz ein »wichtiger Teil der Gedenkkultur«, erklärte Barbara Distel. Viele Jahre lang hatte sie die KZ-Gedenkstätte in Dachau geleitet. »Die größte positive Erfahrung waren für mich die Treffen mit den Überlebenden«. Dabei habe sie Zwi Katz wegen seiner »unvergesslichen Gabe seine Geschichte zu erzählen«, beeindruckt. Wenige Wochen vor seinem 97. Geburtstag ist Zwi Katz in Israel gestorben. Eine Geburtstagsfeier gab es trotzdem, vor dem Mahnmal am Gautinger Friedhof, das an den Todesmarsch der KZ-Häftlinge 1945 erinnert. Veranstalter war der Verein »Gedenken im Würmtal«. Zwi Katz war keiner, der über Schuld sprach. Ihm ging es um die Verantwortung der Nachgeborenen nicht zu vergessen, und es ging ihm um Versöhnung, so Lehrerin für Geschichte und Politische Bildung, Angelika Lawo. Nur noch wenige, die die damalige Zeit erlebt haben, gibt es noch. Wenn auch diese fehlen, müsse sich die Erinnerungsarbeit ändern, betonte Heike Roletschek, die aus Landsberg gekommen war. Dann las die 16-jährige Elisa, Schülerin am Feodor-Lynen-Gymnasium,

aus dem Buch des Verstorbenen »Von den Ufern der Memel ins Ungewisse. Eine Jugend im Schatten des Holocaust«. Es war das Kapitel, in dem Katz über seinen 14. Geburtstag schrieb. Das sonderbarste »Geschenk« gab ihm ein Wehrmachtssoldat, nämlich den Wunsch »dass Sie auch 15 werden«. Martin Schmid hat Zwi Katz ebenfalls als Schüler kennen und als Freund schätzen gelernt. Es war eine »ganz besondere Freundschaft, die ich als großes Geschenk ansehe«. Bei der Feier hielt der mittlerweile 39-jährige das Portraitfoto des Verstorbenen in der Hand. In zahllosen Vorträgen an Schulen habe Katz von seiner Geschichte erzählt. »Er wusste, dass der Kontakt zu Jugendlichen der Schlüssel ist,

die Erinnerung möglichst weit in die Zukunft zu tragen«. Dabei habe dem Ehrenmitglied des Vereins »Gedenken im Würmtal« seine Familie »Kraft und Rückhalt gegeben, um sich den Erinnerungen zu stellen«. Sie hatte ein Grußwort an die Freunde geschickt. »Sie sind ein Beispiel für das Gute, das aus der Asche entsteht«, zitierte Schmid. Der Gautinger Altbürgermeister Ekkehard Knobloch hat Zwi Katz viele Male getroffen und auch in Israel besucht. Er schwärmte von seiner Herzlichkeit und dem Humor. Für Knobloch unter dessen Ära damals die Mahnmale und die Erinnerung an den Todesmarsch im Würmtal etabliert wurden, ist es unbegreiflich, dass heute »Parteien, die ganz rechts stehen von jungen Leuten gewählt werden«. Zwi Katz hätte wohl gesagt, so Knobloch: »Gebt nicht auf, kämpft gegen Dummheit, Bosheit und Verblendung«. Bürgermeisterin Brigitte Kössinger lobte Zwi Katz als »Botschafter der Versöhnung«. Er sei eine »unverzichtbare Stimme bei den jährlichen Gedenktagen durch das Würmtal gewesen«, sagte sie. »Wir verlieren nicht nur einen Zeitzeugen, sondern einen Freund und Lehrer«.



Das Foto von Zwi Katz hat Martin Schmid im Jahr 2010 aufgenommen.

Foto: Martin Schmid

## Treffen für Angehörige in Starnberg

**STARNBERG (sv)** · Der Sozialpsychiatrische Dienst Starnberg lädt herzlich ein zum nächsten Treffen der Angehörigengruppe am Donnerstag, 1. August, von 17.30 bis 19 Uhr. Das Treffen richtet sich an Freunde und Angehörige

psychisch erkrankter Menschen und steht diesmal unter dem Thema: »Wie kann Kommunikation für alle Beteiligten gelingen?«. Die Gruppe trifft sich unter der Leitung der Sozialpädagogin Monika Worbis im Ge-

meindehaus der Evangelischen Kirche Starnberg (Kaiser-Wilhelm-Straße 18). Die Teilnahme ist frei, Spenden sind willkommen. Nähere Informationen sind online unter [www.spdi-starnberg.de](http://www.spdi-starnberg.de) erhältlich.

57 x **XXX Lutz**

# JUBILÄUM

Hauspreis mindestens

**40%** unter UVP<sup>1) + S)</sup>



DeLutz

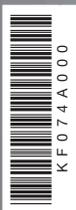
**ZUSÄTZLICH**

AUF **FAST ALLE**

- Möbel
- Küchen
- Matratzen
- Gardinen
- Leuchten
- Teppiche
- Heimtextilien
- Babyzimmer
- Baby-Exklusivmarken
- Haushaltswaren & Accessoires

EXKLUSIV FÜR FREUNDSCHAFTSKARTEN-INHABERINNEN UND -INHABER

MwSt. geschenkt



IN

# ALLEN

Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

# 19%

2) + S)

# ABTEILUNGEN

# 5000

## Einkaufsgutscheine zu gewinnen <sup>GW)</sup>



Einfach in einer XXXLutz Filiale oder unter [xxxlutz.de](http://xxxlutz.de) Kaufvertrag abschließen. Mit diesem auf [gewinnspiel.xxxlutz.de](http://gewinnspiel.xxxlutz.de) am Gewinnspiel teilnehmen - und mit etwas Glück gewinnen.

- |                         |                         |
|-------------------------|-------------------------|
| 1. Preis: 10.000 €      | 16. - 30. Preis: 500 €  |
| 2. - 5. Preis: 5.000 €  | 31. - 50. Preis: 250 €  |
| 6. - 15. Preis: 1.000 € | 51. - 100. Preis: 100 € |
|                         | 101. - 500. Preis: 50 € |

ILDE30-4-c Für Druckfehler keine Haftung. Im Online Shop wird immer der beste Endpreis angezeigt (mit „Aktion“ gekennzeichnet) - unabhängig jeglicher Rabattaktionen. Marktplatz-Verkäufer/Drittanbieter sind von allen Aktionen ausgenommen. Die XXXLutz Möbelhäuser, Filialen der BDSK Handels GmbH & Co. KG, Mergentheimer Straße 59, 97084 Würzburg. 1) Auf den UVP bei mit „Hauspreis“ gekennzeichneten Artikeln. Ausgenommen: siehe S). Gültig bis mindestens 27/07/2024. 2) Exklusiv für Freundschaftskartenehaberinnen und -haber. Im Möbelbereich auf mit „Hauspreis“ gekennzeichnete Artikel. Ausgenommen: siehe S). Bei XXXLutz Schulenburg keine Baby-Artikel platziert, aber bestellbar. Bei XXXLutz Schulenburg in Flensburg, Wentorf, Gadenstedt, Blankenburg und Goslar keine Teppiche platziert, aber bestellbar. Der Rabatt entspricht dem deutschen MwSt.-Anteil des jeweiligen Kaufpreises (Minderung 15,96%). Der geminderte Betrag ist Grundlage für die auf dem Kassensbon ausgewiesene deutsche MwSt. (Keine Erstattung der ausgewiesenen deutschen MwSt. möglich). Soweit anwendbar, Kombination mit dem „Hauspreis“ möglich, darüber hinaus keine weiteren Konditionen möglich. Gültig bis mindestens 27/07/2024. Baby-Exklusivmarken Jimmy Lee, My Baby Lou, Avelia und Patinio. S) Gültig bei Neuaufträgen. Ausgenommen: Artikel in dieser Werbung, in der Ausstellung als „Bestpreis“/„Bester Preis“ gekennzeichnete Artikel, Blomus, Boxxx, Depot, JAB, Joop, Teppiche, Leifheit, Musterring, Paidi, Soehnie, Tilo, Tom Tailor Teppiche und Vorwerk, bereits reduzierte Ware, Saisonartikel, Badzubehör, Elektro-Kleingeräte, Gutscheinkauf und Bücher. Keine Barauszahlung. GW) für Ihren nächsten Einkauf. Aktion gültig bis 08.09.2024. Alle Aktionsbedingungen finden Sie auf [gewinnspiel.xxxlutz.de](http://gewinnspiel.xxxlutz.de).

MEIN MÖBELHAUS.  
MEIN ONLINE SHOP.

**XXX Lutz**

## Rundgang Osterseen

**WEILHEIM (red)** · Die 20 Osterseen sind Relikte aus der Eiszeit. Wie sie genau entstanden sind, was sie besonders macht und welche Biotope sie bilden, erfahren Interessierte auf einem Rundgang am Freitag, 26. Juli, von 15.30 bis 18.30 Uhr zwischen einigen der Seen. Die Exkursion ist geeignet für Familien mit Kindern ab acht Jahren. Bitte mitbringen: Festes Schuhwerk und witterungsbedingte Kleidung, Getränk, Sonnenschutz, Mückenschutz, eine gewisse körperliche Fitness für einen drei- bis vierstündigen Naturlehrgang ist erforderlich. Bei Starkregen und Sturm entfällt die Exkursion. Infos bei zweifelhafter Wetterlage unter Tel. 017 04 88 81 78. Treffpunkt: Bahnhof Iffeldorf Richtung Feuerwehr. Gebühr beträgt 12 Euro für Erwachsene und 6 Euro für Kinder. Anmeldung (Kursnummer: QE109-409) unter [www.vhs-weilheim.de](http://www.vhs-weilheim.de).

## Kleiner Vorgeschmack auf Paris

### Mini-Olympiade am Carl-Spitzweg-Gymnasium

**GERMERING (red)** · Am 26. Juli beginnen in Paris die Olympischen Spiele. Dieses Ereignis war auch im Französischunterricht des Carl-Spitzweg-Gymnasiums (CSG) ein Thema. Das P-Seminar Französisch unter Leitung von Johannes Truckenmüller organisierte aus diesem Anlass sogar eine Mini-Olympiade für die 7. Klassen. Diese fand am 11. Juli bei schönem Wetter auf dem Sportplatz des CSG statt. Nach einem kurzen einstimmenden Video mussten die teilnehmenden Klassen zunächst ein Quiz über die Spielstätten von Paris lösen. Darunter waren zahlreiche historische Orte wie der Eiffelturm, die Place de la Concorde und das Schloss Versailles, aber auch exotische Orte wie die französische Pazifikinsel Tahiti, wo die Surfwettbewerbe stattfinden. Nach dieser landeskundlichen Einführung ging es auf den Sportplatz. Dort hatte das P-Seminar in Kooperation mit dem Spielmobil des



Das P-Seminar Französisch organisierte ein gelungenes Event, das mit einer Siegerehrung endete. Foto: CSG

Abenteuerspielplatzes Germering neun Wettkampfstationen aufgebaut. Neben »klassischen« Disziplinen wie Korbwerfen oder Staffellauf galt es auch außergewöhnliche Sportarten wie Frisbee-golf oder Parcour zu meistern. Auch der Spaßfaktor kam durch Stationen wie Bobby Car-Rennen oder Airhockey-

Biathlon nicht zu kurz. Bei der abschließenden Siegerehrung konnten die Gewinner Urkunden und kleine Preise entgegennehmen. Auch das Organisationsteam der 11. Klassen war stolz darauf, ein gelungenes Sportereignis für die jüngeren Mitschülerinnen und Mitschüler auf die Beine gestellt zu haben.

## Vier Tage lang Musik und gute Laune

### Kulturfestival Gräfelfing vom 25. bis 28. Juli

**GRÄFELFING (red)** · Es ist eine Institution im Würmtal: das Kulturfestival Gräfelfing im Paul-Diehl-Park. Heuer ist es wieder am Start und verspricht vom 25. bis 28. Juli jede Menge Bands aller möglichen Stilrichtungen und auch drumherum viel Erlebenswertes für Jung und Alt.

Der Eintritt zu den Musikveranstaltungen ist wie immer frei. Das Event, das vom gemeinnützigen Verein Kulturfestival Gräfelfing e.V. veranstaltet wird, finanziert sich ausschließlich über den Verkauf von Speisen und Getränken sowie von Spenden, Sponsoren und einer großzügigen Unterstützung der Gemeinde Gräfelfing. Weit über 100 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer stellen das Festival alle zwei Jahre mit viel Leidenschaft auf die Beine, um allen Gästen ein einzigartiges Erlebnis zu bieten. Neben der Open-Air-Bühne

am Hügel, der Bühne im Zirkuszelt, der Weinzeltbühne sowie dem literarischen Eck im Cafe wird es auch wieder ein DJ-Zelt für Künstler aus den Bereichen der elektronischen Musik wie House, Elektro, Techno geben.

Das kulinarische Angebot ist vielfältig und reicht von Brotzeitklassikern wie Obatzda und Fischsemmeln, über vegetarische Leckereien, Käsespezialitäten und Kuchen bis hin zu Biofleisch vom Grill, Pommes und Maiskolben. Neben Bier vom Fass gibt es Wein, Sekt und Aperol sowie eine Auswahl an Cocktail-Klassikern und Longdrinks. Kaffee, diverse Softdrinks und Mineralwasser werden natürlich ebenfalls angeboten. Erstmals wird es in diesem Jahr möglich sein, auch mit Karte zu zahlen. O'zapft wird am Donnerstag, 25. Juli, um 17 Uhr von Gräfelfings 1. Bürgermeister Peter Köstler. Mit dabei sind heuer Guvvy,

Jonny Gallagher & The Boxtie Band, die Mayday Company, 4Perzent, Anna Absolut, Jammaram, Young Gun Silver Fox, Falschgeld, Tulpe, Slatec, Spitting Ibex, Kapelle Z'Wiad, Peter Clemente, Raygun, Mola, Fitzroy, Gewachshouse, Calcuracy, Shabiki, Thomas Stieler, House of Leaves, DaDing und Konsorten sowie Michael Hornstein's Groovy Organ Trio feat. André Schwager. Bei schlechtem Wetter finden alle draußen geplanten Auftritte in den Zelten statt.

Der Kreisjugendring München Land bietet unter anderem Kinderschminken, Fußball-Darts, Bastelaktionen, Brettspiele, Graffiti sowie Chill-Out-Area für den Nachwuchs an. Am Sonntag wird eine Hüpfburg aufgebaut, und am Samstag und Sonntag jeweils um 14 und 16 Uhr kommt der Original Wiener Praterkasperl.

Weitere Infos gibt es unter [www.kulturfestival.de](http://www.kulturfestival.de).

**Dein Kino in Germering**  
7 KINOSÄLE | 1000 SITZPLÄTZE  
D-BOX MOTION SEATS | KOSTENLOSE PARKPLÄTZE

**KINO FIRST!**

*Emotions*  
PREVIEW

**LIEBESBRIEFE AUS NIZZA**

Mittwoch, 31. Juli, 20:00 Uhr  
*Inkl. Scavi&Ray + Jolie*

**SPECIAL**

**BLACKPINK**  
WORLD TOUR  
Born Pink

Mittwoch, 31. Juli, 19:00 Uhr  
Samstag, 3. August, 17:00 Uhr  
Sonntag, 3. August, 15:00 Uhr

**FILMSTART**

**EIN KLEBRIGES ABENTEUER**

Ab 1. August nur im Kino

ALLE TICKETS ONLINE 1 € GÜNSTIGER.  
[WWW.CINEPLEX.DE/GERMERING](http://WWW.CINEPLEX.DE/GERMERING)

CINEPLEX GERMERING | MÜNCHENER STR. 1 | 82110 GERMERING

## Kindergottesdienst am See

**GERMERING (sv)** · Auch in diesem Jahr gibt es wieder einen Kindergottesdienst der Katholischen Stadtkirche am Germeringer See. Dieser findet am Sonntag, 28. Juli, um 11 Uhr zum Thema »Gott erschafft die Welt« statt. Ganz bewusst wird im Gottesdienst kein kindgerechter Bibeltext verwendet, sondern der biblische Originaltext gelesen. Die Kinder werden zu jedem Schöpfungstag Symbole legen. Diese Symbole verdeutlichen unmittelbar das Geschehen in der Schöpfungsgeschichte, auch wenn die zuge-

hörigen biblischen Worte den Kindern vielleicht nicht immer ganz verständlich sind. Der Gottesdienst wird musikalisch von der Flötengruppe St. Johannes Bosco begleitet und findet am vorderen Seeufer hinter dem Kiosk statt. Teilnehmende sind gebeten, Isomatten oder Decken mitzubringen. Bei Regen findet der Gottesdienst zur selben Zeit in der Pfarrkirche St. Martin statt. Unter [www.stadtkirche-germering.de](http://www.stadtkirche-germering.de) wird rechtzeitig über den genauen Veranstaltungsort informiert, insbesondere bei unbeständiger Wetterlage.

## Rätsel rund um den Klimawandel

**KRAILLING (red)** · Im Rahmen ihres Ferienprogramms lädt die Gemeindebibliothek Krailling (Margaretenstraße 53a) am Donnerstag, 1. August, Jung und Alt von 13 bis 99 Jahren zum Spiel »Escape Climate Change« ein. Es ist Handeln angesagt, denn zusammen haben die Spieler nur 60 Minuten Zeit, ein komplexes Rätsel rund

um den Klimawandel zu lösen. Es müssen die richtigen Zahlenkombinationen gefunden, verschiedene Rätsel entschlüsselt und ein Tresor geknackt werden. Kooperation, Teamarbeit und die Auseinandersetzung mit dem Thema Klimaschutz sind Grundlage für die Lösung des Spiels. Anmeldung in der Gemeindebibliothek unter der Tel. 089/55 06 05 18.

## Offenes Singen am Jexhof

**JEXHOF (sv)** · Am Sonntag, 28. Juli, findet das offene Singen mit den Kreisheimatpflegerinnen Brigitte Schäffler und Ingeborg Heining statt. Los geht es um 10.30 Uhr am Bauernhofmuseum Jexhof bei Schöngesing (Jexhof 1). Alle, die Freude an bairischem Liedgut haben und gerne in Gemeinschaft singen, sind . Notenkenntnis-

se sind nicht erforderlich. Zur Stärkung bietet der Jexhof-Wirt Weißwürste an. Um Anmeldung bei Brigitte Schäffler per E-Mail an [brigitte.schaeffler@heimatpfleger.bayern](mailto:brigitte.schaeffler@heimatpfleger.bayern) oder Ingeborg Heining per E-Mail an [ingeborg.heining@heimatpfleger.bayern](mailto:ingeborg.heining@heimatpfleger.bayern) oder unter Telefon 0 81 42/21 02 ist bis Donnerstag, 25. Juli, gebeten.

## Bau einer Legostadt

**GERMERING (red)** · Von Dienstag, 6. bis Donnerstag, 8. August, wird im Rahmen des Ferienprogramms der Stadt Germering in der Freien evangelischen Gemeinde (Bahnhofplatz 10) wieder eine Stadt aus Legosteinen gebaut. Eingeladen sind alle Mädchen und Jungen im Alter zwischen acht und elf Jahren. An den drei Bautagen wird jeweils von 10 bis 12 Uhr eine Metropole errichtet, die all das vorzuweisen hat, was man auch in ei-

ner echten Stadt findet. Grenzen werden dabei nur von der eigenen Fantasie gesetzt. Um dieses Vorhaben umzusetzen, stehen mehrere hundert Kilo Legosteine zur Verfügung. In der Baupause gibt es eine spannende Geschichte, die mit Gott und Jesus zu tun hat, bevor mit neuer Konzentration und Kraft weitergebaut wird. Die Kosten drei Tage belaufen sich auf 10 Euro. Anmelden kann man sich online ab sofort: [www.unser-ferienprogramm.de/germering](http://www.unser-ferienprogramm.de/germering).



**Gutes für alle.**

**ab Do. 25. Juli**





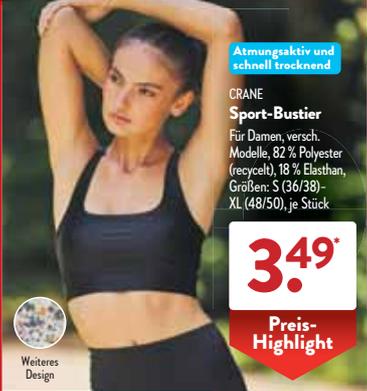
**Alpina**  
Seit über 100 Jahren Deutschlands Premium-Farbe in hervorragender Produktqualität.

**Made in GERMANY**

**ALPINA Universal-Raum-Weiß**  
Matte Innendispersionsfarbe für Wände und Decken, Deckvermögen Klasse 2 nach DIN EN 13300 bei 6 m²/l, für ca. 60 m² bei einmaligem Anstrich, frei von Lösemitteln, 10-l-Eimer, I-Preis 2.00

**19.99**

**DONNERSTAGS-HIGHLIGHT**



**CRANE Sport-Bustier**  
Für Damen, versch. Modelle, 82 % Polyester (recycle), 18 % Elasthan, Größen: S (36/38) - XL (48/50), je Stück

**3.49**  
Preis-Highlight

Atmungsaktiv und schnell trocknend



**Fußball**  
Versch. Designs, Soft-PVC, maschinengenäht, offizielle Spielball-Größe 5, je Stück

**12.99**



**WD-40**  
Multifunktionsprodukt „Smart Straw“  
Gegen Quietschen und Verrostete Teile, 180-ml-Dose, I-Preis 16.61

**-60%**  
**2.99**  
UVP 7.99

**ab Fr. 26. Juli**

XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL

**GROSS KAUFEN, RIESIG SPAREN.**



**LANGNESE Magnum-Stieleis**  
Versch. Sorten, je 770- bzw. 800-ml-Packung, I-Preis 5.18 bzw. 4.99

**3.99**  
Preis-Highlight



**TROLLI Fruchtgummi**  
Versch. Sorten, je 350-g-Packung, kg-Preis 5.11

**1.79**  
Preis-Highlight

**ab Sa. 27. Juli**



**Ring-Wurfspiel**  
PLAYLAND Outdoor-Holzspiel  
Versch. Modelle, ab 3 bzw. 6 Jahren, je Stück

**3.99**  
Preis-Highlight



**Strandhandtuch**  
Versch. Designs, 100 % Baumwolle, Maße ca.: 70 x 150 cm, je Stück

**4.99**  
Preis-Highlight



**CRANE Trekking-sandalen**  
Versch. Farben, Obermaterial: Textil in Kombination mit Synthetik, Futter: Textil, chromfrei gegerbte Lederdecksohle, TPR-Laufsohle, Größen: 23-26, 24-29, 30-33, 31-36

**5.99**  
Preis-Highlight

ALDI SÜD Dienstleistungs-SE & Co. oHG, Burgstraße 37, 45476 Mülheim  
Firma und Anschrift unserer regional tätigen Unternehmen findest du auf [aldi-sued.de/filialen](http://aldi-sued.de/filialen) oder mittels unserer kostenlosen automatisierten Service-Nummer 0 800 8 00 25 34.  
\* Wir bitten um Beachtung, dass diese Aktionsartikel im Unterschied zu unserem ständig vorhandenen Sortiment nur in begrenzter Anzahl zur Verfügung stehen. Sie können daher schon am Vortag des ersten Aktionstages kurz nach Aktionsbeginn ausverkauft sein. Bekleidung teilweise nicht in allen Größen verfügbar. Alle Artikel ohne Dekoration.  
† Mickey Mouse, Minnie Mouse & Arielle: © Disney. Spider-Man: © MARVEL.

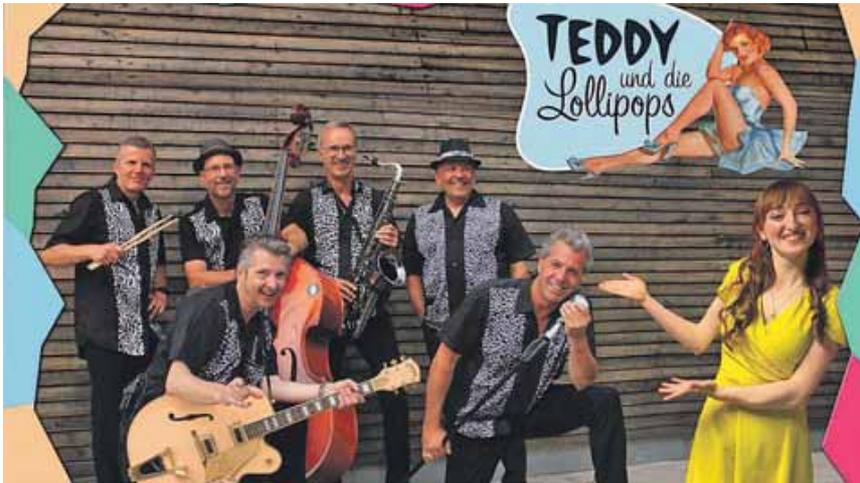
# Musik zum Mit-Swingen

»Teddy und die Lollipops« kommen zum Heimspiel-Konzert in die Stadthalle

**GERMERING (red)** · Wo immer sie auftreten, ist gute Laune garantiert – und beim Heimspiel in Germering erst Recht: Teddy und die Lollipops feat. Larissa bringen schon nach den ersten Takten jeden Saal in Wallung, denn bei ihrer Musik kann wahrlich niemand stillhalten. Diese Rhythmen gehen direkt ins Blut und in die Beine!

## Fetziges, Schmalziges und Schmusiges

Wer erinnert sich noch an die seligen Samstagabend-Filmchen aus den 50er-Jahren, wenn Conny und Peter auf ihrer Vespa an den Gestaden des Gardasees entlangglitten und ein Liedchen von Sehnsucht und erster Liebe trällerten? Teddy und die Lollipops entführen in diese längst ent-



Teddy und die Lollipops entführen in die Zeit des Wirtschaftswunders, in der auch der Rock 'n' Roll seine ersten Erfolge feierte. Foto: Teddy und die Lollipops

schwundene Zeit zum »Ren-de, Petticoat, Rock'n'Roll, dezvous am Nierentisch« und Waldmeister-Bowle, den lassen ihr Publikum an Pomatoroller und das Großglockner-Abziehbild an der Auto-scheibe denken. Stilecht und sympathisch holt die Band Ju-

gendträume zurück und weckt Erinnerungen an die Zeit, in der man »Mit Siebzehn« das revolutionäre »Ich will keine Schokolade« gefordert hat. Laut der Süddeutschen Zeitung ist das auch »das Erfolgsrezept von »Teddy und die Lollipops«: Sie wecken Jugendträume, erinnern an Peter Kraus, Ted Herold und Connie Francis und die Zeiten der »ersten Wilden« in der deutschen Musiklandschaft.

## Hier gibt's Tickets

Heiß her geht es am 27. September im Amadeussaal. Karten zu 21,50 Euro können bei allen VVK-Stellen von München Ticket, online unter [www.stadthalle-germering.de/tickets](http://www.stadthalle-germering.de/tickets), beim Café KartenGarten in Germering (Landsberger Str. 43) und an der Abendkasse erworben werden.

**€ 24,50** **10.10.24**  
ORLANDOSAAL

**Kinder € 11** **15.09.**  
ERW. € 15

**€ 12,50** **15.09.**  
AMADEUSSAAL

**€ 21,50** **26.09.**  
AMADEUSSAAL

**€ 21,50** **28.09.**  
AMADEUSSAAL

**STADTHALLE GERMERING** [www.STADTHALLE-GERMERING.de](http://www.STADTHALLE-GERMERING.de) • MünchenTicket Karten-Hotline: 089 - 54 81 81 81  
Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

# Höffner

Wo Wohnen wenig kostet!



# ROTE PREISE

STATT HEISSE REISE



# 44%

Gilt  
auf alle mit  
„Aktionspreis“  
gekennzeichneten  
Artikel mit Höffner  
Kundenkarte  
(Siehe A)

## RABATT

Höffner Möbelgesellschaft GmbH & Co. KG • Ludwig-Koch-Str. 3 • 81249 München  
Tel. 089/857934-0 • Öffnungszeiten: Mo-Sa von 10-19 Uhr

A) Im Möbelhaus gewährt Ihnen Höffner nach Vorlage Ihrer Kundenkarte auf alle als „Aktionspreis“ gekennzeichneten Artikel einen auf 44% erhöhten Rabatt auf den am Artikel ausgezeichneten „Preis ohne Nachlass“. Alle in Anzeigen und Prospekten angegebenen Preise sind Endpreise, die etwaige Rabatte und Aktionsvorteile bereits beinhalten. Insgesamt nehmen mindestens 30.000 Artikel an der Aktion teil. Keine Barauszahlung. Gültig für Neukäufe. In Einzelfällen kann es für ausgewählte Artikel während oder nach Aktionsende zu höheren Rabatten und weiteren Preisnachlässen kommen. Gültig bis 06.08.2024. Aktion „40% Rabatt ohne Kundenkarte“ läuft auch danach weiter.

## Hände weg von Vogelnestern

Bußgelder drohen bei Zuwiderhandlung

LANDKREIS (LBV) · Die Brutzeit der heimischen Vögel ist in vollem Gange. Die meisten Menschen freuen sich, wenn sie die teils kunstvollen Konstruktionen in der Gartenhecke, im Park oder auf dem Balkon entdecken. Doch manchmal stören sie auch und man ist versucht, das Nest zu entfernen oder die Elternvögel zu vertreiben. Beides ist gesetzlich verboten, und nicht nur das. »Vogelnester, Gelege und brütende Vögel sind durch das Bundesnaturschutzgesetz besonders geschützt«, erklärt Dr. Sophia Engel vom LBV (Landesbund für Vogel- und Naturschutz). »Ein Nest zur Brutzeit ohne Genehmigung zu entfernen, ist kein Kavaliersdelikt, sondern eine Ordnungswidrigkeit. Und die kann richtig teuer werden.«

Die Beratungshotline des LBV München steht derzeit nicht still. Viele rufen an, weil sie Fragen zu Vogelnestern haben: Sie sorgen sich um Gelege, an denen sie schon länger keine Elterntiere mehr gesehen haben. Sie möchten wissen, wie sie an Nachbarskinder herantreten sollen, die beim Spielen Vogelnester zerstören. Oder sie sind sich unsicher, ob Elternvögel, die mit dem Bau eines Nests auf dem Fenstersims begonnen haben, vertrieben werden dürfen. Die Antworten des LBV-Beratungsteams dazu sind eindeutig. »Das Bundesnaturschutzgesetz schützt alle europäischen Vogelarten. Das heißt, dass Nester während der Brutzeit – bei Gebäude-



Der LBV klärt auf, wie mit Vogelnestern umgegangen werden soll. In der Regel gilt, Hände weg. Foto: Richard Fischer

brüttern wie Schwalben oder Mauersegler sogar ganzjährig – nicht berührt, entfernt und zerstört werden dürfen«, so Dr. Engel. »Eier oder Jungvögel aus Nestern zu entnehmen, ist ebenfalls verboten. Genau wie die Störung und Vergrämung von Elternvögeln während der Nestbau- und Brutphase.«

Das bedeutet, dass auch Menschen, die den Vögeln nur helfen möchten, Nester nicht anfassen oder Jungvögel herausnehmen dürfen. Nicht selten nehmen Kinder aus Neugier Vogeleier in die Hand oder zerstören im Spiel ein Nest. Hier appelliert der LBV an Eltern, Erwachsene und Bildungseinrichtungen, Kinder altersgerecht auf die Bedeutung sowie den Schutzstatus der Nester hinzuweisen. Bußgeldzahlungen für die Störung eines Geleges oder die nicht genehmigte

Entfernung eines Nests können empfindlich hoch ausfallen. Bis zu 50.000 EUR sind je nach Bundesland für die Zerstörung von Vogelnestern streng geschützter Arten wie beispielsweise dem Eisvogel möglich. In den meisten Fällen sind es aber »nur« 75 Euro in Bayern. Eine Ausnahme stellen die Nester von Stadttauben dar: Hier dürfen Elterntiere am Bau gehindert und Nester direkt nach dem Verlassen durch die Jungvögel entfernt werden. »Es sollten aber nicht Bußgelder sein, die uns Menschen von der Störung oder Zerstörung von Gelegen und Vogelnestern abhalten«, meint Sophia Engel, »sondern vielmehr Rücksichtnahme und Liebe zur Natur. Die Bestände fast aller Vogelarten gehen stark zurück und wir sollten alles tun, um die Tiere bestmöglich zu schützen.«

## Wasser sammeln

Mit Regenwasser bewässern

(txn) · Ohne ausreichend Wasser gedeihen weder die Pflanzen im Beet, noch wächst die Hecke. Dabei ist Trinkwasser aus der Leitung sicher die bequemste, aber auch teuerste Lösung für die Gartenbewässerung. Spätestens im Sommer, wenn die Trockenheit Pflanzen und Böden in Stress versetzt und das Gießen mal knapp wird, stellt sich die Frage nach alternativen Lösungen.

### Regentonne als Behälter

Als kostengünstige und umweltfreundliche Alternative hat sich – gerade bei kleinen Gärten – das Regenwasser bewährt. Es ist nicht nur kostenfrei, sondern eignet sich auch hervorragend zum Gießen, weil es weder zu kalt noch zu kalkhaltig für sensiblere Pflanzen ist. In kleinen Gärten reicht oft eine einfache Regentonne oder ein altes Weinfass als Sammelbehälter unter dem Regenrohr.

Ein Deckel schützt vor Verunreinigungen und sorgt dafür, dass die Wasserstelle nicht zur Eiablage für Stechmücken wird. Ohnehin sollte das Wasser nicht zu lange ungenutzt bleiben, um die Ansiedlung von Keimen zu vermeiden. Empfehlenswert ist ein Filtersystem, das für dauerhaft sauberes Wasser ohne Laub und andere Verunreinigungen sorgt.

Damit die Tonne nicht überläuft, bietet sich zudem ein

Überlaufschutz an, durch den das Wasser über das Fallrohr ablaufen kann.

### Unterirdische Zisterne

Bei größeren Gärten kann sich alternativ zur Tonne auch eine unterirdische Regen-zisterne lohnen. Pro 100 Quadratmeter Gartenfläche sollte sie mindestens 5.000 bis 6.000 Liter fassen. Das reicht für durchschnittlich fünf bis sechs Bewässerungen. Mit modernen Gartenpumpen lässt sich das kostbare Nass leise und verlässlich aus der Tonne oder Zisterne fördern. Mittlerweile gibt es sogar Modelle, die per Bluetooth bedienen- und automatisierbar sind. Dank effizienter Hydraulik lässt sich das Wasser mit ihnen kraftvoll und dennoch mit geringen Stromkosten fördern.

### Auf Trockenheit folgt meist Starkregen

Bepflanzte Räume erleichtern die Wasseraufnahme und -speicherung im Boden, was bei der Zunahme von Extremwittersituationen eine entscheidende Rolle spielen kann. Denn auf Hitze und Trockenheit folgt öfters Starkregen. Werden Flächen versiegelt oder in vermeintlich pflegeleichte und wassersparende Schottergärten verwandelt, so kann der lang ersehnte Regen kaum versickern oder kühlend verdunsten.

## Kräuterführung mit dem Fahrrad

GERMERING (red) · Eine Kräuterführung per Fahrrad bietet die Kräuterpädagogin Dagmar Doll am Sonntag, 28. Juli, an. Start ist um 9:30 Uhr an der Pfarrei St. Cäcilia (Sankt-Cäcilia-Straße 1). Die Fahrt geht zu den Trockenwiesen in der Nähe des Guts Freiham, wo man Wissenswertes über den bayerischen Oregano oder die Schafgabe erfährt. Außerdem kann man Kräuterbuschen für die Kräuterweihe an Ma-

ria Himmelfahrt zusammenstellen. Traditionell kommen mindestens sieben Heil- oder Schutzkräuter in den Buschen. Bevor es wieder gemeinsam mit dem Fahrrad zurück zur Pfarrei St. Cäcilia geht, gibt es noch einige leckere Kostproben aus der Wildkräuterküche. Weitere Informationen findet man unter [www.wiesenwege-germering.de](http://www.wiesenwege-germering.de). Um Anmeldung wird gebeten unter Tel. 089/89409325.

**Ihr Partner für Ihren Garten**

**Alles fürs perfekte Grün**

- ✓ Erden und Mulche
- ✓ Spitzen-Sämereien
- ✓ Dünger und Düngelpläne
- ✓ Bodentest und Rasenberatung
- ✓ Werkzeuge u.v.m.

Gut Hüll 5 • 82205 Gilching  
Tel.: 089 86369898 • [www.landmaerkte.de](http://www.landmaerkte.de)  
Öffnungszeiten: Mo – Fr 8:00–18:00 Uhr, Sa 9:00–13:00 Uhr

Klaus Will  
**Landmarkt Gilching**  
Tierhaltung • Agrar • Haus & Garten

**Ali Karabulut** 

Garten- und Landschaftsbau, Pflasterbau

- Gartenneuanlage
- Gartengestaltung und Umgestaltung
- Gartenpflege und Rollrasen verlegen
- Terrasse, Wegebau, mit Natur- und Betonsteinen
- Naturstein, Trockenmauer und Pflasterbau
- Teich- und Bachlaufbau
- Holz- und Drahtzaunbau
- Baumfällen, Gehölzschnittarbeiten
- Mini-Bagger-, Lader-, LKW-Selbstladerarbeiten

Tel. 0 81 51/9 57 94 • Mobil 0 171/8 04 44 76  
Lohacker 1 • 82335 Berg

# Verbündeter im Kampf gegen überflüssige Pfunde

## Was der Begriff »Stoffwechsel« bedeutet und was nicht

(red) · Langsamer Stoffwechsel, schneller Stoffwechsel, den Stoffwechsel ankurbeln – der Begriff »Stoffwechsel« ist längst in aller Munde. Überall liest man davon, doch was genau ist der Stoffwechsel? Im Alltag wird häufig missverständlich über ihn gesprochen. Oft wird er fälschlicherweise mit der Verdauung gleichgesetzt. Stoffwechsel und Verdauung sind jedoch nicht dasselbe. Als »Stoffwechsel« oder auch »Metabolismus« bezeichnet man alle biochemischen Abläufe im Körper. Also wie der Körper Energie gewinnt, umwandelt und sich repariert. Die Verdauung ist nur ein Teil des Prozesses.

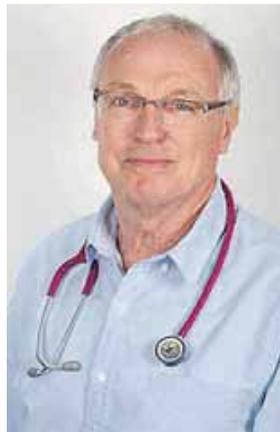
### Veranschaulichung: Der Körper als Maschine

Damit eine Maschine funktioniert, braucht sie Energie. Das Herzstück einer Maschine ist ihr Motor. Von Zeit zu Zeit

muss die Maschine gewartet werden, beschädigte Teile werden repariert oder entfernt und durch neue ersetzt. So ist es auch bei unserem Körper, ohne dass wir diese Prozesse bewusst wahrnehmen. Unser innerer Motor ist unser Stoffwechsel. Energie und Ersatzteile werden aus der Nahrung gewonnen. Um diese Stoffe bestmöglich zu nutzen, zerlegt er sie in einzelne Bausteine (Katabolismus) und setzt sie nach Bedarf wieder zusammen (Anabolismus).

### Genetisch festgelegt oder beeinflussbar?

Die biochemischen Abläufe im Körper sind sehr individuell. Wie gut und schnell Nährstoffe vom Organismus aufgenommen und verwertet bzw. Stoffwechsel-Endprodukte ausgeschieden werden, hängt von verschiedenen spezifischen Faktoren ab. Die Geschwindigkeit des Stoffwech-



Dr. Pfister, begleitender Arzt bei slimpuls in Gilching.

Foto: slimpuls

sels ist nur zum Teil genetisch bedingt. Jüngere Menschen haben meist einen schnelleren Stoffwechsel als ältere Personen. Männer verbrennen in der Regel mehr Kalorien als Frauen, weil mehr kalorienhungrige Muskelmasse vorhanden ist. Auch Erkran-

kungen, wie beispielsweise eine Schilddrüsenunterfunktion und die Ausschüttung bestimmter Hormone, allen voran das Stresshormon Cortisol, können den Stoffwechsel verlangsamen. Ebenso wirken sich eine ungesunde Ernährung mit viel Zucker und Fett, aber auch Diäten und Fasten negativ auf den Metabolismus aus. Gerät der Stoffwechsel aus dem Gleichgewicht, hat das einen maßgeblichen Einfluss auf das Körpergewicht. Denn wenn der Metabolismus verlangsamt und träge ist, nimmt der Mensch schnell zu und hat Schwierigkeiten beim Abnehmen. Mit einem aktiven Stoffwechsel nimmt man dagegen leichter ab und häufig sogar nur schwer zu.

### Stoffwechsel ankurbeln und leichter abnehmen

Um Gewicht zu verlieren, muss der Stoffwechsel ange-regt und die Fettverbrennung

in Schwung gebracht werden. Genau darauf haben sich die Abnehm-Experten von slimpuls spezialisiert. Weil der Stoffwechsel beim Abnehmen eine zentrale Rolle spielt, wird zu Beginn eine Körperanalyse durchgeführt. Sie bringt aufschlussreiche Daten über den individuellen Ist-Zustand, wie etwa das metabolische Alter, den Grundumsatz sowie eine Fülle weiterer Detailinformationen. Auf Basis dieser Analyse und weiteren individuellen Angaben wird gemeinsam ein Plan aufgestellt, der unter anderem auf die Erhöhung der Stoffwechselrate zielt und so ein schnelles, gesundes Abnehmen ohne anschließenden Jo-Jo-Effekt ermöglicht.

Wer mehr über slimpuls in Gilching erfahren will, vereinbart einfach einen individuellen Termin für ein Beratungsgespräch unter der Telefonnummer 08105/7746240. Oder melden Sie sich per E-Mail an [info@slimpuls.de](mailto:info@slimpuls.de).

### Sich Hilfe bei Suchterkrankung holen

HERRSCHING (sv) · Die Suchtkrankenhilfe Blaues Kreuz München e.V. bietet einmal pro Woche in der Herrschinger Insel (Bahnhofstr. 38) Hilfe bei Suchterkrankungen an. Dies Unterstützung richtet sich sowohl an Betroffene als auch an Angehörige suchterkrankter Menschen. Die Selbsthilfegruppe für Betroffene trifft sich jeden Mittwoch um 19.30 Uhr, die Angehörigen-Gruppe kommt jeden Freitag um 18 Uhr zusammen. Der Verein Blaues Kreuz begleitet die Selbsthilfegruppen durch Ehrenamtliche nach dem Grundsatz »Hilfe zur Selbsthilfe«. Die Gruppen stehen allen Menschen offen. Es gilt die Schweigepflicht. Vorab wird bei beiden Gruppen um eine Anmeldung unter Telefon 08152/398224 gebeten. Die Teilnahme ist kostenlos.

(txn) · In Deutschland leiden viele Menschen unter Inkontinenz. Entgegen aller Vorurteile sind nicht nur Ältere betroffen: Auch junge Frauen in der Schwangerschaft oder nach einer Entbindung müssen sich mit Blasenschwäche auseinandersetzen. Hilfreich sind einfache Gymnastikübungen speziell für den Beckenboden. Michaela Bahr, Gesundheitsexpertin bei Seni, einer der führenden Marken für Inkontinenz- und Pflegehilfsmittel erklärt: »Wer die Übungen in den Alltag integriert, merkt meist schnell eine deutliche Linderung. Und wer noch nicht betroffen ist, kann mit den Übungen das Risiko für Inkontinenz reduzieren.«

**Übung 1:** Aufrecht auf einen Gymnastikball setzen, dabei mit den Händen die Taille umfassen. Nun den Ball nach

# Drei Übungen erleichtern den Alltag

## Beckenbodentraining gegen Blasenschwäche



Mit einfachen Übungen lässt sich der Beckenboden trainieren. So wird Blasenschwäche vorgebeugt oder bestehende Symptome werden gelindert. Foto: Shutterstock/D.Zinkevych/Seni

vorne und hinten rollen, indem das Becken zum Schambein und zurück zum Steißbein gekippt wird. Die Bewegung sollte ausschließlich aus dem Becken heraus erfolgen.

**Übung 2:** Im hüftbreiten Stand liegen die Hände an der Taille. Dann mit dem Becken eine imaginäre, auf dem Boden liegende Acht vollführen, sodass das Becken langsam von rechts nach links kreist.

**Übung 3:** Mit etwas weiter als hüftbreit aufgestellten Füßen auf einen Stuhl setzen. Nun den Oberkörper anspannen und wie ein Pendel gerade nach vorne und zurück bewegen. Darauf achten, dass der Abstand zwischen Brustbein und Kinn sich möglichst nicht verändert.

Mehr Informationen zu Blasenschwäche findet man unter [www.seni.de](http://www.seni.de).

## Blumenerde-Lieferservice

**Weila-Erd GmbH**  
 • Blumenerde • Gemüseerde • Rasenerde...  
 Lieferung kostenlos frei Haus  
 Telefon 08 81/50 04  
 www.weila-erd.de

## Dacharbeiten & Instandhaltung

**Dach undicht?**  
**HeMi**  
 Dachdeckerei & Spenglerei  
 Meisterbetrieb  
 Tel. (0 81 42) 3 05 85 44

## Handwerker

\*\*\*\***HANDWERKSBEREICH**\*\*\*\*  
 erledigt schnell & günstig  
 Maler- u. Verputzarb., Trockenlegung  
 u. Vollwärmeschutz, Terrassen- und  
 Dachsanierung, Holz- u. Bautenschutz  
**01 63 / 3 33 94 60**

## Innenausbau

**MANICKARAJAH PLANUNG & DESIGN**  
 > Innenarchitektur > Trockenbau > Parkett  
 > Fliesen > Elektro > Sanitär > Maler  
**Alles aus einer Hand**  
 Telefon 089/26 21 16 52  
 Mobil: 0162-2 89 56 06  
 www.manickarajah.com

## Nähzentrum

**NÄHZENTRUM HUBER**  
 82362 Weilheim · Schmiedstraße 22  
 Tel. 08 81/24 67 · Fax 08 81/9 20 22  
 www.naehzentrum-huber.de

## Containerdienst

**wittmann**  
 sorgt für saubere Umwelt  
 Ihr Komplettendienstleister im  
 Bereich Entsorgung  
 ☎ 089 / 854 86-0  
 www.wittmann.de  
 info@wittmann.de

## Entrümpelung

**DW**  
 Entrümpelung & Sanierung  
 • Wohnungsauflösung  
 • Entsorgung  
 • Umzüge  
 • Messie-Räumung  
 Abrechnung der noch  
 verwertbaren Möbel  
**Mo.-Sa. 8 - 20 Uhr**  
 Mobil: 0160/91 10 15 97  
 Festnetz: 089/72 48 86 12

## Holz & Bautenschutz

**HOLZ & BAUTENSCHUTZ**  
 — ZIMMERMANN —  
 Sanieren – Renovieren – Modernisieren  
 Im, am & rund um's Haus  
 Fassade – Terrasse – Gartenhaus  
 Zaun – Balkon – Carport u.v.m.  
 Wir arbeiten mit Festpreisgarantie  
**Telefon 089/38 46 53 41**  
 www.holz-bautenschutz-zimmermann.de  
 Wir machen ihr Zuhause zum Wohlfühlort

## Malerarbeiten

**KAMMERER**  
 Malerbetrieb GmbH  
 Wir erledigen unkompliziert sämtliche  
 Malerarbeiten im Innen- und Außen-  
 bereich. Familienbetrieb | 0172/8918461  
 www.kammerer-malerbetrieb.de

## Reinigung

**ESAPOVIC**  
 FENSTERREINIGUNG  
**HABEN SIE KEINE LUST ZUM FENSTERPUTZEN?**  
 Rufen Sie uns an!  
 Telefon 0170/7 79 70 48  
 www.fensterreinigung-esapovic.de

**www.5-Seen-Wochenanzeiger.de**

## Wein

**DER Weinladen** Telefon  
 Wolfertstetter GmbH & Co. KG 08105 5102  
 82205 Gilching · Carl-Benz-Str. 14  
 Geöffnet: Di.-Do. 9.30 - 12.30 & 14 - 17 Uhr  
 Fr. 9.30 - 12.30 & 14 - 18 Uhr Sa. 9.30 - 13 Uhr

# Fundgrube

## Verschiedenes

**Garten-Teichservice** Entschlammung, Neu- u. Umgestaltung, Filteranlagen, Klarwasserberatung  
 Tel. 08141-18325

**A-Z Renovierungen** Parkett, Laminat, Fliesen, Badsanierungen, Elektroarbeiten, alles aus einer Hand.  
 Tel. 0174-1526383

**Wurzelstöcke fräsen** Preiswert u. schnell, Fa. Ellinger  
 Tel. 08141-26694

**Dolmetscher** - DE-FR, FR-DE, PT-DE, DE-PT, Konsekutiv-, Flüster-, Simultan- und Konferenzdolmetschen MDS Translation, www.mds-translation.de, Tel. 0176-34221211

**Wir bieten an:** Maler- u. Tapezierarbeiten, Trockenbau, Boden verlegen, Fliesenarbeiten, Trockenlegung, Badsanierungen u.v.m. Tel. 01 5 7 7 - 6 0 3 5 6 2 7, info@hs-sanierungen.de

**Badsanierung:** Ein komplettes Bad Qualität zum kl. Preis, Altersgerechte Umbauten von Badewanne auf Duschwanne. Bodengleiche Duschen, Fa Poltinger, 089/69370393, www.poltinger.de

**Garten- u. Landschaftsbau** Neuanlagen, Renovierungen aller Art, Natursteine, Pflastersteine, Terrassenplatten u. Zaunbau emre.gartenbau@live.de. Tel. 0174-3419837 o. 08142-5800430

**Bassist-in gesucht** in Wörthsee wir sind 6 w/m Hobby-Swingband. Probe 1 x mtl.: haryaltmann14@gmail.com

**Übersetzer** - DE-FR, FR-DE, PT-DE, DE-PT, EN-DE, DE-EN; beglaubigte, allgemeine und fachliche Übersetzungen. MDS Translation, www.mds-translation.de, Tel. 0176-34221211

**Firma Aalema:** Gartenbau, Pflaster, Trockenbau u. Carport Tel. 0179-7693386

**Entrümpelungen, Entsorgungen** von A - Z Tel. 0176-24185374

**Elektro Meisterfachbetrieb** Tel. 0173-6862994

**Biete Wintergartenreinigung,** Fenster- u. Pflasterreinigung Tel. 08141-5296392, 0176-24406805

**Erlidige zuverlässig Malerarbeiten.** Tel. 0177-2393802

## Verkäufe Sonstiges

**Krankenbett ALLURA Sonderanfertigung,** Schwerlast, mit Lattenrost und Matratze, Sondermaß 220x120 cm, neuwertig, Neupreis € 3.595,- - jetzt € 1.100,- ☎ 08152/3342

**Container - WC Container** und Holzblockhaus (26 qm) zum Selbstabbau! Tel. 0172-977-3494

## Wohnungsaufösungen

**Haushaltsauflösungen Besenrein** brauchb. Mobiliar kann angerechnet werden-Pauschalpreisvereinbarung. Wir bieten auch Umzüge + Renovierungen. Fa. Böhlinger Tel. 0174/3880900. haushaltsaufloesungen-besenrein.de

**Wohnungsaufösungen, Entrümpelungen, Nachlässe. Verwertbares wird angerechnet! Fa. A. Brunner**  
 Tel. 081 52/85 25 o. 01 72-8 63 64 29

**Münchner Familienbetrieb** übernimmt seit 1990 Wohnungsaufösungen, Entrümpelungen, Seniorenzüge, www.entruempel-trupp.de, Tel. 0160/7764886 info@entruempel-trupp.de

**Wohnungsaufösungen, Sperrmüll,** Schwer- & Kleintransporte 089/51264578 o. 0172/8408383

**Trödelprofi** übernimmt Wohnungsaufösungen, Tel. 0171/4368404

## Computer/EDV

**Computer Service v. Ort,** DSL, WLAN, Hard-/Software, Anti-Virus, Beratung, Tel. 08141/817387

## Musikinstrumente

**Klavier, hellbraun,** sehr guter Zust., schöner Klang, sofort spielbar, € 159,- geg. Abholung. ☎ 08157/4162

## Zu Verschenken

**Sofa IKEA Ektorp, 2-sitzer,** guter Zust., Creme-Farben, schmaler Schuhschrank weiß, Coutchisch Acryl, kl. Schränkchen. ☎ 08157/4162

**Moderne Dreisitzer Couch,** neuwertig, Ikea „Stockholm“, leuchtend grüner Samt. 08153/2135

## Entrümpelung

**DW Entrümpelung & Sanierung** Wohnungsauflösung, Entsorgung, Umzüge, Messie-Räumung. Kostenlose Besichtigung. ☎ 0160/91101597 oder 089/72488612

**Entrümpelungs-Löwen** Kostenlose Besichtigung Festpreis Haushaltsauflösung, Sanierung, Umzug, Entsorgung – Cosimastr. 121 81925 München 089/92334098

**Bayrische Buam Entrümpelung,** Umzüge, Renovierungen, kostenlose Besichtigung Anrufe unter Telefon: 089/12125491, www.bayrische-buam.de

**Wir haben das fix erledigt!** Entrümpelung, Renovierung, Transporte. Telefon: 0176/55238917, info@fixerledigt.de

## Umzüge & Transporte

**Komplettrenovierungen,** Bodenbeläge aller Art, ☎ 0174/1526383 Schnell, sauber, fachgerecht!

**Sperrmüll-Notruf 0173/8137862**  
**Sperrmüll-Express 089/14304052**

**Münchner Wochen Anzeiger**  
 wochenanzeiger.de

**Cooler Sachen aber kein Geld?**  
 Werde Zeitungs-zusteller!

WIR SUCHEN ZUVERLÄSSIGE

**Schüler (ab 13), Studenten, Rentner** für **Zeitungs- oder Prospektverteilung** am Mittwoch oder Samstag

Nimm per **WHATSAPP** unter der Rufnummer 089/5465 51 37 mit deiner persönlichen Betreuerin Hannah Kontakt auf. Alternativ auch per E-Mail an [vertrieb@wochenanzeiger.de](mailto:vertrieb@wochenanzeiger.de), online unter [www.wochenanzeiger.de](http://www.wochenanzeiger.de) oder telefonisch unter 089/5465 51 37

**Münchner Wochenanzeiger Crossmedia-Service GmbH**  
 Moosacher Straße 56 – 58, 80809 München

Unsere Datenschutzhinweise findest Du unter [www.wochenanzeiger.de/datenschutz](http://www.wochenanzeiger.de/datenschutz)



## Kaufgesuche

**Frau Niederreiner zahlt Höchstpreise** für PELZE, Schreib-/Nähmaschinen, Porzellan, Trachten, Abendgard., Krüge, Taschen, Uhren, Münzen, Schmuck, Bilder, Teppiche, Zinn, LP's, Besteck, Instrumente, Kristall, Zahle BAR & FAIR Tel. 089/90415639

**Seriös – Bar & Fair**  
Möbel, Vorwerkstaubsauger, Golfschläger, Schreib- u. Nähmaschinen, Krüge, Handarbeiten, Trachten/L-Schmuck, Uhren, Bücher, Porzellan, Kristall, Pelze, Teppiche, Bilder  
H. Ernst ☎ 0152/59658036

**Herr Daniel sucht Pelze, Lederjacken, Schallplatten, Gobellin-Bilder, Hirschgeweihe, antike Sachen, Sammeltassen, Teppiche, Trachtensachen, Abendkleidung aller Art, Porzellan und Kristall. Seriöse Abwicklung, bezahle in Bar.** ☎ 089/12125347

**Achtung Altes gegen Bares** für Uhren und Schmuck, exkl. Handtaschen, Münzen, Porzellan, Bücher, Zinn, Bestecke, Kameras und Gläser ☎ 0160/8020207 Hr. Weiß

**Achtung Frau Gerste kauft!** Pelze & Trachtenbekleidung, Porzellan & Bowle-Service, Bierkrüge, Silberbestecke, Croco-Taschen, Näh- und Schreibmaschinen. **Seriöse Barabwicklung vor Ort. Telefon 089/96 05 37 18**

**Hr. Höllenreiner sucht Vorwerk – Sauger, Massiv Möbel, Militaria, Porzellan, Münzen, Bilder, Uhren, Lexika, uvm.** 0176/88312191

**Suche Vespa PX (keine Cosa) oder alte Vespa / Lambretta** zum Herrichten od. Ausschlichten. Tel. 0172-8394458

**Suche LEDERHOSEN, CHARIVARI, Kropfketten, Schmuck, Zinn, Silberbestecke & Pelze** 0178/5351818

## !Frau Ernst Kauft!

Pelze, Bleikristall, Teppiche, Bierkrüge, Schreib-/ Nähmaschinen, Krokotaschen, Ferngläser, Trachten, Trachtenschmuck, Tafelsilber, Silberbesteck, Instrumente u.v.m.

**Familienbetrieb Ernst, seit 1987**  
Telefon 089/96058390

**Kaufe Orden, Uniformen, Helme, Fotos etc. bis 1945!** Zahle gut! Bitte alles anbieten! 0179/7861987

**Su. altes Ölbild oder Bilderrahmen** auch beschädigt 0176/55644089

## Handwerker

**Handwerksbetrieb erledigt schnell & günstig** Maler- und Verputzarbeiten, Trockenlegung und Vollwärmeschutz, Terrassen- und Dachsanierung, Holz- und Bautenschutz. Telefon: 0163/3339460

**Malern – Tapezieren – Bodenbeläge** Renov. Bäder/WC's und Fliesen Fa. (089/7602447,0173/3510450

**Malerarbeiten, Bodenbelagsarbeiten, alle Arten von Renovierungen,** Tel. 089/17103930

**Handwerksbetrieb Bauer** - Aus Liebe zum Handwerk! Sanieren-erhalten-erneuern. Wir führen folgende Arbeiten aus: Treppen-, Blk.-, Gargen, Terrassen-Sanierung, Abdicht. System, fugenlose Steinteppich-Verlegung. Rufen Sie unverbindlich an und wir beraten Sie vor Ort. ☎ 0821/20921627, Mobil: 0174/8019641, E-Mail: FTBauer@outlook.de

**Wir beraten Sie gerne, weil Sie uns nicht „Wurst“ sind!** Malerfachbetrieb f. Renovierungen/Sanierungen Ges. Malerarbeiten Innen u. Außen, Bodenverlegungen, Entrümpelungen, dezente Hausaufösungen Besichtigungstermin b. 30 km Hin-/Rückfahrt kostenlos [www.malerwurst.de](http://www.malerwurst.de) – Tel.: 0151/41232102

**Müller Fliesenmeisterei**  
24 jährige Berufserfahrung. Fliesen Verlegung jeglicher Art Marmor-Granit-Naturstein und Größe. Balkone und Terrassen sanieren-Silikon-Klein Reparaturen-Wohnungen Sanierungen-Schimmel Entfernung im Nassbereich. Neubau-Altbau-Wellnessbereich. Freue mich Ihr Zuhause wieder in einen 1A Zustand zu bringen, Tel. 0162/6653546

**Malermeister übernimmt** sämtliche Malerarbeiten, Wohnungen, Treppenhäuser, Neubau, für Fassaden eigenes Gerüst, Firma M. Werner, Tel. 08166/995654; 0178/3319254 od. 08142/9277

**Sanierungsbau R & M** Pflasterarbeiten, Malerarbeiten, Dach- u. Steinreinigung, Fassadenreinigung, Zaunbau und Dachbeschichtungen u.v.m. 15 % Neukundenrabatt ☎ 0155-10307457

**PB Projekt Bau GmbH:** Bodenbelagsarbeiten, Fenster, Türen, Vollwärmeschutz, Putzsanierung, Malerarbeiten aller Art, Trockenbau-, Elektro- u. Fliesenarbeiten, Tel. 0170/8956599

**Umbauten - Fliesen - Mauertrockenlegungen** - kleine Maurerarbeiten, Herr Wallinger, Telefon 089/8561180, [www.wallingerbausanierung.de](http://www.wallingerbausanierung.de)

**Malereifach-/Familienbetrieb,** sämtl. Maler- u. Lackierarbeiten, Fassaden, Tapezieren, Bodenbeläge, Tel. 0172/8918461, [www.kammerer-malereibetrieb.de](http://www.kammerer-malereibetrieb.de)

**Manickarajah Innenarchitektur** Trockenbau, Estrich, Fliesen, Parkett, Maler. Tel. 0162/2895606, [info@manickarajah.com](mailto:info@manickarajah.com) [www.manickarajah.com](http://www.manickarajah.com)

**Malerteam hat Termine frei!** Flexibel / Preiswert / Jederzeit (0171-5151095 Email: [musta.sanierung.gmbh@gmail.com](mailto:musta.sanierung.gmbh@gmail.com))

-----**Malermeister Nuriman** -----  
Fassaden- und Innenarbeiten, schnell, preiswert und zuverlässig  
Telefon: 0179/7166293 oder 089/20098996

**Älterer Malermeister übernimmt** sämtliche Maler u. Renovierarb. zu sehr günstigen Preisen sauber korrekt, zuverlässig, ☎ 0172/8919782

**[www.glasdusche.bayern](http://www.glasdusche.bayern)** – Glasduschen & Spiegel NEPTUN Malik seit 40 Jahren Qualität/5 Jahre Garantie - Sondermaße/Dachschrägen u. Montage ohne Aufpreis - rahmenlos und pflegeleicht - kostenlose Beratung vor Ort **Telefon 08856/935690 Mobil: 0177/7525833**

**Sanieren-Renovieren-Modernisieren.** Im, am & rund um's Haus! Fassade-Terrasse-Gartenhaus-Zaun-Balkon-Carport u.v.m. Wir arbeiten mit Festpreisgarantie. holz-bautenschutz-zimmermann.de Tel. 089/38465341 Wir machen Ihr Zuhause zum Wohlfühlort

**Kevali Baudienstleistung** Zertifizierter Asbestbetrieb (TRGS 519) vom Dach bis zur Fassade inkl. Ab- und Rückbau. Renovierung oder Streifarbeiten bis hin zu Abriss oder Entkernung. Kostenlose Besichtigung. Tel. 08123/9031621 – [info@kevali.de](mailto:info@kevali.de)

**Haben Sie keine Lust zum Fensterputzen?** Wir erledigen das! Solaranlagen-, Dampf-, Grundreinigung etc., Tel. 0170/7797048, [www.fensterreinigung-esapovic.de](http://www.fensterreinigung-esapovic.de)

**Malerteam hat Termine frei!** Flexibel / Preiswert / Jederzeit ☎ 0171-5151095 Email: [musta.sanierung.gmbh@gmail.com](mailto:musta.sanierung.gmbh@gmail.com)

**Fachbetrieb übernimmt günstig** Asphaltierungen, Pflasterungen und Gartenbauarbeiten. Tel. 0171/6700003

**Schnellreparaturen Rollläden und Markisen!** Wärmedämmung! Rabattaktion 15% auf alles Neue. Tel. 01590/1657125

**Malerbetrieb Unterhuber u. Seidel** GbR, Fachbetrieb für Maler-Lackierer Arbeiten. Tel. 0162/7300718, [gerhardseidel52@gmx.de](mailto:gerhardseidel52@gmx.de)

**Spenglerei/Bedachungen, Steildach, Flachdach, Dachfenster,** ☎ 089/70066656 [schubert-dach.com](http://schubert-dach.com)

**Hochdruckreinigung:** Wege-Terrassen-Treppen, Fa. Tel. ☎ 0172/8027435

**Fliesenlegermeister übernimmt** sämtliche Fliesen- und Marmorarbeiten, Tel. Fa. 089/717581

**Fliesenleger Badumbau** und mehr Beratung -Planung - Ausführung. Tel. 0176/23236246

**Deutscher Maler in Neuried, auch am Wochenende** und an Feiertagen, Fa., T. 0174/8533333

**Rentner (qualif.)** übern. kl. Rep. aller Art, Tel. 0176/21246908

**Malerarb. günstig 0171/2011140**

## Gartenbau

**Garten-, Landschaftsbau,** Alles rund ums Haus- und Gartenarbeiten. Heckenschnitt, Rasenmähen, Vertikutieren, Stein- u. Dachreinigung, u.v.m. Neukundenrabatt 10% Fa. Zielee ☎ 0163-0045974

**Garten-Service Baumfällung,** Baumpflegen, Hecken-/Strauchschnitt Marek Dabkowski ☎ 0174/9789932

**Biete Gartenarbeit, Rasenmähen** etc. – Tel. 0163/9529008

**Problemfällung, Gartenpflege, Wurzelstockfräsen, Heckenschnitt, Abfuhr, zuverlässig+preiswert, FA Lachner: 089/90059770, [www.die-baumexperten.de](http://www.die-baumexperten.de)**

**Bäume fällen, auch schwierige, Abfuhr, Wurzelstöcke ausfräsen, Pflasterarb., Fa. H. Gruber** 089/4704233, [www.baum-faellen.de](http://www.baum-faellen.de)

**Baum, Strauch und Hecken** schneiden; ☎ 089/1411090

## Flohmärkte

**Modelleisenbahn Ankauf** Suche Sammlungen aller Art. Faire und seriöse Abwicklung. ☎ 017672519155

## Gesundheit

**Neu! Private Arztpraxis** Dr. med. Thomas Schummer, Facharzt für Allgemeinmedizin, Akupunktur, Chirotherapie. Rothschaiger Str. 16a, FFB. Termine nach Vereinbarung. [www.schmerztherapie-schummer.de](http://www.schmerztherapie-schummer.de) Tel. 0171-2764300, [dr.schummer@web.de](mailto:dr.schummer@web.de)

## Bekanntschaffen

**Bildhübsche Sandra 43** bin eine sehr fröhliche humorvolle Frau leider etwas schüchtern. Suche einen Mann zum Aufbau einer harmonischen Beziehung. Habe eine schöne Wohnung in der Stadt, liebe aber das Landleben, bei Sympathie bin ich auch gerne umzugsbereit. ü.Pv. Tel: 015127186363 gerne sms

**Christine, 68J. bescheidene Witwe** mit besonderen Kochkenntnissen. Ich liebe Schlager, Camping, die Natur, mag Spaziergänge, Geselligkeit am Abend. Ich bin hübsch, gepflegt, ortsgelunden, mobil, habe eine gute Rente, e. schöne, fraul. Figur. Ich würde gerne wieder für einen soliden Herrn hier aus der Gegend da sein. Darf ich zu Besuch kommen? pv ☎ 0157-75069425

**Attraktive Sophia 53 J.** mit schöner Figur vielleicht etwas zu vollbusig. Von Beruf bin ich Beraterin und seit 3 J. allein. Ich fühle mich sehr einsam, so schön wäre es wieder in den Arm genommen zu werden uvm. Bitte habe Mut und melde Dich, für eine glückliche Zukunft. ü.Ag.VMA Tel/sms 01796823019

**Mein Name ist Sigrid 70J,** verwitwet und völlig allein. Bin eine sehr liebevolle, zuverlässige Frau mit Herz. Ich mag Grillabende, Gartenarbeit und bin sehr häuslich. Mit meinem flotten Auto kann ich Dich gerne besuchen kommen. Bitte melde Dich. ü.Pv Anruf 01607689211

**KREATIVER !!Er 183,** sportliche Figur, sehr gepflegt, äußerst kreativ.Hobbys: Yoga,Kochen, Backen,Tanzen. Sie sollte schlank sein. ☎ 0176/46665083

**Partnerkatalog mit vielen** Partnervorschlägen jetzt kostenlos anfordern. Tel. 08222-4081523

## Erotik

**Er sucht Sie für zärtliche Begegnungen** ☎ 0172/4627099

**Evi bes. dich** Tel.0151/63844238

## Erotische Massagen

**NACKTE LADY** ☎ 0152/51721561

**MULTI-VERSUM**  
Magie & Artistik wie aus einer anderen Welt  
**10. Juli bis 1. September 2024**  
GOP. Varieté-Theater München [variete.de](http://variete.de)

## Der Sozialdienst Gilching sucht SIE!

### Pflegefachkraft & Pflegehilfskraft (m/w/d) (Vollzeit/Teilzeit/Minijob)

Gerne auch QUEREINSTEIGER\*INNEN ohne Vorkenntnisse!

Der Sozialdienst versorgt seit über 50 Jahren Gilchinger Bürgerinnen und Bürger mit ambulanten Pflegeleistungen. Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir empathische, zuverlässige, engagierte, eigenständige und verantwortungsbewusste Teammitglieder.

Eine leistungsgerechte Bezahlung ist für uns ebenso selbstverständlich, wie ein positiv motiviertes Arbeitsumfeld. Sie fühlen sich angesprochen, dann freuen wir uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung.

**Sozialdienst Gilching e.V.**  
Andechser Str. 3, 82205 Gilching  
Tel.: 08105-7782-3  
E-Mail: d.glandien@sozialdienst-gilching.de



Münchner  
Wochen  
Anzeiger  
wochenanzeiger.de

Wir sind ein ständig expandierendes Unternehmen und vertreiben diverse, wöchentlich erscheinende Stadtteilzeitungen im Münchner Raum.

**ZUR VERSTÄRKUNG UNSERER VERTRIEBSABTEILUNG SUCHEN WIR: FÜR DIE KOORDINATION (AUSLIEFERUNG) SOWIE ALLE ANFALLENDEN LAGERTÄTIGKEITEN AB SOFORT BZW. BALDMÖGLICHST EINE FACHKRAFT FÜR**

## Lagerlogistik (m/w/d) 4-Tage-Woche (Dienstag bis Freitag)

### IHR PROFIL:

Kenntnisse aus der Speditionsbranche, Freude am Umgang mit Menschen, Personalführung, Eigeninitiative, selbstständiges Arbeiten, Verantwortungsbewusstsein, sowie Belastbarkeit auch in hektischen Zeiten sollen für Sie selbstverständlich sein. EDV-Kenntnisse sowie Führerscheinklasse C1 (bis 7,5 t) und die Bereitschaft zur teilweise erforderlichen Schichtarbeit und teilweise Samstagsarbeit sind Grundvoraussetzung, Staplerschein von Vorteil.

**WIR BIETEN** Ihnen ein interessantes und entwicklungs-fähiges Aufgabengebiet bis zum stellv. Lagerleiter, einen zukunftssicheren Arbeitsplatz, ein angemessenes Gehalt und die üblichen Sozialleistungen eines erfolgreichen Verlagshauses.

Bitte richten Sie Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen mit Foto und Gehaltsvorstellung an:

### Zeitungsvertrieb Wochenanzeiger GmbH

Moosacher Straße 56-58, 1. Stock, 80809 München  
z. Hd. Herrn Schwaiger  
r.schwaiger@wochenanzeiger.de

## Stellenangebote

**Persönliche Assistenz mit Herz gesucht.** Für unseren Sohn (33, Angelman Syndrom) mit geistiger Behinderung suchen wir eine Teilzeitkraft 4-5 Dienste a 24 Std. in München West. Bewerbung oder Fragen bitte an: damjanak@gmx.de

**Renommiertes Ladenbauer sucht!** Ab sofort in Maisach - Wasserinstallateur, Lagerist u. Monteur - bei attraktiver Vergütung, Benefits u.v.m.! Bewirb Dich jetzt! Gerne per WhatsApp Tel. 0170-4468010 od. bewerbung@laden-eins.com

**Hotel Bauer**  
sucht  
freundliches  
**Zimmermädchen (m/w/d)**  
7.00 - 13.00 Uhr  
Kidlerstraße 32  
81371 München · Tel. 7 46 19-0  
info@hotelbauer-muenchen.de

**Malerei, Sub ges. 0160/98749051**

**Elektroniker & Bürokaufmann gesucht.** MBS sucht Verstärkung im AstoPark/Gilching. m/w/d, Vollzeit & unbefristet. www.mbs-electronics.com

**Zuverlässige Servicekraft** für Spielhalle nach Germering gesucht Zimmer vorhanden Tel. 0173-3967084

## Kinderhaus Kai



Für unsere Kindergartengruppen im Kinderhaus Kai in Germering suchen wir ab September 2024 engagierte und einfühlsame

### Hilfskräfte (32 Wochenstunden)

Wenn Sie gerne mit Kindern zusammen sind und sich vorstellen können, gemeinsam mit pädagogischen Fachkräften in einer Gruppe mit neun Kindern zu arbeiten und diese liebevoll und konsequent dabei zu unterstützen, sich altersgemäß zu entwickeln, so freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!

Kinderhaus Kai gGmbH  
Lydia Stehberger  
Landsberger Str. 146  
80339 München  
E-Mail: bewerbung@kinderhaus-kai.de  
www.kinderhaus-kai.de

**Putzfrau gesucht 82229 Seefeld,** 1 x wöchentlich, nur auf Minijob Basis, DHH/2 Pers. Tel. 0151/27039115

**Spielhalle** in Germering sucht Mitarbeiter für 8 Nachtschichten im Monat 20.30 Uhr bis 3.00 Uhr Tel. 0173-3967084

**Suche Putzhilfe in Inning** Suche zuverlässige, erfahrene, deutschsprachige Hilfe für 2-2,5 Std. alle 14 Tage. T. 08143 992219 abends.

**Tutzing: Haushaltshilfe** für 4-10 h/W auf Minij. Ges. Mail: caroline.eichenberg@familienservice.de

## BILDER- BUCH- TYPEN

...produzieren und  
verpacken schöne  
Weihnachtsgeschenke.

## Wir suchen DICH für die Weihnachtssaison\*

Unterstütze uns in der Produktion, so dass unsere Kund:innen ihre Produkte in der besten Qualität rechtzeitig unter dem Tannenbaum liegen haben. Die Tätigkeiten, wie z.B. Verpacken, Sortieren und einfache Maschinenbedienung, sind leicht erlernbar.

### Zeitraum:

- ▶ Oktober bis Dezember
- ▶ Anstellungen flexibel zwischen 4-12 Wochen
- ▶ Arbeitszeiten: wir arbeiten im Schichtsystem aber ohne wöchentlichen Wechsel, sowie an den 4 Wochenenden vor Weihnachten
- ▶ Vollzeit oder Teilzeit nach Absprache

### Was wir dir bieten können:

- ▶ Stundenlohn 14,38 € Brutto + Zuschläge
- ▶ Sondervergütungen für Einsätze an den Wochenenden
- ▶ Urlaubsgeld
- ▶ Kostenlose Parkmöglichkeiten
- ▶ Betriebskantine

Bewerbe dich online unter:  
**cewe.de/karriere**

**Tip:** Bewerbe dich sofort & unkompliziert über Whatsapp



Ansprechpartnerin:  
**Lisa Gschmeißner**  
mu-weihnachtssaison@cewe.de  
089 - 84007-323  
**Cewestr. 1-3 • 82110 Germering**

\* Der Mensch zählt, nicht das Geschlecht. CEWE setzt auf Vielfalt, lehnt Diskriminierung ab und denkt nicht in Kategorien wie etwa Geschlecht, ethnische Herkunft, Religion, Behinderung, Alter oder sexuelle Identität.

## WE ARE HIRING



Das Max-Planck-Institut für biologische Intelligenz (MPI-BI) liegt im Südwesten von München, mit seinen beiden Standorten in Martinsried und Seewiesen. Es ist eines von über 80 unabhängigen Forschungsinstituten der Max-Planck-Gesellschaft. Mit rund 500 Mitarbeitenden aus mehr als 50 Nationen erforschen wir die Grundlagen der „biologischen Intelligenz“. Wir wollen verstehen, wie tierische Organismen im Laufe der Evolution Fähigkeiten entwickelten, mit einer sich ständig verändernden Umwelt umzugehen und immer neue Lösungen für Probleme zu finden.

Zur Unterstützung des Teams am Standort Martinsried suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine\*n

### Bilanzbuchhalter\*in (m/w/d) und zunächst stellvertretende Leitung (m/w/d) für das Sachgebiet Finanzen

Die Stelle ist zunächst auf zwei Jahre befristet. Bei Eignung ist eine unbefristete Weiterbeschäftigung erwünscht.

Die ausführliche Stellenbeschreibung finden Sie auf unserer Homepage unter <https://www.bi.mpg.de/stellenangebote>.

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung!



## Schülerhilfe!

Beste Noten. Lokal & digital.

FIT in ENGLISCH u./o. DEUTSCH?

### Nachhilfelehrer (m/w/d)

gesucht. Wir: ein tolles Team, faire Bezahlung, Einsatz nach deinen zeitlichen Möglichkeiten, Zeugnis.

Jetzt bewerben unter:

08151-9193575

Job mit Sinn! Gerne auch 50+!

STARNBERG  
Hauptstr. 4

Suche LKW - Fahrer (m/w/d) Führerscheinklasse CE, Arbeitszeit Mo. - Fr. Tel. 0152-29390383

Nebenberufliches Einkommen im Homeoffice!  
Fa.Semmler ☎ 01573/7310784

Hausmeisterehepaar m/w für Pflege von Haus u. Garten eines Privathaushalts in Schäftarn gesucht Wohnmöglichkeit f. 2 Pers. Minijob, Bewerbung an [suchehausmeister@gmx.net](mailto:suchehausmeister@gmx.net)

HAUSMEISTER gesucht, TZ/VZ, gerne auch Rentner, ab Sept., bzw. nach Absprache, Raum München; Tel. 0151/18364521

2 nette Kollegen/innen für Ausendienst gesucht. Ohne Verkauf, KFZ, Prov., Festgehalt, tolles Team und Aufstieg. ☎ 089/5454350

Ich suche für meine bettlägerige Frau (49) eine liebevolle und bodenständige Betreuung auf Stundenbasis in Obersending. Ab sofort oder später. Bewerbung an [hilfe\\_osm@gmx.de](mailto:hilfe_osm@gmx.de) oder Tel.: 0176-61681079

Wir suchen dich als Küchenmitarbeiter (m/w/d) in München! In Teilzeit/Vollzeit (06-15 Uhr) Jetzt bewerben! ☎ 06102/745302, [Bewerbung@aramark.de](mailto:Bewerbung@aramark.de) [www.karriere.aramark.de](http://www.karriere.aramark.de)

Unterstützung im Haushalt für 1 Person (keine Pflege) in München-Solln 1 mal pro Woche für 3 Stunden gesucht. 089 7911233

Schulbusfahrer\*in (m/w/d) gesucht. Teilzeit; Mo-Fr; 9Sitzer ohne P-Schein; Früh-/Mittag-/Spättour. PASST GmbH München, Tel. 089/452235-700, [fahrdienst@passt-gmbh.de](mailto:fahrdienst@passt-gmbh.de). Weitere Infos unter [www.passt-gmbh.de](http://www.passt-gmbh.de)

Putzhilfe für Privat und Geschäftshaushalt ab sofort oder später nach München Bogenhausen und Zamdorf gesucht. Di. 8 – 13 Uhr und Fr. 12 – 18 Uhr. per. Std. 15.- € Tel. 01629348323

Dringend! Suche für Schülerwohnheim Mü.Johanneskirchen Aushilfe für Nachtbereitschaften und ErziehlerInnen in Vollzeit im Gruppendienst. Bewerbungen an: ☎ 089 95728 5201

## Stellengesuche

FLIESEN, MAUERN, MALEN  
Telefon: 0174/1725108

Krankenschw. übern. Seniorenbetreuung, Tel. 0177/4828842

Ich putze Ihre Fenster, Anrufe unter Telefon: 0157/73555725

Gartenbau und Gartenpflege Tel. 0157-53384200

WASSER, HEIZUNG, ELEKTRO,  
Telefon: 0162/4512197

Erfahrener Gärtner m. Gerätensu. Arbeit. T. 0157/73555725

Ich bitte alle Garten Arbeit ☎ 0157 / 80831593  
[gk.bodenbau@gmail.com](mailto:gk.bodenbau@gmail.com)

Objekte zum Reinigen gesucht, Büro, Treppe, Praxis, Gastro, usw., ☎ 0152/04901100

Rentner sucht sozialpflichtige Beschäftigung bis € 600,-, Tel. 089/875080

Suche 538€ Job OP-Mitarbeiter, 55 J. s. Putzstelle München West Schlüsselobjekt. 0176 74784360

Gärtner sucht Arbeit;  
Tel. 0176/81480509

24-Stunden-Betreuung bei Ihnen zu Hause; ☎ 0176/74060087

Erf., zuverl. Putzfrau sucht Stelle nur auf Rechnung, 089/21547241

30Wir renovieren Ihre Wohnung (komplett) Tel. 0163-8822156

24h-Pflege / Haushaltshilfe  
☎ 089/66653088 Frau Kraus

Putzst. Solln; T. 0176/84255370

Su. Putzstelle ☎ 0172/8637889



WIR SUCHEN ZUVERLÄSSIGE

## Kontrollere/-innen

FÜR UNSERE ZUSTELLBEREICHE.

Ein eigenes Kfz sollte vorhanden sein.

Wenn Sie sich gerne etwas dazuverdienen möchten, senden Sie uns bitte den unteren Abschnitt ausgefüllt zu oder rufen Sie uns einfach an.



Bewerbung als Kontrolleur/-in

Name, Vorname

Strasse

Wohnort

Telefon

Geburtsdatum

### Zeitung + Prospekt Verteilservice GmbH

Moosacher Straße 56, 80809 München  
Telefon 089/41 11 48-11 11, Fax 089/41 11 48-11 80  
E-Mail: [vertrieb@wochenanzeiger.de](mailto:vertrieb@wochenanzeiger.de)

Unsere Datenschutzhinweise finden Sie unter  
[www.wochenanzeiger.de/datenschutz](http://www.wochenanzeiger.de/datenschutz)



## Stellenangebote

Putzhilfe ges. 5h Freitag V. Gute Deutschk. Minijob Mchn. Moosach ☎ 0152/02092054

SCHULFIT Herrsching sucht nette und geduldige Lehrkräfte, [www.schulfit.de](http://www.schulfit.de)

Suche Bürokauffrau (m/w/d) in TZ Arbeitszeit Mo. - Fr. Tel. 0152-29390383

Suche LKW - Fahrer (m/w/d) Führerscheinklasse CE, Arbeitszeit Mo. - Fr. Tel. 0152-29390383

KUNDENBERATER 40 €/Std. Haupt Nebenberuf! ☎ 089/2441153-19

Su. LKW-Fahrer CE (m/w/d), im Nah-Fernverk. ☎ 0152/29390383

Er, 73, seit 1 Jahr Witwer su. für seine 3-Zi.-Whg. am Wettersteinplatz ein Haushaltshilfe; Tel. 089/6929738

Wir stellen ab Sept. 2024 Schulbusfahrer (m/w/d) in Teilzeit oder auf 538.-€ 13.-€ An-Abfahrt w. bez. ☎ 0177/6373013

Suche Gärtner in Vollzeit (m/w/d) am Waldfriedhof ab sof., mit FS, Tel. 0173/1785362

Ihre Ansprechpartner für den Stellenmarkt!



Sie sind auf der Suche nach qualifizierten Mitarbeitern (m/w/d) für Ihr Unternehmen?

Melden Sie sich unter 089/31 21 48-2020 oder unter [stellenmarkt@wochenanzeiger.de](mailto:stellenmarkt@wochenanzeiger.de)

Wir freuen uns auf Ihren Anruf und helfen gerne weiter.

## Audi

Suche Audi ab Bj. 2000 jd. Zust. Firma ☎ 089/97890365

Kaufe Audi, Fa, T. 089/61467795

## BMW

Suche alle BMW, jeder Zustand, 24Std./Wo. Fa. Tel. 089/97890365

SUCHE BMW jd. Bj., jd. Zust., 24 Std./Wo., Fa., Tel. 089/89328547

Kaufe BMW Fa. T. 089/61467795

## Fiat

Suche Fiat PKW/BUS, ab Bj. 98, jeder Zustand, 24h/Woche, Fa. ☎ 089/89328547

Kaufe Fiat Fa. T. 089/48998925

## Ford

Fiesta Automatik, Bj. 99, 1. Hd., 55 kw, 75' km, TÜV 7/26, Stürig, Fb. rot, Klima, Servo, kein Rost, € 2.550,-Tel. 0174/3049681

Su.Ford PKW/BUS, ab Bj. 98, jd. Zustand, 24h/Wo., Fa. 089/89328547

Kaufe Ford Fa. T. 089/48998925

## Honda

Suche alle Honda ab Bj. 98, 24 Std./Wo., Fa. Tel. 089/97890365

Kaufe Honda, Tel. 089/48998925

## Hyundai

Su. Hyundai, Japaner u. Koreaner Firma ☎ 089/97890365

Suche Hyundai 089/48998925

## Kia

Kaufe Kia, Fa., T. 089/48058775

## Mercedes-Benz

Su. alle Mercedes jd. Bj. Zustand Firma ☎ 089/97890365

SUCHE MERCEDES alle Typen jd. Bj., 24Std./Wo., Fa., 089/89328547

Su. Mercedes, T. 089/62809177

## Nissan

Kaufe Nissan Tel. 089/94002977

## Opel

Su. alle Opel ab Bj. 2000 Sonn/Feiertage Firma ☎ 089/97890365

Su. OPEL PKW/BUS, ab Bj. 98, jd. Zust., 24h/Wo., Fa. 089/89328547

Kaufe Opel Fa. T. 089/48998925

## Peugeot

Kaufe Peugeot Firma, ☎ 089/48998925

## Renault

Suche Renault, T. 089/94002977

## Skoda

Kaufe Skoda Tel. 089/48998925

## Toyota

KAUFE jd. TOYOTA und andere Japaner, kein TÜV, viele KM, Unfall, zahle Bar, auch So./Feiertage, Fa. Tel. 089/97890365 (immer erreichbar)

Kaufe alle Toyota auch mit Unfall, TÜV-fällig, hohe Km o. defekt. KFZ Meisterbetrieb T. 0151/1745642 oder 08841/6789338

Kaufe jeden Toyota, Firma, Tel. 089/48998925

Suche Toyota PKW/BUS, jd. Zustand, Fa. Tel. 089/89328547

## Volkswagen

Su. alle VW, PKW, Bus, Firma 24 Std./Wo.; Tel. 089/97890365

Suche VW PKW/Bus, Firma, Tel. 089/48996460

Su. VW PKW/BUS, jd. Bj. / Zust., 24 Std./Wo., Fa., T. 089/89328547

## Volvo

Su. Volvo ☎ 089/62809177

## Wohnwägen/ Wohnmobile

Fam. Ernst su. Wohnmobil oder Wohnwagen auch defekte, bitte alles anbieten. Mit freundlichen Grüßen ☎ 0163/2570925

Kaufe Wohnmobile+Wohnwagen 03944/36160, www.wm-aw.de, Fa.

Junges Ehepaar su. Wohnwagen od. Wohnmobil 0174/9847694

## Motorräder

Suche Vespa/Piaggio PX 80,125,150 od. 200 ccm (keine Cosa) oder Vespa 50n/Spezial zum Herrichten od. Ausschlichten (auch Unfall). Tel. 0172-8394458

Ankauf - Gebraucht - Unfall - Defektmotorrad Fa. Tel. 0171-8930809

Kaufe gebrauchte Unfall- und defekte Motorräder, Fa., Telefon: 089/3143203

Suche alte VESPA, Moped, Motorrad ☎ 0160/93883574

## Kfz-Verschiedenes

Wir kaufen jedes Auto, auch Unfall/Motorschaden usw., Selbstabholung auch mit Abschleppwagen mögl., Barzahlung, Abmeldung, 24 h, auch Sa./So., KFZ Firma, (089/96978922

Ankauf von KFZ aller Art, auch unfallbeschädigt, TÜV fällig, Motor od. Getriebeschaden, KFZ Meisterbetrieb T. 0151/17456427 oder 08841/6789338

Kfz-Fa. kauft alle Fahrzeuge, Zustand egal, Barzahlung, Selbstabholung, Abmeldung erfolgt sofort ☎ 089/62809177

Dt.-Fa. kauft Unfall- und gebrauchte KFZ, sofort bar, Sa./So., T. 089/48058543

## Kfz-Ankauf

Münchner KFZ-Firma kauft jedes Fahrzeug, auch Unfallschaden, Motorschaden mit oder ohne TÜV usw. Abmeldung, Barzahlung und Selbstabholung, 24 h auch Sa./So., Firma Tel. 089/92269970 o. 0171/3078511

Dt. Fa. kauft alle Autos für In-/Export. Gepflegte, Motor-, Getriebe- und Unfallschaden, mit oder ohne TÜV vvm. Abholung auch mit Schleppwagen möglich. Barzahlung, Abmeldung sofort. Tel. 089/48058775; 24h u. Sa./So. erreichbar

Fa. Auto-Star München KAUFEN FAHRZEUGE ALLER ART. AUCH UNFALL, MOTORSCHADEN, HOHE KM. OHNE TÜV UND FÜR EXPORT, Hr. Anton, Tel. 089/95403116 oder 0177/8901053, auch am WE u. Feiertage

Auto Ankauf! Gepflegte/ defekte usw. Selbstabholung, Barzahlung, Abmeldung, Fa. Tel. 089/89867096 auch Sa./So.

LUEJ Automobile. Kaufe Fahrzeuge aller Art, auch Unfall, Motorschaden, hohe km, ohne TÜV und für Export; auch Feiertag und Wochenende. Tel. 089/9042250555, 0174/7172018

Kfz-Ankauf aller Art, auch Unfall/ Motorschaden usw., Selbstabholung, Barzahlung, Abmeldung, 24h, auch Sa./So., KFZ Firma, Tel. 089/61465198

www.kaufe-jedes-auto.eu Automobile Silvio & Söhne wir halten was andere versprechen. Kilometer, Zustand, Marke egal. ☎ 0177/2064584

KFZ-Firma kauft Ihr Fahrzeug, auch Unfallschaden, Motorschaden oder ohne TÜV, Abmeldung vor Ort, KFZ-Meister ☎ 089/46130121

KFZ-Fa. kauft alle Fahrzeuge Zustand egal, Barzahlung, Selbstabholung u. Abmeldung erfolgt sofort, a. Sa./So. Tel. 089/62271473

Ankauf von Unfall-, TÜV fällig und rep.-bedürftigen KFZ, hohe km, Oldies, Bastlerfahrzeuge. KFZ Roland ☎ 08142/592788

Fa. Höcht kauft Ihr Fahrzeug auch Unfall - Totalschaden, zahle Höchstpreise Tel. 0162-3296073 o. 08141-8111224

Dt.-Fa. kauft Unfall - und gebrauchte KFZ, sofort bar, Sa./So., T. 089/94002977

Suche gepflegte PKW's ab Bj. 2010 Münchener Firma, Tel. 089/42018419

Wir kaufen Ihr Motorrad/Moped! Barzahlung bei Abholung ☎ 0170-5485000

Suche gepflegte PKW's ab Bj. 2014. Münchener Firma, Tel. 089/42018419

Kaufe alle Arten von Fahrzeugen ☎ 0172/8613407

Kaufe Fahrzeuge aller Art, 24 Std./Woche, Fa. ☎ 089/89328547

Kfz-Firma kauft alle Autos, Tel. 089/61209593 auch Sa./So.

## Reifen

Verkaufe Sommerreifen Continental 195/55R16H mit 200 km, 120,- € ☎ 015773436592

Taschentücher gibt's im Supermarkt. Blut NICHT.



Termine und Informationen unter 08 00 11 949 11 oder www.DRK.de

## Re-Import WIMMER.

freundlich. fair. zuverlässig. mit 30-jähriger Erfahrung im Re-Import

Verkauf von EU-Neuwagen bis 35 - 40 % unter dt. Liste je nach Fabrikat.

- Inzahlungnahme von Gebrauchtwagen
- Leasing und Finanzierung

Carl-Benz-Straße 8  
82205 Gilching bei München  
Tel.: +49(0) 81 05/77 14 77-2

E-Mail: verkauf@reimport-wimmer.de  
www.reimport-wimmer.de



Verschiedene Fabrikate sofort lieferbar



Neuer Multivan T7 bestellbar  
Multivan T6.1 u. California sofort lieferbar



Besichtigungsstandorte:  
die Werkstatt GmbH Limprecht,  
Rudolf-Diesel-Str. 10  
Autowerkstatt Valentini, Weßlinger Str. 36, Gilching

Wir führen auch

Audi, VW, Seat, Skoda, BMW, Dacia, Opel

E-Mail: verkauf@reimport-wimmer.de  
www.reimport-wimmer.de

## Immobilien-Gesuche

### Finanzstarker Investor sucht

#### Mehrfam. Häuser & Gewerbeobjekte

Ansprechpartner: Herr Hiltzenbichler

☎ 089 21 96 41 09

Schnelle und diskrete Wir leben Abwicklung garantiert Immobilien! Info@AkuRat.net

München | Herrsching | Germering | Landsberg | Murnau

**Haus/Baugrundstück gesucht-** Freundliche Akademiker-Familie sucht Haus/Baugrundstück ab 180qm/500qm bis 1,8 Mio zum Kauf. Angebote unter: haus5seenland@web.de

**2 Familien suchen Baugrundstück** ab 700 qm von Privat zum gem. Bau eines Doppelhaus/EFH, auch Sanierung Altbestand mgl. Bis 40 km um München, 0160/8351288

### Finanzstarker Kapitalanleger sucht

Wohnungen & Baugrundstücke (auch mit Altbestand)

Ansprechpartner: Herr Hiltzenbichler

☎ 089 21 96 41 09

Schnelle und diskrete Wir leben Abwicklung garantiert Immobilien! Info@AkuRat.net

München | Herrsching | Germering | Landsberg | Murnau

**Nix leer stehen lassen Aktion** „raumgeben.net“ sucht leer stehenden Wohnraum, auch mit Mängeln oder Befristung, für Geflüchtete. Tel. 0151 11 503065, g.strasser@sailbeautiful.com

**Suche Wohnung zum Kauf**, auch renovierungsbedürftig, Gerhart Immobilien Tel. 08146-996273

**Jg. Familie sucht Grundstück** o. Haus z. Kauf, Tel. 0170/8489890

**Kaufe Whg. Tel. 089/48998925**

### Mietangebote

**Weßling, gr. möbl. Zi., Du.**, an patente(n) u. umsichtige(n) Mitbewohner(in) gegen etwas Hilfe. Nur Nebenkosten. ammerseefreundin@t-online.de

**GRÖBENZELL, 2-Zi.-Whg.** hochwertig renoviert, 57 qm, Balkon, ruhige Lage. 980,-€ + Nebenkosten Tel. 0179-1271125

**1,5 Zi. in Feldafing** ☎ 0151/15715709

**Möbl. Zi., S6; Tel. 0151/15715709**

### Mietgesuche

**Schöne 2 Zi-Whg ab 11/24** gesucht von Frau, 69, aktiv und weiterhin vielseitig kreativ, die gerne an die bay. Seen zurück möchte. Gerne mit Balkon, EBK, ca 60qm Bin engagiert im Ehrenamt, biete gerne meine Mithilfe an TEL:01604227721

**Kleines Haus mit Garten gesucht** 5 Gitarren, 2 Keyboards, div. Kleininstrumente, 2 Hochbeete, wenn's geht unser Holzofen und wir, musikalisches u. trotzdem ruhiges Paar, 58/65, NR, suchen kleines Haus in naturnaher, sehr ruhiger Lage. Grundversorgung in der Nähe, ein Nebengebäude im Garten und ein Keller wären super. Wo? Seefeld, Hechendorf, Dießen u. Umgebung wären ideal, gerne aber auch Raum STA, LL, Allgäu, FFB. Für Renovierungs-/ Sanierungsarbeiten könnten wir uns tatkräftig u. je nach Angebot auch finanziell einbringen. Sie haben ein Haus, vielleicht auch leerstehend und können sich uns darin vorstellen? Wir freuen uns auf Ihre Nachricht. Tel. 089 51446674 oder an musikerhaus@posteo.de

**Ruhige Wohnung bis 650€ warm** Sportlicher Saunameister sucht eine ruhige DG-Wohnung im Nord-Westen von München. Renovierungsbedürftige Objekte sind bei Mietanpassung Willkommen. 0152/55446007

**Wir, 54J. und 59J. suchen 2-3Zwhg** EG o. Aufzug, in Herrsching, langfristige, warm max.1400,- ☎ 015157625091

**Suche schöne 2-Zi.-Whg.** mit Blk. oder Terr., EBK, Bad m. Badewanne, bevorzugt Germering und Umkreis, ges. Einkommen, Öffentl. Dienst. Warmmiete bis max. 1.000€. Tel 0176/811 20 871

**Dr. Ing. (w,30) sucht Whg, 2 Zi,** 1300,-€ warm, ab 15.8/1.9, München zentral, München Ost christine.eilers15@gmail.com

**Haus zu Miete/Pacht gesucht** auch renovierungsbedürftig. ☎ 0152/54068006

**Paar (Mitte 30) mit Kind** in ges. Verhältnissen, suchen 3,5-4-Zi-Whg. im Münchn. Westen, Landkreis FFB/DAH, Garten o. Dach-Terrasse, Tel. 0172/1602612

**Dringend! 1-2-Zi.-Whg., Lkr. STA** ges.; Tel. 0173/3883014

**Wir, zwei Studentinnen** für Lehramt bzw. Geografie an der LMU, suchen ab sofort eine 2- bis 3-Zi.-Wohnung in Uni- oder U-Bahn-Nähe bis ca. € 1.000,- warm. Wir freuen uns sehr über jede Kontaktaufnahme. Tel. 0176-54363788 oder 0176-66990531

### Grundstücke

**Jg. Familie sucht Grundstück** o. Haus z. Kauf, Tel. 0170/8489890

**Grundstück am Ortsrand** von Alling 26.626 qm, gegen Gebot zzgl. 3,57% Provision inkl. MwSt. AN-Immobilien Tel. 089-618127

Ihre Ansprechpartner für den Immobilienmarkt!

**5-Seen  
Wochen  
Anzeiger**  
parsbergecho.de

**Sie möchten ein Objekt verkaufen oder eine Mietanzeige aufgeben?**

Melden Sie sich unter 089/31 21 48-2020 oder unter immobilienmarkt@wochenanzeiger.de

**Wir freuen uns auf Ihren Anruf und helfen gerne weiter.**

Der Immobilienmarkt der 5-Seen-Wochenanzeiger · immo.muenchenweit.de

## Ortsführungen Ammerseer Theaterverein

**HERRSCHING (job)** · Der Ammerseer Theaterverein lädt zu Ortsführungen in Herrsching ein. Sie finden ab sofort an den Donnerstagen (bis Mariä Himmelfahrt) statt – bei gutem Wetter (Absage ggf. siehe ammerseer-theaterverein.de). Beginn ist immer um 19 Uhr an der Brücke über den Kienbach zwischen Fischergasse und Kienbachstraße gegenüber der Vhs-Ge-

schaftsstelle. Elf Mitglieder des Ensembles des Ammerseer Bauerntheaters teils in historischen Kostümen bereichern die Ortsführung mit kurzen Einlagen an zehn Stationen auf dem Weg über die Bahnhofstraße, die Touristinfo und die Baderstraße zum Seeufer. Die Führungen dauern etwa 90 Minuten und sind kostenlos. Nächste Termine: 25. Juli, 1., 8., 15. August.

## Lesung mit Barbara Bleisch

**TUTZING (red)** · Die Akademie für Politische Bildung (Buchensee 1) lädt am Samstag, 27. Juli, um 19.30 Uhr zur Kulturveranstaltung »Die Mitte des Lebens: Lesung und Gespräch mit Barbara Bleisch« ein. Der Eintritt ist frei. Eine Online-Anmeldung ist erforderlich unter [www.apb-tutzing.de](http://www.apb-tutzing.de). Die Philosophin, Journalistin und Autorin Barbara Bleisch widmet sich in ihrem neuen Buch der »Mitte des Lebens«. Sie zeigt darin einerseits sehr anschaulich die potenzielle Krisenhaftigkeit dieser Lebensphase, die oft mit der Erfahrung einer »midlife crisis« verbunden

wird. Vor allem aber untersucht sie, worin die spezifische Qualität der möglicherweise »besten Jahre« liegt und wie es gelingt, aus deren Fülle zu schöpfen. Die Akademie für Politische Bildung, die Georg-August-Universität Göttingen und die Forschungsgruppe »Medizin und die Zeitstruktur guten Lebens« der Deutschen Forschungsgemeinschaft haben die Autorin eingeladen, in Tutzing aus ihrem neuen Werk zu lesen. Anschließend spricht Barbara Bleisch mit Eva Weber-Guskar von der Ruhr-Universität Bochum und dem Publikum über das Buch und die mittlere Lebensphase.



# Trauerfälle

in Germering, im Würmtal  
und im Landkreis Starnberg

**Aufkirchen**  
Regina Springer, 44 Jahre

**Gilching**  
Johann Kunz, 90 Jahre  
Ina Stein, 83 Jahre

**Tutzing**  
Sieglinde Feller, 95 Jahre

**Söcking**  
Gertraud Paul, 86 Jahre



Blumenfachgeschäft  
**Wurm**  
Römerstr. 46 · Gilching  
Tel. 081 05/8319

Wir fertigen für Sie  
Trauerkränze,  
Sarg- und Grabschmuck  
nach Ihren  
individuellen Wünschen.

Alle Angaben auf Richtigkeit und Vollständigkeit ohne Gewähr.  
Die Unterlagen wurden uns freundlicherweise von den Firmen Ammerland Bestattungen, Herrsching; Abschied, Gilching; Zirngibl, Starnberg; Trauer Hilfe Denk, Germering; und Hanrieder Bestattung, Germering/ München; zur Verfügung gestellt.

# Ein neues Lebensgefühl – Dank slimpuls!



Es gibt kaum ein besseres Gefühl, als nach dem Abnehmen wieder in die Lieblingskleidung zu passen – sei es das Lieblingsdirndl oder die Lieblingshose. Fühl dich wohler mit Freunden am See oder bei der nächsten Feier. Stell dir vor, wie toll es sich anfühlt, beim nächsten Einkaufsbummel mit deiner Freundin ein bis zwei Kleidergrößen kleiner zu probieren.

Unsere slimpuls-Methode hilft dir nicht nur bei der Umsetzung, sondern motiviert dich auch durch diese Zeit.

Mit erfahrenen Ernährungsberatern, die dir mit ihren Tricks und Tipps zur Seite stehen, erreichst auch du dein Ziel. Wie oft hast du Gründe und Ausreden gesucht und den Start zu deinem besseren Ich vor dir hergeschoben? Jetzt ist diese Zeit vorbei. Starte dein neues Projekt „Abnehmen“ mit slimpuls.

Melde dich gleich telefonisch unter 08105 / 7746240 oder per Mail an [info@slimpuls.de](mailto:info@slimpuls.de) und sichere dir ein kostenloses Erstberatungsgespräch.



vorher

André Baader  
Ingenieur  
82140 Olching

nachher

vorher

Farzaneh Shams  
Pharmazeutisch-  
kaufmännische Angestellte  
81479 München

nachher

Jetzt anrufen und  
kostenlosen Beratungstermin  
sichern:

 **08105/7746240** oder  
 **[info@slimpuls.de](mailto:info@slimpuls.de)**

slimpuls Gilching,  
Dornierstr.4, 82205 Gilching  
(Gewerbegebiet Süd)  
Bushaltestelle vor der Tür,  
[www.slimpuls.de](http://www.slimpuls.de)

**SOMMERAKTION** gültig bis  
Sommerferienende, 09.09.2024

Gutschein für eine kostenlose  
Erstberatung!

Gutschein für eine Körperfettanalyse mit  
Bauchfettmessung für **29,- Euro**  
(statt 89,- Euro)