

Da ist das Ding ...



... wir gratulieren dem FC Bayern München zum Gewinn der Deutschen Meisterschaft, des DFB-Pokals und zum Sieg der UEFA Champions League.

Leben in Bewegung

Im Aktivpark trainieren die Mitglieder mit Abstand

Landkreis - In den ersten Nächten nach dem Lock-down habe er schlecht geschlafen, gibt Frank Opis zu. Der Inhaber des „Aktivpark Gilching“ leitet immerhin ein Unternehmen mit rund 55 Mitarbeitern, und nachdem das Fitnessstudio, die Squashcourts, Tennisplätze, die Krafthalle, die Gruppenfitnessangebote, die Bar und der Wellnessbereich mit der Sauna wegen der Corona-Pandemie zusperren mussten, war nicht sicher, wie es weitergeht und ob die Kunden gehalten werden können. Doch jammern ist nicht die Art von Opis. „Für mich gab es zwei Alternativen. Entweder den Kopf in den Sand stecken oder das Beste daraus machen und dann gestärkt aus der Krise gehen.“ Er hat sich für das Zweite entschieden.



Frank Opis leitet den Aktivpark seit 17 Jahren.

Bild: Janina Fischer

Auch die Sauna ist wieder offen

Schnell wurde für die Kunden ein Online-Angebot auf die Füße gestellt. Bis zu 80 Personen hätten in den folgenden Wochen von zuhause aus bei den virtuellen Fitness-Kursen mitgemacht und zwar aus

aller Welt, freut sich Opis. Besonders dankbar ist er über die vielen Kunden, die auch während des Lockdowns ihre Beiträge weitergezahlt hätten. „Über den Rückhalt war

ich wirklich positiv überrascht.“ Für die Treue hat er sich besondere Kompensationsmöglichkeiten überlegt. Doch nicht jeder konnte oder wollte weiterzahlen. Die

Verluste schmerzen natürlich. Deswegen freut sich Opis darüber, dass die Sommeraktion, bei der Interessenten die Angebote des Aktivparks kennenlernen können, so

gut ankommt. Seit einigen Wochen läuft der Betrieb unter der Einhaltung besonderer Corona-Hygieneregeln wieder.

Fortsetzung auf Seite 12

Samstagsblatt
Sendlinger Anzeiger
Werbe-Spiegel

Besuchen Sie uns auch auf Facebook und erhalten Sie täglich Infos & News rund um Ihren Stadtteil

Germering - Wir sind Germering
oder facebook.muenchenweit.de

Boneberger's Backparadies

Ab Dienstag, 01.09.20 ab 6.30 Uhr haben wir wieder geöffnet.

Wir freuen uns, Sie wieder bei uns begrüßen zu dürfen.

Brucker Str. 45 Waldstraße 1a
Tel. 08105/8476 Tel. 08105/5241

Sonntagsverkauf von 8.00 bis 10.00 Uhr nur Brucker Straße 45

Wespennotdienst Bayern 24 Std.

Gebäudemanagement Weingartner
Telefon 0 81 05/7 79 99 27
www.wespennotdienst-bayern.de

zertifizierter Meisterbetrieb

FASHION OUTLET FÜNFSEEN

CRAZY DAYS

bis **-80%**

CODELLO, Taubert, Roeckl, Mudd & Water, Peter Kaiser, Cedon ...

Hechendorf | Brunnenweg 3
T: 08152-3977929 | Mo-Sa 10-18 Uhr

DIGITAL- & OFFSETDRUCK

Copyshop Wolfertstetter KG

Ihr Partner wenn's um den Druck geht!

Offsetdruck · Digitaldruck · Copyshop
Druckveredelung · Buchbindung

Carl-Benz-Str. 14 · 82205 Gilching
Telefon: 08105 - 5044 · www.wolfertstetter.de

Jubiläum 75 Jahre XXX Lutz

Konjunkturprogramm!

verlängert bis August **29. Samstag**

20%

Ausgenommen: alle Werbeartikel, Miete, Team 7, Baby & Kinder

Auf ALLES!

In allen Abteilungen, auch auf große Marken!

XXX Lutz MEIN MÖBELHAUS.

Für Druckfehler keine Haftung. Die XXXLutz Möbelhäuser, Filialen der BDSK Handels GmbH & Co. KG, Mergentheimer Straße 59, 97084 Würzburg, ILDE34-O-h
1) Nähere Bedingungen siehe Seite 02/03.

RÄUMUNGSVERKAUF

Wir schließen - alles muß raus!

FASHIONSTATION
Untere Bahnhofstraße 50
82110 Germering
Tel. 0 89 / 71 09 04 91

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 10-18.30 Uhr u. Sa. 10-16 Uhr

www.fashionstation-germering.de

Villa Arte - DAS Fachgeschäft für
Rahmen - Spiegel - Künstlerbedarf - Galerieschienen - Vino & Prosecco
Römerstr 52, 82205 Gilching, ☎ 081 05/394 99 72, www.villaarte-gilching.de
Öffnungszeiten: Montag - Freitag 10.00 - 18.00, Samstag 10.00 - 13.00 Uhr

Witterungsbedingte Unfälle

Germering - Gleich zwei Mal hat es am Wochenende wegen einer nassen Fahrbahn gekracht: Bei der Auffahrt auf die Bundesstraße B2 bei Germering kam es zu einem Motorradsturz. Ein 21-jähriger Starnberger war mit seinem Kraftrad in Richtung Fürstenfeldbruck unterwegs. Er kam auf der regennassen Fahrbahn im Kurvenbereich der Auffahrt ins Rutschen, stürzte von seinem Motorrad und wurde gegen die Leitplanke geschleudert. Glücklicherweise zog er sich keine schweren Verletzungen zu. Ein 19 Jahre alter Germeringer kam aufgrund der durch den Regen gefährlich glatten Fahrbahn in der Planegger Straße ins Rutschen. Sein Auto kollidierte mit der Bordsteinkante, wodurch die Vorderachse brach. Der 19-Jährige blieb unverletzt. Die Polizei Germering weist darauf hin, dass Fahrweise und Geschwindigkeit den Witterungsverhältnissen angepasst sein müssen.

red



XXX

Lutz

20

Konjunktur- programm!

verlängert bis

August

29.

Samstag

Ausge-
nommen:
alle Werbe-
artikel, Miele,
Team 7, Baby
& Kinder

Auf ALLES!

In allen Abteilungen,
auch auf große Marken!

1)
%



XXX Lutz MEIN MÖBELHAUS.

Angabe des Aktionscodes reduziert angezeigt. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 29.08.2020.



Wohnungsnotfallhilfe

Planegg · Die Würmtal-Insel Planegg (Pasinger Str. 13) bittet um Beachtung, dass im September die Sprechstunde der Wohnungsnotfallhilfe entfällt. Nähere Infos sind in der Würmtal-Insel unter Tel. (089) 89329740 erhältlich. **sv**

Sportbetrieb im TSV UG startet wieder

Germering · Nach langer Pause startet der TSV Unterpfaffenhofen-Germering nach den Sommerferien am Montag, 31. August, wieder mit dem Eltern-Kind-Turnen und dem Vorschulkinderturnen. Bedingt durch die aktuellen Gesundheitsvorschriften muss jedoch die Teilnehmerzahl eingeschränkt werden. Damit diese reguliert werden kann, ist eine Online-Anmeldung eingerichtet worden. Diese befindet sich auf der TSV-Homepage www.tsv-ug.de im Bereich Kinderturnen. Auch alle weiteren Sportangebote werden mit Ende der Sommerferien wieder anlaufen. Zudem startet im September auch wieder das neue Kursprogramm im Gymnastikbereich. Nähere Infos zu allen Angeboten finden sich auf der Homepage, außerdem kann man sich zu den Angeboten im Bereich Turnen und Gymnastik für den Newsletter per E-Mail an gymnastik-newsletter@tsv-ug.de anmelden. **sv**

Wie gut kennen Sie Germering?

Das wöchentliche Heimat-Rätsel in Ihrem Anzeiger

Germering · Tagtäglich gehen wir daheim an Sehenswürdigkeiten vorbei, großen und kleinen, bekannten und unbekannten, offenen und versteckten. Wir zeigen Ihnen jede Woche ein Stück Ihrer Heimat und fragen: Kennen Sie das und wo in Germering ist es zu finden? Ganz schön eckig: Wo in Germering ist dieses zackige Muster zu finden? Ein kleiner Tipp: Es fließt, plätschert vor sich hin und ist – und das ist sicher – rund. Viele Kinder freuen sich hier über die willkommene Abkühlung an heißen Tagen.

Gewinnen Sie ein Wellness-Wochenende

Wir freuen uns, wenn Sie uns Ihre „Fundmeldung“ zukommen lassen und lösen das Rätsel immer in der nächsten Folge auf. Zu gewinnen gibt es unter allen, die bei unserem Germering-Rätsel mitmachen, ein Wellness-Wochenende für zwei Personen in einem Hotel mit Halbpension in unserer Region, Österreich oder Südtirol. **lsc**



www.5-Seen-Wochenanzeiger.de

So können Sie mitmachen

Wenn Sie glauben, zu wissen, an welcher Stelle in Germering unser heutiges Kleinod zu finden ist, schicken Sie uns einfach eine Mail oder Postkarte mit der Lösung und dem Stichwort „Germering-Rätsel“ an:

**Parsberg Echo,
Lilienthalstraße 1,
82205 Gilching,
leser@parsbergecho.de**



Ganz schön zackig! Wo in Germering finden sich diese Ecken?

Bild: lsc

Die Auflösung unseres vorigen Rätsels: Haben Sie es gewusst?

Vergangene Woche haben wir das Bücher Ei in der Planegger Straße vor dem Mehrgenerationenhaus Zenja gesucht. Hier können alle, die gerne lesen ein neues Lieblingsbuch finden oder Bücher weitergeben. Die Idee: tauschen, teilen, lesen, genießen. Das Angebot ist kostenfrei und kann jederzeit genutzt werden. Der Bücherschrank ist in der Werk-AG der Eugen-Papst-Schule unter der Leitung von Oliver Beran entstanden.



Verein Humane Trennung u. Scheidung e.V. in Starnberg
Tel. 0 89/5 30 95 39

Gärtnerei FISCHER
da blüht's auf!

**Pennisetum
Lampen-
putzergas
„Hameln“**
19 cm-Topf
€ 5,99
(vom 27.8.– 2.9.)

Gärtnerei FISCHER
da blüht's auf!

Hanfelder Straße 73
82319 Starnberg
Tel. 08151/1 30 56
Fax 08151/1 52 97
info@gärtnerei-fischer-starnberg.de

**Heizöl
Pellets**
R. GUTJAHR
Moosbühlweg 2
82237 Würthsee
Tel. 0 81 53/73 54



Tel. 0 81 43/2 00

**„DIE KÜCHE IST
DEINE WERKSTATT.“**

**küchen-
zentrum
Oberland**

Bad Tölz · Bahnhofstraße 16
Weilheim · Pölnnerstraße 25
www.kuechenzentrumoberland.de

Veranstaltungen im Jexhof

Schöngeising · Zwei kreative Stunden beim Filzen können Schulkinder in der Reihe „Um Zwei dabei“ am Sonntag, 30. August, von 14 bis 16 Uhr, mit Simone Schwägerl im Bauernhofmuseum Jexhof in Schöngeising erleben. Die Kosten betragen sechs Euro. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Von 15 bis 16 Uhr informiert Alfons Strähuber ebenfalls am Sonntag, 30. August, die Besucher beim offenen Museumsrundgang „Rund um den Hof herum“. Diese Führung ist im regulären Eintrittspreis enthalten. **red**

Zeugenaufruf

Puchheim Ort · In der Nacht von Samstag, 22., auf Sonntag, 23. August, kam es bei der Kneipp-Anlage, die im Bereich der Alten Bahnhofstraße in Puchheim liegt, zu einer Sachbeschädigung. Der Bücherkasten bei der Kneipp-Anlage wurde beschädigt. Zudem wurden Bücher in die Kneippanlage geworfen und Pflanzen aus dem Hochbeet gerissen. Der Sachschaden wird auf 200 Euro geschätzt. Die Polizei Germering ermittelt wegen Sachbeschädigung. Wer Hinweise machen kann, wird gebeten, sich unter Tel. (089) 8941570 zu melden. **red**

Rätseln Sie mit auf Seite 8.									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

MIELE-KUNDENDIENST | ELEKTROINSTALLATION

**ELEKTRO
REIK**
IHR ELEKTRIKER
IN WESSLING

Miele
PREMIUM-HÄNDLER

WWW.ELEKTRO-REIK.DE **WESSLING**



Erster Platz für die Ackerhummel

Rekordbeteiligung beim Insektensummer

Gut 1.000 Meldung über Sichtungen von Insekten hat der LBV beim diesjährigen Insektensummer erhalten – so viele wie noch nie. „Wir freuen uns sehr über die große Beteiligung“, so LBV-Geschäftsführer Helmut Beran. „Das Interesse am Insektensummer zeigt: Immer mehr Menschen schauen genauer hin, wenn es um das Schicksal dieser wichtigen Tiergruppe geht. Das Entdecken und Beobachten von Käfer, Hummel und anderen Sechsheinern macht aber auch einfach Spaß und ist eine schöne Beschäftigung für Familien in den Sommerferien.“ Der Insektensummer soll auch im kommenden Jahr wieder viele Menschen für die Welt der kleinen Tiere begeistern.

Häufig gesichtet

Auf Platz eins der am häufigsten gesichteten Insekten kam wie in den beiden Vorjahren

im August die Ackerhummel. Es folgen diesen Hochsommer Honigbiene, Siebenpunkt-Marienkäfer, Wildbiene, Großer Kohlweißling, Wespe, Kleiner Fuchs, Großes Heupferd, Kleiner Kohlweißling und Schwebfliege. Im ersten Zählzeitraum im Juni waren Steinhummel, Hainschwebfliege, Asiatischer Marienkäfer, Honigbiene und Wildbiene auf den fünf ersten Plätzen.

Was viele Menschen im Moment beim Grillen oder Eis essen stört: die vielen Wespen. In Bayern zeigen die Ergebnisse des Insektensummers, dass nicht mehr Wespen als in den Vorjahren unterwegs sind. Beran: „Es wurden ähnlich viele Individuen pro Zählung gemeldet wie im Hochsommer 2019. Im Schnitt waren es im August diesen Jahres 10,9 Wespen pro Meldung gegenüber im Durchschnitt 11,4 Wespen 2019.“ In der Augustzählung 2018 sind 12,2 Wespen pro



Die Ackerhummel wurde am häufigsten gesichtet.
Bild: Dr. Eberhard Pfeuffer/LBV Bildarchiv

Meldung gesichtet worden. Beim diesjährigen Insektensummer stand bei beiden Zählungen der Marienkäfer im Fokus. Naturfreunde waren aufgerufen, zu schauen, ob sie mehr heimische Siebenpunkt-Marienkäfer oder mehr Asiatische Marienkäfer entdecken können. Beran: „Im August wurde der Siebenpunkt deutlich häufiger gemeldet. Er belegte bei den bayerischen Meldungen Platz 3. Im Juni dagegen lag der Asiatische Marienkäfer vorne.“ Insgesamt ist der Siebenpunkt in 342 Meldungen aufgetaucht, der Asiatische in 316 Meldungen. Beran: „Ein großer Unterschied ist also nicht gefunden worden, wenn auch der Siebenpunkt die Nase vorn hat. Das zeigt

also, dass der vor einigen Jahrzehnten eingeführte Asiatische Marienkäfer mittlerweile in ganz Deutschland etabliert ist, aber den heimischen Siebenpunkt noch nicht verdrängt hat. Hier werden die kommenden Jahre zeigen, ob sich das Verhältnis ändert oder gleich bleibt.“

Stark gefährdet

Die Daten der Zählaktion „Insektensummer“ werden in Zusammenarbeit mit www.natur-gucker.de erfasst. Mit dem „Insektensummer“ will der LBV auf die enorme Bedeutung von Insekten aufmerksam machen. Durch Eingriffe der Menschen ist diese Tiergruppe stark gefährdet. In Deutschland gibt es etwa

Flitec
Der Insektenschutz

Insektenschutzgitter
nach Maß für Fenster & Türen

FLITEC-Fachbetrieb
D. Müller in Starnberg
Tel.: 0152 2906 62 22

33.000 Insektenarten, von denen viele schon auf der Roten Liste stehen. Im kommenden Jahr findet der Insektensummer vom 4. bis 13. Juni und vom 6. bis 15. August statt. Mehr Informationen unter www.lbv.de/insektensummer.

red



Meine Woche

ab Do., 27.8.

zum



Hanse Luxus-Hotel Daunendecke

Atmungsaktiv, Füllung: 90 % Daunen, 10 % Federn, Standardgröße ca.: 135 x 200 cm, Komfortgröße ca.: 155 x 220 cm, je Stück

79,99*
Standardgröße

99,99*
Komfortgröße

Hanse Luxus-Urlaub/-Hotel-3-Kammer-Kopfkissen

Versch. Modelle, Bezug außen: 100 % Baumwolle, Bezug innen: 100 % Polyester, feder- und daunen-dicht, Maße ca.: 40 x 80 bzw. 80 x 80 cm, je Stück

14,99*
40 x 80 cm

19,99*
80 x 80 cm

HIGHLIGHT DER WOCHE

DIE ALDI DOPPELSPAR- WOCHE



GLATT GESPART

66,*

SODASTAR
Trinkwassersprudler
Elegance
Inkl. 2 Glasflaschen und
1 CO₂-Zylinder für bis zu 60l
Sodawasser, je 4er-Set

Marken-Kracher

NIVEA
Shampoo

Versch. Sorten, je 2 x 250 ml =
500-ml-Packung, I-Preis 7,98

Aktion
3,99*



MÖVENPICK®
Eis
Versch. Sorten, je 850- bzw. 900-ml-
Packung, I-Preis 2,18 bzw. 2,06

UVP 3,40
-46%
1,85*

Der Geschmacks-Olymp

KÜHLUNG

MEVGAL
Greek Bowl

Versch. Sorten, Original griechischer
Joghurt, je 150-g-Becher, 100-g-Preis 0,66

Aktion
0,99*

LYTTOS
Kretischer Honig
Mit Thymian, Wildblumen
und Pinie, 450-g-Glas,
kg-Preis 9,98

Aktion
4,49*

DIE ALDI DOPPELSPAR- WOCHE

TIEFKÜHLUNG

LYTTOS
Bougatsa

Griechischer Filoteig mit Cremefüllung,
862-g-Packung, kg-Preis 2,32



GLATT GESPART

2,*

POP CORN FOR FREE

Wir versüßen Dir Deinen nächsten
Kinobesuch! Hol Dir jetzt Deine
Tüte Popcorn für free



Bei Vorlage dieses Gutscheins erhältst du bei deinem nächsten Kinobesuch eine Tüte Popcorn in der Größe 3,0 Liter gratis. Nicht mit anderen Rabatten oder Menüs kombinierbar. Keine Barauszahlung. Bei Verlust kein Ersatz. Es gelten die AGB im Ausweis des Kinofoyers. Nicht in Vorverkaufsstellen und nicht online einlösbar. Kein Anspruch auf Einlösung. Ausschließlich in den Cineplex Kinos Alchich, Germering, Königsbrunn, Metzingen, Memmingen, Penzing und bis zum 31.10.2020 gültig.



AB 26.8.2020



AM 02.09.2020

ALLE TICKETS ONLINE UNTER
WWW.CINEPLEX.DE/GERMERING

CINEPLEX GERMERING | MÜNCHENER STR. 1 | 82110 GERMERING



ALDI SÜD Dienstleistungs-GmbH & Co. oHG, Burgstraße 37, 45476 Mülheim
Firma und Anschrift unserer regional tätigen Unternehmen finden Sie auf aldi-sued.de unter
„Infos“ → „Filialfinder“ oder mittels unserer kostenlosen automatisierten Service-Nummer 0 800/8 00 25 34.

* Bitte beachten Sie, dass diese Aktionsartikel im Unterschied zu unserem ständig vorhandenen Sortiment nur in begrenzter Anzahl zur Verfügung stehen. Sie können daher schon am Vormittag des ersten Aktionstages kurz nach Aktionsbeginn ausverkauft sein. Alle Artikel ohne Dekoration.

Höfn

DIE ERÖFFNUNG DES JAHRES!

NACH TOTALUMBAU
IN FREIHAM

MIT HÖFFNER
**KLAR IM
VORTEIL!**

20% + 25%

Möbel- & Küchen-Rabatt

Mit der **Höffner** Kundenkarte



Eröffnungs-Rab

In **ALLEN** Abteilungen mit der Höffner



R) Bei Ihrem Einkauf von Möbeln, Küchen und Matratzen gewährt Ihnen Höffner nach Vorlage Ihrer gültigen Kundenkarte exklusiv einen Rabatt von 20% auf Möbel und Küchen + 25% in allen Abteilungen auf den am Artikel ausgezeichneten Preis ohne Kundenkarte. Die Ko von dieser Rabattaktion sind alle Artikel aus der Elektroabteilung, Kaufgutscheine und Bücher. Weiterhin ausgenommen sind bereits anderweitig reduzierte Möbel, Küchen und Matratzen sowie als „Tiefpreis“ oder als „Aus unserer Werbung“ gekennzeichnete Artikel. N Endpreise. Aktuelle Prospekte sind auf der jeweiligen Standortseite Ihres Höffner-Einrichtungshauses unter www.hoeffner.de/standorte einzusehen. Bei Kündigung der Kundenkarte oder Widerruf der Werbeeinwilligung innerhalb von 3 Monaten nach dem Kauf erlischt lüsse können dann zurückgefordert werden. Kundenkartensofortrabatt ist bereits enthalten. Ebenfalls enthalten ist ein MwSt.-Vorteil in Höhe von 2,52%. Keine Barauszahlung möglich. Gültig für Neukäufe. Gültig bis mindestens 06.10.2020. K) Bei Ihrem Einkauf von Artikel und Teppiche gewährt Ihnen Höffner nach Vorlage Ihrer gültigen Kundenkarte exklusiv einen Rabatt von „25% auf Fachsortimente“ auf den am Artikel ausgezeichneten Preis ohne Kundenkarte. Alle Preise in Anzeigen und Prospekten sind Endpreise. Ausgenommen von d Leuchten), Kaufgutscheine und Bücher. Weiterhin ausgenommen sind Artikel der Marken Leonardo, ASA Selection, Silit, WMF, Leifheit, Joopl, Wesco, Ritzenhoff & Breker, Paulmann Licht, Ledvance, Vossen, Cawö, Billerbeck, Irisette und Paradies, anderweitig reduzi Artikel. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Alle Preise in Anzeigen und Prospekten sind Endpreise. Aktuelle Prospekte sind auf der jeweiligen Standortseite Ihres Höffner-Einrichtungshauses unter www.hoeffner.de/standorte einzusehen. Bei Kündigung der Ku Kauf erlischt der Anspruch auf den beim Kauf gewährten Nachlass rückwirkend. Gewährte Nachlässe können dann zurückgefordert werden. Kundenkartensofortrabatt ist bereits enthalten. Ebenfalls enthalten ist ein MwSt.-Vorteil in Höhe von 2,52%. Barauszahlungen s

er

AUGUST
28

FREITAG
9:00 UHR

40%
on top
batt
Kundenkarte
A A A

Kombination beider Rabatte entspricht einer Gesamtminderung von 40%. Ausgenommen Licht mit anderen Aktionen kombinierbar. Alle Preise in Anzeigen und Prospekten sind der Anspruch auf den beim Kauf gewährten Nachlass rückwirkend. Gewährte Nachlässe dieser Rabattaktion sind alle Artikel aus der Elektroabteilung (nicht ausgenommen sind elektrische Produkte sowie als „Tiefpreis“ oder als „Aus unserer Werbung“ gekennzeichnete Artikel). Kundenkarte oder Widerruf der Werbeeinwilligung innerhalb von 3 Monaten nach dem Kauf sind nicht möglich. Gültig für Neukäufe. Die Aktion ist gültig bis mindestens 06.10.2020.

Höfner Möbelgesellschaft GmbH & Co. KG

Ludwig-Koch-Straße 3 • 81249 München • Tel. 089 / 85793-02 • www.hoeffner.de

Übliche Öffnungszeiten: Mo-Sa 10-19 Uhr (28. & 29.08. 9-20Uhr)



Chiemgauer
Volkstheater

€ 23 / 26 / 29
inkl. Gebühren

16.01.2021



€ 24,50
inkl. Gebühren

09.01.2021



€ 28 / 32 / 35
Kinder € 8 - inkl. Geb.

10.01.2021



€ 22,50
inkl. Gebühren

nr
17.01.2021

www.stadthalle-germering.de
München Ticket • Karten-Hotline: 089 / 54 81 81 81
SW Kartenservice • Karten-Hotline: 089 / 894 90 15

Klassik in der Stadthalle

Karten können bereits gekauft werden

Germering · Freunde des hochkarätigen Klassikprogramms der Stadthalle Germering können sich freuen. „Es geht wieder los! Corona-Konform“ lautet das Motto für die Saison 2020/2021. Stadthallenleiterin Medea Schmitt und ihr Team haben ein überzeugendes Hygienekonzept aufgestellt mit dem Veranstaltungen unter besten Sicherheitsbedingungen, allerdings mit reduzierter Anzahl von Besuchern, stattfinden können.

Den Beginn der Klassikreihe macht Pianist Christian Zacher am Donnerstag, 29. Oktober. Anlässlich seines 70. Geburtstags spielt er Werke von Haydn und Beethoven. Am Freitag, 4. Dezember, sind Simon Höfele, „einer der erfolgreichsten Trompeter der jungen Generation“, so Medea Schmitt, gemeinsam mit dem Bayerischen

Kammerorchester zu Gast und präsentieren Klangperlen von Tomaso Albinoni, Peter Tschaikowsky, Anton Arensky und Alessandro Marcello.

Das erste Konzert im neuen Jahr geben die international ausgezeichnete Pianistin Sa Chen und das Hungarian Chamber Orchestra Sie interpretieren am Freitag, 5. März, 2021 Werke von Michael Haydn, Johann Sebastian Bach, Wolfgang Amadeus Mozart und Bela Bartok.

„Vier Jahreszeiten“ von Vivaldi und Piazzolla

Am 7. Mai 2021 kommen das Streichsextett Quatuor Modigliani mit den Geschwistern Veronika Hagen (Viola) und Clemens Hagen (Cello) nach Germering. Sie spielen Stücke von Wolfgang Ama-

deus Mozart und Peter Tschaikowsky. Den Abschluss der Spielzeit bildet am 10. Juli 2021 das Kammerorchester der Münchner Philharmoniker, unter der Leitung von Lorenz Nasturica-Herschcowici.

Es interpretiert die „Vier Jahreszeiten“ einmal von Antonio Vivaldi und einmal von Astor Piazzolla.

Bei aller Freude über die kommenden Kulturgenüsse gibt es einen Wermutstropfen:

Da wegen der Corona-Pandemie die Anzahl der Konzertbesucher reduziert werden muss, können den Klassik-Abonnenten in der Saison 2020/21 keine Abonnements angeboten werden. „Die aktuelle Anzahl der über 400 Abonnements übersteigt nämlich deutlich die Anzahl der verkauften Karten“, bedauert Medea Schmitt. „Dafür haben wir alle Klassik-Konzerte mit einem VIP-Bonus versehen. Beim Kauf von drei oder mehr Konzerten gibt es eine Ermäßigung von 15 Prozent auf den Nettokartenpreis.“

Da sich die Corona-Lage jederzeit ändern kann, bittet Medea Schmitt darum, dass sich Konzertbesucher vorab auf der Homepage der Stadthalle über den aktuellen Stand informieren. Der Vorverkauf hat bereits begonnen.

Karten gibt es beim SW Kartenservice in Germering (Landsberger Straße 43, Tel.: 089/8949015) und bei allen München Ticket-Vorverkaufsstellen. **pst**



Stadthallenleiterin Medea Schmitt präsentiert die Flyer für das neue Programm.
Bild: pst



Lorenz Nasturica-Herschcowici vom Kammerorchester der Münchner Philharmoniker freut sich auf seinen Auftritt.

Bild: Thomas Birkhain

kleine Kopfbedeckung	Insel vor Athen	Absicht	Normzahl beim Golf	in Richtung, nach (veraltet)	kurz für: zu der	Kfz.-Z.: Estland	Spezies	Baustellensicherung	dt. Schlagersängerin (Andrea)
innerer Schwung, Spannkraft				bloßlegen, ausschaulen		frühere Papstkrone			
durchgekocht							Initialen der Glas		italienische Landschaft
			Verlust aller Rechte im MA.				Düngemittel, Pflanzennährstoff	Kfz.-Z.: Landsberg/Lech	
Wacholder-schnaps		umgangssprachl.: Kuss							
Buchstabenfolge									
Windrichtung	biblische Stammutter						nachtaktiver Vogel		Fragewort (3. Fall)
			Windseite des Schiffs				kurzer Augenblick	Abk.: Angstrom-einheit	
Sohn Adams (A.T.)			Maßeinheit der Lichtstärke			span. Inselgruppe (Kzw.)			
			verbogen, verformt						

Kommentar



Foto: Hardy Müller

von Christoph Werner,
Vorsitzender der
dm-Geschäftsführung

Liebe Leserinnen, liebe Leser, als Händler ist es uns ein Anliegen, das Sortiment an den Bedürfnissen unserer Kunden auszurichten. Wir bei dm schauen genau hin, welches Angebot an Drogeriewaren unsere Kunden von uns zusammengestellt haben wollen. Wir präsentieren ständig Neues – aber wenn es bei Ihnen als dm-Kunde kein Interesse weckt, dann verschwinden die neuen Produkte auch rasch wieder. Unsere konsequente Orientierung an den Kundenwünschen ist uns ein grundsätzliches Anliegen. Denn nur wenn es uns gelingt, unser Angebot so zu gestalten, dass wir die Wünsche besonders vieler Menschen erfüllen können, dann können wir unser Ziel erreichen, der preiswerteste Anbieter von Drogeriewaren zu sein.

Dabei leitet uns immer ein zweiter Anspruch an uns selbst – wir wollen Sie so versorgen, dass unser Tun sowohl Ihre Lebensfreude steigert als auch den Erhalt unserer natürlichen Lebensgrundlagen sichert. Wir sind einer der führenden Anbieter des Sortiments von Babynahrung und Babypflege in Deutschland. Bei unserem kostenlosen Familienprogramm „glückskind“ sind mehr als zwei Millionen Kinder mit ihren Eltern angemeldet. Schon deshalb ist unser oberstes Ziel die gemeinsame Zukunftsfähigkeit aller Bürger.

Ihr Christoph Werner



Foto: Uli Deck



Mit 18.000 Produkten gibt es bei dm eine große Auswahl für Jung und Alt.



Foto: Uli Deck

Der Drogeriemarkt für die ganze Familie

Bei dm gibt es Produkte für Baby und Kind, alles für die Schönheit, Gesundheitsartikel und Bio-Lebensmittel.

Breite Gänge, in denen Einkaufs- und Kinderwagen mühelos nebeneinander vorbeifahren können, die Läden hell und freundlich gestaltet, Hinweisschilder zeigen an, wo sich welches Sortiment befindet – ein dm-Markt ist ein Ort, wo das Einkaufen zum Vergnügen wird. Deshalb ist dm Deutschlands beliebtester Drogeriemarkt, wie die Verbraucherumfrage „Kundenmonitor Deutschland 2019“** ergab.

dm legt großen Wert darauf, dass sich alle Kunden in den offenen und weitläufigen dm-Märkten wohlfühlen. Eva-Lilli Graw aus Karlsruhe, Mutter von zwei kleinen Kindern, nutzt gern den Wickeltisch. Dort gibt es kosten-

los Windeln und Pflgetücher. „Ich bin schon einige Male im dm-Markt gewesen, um zu wickeln, zu stillen

Die Stillecke gibt es in über 700 dm-Märkten.



Foto: Uli Blank

oder auch nur, um das Baby zu beruhigen. Immer waren wir willkommen“, sagt sie. Ihre Mutter Renate schätzt die Atmosphäre und dass immer ein Ansprechpartner da ist. Dafür stehen die fachkundigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den dm-Märkten bereit. Sie beraten beispielsweise zu Gesundheitsartikeln oder zu Make-up-Trends. Während Mama und Oma einkaufen, können sich die Kinder in der Spielecke vergnügen. Hygiene ist wichtig: Alle Flächen werden regelmäßig desinfiziert, auch im Kassensbereich. Zudem steht Desinfektionsmittel im Eingangsbereich bereit – für ein entspanntes Einkaufserlebnis!

*ServiceBarometer AG, servicebarometer.com

Urlaubsfotos direkt drucken

Online bestellen und nach 2 Stunden im dm-Markt abholen

Wer Urlaubsfotos zum Ausdrucken gerne zu Hause in aller Ruhe auswählt und trotzdem von der Schnelligkeit des Sofort-Drucks profitieren möchte, für den hat dm einen neuen Service entwickelt: die Express-Abholung für Fotos. Das Prinzip ist einfach: Am Smartphone oder Computer fotoparadies.de/express aufrufen, die Fotos hochladen und den gewünschten dm-Markt zum Abholen auswählen. Zwei Stunden später kann man dann die ausgedruckten Fotos innerhalb der Öffnungszeiten im dm-Markt in den Händen halten.

Je nachdem, welche Fotostation im ausgewählten dm-Markt zur Verfügung steht, erhalten die Kunden entweder eine Abholbenachrichtigung per E-Mail, sobald der Auftrag gedruckt wurde, oder einen Abholcode, mit dem

der Ausdruck an der Fototheke direkt ausgelöst werden kann.

„Gerade als Familie will man doch schnell die Erinnerungsfotos in den Händen halten. Mit der Express-Abholung Foto geht das jetzt noch

bequemer“, erläutert Sebastian Bayer, dm-Geschäftsführer für das Ressort Marketing + Beschaffung und selbst Familienvater, den neuen Service. Neben der Express-Abholung Foto bietet dm zahlreiche weitere Services direkt vor Ort im dm-Markt.



Foto: Behrendt und Rausch

Bequem zu Hause bestellen und zwei Stunden später im dm-Markt abholen – das bietet der neue Service Express-Abholung Foto.

Großes Angebot für die ganz Kleinen

Gemeinsam mit dem Bundesverband „Das frühgeborene Kind“ e.V. macht dm auf die Probleme und Risiken Frühgeborener aufmerksam. Deshalb hat dm sein Angebot um Produkte speziell für Frühgeborene erweitert. Infos zum Angebot bei dm gibt es unter dm.de/baby-und-kind/fruehchen. Der Bundesverband unterstützt Frühchen-Eltern bei Fragen mit der kostenfreien Hotline 0800-8758770.



Foto: panthermedia/ajua

babylove Produkte im neuen Gewand

Die dm-Marke babylove erfüllt seit 1996 die Bedürfnisse von Babys und Eltern – kompetent, sensibel und verantwortungsvoll. Mit dem Relaunch in diesem Jahr hat babylove zahlreiche Produkte weiterentwickelt. Das Ergebnis: viele optimierte Rezepturen und ein modernes Design. Auch das Thema Nachhaltigkeit wurde noch stärker in den Fokus gerückt: Von den Inhaltsstoffen der Produkte über die Verpackung bis hin zu Kooperationen wird Nachhaltigkeit bei jedem Produkt mitgedacht. So finden sich im Sortiment beispielsweise die babylove Öko-Windeln, die bereits mit dem Blauen Engel** ausgezeichnet wurden.

**blauer-engel.de



Viele Preise dauerhaft gesenkt

dm hat mehrere Hundert Produkte aus den Bereichen Baby, Ernährung sowie Wasch-, Putz- und Reinigungsmittel im Preis gesenkt. Die Mehrwertsteuersenkung gibt dm vollumfänglich an die Kunden weiter. Der Rabatt aus der Mehrwertsteuersenkung wird an der Kasse abgezogen und ist auf dem Kassenschein ersichtlich.

Eine Information von



Gratis für Sie

Holen Sie sich ein Stück dm nach Hause: Das kostenlose Magazin „alverde“ begleitet Sie das ganze Jahr mit Tipps und Trends rund um Schönheit, Gesundheit und Wellness sowie vielen Informationen zu den Themen Nachhaltigkeit und Fotografie. Lassen Sie sich überraschen – „alverde“ erscheint monatlich und liegt in jedem dm-Markt an der Kasse aus.



**WUNSCHLOS
GÜNSTIG**

Weihenstephan Butter
oder Die Streichzarte
versch. Sorten
250g Packung / Becher
100g = € 0,53

**JETZT DAUERHAFT
VIELE DROGERIE-PRODUKTE
IM PREIS
GESENKT! %**

Diese und weitere
Drogerie-Produkte finden Sie
in Ihrem Markt vor Ort.

Angebote sind gültig ab
Donnerstag
den 27.08.2020



GÜNSTIG!
1.33

Sie sparen
31%



**Elkos Body Fresh
Deodorant**
versch. Sorten, Roll-On
24h Deo-Wirkung
ohne Aluminiumsalze
50ml Flasche
100ml = € 0,96

VORHER € 0.53

**Sie sparen
9%
0.48**



Klarspüler
perfekter Glanz
ohne Rückstände
1l Flasche

VORHER € 0.82

**Sie sparen
12%
0.72**



+++ TAUSENDE PRODUKTE WUNSCHLOS GÜNSTIG IN IHREM MARKT VOR ORT! +++ TAUSENDE PRODUKTE WUNSCHLOS GÜNSTIG IN IHREM MARKT VOR ORT! +++



Jungbullen-Braten*
aus der Hohen Rippe
ohne Knochen
fein marmoriert
100g

GÜNSTIG!
0.77

Sie sparen
28%



Käse-Knacker* würzig oder Bratwurst*
grob, roh
100g

GÜNSTIG!
0.97

Sie sparen
23%



Hähnchenkeulen*
natur oder mariniert, fleischig
ohne Rückenstück
HKL A
100g

GÜNSTIG!
0.44

Sie sparen
22%



Schlegelstücke* über Buchenholz
geräuchert und mit erlesenen Zutaten
veredelt
100g

GÜNSTIG!
1.76

Sie sparen
18%



Bergader Käsescheiben
versch. Sorten
48%-52% Fett i. Tr.
130g / 150g
Packung
100g = € 1,12 /
€ 0,97

GÜNSTIG!
1.46

Sie sparen
mind. **17%**



Milka Schokolade
versch. Sorten, 85g - 100g Tafel
100g = € 0,74 - € 0,63

GÜNSTIG!
0.63

Sie sparen
31%



Kellogg's Cerealien, Müsli oder Riegel
versch. Sorten
120g - 500g
Packung / Beutel
1kg = € 16,25
- € 3,90

GÜNSTIG!
1.95

Sie sparen
33%



Kinder Schokolade oder Yogurette
100g Packung

GÜNSTIG!
0.87

Sie sparen
25%



Toffifee Haselnuss in Caramel mit
Nougatcreme und
Schokolade
125g Packung
100g = € 0,78

GÜNSTIG!
0.97

Sie sparen
25%



Zewa Wisch & Weg z.B. Original
4x45 Blatt, Packung

GÜNSTIG!
1.30

Sie sparen
40%



Mönchshof Bier
versch. Sorten
Träger mit 20x 0,5l Flasche
(zzgl. € 4,50 Pfand)
1l = € 1,10

GÜNSTIG!
11.00

Sie sparen
mind. **23%**



Champignons
weiß, aus Polen
Klasse I
400g Schale
1kg = € 2,43

GÜNSTIG!
0.97

GUT & GÜNSTIG!

400g!



Mini-Rispen Tomaten
aus den Niederlanden oder Belgien
Klasse I, 400g Schale
1kg = € 1,93

GÜNSTIG!
0.77

**Besonders
aromatische Sorte!**



Tafeltrauben rot, aus Italien oder
Spanien, kernlos, Klasse I
500g Schale
1kg = € 2,92

GÜNSTIG!
1.46

Kernlos!



Lieken Urkorn
versch. Sorten
500g Packung
1kg = € 1,72

GÜNSTIG!
0.86

Sie sparen
36%



Buitoni Pasta
aus 100% Hartweizen
oder Vollkorn
500g Beutel
1kg = € 1,14

GÜNSTIG!
0.57

Sie sparen
58%



Magnum oder Cornetto Eis
tiefgefroren
versch. Sorten
z.B. Magnum
Mini Classic
6 Stück, 330ml
1l = € 5,85
Packung

GÜNSTIG!
1.93

Sie sparen
40%



Campari Bitter
italienischer Aperitif
25% Vol., 0,7l Flasche
1l = € 12,51

GÜNSTIG!
8.76

Sie sparen
25%



**granini Fruchtsaft oder
-nektar** versch. Sorten
0,75l / 1l PET-Flasche

GÜNSTIG!
0.97

Sie sparen
mind. **44%**

Pfandfrei!



„Wie bei einem Fußballspiel“

Was ist eigentlich dieser „Mittelstand“? Experten erklären es

München · Was ist eigentlich dieser „Mittelstand“? Unsere Experten erklären es in zwölf Antworten auf zwölf Fragen. Hier unsere nächsten:

Was stemmt der Mittelstand?

Wo liegen die größten Herausforderungen für den Mittelstand in den nächsten Jahren?

Franz Xaver Peteranderl, Präsident der Handwerkskammer für München und Oberbayern:

Die größten Herausforderungen lassen sich in folgenden Stichworten skizzieren: Fachkräftemangel, Sicherung der hochwertigen dualen Berufsausbildung, Digitalisierung,

Steuern und Abgaben, Bürokratieabbau, Mobilität.

Dr. Eberhard Sasse, Präsident der IHK für München und Oberbayern:

In Deutschland haben wir hervorragende politische Bedingungen. Der Staat ist für die Wirtschaft da. Gleichzeitig müssen wir jedoch aufpassen, dass der Staat nicht zu

sehr anfängt, selber aktiv in die Wirtschaft einzugreifen. Das ist mit einem Fußballspiel vergleichbar. Hier hält sich der Schiedsrichter aus dem aktiven Spiel heraus.

Aber er beobachtet, pfeift die Verstöße, gibt Anweisungen und achtet letztendlich darauf, dass die Regeln eingehalten werden.

Clemens Baumgärtner, Referent für Arbeit und Wirtschaft der Stadt München: Mittelständische Unternehmer haben auf diese Frage selbst eine Antwort gegeben; als Themenfelder und Herausforderungen der Zukunft benennen sie: Demografischer Wandel, Globalisierung, Rohstoffknappheit, Klimawandel sowie eine sich beschleunigende technologische Entwicklung. Ergänzend sollte man an dieser Stelle noch den Umgang mit den wirtschaftlichen Auswirkungen der Corona-Pandemie anfügen.



Dr. Eberhard Sasse.

Bild: IHK



Clemens Baumgärtner.

Bild: RAW



Franz Xaver Peteranderl.

Bild: Michael Schuhmann



Mittelstand blickt nach vorne
Mit Zuversicht und Fathaft aus der Krise – wie die Schaffler

Experten erklären, was „Mittelstand“ ist, kann, leistet.

Lesen Sie die nächste Antwort auf unsere zwölf Fragen im nächsten Samstagsblatt!

Garten & Grünflächen



Extreme Wetterlagen stressen Pflanzen

So kommen Bäume und Büsche gut durch den Sommer

(djd). Das erste Halbjahr 2020 war nach Meinung vieler Wetterexperten wieder viel zu trocken. Doch nicht nur ausbleibender Regen bedeutet Stress für Pflanzen, auch Starkregen und Starkwind können sie belasten. Extreme Wetterlagen führen zu einer starken Beanspruchung von Wurzeln und Pflanzenfasern, Sturm und Starkregen können Blattverluste verursachen. Die Witterung lässt sich nicht unmittelbar beeinflussen, die Resistenz der Pflanzen gegen Wetterstress aber schon.

Kräftige Pflanzen können Wetterschäden kompensieren

Generell sind gesunde, kräftige Pflanzen besser dafür gerüstet, Stress zu verkraften, als schwache. So fällt es ihnen beispielsweise leichter, mit verstärktem Blattaustrieb und Feinwurzelwachstum Schäden zu kompensieren und Extremwetterlagen zu überstehen. Dass der Boden ausreichend gewässert wird, um keine Trockenschäden zu riskieren, sollte selbstverständlich sein. Ökologisch sinnvoll und gesund für die Pflanzen ist es, dafür Regenwasser zu sammeln. Unkompliziert ist an den meisten Häusern die Aufstellung eines oberirdischen Regenwasserbehälters, der an die Dachrinne angeschlossen wird. Für größere Gartenanlagen kann sich auch der unterirdische Einbau einer Regen-

wasserzisterne mit höherer Kapazität lohnen. Zusätzlich bewährt sich der Einsatz eines Stärkungsmittels wie Waldleben. In dem Flüssigpräparat enthaltene Aminosäuren, Proteine und Proteide führen zu einer Erneuerung der Pflanze von Grund auf. So kann sie neue Kraft zum Wachsen, Gedeihen und Blühen sammeln und wird auch resistenter gegen Schwächefolgen wie Schadinsekten und Pilze. Eine Anwendung ist sowohl vorbeugend als auch bei bereits aufgetretenen Schäden sinnvoll. Mehr Infos und praktische Anwendungstipps gibt es unter www.waldleben.eu.

Stärkungsmittel für Pflanzen und Bodenleben

Die Aufnahme erfolgt nicht nur über die Wurzeln, sondern auch über Rinde und Blätter. Zusätzlich verbessern sich das mikrobielle Bodenleben und die Bildung der Mykorrhiza. Diese sind symbiotisch mit den Pflanzenwurzeln lebende Pilze, die eine wichtige Rolle in der Nährstoffversorgung spielen. Bei großen Bäumen besprüht man den Stamm unverdünnt. Sträucher, Stauden, kleine Bäume oder Rosen lassen sich komplett mit einer Verdünnung einsprühen. Zur Bodenverbesserung oder bei Ein- und Umpflanzungen genügt die Zugabe ins Gießwasser. Weil Starkregeneignisse den Boden stärker als gewöhnlich auswaschen, lohnt es sich, zusätzlich Kompost oder organische, langsam abbaubare Dünger zusammen mit einem Stärkungsmittel in die Erde einzuarbeiten.

Mit einem biologisch wirksamen Stärkungsmittel gelingt es leichter, einen üppig grünenden Garten mit gesunden Pflanzen anzulegen.

Foto: djd/www.waldleben.eu

GARTENBAU PETER ANGELE
NEUANLAGEN & PFLANZUNGEN
NATURSTEIN: PFLASTER, PLATTEN, TREPPEN, MAUERN
GARTENPFLEGE, BIOTOPE, BACHLÄUFE, BAUMFÄLLUNG & BAUMSANIERUNG
BAGGER- & ENTWÄSSERUNGSARBEITEN, ZAUNBAU, HOLZTERESEN, LÄRMSCHUTZWÄNDE
Aubachweg 8 · 82229 Hechendorf · Fon/Fax 0 81 52/7 96 26
Mobil 01 71/6 23 32 00 · www.gartenbau-peter-angele.de

Ali Karabolut

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

• Baumfällungen, Gehölzschnittarbeiten

• Mini-Bagger-, Lader-,

LKW-Selbstladearbeiten

Tel. 0 81 51/9 57 94 · Mobil 01 71/8 04 44 76

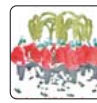
Lohacker 1 · 82335 Berg



Garten im Sommer
Zum perfekten Start finden Sie bei uns im Markt:

- ✓ Rasendünger
- ✓ Spitzensämereien
- ✓ Bodentest
- ✓ Rasenberatung
- ✓ Bio-Dünger

Ihr LandMarkt
Klaus Will
Landmarkt Gilching
Tierernährung • Agrar • Haus & Garten
Gut Hüll 5
82205 Gilching
Tel.: 089 / 86 36 98 98
www.landmarkt-gilching.de
Öffnungszeiten: Montag – Freitag 08.00 – 18.00 Uhr, Samstag 09.00 – 13.00 Uhr



„Die Schätze der Natur entdecken“

Stefan Joachimsthaler,
Allings erster Bürgermeister



Glücklicherweise habe ich nicht weit von Zuhause entfernt einige schöne und attraktive familienfreundliche Ausflugsziele, die zum spazieren gehen und verweilen mit der Familie einladen. Da ist z.B. die Angerhütt bei Alling, eine Swing- und Fußballgolfanlage, mit toller Aussicht inkl. Bergblick und gutem Kuchen! Alpaka Beach/ Beachvolleyballhalle in Alling mit Lamas und vielen In- und Outdoorspielmöglichkeiten für Groß und Klein. Es stehen auch genügend Grillmöglichkeiten für jedermann zur Verfügung. Die Kneippanlage im Starzelbach bei Alling. Sehr gesund, wohltuend und erfrischend, vor allem an heißen Tagen. Gerne besuchen wir auch den Erlebnis-/ Forstlichen Versuchsgarten in Grafath. Die Rundwege hier laden ein, Schätze der Natur und des Gartens aus aller Herren Länder zu entdecken.



Taschentücher gibt's im Supermarkt. Blut nicht.

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



SPENDE BLUT
BEIM ROTEN KREUZ

Wer unterstützt im Straßenverkehr?

Für mehr Sicherheit an Gefahrenstellen: Stadt Germering sucht Schulweghelfer



Plakate sollen engagierte Bürger auf den Schulweghelferdienst hinweisen. Zweite Bürgermeisterin Manuela Kreuzmair und Schulweghelfer Herr Ehrlich hoffen auf Verstärkung. Bild: Stadt Germering

Germering · Am 8. September starten rund 1.200 Germeringer ABC-Schützen in ein neues Schuljahr. Um den Schulweg der Grundschüler im Straßenverkehr so sicher wie möglich zu gestalten, sucht die Stadt Germering wieder engagierte und zuverlässige Schulweghelfer im gesamten Stadtgebiet. „Wir helfen beim Überqueren der Straße, haben den Verkehr im Blick und sichern Gefahrenstellen vor den Schulen“, so der langjährige Schulweghelfer

Herr Ehrlich. Die Schulweghelfer spielen eine tragende Rolle im Verkehrsalltag der Schüler. „Sie bieten nicht nur Sicherheit, sondern leisten auch einen großen Beitrag zur Verkehrserziehung“, betont Zweite Bürgermeisterin Manuela Kreuzmair. Wer das Germeringer Schulweghelfer-Team gerne verstärken möchte, kann sich unter Tel. (089) 89419114 bei Martina Klein melden. Sie beantwortet gerne alle Fragen rund um das Thema. **eis**

Leben in Bewegung

Im Aktivpark trainieren die Mitglieder mit Abstand



In der „Krafthalle“ stehen moderne Fitnessgeräte bereit.

Bild: Aktivpark

Fortsetzung von Seite 1

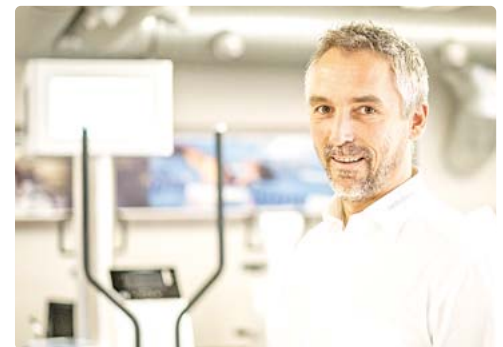
Immer wieder werden – auch von den Nutzern – die Geräte desinfiziert, auf den markierten Wegen werden Masken getragen, die Abstände werden eingehalten, für die Kurse muss man sich anmelden und auf der Homepage kann man die Auslastung im Studio sehen und auf schwach besuchte Zeiten ausweichen. Sogar die Sauna kann dank der Sicherheitsvorschriften wieder genutzt werden. Viele Kunden hatten schon sehnsüchtig auf die Wiederöffnung gewartet. Manche haben im Homeoffice ein paar Kilo zugenommen, andere Rückenschmerzen wegen ihrer unergonomischen Arbeitsplätze zuhause bekommen, berichtet Opis. Ein Kunde klagte darüber, dass er in der Zeit ganze vier Kilo an Muskelmasse verloren habe. Jetzt dürfen die Mitglieder wieder gemäß des Aktivpark-Mottos „Leben in Bewegung“ trainieren. „Dadurch wird auch das Immunsystem und die Abwehrkräfte gegen das Coronavirus gestärkt“, ist Opis sicher. Die erzwungene Ruhepause im Frühjahr hat Opis konstruktiv genutzt. „Wir hatten endlich Zeit in einen Strategieprozess einzusteigen und uns gemeinsam mit dem Team weiterzuentwickeln.“ Für das neue Leitbild wurden Fragen wie „was wollen wir verändern?“, „wo wollen wir in zehn Jahren stehen?“, diskutiert. Gemeinsame Werte wurden definiert und Mitarbeiter äußerten ihre Wünsche für eine optimierte Zusammenarbeit. Neben den inhaltlichen Weiterentwicklungen wurde die freie Zeit dafür genutzt, um Schönheitsreparaturen im Studio durchzuführen, zu renovieren, Bodenmarkierungen und Aufsteller mit den Corona-Hinweisen vorzubereiten und die Sportangebote dem Hygienekonzept anzupassen.

„Ich scheue kein Risiko“

Vor 17 Jahren hatte Frank Opis den Aktivpark – damals hieß das Fitnesscenter in der Carl-Benz-Straße noch Matchbox – übernommen. „Für mich hat sich damit ein Traum erfüllt“, erklärt der Diplom-Sportlehrer. Selbst bezeichnet er sich als relativ mutig und investitionsfreudig. „Ich scheue kein Risiko“, erklärt er. Opis sieht sich als Visionär. Stets hat er neue

Ideen für sein Fitness- und Sportcenter, dabei denkt er langfristig. „Es wird überschätzt, was man in kurzer Zeit schaffen, aber unterschätzt, was man in zehn Jahren erreichen kann“, erklärt der Vater von Zwillingen. Opis engagiert sich aber auch im Gewerbeverband Gilching, wo er vor vier Jahren den Vorsitz übernommen hat. Hier ist ihm ein gemeinsamer Austausch und Ge-

meinschaftsaktionen wichtig, um den Standort Gilching zu stärken. Mittlerweile geht es langsam wieder aufwärts und Opis hat bereits neue Ideen. Das rund 30 Jahre alte Gebäude des Aktivparks müsse ertüchtigt werden. „Meine nächste Aufgabe ist es, das Gebäude für die nächsten 30 Jahre fit zu machen.“ Dabei schwebt ihm ein richtiges Leuchtturmprojekt vor, erklärt er mit leuchtenden Augen. **pst**



Frank Opis hat immer wieder neue Ideen für sein Fitnesscenter „Aktivpark“. Bild: Janina Fischer

Unsere Serie

Die Corona-Pandemie und die zu ihrer Eindämmung nötigen Einschränkungen haben auch für die Betriebe und Unternehmen im Landkreis teils schwerwiegende Folgen.

Wie geht der Mittelstand, Stütze unserer Wirtschaft, damit um? Wie kommt er durch diese Krise?

In loser Folge stellen wir lokale Unternehmen vor und zeigen, wie sie die Herausforderungen bewältigen.





Austausch mit der Ministerin

Kerstin Schreyer auf Besuch bei Hermann Nafziger

Planegg · Ministerbesuch erhielt dieser Tage der erste Bürgermeister der Gemeinde Planegg, Hermann Nafziger. Der CSU-Politiker ist seit Anfang Mai Gemeindeoberhaupt, und die Landtagsabgeordnete und Staatsministerin für Wohnen, Bau und Verkehr, Kerstin Schreyer, nahm nach seinen ersten 100 Tagen im Amt, die Gelegenheit wahr, ihrer Stimmkreisgemeinde Planegg einen Besuch abzustatten und sich mit ihm auszutauschen.

Hermann Nafziger erklärte der Ministerin, dass die Zusammenarbeit mit den vielen verschiedenen Gruppierungen, die nach der letzten Wahl in den Planegger Gemeinderat eingezogen sind, bislang gut gelungen sei. „Im Rat wird sehr gut und differenziert diskutiert, oft lassen sich die Räte durch gute Ar-

gumente umstimmen. Wir arbeiten bisher sehr positiv zum Wohle der Gemeinde zusammen“, konstatierte er. Er blicke trotz Corona positiv in die Zukunft, ließ Nafziger die Ministerin wissen. Und er freue sich, dass im September, nach langer Pause, wieder der Kulturbetrieb im Kupferhaus aufgenommen werden könne. „Davor werden alle Oberflächen des Kupferhauses mit einem antiviralen Mittel bearbeitet, welches ein Jahr lang alle Viren abtötet, aber für den Menschen unbedenklich ist – die Erfindung einer in Planegg ansässigen Firma“, heißt es in einer Pressemitteilung der Ministerin anlässlich des Besuchs in Planegg.

Kerstin Schreyer betonte zudem: „Die aktuell steigenden Neuinfektionszahlen sind besorgniserregend, wir müssen

die Pandemie auch weiterhin streng im Blick halten. Positiv stimmen mich die Signale aus dem heutigen Gespräch. Bürgermeister Nafziger hat mir glaubhaft versichert, dass Planegg funktionierende Strukturen geschaffen hat und, auch mit Schutzbekleidung, gut für eine mögliche zweite Welle gerüstet ist.“

bb

Corona-bedingter Abstand:
Kerstin Schreyer und Hermann Nafziger.
Bild: Staatsministerium



Neues Team

Wahlen beim SSG Neptun Germering e.V.



Germering · Endlich fand die ursprünglich bereits für Ende März anberaumte und aufgrund der Corona-Bestimmungen verschobene, ordentliche Mitgliederversammlung des Schwimmvereins SSG Neptun Germering statt. Auf der Tagesordnung stand unter anderem die Neuwahl des Vorstandes. Günther Kolb, der seit 16 Jahren das Amt des stellvertretenden Vorsitzenden für Finanzen belegte, hatte schon im Vorfeld erklärt, nicht mehr kandidieren zu wollen. Er wurde unter großem Applaus in den Ruhestand verabschiedet. An seine Stelle wurde die bisherige erste Vorsitzende Katina Wahl gewählt. Ihren Posten übernahm Karin Mais. Die anderen Vorstände Stefanie Weber (Sport), Yvonne Rips (Veranstaltungen) und Maximilian Schoiew (Öffentlichkeitsarbeit) wurden in ihren Ämtern bestätigt. Von links: Katina Wahl, Karin Mais, Stefanie Weber, Yvonne Rips und Maximilian Schoiew.

red / Bild: Gabi Sommer

30% 40% 50% SALE

Online-Prospekt unter: www.teak-and-more.de

TEAK & MORE
— Die Garteneinrichter —
Ziegeleiweg 2 82398 Oderding
Telefon: 0881 - 927 63 77
Mo - Fr: 10 - 18⁰⁰ Sa: 10 - 15⁰⁰



Bühnenhof

Der Platz befindet sich hinter der Germeringer Stadthalle und ist von drei Seiten durch Wände begrenzt.

Theater(Spiel)Welten

Stücke und Workshops für Kids

München - Bis Ende September sind alle Kinder und Jugendlichen eingeladen, in die Welt des Theaters einzutauchen – in die Theater(Spiel)Welten. Nach kostenfreien Theateraufführungen können die großen und kleinen Gäste auch an Workshops teilnehmen – Kinder- und Jugendtheater zum Erleben, Entdecken und Mitmachen. Vor allem in Zeiten von Abstandsregeln, geschlossenen Kinder- und Jugendkulturräumen und nur wenigen Ferienprogrammen mit verringerter Teilnehmerzahl ist der Bedarf an gezielten Angeboten für Kinder höher denn je. In München gibt es eine vielfältige Szene an freien Kinder- und Jugendtheatern aus den Sparten Theater, Tanz, Figurentheater, Performance, Musiktheater, Improvisationstheater, zeitgenössischem Zirkus, Clownstheater, Erzähltheater uvm., die kinder- und jugendgerechte Bühnenprogramme darbieten. Die Sommer-Theater(spiel)Welten bringen beide – junge Zuschauer, deren Freunde und Familien sowie freischaffende Künstler – auf den Sommerbühnen und anderen öffentlich zugänglichen Plätzen der Stadt München zusammen. Am Donnerstag, 3. September, um 15.30

Uhr zeigt „Die Kleinste Bühne der Welt“ im Haus am Schuttberg e.V. (Belgradstr. 169) das Stück „Himmelsbaum und Wundersamen“. Aus dem Fußboden heraus wächst ein Eichbaum, durch die Decke, durchs Dach – und weiter bis in eine andere Welt! Mutig wagt sich ein armer Mann hinauf, und was er dann erlebt, erzählt das russische Märchen von der himmelhohen Eiche, dem Hähnchen mit dem goldenen Kamm und der wunderbaren Handmühle. Kaum zu glauben: Auf der Bühne wird die Geschichte nur mit kunstvoll gefalteten Meterstäben zum Leben erweckt! Eine ganze Handvoll kleiner Stücke wird hier auf die Bühne gezaubert! Die norwegische Geschichte vom Huhn, das die Welt vor dem Untergang retten will, entsteht vor aller Augen mit Hilfe eines weißen Tischs und ein paar Falten und Knoten darin. Mit im Spiel ist auch eine sprechende Geige, außerdem einige kunstvolle Papierobjekte, die sich zum Erzählen endlos weiterfalten lassen. Wer Lust hat, kann ab 16.45 Uhr in einem anschließenden kleinen Workshop ein paar Trickfaltungen kennenlernen und eigene Geschichten dazu erfinden. **red**

Anfang September geht's wieder los

Stadthalle Germering startet in die neue Saison mit Open-Air-Konzerten



Jazz and more gibt es von der Gruppe „Room to move“ am 3. September zu hören.

Bild: Room to move

Germering - Anfang September startet die Herbst-/Wintersaison in der Stadthalle Germering (Landsberger Str. 39). Den Auftakt machen abwechslungsreiche Konzerte im Bühnenhof, bei denen man in entspannter Atmosphäre und bei kühlen Getränken den Sommer ausklingen lassen kann.

(Schlagzeug), Theo Kollross (Piano), Thomas Ludwig (Gitarre) und Ursula Allgäuer (Gesang) auf der Bühne.

Die Sinfonischen Blasorchesterchen

Am Freitag, 4. September, um 18 Uhr sind im Bühnenhof die Sinfonischen Blasorchesterchen zu Gast. Zu hören sind stimmungsvolle Jazz-Klänge, großartige Blasmusik und Akkordeon-Musik vom allerfeinsten. Das Sinfonische Blasorchester Ger-

mering e. V. einmal anders: Statt mit sonst 60 Orchestermusikern präsentiert der Verein ein Programm von Kammermusik für Bläserbesetzung. Ob klassisches Bläserquintett, mächtiges Blechensemble oder liebliches Flötenquartett – man darf sich von musikalischen Leckerbissen überraschen lassen.

Besetzungsänderung

„Jazz it!“ heißt es am Freitag, 18. September, um 19.30 Uhr im Orlandosaal. Geplant war

ein Konzert mit Florian Arbenz und Greg Osby. Wegen der Corona-Pandemie wird Greg Osby nun aber nicht aus den USA einreisen können.

Damit ergibt sich für den Abend folgende Änderung: Florian Arbenz wird das Jazzkonzert stattdessen mit Tineke Postma bestreiten. Die niederländische Saxophonistin wurde in den USA, Frankreich und ihrem Heimatland schon vielfach mit Preisen geehrt und arbeitete mit zahlreichen internationalen Jazzstars zusammen, darunter Dianne Reeves, Herbie Hancock, Terri Lyne Carrington, Ralph Alessi, Richard Bona und Wayne Shorter. Für Florian Arbenz ist Tineke Postma ohnehin „die Frau der Stunde“ in der internationalen Jazzwelt.

Tickets

Für die jeweils einstündigen Bühnenhofkonzerte gibt es nur ein begrenztes Kartenkontingent, das ausschließlich über den SW Kartenservice in der Landsberger Straße 43 erworben werden kann. **red**



Tineke Postma bestreitet am 18. September das Jazzkonzert mit Florian Arbenz. Bild: Merlijn Doomernik

DAS 5-SEEN WETTER				
Mi. 26.8.	Do. 27.8.	Fr. 28.8.	Sa. 29.8.	So. 30.8.
wolkig u. stürmische Böen	wolkig	bedeckt	mäßiger Regen	leichter Regen
24° 17°	21° 13°	21° 16°	18° 15°	18° 13°

Impressum

Parsberg Echo, Gilching
Parsberg Echo, Herrsching
Parsberg Echo, Germering
Würmtal-Bote, Info - Echo
Lilienthalstraße 1, 82205 Gilching
Telefon 081 05/384444
Telefax 081 05/384455

Starnberger Anzeiger
Telefon 081 51/998988
Telefax 081 51/998987

Weilheimer Echo
Peißenberger Echo
Telefon 0881/924545-0
Telefax 0881/924545-11

Auflage gesamt: 102.075 Stück

Verlag: 5-Seen Wochenanzeiger GmbH
Fürstenerstraße 5 - 9, 80687 München
Geschäftsführung: Roland Binder, Michael Simon
Anzeigenleitung: verantwortlich Michael Simon
Anzeigenabteilung: 081 05/384444
Telefax: 081 05/384455

Internet: www.5-seen-wochenanzeiger.de
Email: info@5-seen-wochenanzeiger.de

Vertriebsleitung:

Jürgen Werner, Tel. 089/452436-44
Frank Oschmann, Tel. 089/452436-32
E-Mail: vertrieb@crossmedia-verteilung.de

Chefredakteur: Johannes Beetz (job)

Redaktion:

Michael K. Albrecht (mka), Susanne Hauck (ha),
Ulrike Seiffert (us), Sarah Steiner (sv),
Patrizia Steipe (pst).

E-mail-Adresse:

redaktion@parsbergecho.de

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

Satz: CreAktiv komma München GmbH
Fürstenerstraße 5, 80687 München

Druck: Süddeutscher Verlag Zeitungsdruck GmbH,
Zamadorfer Straße 40, 81677 München

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

Zur Zeit ist die Preisliste Nr. 53/2020 gültig.



Mitglied im Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter e.V.

Regelmäßige Auflagenkontrolle der Anzeigenblätter durch BDZ/BVDA



Ausgezeichnet mit

DURCHBLICK PREIS 2019 BVDA
1. Platz in der Kategorie Leser- und Verbrauchernähe

DURCHBLICK PREIS 2018 BVDA
2. Platz in der Kategorie Leser- und Verbrauchernähe

Stiftung Lesen
2017
Dietrich-Oppenberger-Medienpreis für Journalisten

DURCHBLICK PREIS 2017 BVDA
1. Platz in der Kategorie Leser- und Verbrauchernähe

caritas
2016
Münchner Sozialcourage Medienpreis

DURCHBLICK PREIS 2015 BVDA
Sonderpreis für den Beitrag „Lokal Einkäufen“

Zur Herstellung dieser Ausgabe wird Recycling-Papier verwendet

HANS WAGNER

GmbH

www.hans-wagner-gmbh.de
Qualität aus Meisterhand!

Schreinerei • Ihr Renovierungsspezialist

- Fenster und Dachflächenfenster in Kunststoff, Holz und Holz-Alu
- Haustüren und Innentüren ➤ Markisen ➤ Sonnenschutz
- Rollläden – Wartung, Erneuerung, Service
- Sicherheitsnachrüstung von vorhandenen Fenstern
- Reparaturarbeiten zu Fenstern und Rollläden

Puchheimer Straße 3 • 85221 Dachau • Telefon 0 81 31/35 33 22 • Telefax 0 81 31/35 33 23
Besuchen Sie unsere ständige Fenster- u. Türeusstellung mit über 80 Türmodellen.



Partner des
Tiemische Maßnahmen



P+M Pflege
professionell und menschlich
Ambulanter Pflegedienst · Sonnenstr. 53a · 82205 Gilching
Häusliche Alten- und Krankenpflege
Tel. 08105 / 20 70 25 · Fax 08105 / 27 17 10 · metz@pm-pflege.de



● Vergiftungsgefahr durch unbekannte Pilze

Pilzesuchen ohne Vorkenntnisse kann gefährlich werden. Giftexperten warnen davor, unbekannte Pilze zu verzehren und sich beim Sammeln der Pilze nur auf Abbildungen aus Büchern zu verlassen. Häufig wird dabei der Wiesen-Champignon mit dem als unverträglich bis giftig geltenden Karbol-Egerling verwechselt. Zudem wird besonders vor dem Verzehr des bekannten Hallimasch gewarnt. Experten raten beim ersten Verdacht einer Pilzvergiftung sich an eine der vielen Giftnotrufzentralen zu wenden, damit weitere Maßnahmen ergriffen werden können. Die jeweiligen Servicetelefonnummern können meistens den örtlichen Telefonbüchern oder dem Internet entnommen werden.



Quelle: Gesundheit aktuell

AUCH NACH DEM URLAUB ENTSPANNT BLEIBEN

Die Sommerferien sind für einige schon vorbei und damit auch der Jahresurlaub der meisten Menschen. Mit dem Ende des Urlaubs endet meist auch die Gelassenheit, schnell befindet man sich wieder im Alltagsstress und unser Wohlbefinden wird negativ beeinträchtigt.

Von Muskelverspannungen über funktionelle, nervöse Störungen, wie Schlaflosigkeit, Verdauungsbeschwerden, Kopfschmerzen und Hautproblemen bis hin zu gesenkter Belastbarkeit sind häufige Symptome.

Zur Erhaltung oder Wiedergewinnung der psychischen und körperlichen Leistungsfähigkeit sind ausreichende Ruhepausen und Phasen der Entspannung nötig. Der Stresspegel sinkt erheblich, wenn man sich jeden Tag etwas Zeit für sich selbst nimmt. Ein Mitbringsel aus dem Urlaub oder der Gedanke an einen erholsamen Ort hilft, in schönen Erinnerungen zu schwelgen und abzuschalten. Im Zustand der Ruhe kann man sich fallen lassen, Ängste und Verspannungen werden abgebaut. Die besten Verfahren zur Stressentspannung sind regelmäßige, sanfte Bewegung, wie Schwimmen, Radfahren, Walken, Spaziergänge an der frischen Luft oder Meditation und Yoga. Zweimal pro Woche je eine halbe Stunde

Sport reichen aus, um das Wohlbefinden zu steigern. Yoga ist die Methode, durch die der unruhige Geist beruhigt und die Energie in schöpferische Bahnen gelenkt wird und ist ideal für alle, die zwischendurch schnell abschalten und sich regenerieren möchten. Auch durch die Monotonie der Meditation kommt der innere Geist zur Ruhe und dient der reinen Entspannung.

Die richtige Urlaubsstimmung lässt sich mit einfachen Mitteln zurück zaubern. Mediterrane Küche schmeckt nach Sonne und Meer. Typische Mittelmeergeschichte sind nicht nur lecker, sondern auch gesund. Viel frisches Gemüse und Obst, Fisch und Olivenöl haben einen positiven Einfluss auf den Stoffwechsel. Aromatische Kräuter, frische Zitronen und Knoblauch duften nach Urlaub und regen zugleich Appetit und Verdauung an. Windlichter, ein Strauß Rosen und Lavendelzweige verwandeln die Wohnung in ein mediterranes Restaurant. So schmeckt auch ein einfaches Gericht mit selbst zubereitetem Salat nach der Sonne Italiens. Sonne, Meer- und Chlorwasser beanspruchen Haut und Haare. Demnach sorgt auch hier wie übers ganze Jahr ein Wellnessstag für große Entspannung. Ein Vollbad in der Badewanne kann zu einem besonderen

Erlebnis der Sinne werden. Ein Aromabad mit der Zugabe von Badezusätzen oder ätherischen Ölen, wie Rose, Kamille, Eukalyptus, Kampher oder Lavendel aktivieren verstärkte Energiepunkte im Körper und wirkt besonders beruhigend. Oder ein Zitronenbad. Es glättet die fette und normale Haut, bleicht sanft Sommerprossen sowie Hautflecken und heilt Hautunreinheiten. Entgiftend und reinigend dagegen wirkt ein Meerbad. Auch Musik und Töne zielen direkt auf die Seele und das Wohlbefinden. Ideal zum Abschalten während des Wellnessbades sind leise Hintergrundgeräusche.

Die wichtigsten Verwöhn- und Pflegestoffe, wie Salz und Algen kommen aus dem Meer und verjüngen, straffen und nähren die Haut mit Mineralstoffen. So können Gesichtsmasken die strapazierte Haut entspannen und verwöhnen und sie mit ausreichender Feuchtigkeit versorgen. Natürlich gibt es weitere Methoden, die eine Entspannung zum Ziel haben. Alles was wir gerne und mit Freude tun, baut Stress ab: Lesen, Musizieren, Tanzen, Singen oder Handarbeiten und statt negativ, sollten wir uns bemühen, positiv zu denken.

Quelle: Gesundheit aktuell

— ANZEIGE —

Proteine - nicht nur ein Trend, sondern überlebenswichtig

— ANZEIGE —

Die Ernährungsexperten von easylife Gilching erklären, warum Eiweiß mehr als ein Figurschmeichler ist

Gilching · Proteine sind nicht nur sprichwörtlich in aller Munde! Vom Geheimtipp schlanker Menschen und Fitness-Booster, ist die eiweißreiche Ernährung vom Trend zum Mainstream avanciert. Momentan erfreut sie sich so großer Beliebtheit, dass Lebensmittelhersteller entweder proteinreiche Neukreationen auf den Markt bringen oder auf der Verpackung bereits existierender Produkte explizit auf einen hohen Eiweißgehalt hinweisen. Tatsächlich zählen Proteine, neben Kohlenhydraten und Fetten, zu den drei wichtigen Makronährstoffen in unserer Nahrung und sind für unseren Körper überlebenswichtig. Doch warum ist das so?

Lebenswichtige Bausteine

Proteine bestehen aus vielen aneinandergeketteten Aminosäuren. Bei der Verdauung werden die einzelnen Aminosäuren von den Ketten gelöst und können so im Körper ihre diversen, sehr wichtigen Eigenschaften entfalten. Sie transportieren beispielsweise Nährstoffe durch das Blut, sind Bestandteil von essentiellen



Für das Abnehmen ohne Muskelabbau sind Proteine essenziell.

Bild: easylife Gilching

Botenstoffen wie Insulin, werden bei der Energiegewinnung genutzt und spielen beim Auf- und Abbau von Muskulatur und anderem Gewebe eine große Rolle. Zudem sind sie wichtig für das Immunsystem, denn die Antikörper, die unser Körper bildet, um Viren und Bakterien zu bekämpfen, bestehen aus Proteinen.

Es gibt jedoch Aminosäuren, die unser Körper nicht selber herstellen kann. Fehlen diese über längere Zeit, können grund-

legende und wichtige Funktionen des Organismus gestört werden. Um gesund zu bleiben, müssen wir solche Aminosäuren über die Nahrung aufnehmen. Eine ausgewogene Ernährung, die ausreichend hochwertige Proteine liefert, gewährleistet eine optimale Versorgung.

Proteine kommen in fast allen Lebensmitteln vor, ausgenommen sind reine Öle und purer Zucker. Die höchste Konzentration findet sich in Fleisch und Fisch. Wer jedoch nicht täglich auf diese

Lebensmittel zurückgreifen will, kann seinen Speiseplan mit Tofu, Eiern und Quark bereichern. Auch Hülsenfrüchte wie Linsen oder Kichererbsen sowie Gemüse wie Champignons und Spinat gehören zu den proteinreichen Nahrungsmitteln.

Gesund zur schlanken Figur

Wer auf seine Ernährung achtet, eine gute Balance der Makro-

nährstoffe findet und ausreichend mit Vitaminen, Spurenelementen aber auch Ballaststoffen versorgt ist, stärkt nicht nur sein Immunsystem und tut seiner Gesundheit etwas Gutes. Mit einem gesunden Maß an Bewegung ist eine ausgewogene Ernährung, die auf die jeweiligen Bedürfnisse des Einzelnen angepasst ist, auch ein Garant für eine schlanke, attraktive Figur.

Manchmal macht einem aber das Leben einen Strich durch die Rechnung und es sammeln sich ungewollte Fettdepots an. Die Gründe dafür sind so individuell wie jeder Mensch selbst. Ursachen können beispielsweise hormonelle Störungen, Medikamente und Veranlagung sein, aber auch die Raucherentwöhnung. Zudem führt in vielen Fällen ein zu niedriger Stoffwechsel dazu, dass eine Gewichtsabnahme sehr schwierig oder sogar fast unmöglich ist. Deshalb analysieren die Abnehmexperten von easylife Gilching bei jeder Erstberatung kostenlos und unverbindlich den jeweiligen IST-Zustand.

Mit ihrem seit über 25 Jahren bewährten Abnehmkonzept, das auf ernährungswissenschaftlichen

Erkenntnissen und den individuellen Ausgangsbedingungen sowie Bedürfnissen des Einzelnen basiert, begleitet das kompetente, engagierte Team mit viel Herz jeden einzelnen Teilnehmer auf seinem individuellen Weg zum Wunschgewicht. Dank einer natürlichen, schmackhaften, abwechslungsreichen und zugleich unkomplizierten Ernährungsweise gelingt das ohne Frust und nachweislich ohne Jo-Jo-Effekt. Denn Ziel der easylife-Methode ist es, den Stoffwechsel anzukurbeln und auf einem hohen Niveau zu stabilisieren – ganz ohne Medikamente, Shakes, teure Ersatznahrung, Hormone und auch Sport ist dafür nicht erforderlich. Wer mehr über seinen Körper, easylife Gilching und das bewährte Abnehmkonzept erfahren will, reserviert sich einfach einen individuellen, kostenfreien Beratungstermin bei den Ernährungsexperten in der Dornierstraße 4. Sie sind von Montag bis Freitag erreichbar unter der Telefonnummer (08105) 77 46 240. Lesen Sie nächste Woche im Parsberg Echo den dritten Teil der Beitragsreihe „Makronährstoffe“ mit spannenden Informationen über Fette.



So gefährlich ist Hitze im Auto

(mid/ak) Wenn sich das Auto im Sommer aufheizt, kann das gefährlich werden. Autofahrer werden unkonzentriert, das Unfallrisiko steigt, zurückgelassene Kinder oder Tiere können in einem in der Sonne geparkten Auto sogar sterben. Macht es dabei einen Unterschied, die Fenster einen Spalt zu öffnen? Hat die Autofarbe einen Effekt auf die Hitzeentwicklung im Wagen? Helfen getönte Scheiben? Selbst leicht geöffnete Fenster machen keinen Unterschied. Blieben die Fenster geschlossen, wurden nach zehn Minuten 38 Grad und nach 20 Minuten sogar 45 Grad ge-

messen. Waren zwei Fenster leicht geöffnet, erreichten die Werte nach zehn bzw. 20 Minuten immerhin noch 36 und 42 Grad. Nach einer Stunde in der prallen Sonne kletterte die Temperaturanzeige jeweils deutlich über die 50-Grad-Marke. Daher sollten Autofahrer niemals Kinder oder Tiere im Wagen im Sommer zurücklassen. Unerheblich ist es dabei, ob es sich um ein weißes oder schwarzes Fahrzeug handelt, die Lackfarbe hat keinen Einfluss auf die Hitzeentwicklung. Einen kleinen Effekt haben immerhin Wärmeschutzverglasung oder getönte Schei-

ben. Denn den größten Anteil bei der Hitzeentwicklung im Auto haben die Fensterflächen. Deren Größe, der Einstrahlungswinkel der Sonne sowie die Farbe des Innenraums beeinflussen die Aufheizung stark. Auch Folien an den Fenstern schützen, indem sie das Sonnenlicht, das für die Wärme sorgt, reflektieren. Vorsicht: Viele Autofahrer glauben, dass sie hinter der Autoscheibe vor UV-Strahlung geschützt sind. Das stimmt nur bedingt. Die Frontscheibe schützt zwar weitestgehend vor UV-A und UV-B-Strahlung – die Seitenscheiben lassen allerdings die UV-

A-Strahlung passieren, die eine vorzeitige Hautalterung und im schlimmsten Fall Hautkrebs verursachen kann.

Tipps, wie man der Hitze im Auto trotz: Die Türen und Schiebedach des von der Sonne aufgeheizten Fahrzeugs öffnen und gut durchlüften. Zu Fahrtbeginn sollte die Lüftung auf die höchste Stufe gestellt werden, außerdem sollten Fenster und Schiebedach geschlossen werden, wenn die Klimaanlage anfängt zu wirken. Beim Parken am besten eine Sonnenschutzmatte auf die Windschutzscheibe legen.

Allgemein

Reifen- u. Felgenreparatur, 82327 Tutzing; Tel. 0162/9264636

KFZ-Sachverst. Dirk Steffen, zertifiziert, unabhängig, Haftpflichtgutachten für Geschädigte kostenlos! Oldtimer- und Wertgutachten, Tel. (089) 8033044 o. 0172/1602612

Ankauf von KFZ aller Art, auch unfallbeschädigt, TÜV fällig, Motor oder Getriebeschaden, KFZ Meisterbetrieb 82418 Murnau, Tel. 0151/17456427

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

Kfz-Firma kauft alle Autos, Telefon: 089/62271473

www.mein-auto-muss-weg.de
KFZ-Ankauf-Hotline ☎ 0178/8433583

Wagner
GmbH & Co. KG
Breitbrunn, Hauptstraße 1
82211 Herrsching/Ammersee
Telefon 081 5298 87-0
Telefax 081 5298 87-29
www.autohaus-wagner.info

Audi

Su. Audi ab Bj. 98, jd. Zust., 24 Std./Wo., Fa., Tel. 089/89328547

Kaufe Audi, Fa., T. 089/61467795

Su. Audi, jeder Zust., 24 h, Fa., T. 089/89867096

BMW

Kaufe BMW Fa. T. 089/48998925

Kaufe BMW Fa. T. 089/61467795

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

Fiat

Kaufe Fiat Fa. T. 089/48998925

Kaufe Fiat Fa. T. 089/96978022

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

Ford

Su. Ford, Fa., Tel. 089/61467795

Kaufe Ford Fa. T. 089/48998925

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

Honda

Kaufe Honda, T. 089/48998925

Hyundai

Su. Hyundai, T. 089/48998925

Mercedes

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

Kaufe jeden Mercedes Firma Telefon: 089/48998925

Su. Mercedes, T. 089/62809177

Motorräder

Kaufe gebraucht Unfall- u. defekte Motorräder, Fa., Telefon: 089/3143203

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

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

Nissan

Kaufe Nissan, T. 089/94002977

Opel

Kaufe Opel Fa. T. 089/48998925

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

Su. Opel, jeder Zust., Tel. 089/61467795

Peugeot

Suche Peugeot, jeder Zust., 24 h, Fa., Tel. 089/62809177

Kaufe Peugeot Firma, Telefon 089/48998925

Renault

Kaufe jeden Renault Firma Telefon: 089/48998925

Suche Renault, T. 089/94002977

Su. Renault Pkw/BUS, ab Bj. 98, jd. Zust., Fa. Tel. 089/89328547

Skoda

Kaufe Skoda, T. 089/48998925

... seit über 50 Jahren



www.5-Seen-Wochenanzeiger.de

Re-Import WIMMER.



freundlich. fair. zuverlässig.

Verkauf von EU-Neuwagen

bis 35% unter dt. Liste

Carl-Benz-Str. 8

82205 Gilching bei München

Tel.: +49(0)8105/77 14 77-2



VW T6 Kasten

in allen Varianten zu Top-Preisen auf Lager oder Wunschbestellung, z. B.: 110 kW/150 PS, Euro 6, ab netto 19.990,- € zzgl. 19% MwSt.



VW T6 California

Beach/Coast/Ocean + 30 Sondermodelle, z. B.: Beach T6, 110 kW/150 PS, Euro 6, ab 39.990,- €.



Vollstaudausstattung für alle Fahrzeuge auf Anfrage, auch Oldtimer



Porsche Top-Gebrauchtfahrzeuge, An- und Verkauf



Ihr Mehrmarkenhändler aus Gilching.

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

E-Mail: verkauf@reimport-wimmer.de

www.reimport-wimmer.de



Sachverständigenbüro
Germering
für Freizeitfahrzeuge
Wohnwagen und Reisemobile



Michael Hofstetter
Geschwister-Scholl-Ring 2
82110 Germering
Whats App: 0170/1457547

Telefon: 0 89/80 07 39 11
Mobil: 0151/24 05 38 87
Fax: 0 89/80 90 88 94

E-Mail: info@caravan-gutachter.com
Internet: www.caravan-gutachter.com

Sonstiges

Hänger 2,5m/b ges. T. 6701170

Toyota

Kaufe Toyota, Tel. 089/48996460

Kaufe jeden Toyota, Firma Telefon: 089/48998925

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

Kaufe alle Toyota auch mit Unfall, TÜV-fällig, hohe Km oder defekt. KFZ Meisterbetrieb 82418 Murnau, T. 0151/17456427

VW

Golf IV 01 03/21, Automatik, Extras, Anhängerkupplung, usw., 1.590,- €, Tel. 0176/83371557

Kaufe VW Fa. T. 089/48998925

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

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

Golf V Bj. 2004, 55 kw, 61' km, HU 03/22, Benzin, schw., 8-fach ber., VB € 2.750,-, T. 08105/4592



Wohnwagen/ Wohnmobile

Rentner sucht ein gepflegtes Wohnmobil oder Kastenwagen für Urlaub zum Kauf. Freue mich über jedes Angebot, Telefon: 0157/78429499

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

Auto-Ankauf

Kaufe Fahrzeuge aller Art auch Unfall/Motorschaden usw., Selbstabholung, Barzahlung, Abmeldung, 24 h auch Sa./So., Fa. T. 089/92269970 o. 0171/3078511

Kaufe Fahrzeuge aller Art, 24 Std./Wo., Fa. Tel. 089/89328547

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

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

AUTO-ANKAUF alle Marken, jeder Zustand, Fa. 24 h, Telefon: 089/94002977

Kaufe alle Arten v. Fahrzeugen für In-/Export, auch mit Unfall, Motorschaden, hohe KM, zahle sofort in bar, auch Sonn- und Feiertage, Hansa Automobil, Tel. 089/23926329 oder 0172/8613407

Deutsche Firma kauft jedes Auto, Tel. 089/62809177

Su. Oldtimer, Mercedes-Benz, Porsche oder BMW von privat, Tel. 0177/5066621

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

Dt. Fa. kauft unfall- und gebrauchte Kfz ab Bj. 02, sofort bar, Sa. / So., Tel. 089/90179111

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

Dt. Fa. kauft alle Autos für In-Export. Gepflegte, Motor-, Getriebe- und Unfallschaden uvm. Abholung auch mit Schleppwagen möglich. Besichtigungen bei uns oder bei Ihnen. Barzahlung, Abmeldung sofort. Tel. 089/21257007 24h u. Sa./So. erreichbar.

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

Fa. Höchst kauft Ihr Fahrzeug, auch Unfall - Totalschaden, zahle Höchstpreise, Tel. 0162-3296073 o. 08142-4107225

Kleinanzeigen spannend wie das Leben in Ihrem 5-Seen Wochenanzeiger

Die hab' ich aus 'ner Kleinanzeige

5-Seen Wochenanzeiger GmbH, Carl-Benz-Straße 11 · 82205 Gilching, Telefon 08105/38444 www.5-Seen-Wochenanzeiger.de

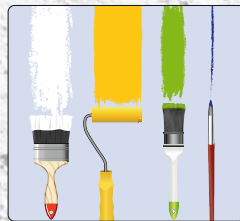


Experten aller Branchen

Hier finden Sie Maler und Fliesenleger, Schreiner und Sanitärbetriebe und mehr.

Bauarbeiten

FAHRER
MIT MINI-BAGGER
+ ABRUCH- UND
GARTENSERVICE
hat Termine frei,
Telefon 0176 / 24 83 60 54



Containerdienst

wittmann
sorgt für saubere Umwelt
Ihr zertifizierter Fachbetrieb für alle
Dienstleistungen rund um die Entsorgung!
Wo sind Sie? 089 / 854 86-0
www.wittmann.de
24 Stunden NOTDIENST

Bodenbeläge

**Fliesenverlegung und
Sanierungsarbeiten**
- günstig, Firma -
Telefon 089 / 85 64 14 11
oder 01 78 / 77 70 054

Dachsanierung

Garage undicht?
HeMi
Dachdecker- & Spenglerei
Meisterbetrieb
Tel. (0 81 42) 3 05 85 44

Garten- und
Landschaftsbau

Gartengestaltung Fischer,
Telefon 87 38 62
www.gartenfischer.de

Heizung/Sanitär

**Sanitär-
Kundendienst**
FRANZ TABERY
info.tabery@t-online.de
Lilienthalstr. 4 · 82205 Gilching

Heizung/Sanitär

**BAD & HEIZUNG
VEHLOW**
Bäder komplett · Gas · Wasser · Heizung
Reparatur · Wartung · Altbauausbau
Einbau von Gasheizungen · Kundendienst
Telefon 88 30 73 Rohrreinigung
www.der-baeder-macher.de
info@der-baeder-macher.de

KFZ-
Sachverständiger

KFZ-Sachverständiger Dirk Steffen
Zertifiziert und unabhängig,
Haftpflichtgutachten für Geschädigte
kostenlos! Oldtimergutachten,
Wertgutachten.
Tel.: 089/80 03 30 44
Mobil: 0172/1 60 26 12
www.ds-sachverstand.de

Malerarbeiten

**Andreas Merath
Malerbetrieb**
82110 Germering
Tel. 0 89 / 8 41 50 82
Handy 01 77 / 8 56 61 07
- Sämtl. Innenarbeiten
- Fassadenarbeiten
- Wandgestaltungen
- Sonderpreise f. Leerwohnungen

Malerarbeiten

**MALERMEISTER
MICHAEL
MOSCH**
Fassadenanstriche · Innenräume
82110 GERMERING
Tel.: 0 89 - 89 40 78 44
www.maler-mosch.de

KAMMERER

Malereibetrieb GmbH
Wir erledigen unkompliziert sämtliche
Malerarbeiten im Innen- und Außen-
bereich. Familienbetrieb | 0172/8918461
www.kammerer-malereibetrieb.de

Nähzentrum

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

Reinigung

ESAPOVIC
FENSTERREINIGUNG
HABEN SIE KEINE LUST
ZUM FENSTERPUTZEN?
Rufen Sie uns an!
Telefon 01 70 / 7 79 70 43
www.fensterreinigung-esapovic.de

Renovierung &
Sanierung

Schimmel Feuchte Keller
Mauertrockenlegung mit Garantie
Sperr-Sanierputze · Kellerabdichtung
VEINAL® Kundenservice
Limesstr. 49 · 81243 München
Tel. 089/87 57 96 38
www.veinal.de · Bauchemie@veinal.de

**** MEISTERBETRIEB ****
erledigt schnell & günstig
Maler- u. Verputzarbeiten, Trockenbau
u. Vollwärmeschutz, Terrassen- und
Dachsanierung, Holz- u. Bautenschutz
01577 - 263 25 65



Schlosserei

Schlosserei SME
Manfred Erb
Metallbau · Stahlbau
Reparaturen
Neuanfertigungen
Auinger Straße 40 · 82237 Steinhilf
Tel. 0 89 / 94 00 59-37 · Fax 0 89 / 94 00 59-38

Tankschutz

... in ganz Süddeutschland **BÖHM**
TANKREINIGUNG - Tankschutz
Alle Leistungen rund um
Ihren Heizöltank,
auch Sachverständigen-Abnahme
Kostenfreie Telefonnummer:
08 00-5 10 00 61

Wein

DER Weinladen seit 1992
Gilching · Carl-Benz-Str. 14 · T. 081 05 / 51 02
Geöffnet: Mo. - Mi. 9.30 - 12.30 + 14.30 - 17 Uhr
Do. + Fr. 9.30 - 12.30 + 14.30 - 18.30, Sa. 9.30 - 13.00 Uhr

Werbung

CreAktiv
komma münchen gmbh
[FULL-SERVICE-WERBEAGENTUR]
089 / 546 55 200
www.creaktiv-net.de

Handwerker

Fachbetrieb für Steinteppich
und jegliche Malerarbeiten rund
um ihr Haus, 30% Rabatt, Tel.
0176/64003905

PB Projekt Bau GmbH: Boden-
belagsarbeiten, Fenster, Türen,
Vollwärmeschutz, Putzsanierung,
Malerarbeiten aller Art, Trocken-
bau-, Elektro- u. Fliesenarbeiten,
Tel.: 0170/8956599

Dachdeckermeister: Reparatur,
Neudeckung, Spenglerei, Sanie-
rung. MUC, Tel. 089/30001181

Hochdruckreinigung: Wege -
Terrassen - Treppen, Firma
Telefon: 0172/8027435

Elektroinstallation und Gebäu-
detektechnik Thomas Abeltshauser,
Telefon: 089/7601213

Malerarbeiten aller Art zu
günstigen Festpreisen. Tel.
0171/2011140

Fa. Bauer, Böden, Fachbetrieb
Tel. 089/69387574; 0173/8261465

Spenglerei/Bedachungen Steil-
dach, Flachdach, Dachfenster,
Dachrinnenreinigung, Tel. 089/
70066656, schubert-dach.com

Klavierstimmen

— Stimmung bes. haltbar
— langjährige Erfahrung
— 80,- inkl.

Helmut Karl, Dießen
Tel. 0 88 079 49 34 17

— Angebot kostenlos —
Malerfirma übernimmt
**Maler- und Tapezierarbeiten, Fassaden-
gestaltung, schnell - sauber - preiswert!**
Firma Bergmann
Telefon 089/82979056; 0151/57 68 02 53

Malereibetrieb Merath & Sohn
• sämtliche Maler- und Tapezierarbeiten
• Treppenhäuser
• Fassadenanstriche
• Leerwohnungen zu Sonderpreisen
Germering, Tel. 0 89 / 8 41 50 82

Älterer Malermeister über-
nimmt sämtliche Maler u. Reno-
vierarbeiten zu sehr günstigen
Preisen sauber korrekt zuver-
lässig, Telefon: 0172/8919782

**Malerfachbetrieb Florian
Legler,** Ausführung aller Maler-
und Lackierarbeiten sowie
Tapezierarbeiten, Bodenbeläge,
Verputzarbeiten und mehr. Tel.
089/32608922 oder 0173/2991088
www.maler-wuertal.de

MEISTERBETRIEB erledigt
Schnell & Günstig: Maler- und
Verputzarbeiten, Trockenbau u.
Vollwärmeschutz, Terrassen- u.
Dachsanierung, Holz- und Bau-
tenschutz. Tel. 01577/2632565

Schnellreparaturen Rollläden
und Markisen! Rabattaktion 15%
auf alles Neue, Telefon:
01590/1657125

Parkett, Laminat, Fliesen, Reno-
vierungen aller Art. Firma
Karcz, Telefon: 0152/27019833

Fachbetrieb übernimmt gün-
stig Asphaltierungen, Pflaste-
rungen und Gartenbauarbeiten,
Telefon: 0171/6700003

Malereifach-/Familienbetrieb,
sämtl. Maler- u. Lackierarbeiten,
Fassaden, Tapezieren, Boden-
beläge, Tel. 0172/8918461 www.
kammerer-malereibetrieb.de

**WIR MACHEN IHRE GLAS- UND
FENSTERREINIGUNG** seit 1975
für Privat und Gewerbe. Telefon:
0151/70106722

Malereibetrieb übern. Maler- u.
Fassadenarbeit, Angebot kosten-
los, schnell sauber, preiswert, Fa.
Bergmann, Anrufe unter Tel.
089/82979056 od. 0151/57680253

Malermeister übernimmt sämt-
liche Malerarbeiten, Wohnun-
gen, Treppenhäuser, Neubau, für
Fassaden eigenes Gerüst, Firma
M. Werner Tel.: 08166/995654
oder 0178/3319254

**Schöner wohnen! Handwerks-
meister** (im Unruhestand) unter-
stützt Sie bei Renovierungs- und
Sanierungsarbeiten. Akkurate
Ausführung, sowie moderater
Std.-Satz, Tel. 01521/2025405

FassadenTeam Bauer Familien-
betrieb macht alle Malerarbeiten
rund ums Haus! 25 % Rabatt!
Tel. 0174/8019641

**Umbauten - Sanierung -
Mauertrockenlegungen** -
kleine Maurerarbeiten, Herr
Wallingner, Telefon 089/8561180,
www.wallingner-bausanierung.de

**Fliesenleger Badumbau und
mehr** Beratung - Planung - Aus-
führung. Tel.: 0176 / 2323 6246

**Zimmermann Holz & Bauten-
schutz,** Sanierung - Renovierung
- Modernisierung am, im & rund
um's Haus, Tel. 089/38465341

Garten-, Landschaftsbau, alles
rund ums Haus! Fa. Böhrer,
Telefon: 0176/ 74 72 60 84

Garage undicht? HeMi Dach-
deckerei & Spenglerei, Meister-
betrieb. Tel. 08142/3058544

Fliesenverlegung und Sanie-
rungsarbeiten, günstig! Firma Tel.
089/85641411 oder 0178/7770054

Malermeister sorgfältig! Bsp.
Leerwhg. 70m², 640 € net. inkl.
Material, Tel. 0151/72927512 u.
0176/76389665

Wir beraten Sie gerne, weil Sie
uns nicht "Wurst" sind. Maler-
fachbetrieb, Bodenlegearbeiten
sowie Komplettrenovierung.
Andreas Wurst. Anrufe unter Tel.
0151/41232102

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

Erotik

Lisa (32) aus Weilheim 01525-5169063

Gut durch die heißen Tage kommen

Lüften, Ventilator, Klimaanlage:
So übersteht man die Hitze des Hochsommers

(djd). Lüften ist im Hochsommer besonders wichtig - aber nur zur richtigen Zeit. Nachts und früh morgens, wenn die Luft am kühlgsten ist, sind am besten alle Fenster zu öffnen und auf Durchzug zu stellen. Sobald es draußen wärmer ist als drinnen, sollte man die Fenster schließen und das Lüften auf ein Minimum reduzieren, rät das Institut für Wärme und Oeltechnik (IWO). Ist die Luft in der Wohnung erst mal aufgeheizt, kann ein Ventilator sie zwar nicht abkühlen, aber der leichte Lufthauch auf der Haut wird von den meisten Menschen als angenehm empfunden. Ist eine Klimaanlage im Einsatz, sollte der Strom am besten von der Photovoltaikanlage auf dem eigenen Dach kommen. Mehr Informationen dazu gibt es beispielsweise unter www.zukunftsheizen.de.



Ein Ventilator schafft Erleichterung an besonders heißen Tagen.

Foto: djd/IWO/New Africa - stock.adobe.com

Gesucht & Gefunden

Interessante Kleinanzeigen, Flohmarktangebote für Schnäppchensucher, Tiermarkt und vieles mehr.



Mittwoch, 26. August 2020 | Nr. 35

Fundgrube

Alten-/Krankenpflege

Liebevolle Betreuung Ich, 32 J., biete liebevolle Betreuung für ältere Herrschaften, auch Gartenpflege, gerne auch gegen Wohnen, Tel. 0176/84893822

Bekannschafsinstitute

Marlies, 73 J., hübsche Witwe, mit viel Herzlichkeit, gute Köchin u. sichere Autofahrerin, ich schmecke u. kuschle gern, sehe mich sehr nach einem netten, anständigen Mann zum Liebhaben u. Verwöhnen, mit dem ich zusammen sein kann - wohne hier ganz allein u. wäre jederzeit umzugsbereit - ich würde sehr gerne mal mit Ihnen telefonieren pv Tel. 0151/62913878

Ulla, 67 Jahre jung, hier aus d. Gegend, bin schlank, etwas vollbusig u. liebevoll, gute Hausfrau u. Köchin mit zwei fleißigen Händen und einem großen Herz, suche üb. pv auf diesem Weg einen sympathischen Mann (Alter egal), bei getrenntem oder zusammen Wohnen. Ich würde Sie gerne besuchen oder zu mir einladen wenn Sie anrufen. Tel. 0151/20593017

Ich, Kerstin, 61 J., verwitwet, ohne Anhang, sehe sehr gut aus, habe eine traumhafte Figur mit schöner Oberweite. Ich mag die Natur, bin einfühlend, optimistisch u. humorvoll, fahre gern Rad, wandere u. koche auch sehr gerne. Da ich ganz alleine bin suche ich ernsthaft einen netten Lebenspartner bis ca. 70 J. Bitte rufen Sie an pv Telefon: 0160/97541357

Zärtliche Ramona, 53, mit frau. Figur, möchte Dich verwöhnen und mit Dir lieben, lachen, fröhlich sein. Beruflich arbeite ich in 2 Schichten, ich hoffe das macht Dir nichts aus. Dann melde Dich, freue mich schon sehr. ü.A.G.V.M.A Anruf 0157/682776

Herzensgute Erika, 68 J., verwitwet bin sehr fürsorglich, ehrlich, zuverlässig eine gute Hausfrau und Naturliebhaberin. Wünsche mir so sehr einen Herrn für eine glückliche Zukunft zu Zweit. Warte auf deinen Anruf. ü.A.G.V.M.A. Tel. 0160/7998576

Krankenschwester Conny, 39, mit sportl., schlanker Figur, blondem Haar bin sehr liebevoll und romantisch. Möchte so gern eine harmonische Beziehung wo Zuverlässigkeit und Treue das Wichtigste sind. Bitte melde Dich gleich, nur Mut. ü.Pv Tel/sms: 0151/27186363

Ich, Elisabeth, 77 J., bin eine ganz liebe, ruhige, hässliche Frau mit guter Figur, ich mag eine gute Küche, die Natur, Spaziergänge, fahre gern Auto. Seit mein Mann verstorben ist, stehe ich nun ganz alleine da. Ich suche üb. pv einen lieben Mann (Alter unwichtig), bei getrenntem oder auch gemeinsamen Wohnen. Sie erreichen mich Tel. 08121/2508698

Computer

PC-DOKTOR, Tel. 0171-7777766

Dienstleistungen

Haben Sie keine Lust zum Fensterputzen? Wir erledigen das! Solaranlagen-, Dampf-, Grundreinigung etc. Tel. 0170/7797048 www.fensterreinigung-esapovic.de

Schreiner, Fachbetrieb Bauer Tel. 089/69387574; 0173/8261465

Fahrer mit Mini-Bagger + Abbruch- und Gartenservice hat Termine frei, Tel. 0176/24836054

Günstige Fensterreinigung u. Gartenarbeit, Tel. 089/17108493

Wir putzen Ihre Fenster! Gewerbl. u. Priv., T. 0157/7355725

Entrümpelungen

Bayrische Buam Entrümpelung, Umzüge und Entsorgung. Anrufe unter Telefon: 089/12125491 www.bayrische-buam.de

Ihr Guter Geist! Seit 1975!!! Wir Entrümpeln & Entsorgen für Sie alles! Tel. 0151/70106722

Esoterik/Lebensberatung

Hellsehen - Int. seriö. Parapsychologie sieht aus Quellen alt-überliefertem Wissen Ihre Zukunft. www.fragendeslebens.de, Tel. 07551/68182, 0171/6213622

Fahrrad-Markt

Opa Fahrrad, T. 0151/15715709

Gartenbau

Gartenarbeiten von A bis Z, Gartengestaltung, Terrassenbau, Pfisterarb., T. 0151/20470990

Gärtner sucht Arbeit (Baum-Hecken-Straucherschnitt, Terrassenreinigung) T. 0176/21059770

Wir machen Ihre Gartenarbeit seit 1975! Tel. 0151/70106722

Gesundheit

Aloe-Vera-Qualitätsprodukte im Online-Shop unter <https://kristinabinder.be-forever.de>

Kaufgesuche

Suche Porzellan aller Manufakturen, von privat, Telefon: 0152/23923740

Seriöser Münchner su. Uhren Münzen, Schmuck, Trachten, Taschen, Zinn, Porz., 089/15907866



Alle Eisenbahnen u. Blechspielzeuge gesucht: Autos, Schiffe, Dampfmasch. usw., auch kompl. Sammlung, Tel. 0170/3136474

Kristall, Zinn, Porzellan, Bierkrüge, Münzen, Militaria, Ferngläser, Bücher, Sammelstassen, Uhren, Tel. 0157/35373733

Kaufe von Privat Bleikristall Handarbeit, Tel. 0151/54160480

Suche edle Weine, Whisky, Cognac, Champagner und alte Gemälde Tel. 089/79360944

Su. Bierkrüge, Münzen, Orden, Ferngläser, Zinn, Porzellan und Bestecke, Tel. 0162/8600584

KAUFE ALTE ORIENTTEPPICHE GALERIE KAMBIZ, T. 089/281629 WWW.GALLERY-KAMBIZ.DE

Münchnerin kauft Ölbilder, Teppiche, Schmuck, Zahngold, Haushaltsaufl. Tel. 089/12282494

GOLDANKAUF **SOFORT BARGELD** für Altgold jeder Art: Schmuck, Münzen, Barren, Zahngold usw. Berechnung nach Tageskurs. **Starnbergs freundliche Ankaufstelle** Galerie Schwarzmann Maximilianstr. 14, ☎ 08151/16759



Kaufe Schallplatten, Filmmusik Pop, Rock, CD, T. 0177/2051745

Achtung kaufe! Pelze, Orientteppiche, Krokotaschen, Trachtenschmuck, Armbanduhren, seriöse Barauszahlung, Hr. Ernst, Telefon: 0163/4548114

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

Kaufe Musikinstr., Pelze, Zinn, Tafelsilber, etc., T. 0177/4338997

Achtung liebe Leser! Kaufe Pelze, Trachten, Leder, Handtaschen, Armband- und Taschenuhren, Münzen, Bernstein, Modeschmuck, Silberbesteck. Zahle bar. Hr. Franz, T. 0151/73026325

Höchstpreise für Militärsachen bis 1945! Tel. 0171/3331919

Alles Militärische v. 1. und 2. Weltkrieg von Privat gesu., Zahle Höchstpreise! Tel. 0177/4624344

Frau Strauß kauft Pelze, Näh-, Schreibm., Porzellan, Krüge, Kristall, Zinn, Abendgarderobe, Trachten, edle Handtaschen, Bernstein, Instrumente, Münzen, Uhren, Schallplatten, Schmuck u. Tafelsilber. Zahle bar und fair. Tel. 089/44312337

Ankauf Figuren, Porzellan, Meißner, Herend, Nymphenburg, Rosenthal, KPM; 01577/2693486

Kauf von Privat Pelzjacke od. Pelzmantel, seriöse Abwicklung, Herr Adler, Tel. 0162/9514970

Jungdesigner kauft Pelze, Bernstein, Trachten/Abendgard., Porz., Kristall, Uhren/Schmuck Münzen, Näh-/Schreibmaschinen, Hr. Strauß, Tel. 089/25004914

Kaufe Münzen / Briefmarken aller Art (Priv.) Tel. 08131/3793344

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

Suche altes Öl Bild und alten Bilderrahmen auch beschädigt. Suche alte Bronze Figur. Günstig. Tel. 0176-55644089

Kaufe Streichinstrument z.B. Geige, Cello, Kontrabass und Blasinstrument (auch defekt). Angelruten kostenlos gegen Abholung gesucht, Tel. 0176-55644089

Wir kaufen Werte, die Geschichte erzählen. Von Antiquitäten bis zum Pelz, von Porzellan zum Gemälde, Briefmarken u. Münzen, Nähmaschinen u. Uhren. Tel. 0177-4779251 Herr Braun

Seniorenbetreuung

Suche Putz- und Haushaltshilfe ab sofort für alte Dame in Gauting, Tel. 0160/90169161

Altenpflegehelferin mit Herz su. 24 Std. Sen. Betreuer / Haushaltshilfe Stelle, T. 0157/77655386

Tiermarkt

An alle Aquarianer! Der Aquarienverein Amazonas-Löns veranstaltet jeden 1. Sonntag im Monat eine Zierfisch- und Pflanzenbörse von 9 - 11 Uhr im Bayer. Schnitzel- u. Hendlhaus, Landsberger Str. 499, München

Umzüge und Transporte

Entrümpelungen, Umzüge, Transporte. Hole Möbel und Küchen! Telefon: 0162/4034741

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

Unterricht

ITALIENISCH auch online, Tel. 0171/2101771

Mathe, Physik, Chemie, Nachhilfe, Telefon 08151/972192

Verkäufe

Biertisch mit Bank 25 €, 300 Schallplatten teils sortiert, teils unsortiert 400 €, alles abholbar, Tel. 089/74568929

Brennholz aus der Region, Buche, Fichte, abgelagert zu verkaufen, Tel. 08153/1211

Fahrradanh. T. 0151/15715709

Brennholz, offenfertig und trocken, Buche und Fichte; Telefon 0160/91375093

QUALITÄTS-MUSTERKÜCHEN im Preis bis zu **70% reduziert**, sofort lieferbar u. ergänzungsfähig. **Fa. Küchenstube Eckl**, Tel. 081 71/41 08 21

6 Damenhosen, Größe 34, 4 25,- €, rot, gelb, weiß, lindgrün, hellblau, aprikot, passend dazu 3 Blusen à 10,- €, Größe M, 2 Tunika, Größe 44, à 15,- €, Tel. 0171/1410048

14 Ster Buchenbrennholz, offen, frei Haus; T. 0160/5392882

1a Einheimisches Buchen- u. Fichtenbrennholz offenfertig, trocken, Lieferung mögl. Tel. 0176-66876434

Besteckgarnitur in 925/000 Silber massiv, 171 Teile, 5.990,- €, Tel. 08142-51899

Verschiedenes

Teppich- u. Polsterreinigung! Fa. Neuman, Tel. 08141/538989

Haus- und Gartenservice. Gartenpfl. + Kleinreparaturen; S. Özdemir, Tel. 0172/8829629

Erlidige zuverlässig Malerarbeiten. Tel. 0177-2393802

Wohnungsauflösung, entrümpeln, entsorgen, gutes verrechenbar, Fa. 01 72/8 30 82 47

Gebäudereinigung Vertrauen & Sauber su. Neuaufträge, Tel. 0152-55951189 o. djosepe33@yahoo.de

A-Z ENTRÜMPELUNGEN - Transporte, Umzüge, Hole auch Möbel U: Küchen, Tel. 0162-4034741

Parkett- u. Treppenschleifservice Fa. Geiger, Tel. 08145-9988879

Umbauten / Renovierungen / Bäder, u. A-Z, www.geiger-ffb.de, Fa. Geiger, Tel. 08145-9988879

Duschwände nach Maß, Fa., Tel. 08141-21760

Renovierungen, Innenausbau, Maurer- / Innen- u. Außenputzarbeiten - Maler - Fliesen - Bodenleger - Trockenbau, T. 0172-9173319

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

UMZÜGE, ENTRÜMPELUNGEN, besenrein, hole Möbel u. Küchen, Tel. 0162-4034741

Garten- und Landschaftsbau, Neuanlagen, Renovierungen aller Art, Natursteine, Pflastersteine, Terrassenplatten u. Zaunbau emre.gartenbau@live.de, Tel. 0174-3419837 oder 08141-5393927

Gartenteich-Service, Entschlammung, Neu- u. Umgestaltung, Filteranlagen, Klarwasserberatung, Tel. 08141-18325

Handwerksmeister übernimmt Reparatur- und Sanierungsarbeiten, Tel. 0170-9631527

Hurra, der Mann für die Kleintmontagen ist da. Montage v. Markisen, Haustüren, Vordächer usw., Kleinreparaturen rund ums Haus. I huif, wennst es net selba macha magst. Tel. 0173-3686522

Prof. Reinigen v. Wintergärten, Glasvordächern, Glasfassaden u. Wartung ihres Wintergartens, Kleinreparaturen, Tel. 0174-5734488

GARTENARBEIT GÜNSTIG Hecken schneiden, Bäume fällen und mehr... Tel. 08151/9503254

Heckenpflanzen - thuja Smaragd 175+ cm je 47,- €, 200+ cm je 56,- €, 225+ cm XXL je 99,- €, Bechereibe 150+ cm je 99,90 €. Preise zuzüglich 5 % MwSt., Mengenrabatt. Nutzen Sie unseren Pflanz- und Pflegeservice

www.hecken-hutzler.de, Telefon 08251-2372 info@hecken-hutzler.de

Pensionierter Maurermeister - Eingebürgerter Engländer auf der Suche nach einer neuen Herausforderung, Tel. 08141-2289881

Maurermeister hat noch Termine frei, Tel. 0172-1312326

Wohnungsaufösungen

Wohnungsaufösungen, Entrümpelungen, Nachlässe. Verwertbares wird angerechnet! **Fa. A. Brunner** Tel. 081 52/85 25 o. 0172-863 64 29

Münchner Familienbetrieb übernimmt seit 1990 Wohnungsauflös., Entrümpelungen, Senioren umzüge, www.entruempeltrupp.de, Tel. 089/95899252

Wolfgang KOELLREUTTER Der Fachmann für Wohnungsaufösungen und Haushaltsauflösungen sowie Sperrmüllentsorgung. Tel.-Hersching: 081 52/98 86 50 Mobil: 01 71/7 52 88 50 www.dls-oberland.de

Trödelprofi übernimmt Whg.-auflösungen, Tel. 0171/4368404

Zu verschenken

2 Sets Gartenmöbel, je ein Bistrotisch und 2 Stühle, manche Stühle brauchen etwas Zuwendung (Nachlöten oder ähnliches, da etwas ausgerissen o. Benutzt mit Kissen) abzuholen in Geisenbrunn. Tel. 0173/6924958



Schüler/Schülerinnen für die Zeitungszustellung ca. 2 Stunden wöchentlich gesucht!

Haben Sie Mittwoch oder Donnerstag ca. 2 Stunden Zeit?

Dann rufen Sie uns an.



Infos unter Telefon 089 / 45 24 36 40 oder per E-Mail an vertrieb@crossmedia-verteilung.de

5-Seen Wochenanzeiger Zustellservice - Büro München



Chancen für alle

Die Zahl der oberbayerischen Unternehmen, die Mitarbeiter suchen, steigt stetig.

ketjob.de

Karriere - Erfolg - Traumjob

Gib Deinem Job die richtige Würze!

Für die **Region München und das 5-Seen-Land** ist **ketjob.de** die ideale Online-Jobbörse zur Schaltung Ihrer Stellenanzeige. Mit dem Portal der 5-Seen Wochenanzeiger erreichen Sie gezielt die Kandidaten im Großraum München und im 5-Seen-Land. Sprechen Sie Bewerber aus Ihrem direkten Umfeld an, Mitarbeiter mit einem kurzen Arbeitsweg sind oft deutlich zufriedener und meist flexibler einsetzbar.

Das sind die **ketjob2print**-Anzeigen der Woche:

Lagermitarbeiter (m/w/d)
Asmo Küchen

Kaufmännischer Mitarbeiter (m/w/d)
Hofmann Roebel

Pflegehilfskraft (m/w/d)
PPS Prell Personal Services

Mitarbeiter (m/w/d) für den Empfang
Klinikum Fünfseenland Gauting

Servicefahrer (m/w/d)
Schäfer Matten

Kassenkraft (m/w/d)
Pichler Biofleisch Vertriebs GmbH & Co. KG

Fachbereichsleiter (m/w/d)
Stadt Germering - Personalverwaltung

Physio, Logo, Ergo (m/w/d)
5 Sterne Personalservice

Industrieelektriker/Industrieelektroniker (m/w/d)
DIW Instandhaltung

Die komplette Stellenanzeige finden Sie auf **www.ketjob.de**

Stellenangebote

Wir suchen, zur Verstärkung unseres Teams, zum nächstmöglichen Zeitpunkt:

Metzgereiverkäufer m/w/d

in Voll- und Teilzeit

Verkaufsmetzger m/w/d

in Vollzeit

Sie sollten mitbringen:

- Freundliches, gepflegtes Auftreten
- Lust, was neues zu lernen
- Wünschenswert wäre eine Ausbildung oder Berufserfahrung in einer Metzgerei oder Metzgereiabteilung
- Gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift

Wir bieten Ihnen:

- Einen sicheren Arbeitsplatz
- Eine gute Einarbeitung
- Leistungsgerechte Bezahlung
- Gute Kollegen

Wir freuen uns Sie kennenzulernen



Bitte senden Sie Ihre Bewerbung an:

EDEKA Günl
Etterschlag Straße 101
82237 Wörthsee
per E-Mail:
woerthsee@edeka-guenl.de



Gemeinde Seefeld

Aus ALT mach NEU – ein Generationenwechsel steht an!

Die **Gemeinde Seefeld im Landkreis Starnberg** mit ca. 7.500 Einwohnern sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt in Vollzeit einen

- **Bauamtsleiter (m/w/d)**
- **Hauptamtsleiter (m/w/d)**
- **Kassenverwalter (m/w/d)**

Die bisherigen Stelleninhaber verabschieden sich zum Jahreswechsel 2020/2021 in den wohlverdienten Ruhestand. Wir würden uns freuen, wenn Sie sich für eine dieser Positionen interessieren. Die vollständige Stellenausschreibung und weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage **www.seefeld.de**.



Das Klinikum Fünfseenland Gauting sucht baldmöglichst für unser Schreibbüro eine **Medizinische Schreibkraft (m/w/d)**. Sehr gute Computerkenntnisse und gute Kenntnisse der medizinischen Terminologie wären von Vorteil. Ausschließlich in Festanstellung. Bewerbungen bitte an das Personalbüro: **g.hauptmann@psychiatrie-gauting.de** Telefon 089/89358-409



MÜLLER Bauhandel

Die Bauhandel Müller GmbH ist ein Unternehmen, das sich auf den Verkauf und die Vermietung von Schalungsmaterial spezialisiert hat.

Wir suchen: Eine/n

Lagerverwalter/in mit Führerschein Klasse CE

Ihre Aufgaben:

- allgemeine Lager- und Fahrertätigkeiten
- Pflege unserer Fahrzeugflotte
- Grundstückspflege
- u.v.m.

Ihr Profil:

- abgeschlossene technisch/handwerkliche Ausbildung
- körperliche Belastbarkeit
- Flexibilität und Einsatzbereitschaft
- Führerschein Klasse CE
- gerne auch Berufsanfänger
- evtl. anfallende Führerscheinkosten werden übernommen

Wir bieten:

- einen verantwortungsvollen und abwechslungsreichen Arbeitsplatz
- leistungsgerechte Bezahlung

Ihre schriftliche Bewerbung senden Sie bitte an:

Bauhandel Müller GmbH

Herrn Matthias Müller
Graf-Rasso-Str. 4, 82346 Andechs, Tel. 0 81 52/395 61-0
oder per E-Mail an: **matthias@mueller-bauhandel.de**

Haushaltshilfe 2 x / Monat zum gründlichen "Frühjahrsputz" gesucht, Telefon: 089/8545584

MFA für HNO-Praxis im Münchner Westen gesucht! Vollzeit/Teilzeit. Bewerbung Tel. 089/8343077 oder per E-Mail: **praxis.th.s@gmail.com**

Springer*In ab sofort für die Zeitungszustellung und/oder Kontrolltätigkeiten gesucht! Wir suchen Sie schnellstmöglich für wechselnde Einsatzgebiete zum Verteilen unserer Zeitungen am Mittwoch und/oder Samstag und Kontrolltätigkeiten an anderen Tagen, auf 450,-Basis oder in Teilzeit-Festanstellung. FSK B ist Voraussetzung, PKW könnte gestellt werden. Weitere Infos unter: Tel. 089/4524360 oder per Email an: **vertrieb@crossmedia-verteilung.de**

Haben Sie Freude nur mit Unternehmen zu verhandeln? Wenn Sie mit Selbstorganisation, dem unternehmerischen Denken und Handeln kein Problem haben, sind Sie unser Partner. Wir suchen Damen und Herren, auch Rentner/innen für die anspruchsvolle Tätigkeit der Mitgliederwerbung im Mittelstand. Sind Sie interessiert? Dann rufen Sie uns an! Tel. 0171/2411933 S. Hartmann, Personalreferent der G.B.V.M GmbH Partner des Bund der Steuerzahler in Bayern e.V.

Suche Unterstützung beim "Garteln", keine schwere Arbeit, gerne auch Rentner (m/w/d). Tel. 08143/6203

Wöchentlicher Nebenjob (Zeitungszustellung), Verdienst bis zu EUR 450,- mtl., Info: Tel. 089/45243640

Arztshelfer/in gesucht! Wir brauchen Verstärkung durch erfahrene(n) MFA! TZ 20 Std./Woche natürlich überarbitl.; nette Stammpatienten, Nähe U-Bahn, Telefon: 089/713284, **www.Praxis-Dr-Buchholz.de**

Selbstständige Vertriebspartner gesucht im Wachstumsmarkt Altenpflege / Seniorenbetreuung **www.bayernpflege.de**

Haushaltshilfe auf Minijob-Basis in Herrsching gesucht, alle 2 Wo. für 4h, Tel. 08152/372877

Zuverl. deutschspr. Zugehfrau (m/w/d) mit Erfahrung, nach Pasing gesucht. 1 x wöchentlich 4 Std. vormittags auf 450,- €-Basis. Tel. 0176/18960563

Hauswirtschaftler (m/w/d) für 2-3 Std. tägl., vormittags. Sie übernehmen hausnahe Tätigkeiten in Küchen & Besprechungsräumen. Mehr Informationen unter **www.career.coriolis-pharma.com/jobs** o. Tel. 089/417760160

Suchen Zeitungszusteller für Mittwoch (nachmittags). Ab 14 Jahre. Geeignet für Schüler, Hausfrauen und Rentner. Verdienst bis zu 450,- € möglich. Telefon 089/45243640; Email an: **vertrieb@crossmedia-verteilung.de**

Putzfrau in Mü.-Westen, 7 Std./Wo., nachm., Tel. 0172/8143089

Frdl. Alltagsbegleiter m/w/d, mit Hauswirtschaft, per sofort für GV/TZ gesu., Tel. 0172/8207600 **www.curatum-familia.de**

Trazimo dostavljace novina - Nebenjob. Fleksibilno radno vrijeme od srijede do subote! Moguce je raditi od 13-te godine. Javite se mailom na: **vertrieb@crossmedia-verteilung.de** ili na tel. 089/45243653 g. Racić

RA-Fachangestellte (m/w/d) Rechtsanwaltskanzlei Bräunig in Schloss Seefeld sucht auf 450 € Basis oder Freiberuflich eine REFA, die möglichst mit DATEV Anwalt vertraut ist. Melden Sie sich unter Tel. 08152/990710.

SCHULFIT Nachhilfe sucht geduldige Lehrkräfte, gerne Studenten. **hersching@schulfit.de**

Vertrauenswürdige Seele aus Germering/gerne auch Rentnerin, vormittags, NR, für Dame mit gesundheitl. Einschränkung und seelischer zur Hilfe im Haus, u. Unterstützung im täglichen Leben, gerne mit PC-Kenntnissen, gesucht. Tel. 089/842431

Are you interested in delivering newspapers? You can choose if wednesday, saturday or both days. We will find an area for you. It is possible to earn up to 450 €! Contact us: Tel. 089/45243647 or **vertrieb@crossmedia-verteilung.de**

Hilfe für Garten gesucht! Telefon: 08152/76576

Su. Anzeigenblattzusteller für Mittwoch / Donnerstag, ab 14 J., geeignet für Schüler, Hausfrauen und Rentner, Tel. 08105/384466, Mail: **vertrieb@parsbergecho.de**

Wir suchen Sie mit FS-Kl. 3 für Schulbusfahrten Tgl. od. für 2 Wo./Monat, 450,- €-Basis. Gerne auch, wenn Sie in Rente sind. **Fa. Skrabal** **089/7591292 od. 0171/4888880**

Pflegefachkräfte m/w/d (20,50 €)
Pflegefachhelfer m/w/d (15,50 €)
Physio, Logo, Ergo m/w/d (22,- €)
+ Zulagen, Festanstellg., wir helfen Ihnen, kümmern uns (auch über 65 J.), menschlich, fair (hohes Pfandingsfrei!) **www.5sterne-personal.de** Info: 0151/15754586

Kassierer (m/w/d) VZ/TZ oder Mini-Job in Gilching und Alling gesucht. **0172 - 5195946**

Bonert Alten- und Krankenpflege GmbH
Pflegedienst München sucht ab sofort: **Pflegekräfte (m/w/d)** mit Erfahrung und Führerschein für **ambulante Pflege**
info@bonert-pflege.de
Tel. Rückfragen 089-12129102

Suchen **Reinigungskräfte** für Objekt in Herrsching, auf Minijob Basis, Mo-Fr abends ab 18 Uhr. **Michael Schindlbeck GmbH Gebäudereinigung Gernlinden** Tel. 08142 6553895

Nettes Team sucht zur Verstärkung eine/n **Verkäufer (m/w/d)** gerne auch Quereinsteiger in TZ oder auf 450,- Basis überarbitl. Bezahlung **Metzgerei Schnepf, Gauting** Telefon 01 51 / 22 94 43 03

Lust auf Schule?

Wir suchen Sie für die Begleitung von Kindern mit einer Behinderung in der Schule

■ **Erzieher, Heilerziehungspfleger (m/w/d)** oder vergleichbare pädagogische Qualifikation

■ **Sozialassistenten (m/w/d)**

■ **Teilzeitkräfte (m/w/d)** ohne pädagogische Ausbildung

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung an: **RENAFAN Assistenz- und Servicegesellschaft mbH**, Annegret Woop, Frankfurter Ring 230, 80807 München, Telefon 089 3074989210, Mail **bewerbung@renafan-service.de**, **www.renafan-service.de/muenchen**



Springer*In

für die Zeitungszustellung und Kontrolltätigkeiten gesucht.

Zur Unterstützung unseres Zeitungs-Vertriebs suchen wir Sie schnellstmöglich für wechselnde Einsatzgebiete zum Verteilen unserer Zeitungen am Mittwoch und/oder für Kontrolltätigkeiten an anderen Tagen.

Auf 450,-€-Basis oder in Teilzeit-Festanstellung. Eigener PKW wäre wünschenswert, kann aber auch gestellt werden. FSK B ist Voraussetzung.

Sie sind engagiert, zuverlässig und flexibel, dann passen Sie in unser Team.

Interesse? Wir freuen uns auf Sie!
Nähere Infos unter:
Telefon 089/45 24 36-40
oder per Email an
vertrieb@crossmedia-verteilung.de



Ansprechpartner

für den Stellenmarkt

CLAUDIA SEDLMEIR
Tel. 0 81 05 / 38 44 44

DORIS KIENAST
Tel. 0 81 05 / 38 44 16
stellenmarkt@5-seen-wochenanzeiger.de

Stellenangebote

Reinigungskraft nach Herrsching gesucht. T. 0176/32736375

Steuerfachangestellte/r oder Steuerfachwirt/in, Voll- oder Teilzeit in Bogenhausen, aussagekräftige Bewerbung an info@prinzstb.de

Suche Putzfrau, 1 x / Monat, 3 Std. im Raum Seefeld, Tel. 08152/78232

Putzhilfe gesucht! Neugilching, 14-tg. Do. o. Fr., 2-3 Std. bei netter Familie, T. 0151/19589024

Jobs mit Sinn! Betreuungskräfte (m/w/d) für Senioren zuhause gesucht, auch berufsfremd bieten kostenlose Schulung! Home Instead Seniorbetreuung - Bewerben unter: Mü.-Nord: Tel. 089/2488 37240, Mü.-Mitte: Tel. 089/2488 0750, Münch.-Ost: Tel. 089/6242 2120, Mü.-West: Tel. 089/88969 0580, Fünfseenland: Tel. 08151/774720, www.homeinstead.de

Rolli-Frau su. lb. Fee für leichte Pflege u. Hilfe im Alltag. 4-6 x 24 Std./mtl. na. Abspr. i. Festanst., Dt.-kenntnisse! T. 089/99969630



Gemeinde Seefeld

Die Gemeinde Seefeld im Landkreis Starnberg mit ca. 7.500 Einwohnern sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt in Teilzeit (25-30 Wochenstunden) einen

Mitarbeiter (m/w/d)

Einwohnermelde-, Pass- und Gewerbeamt

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung! Die vollständige Stellenausschreibung und weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.seefeld.de.

AGROLAB bietet europaweit analytische Labordienstleistungen. Wir suchen für unser Trinkwasserlabor in Eching am Ammersee einen

Mitarbeiter (w/m/d) für den Bereich Probeneingang und Versand (40-Std/Wo.)

Wir erwarten von Ihnen selbständige, verantwortungsvolle Arbeitsweise, Bereitschaft für gelegentliche Wochenend- und Feiertagsdienste, Belastbarkeit, Computeraffinität und gute Kommunikationsfähigkeiten.

Ihr Aufgabenfeld: Annahme, Auspacken und Verteilen von Proben, Versand von Materialien, Einfache Vorbereitungsschritte für Wasserproben Interessiert? Dann senden Sie Ihre Bewerbung mit dem **Kenntwort BBEC-Versand** an:

E-Mail: Michael.Maier@agrolab.de www.agrolab.de
Dr. Blasy-Dr. Busse - Niederlassung der AGROLAB Labor GmbH
Moosstr. 6a - 82279 Eching am Ammersee Tel.: 08143/7901



Wir suchen Sie als Begleitung im Schulbus, für 2 Wochen pro Monat. **auf 450,- Euro-Basis**, gerne auch wenn Sie in Rente sind.
Firma Skrabal 089/759 1292 - 0171/488 8880

WANTED!

Wir suchen ständig **neue** Zusteller/innen für die 5-Seen Wochenanzeiger.

Du bist Schüler/in (ab 13 Jahre) und hast am Mittwoch circa 2-4 Stunden Zeit zur Zeitungsverteilung? Verdienst bis zu 450,- € euro möglich.

Interessiert? Dann melde Dich bei uns:
089/45 24 36 40

email: vertrieb@crossmedia-verteilung.de

Internet: www.wochenanzeiger-muenchen.de/jobs



Radiologisches Zentrum München

Das Radiologische Zentrum München (RZM) ist eine radiologische Gemeinschaftspraxis mit Mammografie-Screening Zentrum und zertifiziertem Qualitätsmanagement nach der ISO 9001:2015.

Zur Vergrößerung unseres Teams an den Standorten München-Pasing, München-Neuhausen, Gräfelfing und Starnberg (Percha) suchen wir ab sofort oder später in Teil- oder Vollzeit (38 Std./Woche) eine/n engagierte/n, motivierte/n und teamfähige/n

Med. Fachangestellte/r (MFA) (m/w/d)

Ihre Tätigkeit umfasst die Terminvergabe, Patientenaufnahme und -betreuung in der Praxis, Telefondienste, administrative Aufgaben, enge Zusammenarbeit mit dem MTRA- und Ärzte-Team sowie Vorbereitung der Abrechnung.

Wir bieten eine unbefristete, interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit, ein motiviertes und erfahrenes Team, sehr gute Entwicklungs- und Weiterbildungsmöglichkeiten, modernste Geräteausstattung und EDV-Vernetzung, übertarifliche Bezahlung, zusätzliche Bonuszahlung, 4-Tage-Woche, Fahrtkostenerstattung, sehr gute öffentliche Verkehrsanbindung.

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige, schriftliche Bewerbung an: Radiologisches Zentrum München-Pasing, z. Hd. Frau Rubel, Pippinger Straße 25, 81245 München oder per Mail an jobs@rzm.de. Weitere Infos unter www.rzm.de.

TREUMEDIZIN®

Die Treumedizin GmbH, mit Sitz in Planegg bei München, ist ein renommiertes und seit vielen Jahren etabliertes Unternehmen für Vertrieb und Service medizintechnischer Systeme. Der Schwerpunkt liegt im Bereich Monitoring und Überwachungssysteme, (Patientenüberwachung, Geburtsüberwachung, EKG, Beatmung, Reanimation) überwiegend von Philips HealthSystems.

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

Kaufmännischen Sachbearbeiter (m/w/d)

mit einer abgeschlossenen kaufmännischen Berufsausbildung.

Das vollständige Stellenprofil finden Sie auf unserer Website unter: www.treumedizin.de/job/kaufmaennischer-sachbearbeiter

Interessiert? Senden Sie bitte Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen per E-Mail an Herrn Alexander Fleiter fleiter@treumedizin.de

TREUMEDIZIN GmbH

Georgenstraße 6 • 82152 Planegg-München



Gemeinde Seefeld

Die Gemeinde Seefeld im Landkreis Starnberg mit ca. 7.500 Einwohnern sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt in Vollzeit einen

Leiter des Standesamtes (m/w/d)

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung! Die vollständige Stellenausschreibung und weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.seefeld.de.

Wir suchen exam. Pflegefachkräfte in VZ, TZ oder auf 450,-€ Basis; ab 3.670,- € Grundgehalt in VZ, bei Wunschdienstplan. MVI PERSONAL POWER GmbH, Fr. Schönauf, Tel. 089/3300858-41

Du bist Hausfrau/-mann, Mama/Papa, Student/in und möchtest dir von zu Hause etwas dazu verdienen? Vielleicht sogar ein zweites Standbein aufbauen? Du bist von Qualitätsprodukten auf Aloe Vera-Basis überzeugt, dich begeistern die Themen Gesundheit und Schönheit und Empfehlungsmarketing ist dir ein Begriff? Dann melde dich bei mir und werde Teil meines Teams. kristina-flp@gmx.de

Interessierte, zuverlässige Zuhilfenahme / Haushaltshilfe nach STA. ges., 10 Std. pro Wo., gute Deutschkenntn. auf Rechnung, Tel. 0160/6922738

Erf. Schreiner (m/w/d) in Vollzeit zur Verstärkung unseres Teams gesucht. Gute Montagekenntnisse werden vorausgesetzt. Wir bieten Ihnen eine Dauerstellung mit Aufstiegsmöglichkeiten. Wir freuen uns über Ihre schriftliche Bewerbung: Schreineri Weißenberger, Rudolf-Diesel-Ring 16, 82256 Fürstenfeldbruck; info@schreineriweißenberger.de

Gerüstbau Seemann. Wir suchen Sie Gerüstbau-Helfer, Gerüstbau-Monteur und Kolonnenführer. Gerüstbausemann@t-online.de, Tel. 08142-592639

Rentner für Nachtschicht an Rezeption/Hotel gesucht. 450 € Basis. 1-2 Tage/Woche in München Zentrum, T. 0157-37744063

Zuverl. Reinigungskraft für ein Objekt Nähe Hbf. ab sofort gesucht. Arbeitszeiten ab 22 Uhr. T. 0170/5211111

Kardiologische/Allgemeinärztl. Gemeinschaftspraxis Dres. Coppenrath/Köhler sucht ab sofort freundliche MFA zur Unterstützung unseres Teams. VZ/TZ, übertarifliche Bezahlung. 089-331401 klaus.coppenrath@icloud.com

Kiosk/Laden Harlachung su. VZ/TZ u. auf 450,- € T. 0176-649 557 61

Engagierte Taxifahrer/innen ges. Ausbildung durch eigene Taxischule, sehr hoher Verdienst d. Isarfunk-Taxizentrale, Tel. 089/54379579

Fahrer für 7,5t T. 0171/2774193

Reinigungskraft in VZ mit Erfahrung gesucht. Nur mit Führerschein, wir freuen uns auf Ihr Interesse. Tel. 089/75076095

Gebäudedreinigung / Vollzeit, 40 Std./Woche. Mo-Fr in München Gutes Deutsch, Fahrerlaubnis FSKL B Voraussetzung. Bewerbung an jr@huap.de

Private TCM Praxis am Marienplatz, sucht ab sofort freundliche/n und flexible/n Mitarbeiter/in für 2 Halbtage pro Woche. Tel. 089/93094272 oder per Mail an: info@akupunktur-he.de

Ambulanter Pflegedienst sucht Pflegehilfskräfte mit FS zu attraktiven Konditionen in Vollzeit und auf 450,- Basis sowie Reinigungskräfte. T. 089/14859984, T. 0172-9701985

Reinigungskraft in Teilzeit nach Putzbrunn ges. Tel. 089/96116967 info@dallmayer.net

Arztthelferin in Gyn. Praxis VZ/TZ o. Basis, T. 089/3567998

Stellengesuche

Handwerker aus Polen sucht Arbeit, Tel. 015774360951

Zuv. Putzhilfe T. 0176/72633733

Deutsche Akad. (60 J. / NR) übernehme Betreuung, Einkäufe, Organisation des Haushalts. Konversation auf Englisch und Spanisch, Tel. 01522/1709367

Gartenarbeiten (Hecke, Rasen), Villenbetreuung, Erledigung zuverlässig, Tel. 0151/70244943

Erfahrener Gärtner m. Geräten su. Arbeit. T. 015773555725

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

Objektbetr. gewerbl./priv., Gartenar., Hausmeister-Fa. hat Kapazitäten frei, T. 0151/70244943

WASSER, HEIZUNG, ELEKTRO, Telefon: 0162/4512197

FLIESEN, MAUERN, MALEN, Telefon: 0152/23359600

Gärtner sucht Arbeit, v. Privat, Tel. 0176/81480509

Gartenarbeiten, Planung, Gestaltung, Pflasterarbeiten, Tel. 0179/5462531, 089/72625196

Gärtner sucht Arbeit (Baum-Hecken-Sträucherschnitt, Terrassenreinigung) T. 0176/21059770

Altenpflegehelferin mit Herz und Erfahrung su. 24-Std.-Stelle, Tel. 0156-78696393

ketjob.de

Karriere - Erfolg - Traumjob



Das regionale Stellenportal für München und Umgebung

Sie sind die Tomate in Ihrer jetzigen Gurkentruppe?





Die eigenen vier Wände
Interessante Miet- und Kaufimmobilien
in München und der Region.

Ihr kompetenter Partner in Sachen Immobilien

GUTSCHEIN
für eine
kostenlose
Bewertung

Kennen Sie den Wert Ihrer Immobilie?

Unsere kostenlose Wertermittlung
hilft Ihnen, das bestmögliche
Ergebnis zu erzielen!

Telefonisch informieren
unter: 08152 999790



Büro München/Altstadt-Lehel
Palais an der Oper
Maximilianstraße 2
80539 München
Tel.: +49 (0) 89 21964109
www.AkuRat.net

Büro Fünfseenland
LK Starnberg
Seestraße 7
82211 Herrsching am Ammersee
Tel.: +49 (0) 8152 999790
info@AkuRat.net



■ Verkauf ■ Vermietung ■ Bewertung ■ Ankauf

Mehr Erfahrung! Mehr Leistung! Mehr Angebot!

Mietgesuche

Nette, berufstätige Mutter mit zwei liebevollen Kindern su. 3-Zi.-Whg. in München/Send bis 900 € warm. Einzug bis 01.10.20. Tel. 0170-7702250 oder andrea.levanokovacs@mail.de

Suche 1-Zi.-Wohnung. Frau, mittleren Alters, sucht kleine Wohnung (Nähe) Starnberg. Max. 650,- € warm. Bin um jede Hilfe sehr dankbar. Tel. 0178/9694588

Haus (ca. 180 m²) in Herrsching / Gilching mit Garten langfr. zu mieten, pachten gesu., Tel. 0176/ 65197886

Dipl.-Übersetzerin, 55 J., sucht ruhige DG-Whg. oder kleines Häuschen im Raum Starnberg/ Herrsching, Tel. 0151/50641605

Alter Herr aus Germering wird bald obdachlos! Ist ordentlich, kann ein bisschen was helfen. Sucht ein Stüberl wo er nicht so viel zahlen muss. (Ich bin zu weit weg). Tel. 09645/918500

Kreativer Raum gesucht in der Ammerseegegend. Zum Werkeln und Lagern. Schuppen, Garage, Gartenhaus o.ä. Gerne renovierungsbedürftig, trocken. Bitte melden unter Tel. 0175/1178911

www.see-immo.de



Landwirtin & Angestellte (32,31.0) suchen 2-3-Zi.-Whg. mit Garten im LKR Starnberg; Mithilfe am Hof/Grundstück mgl.; Telefon: 0172/1633939

Whg. gesucht Er, 43 J., su. i. GR München, Unterföhring, ab sofort, bis max. 800 €, Telefon: 0176/83069604

Gemütl. Zuhause gesucht, Mutter (31 J.) u. Tochter (1 1/2 J.) suchen dringend 2-Zi.-Whg. in Germering bis 700,- € kalt. Mietzahlung ist gesichert. Tel. 0163-3770419

Gartenwohnung gesucht. Suche eine 2-3 Zimmer-Gartenwohnung mit Garage im westlichen Umland von München. Bin 60 Jahre, weibl., mit gesichertem Einkommen und möchte gerne wieder etwas mehr Grün um mich haben. 60Plus.Gartenwohnung@web.de

Mietgesuche Gewerberäume

Friseursalon gesucht. Zweier Team sucht Friseur- und Kosmetiksalon im 5-Seenland. Gerne kurzfristig, handwerk@susannes-naharbeiten.de

Mietangebote

www.see-immo.de

www.see-immo.de

Möbl. Zi., S6; T.0151/15715709

Wörthsee, 3-Zi.-DG-Whg., MFH, ca. 65 m², ländliche Umg., verkehrsgünstige S-Bahn u. A 96 Anschluss, Parkett, Fliesen, gr. Süd-Ost Blk. v. Wohn- u. Schlafzimmers zugängl., gr. Wohn-Koch-Essbereich, EBK, kl. Galerie, Bad m. Fenster, Wanne u. Dusche, sep. WC, Kelleranteil, Speicher, Gemeinschaftsgrillplatz m. Gartenanteil, Vollwärmeschutz, Solar f. Warmwasser, Energieausweis 106 kW, Miete 845 € + NK ca. 160 €, Garage 50 € o. Stellplatz 20 €, Kautions 3 Monatsmieten, zum 01.11 zu vermieten, keine Makler, Tel. 08153/990190

www.see-immo.de

Atrium-Bungalow Eichenau, Erstbezug nach hochwertiger Komplettanierung. Abs. ruhige Lage, 5 Gehminuten zur S 4, 123 m² Wohnfl., 67 m² terrassierter Innenhof sowie sep. Garten. Großzügiger Wohn-/Essbereich, Arbeitsbereich, 2 Schlafzimmer, Bad mit Dusche/WC, sep. Gästewc, neue Einbauküche, Öl-Heizung, teilunterkellert, Einzelgarage, SAT-TV, Bezugsfertig ab sofort, Mietpreis € 2.200,- + NK, Garage € 50,-. Zuschriften bitte an bungalow-eichenau@web.de

Möbl. Zi., Neugilching, Terr., S-B. S8, A 96, berufst. NR; T. 0151/50842412

Möbliertes Zimmer, Neugilching, S8, A96, NR, berufstätig, Tel. 0151-0842412

www.see-immo.de

Mietangebote Gewerberäume

1 Lagerraum, Traubing, 50 m² im UG, Lastenaufzug, € 240,-; Tel. 0162/9264636

Laden/Büro zu vermieten. 82205 Gilching, Sankt-Egidi-Str., 3 Räume Laden/Büro, 1 Küche, 1 Flur, 1 WC. Miete 680,- €, Nebenkosten 80,- €, 62,75 qm. ab sofort, Tel. 0172/8950910

Immo-Gesuche

Finanzstarker Bauträger sucht Baugrundstücke mit/ohne Altbestand. Schnelle & diskrete Abwicklung garantiert. Ansprechpartner: Herr Hitzelbachler. Tel. 089 21 96 41 09. AKURAT SERVICE Akurat Service Real Estate u.K. GmbH

www.see-immo.de

Von Privat: suche Wohnung in Augsburg, Tel. 0821/57089486

Solventer Landwirt sucht sanierungsbed. EFH/Haus m. Charme, gerne auch denkmalgesch. o. Grdst. in guter Lage Lkr. STA, gerne auch Hanglage f. Eigenbed. - Bezug flexibel auch als Kapitalanl. mögl. Tel. 0151/23408911

Suche EFH o. DHH in München u. Umgebung, bevorzugt Münchner-Süden/Westen, Angebote an: haus@muenchenweit.de

Privat, solvent, sucht 1- bis 2-Zi.-Whg. in FFB. Ab ca. 30 qm, mit Blk, kein Neub. Angb. bitte an: wohnung-muenchen-gesucht@gmx.de

Apotheker su. Haus, Grundstück od. Wohnung in München und Umgebung, bevorzugt Wohnlage v. privat zu kaufen. Tel. 089/85484967 o. 0172/7370008

Kl. Grundstück o. Wiese für kl. Haus (30 m²) zur Pacht od. zum Kauf gesucht, Tel. 0171/3735890

Ltd. Angestellte im öffentl. Dienst u. Beamter su. 2- bis 3-Zi.-Whg. (möglichst DG) in München Mitte od. Pasing, Angebote bitte an wohnung@muenchenweit.de

Belohnung! Ruhiges Ehepaar sucht Wohnung in STA zum Kauf. Telefon 0151/52210939

Suche EFH oder DH-Hälfte im Münchner Westen, STA. Gerne auch zu renovieren. Angebote bitte an haus@muenchenweit.de

Jg. Fam. sucht Grundstück bzw. alt. Haus z. Kauf, Tel. 0170-8489890

EFH, DHH und Bungalows gesucht - ab 120 m² Wfl., 400 m² Grd, Gge, gepflegt, Senioren geeignet, bis € 1.200.000,-. Grupe Immobilien, Tel. 08141-889900

www.see-immo.de

Grundstücke

Ein zu großer Garten? Wir sind zu zweit und suchen einen Garten zwischen 300 und 400 qm zu kaufen. Freuen uns über Ihre Rückmeldung, telefonisch 0172/8678277 oder E-Mail elfruth@aol.com Zuschr. u. Chiffre-Nr. 367009 an 5-Seen Wochenanzeiger, Fürstenrieder Str. 5-11, 80687 München

Immo-Angebote

www.see-immo.de

www.see-immo.de

BPL Immobilien GmbH
Brienner Str. 54a - 80333 München
Unsere Münchner Kunden suchen Häuser, Wohnungen und Grundstücke. Kauf oder Miete.
TEL. 08151/973787
Seit über 35 Jahren www.bpl-immobilien.de

Top Lage Neubau - München, Lochhausen, zwei Doppelhaushälften mit je 240 m² Wohnfläche und 498 m² Grund, Einzelgarage, Baubeginn in Kürze, Fertigstellung vorauss. Sep. 2021, Mitgestaltung noch möglich, Kaufpreis 2,15 Mio. €, prov.frei, keine Makleranfragen, Telefon: 0172/8918461

Die perfekte Kapitalanlage "Seniorennimmobilien", Wachstumsmarkt Demographie! Attraktive 4 % Rendite! Langfristig gesicherte Mieteinnahmen! Grundbuchabsicherung! Kein Mieterkontakt - Kein Betreuungsaufwand! Vergleichsweise günstiger Kaufpreis! Besichtigung möglich! Weitere Informationen von spezialisierten Beratern unter: www.caresol.info, Tel. 07158-986934

www.see-immo.de



Ansprechpartner

für den Immobilienmarkt

CLAUDIA SEDLMEIR Tel. 08105 / 38 44 44

DORIS KIENAST Tel. 08105 / 38 44 16

immobilienmarkt@5-seen-wochenanzeiger.de

Zwei Doppelhaushälften

Erlbachstraße 16 – direkt vom Bautäger



Top Lage und luxuriöse Ausstattung, Neubau mit Einzelgarage, provisionsfrei, jeweils

- 240 m² Wohnfläche
- 498 m² Grundfläche
- 2.150.000 €

Fertigstellung voraussichtlich September 2021, Baubeginn in Kürze - Mitgestaltung noch möglich - keine Makleranfragen

Telefon: 0172/8918461

Elvie Zacherl
Tel.: 08105 73 66 11
— SEIT ÜBER 19 JAHREN IN GILCHING —

Römerstr. 63
82205 Gilching
www.immko.de

AUCH IN SCHWIERIGEN ZEITEN FÜR SIE DA!
KAUFEN – VERKAUFEN – VERRENTEN

Neue Fördermöglichkeiten für effiziente Gebäude

Dämmen lohnt sich – jetzt noch mehr!

(HLC) Im Zuge des neuen Klimaschutzplans hat die Bundesregierung erweiterte Fördermöglichkeiten für energetische Sanierungsmaßnahmen an Gebäuden beschlossen. So gibt es nun auch für Einzelmaßnahmen lohnende Unterstützung in Form von Zuschüssen oder steuerlicher Abschreibung. Modernisierungswillige Eigentümer haben damit noch mehr gute Gründe, in die Bausubstanz zu investieren. Leistungsstarke Dämmsysteme – etwa aus Glaswolle – sparen wertvolle Heizenergie und damit Nebenkosten. Der Wohnkomfort und die ganzjäh-

rige Behaglichkeit in den Räumen steigen, gleichzeitig werden CO₂-Emissionen reduziert und die Umwelt geschont. Bauherren haben die Wahl: Pro Einzelmaßnahme, wie zum Beispiel die Dämmung des Daches oder der obersten Geschossdecke, werden bis zu 10.000 Euro Förderung gewährt. Die Steuer-Sparvariante empfiehlt sich bei größeren energetischen Sanierungsprojekten. Für Einzelmaßnahmen – auch mehrere – bis zu einer Investitionssumme von insgesamt 200.000 Euro können über einen Zeitraum von drei Jahren bis zu

40.000 Euro als Abzug von der Steuerschuld geltend gemacht werden. Dämmstoffhersteller bieten zahlreiche Systeme zur Dämmung der Gebäudehülle, mit denen Eigentümer die neuen Fördermöglichkeiten optimal für sich nutzen können. So kann beispielsweise für eine Dachsanierung mit einem Dach ab einer Gesamtdicke von 240 mm ein entsprechender Zuschuss beantragt werden. Für die Förderfähigkeit sorgen hier unter anderem hoch wärmedämmenden Dämmstoffe (Nennwert der Wärmeleitfähigkeit λ 31). Auch Systeme für die Zwischen-

und Untersparrendämmung sowie für ein Holzrahmenbau auf Basis von Kontur Holzbaufilze aus nachhaltiger Glaswolle sind als Einzelmaßnahme förderungswürdig. Wichtig dabei: Vor Maßnahmenbeginn muss ein Energieberater beauftragt und über ihn der entsprechende Antrag auf Förderung gestellt werden. Auch diese Vor-Ort-Beratung wird übrigens mit bis zu 1.300 Euro bei Ein- und Zweifamilienhäusern und maximal 1.700 Euro bei Wohnhäusern mit mindestens drei Wohneinheiten vom Staat gefördert.

Von Tugend und Laster

Kluge Ausstellung in Kloster Beuerberg

Eurasburg · Hautnah erfahren, wie das Klosterleben früher so war, und dazu jährlich eine ebenso unterhaltsame wie zum Nachdenken anregende Saisonausstellung: das bietet das vor den Toren Münchens gelegene Kloster Beuerberg, das über die A95 Ausfahrt Seeshaupt/Beuerberg bequem zu erreichen ist. „Tugendreich – Neue Zeiten. Alte Werte?“ heißt die diesjährige Ausstellung, die den Vorstellungen über das „richtige“ Verhalten

im Wandel der Zeit sehr anschaulich nachgeht. Das Klosterleben fordert Keuschheit, Armut und Gehorsam, als Grundpfeiler der Gesellschaft gelten Tugenden wie Weisheit, Tapferkeit, Gerechtigkeit und Mäßigung.

Eigenes Verhalten überprüfen

Wer eine Münze in den Schlitz des nostalgischen „Tugendautomats“ wirft, dem zwinkert

das lebensgroße Porträt der Klosterschwester zu, ehe der Auswurfschacht eine Papp-Plakette mit dem Tagesmotto ausspuckt. Ein schöner Einfall ist es, den Besucher entscheiden zu lassen, auf welchen Weg er sich durch die Ausstellung begeben will: Nach rechts, auf den Lehrpfad durchs Tugendreich, oder nach links, auf den Weg zum Lebensende mit letzten Gericht? „Übe Gerechtigkeit“ heißt es in einer früheren

Klosterzelle, die in einen Gerichtssaal umgebaut wurde und wo man sein Urteil per Mausclick über authentische Rechtsfälle fällen darf. In Ordensgemeinschaften führte die Forderung nach Mäßigung bei den Mahlzeiten soweit, dass die Mönche und Nonnen ihre Speisen danach auswählen sollten, was ihnen am wenigsten schmeckte. Wie es mit dem eigenen Maßhalten bestellt ist, kann jeder selbst an einer mit Restbeständen der Klosterschwester gefüllten Schrankwand überprüfen. Die Frage ist, ob man Trödelkram wie einen leeren Taschenkalender von 1984 oder allerhand Nippes-Vaschen wirklich braucht oder sich davon verführen lässt, weil man gratis zugreifen darf?

Klosterlicher Speisesaal

Im Refektorium, dem Speisesaal der bis 2014 im Kloster lebenden Schwestern, warten köstliche hausgemachte Kräutermilchsuppen und Kuchen auf die Besucher. Die bis zum 1. November dauernde Ausstellung ist mittwochs bis sonntags und an Feiertagen von 10 bis 18 Uhr geöffnet. Wegen der geltenden Kontaktbeschränkungen sind maximal 70 Personen gleichzeitig zugelassen.



Der Tugendautomat gibt Tageslosungen aus. Bilder: Hauck



Schnell kann die Tugend zum Laster werden, mahnt die Tafel an der Klosterpforte. Sparsamkeit etwa verkehrt sich in Geiz, wenn sie überzogen ausgelebt wird.



Trauerfälle

in Germering, im Würmtal
und im Landkreis Starnberg

ZIRNGIBL
Bestattungen

Rat und Hilfe
im Trauerfall

Tel.: 08151/36140
www.zirngibl-bestattungen.de
info@zirngibl-bestattungen.de

SCHOLER
STEINMETZBETRIEB
STEINTECHNIKER
STEINBILDHAUERMEISTER
Neue Urnensteine eingetroffen
Grabdenkmäler, Bodenbeläge
Wandbekleidungen, Terrassen
Fensterbänke, Treppenanlagen
Küchenarbeitsplatten
SCHOLER GmbH & Co. KG.
Münchener Straße 15
82110 Germering
Telefon (089) 841 50 41
info@steinscholer.de
www.steinscholer.de

Berg

Franz Xaver Schmid, 86 Jahre
Hans Lang, 59 Jahre

Bernried

Maria Magdalena Westermeier, 85 Jahre
Klaus Wiedenhöfer, 68 Jahre

Gauting

Dorothea Spaich, 83 Jahre
Günther Reger, 77 Jahre

Gilching

Christine Baier-Klopper, 69 Jahre

Herrsching

Anastasia Krone, 94 Jahre

Krailling

Hans-Joachim Eckhardt, 94 Jahre

Pähl/Fischen

Rudolf Zeilmeier, 72 Jahre

Planegg

Gregor Freytag, 76 Jahre

Starnberg

Ernst Gebhard, 81 Jahre

4 M **NATURSTEINBETRIEB MÜHLBAUER**
STEINMETZWERKSTATT
individuelle Grabmale - Grabanlagen - Inschriften
Naturstein für den Bau - Küchenarbeitsplatten
Zeppelinstraße 17 82205 Gilching
Tel: 08105/22 479
Planegger Straße 22 82131 Gauting
Tel: 089/85 032 24
info@natursteinbetrieb-muehlbauer.de
www.natursteinbetrieb-muehlbauer.de

Schnuppertage bei



Wegen großer Nachfrage
verlängert bis
4. September

Lernen Sie uns kennen!

- unsere Experten – Kompetenz mit viel Herz
- unsere Methode – seit über 25 Jahren bewährt
- unsere Schnupperaktionen für Sie: Gratis-Analysen inklusive Bauchfettmessung und vieles mehr

Erfolgreich Abnehmen: ohne Heißhungerattacken, ohne Sport, ohne Pillen oder Hormone



Unser Team von Ernährungsexperten und das medizinische Team um Dr. med. Johannes Pfister (h.l.) bei easylife Gilching. Foto: easylife Gilching

Sie wollen abnehmen, haben vieles probiert und nichts hat dauerhaft funktioniert?

Seit Jahrzehnten bewährt, wirkt das Abnehm-Konzept von easylife dort, wo sonst nichts geholfen hat.

Lassen Sie sich also die Schnuppertage von easylife Gilching nicht entgehen!

Überzeugen Sie sich vor Ort, wie die easylife-Methode funktioniert und finden Sie heraus, warum Sie bisher nicht erfolgreich abgenommen haben und wie schnell Sie mit easylife Ihr Wunschgewicht erreichen können.

easylife hilft Ihnen, lästige Kilos zu verlieren, schlank zu werden und zu bleiben!

Vereinbaren Sie gleich telefonisch Ihren persönlichen Schnuppertermin.



Eva Altmeyer
85247 Schwabhausen



Jetzt kostenfreien Beratungstermin vereinbaren: ☎ **08105 7746240**

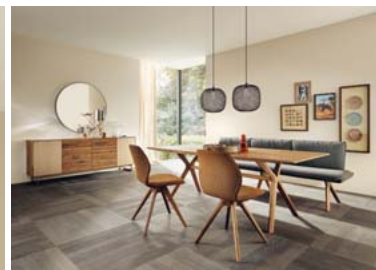
easylife Gilching · Dornierstraße 4 · 82205 Gilching · 🅇 Kostenfreie Parkplätze · 🅇 Bushaltestelle vor dem Haus

Unsere neue Möbelkollektion

MIT PURO STYLE
BEWEIST MAN EXZELLENTE
GESCHMACK UND EINEN
WOHNSTIL VOLL PURER
MODERNITÄT.

Ihr
500.-€
Preisvorteil *

BEI LISTO NIMMT
MAN GERNE PLATZ



MÖBELGROLLMUS
WOHNEN WIRD WOHLFÜHLEN

Kurfürstenstr. 2 /Eingang
Wittelsbacherstr.
82110 Germering Tel. 089 8943440
Di.-Fr. 10:00-19:00 Sa. 10:00-18:00
Mo. geschlossen (Beratertag)

info@grollmus.com

**WOHNEN - SPEISEN - SCHLAFEN - 3D
PLANUNG - MASSANFERTIGUNG**

*Gültig bis 17.11.2020, bei Kauf von mind. 5000.-€ nur puro style /listo