

**Verbiegetalent gesucht**

Unter allen Publikums-Turnern, die bei der Aktion der Münchner-Wochenanzeiger im Rahmen des Feuerwerks



der Turnkunst mitgemacht haben, werden tolle Preise verlost. Auch Abstimmer können gewinnen. Seite 15

## „Ein gelungener Abend“

Olympia Faschings Club hat seine Prinzenpaare inthronisiert



**Inthronisation mit Krone und Zepter beim Olympia Faschings Club Karlsfeld: das Kinderprinzenpaar Caroline I. und Christian II. zusammen mit der Prinzessin Magdalena I. und Prinz Jonas I.**  
Bild: OFC

**Karlsfeld** · Im ausverkauften Bürgerhaussaal fand am vergangenen Samstag, 11. Januar, der Inthronisationsball des Olympia Faschings Club (OFC) Karlsfeld e.V. statt. „Die Krönung der neuen Karlsfelder Prinzenpaare wollte sich niemand entgehen lassen“, freute sich OFC-Sprecherin Bianca Jäger.

„Schon vor der eigentlichen Vorstellung waren die Gäste in bester Stimmung und zur Musik der Showband ‚Let’s Dance‘ wurde viel getanzt.“ Um 21 Uhr gab es mit dem Auftritt des Kinder- und Jugendprogramms den ersten Höhepunkt des Abends. Aufgeregt nahm das neue Kinderprinzen-

paar Caroline I. und Christian II. Krone und Zepter entgegen und meisterte mit viel Charme ihre Antrittsrede.

**„OFC Goes Around The World“**

Das neue Jahresmotto des Vereins lautet „OFC Goes Around The

World“. Europa, Orient, Wilder Westen und die Karibik werden dabei tänzerisch auf einer spannenden Weltreise besucht. Die insgesamt 40 Tänzer haben seit April 2019 für die neue Faschingssaison trainiert. „Das neue Kinder- und Jugendprogramm, bestehend aus drei Tanz-

gruppen, dem Funkenmariechen und dem Kinderprinzenpaar, ist wirklich sehr gelungen“, so Bianca Jäger weiter.

**Ehrenorden**

Für Bürgermeister Stefan Kolbe wurde es dann um 22:45 Uhr ernst.

**Fortsetzung auf Seite 10**

### IHR TAXI IN MÜNCHEN

SEIT ÜBER 100 JAHREN IM EINSATZ  
KOMPETENT, SICHER, SCHNELL!



TAXI-MÜNCHEN EG **089/2 16 10**  
ODER DIE TAXI-DEUTSCHLAND APP LADEN

**Ab sofort  
Kommunionkleider  
erhältlich!**

**GOLDANKAUF**  
Weinrich

Kostenlose Schätzung!  
+ kostenlose Hausbesuche  
nach Vereinbarung!

Öffnungszeiten:  
Montag - Freitag 10 - 18 Uhr  
Tel. 0 81 31 / 4 31 07 52  
Rathausstraße 79 · 85757 Karlsfeld  
[www.goldankauf-karlsfeld.de](http://www.goldankauf-karlsfeld.de)

**Eternity**  
Exkl. Brautmoden,  
Abendmoden,  
Kommunionkleider & Dessous  
Konrad-Adenauer-Straße 13  
85221 Dachau  
Telefon 08131/66 78 98  
[www.eternitybraut.de](http://www.eternitybraut.de)

**FOTO  
PARADIES**  
Pass | Bewerbung  
Sofortfotos v. Handy  
Guthabekarten  
Farb- u. SW-Kopien

**KENO** **ODDSET**  
**LOTTO**

im EVERAS am StBt. München Allach  
[www.foto-paradies.com](http://www.foto-paradies.com) 089/95 61 16

**Rätseln Sie mit  
auf Seite 8.**

**Ideen und mehr!**

Logos, Briefpapier,  
Visitenkarten ...  
Fürstenrieder Str. 5  
80687 München  
Tel. 089/546 55 200  
Fax 089/546 55 201  
[info@creaktiv-net.de](mailto:info@creaktiv-net.de)  
[www.creativ-net.de](http://www.creativ-net.de)

**CreaAktiv**  
komma münchen gmbh  
| FULL-SERVICE-WERBEAGENTUR |  
Ideen  
und mehr!

**Volkswagen Economy Service**  
Kompromisslos gut, Kompromisslos günstig –  
für alle Volkswagen ab 4 Jahren:  
[volkswagen.de/economyservice](http://volkswagen.de/economyservice)

Der Volkswagen Economy Service bietet Ihnen ein vielfältiges Leistungsspektrum mit zeitwertgerechtem Service und hoher Ersatzteilqualität. Unsere Leistungen sind durch Fachwissen, Volkswagen Teile und langjährige Erfahrung genau auf Ihr Fahrzeug abgestimmt und decken nahezu alle Services ab.

Ihr Volkswagen Partner



**Autohaus Westend GoBler GmbH & Co. KG**  
Westendstraße 219 · 80686 München  
Tel. 089/57 83 73-0 · [www.autohaus-westend.de](http://www.autohaus-westend.de)

**Wir kaufen**  
Gold – Altgold – Bruchgold  
Münzen – Zahngold – Uhren – Schmuck  
Silber – Platin – Palladium

**Goldankauf Bayern**  
Barankauf  
81241 München · Planegger Straße 9a/3. OG  
**089/666 1688-0**

Zur Wahrung der Diskretion befindet sich unser Ankauf in einem Büro- und Ärztehaus im 3. Stock  
[www.Goldankauf-Muenchen.de](http://www.Goldankauf-Muenchen.de)

Ankauf und Barankauf:  
Mo-Fr: 9 - 18 Uhr,  
Sa: 9 - 14 Uhr  
uneingeschränkt und  
kostenlos

**P** Kostenlose Parkplätze auf dem Hof

**DR. MED. KAI WEICHEL**

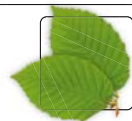
Privatpraxis für  
Orthopädie | manuelle Therapie  
Osteopathie | Sportmedizin  
Akupunktur | Neuraltherapie

Seit 40 Jahren konservative Behandlung mit angegliederter REHA-Abteilung für Ihre Gesundheit und zur Vermeidung von Operationen.  
Lachnerstraße 1 · 80639 München  
Terminvereinbarung unter Tel. 089 / 16 05 94 · Fax: 089 / 16 05 88

**Sonne  
oder Regen?**  
Wie unser Wetter wird erfahren  
Sie auf Seite 2.

**Jetzt gibt's was  
auf die Ohren!**

**Ticket-Service**  
Werbe-Spiegel  
Fürstenrieder Straße 9  
089 / 54 65 55



**Leser schreiben**  
Jeder kann sich zu unseren Beiträgen äußern.  
Schreiben Sie an [leser@muenchenweit.de](mailto:leser@muenchenweit.de).

**INHALT DIESER AUSGABE**

**Wochenanzeiger SPEZIAL**

**Gesundheit aktuell** 17-18  
**Sport, Fitness & Freizeit** 16-17

**Wochenanzeiger RUBRIKEN**

**Sicher unterwegs • Automarkt** 19  
**Immobilienmarkt** 22-23  
**Stellenmarkt** 24-27  
**Fundgrube** 4/6/20/21

**Veranstaltung**

**Fest der Gute-Nacht-Gedichte**

**Obermenzing** · Unter dem Titel „Ein Fest der Gute-Nacht-Gedichte“ präsentiert die Internationale Jugendbibliothek in Schloss Blutenburg (Seldweg 15, Jella-Lepman-Saal) Wortspielereien und unvergessliche Kindergedichte, die in der Gedichtanthologie „Jetzt noch ein Gedicht, und dann aus das Licht!“ versammelt und von über 130 deutschsprachigen Autoren übersetzt wurden. Davon zu Gast sind Friedrich Ani, Daniel Bayerstorfer, Natalie Buchholz, Uwe-Michael Gutzschhahn, Sandra Hoffmann, Michael Krüger und Nora Zapf. Die Lesung wird moderiert von Jo Lendle und findet am Dienstag, 28. Januar, 19 Uhr, statt. Nähere Infos sind im Internet unter [www.ijb.de](http://www.ijb.de) erhältlich. **sv**

**„Es ist ein unüberschaubarer Dschungel geworden“**

In unseren Nachhaltigkeitsausgaben hat u.a. „Links statt große Dateien versenden“ Marianne Wolff, Umweltreferentin beim VerbraucherService Bayern im KDFB e.V., auf eine Crux der Digitalisierung hingewiesen und erklärt, dass der Versand von E-Mails ein oft unterschätzter Verursacher von Treibhausgasen ist. Dazu schreibt Renate Bastian:

**Das Gefühl, dabei verrückt zu werden**

Sehr geehrte Frau Wolff, erst mal vielen Dank für Ihren Hinweis, dass auch e-mails die Umwelt belasten. Ich muss gestehen, da habe ich nicht eine Sekunde darüber nachgedacht, noch wäre ich tatsächlich auf die Idee gekommen, dass hierbei eine Verschmutzung der Umwelt entsteht. Gleichzeitig ärgert mich immer mehr, dass jede Handlung und jeder Konsum – und sei er noch so „simpel“ – überlegt und durchdacht sein müsste, damit wir alle mit unseren Ressourcen noch sorgfältiger umgehen lernen. Aber das Problem, das sich mir aufdrängt, ist, dass alle – aber auch wirklich alle – Verantwortung nur noch beim „Einzelnen“ – oder auch besser gesagt beim Endverbraucher – liegt. Wenn ich alles berücksichtige, alles überlege und dann versuche, richtig zu handeln, habe ich das Gefühl, dabei verrückt zu werden. Das ist inzwischen ein unüberschaubarer Dschungel geworden, der mir beim Nachdenken vermittelt, unsere Welt, unsere Nachkommen, nichts ist mehr ist zu retten.

Die Politik könnte auffordern, die Klimabilanzen von der Wirtschaftsmacht überprüfen zu lassen, bevor alles auf den Markt „geschmissen“ wird und der Endverbraucher sich überlegen muss, ob das auch noch klimakonform zu vertreten ist. Ich biete meinen Kindern auch nicht Süßigkeiten, Cola, Handynutzung, Internet, TV usw. an und sage dann: Ist alles schlecht, sucht euch was anderes zum Spielen und Essen aus.



In diesem Sinne verbleibe ich trotz dem ratlos zurück und werde meinem Arbeitgeber darüber informieren, dass wir wenigstens intern unseren e-mail-Verkehr reduzieren könnten. Mal schauen, wie man dort auf meinen Vorschlag reagieren wird.

**Mehr zum digitalen Fußabdruck**

Weitere Informationen zur CO<sub>2</sub>-Bilanz von Mails, „Googeln“ und Streamen finden Sie auf unseren Seiten hier:

Für beinahe einen Zentner CO<sub>2</sub> mailen (Versuch einer Abschätzung: Was kosten Mails?)

Googeln, Streamen und Mailen ist so schlimm wie Fliegen (Das Internet frisst alle CO<sub>2</sub>-Einsparungen wieder auf).

Diese Beiträge finden Sie im Internet unter [www.mehr-wissen-id.de](http://www.mehr-wissen-id.de) mit der Nummer 2731.

**Nicht alles auf den Markt werfen**

Es wäre eine einfachere Überlegung, wenn diejenigen, die uns Bürgern vermeintlich alles anbieten, um unser Leben zu verbessern, in die Pflicht genommen werden.

**DAS WIR SIND MÜNCHEN WETTER**

| Mi.<br>15.1. | Do.<br>16.1. | Fr.<br>17.1. | Sa.<br>18.1.   | So.<br>18.1. |
|--------------|--------------|--------------|----------------|--------------|
|              |              |              |                |              |
| sonnig       | sonnig       | sonnig       | leichter Regen | bedeckt      |
| 8°<br>0°     | 10°<br>2°    | 9°<br>0°     | 4°<br>2°       | 2°<br>0°     |

**Impressum**

**Werbe-Spiegel - Wochenzeitung für den Münchner Westen**

**Pasinger Werbe-Spiegel:** Pasing  
**Aubinger Werbe-Spiegel:** Alt- und Neuaubing, Westkreuz, Lochhausen, Langwied  
**Laimer Werbe-Spiegel:** Laim, Blumenau, Friedenheim  
**Westend-Anzeiger:** Westend, Schwanthaler Höhe, Ludwigsvorstadt, Wiesnerviertel  
**Neuhauser Werbe-Spiegel:** Neuhausen, Bern Nymphenburger Werbe-Spiegel: Nymphenburg  
**Allach/Menzinger Werbe-Spiegel:** Obermenzing, Untermenzing, Allach  
**Karlsfelder Werbe-Spiegel:** Karlsfeld, Ludwigsfeld

**Auflage gesamt:** 125.625 Stück  
**Verlag:** Wochenanzeiger Medien GmbH, Fürstenrieder Straße 5-11, 80687 München, Postfach 210449, 80674 München – (zugleich Anschrift für alle Verantwortlichen)  
**Anzeigenabteilung:** 089/546 555  
**Telefax:** 089/546 554  
**Internet:** [www.muenchenweit.de](http://www.muenchenweit.de)  
**e-mail:** [info@muenchenweit.de](mailto:info@muenchenweit.de)

**Geschäftsführung:** Roland Binder, Michael Simon  
**Anzeigenleitung:** verantwortlich Michael Simon  
**Anzeigenleitung Immobilien- und Stellenmarkt:** Dieter Schneider  
**Vertriebsleitung:** Jürgen Werner, Tel. 089/45 24 36 44  
Fax 089/45 24 36 50  
E-Mail: [vertrieb@crossmedia-vertelung.de](mailto:vertrieb@crossmedia-vertelung.de)  
**Chefredakteur:** Johannes Beetz (job)

**Redaktion:** Simone Bauer (sb), Tanja Beetz (tab), Brigitte Bothen (bb), Beatrix Köber (kÖ), Florian Ladurner (fla), Konstanze Pfeiffer (kp), Livia Schommer (lsv), Elisabeth Schönberger-Seubert (eis), Ulrike Seiffert (us), Sarah Steiner (sv), Patrizia Steipe (pst).

**E-mail-Adresse:** [redaktion@muenchenweit.de](mailto:redaktion@muenchenweit.de)  
Für unverlangt eingesandte Text- und Bildbeiträge keine Gewähr. Dem Verlag steht ausdrücklich die Nutzung in weiteren Medien, insbes. die Veröffentlichung im Internet zu. Nachdruck nur mit Erlaubnis des Verlages.

**Geschäftszeiten:** Mo./Di. 8-18 Uhr, Mi./Do. 8-17 Uhr, Fr. 8-13 Uhr  
**Verteilung:** jede Woche kostenlos an Haushaltungen, Handels-, Gewerbe- und Industriebetriebe im Münchner Westend  
**Anzeigenschluss:** Dienstag 12 Uhr, für Gesamt-München: Dienstag 10 Uhr (in Wochen mit Feiertagen 1 Tag früher)  
**Satz:** CreAktiv komma München GmbH Fürstenrieder Straße 5, 80687 München  
**Druck:** Süddeutscher Verlag Zeitungsdruck GmbH, Zamdorfer Straße 40, 81677 München  
Es gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen in der aktuellen Fassung, die Sie im Internet unter [www.wochenanzeiger-muenchen.de/agb](http://www.wochenanzeiger-muenchen.de/agb) einsehen können.  
Zur Zeit ist die Preisliste Nr. 75 vom 1. Januar 2019 gültig.

Mitglied im Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter e.V.  
Regelmäßige Auflagenkontrolle der Anzeigenblätter durch BDZV/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

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

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

**DURCHBLICK PREIS 2015 BVDA**  
Sonderpreis für den Beitrag „Lokal Einkaufen“

**2016 Münchner Sozialcourage Medienpreis**  
Sonderpreis für den Beitrag „Lokal Einkaufen“

Zur Herstellung dieser Ausgabe wird Recycling-Papier verwendet

**Unantastbare „heilige Kühe“**

Zu den vielen Alltagstipps in unseren Nachhaltigkeitsausgaben schreibt Manfred Römgen:

Einkäufe im Beutel statt in Plastik, Bahnfahren statt Fliegen bei Geschäftsreisen, Fleischkonsum einschränken: Alles schön und gut und wichtig. Allerdings denke ich, solange die Menschheit nicht an die großen Klimaschäd-

linge herangeht, gebe ich dem Klima keine Chance. Einige der großen Klimaschädlinge sind doch für

die meisten Menschen bereits unantastbare „heilige Kühe“, auf die sie freiwillig nicht verzichten oder stark einschränken würden. Diese sind: Internet im privaten Bereich, ausufernder Reisesmarkt insbes. Flugreisen, Kreuzfahrerei, Raketen durch die Erdatmosphäre etc. Noch vor 30 Jahren waren die Menschen mit ein bis zwei Reisen pro Jahr

zufrieden. Heute reisen zu viele mehr als acht bis zehn Mal pro Jahr. Ohne große Einschränkungen werden wir an bösen Klimaveränderungen bis ca. 2080 nicht vorbeikommen. Ich persönlich fahre seit ca. 60 Jahren fast alles mit dem Rad (vier Mal um den Erdball) und verzichte seit ca. zehn Jahren gänzlich auf Flugreisen. Ach ja, ich hasse Plastik und reduziere Fleischkonsum.



**„Kleinvieh macht auch Mist“**

Zu diesen Nachhaltigkeitsausgaben der vergangenen Wochen schreibt Prof. Ulrich Kraus:

Diese Beiträge verfolge ich mit Interesse, und habe dazu folgende Gedanken: Auch auf Kleinigkeiten achten! „Kleinvieh macht auch Mist“, diesen Spruch kennen wir alle, doch leben wir auch danach? Nachdem unser Strom ja mehr und mehr aus erneuerbaren Quellen stammen muss, ist es sinnvoll, sich bei Stromverbrauchern wie Spül- oder Waschmaschine auch Gedanken darüber zu machen, wann man sie benutzt. Besser nimmt man sie z.B. bei Sonnenschein in Betrieb, als den Atomstrom am Abend zu beanspruchen. Aber auch die Kleinigkeiten sind wichtig, denn in 1 Mio. Luftmolekülen sind wir für immerhin 12 CO<sub>2</sub>-Moleküle verantwortlich

(12 von 400 ppm), dadurch haben wir die Klimaerwärmung beängstigend vorangetrieben. Daher denke ich auch an Kleinigkeiten: Z.B. bringt mein PKW rund 1.300 kg auf die Waage, ein Feuerzeug wiegt rund 18 g, das entspricht rein rechnerisch bereits 15,6 ppm und ist schon 1/4 mehr als der weltweite Durchschnitt des von uns verursachten Klimagases. Daher überlege ich mir bei jeder Autofahrt (leider wohne ich auf dem Land und kann nicht ganz darauf verzichten), ob ich das Feuerzeug wirklich benötige, und lasse es sonst lieber zu Hause. Wer braucht schon ein Feuerzeug unterwegs? Vielleicht wenn man am Grab eine Kerze anzünden will, sonst nur die unverbesserlichen Raucher, die dazu auch noch Feinstaub produzieren! Also alles ganz einfach, man muss nur konsequent sein und mitdenken.



## „Viergleisig und schnell“

BI bekommt Unterstützung vom Landtag

**Aubing** · In einem Gemeinschaftsentscheidungsantrag haben die Landtagsabgeordneten der CSU und der Freien Wähler den beschleunigten Ausbau der S 4 West von Pasing über die Leienfelsstraße, Aubing, Puchheim und Eichenau nach Fürstenfeldbruck in einem Pilotprojekt gefördert. „Die Staatsregierung wird aufgefordert mit der DB, dem Eisenbahnbundesamt (EBA) sowie gegebenenfalls dem Bundesministerium für Verkehr und digitale Infrastruktur (BMVI) Beschleunigungsmöglichkeiten für eine vorgezogene Realisierung und Inbetriebnahme zu erörtern und gemeinsam anzugehen“, heißt es in dem Antrag an den Landtag. Denn die dringend benötigte Infrastrukturmaßnahme bedürfe einer raschen Umsetzung. Immerhin seien die Planungen für einen dreigleisigen Ausbau der S 4 von Pasing bis Eichenau und weitere Maßnahmen zum verkürzten Takt bis nach Fürstenfeldbruck bereits weit fortgeschritten. Mit dem Beginn des Planfeststellungsverfahrens ist nach Angaben der Deutschen Bahn (DB) im Jahr 2021 und mit der Inbetriebnahme im Jahr 2030 zu rechnen.

Als Begründung gaben die Antragsteller zu bedenken: „Der Westast der S 4 ist eine der frequentiertesten Strecken der Münchner S-Bahn. Zugauffälle, Verspätungen und überfüllte Züge plagen seit Jahren die Fahrgäste.“ Angesichts der Elektrifizierung der Strecke ab Geltendorf Richtung Lindau und der Schweiz werde das Verkehrsaufkommen dort sogar noch steigen. „Auf dem Teilstück werden dann künftig noch mehr Güterzüge, Personennfern- und -nahverkehrszüge fahren“, befürchteten die Abgeordneten. Dadurch werde die S-Bahn dann noch häufiger warten müssen, was insbesondere



Setzen sich für den Ausbau der S 4 ein. Der Sprecherkreis der Bürgerinitiative „S 4 - Ausbau jetzt“ v.l.: Mirko Pötzsch, Martin Eberl, Dagmar Mosch, Hartwig Hagenguth. Bild: BI

für Schüler und Berufspendler „völlig inakzeptabel“ sei. „Die leidgeprüften Fahrgäste der S 4 West wünschen sich sehnlichst eine Verbesserung“, wussten die Abgeordneten. Außerdem soll die Stadt bis zum Jahr 2035 um 400.000 Einwohner steigen. Sehr viele davon werden in Freiam und im Münchner Westen ihre neue Heimat gefunden haben. „Auch deshalb muss die S 4 West schnell bis Fürstenfeldbruck ausgebaut werden.“

Daneben regten die Landtagsabgeordneten an, dass im Rahmen der Planungen ein viergleisiger Ausbau der Strecke beim barrierefreien Ausbau der Bahnhöfe bis Fürstenfeldbruck „im Blick behalten“ werden solle.

### „Zu schwammig und unkonkret“

Unterstützung für den Antrag bekamen die Volksvertreter von der Bürgerinitiative (BI) „S 4 - Ausbau jetzt“. „Wir freuen uns über diese Initiative und unterstützen sie ganz klar“, so der Sprecherkreis um Dagmar Mosch, Martin Eberl, Hartwig Hagenguth, Mirko Pötzsch und Andreas Barth. „Es scheint so, dass sich endlich auch bei den Ent-

scheidungsträgern die Erkenntnis über die Notwendigkeit des S 4-Ausbaus durchgesetzt hat“, betonten sie. Hilfreich sei sicherlich gewesen, dass aus dem Landkreis Fürstenfeldbruck mit Benjamin Miskowitsch (CSU) und Hans Friedl (FW) zwei in Sachen S 4-Ausbau engagierte Abgeordnete in den Landtag gewählt worden seien. Die jahrelange Öffentlichkeitsarbeit der Bürgerinitiative und besonders die „unaufgeregten Biergartengespräche mit den Landtagskandidaten vor der Wahl, bei denen wir intensiv auf die problematische Situation auf der S 4 West und auf die Notwendigkeit des Ausbaues hingewiesen hätten“, hätten ebenfalls einen Beitrag zu der Entwicklung geleistet.

„Für viel zu schwammig und unkonkret formuliert“ hält die BI aber die Forderung, dass der viergleisige Ausbau der Strecke „im Blick behalten“ werden solle. „Als Bürgerinitiative fordern wir daher in der Behandlung im Landtag eine deutliche Konkretisierung.“ Nur mit einem wirklich durchgehenden viergleisigen Ausbau bis Fürstenfeldbruck sieht die BI die Zukunftsfähigkeit der Strecke gewährleistet. **pst**



Die Kapazität der S-Bahnen im Münchner Westen soll mit dem wachsenden Stadtteil Schritt halten. Bild: pst

### Königlicher Hirschgarten

Restaurant & Biergarten

Öffnungszeiten: täglich 10<sup>00</sup> – 24<sup>00</sup> Uhr · 10 – 12 Uhr Frühstück · durchgehend warme Küche 11<sup>00</sup> – 22<sup>00</sup> Uhr

**Kulinarische Reise-Bufferets\*:**

Mi., 15.01. **Des Waidmanns Heil** 18–21 Uhr  
 Do., 16.01. **Oid boarisch aufkocht** 18–21 Uhr  
 So., 19.01. **Sonntagsbrunch** 11–14 Uhr  
 Mo., 20.01. **Rund ums Schnitzel** 18–21 Uhr  
 Di., 21.01. **American BBC** 18–21 Uhr  
 Mi., 22.01. **Steaktag** 18–21 Uhr  
 Do., 23.01. **Ins Netz gegangen** 18–21 Uhr

\* Terminänderungen vorbehalten

[www.hirschgarten.de](http://www.hirschgarten.de)

Noch bis 15. März

Eisstockschießen im Hirschgarten

Ein riesen Spaß für alle, egal ob mit Kollegen, Freunden oder Familie

Reservierung unter 089 / 17 99 91 14

ab 16 Uhr je Std. 30 €

Mo. – Do. 10 – 16 Uhr je Std. 25 €

Mo. – Fr. 11 – 15 Uhr  
Mittagsmenü € 9,80  
inklusive Tagessuppe oder Kaffee

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Alle aktuellen Angebote finden Sie unter [www.hirschgarten.de](http://www.hirschgarten.de)

Besuchen Sie uns auch auf Facebook.

Hirschgarten 1 · 80639 München · Tel. 089 / 17 99 91 19 · Fax 089 / 17 99 91 17

## Daller Tracht

Münchens großes Trachtenhaus am Stiglmaierplatz

**AB SOFORT 20% AUF ALLES**

Schleißheimer Straße 6 - 10 (gegenüber Löwenbräukeller)

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 10 - 18 Uhr  
Samstag von 10 - 16 Uhr

[www.daller-tracht.de](http://www.daller-tracht.de)

• [www.muenchenweit.de](http://www.muenchenweit.de) •



Hier werden Sie gelesen!

8.

Wussten Sie?:

Unsere Lokalredakteure berichten unabhängig, gut recherchiert und immer wahrheitsgemäß. Für unsere Leser/innen schreiben wir über 15.000 Artikel pro Jahr.

Unsere Redaktion wurde schon mehrfach mit dem BVDA-Preis für Leser- und Verbrauchernähe ausgezeichnet!

Mehr Fakten finden Sie unter: [10fakten.muenchenweit.de](http://10fakten.muenchenweit.de)

Münchner  
Wochen  
Anzeiger

Wir sind  
MÜNCHEN

## Bekanntschaffen

ER sucht SIE, Tel. 96176460

Er, 55, 185, sucht eine Frau zw. 55-70 zum spazieren gehen usw.; Tel. 0175/9004511

Zwei Männer, 64/51 su. feste Freundinnen, für GS/PT u. sexuelle Frauen die auch Interesse haben in Ungarn zu wohnen am Vierländereck - von 22 bis 45 J. - palenberg@freemail.hu

Er 50, 1,82, sehr gepflegt, diskret, su. Sie/Paar für gelegentl. Treffs, Tel. 0162/4034741

Zwei sympathische Freunde 64/51 su. zwei gleichgesinnte Freundinnen f. gelegentl. Treffs - palenberg@freemail.hu

Welche Frau will mit mir 50 J. Le./Li./La.? Tel. 0173/5716663

**Suche dich:** Er 57 Jahre 189 cm sucht Sie ca.53 Jahre NR, 172 cm groß mit hübschen Gesicht die eine ernsthafte Beziehung mit mir eingehen will. T. 0176-5122967

**Neues Jahr, neues Glück Sie,** 39/164/54 mit Niveau, Spass am Tanzen und Reisen sucht ihn, um das Neue Jahr zusammen zu beginnen und vielleicht eine neue Beziehung allarose0303@gmail.com

**Suche Partnerin** die wie ich unter Depressionen leidet, bis 48 Jahre., Tel. 0174/6004117

**42J. (M) Du wünschst dir** mehr als immer nur so halb und irgendwie? Oder kennst eine Frau die so einen Mann will? Ich groß, schlank, tierlieb 1 Kind suche Nichtraucherin mit Beziehungserfahrung, gerne auch Kind oder Kinderwunsch. Tel. 015253936355 E-Mail: muenchen-1977@gmx.de

**Harley-Biker 62, NR,** sucht feste Freundin und mehr. j.harley@web.de

**Doktor 61,** gut aussehend sucht Frau, Tel. 0176/61968506

## Dienstleistungen

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

## Esoterik/ Lebensberatung

**HOTRAM "Bewahrer Deiner Träume"** 60,-€, T. 0172/8518753

**WAHRSAGEN priv.** Tel. 0172 / 8510001

## Wohnungsaufösungen

**Wohnungsaufösungen,** Umzüge, Entsorgung, etc. mit Anrechnung von Verwertbaren, Fa. Bichlmeier, Tel. 089/74009196

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

**Alles günstig,** Sa. 18.01., 9-13 Uhr, So. 19.01., 10-19 Uhr., T. 8340814, Ravensburger Ring 65

**Wohnungsaufösungen** und Entrümpelungen aller Art, gew. und priv.; Telefon: 089/55293051

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

**HAUSFLOHMARKT,** Saarlouiser Straße 67 in Moosach am 25. + 26.1.2020

## Progressive Muskelentspannung

**Isarvorstadt** · Jeden Montag von 13 bis 13.45 Uhr bietet das Alten- und Service-Zentrum Isarvorstadt (Hans-Sachs-Str. 14) den neuen Kurs „Progressive Muskelentspannung“ an. Die Methode des Arztes Esmund Jacobson ist leicht zu erlernen und verhilft zu mehr geistiger und körperlicher Ruhe, wirkt Stress entgegen und ermöglicht Erholung. Durch gezieltes Anspannen und anschließendes Lösen einzelner Muskelgruppen wird eine gezielte Entspannung erreicht, die auch den Schlaf positiv beeinflussen und Schlafstörungen entgegenwirken kann. Die Gebühr für zehn Einheiten beträgt 40 Euro, eine Schnupperstunde ist kostenlos. Anmeldung und nähere Infos im ASZ-Büro unter Telefon (089) 232398840. sv

## Englisch für Anfänger

**Kleinhadern-Blumenau** · Ab Donnerstag, 23. Januar, bietet das im Alten- und Service-Zentrum Kleinhadern-Blumenau (Alpenveilchenstr. 42) einen neuen Englischkurs für Anfänger an. Englisch ist heutzutage unumgänglich und auf Reisen hilfreich. In diesem Kurs beschäftigen sich die Teilnehmenden mit dieser wichtigen Sprache von Anfang an und lernen in kleinen Schritten und ohne Zwang. Der Kurs findet jeweils von 12.45 bis 13.45 Uhr statt, nähere Infos erteilt das ASZ-Büro unter Tel. (089) 5803476. sv

## Alternative Verhütungsmethoden

**Ludwigsvorstadt** · Das Münchner Frauenforum (Rumfordstr. 25) lädt zu einem Informationsabend „Hormonfrei und zuverlässig?“ rund um alternative Verhütungsmethoden am Donnerstag, 6. Februar, ein. Natürliche Verhütung - was ist das eigentlich? Über dieses Thema wird immer öfter gesprochen. Sexualpädagogin Cassandra Hayden gibt einen Überblick über die wunderbare Welt der natürlichen Verhütung und erläutert, wie sie funktioniert, wie sicher sie ist und welche Hilfsmittel, Tools und Apps es gibt. Weiter gibt sie einen Einblick in das Für und Wider der natürlichen Verhütung. Die Veranstaltung findet von 19 bis 20.30 Uhr statt, die Teilnahme kostet 8 Euro. Nähere Infos und Anmeldung per E-Mail info@muenchnerfrauenforum.de oder unter Tel. (089) 293968. sv

## Vortrag der Gartenfreunde

**Obermerzing** · Zu einem Vortrag zum Thema „Obst für kleine Gärten und Terrassen“ laden die Blumen- und Gartenfreunde München-Obermerzing e.V. am Mittwoch, 22. Jan. um 19 Uhr ein. Michael Neumüller vom Obstzentrum Hallbergmoos gibt Informationen zu kleinbleibenden Obstbäumen, die auch in kleinen Gärten oder auf der Terrasse gehalten werden können. Der Referent ist bekannt für Apfelneuzüchtungen, seine neueste Züchtung heißt „Winterzauber“. Die Veranstaltung ist kostenlos und findet im Pfarrsaal Leiden Christi (Passionistenstr. 12a) statt. Nähere Infos sind im Internet unter www.gartenfreunde-obermerzing.de erhältlich. sv

## Digitale Sprechstunde

**Allach-Untermenzing** · Im Rahmen der Reihe „Enter! Digitale Bildung für alle“ findet am Dienstag, 21. Januar, von 17 bis 18.30 Uhr die nächste digitale Sprechstunde in der Stadtbibliothek Allach-Untermenzing (Pfarrer-Grimm-Str. 1) statt. Die Fragen der Besucher rund um die digitalen Angebote der Stadtbibliotheken, wie eBook, eAudios oder Online-Lexika, beantwortet das Schulungsteam der Bibliothek in einem Einführungsvortrag und Beratungsgesprächen. Teilnehmende sind gebeten, gegebenenfalls ihre mobilen Geräte sowie den Bibliotheksausweis zum Einrichten der Onleihe oder anderer digitaler Angebote mitzubringen. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Nähere Infos sind unter Telefon (089) 18932990 erhältlich. sv

## Ausstellung im Endspurt

**Laim** · Nur noch bis Freitag, 24. Januar, sind die Arbeiten von Volker Lehmann im Kunstraum Lanz (Lanzstraße 7) zu sehen. Kleinformatige Ölmalerien sowie Lithographien, die der Künstler in den 1970er Jahren schuf, sind Hauptbestandteil der Ausstellung. Wer die Gelegenheit noch nutzen will, um die Werke zu besichtigen, kann dies nach Vereinbarung (Tel. 089 - 51513815) und im Rahmen der Finissage am Freitag, 24. Januar, von 19 bis 21 Uhr. kō



## Meine Woche

ab Do., 16.1.

## HIGHLIGHT DER WOCHE

crane® Sportmatte  
Maße ca.: 190 x 60 x 1,5 cm

je 12,99\*

crane® Fitness-Artikel für Kinder  
Spaß und Bewegung, fördert spielend Koordination und Motorik Ihres Kindes, z. B. Gymnastikreifen, Springsattel und Elastikband, Spielbälle im Zer-Set oder Hüpfball, bitte beachten Sie die Altersangaben

je 6,99\*    je 14,99\*    je 4,99\*

crane® Hantel-Set  
Hilft beim Aufbau und bei der Stärkung des Muskeltonus  
2 x 1 kg oder 2 x 2 kg:    2 x 3 kg oder 2 x 5 kg:

Springseil & Elastikband

Zer-Set

crane® Boxset für Kinder  
Höhenverstellbar von ca. 78-120 cm, ab 6 Jahren

je Set 12,99\*

ab Fr., 17.1.

Marken-Kracher zum ORIGINAL ALDI PREIS

Original Wagner Steinfen Pizzies®  
Salami oder Mozzarella, je 2 x 150 g, kg-Preis 4,97

UVP 2,69 €  
1,49 €

JEZT NEU! OVALE

TIEFKÜHLUNG

Kühle Kracher zum ORIGINAL ALDI PREIS

bio Smoothie  
Versch. Sorten, z. B. Apfel, Heidelbeer, Cranberry und andere Früchte, je 200-ml-Flasche, 100-ml-Preis 0,45

Aktion 0,89\*

bio VEGAN

bio Vielfalt zum ORIGINAL ALDI PREIS

Aktion 4,99\*    Aktion 2,99\*

bio Jackfruit  
Versch. Sorten, z. B. Curry, je 180 bzw. 200-g-Packung, 100-g-Preis 1,66 bzw. 1,50

GUT bio Natives Olivenöl extra, unfiltriert  
Erste Güteklasse, direkt aus Oliven ausschließlich mit mechanischen Verfahren gewonnen, aus neuer Ernte 2019/2020, 750-ml-Flasche, I-Preis 6,65

bio JACKFRUIT



# 100 Meter ... und mehr?

Bürgerentscheid wegen der geplanten Hochhäuser an der Friedenheimer Brücke gewünscht

**Neuhausen/Nymphenburg**  
Die Bürgerversammlung Neuhausen-Nymphenburg hat mehrheitlich beschlossen, dass bezüglich des Baus der beiden geplanten 155 Meter hohen Hochhäuser auf dem Areal der Paketposthalle an der Friedenheimer Brücke ein Ratsbürgerentscheid auf den Weg gebracht wird. Dabei soll es um die Frage gehen, „ob an der bisherigen Verfahrensweise – kein Hochhaus über 100 Meter – festgehalten werden soll oder ob der vom Stadtrat noch zu verabschiedende Hochhausrahmenplan Gültigkeit bekommen soll“, erklärt der Antragsteller.

## „Polarisierende Diskussion“

Der Bau-Masterplan habe eine polarisierende Diskussion in Neuhausen-Nymphenburg sowie in der gesamten Münchner Bürgerschaft ausgelöst, so der Mann weiter. Der kürzlich vorgestellte Hochhausrahmenplan für ganz München würde die durch den Investor angestrebte Bauhöhe tolerieren. Die Landeshauptstadt sei bisher mit der freiwilligen Bauhöhenbeschränkung sehr gut zurechtgekommen. „Der Tourismus und der Zuzug boomen – München scheint auch ohne Bauhöhenrekorde hochattraktiv zu sein. Gegen die Wohnungsnot sind Hochhäuser in der konzipierten Form keine Lösung“, meint



„Hier prallen Bürgermeinungen aufeinander“: In einer Empfehlung fordert die Bürgerversammlung Neuhausen-Nymphenburg einen Ratsbürgerentscheid bezüglich der beiden Hochhäuser an der Friedenheimer Brücke.

Bild: Herzog & de Meuron

der Bürger. Andererseits fänden Architekturbegeisterte und Investoren, dass es an der Zeit wäre, höhenmäßig Anschluss an andere Großstädte zu bekommen.

„Hier prallen Bürgermeinungen aufeinander. Bei das Stadtbild stark prägenden Bauvorhaben wurde in München bisher eine intensive Bürgerbeteiligung hinsichtlich verschiedener Architekturentwürfe angestrebt“, heißt es weiter in der Antragsbegründung. Im jetzt vorgebrachten Fall sehe sich der Architekt nicht in der Lage, ihn befriedigende Alternativenwürfe mit gerin-

gerer Bauhöhe zu kreieren. „Ein Münchner Bürgerentscheid zur grundsätzlichen Akzeptanz von Bauhöhen über 100 Metern erscheint somit notwendig – der ehemalige Oberbürgermeister Ude hatte dringend einen diesbezüglichen Ratsbürgerentscheid angeregt, falls die Stadt planen würde, von der freiwilligen Höhenbeschränkung Abstand zu nehmen.“

## Rund 1.100 Wohnungen

Auf dem rund 8,7 Hektar großen Paketpost-Areal zwischen Arnulfstraße, Birket-

weg und Wilhelm-Hale-Straße soll ein neues urbanes Quartier mit zirka 1.100 Wohnungen und 3.000 Arbeitsplätzen, sozialen Nutzungen sowie Geschäften und Hotels entstehen. Zentraler Bestandteil ist die denkmalgeschützte ehemalige Paketposthalle. Sie soll zum Teil kulturell und kreativwirtschaftlich genutzt werden. Im städtebaulichen Entwurf des vorgestellten Masterplans planen Herzog & de Meuron und Vogt Landschaftsarchitekten auch die zwei gleich hohen Türme mit 155 Metern.

„Der beste Flamenco-Tänzer dieses Jahrhunderts“  
*The New York Times*

# Farruquito

## Improvisario

31. Jan. - 2. Feb. 2020  
Freitag bis Sonntag · Prinzregententheater

Tickets: München Ticket (089) 54 81 81 81 und alle bekannten VKK-Stellen · [www.muenchenevent.de](http://www.muenchenevent.de)

Ein Stück Heimat ...  
... der Online-Shop der Münchner Wochenanzeiger

## PRODUKT DER WOCHE

MÜNCHENER VORSTADT GESCHICHTEN - ALLACH-UNTERMENZING  
IN DEM BUCH "MÜNCHENER VORSTADTGESCHICHTEN - ALLACH-UNTERMENZING" SIND DIE ÜBER DIE JAHRE HINWEG IM ALLACH-MENZINGER WERBE-SPIEGEL ERSCHEINENEN GESCHICHTEN DES STADTHEILHISTORIKERS DR. WALTER G. DEMMEL ZUSAMMENGEFASST.

14,90 EURO  
inkl. MwSt.  
zzgl. 4,90 Euro Versand

ERHÄLTlich IN DER FÜRSTENRIEDER STRASSE 11 IN 80687 MÜNCHEN ODER IM ONLINE-SHOP DER MÜNCHNER WOCHEANZEIGER UNTER [WWW.SHOP.MUENCHENWEIT.DE](http://WWW.SHOP.MUENCHENWEIT.DE)

AHORNSTRASSE 22  
82291 MAMMENDORF

# TRACHTENGALERIE

MAMMENDORF [www.trachtengalerie.de](http://www.trachtengalerie.de)

**DIRNDL AB 49,- EURO**

\* Es handelt sich um ausgewählte Einzelteile der Vorsaisons aus unserem Untergeschoss. Nur solange der Vorrat reicht. Druckfehler vorbehalten.

qlabel.com präsentiert:

ROCK AN TENNE  
**DIE ROCKSHOW DES JAHRES 2020**

ROCK CLASSIC  
**ALICE COOPER**  
CHEAP TRICK  
MOTHER'S FINEST  
THUNDER  
ROBERT HART

08.03.20 OLYMPIAHALLE

THE ORIGINAL  
**HARLEM GLOBETROTTERS**  
SEVEN TIME CHAMPIONS

03.04.20 AUDI DOME

MUNICH ROCK NIGHT  
**FOREIGNER**  
LIVE 2020

21.06.20 OLYMPIAHALLE

**Hollywood Vampires**  
ALICE COOPER JOHNNY DEPP JOE PERDY

28.08.20 OLYMPIAHALLE

Tickets unter [myticket.de](http://myticket.de) sowie an den bekannten VKK-Stellen. Weitere Informationen unter [www.globalconcerts.de](http://www.globalconcerts.de)



**Fürs Leben lernen**  
Mit einer guten Ausbildung  
stehen alle Türen offen.

## Unterricht

**Klavierunterricht Hausbesuch,** Keyb. auch Anfänger T. 7559089

**Erf. Gym.Lehrer, FOS, BOS** und Realschullehrer erteilt. Unterr. in allen Fächern, Tel. 089/6924186

**Elektrotechnikstudent gibt Nachhilfe in Englisch und Mathe** für Schüler\*innen aller Jahrgangsstufen und Schularten. Bei Interesse bitte melden unter Tel. 0172/4930443.

**Mathe-Nachh.,** T. 089/59997333

**Ehemalige Gymnasiallehrerin** gibt Nachhilfe in Chemie. Telefon: 089/5805071

**Lat., Engl., Deutsch-Nachh. u.** Sprachtrain., T. 0179/1584250

**Französisch Nachhilfe,** alle Niveaus, seriös und kompetent, Sendl.-Westpark, T.089/71039677

**Klavierunt. Hsbes.,** T. 72633352

**Italienisch-Unterr./ Nachhilfe,** Hausbes., Telefon: 089/8145434

**Akkordeon, Steirische, Klavier u.a.,** Tel. 0171/5003155

**Mathe/Physik/Chemie 5.-13. Kl.** auch Hausbes. 089/365374 Abele

**Schlagzeugunterricht.** 0170/2714252

**www.bayernnachhilfe.de** (089) 48 998 536

**Schlagzeugschule M-Schwabing** drummers-focus.de, 089/2729240

**LR5? Dyskalkulie? Notenstress?** Hilfe im Mini-Lernkreis, Tel. 08141-42272

## Computer

**Biete PC-Hilfe** T. 089/22539826

**Mobile Hilfe v. Ort** für PC, Laptop, Tablet, Handy und Internet zum fairen Preis. Bringe Geduld mit. Biete auch Einzelschulung f. Senioren und Neueinsteiger an, Telefon: 0176/51368535

**Löse günstig Ihr PC-Problem.** Auch Neuinstallation. Tel. 0177 / 5809018

**PC-DOKTOR: T. 0171/7777766**

## Freizeit

**Rentnerin aus Pasing** sucht nette Leute zum Spazierengehen, Gehzeit 1,5 oder 2 Std., Zuschr. u. Chiffre-Nr. 366346 an Wochenanzeiger Medien, Postfach 210449, 80674 München

## Künstler, Musik, Gesang

**Zauberer Rudolfo,** Tel. 325657

**LIVEMUSIK** - für jede Feier. TOP-Alleinunterhalter. T. 0171/9309796

## Musikinstrumente

**Violine von Paul Knorr 1935** mit Expertise, 8.000,- VB, stark reduziert, Telefon: 07125/70062

**5-saitig. Kontrabass** Denensur 3.000,- € Sologeige mit Expertise 4.000,- € Tel. 07125/70062

## Möbel

**Einbauschrank für Mansarde,** schreinergef., L 220 cm, li. Seite 238 cm, re. Seite 143 cm, T 57 cm, 4 Türen, 6 Einlegeböden, 3 Kleiderstangen, VB 249,- € Leder-couch BOConcept, hochw., 4 Sitz-, Longchair, 325 x 150 cm, FüÙe Metall, s. gut erh., VB 229,- € Telefon: 0172/8595061



**Möbelum Bett+Matratze,** Kleifer, weiß lasiert, 140x200, Abh.; Tel. 08105/7749793

## Reise und Erholung

**Lago Maggiore,** Topseesicht, gepfl. FeWo, Pool/Tennis, T. 0176/ 96104557

**www.yachtcharter-preuss.de** Mecklenburger Seenplatte

## 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

**Umzüge / Entrümpel. ab 40 €**, Einlagerung 15,-€/m<sup>3</sup>, T. 35757558

**Umzüge, Transporte und Entsorgung** seriöse Festpreis-Angebote, Firma Stelzer Tel. 58090425 www.stelzer-umzüge.de

**Sperrmüllabhol.,** Tel. 21298716

**Umzüge, Entrümpelung,** ab 20 €/Std. auch Sa./So. T. 089/2021559

**Umzüge 45,- € / Std./Entrümp.** 40,-€, Einlag.12€/m<sup>3</sup>, T. 35757893

**Entrümpelung,** Fa. T. 74996758

**Entrümpelungen,** Umzüge, Entsorgungen. Hole Möbel! Telefon: 0162/4034741

**Umzüge, Schwer- und Kleintransporte,** Tel.: 089/51264578 oder Mobil 0172/8408383

**Kl. Transport, sof.,** T. 62271485  
**Der Münchner Seniorenzugsdienst:** Umzüge, Kleintransporte, Entrümpel., Fa. Tel. 089 / 14340643

**No&Go Umzug & Entrümpelung,** Telefon 0176/80891165 noundgo.com

**Sperrmüll-Notruf,** Tel. 0173 / 8137862

**HIN & WEG Entrümpelungen/Umzüge,** sauber, günstig u. seriös, Tel. 089/35464545

**Hausmeisterservice Facility** T. 0176/80891165 NoundGo.com

**Sperrmüll-Express, T.** 14304052

## Veranstaltungen

**Verkaufe 1 Karte Schwanensee,** am Freitag Cuvilliertheater. Tel. 0176/97848446

## Verschiedenes

**Gottes Wort** als Kurzandacht jeden Tag am Bibeltelefon: 089/765393

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

**Fensterreinigung Maierhofer,** Fa., Tel. 8418026, 0179/4717770

**Kostenlose Abholung** von Möbeln und Haushaltssachen, Tel. 0160/4577989

**Besticke fast alles,** T. 1231017

**LAMPENSCHIRM-ANFERTIGUNG,** Tel. 089/85630072

**Entrümpelungen** Telefon: 0179/2943744

**Alle Arbeiten** T. 0162/7171124

**Fliesenlegermeister** übernimmt sämtl. Fliesen- u. Marmorarbeiten, Tel. Fa. 089/717581

**Hemden nähen, Änd. Tel.** 089/1231017

**Malern, Tapezieren,** Bodenbeläge, Bäder + WCs, Fliesen, Fa. Tel. 7602447, 0173/3510450

**Ansprechende Webseiten,** günstig, ohne Folgekosten, Tel. 0173/3519599

**- Probleme im Job? Ich helfe!** - 0151/58801690 o. 08704/927800

**HA-RA Verkauf** 015786770962

**Wanne raus - Dusche rein!** Infos Tel. 089/21548246, www.revifix.de

**Sperrmüll-Notruf** 0173/8137862

**Achtung suche Abendgarderobe,** Felle, Tischdecken, Handtaschen, Kristall, Hüte, Figuren, Geschirr, Zinn u.v.m. Hr. Blum, 0152/ 03811873 od. jegoz2007@web.de

**Doppelkopfpartner/in +/- 60 J.** gesucht, Tel. 089/7915555

**Wir führen aus:** Gerüstbau und -verleih, Tel. 08202-9049790

**Firma übernimmt Putzarbeiten,** Innen- u. Außenputz, WDVS - Wärmedämmverbundsystem, Dachgeschoßausbau, Tel. 08202-9049790

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

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

**Handwerkerservice,** Demontage, Abbrucharbeiten, Tel. 0179-4587891

**Haushaltsauflösung,** Entrümpelung und Entsorgung, Tel. 0179-4587891

**Unternehmensberater** (selbstständig) beschafft Ihnen einen Firmenkredit, Tel. 08141-8882413

**Ihr Bodenleger in der Region.** Erfahrener Boden- u. Paketleger garantiert zuverlässige, fachgerechte und termingerechte Erledigung aller Arbeiten rund um Ihren Boden. Wir sind zu fairen Preisen für Sie da. Tel. 0176-21757424, info@ms-parkett.com

## Zu verschenken

**Moderne Liege,** weiß, neuwertig, 2 x 1,2 m, mit Polsterauflage, gegen Abholung, T. 089/752658

**Grünliebe Sansevieria,** Weihnachtskaktus, Videokass. VHS (Disneyfilme), neuwertiges Philips Reisedampfbügeleisen, Tel. 089/5803124

**ZAHNIMPLANTAT:** Kostenloses Beratungsgespräch. Studie vergleicht Zahnimplantate der Renommeehersteller, so Zahnimplantate zum Selbstkostenpreis f. Sie. Termin für kostenl. Beratung. Untersuchung/Planung unter Tel. 0176/62862278 oder per mail: Implantatstudie@gmx.de

**Hole kostenl. gebr. Möbel** ab Tel. 33098564 od. 0178/1780919

**Küchenstudiomöbelteile,** 1 runder Auszichtsich u. 1 Klappstisch, Tel. 089/7143301, christian-unruh@web.de

**Fischer LL-Ski, neuwertig,** Länge 175 mit Stöcken, LL-Schuhe, blau, Größe 37 (4), Tel. 089/ 3113564 AB

Samstag, 18. Januar, Infoabend (Bergsonstraße 109)

# Neue FOS öffnet die Türen

Fachoberschule München-West ist keine Zweigstelle mehr



Das Schulgebäude in der Bergsonstraße 109.

Bild: FOS München-West

**Langwied** - Die neue Fachoberschule „FOS München-West“ lädt am Samstag, 18. Januar, in der Zeit von 10 bis 13 Uhr zu einem Tag der offenen Tür ein. Die Schule befindet sich jedoch nicht im neuen Schulcampus Freham, sondern in Langwied, in der Bergsonstraße 109. Dort konnten bereits seit einiger Zeit Schüler die Ausbildungsrichtung „Technik“ belegen. Allerdings war die Schule lediglich eine Zweigstelle der „Staatlichen FOS/BOS München Technik am Ostbahnhof“. Seit dem Schuljahr 2019/2020 ist die „FOS München-West“ eine eigenständige Fachoberschule und zu Technik ist die Ausbildungsrichtung „Wirtschaft und Verwaltung“ dazu gekommen. Rund 400 Schüler besuchen derzeit die Einrichtung. Ab dem Schuljahr 2020/2021 kann die Schule nun eigenständig Schüler aufnehmen. Anmeldung ist zwischen Montag, 2. März, und Freitag, 13. März, in der Schule. Dabei müssen die Schüler ihre Bewerbungen persönlich abgeben. Die Schule ist mit den öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar und liegt nahe der S-Bahnstation „Langwied“. Anmeldeformulare und der Online-Fragebogen können zeitnah zum Beginn des Anmeldezeitraums von der Schulhomepage herunter geladen werden. Welche Unterlagen noch mitgebracht werden müssen, steht ebenfalls auf der Homepage.

## Technik und Wirtschaft

Beim Tag der offenen Tür wird Schulleiter Holger Wirth über die beiden Schwerpunkte an der neuen FOS im Münchner Westen infor-

mieren. Die Ausbildungsrichtung Technik richtet sich an Schüler, die an den MINT-Fächern, also Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik interessiert sind und darin gute Vorkenntnisse haben. Den Technikzweig sollten diejenigen wählen, die beispielsweise ein technisches Studium an der Hochschule anstreben wie Architektur, Elektrotechnik, Informatik oder Maschinenbau. Die Ausbildungsrichtung „Wirtschaft und Verwaltung“ ist für Schüler geeignet, die ein wirtschaftliches Studium an einer Hochschule anstreben, zum Beispiel Betriebswirtschaft, Volkswirtschaft oder Tourismus. An der FOS werden den Schülern Kenntnisse in wirtschaftlichen, kaufmännischen und rechtlichen Berufsfeldern vermittelt.

Als Ansprechpartner stehen beim Tag der offenen Tür den Interessenten verschiedene Lehrkräfte der Hauptfächer, der Elternbeirat sowie FOS-Schüler zu Gespräch.

chen zur Verfügung. Um aufgenommen zu werden, sollte die Mittlere Reife mit einem Notendurchschnitt von mindestens 3,5 in den Fächern Deutsch, Englisch und Mathematik abgeschlossen worden sein. Wer am Gymnasium die Oberstufenreife nach der bestandenen zehnten Klasse erreicht hat, braucht keinen Notendurchschnitt. Es gibt auch eine Vorklasse, die Schüler auf die elfte Klasse vorbereitet. Außerhalb der Anmeldefrist könnte es sein, dass keine Schulplätze mehr frei sind und nachträgliche Bewerber auf die Warteliste kommen. „Verbindlich an die Fachoberschule aufgenommen können nur diejenigen werden, die sich im angegebenen Zeitraum anmelden und die Aufnahmevoraussetzungen erfüllen“, mahnt die Schule.

## Weitere Infos

Weitere Informationen sind unter [www.fos-muenchen-west.de](http://www.fos-muenchen-west.de) zu finden. **psst**



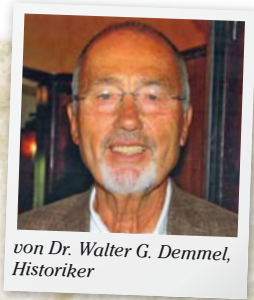
Holger Wirth ist der Schulleiter der FOS München-West. Bild: psst



## Ein Stückchen (Stadt-)Geschichte

Stadtteilhistoriker Walter G. Demmel berichtet:

# Der Hochbunker Franz-Nißl-Straße 53 unter Denkmalschutz und „des Bunkermaidl“



von Dr. Walter G. Demmel, Historiker

**Allach-Untermenzing** · Wer hoffentlich meine Leidenschaft für den Denkmalschutz kennt, wird sich nicht wundern, wenn ich in diesem Artikel auf ein sehr zeitnahe Objekt hinweise, das auch historisch besonders wertvoll ist. An diesem Beispiel kann auch für den interessierten Bürger aufgezeigt werden, nach welchen Gesichtspunkten eine Überprüfung der Denkmalschutzbehörde stattfindet. Zunächst aber zu meinem „Bunkermaidl“. Frau Anneliese Pangerl (Jg. 1939), die ich auf der Straße ansprach, kannte mich von meinen Artikeln her und erzählte mir, dass sie als Kind ganz in der Nähe des nun denkmalgeschützten Bunkers, nämlich in der Franz-Nißl-Str. 34, gewohnt und diesen bei Fliegeralarm schnellstens aufgesucht habe. Da ihre Eltern sie allein schickten, begrüßte man sie bei ihrem Eintreffen regelmäßig mit dem Ruf: „Des Bunkermaidl is scho da.“ Frau Pangerl wäre auch heute noch an einer Besichtigung des Bunkerinneren höchst interessiert. Eine Vorstellung davon hat sie aus ihrer Kindheit noch mitgenommen. Besonders beeindruckt war sie von der sehr engen Toilette.

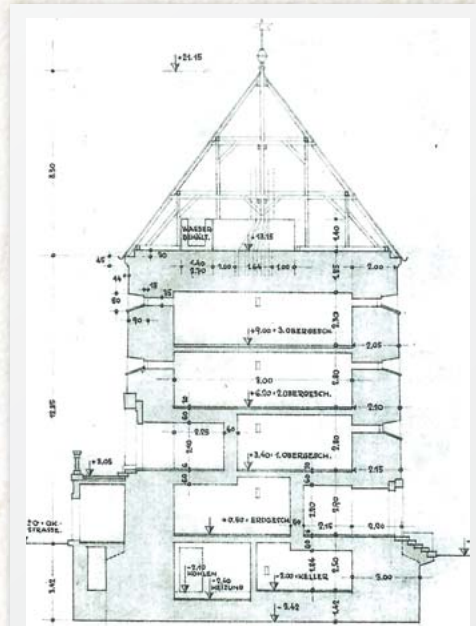


Bild 3 Bild: LaK Luftschutzarchiv

anders gestaltet. Eine kleine Türöffnung als Fluchtweg (Bild 4) befindet sich erdgeschossig nach Süden. Der Zugang in den Hochbunker ist im ersten Obergeschoss (Bild 1). Der Grundriss ist in allen Geschossen gleich. Nach Osten gerichtet liegen die Schutzräume, nach Westen die Treppen und die WC-Anlagen. Im Erdgeschoss gibt es eine Heizungsanlage und eine kleine Gas-Schleuse für den Fluchtweg (Bild 5). Im ersten Obergeschoss ist die Schleuse des Hauptzugangs. Im Schutzraum des dritten Obergeschosses ist die Belüftungsanlage eingebaut, die mit manueller Kraft bedient werden kann. Diese Anlage ist bezeichnet mit dem Baujahr 1942.“

Ein weiterer Zeuge, mit dem ich über den Untermenzinger Hochbunker gesprochen hatte, berichtete mir, dass die Bedienung der Belüftungsanlage auf die Dauer auch für einen kräftigen Knaben sehr anstrengend war. Das Bunkerinnere des Allacher Bunkers birgt noch die gesamte technische Ausstattung, sie ist vielleicht noch funktionstüchtig, sicher aber höchst anschaulich.

Bei der Begründung der Denkmaleigenschaft widmet sich die Kommission vor allem der geschichtlichen Bedeutung und weist auf die anderen Hochbunker innerhalb der Landeshauptstadt hin. Nach dem Reichsluftschutzgesetz von 1935 hatte die Stadt München 1937 einen Gefährzonenplan aufgestellt. Nach den schweren Angriffen vom September 1942 ging der Bau von Luftschutzbunkern schnell voran. Von 1939 bis zum Ende des Krieges wurden in München ca. 21 Hochbunker errichtet, und zwar an Verkehrsknoten, Bahnhöfen und auch in der Nähe von Betrieben. Die Entwürfe dazu fertigte das Münchner Hochbauamt unter Leitung des bereits erwähnten Karl Meitinger. Unser Bunker in der Franz-Nißl-Str. 53 bildet dazu ein Anschauungsobjekt erster Güte.

Walter G. Demmel



Bild 1 Bild: Demmel

sind. Vermutlich hat jeder dieser Bunker denkmalwürdige Merkmale vorzuweisen.

Das BLfD als zuständige staatliche Fachbehörde hatte am 18.06.2019 den Bunker besichtigt, um die Denkmaleigenschaft zu überprüfen. In einem Gutachten vom 21.08.2019 stellte das BLfD die Denkmalwürdigkeit des Bunkers auf Grund seiner hohen geschichtlichen Bedeutung fest und hob besonders hervor, dass dieser aus dem Jahr 1942 stammende Bunker mit seiner gesamten technischen Ausstattung nahezu vollständig erhalten ist. Die Lage unseres Hochbunkers, mit Kreis gekennzeichnet, ist dem beigegebenen Bild 2 zu entnehmen. Er ist also leicht an der Einmündung der Feigstraße, benannt nach dem ehemaligen Bürgermeister Michael Feig (1852-1919) der damals noch selbständigen Gemeinde Allach, in die Franz-Nißl-Straße, früher Widweg, ab 1933 Schlageterstraße, ab 1938 Adolf-Wagner-Straße, ab 1947 nach dem Psychiater Franz Nißl (1860-1919) benannt, zu finden.

Im Folgenden werde ich das Gutachten des BLfD vom 21.08.2019 darstellen und teilweise zitieren. Es benennt den Hochbunker in der Franz-Nißl-Str. 53 als einen viergeschossigen Massivbau mit quadratischem Grundriss, doppelter Freitreppe und Pyramidendach (Bild 3). Mit Recht vermutet wird Karl Meitinger, auf den wir noch zu sprechen kommen, als zuständig für den Entwurf im Jahr 1942 und für die noch erhaltene technische Ausstattung. Unter dem Punkt Baugeschichte und Beschreibung finden wir die von mir bereits beschriebene und durch einen Plan erläuterte Lage unseres Hochbunkers. Für die Ortswahl ausschlaggebend war die Nähe zu den Krauss-Maffei-Rüstungswerken und aus meiner Sicht auch noch zur Diamalt AG, obwohl diese einen eigenen kleinen unterirdischen Bunker hatte. Auch den Schülern der unmittelbar benachbarten damaligen Adolf-Wagner-Schule diente der Bunker manchmal als Schutzmöglichkeit, obwohl deren Architekt Sep Ruf zum nachträglichen Einbau von Schutzräumen im Keller der Schule verpflichtet worden war.

„Das Gebäudeäußere ist ein schlicht gehaltener, verputzter Bau mit Pyramidendach mit jeweils kleinen rundbogigen Öffnungen zu allen Seiten in vier übereinander liegenden Ebenen. Nur die Nordseite ist mit dem Haupteingang im ersten Geschoss und der doppelläufigen Freitreppe davor



Bild 4 Bild: Demmel



Bild 2 Bild: Plan BLfD

Das fachlich zuständige Bayerische Landesamt für Denkmalpflege (BLfD) hat auf meine Anregung hin den Bunker (Bild 1) geprüft, für denkmalwürdig befunden und in die Denkmalliste eingetragen. Der Gedanke ging von mir aus, wurde von mir in einer Sitzung des BA 23 eingebracht und fand dort eine fast einstimmige Zustimmung. Für meinen Eilantrag in der Bürgerversammlung am 04.07.2019 fand sich auch eine solide Mehrheit, sodass sich auch die Lokalbaukommission überraschend schon am 25.09.2019 damit befasste und anmerkte, dass einschließlich unseres Hochbunkers z.Z. 14 weitere im ganzen Stadtgebiet verteilte Hochbunker in die Denkmalliste eingetragen

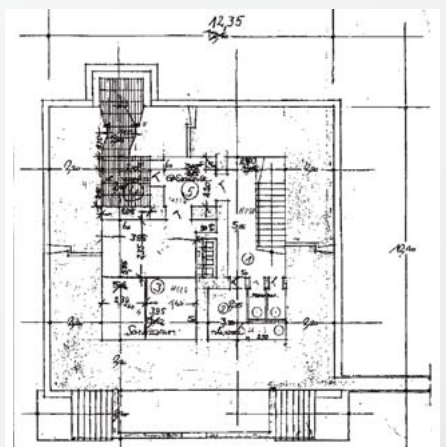


Bild 5 Bild: LaK Luftschutzarchiv



Freitag, 17. Januar, um 19.30 Uhr und Sonntag, 19. Januar, um 18 Uhr, Stadthalle Germering

# Kabarett und Komödie

Unterhaltung am Wochenende

**Germering** · Großartiges Kabarett und ein hochkarätig besetztes Theaterstück ist am kommenden Wochenende in der Stadthalle Germering (Landsberger Str. 39) zu sehen.

## Hader spielt Hader

Am Freitag, 17. Januar, um 19.30 Uhr ist Josef Hader im Orlandosaal zu Gast. Eigentlich ist es schleierhaft, dass die Leute seit so langer Zeit in dieses Programm kommen. Manche Zuschauer behaupten, sie hätten es nach Jahren noch einmal gesehen und es sei ein völlig anderes, neues Programm gewesen. Josef Hader sagt dagegen, er erfindet gar nichts neu, er muss das Programm nur jedes Jahr kürzen, weil es automatisch immer länger wird. Vielleicht ist es ja der Regenwurm unter den Kabarettprogrammen, der immer nachwächst, wenn man ihm die Hälfte weg-schneidet?

## „Vier Stern Stunden“

Am Sonntag, 19. Januar, um 18 Uhr wird im Orlandosaal die Komödie „Vier Stern Stunden“ mit Günther Maria Halmer, Janina Hartwig und Florian Odendahl gezeigt. Ein Vier-Sterne-Hotel, das schon bessere Tage gesehen hat, und ein berühmter Schriftsteller, dessen Stern auch schon einmal heller leuchtete, das sind die Haupt-Zutaten zum neuen Stück von



Josef Hader kommt mit seinem „nachwachsenden“ Kabarettprogramm nach Germering. Bild: Udo Leitner

Bestellerautor Daniel Glat-tauer. Und wie in seinem letz-ten Erfolgsstück „Die Wun-derübung“, das mittlerweile auch das Kinopublikum be-geistert, gelingt es dem Autor

wieder, mit wenigen Strichen ein Szenario zu entwerfen, das unterhält, verblüfft und berührt.

Im vornehm angehauchtem Kur-Ambiente des Nobelhotels trifft der charismatische Schriftsteller auf eine geheimnisvolle Burka-Trägerin, eine ehrgeizige Kulturjournalistin und einen überforderten Hotelier – und irgendwo in diesem Szenarium versteckt sich da auch noch eine unerschrockene Internet-Bloggerin....

Glattauer spielt mit aktuellen Reizthemen und stellt die Frage nach der Sinnhaftigkeit des eigenen Tuns im Hier und Jetzt.

Doch was nach einer hochphilosophischen Abhandlung klingt, folgt dem Gesetz der Komödie – und jene, die sich anfangs leidenschaftlich bekämpften, finden am Ende mit ebenso viel Leidenschaft zueinander.

## Hier gibt es Tickets!

Karten sind beim SW Kartenservice unter Telefon (089) 8949015, bei München Ticket unter Telefon (089) 54818181, online unter [www.muenchenticket.de](http://www.muenchenticket.de) oder beim Ticket-Service der Münchner Wochenanzeiger in der Fürstenrieder Straße 9 und am Luise-Kieselbach-Platz 31 erhältlich. red

HAVANA NIGHTS  
DAS KARIBISCHE  
TANZ - MUSICAL AUS KUBA

HAVANA NIGHTS DANCE COMPANY • CIRCO NACIONAL DE CUBA • LIVE „GIRL-BAND“

€ 35/40/45  
inkl. Geb. 21.03.20

DIE UPPFINGER  
FASCHINGS  
PARTY

€ 15  
ab 18 Jahren 15.02.

Zither Manä  
Trio

€ 19,50  
inkl. Geb. 21.02.

Kammerorchester  
der Münchner  
Philharmoniker

FASCHINGSKONZERT

moderation: CHRISTOPH  
WELL

Leitung: LORENZ  
NASTURICA-HERSCHCOWICI

Solisten des Mariinsky Theaters St. Petersburg  
Ausgewählte Werke von J. Strauss, Lehár u.v.a.

€ 36/39/42  
inkl. Geb. 23.02.20

www.STADTHALLE-GERMERING.de  
München Ticket • Karten-Hotline: 089 - 54 81 81 81  
SW Kartenservice • Karten-Hotline: 089 - 894 90 15

|                       |                           |                                    |                      |   |                           |                              |                                 |                              |
|-----------------------|---------------------------|------------------------------------|----------------------|---|---------------------------|------------------------------|---------------------------------|------------------------------|
| abge-sondert, extra   | Kreuzes-inschrift         | veraltet: zwei                     | 3./4. Fall von „wir“ | Geburts-stätte von Zeus   | engl. Kose-wort für Vater | Unkraut-vernich-tungs-mittel | Wert-schätzung                  |                              |
| Gegen-argument        |                           |                                    |                      | dumm-lustig   |                           |                              |                                 |                              |
| nicht kalt            |                           | den Ver-stand be-treffend, geistig | ein Zeit-messer      |   |                           |                              | einge-schaltet                  |                              |
|                       |                           |                                    |                      | <p>Nacht-lokal</p>  |                           |                              |                                 |                              |
| franzö-sische Käseart | Rad-aufhänge-vor-richtung |                                    |                      | <p>Montag + Dienstag: jede Pizza € 5,90<br/>Mittwoch: Nudeltag € 5,90<br/>Donnerstag: Ravioli mit einem Glas Wein (0,1 l) € 8,90<br/>Freitag: Frischer Fisch im Angebot</p> |                           |                              | Finger-zeig                     | Haupt-stadt von Vietnam      |
| ge-wollte Hand-lung   |                           |                                    |                      | <p>Altenburgstraße 35/Ecke Limesstraße · 81243 München<br/>Telefon 089/87 38 27 · Fax 089/87 14 311<br/><a href="http://www.un-momento.de">www.un-momento.de</a></p>        |                           |                              | persön-liches Fürwort (4. Fall) |                              |
| abge-hotzt            | gehoben für: Adler        |                                    |                      |   |                           |                              | Rang beim Karate                |                              |
|                       |                           |                                    | kostbar, selten      | Schliff im Beneh-men  | Ansage auf Kontra (Skat)  | an jenem Ort                 | Initialen von Filmstar Perkins  | Abk.: Ver-suchs-person       |
|                       |                           |                                    |                      |   | weg, fort                 |                              |                                 |                              |
| säch-licher Artikel   |                           | Kra-nich-vogel                     |                      |   |                           |                              |                                 | über-mäßig hoch, über-teuert |





Weitere Angebote  
im Prospekt und auf edeka.de

gut  
günstig

Orangen  
aus Spanien  
Klasse I  
2kg Beutel  
1kg = € 0,56



2kg!

SUPERGEIL!  
1.11

Angebote sind gültig ab  
**Donnerstag,**  
den 16.01.2020

**SUPERGEILE  
PREISE**

Jungbullen-Roastbeef\*  
ohne Knochen  
100g



SIE SPAREN  
40%  
SUPERGEIL!  
1.49

gut  
günstig

Paprika-Mix aus Spanien  
Klasse I  
500g Packung  
1kg = € 2,22



Mild und knackig!

SUPERGEIL!  
1.11

gut  
günstig

Unverpackt!



Gurken  
aus Spanien  
Klasse I  
Stück

SUPERGEIL!  
0.49

Puten-Oberkeule\*  
fleischig, HKL A  
100g



SIE SPAREN  
16%  
SUPERGEIL!  
0.49

Debrecziner\*, Hot Chili  
Debrecziner\* oder Schweins-  
bratwurst\*  
gebrüht  
100g



SIE SPAREN  
40%  
SUPERGEIL!  
0.89

Weihenstephan Haltbare Milch  
1,5% / 3,5% Fett  
1l Packung



SIE SPAREN  
mind. 35%  
SUPERGEIL!  
0.77

Almette Alpenfrischkäse  
versch. Sorten  
und Fettstufen  
125g / 150g  
Becher  
100g = € 0,70 /  
€ 0,59



SIE SPAREN  
36%  
SUPERGEIL!  
0.88

Aspik-Aufschnitt\*  
3-fach sortiert  
leicht süß-säuerlicher  
Geschmack  
100g



SIE SPAREN  
31%  
SUPERGEIL!  
0.88

Rama  
Cremefine  
versch. Sorten  
250ml / 200g  
Flasche / Becher  
100ml = € 0,28 /  
100g = € 0,35



SIE SPAREN  
30%  
SUPERGEIL!  
0.69

Haltbare Milch  
1,5%  
3,5%

Ehrmann Almighurt  
versch. Sorten  
100g - 150g Becher / Beutel  
100g =  
€ 0,29 -  
€ 0,19



SIE SPAREN  
50%  
SUPERGEIL!  
0.29

Original Wagner Steinofen Pizza,  
Piccolinis, Pizzies oder Flammkuchen  
tiefgefroren, versch. Sorten  
z.B. Steinofen Speciale  
350g Packung  
1kg = € 3,97



SIE SPAREN  
mind. 39%  
SUPERGEIL!  
1.39



Halo Top Eiscreme  
kalorien- und  
zuckerarmes Eis  
versch. Sorten  
tiefgefroren  
475g Becher  
1kg = € 8,40

SIE SPAREN  
33%  
SUPERGEIL!  
3.99



Ehrmann  
Grand Dessert  
versch. Sorten  
190g Becher  
100g = € 0,23

SIE SPAREN  
mind. 40%  
SUPERGEIL!  
0.44



Lorenz Crunchips oder  
Erdnusslocken  
versch. Sorten  
z.B. Crunchips  
Paprika  
175g Tüte  
100g = € 0,50

SIE SPAREN  
mind. 36%  
SUPERGEIL!  
0.88



Ritter Sport  
Schokolade  
Bunte Vielfalt  
versch. Sorten  
100g Tafel

SIE SPAREN  
50%  
SUPERGEIL!  
0.59



Kinder  
Schoko-  
Bons  
200g Beutel  
100g = € 0,94

SIE SPAREN  
34%  
SUPERGEIL!  
1.88



Dauerhaft  
im Preis  
gesenkt!

Party Nuts  
Erdnüsse  
im Teigmantel  
Paprika-Style  
lecker knusprig  
200g Beutel  
100g = € 0,40

WEITERE ARTIKEL  
UNTER EDEKA.DE  
GARANTIERT  
GÜNSTIG  
11%  
0.89



Valensina  
Saft  
versch. Sorten  
aus Konzentrat  
pflanzfrei  
1l Flasche

SIE SPAREN  
37%  
SUPERGEIL!  
0.99



Paulaner Münchner Hell  
versch. Sorten  
Träger mit 20x 0,5l Flasche  
(zzgl. € 3,10 Pfand)  
1l = € 1,25

SIE SPAREN  
24%  
SUPERGEIL!  
12.49

\*nur in Märkten mit Bedienhilfe und nicht bei Verkaufsumm. erhältlich, Servicevorschl. gültig.

SB DO

Angebot gültig bis 18.01.2020, KW 03. Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. EDEKA ZENTRALE AG & Co. KG, New-York-Ring 6, 22297 Hamburg.  
Firma- und Anschriftendeteilnehmenden Märkten unter www.edeka.de/marktsuche oder unter der Telefonnummer 08003335211 (kostenfrei aus demd. Fest- und Mobilfunknetz).

Punkten Sie mit  
Deutschland Card

Mehr Infos auf  
edeka.de





Manuel Nagel

Der 1. Präsident des OFC Karlsfeld  
war bereits selbst schon Faschingsprinz.

**Meisel Rollladen GmbH**  
Meisterbetrieb · Innungsfachbetrieb  
**Markisen · Jalousien · Elektroantriebe**  
**Insektenschutz · Rollos · Rollläden · Rolll Tore**  
**Fenster · Reparaturdienst**  
Allacher Straße 112 · 85757 Karlsfeld  
Tel.: 089/1 41 18 72 · Tel. 08131/3 32 02 25 · info@rollladen-meisel.de

Bis Freitag, 31. Januar, im Landratsamt Dachau  
(Bürgermeister-Zauner-Ring 11)

## „Was geht. Was bleibt. Leben mit Demenz“

Wanderausstellung im Landratsamt Dachau



**Karlsfeld/Dachau** · Im Foyer des Landratsamtes ist noch bis Freitag, 31. Januar, die Wanderausstellung „Was geht. Was bleibt. Leben mit Demenz“ zu sehen. Die Ausstellung möchte Menschen für das Thema Demenz sensibilisieren und auf Informations- und Hilfsangebote für Betroffene und deren Angehörige hinweisen. Die Wanderausstellung, die zu den allgemeinen Öffnungszeiten des Landratsamtes angesehen werden kann, ist ein Projekt der Bayerischen Demenzstrategie. Es sollen Rahmenbedingungen dafür geschaffen werden, die den Erkrankten ein Leben in der Mitte unserer Gesellschaft ermöglichen und ihnen helfen, ihre Würde in allen Phasen der Demenz zu bewahren.

sb / Bild: LRA Dachau

### Mit der vhs nach Dresden

**Karlsfeld** · Am Wochenende um den 1. Mai bietet die Volkshochschule Karlsfeld eine dreitägige Fahrt nach Dresden an. Höhepunkt ist der Besuch einer exklusiven Abendvorstellung von Giacomo Puccinis Oper „Madame Butterfly“ in der berühmten Semperoper. Mit inbegriffen ist auch eine Stadtführung und ein Ausflug zum Schloss Pillnitz. Anmeldungen unter Tel. (08131) 900940. sb

### Fortsetzung von Seite 1

Als er dem frisch gekrönten neuen Karlsfelder Prinzenpaar Prinzessin Magdalena I. und Prinz Jonas I. offiziell den Rathausschlüssel überreichen durfte. Denn ab jetzt herrschen wieder die Narren im Karlsfelder Rathaus. Anschließend wurden vom „Bund deutscher Karneval“ (BDK) Ehrenorden in Silber



**Haben schon beim Rosenball 2018 zusammen beim Spiel um das Kinderprinzenpaar 2018/19 mitgemacht und zusammen getanzt: das diesjährige Kinderprinzenpaar des OFC, Caroline I. und Christian II.**  
Bild: OFC

an den 1. Präsidenten des OFC, Manuel Nagel, und den 2. OFC-Präsident Olcay Yildirim als Anerkennung für ihren unermüdeten Einsatz für den Verein verliehen.

### „Turbulenter Trip“

Mit Spannung warteten die Gäste auf den glanzvollen Höhepunkt des Abends: das neue Showprogramm der Erwachsenen. „Die Prinzengarde begeisterte das Publikum mit ihrem schwungvollen und sehr synchronen Gardemarsch“, erklärt Bianca Jäger. „Dann bezauberten Magdalena I. und Jonas I. mit ihrem Prinzenwalzer die Gäste. Mit der Showgarde des OFC geht es durch die USA. Ein turbulenter Trip durch die Staaten.“ Die Showgarde, bestehend aus 18 Tänzern und dem Prinzenpaar begeisterte mit vielen spektakulären Hebefiguren und einer überraschenden Choreographie. „Ein gelungener Abend“, meinte auch OFC-Präsident Manuel Nagel, der sehr stolz auf seine diesjährige Truppe ist. Ab jetzt sind jede Menge Auftritte zu bewältigen. Eine stressige, aber auch sehr



**Das OFC-Prinzenpaar Magdalena I. und Jonas I. haben sich in der 11. Klasse kennengelernt und sind seit Februar 2019 ein Paar.**  
Bild: OFC

lustige Zeit wartet auf den Verein. Informationen zu den Veranstaltungen des OFC Karlsfeld e.V. können im Internet unter [www.ofc-karlsfeld.de](http://www.ofc-karlsfeld.de) abgerufen werden.



Simone Bauer

## „Weihnachten im Schuhkarton“

Fachoberschule hat wieder für Karlsfelder Flüchtlingskinder gesammelt

**Karlsfeld** · Bereits zum dritten Mal haben Schüler der Fachoberschule (FOS) Karlsfeld Weihnachtspäckchen für Flüchtlingskinder zusammen gestellt. Insgesamt 81 Pakete übergaben sie in einer kleinen Feier mit dem Helferkreis Asyl für die Kinder von zwei bis 14 Jahren in den beiden Unterkünften an der Parzivalstraße und an der Hochstraße. Stellvertretend für die anderen Kinder nahmen der sechsjährige Karim und sein achtjähriger Bruder Mohamad aus Syrien mit strahlenden Augen die Geschenke entgegen.

Das Packen dieser Geschenke „im Schuhkarton“ ist eine logistische Leistung besonderer Art: Es wird extra nach Jungen und Mädchen eingekauft und dann noch nach

Altersgruppe. Von zwei bis vier Jahren, von fünf bis neun Jahren und von zehn bis vierzehn Jahren sind die Bedürfnisse naturgemäß un-

terschiedlich. Kuscheltiere allerdings gehen immer, genauso wie Überraschungseier und Malstifte. Und der Scheck über 500 Euro, den

Franz Elender vom Förderverein „Campus“ Helmut Blahusch vom Helferkreis übergab, wurde ebenso dankbar angenommen. sb



**Geschenkübergabe (von links): Carola Zankl (Schulleiterin), Laura Postler (Schülerin), Jakob Burde (Lehrkraft), Karola Klapproth (Lehrerin), Max Exkardt (Helferkreis), Franz Elender (Geschäftsführung), Helmut Blahusch (Helferkreis), Fritz Möller-Holtkamp (Schülersprecher), Loni Müller (Schülersprecherin) und Luis Stögermaier (Schülersprecher) zusammen mit Mohamad und Karim aus Syrien.**

Bild: Cyriakus Wimmer/ Helferkreis

# HANS WAGNER

GmbH

[www.hans-wagner-gmbh.de](http://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. Türeausstellung mit über 80 Türmodellen.



Energiespar-Fenster



nicht erhalten?  
dann informieren Sie uns bitte:



Qualitätsmanagement Vertrieb

Tel. 089 / 45 24 36 40 oder e-Mail: [vertrieb@crossmedia-verteilung.de](mailto:vertrieb@crossmedia-verteilung.de)

# Fitter Spaß bei Höffner

Auf zum unterhaltsamen

FREIHAM – Mit Höffner starten wir gesund und fit ins neue Jahr. Und das kann richtig Spaß machen! Am Samstag, 18. Januar, ist von 9.30 Uhr bis 17 Uhr jede Menge geboten. Alle Aktionen stehen unter dem Motto »Gesundheitstage« – sie wollen jedem einzelnen tolle Tipps

und Anregungen geben. Es sind besondere Aussteller mit dabei: Die AOK Bayern steht nicht nur mit tollen Informationen parat, sondern lädt auch zum Glücksrad drehen ein. Die Gewinne gibt es sofort. Der ESV Neuaubing ist auch mit viel Engagement dabei. Hier



Gesundheitstag mit vielen Attraktionen

gibt es sogar einen Gleichgewichtsparcours zu absolvieren. Außerdem kann man sich beim Stand des Vereins seine Fitness testen lassen.

Schnell aus der Puste? Frische Luft in die Lungen tut gut. Darum ist der Stand von hyla hochinteressant – hier kann man Luftreinigungssys-

teme kennenlernen. Und beim Clever Fit-Stand lockt ebenfalls ein Glücksrad und tolle Mitmach-Aktionen.

### Fitness »schmecken«

Auch Höffner legt sich mit vielen Aktionen ins Zeug: So gibt es leckere Smoothies für

nur 1 Euro pro Becher. Auch kommen ganze Gerichte zur Verkostung. Gemeinsam mit der Firma Berndes findet ein Showkochen statt, bei dem man fettfreie Gerichte kennenlernen kann. Die Gesundheitstage – eine super Aktion von Höffner, die wir nicht versäumen sollten.

# Höffner®

Wo Wohnen wenig kostet!

# MESSE

# NEUHEITEN



**+19%**  
MWST. GESCHENKT  
Für Karteninhaber auf Artikel der Abteilungen Haushalt, Geschenke, Bettwaren, Gardinen, Leuchten & Teppiche

**20%**  
**HÖFFNER-RABATT**  
AUF MÖBEL, KÜCHEN & MATRATZEN

**20%**  
**MESSE-RABATT**  
AUF MÖBEL, KÜCHEN & MATRATZEN

Höffner Möbelgesellschaft GmbH & Co. KG • Ludwig-Koch-Straße 3 • 81249 München • Tel. 089 / 85793-02

www.hoeffner.de • www.facebook.com/Moebel.Hoeffner • Öffnungszeiten: Mo-Fr von 10-20 Uhr; Sa von 9:30-20 Uhr

R1) Alle an der Aktion teilnehmenden Artikel werden im Aktionszeitraum am Artikel, im Online Shop und in den Prospektbeilagen bereits reduziert angezeigt und gekennzeichnet. Aktuelle Prospekte sind unter www.hoeffner.de einzusehen. Kundenkartensofortrabatt ist bereits enthalten. Ausgenommen von dieser Rabattaktion sind alle Artikel aus der Elektroabteilung, Kaufgutscheine und Bücher. Weiterhin ausgenommen sind bereits anderweitig reduzierte Möbel, Küchen und Matratzen, im Prospekt angegebene Werbepartikel oder als Dauertiefpreis gekennzeichnete Artikel. Der angegebene Rabatt entspricht einer Gesamtminderung von 36% des jeweiligen Basispreises, der außerhalb von Aktionszeiträumen gefordert wird, zuletzt bis zum 24.12.2019. Die Rabattaktion ist gültig bis einschließlich 28.01.2020. Nicht mit anderen Rabatten oder Rabattaktionen kombinierbar. Barauszahlungen sind nicht möglich. Gültig für Neukäufe. R2) Bei Ihrem Einkauf gewährt Ihnen Höffner nach Vorlage Ihrer Höffner-Kundenkarte einen Rabatt in Höhe des ausgewiesenen Preises der an der Aktion teilnehmenden Artikel anfallen würde. Der Mehrwertsteueranteil entspricht einer Minderung von 15,96% des jeweiligen Kaufpreises. Allerdings kann Höffner aus gesetzlichen Gründen dem Kunden nicht die Mehrwertsteuer als solche erlassen, daher wird weiterhin eine Mehrwertsteuer ausgewiesen, jedoch bezieht sich diese auf einen entsprechend reduzierten Betrag. Der Kunde ist nicht berechtigt, die Erstattung des ausgewiesenen Mehrwertsteueranteils zu verlangen. Alle an der Aktion teilnehmenden Artikel werden im Aktionszeitraum gekennzeichnet. Ausgenommen von dieser Rabattaktion sind Möbel, Küchen, Matratzen, alle Artikel aus der Elektroabteilung (nicht ausgenommen sind Leuchten), Kaufgutscheine und Bücher. Weiterhin ausgenommen sind Artikel der Marken Leonardo, ASA Selection, Silit, WMF, Lifetime, Leifheit, Joop und als Dauertiefpreis gekennzeichnete Artikel. Die Rabattaktion ist gültig bis einschließlich 21.01.2020. Nicht mit anderen Rabatten oder Rabattaktionen kombinierbar. Barauszahlungen sind nicht möglich. Gültig für Neukäufe. Alle Preise in Prospekten sind Endpreise. Aktuelle Prospekte sind unter www.hoeffner.de einzusehen.



## Klares Signal

Die Laimer wünschen sich eine Fußgängerrampe für die Landsberger Str. zur Friedenheimer Brücke.

## Tag der offenen Tür bei easylife ein voller Erfolg!

Thema: Gefahr aus dem Bauch

### Großer Besucher-Andrang am letzten Samstag in München zur Bauchfettmessung

Bereits kurz vor 10 Uhr stürmten die Ersten beim Tag der offenen Tür am letzten Samstag die easylife-Zentren in München in der Rosa-Bavarese-Str. 1. Größtes Interesse hatten die Besucher an den Bauchfettmessungen gezeigt. Denn die bislang geläufige Ermittlung des Bauchfetts durch Bauchumfang messen ist oftmals eine geschätzte Analyse. Mit spezieller Medizintechnik wird bei easylife eine genaue aussagekräftige Messung angeboten. Besonders Schlanke waren erstaunt, dass bei relativ geringem Übergewicht viel Bauchfett vorhanden war.

Das Bauchfett erhöht das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall, kann aber auch Ursache für Diabetes und Krebserkrankungen sein. Auch schadet dieses Fett der Potenz. Gefährlich ist nicht der dicke Bauch an sich, sondern das Fett, das die inneren Organe umgibt – das innere Bauchfett. Dieses lagert sich zum Beispiel rund um Darm, Leber oder Magen ab. Das Bauchfett produziert



Bild: Easylife

außerdem Hormone, die Blutdruck, Blutzuckerwerte und Blutzucker erhöhen. Bei einer individuellen Beratung werden die Interessenten aufgeklärt, wieviel Zeit sie investieren müssten, bis das gefährliche Bauchfett wieder im normalen

Bereich ist. Der Ansatz ist, herauszufinden, welche Punkte zum Übergewicht des Einzelnen geführt haben. Die Gründe können vielseitig sein: hormonelle Schwierigkeiten, falsche Essgewohnheiten, Medikamente wie Cortison, Narkosemittel bei einer OP,

Rauchentwöhnung oder Veranstaltung. Das ganzheitliche Programm bei easylife wird ärztlich begleitet. Dabei wird sorgsam auf individuelle Verträglichkeiten und Besonderheiten geachtet. Im Gegensatz zu vielen anderen Abnehmkonzepten belegt Frank Kechele auch die erstaunlichen Erfolge. Befragte Teilnehmer zeigen sich oft selbst überrascht, wie gut und nachhaltig easylife geholfen hat und gute Laune zurückgebracht hat. Die Einfachheit begeistert selbst solche, die sehr unter Stress stehen. Gemeinsam mit unseren Ärzten und Abnehm-Experten fällt plötzlich das, was bisher undenkbar war, leicht.

Nach dem easylife-Motto: „Abnehmen ist Teamwork“ wird Abnehmen leicht gemacht! Wer sich bis zum 27. Januar 2020 zu einer Bauchfettmessung mit ausführlicher individueller Beratung telefonisch oder per E-Mail anmeldet, erhält diese Bauchfettmessung mit Beratung zum Sonderpreis von 29,- EUR. Einfach Termin vereinbaren. Für München Laim: E-Mail: muenchen@easylife.de oder Tel.: 089 – 93 00 36 60

## Bürgerwunsch unterstützt



Laim · An der Ecke Landsberger Straße/Eisenheimerstraße wurde monatelang gebaut und das neue Geschäftshaus ist längst bezogen. Jedoch wurde „die Gehsteigoberfläche nach der Fertigstellung der Bauarbeiten nicht wieder in Originalzustand gebracht“, beschwert sich ein Laimer Bürger beim Bezirksausschuss Laim (BA 25). Seit langem wird im Stadtbezirk beklagt, dass der Bürgersteig nicht in Ordnung gebracht wurde. Der BA Laim nimmt das Bürgeranliegen nun zum Anlass, um noch einmal beim Baureferat nachfassen. „Wir sollten zudem darauf hinweisen, dass vor allem jetzt bei Nässe und Kälte Rutschgefahr besteht“, erklärt Lukas Köhler (FDP), Bundestagsabgeordneter und BA-Mitglied in Laim. Auch will das Gremium den Vorschlag von Alexander Schöttl (CSU) vorbringen und nach der seit Jahren beantragten Fußgängerampel an der Stelle fragen. kö / Bild: kö

## sonnenklar.TV viel. mehr. urlaub.



### TV-TIPP

Diese Angebote täglich um 19:15 Uhr

„Schalten Sie ein: Ich präsentiere Ihnen diese Angebote LIVE auf sonnenklar.TV“  
Dirk Löbbing, Moderator



## Kroatien - Insel Hvar

7 Nächte im 4★ LABRANDA Senses mit All Inclusive



**GESCHENKT!**  
DOPPELZIMMER ZUR MEERSEITE  
WERT: ca. € 210,- PRO DZ

TV-Bestellnummer B 214 900  
ab **499,-** p.P.

### INKLUSIVE

- ✓ Flug mit renommiertem Fluggesellschaft nach Split und zurück
- ✓ Kostenlose An- und Abreise zum Flughafen mit ÖPNV und der Dt. Bahn
- ✓ Transfers Flughafen - Hotel - Flughafen
- ✓ 7 Nächte im 4★ Hotel LABRANDA Senses Resort im Doppelzimmer zur Gartenseite
- ✓ Deutsch sprechende Gästebetreuung

### VERPFLEGEUNG: ALL INCLUSIVE

- ✓ Frühstücks-, Mittags- und Abendbuffet
- ✓ Snacks an der Poolbar (12:00 - 17:00 Uhr)
- ✓ Wahlweise Abendessen im Spezialitäten-Restaurant „Trattoria“
- ✓ Lokale alkoholfreie und alkoholische Getränke (10:00 - 24:00 Uhr)

### GESCHENKT!

✓ Upgrade auf Doppelzimmer zur Meerseite  
Wert: € 210,- pro Doppelzimmer

**IHR 4★ LABRANDA SENSES RESORT**  
LAGE: Auf der Insel Hvar, nur wenige Gehminuten vom Strand sowie von der Kleinstadt Vrobska entfernt.  
AUSSTATTUNG: Das ansprechend gestaltete Resort verfügt über kostenloses WLAN, Haupt- und Spezialitäten-Restaurant, Swimmingpool, Poolbar sowie einen Wellness- und Spa-Bereich.

| Preise 2020 pro Person |            |
|------------------------|------------|
| April                  | ab € 499,- |
| Mai                    | ab € 549,- |
| Oktober                | ab € 569,- |
| Juni & September       | ab € 599,- |
| Juli & August          | ab € 799,- |

Abflughäfen: Berlin, Dresden, Düsseldorf, Frankfurt, Hamburg, Hannover, Köln, München, Nürnberg, Stuttgart u.v.m.

**Ihr Poolbereich**  
UNTERBRINGUNG: Die Doppelzimmer zur Meerseite (ca. 19 qm) bieten Dusche/WC, kostenlosen Safe, TV, Klimaanlage und Balkon oder Terrasse.  
WUNSCHLEISTUNGEN p.P./WOCHE:  
• Zuschlag Einzelzimmer: ab € 249,-  
• Verlängerungswoche: ab € 299,-  
• Kinderermäßigung: 100% für 1 Kind bis Ende 11 Jahre (zzgl. Flugzuschlag)

**Unser Tipp: Eigene Anreise**  
Dieses Angebot können Sie auch mit individueller Anreise buchen: ab € 249,- p.P. (7 Nächte) bzw. ab € 499,- p.P. (14 Nächte), jeweils im DZ  
Buchbar unter der Bestellnr.: B 214 906

## Spanien - Fuerteventura

7 Nächte im 4★ Hotel LABRANDA Golden Beach mit All Inclusive



**GESCHENKT!**  
ULTRA ALL INCLUSIVE PAKET  
WERT: € 340,- PRO DZ

TV-Bestellnummer B 215 207  
ab **449,-** p.P.

### INKLUSIVE

- ✓ Flug nach Fuerteventura und zurück
- ✓ Kostenlose An- und Abreise zum Flughafen mit ÖPNV und der Dt. Bahn
- ✓ Transfers Flughafen - Hotel - Flughafen
- ✓ 7 Nächte im 4★ Hotel LABRANDA Golden Beach im DZ mit Meerblick
- ✓ Deutsch sprechende Gästebetreuung

### VERPFLEGEUNG: ALL INCLUSIVE

- ✓ Frühstücks-, Mittags- und Abendbuffet
- ✓ Snacks (12:00 - 17:00 Uhr)
- ✓ Lokale alkoholische und alkoholfreie Getränke (10:00 - 23:00 Uhr)

### GESCHENKT!

✓ Ultra All Inclusive Paket:  
- Alkoholische Markengetränke an ausgewählten Bars von (10:00 - 23:00 Uhr)  
- Minikühlschrank bei Ankunft gefüllt (Softdrinks und Bier)  
- 1 x Barbecue Abendessen pro Aufenthalt  
- Früchte und 1 Flasche Cava bei Anreise  
✓ 1 x Eintritt in den Oasis Park inklusive Transfer!  
Wert: € 410,- pro Doppelzimmer

**IHR 4★ LABRANDA GOLDEN BEACH**  
LAGE: Oberhalb einer Badebucht, ca. 400 m vom Sandstrand der Costa Calma entfernt.  
AUSSTATTUNG: Das Hotel verfügt über kostenloses WLAN, Restaurant, Bars sowie einen Swimmingpool mit Sonnenterrasse.

| Preise 2020 pro Person |            |
|------------------------|------------|
| Februar                | ab € 449,- |
| März                   | ab € 479,- |
| April, Mai & Juni      | ab € 499,- |
| September & Oktober    | ab € 669,- |
| Juli & August          | ab € 699,- |

Abflughäfen: Berlin, Bremen, Dresden, Düsseldorf, Frankfurt, Hamburg, Hannover, Karlsruhe, Kassel, Köln, Leipzig, München, Münster, Nürnberg, Paderborn, Stuttgart

**Ihr 4★ LABRANDA Golden Beach**  
LAGE: Costa Calma  
UNTERBRINGUNG: Die Doppelzimmer mit Meerblick (ca. 28 qm) bieten Bad/WC, Ventilator, Sat-TV, kostenfreies WLAN, Mietsafe, Minikühlschrank und Balkon.

WUNSCHLEISTUNGEN p.P./AUFENTHALT:  
• Zuschlag Einzelzimmer: ab € 199,-  
• Zuschlag Verlängerungswoche: ab € 279,-  
• Kinderpreise (2 - 12 Jahre): ab € 199,-  
Oasis Wildlife  
Eintritt Oasis Park inklusive

DIESE UND WELTWEIT 1.000.000 WEITERE ANGEBOTE  
JETZT BUCHEN:

ONLINE  
www.sonnenklar.TV

TELEFONISCH  
089 - 710 457 874  
täglich 08:00 bis 22:00 Uhr

oder in einem von über 280 sonnenklar.TV Reisebüros

Im TV nicht gefunden? Starten Sie den Senderspruch!

\*Buchbar bis zum 23.01.2020 // Reguluspreis ab 24.01.2020 // # Der Eintritt in den Oasis Park ist im Juli und August nicht inklusive. // sonnenklar.TV ist eine Marke der Eviva Travel GmbH. Reiseveranstalter ist die BigXtra Touristik GmbH (Landsberger Str. 88, 80339 München). Es gelten die Reise- und Zahlungsbedingungen (einschließlich und abwärts) unter bigxtra.de des Veranstalter. Mit Erhalt der Buchungsbestätigung des Veranstalters und Zugang des Reisepreises fällig. Der Rest ist 30 Tage vor Abreise zu leisten. // Sternklassifizierung der Unterbringungen nach Landskategorie. // Für Kroatien gilt: Nicht inklusive: Kurtaxe (vor Ort zu zahlen); ca. € 1,40 p.P./Nacht. // Für Fuerteventura gilt: Das Tragen eines All Inclusive Armbandes ist im Hotel LABRANDA Golden Beach obligatorisch. // Diese Reisen sind im Allgemeinen nicht für Personen mit eingeschränkter Mobilität geeignet.

# Sitzmacher

Das Einrichtungshaus

IN GERETSRIED NORD

erpo  
Sitz. Kultur.

KOINOR

tommy m.  
BY THOMAS MACHALKE

**Wir brauchen viel Platz  
für unsere Landhausabteilung!**

# S BIG SALE

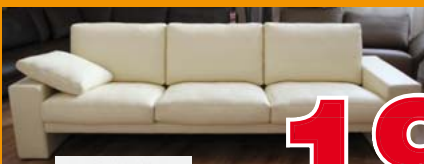


**Leder-  
eckbank**

inkl. Tisch  
statt ~~3930,-~~

jetzt **1299,-\***

\* ohne Hocker



**Sofa** im besten Dickleder  
statt ~~7200,-~~

erpo  
Sitz. Kultur.

jetzt **1900,-**



**Verschiedene  
TV-Sessel** in Leder  
statt ~~2400,-~~

ab **799,-**

WIR SCHENKEN IHNEN  
BIS ZU **78%**  
**PREISRABATT**  
AUF VIELE MARKEN-AUSSTELLUNGSSTÜCKE



Frommholz  
**Funktionsecke**  
in grauem Leder

statt ~~12700,-~~

nur **3999,-**



Made in  
Germany

**Funktionsecke**  
mit 2 Relax-Motoren  
Komfortsitzhöhe 49 cm  
Boxspringsitzkomfort  
statt ~~5270,-~~

jetzt **999,-**

*...eine riesige  
Auswahl an  
Sonderangeboten!*

## Wir suchen das Verbiegetalent

**München** - Seit über 30 Jahren begeistert das Feuerwerk der Turnkunst seine Besucher. Die diesjährige Tournee „OPUS“, die in vielen deutschen Städten zu sehen ist, war mitreißend und absolut einzigartig. Mit einem eigens komponierten Soundtrack begleitet die für das Feuerwerk der Turnkunst zusammengestellte Band „The Red Sox Peppers“ die Weltklasse-Darbietungen der Artisten, Akrobaten und Turner vom ersten bis zum letzten Akkord erstmals vollständig live. Eine energiegeladene Show der Extraklasse im „Vintage-Look“ mit Turnkünsten wie von einem anderen Stern war geboten!

Das Feuerwerk der Turnkunst ist mittlerweile Europas erfolgreichste Turnshow. Das Publikum in der Münchner Olympiahalle war wieder hellaufl begeistert. Und wie jedes Jahr freuten sich die zahlreichen Besucher auch auf den Stand der Münchner Wochenanzeiger: Hier konnten sie ihr persönliches Verbiegetalent unter Beweis stellen. An den vielen Bildern auf diesen Seiten kann man sehen: Es war auch in diesem Jahr einzigartig und überraschend, familiär und spektakulär. Zusätzlich konnten die Turnfreunde am Stand um eine Wochenendreise für zwei Personen würfeln.

**Stimmen Sie ab und gewinnen Sie ein Wellness-Wochenende auf [www.turnkunst.muenchenweit.de](http://www.turnkunst.muenchenweit.de)**



**Die Fotos aller Turner finden Sie auf [www.turnkunst.muenchenweit.de](http://www.turnkunst.muenchenweit.de)**



**Die glücklichen Gewinner des Würfelspiels erhielten am Stand der Münchner Wochenanzeiger einen Gutschein für ein Wellness-Wochenende.**





## Jetzt Rabatt auf Tickets 2021 sichern!

Der Vorverkauf für das nächste Feuerwerk der Turnkunst hat bereits angefangen. Die Tournee heißt „Hard Beat“ und ist in München, am Samstag, 9.1.2021, in der Olympiahalle zu Gast.

Wie dieses Jahr wird es zwei Vorstellungen geben (14.00 und 19.00 Uhr). Tickets sind bereits online unter [www.feuerwerkderturnkunst.de](http://www.feuerwerkderturnkunst.de) erhältlich. Unsere Leser erhalten bei der Onlineservierung mit dem Rabattcode **Wochenanzeiger21** (auf die genaue Schreibweise achten!) 20 Prozent Nachlass auf die Karten.

**WELLNESS-WOCHENENDE** für  
zwei Personen zu gewinnen!

## „Verbiegetalent“ gesucht: Turner und Abstimmer können gewinnen!

Unter allen Publikums-Turnern, die Sie auf diesen Seiten sehen, suchen wir nun das Verbiegetalent 2020, das mit einem Gutschein für einen Wellness-Aufenthalt belohnt wird. Aber auch Sie, liebe Leser, haben die Chance zu gewinnen! Stimmen Sie bis Sonntag, 19. Januar, unter [www.turnkunst.muenchenweit.de](http://www.turnkunst.muenchenweit.de) für ihren Favoriten. Unter allen, die Ihre Stimme abgeben, verlosen wir ebenfalls ein Wellness-Wochenende für zwei Personen!

Eine Aktion der Münchner Wochenanzeiger



Die Gewinner des Wochenanzeiger Meet & Greet inmitten der besten Tumblergruppe Dänemarks „Face-off“. Sie durften mit den Profis im Vorfeld der Show trainieren.



Abstimmen und gewinnen

[www.turnkunst.muenchenweit.de](http://www.turnkunst.muenchenweit.de)



ALLES RUND UM SPORTVEREINE, FITNESS-STUDIOS, SPORTGESCHÄFTE, SPORTSCHULEN

MRS.SPОРTY



HAPPY NEW  
**WIR!**

**FLEXIBLE MITGLIEDSCHAFTEN.  
FLEXIBLE TRAININGSZEITEN.**

Mrs.Sporty München-Laim  
Fürstenrieder Str. 95  
80686 München  
Tel.: 089 21265900  
www.mrssporty.de/club/muenchen-laim

TRAINIERE  
JETZT FÜR  
**20,20€**  
monatlich\*

\*Trainiere die ersten zwei Monate für jeweils nur 20,20 Euro monatlich. Das Angebot gilt beim Abschluss einer Mitgliedschaft bis zum 29.02.2020. Dabei fallen einmalig Kosten für unser Startpaket (max. 129 Euro) und für die Aktivierung der Mitgliedschaft (25 Euro) an. Alle Preise inkl. 19% MwSt.  
Inhaber: Mrs.Sporty München-Laim Nicola Stefani, Fürstenrieder Str.95, 80686 München

www.mrssporty.com

## Mehr Sport und Bewegung im Neuen Jahr

Wir machen Sie fit!

Sind Sie auch mit vielen guten Vorsätzen ins Neue Jahr gestartet? Möchten Sie regelmäßig joggen oder ins Fitnessstudio gehen, Yoga ausprobieren oder bei Zumba Pfunde verlieren? Die meisten unserer guten Vorsätze haben etwas mit der Gesundheit zu tun – und mit dem Wunsch nach mehr Lebensqualität. Schlagen Sie Ihrem inneren Schweinehund ein Schnippchen und setzen Sie Ihre Vorhaben in die Tat um! Wir motivieren Sie dabei und helfen Ihnen, den richtigen Weg zu finden.

### Unsere Tipps für mehr Bewegung im Alltag

#### Morgens:

- 15-20 Minuten Frühsport (bei wenig Zeit: Kniebeugen beim Zähneputzen)
- Treppen statt Fahrstuhl nutzen
- Zur Arbeit radeln

#### Tagsüber:

- Kollegen am Arbeitsplatz besuchen anstatt zu mailen oder anzurufen
- Öfter aufstehen, um Ausdrucke aus dem Drucker zu holen
- Abwechselnd im Sitzen und Stehen arbeiten („Sitzen ist das neue Rauchen!“)

- Im Stehen telefonieren oder einfach mal dabei herumlaufen
- In der Mittagspause spazieren gehen
- Besorgungen zu Fuß oder mit dem Rad erledigen

#### Abends:

- Eine Station früher aus Bus oder Bahn aussteigen und den Rest des Heimwegs laufen
- Zum Sport oder in den Tanzkurs gehen
- Zu Hause sporteln, z.B. auf dem Hometrainer
- Zu Hause Lieblingsmusik einlegen und mittanzen
- Abendspaziergang machen anstatt fernzusehen oder im Internet zu surfen

#### Am Wochenende:

- Zum Alpin-Skifahren, Snowboarding oder Eislaufen gehen
- Skilanglauf ausprobieren
- Fernseher, Computer und Smartphone für ein paar Stunden ausschalten
- Lange Spaziergänge oder mehrstündige Wanderungen machen
- Im Fitness Center oder Schwimmbad trainieren
- Abends zum Tanzen gehen.

Jeder

**2**

■ Erwachsene hat Rückenbeschwerden.

Das Kieser-Rückenprogramm hilft. Jetzt anmelden!

Gemäß einer Studie des Robert Koch-Instituts leidet jeder zweite Erwachsene an Rückenbeschwerden. Und das ist oftmals eine reine Kraftfrage. Effizientes Training an spezialisierten Maschinen, die Ihre Muskeln gezielt und isoliert kräftigen, bringen schon in 2x 30 Minuten pro Woche Ihren Rücken auf Vordermann.

**Kieser Training München-Neuhausen**  
Arnulfstraße 205  
Telefon (089) 123 98 00

**Kieser Training München-Pasing**  
Landsberger Straße 404  
Telefon (089) 820 879 30

8x in München | [kieser-training.de/ruecken](http://kieser-training.de/ruecken)

**KIESER  
TRAINING**

JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER

AKTION BIS 31.01  
**149 EURO  
SPAREN\***

\* Gilt für Neukunden bei Abschluss eines Abos bis 31.01.2020. Nur in teilnehmenden Studios.





ALLES RUND UM SPORTVEREINE, ...

## Ausgleichsgymnastik

**Obermenzing** • Der Kneippverein München organisiert jeden Montag von 18 bis 19 Uhr im Gymnasium Obermenzing (Freseniusstr. 47) einen Kurs in Ausgleichsgymnastik. Die Kosten betragen für zehn Kurstage 50 Euro, Mitglieder des Kneippvereins München zahlen 25 Euro. Weitere Informationen erhält man unter Tel. 0174-8199302. **red**



## NORDIC-WALKING im Westpark

Freude an der Bewegung im Freien, Steigerung der allgemeinen Fitness, Stressabbau, Gewichtsreduzierung und noch viel mehr – das bietet Nordic-Walking.

**Montag 09:30 – 10:30 Uhr**

**Donnerstag 09:30 – 10:30 Uhr**

Für Anfänger zum Lernen der richtigen Technik sowie für Fortgeschrittene  
Einstieg jederzeit möglich

**Treffpunkt:** Westpark –  
Ecke Nebelhornstraße, Pfrontener Platz

**Info und Anmeldung:**

**0 89 / 5 70 62 82 oder 0 89 / 56 44 70**

Das gesamte Sportprogramm finden Sie auf  
**www.muenchner-gesundheitssport.de**

## Tanz-Nachmittage für die ältere Generation

**Westkreuz** • „Jeder, der Freude am Tanzen hat, ist herzlich willkommen – Hauptsache Ü60.“ Unter diesem Motto stehen die „Geplegten Tanz-Nachmittage“ des „Tanzprojekt Wolff“. Jeden Dienstag können Tanzbegeisterte von 14 bis 15.30 Uhr das Tanzbein schwingen. Das Musikangebot umfasst sowohl alle Standard- und Lateintänze, als auch Linedance, Discofox und schwungvolle Polkas. Rebecca und Lupo Wolff, ein jung gebliebenes Turniertanz-Paar – ebenfalls Ü60, begleiten die Besucher charmant durch den Nachmittag. Wer sein Tanzen noch verfeinern möchte, holt sich einfach Hilfe bei Rebecca und Lupo. Oftmals sind es nur Kleinigkeiten – und schon sieht das Tanzen gleich viel besser aus. Das „Tanzprojekt Wolff“ lädt zum kostenlosen Schnuppertag am Dienstag, 21. Januar, von 14 bis 15.30 Uhr in die Räume des TTC München (Stockacher Straße 9, II. Etage, im Haus des Bayerischen Fliesenhandels) ein. Weitere Infos gibt es unter Tel. (089) 820109-24. **red**

# Gesundheit aktuell



Wochenanzeiger  
**SPEZIAL**

17

## Alten-/ Krankenpflege

**Zertifizierte, med. Fußpflege / Frisörmeisterin** kommt ins Haus. Telefon: 0175/4438944 oder 089/64167564

**24-Stundenpflege** Altenpfleger/in für Demenzbetreuung alter Dame in M-Solln gesucht. Exzellentes Deutsch. Festanstellung, T. 0171/7022964

## Gesundheit

**Energie & Körper**, T. 6922524

**Hypnose-Coaching** hilft bei Rauchtentwöhnung, Gewichtsreduz., Selbstbewusstsein, Stress...  
www.hypnose-coaching.bayern

**Energiearbeit**, T. 089/7555891

**Vital Massage: 089/13928513**

**SIND SIE KRANK EINSAM ODER HILFSBEDÜRFTIG.** Brauchen Sie Hilfe o. Gesellschaft?  
www.die-gesellschafterin.info

**Allergien-Test** und Therapie, P. Donntert, Heilpraktikerin, T. 089-33983937; 0176-29759040



**Ihr professioneller Werbepartner rund ums Thema Gesundheit!**

Telefon 089/546 55-159  
Angelika Bräutigam



**Sonntag, 19. Jan. 2020**

**Laim Hahnen-Apotheke**  
Fürstenrieder Str. 65  
Tel.: 089/56 34 30

**Laim Blumenau-Apotheke**  
Terofalstr. 4  
Tel.: 089/70 19 51

**Neuhausen Tobias-Apotheke**  
Leonrodstr. 69  
Tel.: 089/18 57 12

**Obermenzing Blütenburg-Apotheke**  
Verdistr. 119  
Tel.: 089/8 11 23 62



**dr. med. dent. gotthard wiedemann**  
zahnarztpraxis

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.  
Telefon 089.814 49 48  
Pfettenstraße 3, 81247 München



Dr. med. Stefanie Müller-Schunk  
Radiologie/Neuroradiologie

Nymphenburger Str. 1 • 80335 München  
Tel: 089/ 54 34 30 35-0 • Fax 089/ 54 34 30 35 30  
info@rzas.de • www.rzas.de

## Babys der Woche



**Silas**  
Geburtsdatum: 8.1.2020  
Uhrzeit: 11:30 Uhr  
Gewicht: 4450 gr.  
Größe: 54 cm



**Maximilian**  
Geburtsdatum: 9.1.2020  
Uhrzeit: 2:00 Uhr  
Gewicht: 3275 gr.  
Größe: 54 cm



**Daniela**  
Geburtsdatum: 9.1.2020  
Uhrzeit: 03:35 Uhr  
Gewicht: 3130 gr.  
Größe: 50 cm

**Wir suchen noch einen Babyfotograf m/w**

(auch für Quereinsteiger geeignet)

Kontakt: Linda Kramer  
Photographie  
Telefon: 0170/9633694  
E-Mail:  
mail@lindakramer.de

**Helios Klinikum München West**  
Steinerweg 5 | 81241 München | T (089) 88 92-2329  
geburtshilfe.muenchen-west@helios-gesundheit.de  
www.helios-gesundheit.de/muenchen-west



www.helios-gesundheit.de

# Gesundheit aktuell



## BLASENENTZÜNDUNG - KÖRPER WARM HALTEN!

Eine Blasenentzündung ist unangenehm. Wichtig ist viel zu trinken und den Körper warm zu halten. Bei einer Blasenentzündung sollte unbedingt ein Arzt aufgesucht werden. Eine Behandlung mit einem Antibiotika sollte unbedingt auf Anweisung eines Arztes eingenommen werden. Ein vorzeitiges Absetzen des Medikaments kann die Erreger resistent machen und die Erfolgsaussichten einer Heilung in Frage stellen. Sollten sich nach oder während einer Blasenentzündung noch Schmerzen in der Nierengegend und Fieber einstellen, so könnten die Krankheitserreger gewandert sein und eine Entzündung der oberen Harnwege die Folge sein. In diesem Fall ist unbedingt ein weiterer Arztbesuch erforderlich. Frauen die häufiger an einer Blase-

senentzündung leiden, sollten auf besondere Verhütungsmittel wie z. B. Spermiziden und Intimsprays verzichten, da diese eine Entstehung einer Blasenkrankung begünstigen.  
Quelle: Gesundheit aktuell

## FIEBER UND DIE FOLGEN

Eine Körpertemperatur über 38 Grad Celsius bezeichnet man als Fieber. Die Temperatur wird mit einem Fieberthermometer im Enddarm oder unter der Achselhöhle, im Ohr oder unter der Zunge im Mund gemessen. Die Wärmeregulation wird im Gehirn zentral gesteuert und wird durch eine direkte Reizung der dortigen Nervenzellen oder durch fiebererzeugende Stoffe (sog. Pyrogene) ausgelöst. Ein Anstieg der Körpertemperatur äußert sich auch mit einem schnellen Puls, Schweißausbrüchen, gesteigerter Atmung,

glänzenden Augen, warmer - teils roter, teils blasser - Haut, trockener und belegter Zunge, Durst und Appetitlosigkeit. Es kann zu Schwindel, Wahrnehmungsstörungen und Verwirrtheit kommen. Auch Fieberkrämpfe sind möglich. Um Fieber zu senken, können fieber- und entzündungshemmende Schmerzmittel (z. B. Acetylsalicylsäure, Ibuprofen) zur Behandlung eingesetzt werden. Aber auch kalte Wadenwickel haben sich bewährt. Wichtig ist es auch, viel Flüssigkeit zu sich zu nehmen, da der Körper, gerade wenn mehr geschwitzt wird, auf eine höhere Flüssigkeitszufuhr angewiesen ist. Dabei werden z.B. Wasser, Kräuter- oder Früchtetees und Fruchtsaftchorlen empfohlen. Sind bakterielle Infekte Schuld am Fieber, werden in der Regel Antibiotika verordnet. Auf jeden Fall sollte für eine weitere Behandlung ein Arzt aufgesucht werden.  
Quelle: Gesundheit aktuell

## ZUVIEL FERNSEHEN MACHT KLEINKINDER- DER AGGRESSIV

Zu viel fernsehen macht schon Kleinkinder aggressiv. Durch ein zu langes vor dem TV sitzen werden soziale Aspekte in Familien vernachlässigt. Gemeinsame Mahlzeiten finden gar nicht oder nur verkürzt statt oder eine direkte Beschäftigung der Kinder durch die Eltern wird nicht wahrgenommen. Bei der Untersuchung von Dreijährigen haben Forscher festgestellt, dass 65 Prozent der Kinder durchschnittlich zwei Stunden am Tag fernsehen. Zusätzlich sind sie täglich im Durchschnitt über fünf Stunden einer passiven TV-Berieselung ausgesetzt, weil andere Familienmitglieder das Medium nutzen. All dies kann schon bei Kleinkindern zu aggressivem Verhalten führen.  
Quelle: Gesundheit aktuell

## » Im Gespräch mit Ihnen! « Gesundheitsvorträge in der **Wolfart Klinik**

### „SCHLANK DURCH OP?“

Wenn Diäten nicht mehr helfen - Chancen und Risiken der Übergewichtschirurgie

**Eintritt frei**

**Donnerstag, 23.01.2020, 19.00 - 20.00 Uhr**

Der Vortrag findet im Adipositaszentrum der WolfartKlinik statt.  
Ruffinallee 17 · 82166 Gräfelfing · [www.adipositas-muenchen.de](http://www.adipositas-muenchen.de)



Dr. med. Min Seop-Son

**Die Gründe für starkes Übergewicht sind vielfältig.** Kaum einer kennt und versteht die Hindernisse von übergewichtigen Menschen im Alltag.

**Jede erfolglose Diät führt zu einem unglücklicheren Leben - häufig in Verbindung mit Bluthochdruck, Diabetes oder Fettstoffwechselstörungen.** Adipositas bedarf damit einer qualifizierten Therapie. Die operative Magenverkleinerung kann keine allgemeingültige Methode

zum Abnehmen sein, aber sie kann für stark Übergewichtige eine Chance zu einem normaleren Leben sein.

**Wir beantworten alle Ihre Fragen zu Therapiemöglichkeiten bei starkem Übergewicht und erklären, wie die Adipositas-Chirurgie funktioniert.**

Im Gespräch mit Ihnen:

Der Spezialist Dr. med. Son, Allgemeinchirurgie und Adipositaschirurgie in der WolfartKlinik

# Unsere aktuellen Angebote

Gültig vom 01. bis zum 31. Januar 2020.



## Produkt des Monats

**GeloMyrtol® forte** | Pohl-Boskamp

60 magensaftresistente Weichkapseln | Myrtol.  
Zur Behandlung von akuter und chronischer Bronchitis sowie Entzündungen der Nasennebenhöhlen.



**19,95 €**  
~~27,30 €~~ \*\*

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

**Almased Vitalkost** | Almased Wellness

500 g Pulver | Eiweiße, Enzyme.  
Optimiert den Stoffwechsel, erhöht die Fettverbrennung und stärkt das Immunsystem.\* \*\*



**16,95 €**

~~21,79 €~~ \*\* 3,39 € / 100 g

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

**Gripp-Heel® Tabletten**

Biologische Heilmittel Heel GmbH

100 Tabletten | Aconitum, Lachesis, Eupatorium, Phosphorus, Magnesiumstearat.  
Zur Anwendung bei grippalen Infekten.\*



**16,95 €**

~~20,85 €~~ \*\*

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

**ESPRICO® 1x1** | Engelhard

30 x 4 ml Suspension  
Omega 3 & Omega 6 Fettsäuren, Magnesium, Zink.  
Ergänzende bilanzierte Diät zur Behandlung von AD(H)S, das mit Lernstörungen und Konzentrationsproblemen einhergeht.\*



**22,95 €**

~~28,50 €~~ \*\* 19,13 € / 100 ml

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

**Wick DayNait** | Procter & Gamble GmbH

16 Filmtabletten | Paracetamol, Pseudoephedrinhydrochlorid, Diphenhydraminhydrochlorid.  
Effektive Linderung der Erkältungssymptome am Tag und in der Nacht.\*



**9,95 €**

~~12,99 €~~ \*\*

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Schmeissen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgezeichnet.

**La Roche-Posay Toleriane** | L'Oréal Deutschland GmbH

40 ml Creme | Thermalwasser, Butyrospermum Parkii Butter, Shea Butter.  
Beruhigende, schützende Feuchtigkeitspflege, speziell für leicht reizbare, empfindliche und trockene Haut.  
Ohne Duftstoffe oder Alkohol.\*



**12,95 €**

~~16,90 €~~ \*\* 32,38 € / 100 ml

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

**Nicorette® 4 mg freshmint** | Johnson & Johnson

30 Kaugummis | Nicotin.  
Zur Behandlung der Tabakabhängigkeit durch Linderung der Entzugserscheinungen.\*



**9,95 €**

~~14,28 €~~ \*\*

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

**Bronchicum® Elixir** | MCM Klosterfrau

100 ml Flüssigkeit | Fluidextrakte aus Thymiankraut und Primelwurzel.  
Zur Anwendung bei Husten und akuter Bronchitis.  
Löst den festsetzenden Schleim und Hustenreiz.  
Lindert Entzündungen der Bronchien.\*



**6,95 €**

~~8,85 €~~ \*\* 6,95 € / 100 ml

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

**Pure Encapsulations® Magnesium**

pro medico GmbH  
90 Kapseln | Magnesiumcitrat.  
Zum Ausgleich vermehrter Magnesiumverluste, zur Unterstützung des Energiestoffwechsels sowie Deckung eines erhöhten Magnesiumbedarfs.\* \*\*



**20,95 €**

~~26,90 €~~ \*\*

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

**Avène Cleanance Express-Reinigungslotion**

Pierre Fabre  
400 ml | Avène Thermalwasser, Monolaurin.  
Ohne Alkohol und Parabene.  
Klärende Reinigung und Make-up-Entfernung ohne Abspülen. Entfernt selbst wasserfestes Make-up.\*



**12,95 €**

~~16,90 €~~ \*\* 3,24 € / 100 ml

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

## Januar - Coupon:

Ab einem Einkaufswert von 25,- Euro erhalten Sie

**20% Rabatt**  
auf einen Artikel Ihrer Wahl!

\* Nur ein Coupon pro Kunde/pro Einkauf. Nicht gültig für rezeptpflichtige Medikamente, Angebotartikel und für Zuzahlungen. Nicht mit anderen Angeboten kombinierbar. Keine Barauszahlung.

**Kurfürsten-Apotheke**  
Germering

Dr. Sebastian Baehs e.K.



**Kurfürsten-Apotheke**  
Kurfürstenstraße 6 | 82170 Germering  
Tel.: 089 / 89 424 50 | Fax: 089 / 89 424 513  
[www.kurfuerstenapotheke-germering.de](http://www.kurfuerstenapotheke-germering.de)

\* Auszug aus dem Beipackzettel.  
\*\* Vorheriger Verkaufspreis in unserer Apotheke.  
\*\*\* Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung verwendet werden. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise. Die empfohlene tägliche Verzehrmenge sollte nicht überschritten werden. Bitte das Produkt außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.  
1 Nicht gültig auf rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen oder bereits reduzierte Artikel/Sonderangebote.  
Umfassende Informationen erhalten Sie auf Wunsch von unserem Personal. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Artikel können ähnlich der Abbildung sein. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Für Inhalt und Druckfehler keine Haftung. Nur solange der Vorrat reicht!





**Experten aller Branchen**  
Hier finden Sie Maler und Fliesenleger,  
Schreiner und Sanitärbetriebe und mehr.

**Bodenbeläge**

**JK-Fliesen**  
Fliesen-, Platten-, Mosaikverlegung  
Telefon 0176/23 23 62 46  
Badsanierung auch barrierefrei  
alles aus einer Hand!

**Fliesenverlegung und Sanierungsarbeiten**  
- günstig, Firma -  
Telefon 089/8564 14 11  
oder 0178/777 00 54

**Buchshop**

**Lieben Sie Bücher?**  
*Wir auch!*  
Werbe-Spiegel „Buch-Shop“  
Fürstenrieder Str. 7 - 11 - 80687 München  
Telefon 089/54 65 55

**Bürotechnik**

**RUSTLER**  
Bürosysteme GmbH  
Kopierer, Drucker, Faxgeräte, Kopierpapier  
Telefon 089/78 46 47  
www.rustler.de - Fax 089/78 46 49

**Dacharbeiten**

**H. Schubert Spenglerei/Bedachungen**  
- Steildach/Flachdach  
- Dachfenster/Abdichtungstechnik  
- Dachrinnenreinigung  
www.schubert-dach.com  
Tel. 089/70 06 66 56 - Fax 089/70 06 59 77

**Dachdeckermeister N. Zinth**  
Dachreparatur, Sanierung  
Neudeckung, Spenglerei  
80689 München  
089/30001181

**Heizung/Sanitär**

**BAD & HEIZUNG VEHLOW**  
Bäder komplett - Gas - Wasser - Heizung  
Reparatur - Wartung - Altbausanierung  
Einbau von Gasherzungen - Kundendienst  
Telefon 88 30 73 Rohrreinigung  
www.der-baedermacher.de  
info@der-baedermacher.de

**KFZ-Sachverständiger**

**KFZ-Sachverständiger Dirk Steffen**  
Zertifiziert und unabhängig,  
Haftpflichtgutachten für Geschädigte  
kostenlos! Oldtimergutachten,  
Wertgutachten.  
Tel.: 08141/308 90 06  
Mobil: 0172/1 60 26 12  
www.ds-sachverstand.de

**Malerarbeiten**

**THOMAS SCHERMER**  
**Maler- u. Lackiermeister**  
• schnell - preiswert  
• zuverlässig  
**Seniorenservice**  
• Aus- u. Einräumen  
• Fassadenrenovierung  
Tel. 8342463 u. 0177/8342463

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

**Malereibetrieb**  
übernimmt sämtliche Maler- und  
Tapezierarbeiten, Fassadenanstriche  
und Treppenhäuser.  
Firma E. Merath, Telefon 8 41 50 82

**Alle Stadtteile. Alle Themen. Alle News.**  
• muenchenweit.de •

**Polstermöbel**

**Welzmilller**  
IHR BEWAHRTER FACHBETRIEB  
ZUM POLSTERMÖBEL-NEUBEZUG  
fachmännisch innerh. 1 Woche  
Fürstenrieder Str. 94 im Hof  
Tel. 56 03 53  
www.welzmilller-raumgestaltung.de

**Raumausstattung**

**fischer RAUM-AUSSTATTUNG**  
Fürstenrieder Str. 33  
80686 München  
Tel. 0 89 / 56 54 29

Polsterei - Bodenbeläge  
Sonnenschutz - Gardinen  
Nähatelier - Tapeten  
Möbel beziehen zum Festpreis  
www.fischer-raumausstattung.de

**Renovierung & Sanierung**

**Erfahrener Schreiner/Maurer**  
renoviert Ihr Haus/Wohnung.  
Telefon: 01 52/22563568

**Alles aus einer Hand**  
Parkett, Laminat, Fliesen,  
Renovierungen aller Art.  
Komme sofort! Fa. Karcz  
Tel.: 0152/2701 9833

**PROSPEKT-VERTEILUNG**

**Professionelle Prospektverteilung**  
regional und bundesweit möglich.  
Qualität muss nicht teuer sein!  
Herr Werner:  
Telefon 089/45 24 36 44

**Renovierung & Sanierung**

**PB Projekt Bau GmbH:**  
• Bodenbelagsarbeiten  
• Fenster, Türen  
• Vollwärmeschutz  
• Putzsanierung  
• Malerarbeiten aller Art  
• Trockenbauarbeiten  
• Elektroarbeiten  
• Fliesenarbeiten u. v. m.  
Telefon 0170/8956599

**DACHGESCHOSS-AUSBAU**  
NUTZEN SIE IHR UNBEBAUTES  
DACHGESCHOSS FÜR NEUEN  
SCHNITZRAUM  
INFO@DG-AUSBAU-MÜNCHEN.DE  
WWW.DG-AUSBAU-MÜNCHEN.DE

**Umzüge**

**Umzüge Stelzer**  
• Privat-/Büroumzüge  
• Seniorenumzüge  
• Entrümpelungen  
• Möbelauslagerungen  
Wir freuen uns auf Ihren Anruf!  
089-58 09 04 25  
www.a-z-transporte.de

**Möbelspedition**  
Umzüge, Schwer- und Kleintransporte  
In- und Ausland  
Telefon 089 / 51 26 45 78 oder  
0172 / 8 40 83 83  
info@neuhäuser-umzugsprofi.de

**Garage undicht? HeMi**  
Dachdeckerei & Spenglerei  
Meisterbetrieb  
Telefon (08142) 3058544

**Fenster & Türen**

**KuFe Fenster & Türen**  
Herstellung - Montage - Service  
Tel. 08105/2741-0

**Fernsehdienst**

**Ihre Top-Adresse für Kundendienst & Service**  
TV - HiFi - Haushalt  
Komplettservice und faire Preise  
**Radio-Stöckle**  
Walter Stöckle - Inh. Hans Barth e.K.  
Mü.-Laim, Fürstenrieder Str. 100  
T 089 56 44 34, www.radio-stoeckle.de

**Garten- und Landschaftsbau**

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

## Handwerker

**Dachgeschossausbau!** Nutzen Sie Ihr ungebrauchtes Dachgeschoss für neuen Wohnraum  
www.dg-ausbau-münchen.de

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

**Fachbetrieb übern. günstig** Asphaltierungs-, Pflaster- u. Gartenarbeiten. Tel. 0171/6700003

**Küche-Ab/Aufbau,** T. 62271485

**Dachdeckermeister:** Reparatur, Neudeckung, Spenglerei, Sanierung. MUC, Tel. 089/30001181

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

**Garage undicht?** HeMi Dachdeckerei & Spenglerei, Meisterbetrieb. Tel. 08142/3058544

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

**DACHRINNENREINIGUNG, DACHARBEITEN,** Arbeitsbühnen, Spengler- / Zimmerer- / Maurer- / Fassaden- / Malerarbeiten, Firma Bogenrieder, Tel. 0170/3018836

**Älterer Malermeister** übernimmt sämtliche Maler u. Renovierarbeiten zu sehr günstigen Preisen sauber korrekt zuverlässig, Telefon: 0172/8919782

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

**ABBRUCH - Bagger - Erdarbeiten,** Abwasser- u. Sickergrubenbau, Kanalsanierung, Firma Bogenrieder, Tel. 0170/3018836

**F. Lehmann Malermeister & Söhne** Familienbetriebe. Tel. 584008

**Fliesenleger übernimmt** schnell u. preiswert sämtliche Verlege- u. Abbrucharbeiten, Fa. Tel. 0172/9692274

**Marmund-Marmor u. Granit,** Fensterbänke, kurzfristig - alles für den Bau! Tel. 089/750224, www.marmund-marmor.de

**Malerbetrieb Melzer** sämtliche Arbeit, preiswert/sauber, Angeb. kostenl., Tel. 089/74500469 oder 0178/1603662

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

**Dachdeckerei & Spenglerei**  
Meisterbetrieb  
Krautgartenweg 15 a  
81245 München  
Tel. 089/8 63 11 11  
kontakt@dach-strobl.de  
www.dach-strobl.de

Fachbetrieb übernimmt günstig  
**Asphaltierungs-, Pflaster- und Gartenarbeiten.**  
Telefon 0171 / 6 70 00 03

**Spenglerei/Bedachungen** Steildach, Flachdach, Dachfenster, Dachrinnenreinigung, Tel: 089/70066656, schubert-dach.com

**ZIMMERMANN, Holz & Bautenschutz,** Reinigungsarbeiten - Instandhaltung, Holz, Fassade, Terrasse, Hof, Tel. 089/38465341

**Parkett, Laminat, Fliesen,** Renovierungen aller Art. Firma Karcz, Telefon: 0152/27019833

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

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

**Malermeister** übernimmt sämtliche Malerarbeiten, Wohnungen, Treppenhäuser, Neubau, für Fassaden eigenes Gerüst, Firma M. Werner Tel.: 08166/995654 oder 0178/3319254

**Parkett, Laminat, Vinyl,** Parkett schleifen u. vieles mehr, Firma: M. Stein, T. 0174/479890

## Der Ton macht die Stimmung

Die richtige Farbe an der Wand fördert die Produktivität im Home-Office

(HLC) Wer von zu Hause aus arbeitet, freut sich über mehr Flexibilität und eine bessere Vereinbarung von Berufs- und Privatleben. Bei der Gestaltung des Home-Office gibt es hilfreiche Tipps und Tricks: Neben gesundheitsfördernden Maßnahmen wie einer ausreichenden Beleuchtung und ergonomischen Sitzmöglichkeiten lohnt sich ein Blick auf die Farbpsychologie, da manche Töne regelrechte Konzentrationsbeschleuniger sind. So sorgen Wandfarben dafür, dass sich die Atmosphäre am Schreibtisch deutlich verbessert. Wer es eingeräumt mag, fühlt sich umgeben von dezenten Grautönen wohl, da sie den Raum optisch strukturieren und nicht ablenken. Grünnuancen haben eine vitalisierende Wirkung, beruhigen und lindern das persönliche Stressempfinden.

Wer etwas Anschub braucht und manchmal zum Trödeln neigt, profitiert sehr von Gelb- und Orangenuancen. Sie regen den Geist an und machen gute Laune. Grundsätzlich muss aber nicht immer gleich zur großen Farbrole gegriffen werden. Selbst kleine Tupfer setzen bereits positive Impulse und beeinflussen die Raumwirkung.



Wer sein Home-Office einrichtet, kann sich bei der Wandfarbe auch für Kombinationen entscheiden.  
Foto: HLC/Alpina





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

## Fensteraustausch lohnt sich energetisch

(spp-o) Alte Fenster gegen Fenster mit Wärmeschutzverglasung auszutauschen, da ihr Energieeinsparpotenzial hoch ist, rät die Energieberatung der Verbraucherzentrale. Beim Austausch alter Fenster mit Isolierverglasungen gegen Neue mit 3-fach-Wärmeschutzverglasungen kann der Wärmeverlust der Fenster um mehr als 60 Prozent reduziert werden. Anteilig können so typischer Weise 10 bis 20 Prozent Heizkosten eingespart werden. Zusätzlich werden die Räume behaglicher, da die Innenseiten der Fenster im Winter wärmer bleiben, wodurch man sich in den Räumen wohler fühlt.

Außerdem schließen neue Fenster dicht, so dass weniger Zugluft entsteht. Der Austausch von Fenstern wird von den Sanierungsprogrammen der KfW Bankengruppe gefördert. Die neuen Fenster müssen dafür besser als der gesetzliche Mindeststandard sein.

Damit die neuen Fenster möglichst viel Energie einsparen, kommt es auf einige Details an. „Es muss auf einen wärmebrückenfreien und luftdichten Einbau geachtet werden“, erläutert Martin Brandis, Referent Gebäudetechnik bei der Energieberatung der Verbraucherzentrale (www.verbraucherzentrale-energieberatung.de). Ein wirksamer Sonnenschutz muss berücksichtigt werden, damit Wohnräume in den Sommermonaten nicht zu warm werden. Außerdem sind neue Fenster sicherer, weil sie es Dieben schwerer machen, ins Haus zu kommen.

**Ansprechpartner**  
für den Immobilienmarkt

**JULIA AMTMANN**  
Telefon 089/546 55-149

**DIANA BRANDL**  
Telefon 089/546 55-162

**DIETER SCHNEIDER**  
Telefon 089/546 55-203

immobilienmarkt@  
muenchenweit.de

(djd). Weiter Ausblick und viel Tageslicht: Große Dachfenster können den Wohnkomfort im Obergeschoss erheblich steigern. Erste Wahl dabei sind sogenannte Klapp-Schwingfenster. Zum schnellen Lüften und bequemen Putzen der Außenseite kann man diese Modelle manuell um die Mittelachse schwenken. Die Klappfunktion hingegen sorgt dafür, dass sich das Fenster auf der gesamten Länge nach außen stellen lässt. Die Öffnung ist dann entsprechend groß und bietet einen uneingeschränkten Ausblick. Voraussetzung für die komfortable Nutzung eines Klapp-Schwingfensters ist ein bequemer Zugang - der ist aber nicht immer gegeben. Die Lösungen können elektrisch betriebene Modelle sein, die mehrere Komfortfunktionen in sich vereinen.

## Großzügiger Ausblick dank 45-Grad-Öffnungswinkel

Das elektrisch betriebene Klapp-Schwingfenster von Velux aus der „Integra“-Reihe etwa ermöglicht mit dem

## Mietgesuche

**Seriöse Mieter suchen über uns 1-4-Zimmer-Wohnungen & Häuser**  
Seit 1989 in München  
LORENZ-WOHNNEN.DE 129 30 01

**Angest. 54/w** sucht baldm. 2,5-3-Zi.-Whg. m. Balkon bis 1100,- € Warmmiete Tel. 0162/9352869 oder beschmidt74@email.de

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

**Seriöse Frau, 62J.**, Tz-Stelle, sucht 1 1/2-Zi.-Whg., 600,- € kalt, MVV-Anschluss, erreichbar unter Telefon: 01578/8582062

**Seriöse Frau, 50 J.**, sucht 1-Zi.-Whg. mit MVG-Anschluss. Bis 650,- € warm. Tel. 0151/71912888

**Suche App.** T. 0162/7171124

**Mutter mit zwei Kinder, 7 Mon. + 3 J. alt**, su. 2-3 Zi.-Whg. ab sofort bis 800,- € Kalt-Miete in FFB o. Maisach. E-Mail: kalliz2308@gmail.com Tel: 01520-3023470

**Münchner Paar** (55 Jahre) mit schlechten Karten (beide Raucher, großer Hund) suchen baldm. 3 Zi. mit Garten od. Terr. od. kleines Haus; Wir renovieren selbst. Telefon bitte nach 17 Uhr: 0170/8600469

**NR-Fam. m. 2j. Ki.** o. Tiere su. neuw. 4-Zi.-Whg./Haus ab 110 m<sup>2</sup> z. Miete in Neuried, Fürstenried, Solln Tel. 0178/1816067

# Automatischer Ausblick

Elektrisch betriebene Klapp-Schwingfenster sind für jede Raumsituation geeignet



**Elektrische Klapp-Schwingfenster als Alleskönner: Während die Klappfunktion komfortabel elektrisch steuerbar ist, lässt sich die Schwingfunktion des Fensters jederzeit manuell bedienen.**  
Foto: djd/Velux

45-Grad-Öffnungswinkel einen großzügigen, balkonähnlichen Ausblick. Es lässt sich dank des Elektroantriebs in jeder Raumsituation komfortabel öffnen und schließt bei einsetzendem Regen automatisch. Ein Einklemmschutz, durch den es Hindernisse während des

Schließens erkennt, sorgt für zusätzliche Sicherheit. Unter www.velux.de gibt es alle weiteren Informationen. Das Fenster ist mit Zweifach- oder Dreifachverglasung in acht gängigen Größen erhältlich und bietet so Varianten für nahezu jede Raumsituation. Der Rahmen

aus Holz mit Kunststoffummantelung ist pflegeleicht. Fachhandwerkern ist der Einbau vertraut, da er abgesehen vom Stromanschluss - analog zu dem eines manuellen Klapp-Schwingfensters verläuft. Die elektrische Bedienung kann direkt nach der Mon-

tage über einen vorprogrammierten Funkwandschalter erfolgen.

## Elektrisch betriebener Hitzeschutz als Zubehör

Als Zubehör ist ein auf dem Flügel montierter Rollladen erhältlich. In Kombination mit den Gasdruckfedern des Fensters ermöglicht dies auch das elektrische Öffnen bei heruntergefahrenem Rollladen. Alternativ ist zudem eine Elektro- oder Solarhitzeschutzmarkise verfügbar und als Ergänzung ein innen liegender Sonnenschutz. Die Bedienung des Klapp-Schwingfensters sowie des Hitze- und Sonnenschutzes kann mit dem als Zubehör erhältlichen Smart-Home-System Velux Active erfolgen. Dachfenster, Rollläden, Hitzeschutz-Markisen und Rollos lassen sich dann über das Smartphone per App und Sprachsteuerung steuern. Oder aber das System sorgt selbst für ein angenehmes Raumklima - automatisch auf der Basis von Raumsensordaten zu Temperatur, Luftfeuchtigkeit und CO<sub>2</sub>-Konzentration sowie Wetterinformationen, die per Internet übermittelt werden.

**Führungskraft in der Hotellerie, 31 J.**, su. 2-3 Zi.-Whg., mind. 40 m<sup>2</sup> im Münchner Süden. Bevorzugt mit EBK, Blk/Garten. Miete max. 1.200,- € warm. Tel. 0162/9244147 (nach 17 Uhr), ma.neef@hotmail.com

**Ing., 22 J., NR, ruh., su. App.** für Master, Tel. 0152/04095930

**Projektmanagerin, 28, sucht** helle 1,5 bis 2-Zi.-Wohnung mit Balkon in U-Bahn-Nähe für max. 900 € KM, Tel. 0174/5859049

**Suche 2-2 1/2-Zi.-Whg. im EG** o. Hochp., Terrasse bzw. Blk. in Fürstenried, Forstenried, Solln, Maxhof, Großhadern, Telefon von 8 bis 12 Uhr: 089/7001195

**Junge Akademikerfamilie** mit Kind sucht 3-4-Zi.-Whg. in Neuhausen/Gern. Tel. 0162/2888009

**Nettes, berufstätiges Paar** (Doktoranden) su. Whg. in München bis 1.200 € warm. Einzugsdatum flexib. Tel. 0151-44538391 oder Nils-Heine@gmx.de

**3-Zi.-Whg. gesucht** von Frau, 62 + Mann, 55 bis 1.600,- € warm (Kündigung wg. Eigenbedarf), ab 04/2020 oder später. Am liebsten Glockenbach, Sendling, Giesing, Au/Haidhausen. Wir arbeiten in Festanstellung und selbstständig. Tel. 0152/56915634

**Paar s.** 3 Z-Whg. m.B. oder G. cara.h@web.de o. 01703215510

**Wir suchen ab sofort für vorgemerkte Kunden 1 bis 4-Zi.-Wohnungen.** (Provisionsfrei für Vermieter)  
Sven Grimm Immobilien  
Telefon 089/434001

**Ärztin und Physiker** suchen München Mitte Ring 1-3, 2,5-3 Zi. bis 1700,- kalt, Herr Breit, Tel. 017678515354

**HALLO LIEBE MÜNCHNER!** Ich suche ein neues Zuhause für mich und meine Tochter. Am liebsten 2 Zimmer, Balkon, zentral, MM 1000 € Tel. 0176/45638853

**Suche langfristig 1-2 ZKBK** in Mü, WM bis 1000,- NR, ruhig, kein HT & kein Auto, geregeltes Einkommen. Tel. 07519-5128821

**Offenes und ruhiges Paar** Industriellelektroniker (29m) und pädagogische Hilfskraft (21w) suchen 2-Zi.-Whg. KM 900 Umg. Thalkirchen u. Obersendling. Berndiktzedder@gmx.de

**Ju. NR-Paar** (Jurist + Psychologin) su. ab sofort 2 Zi.-Whg. bis 1200 WM, ab 40 m<sup>2</sup>, mögl. Zentrum Mün. steinbachkaspar@aol.com Tel. 0151/19459551

**Eltern suchen für Tochter** 2-Zi.-Whg. Miete max. 1.100,- Hunde erl. od. Kauf bis 400T, Mü-Nord od. Mü-Süd, T. 089-3517202

**Städtische Mitarbeiterin, 34J.** pflichtbewusst, ruhig, ohne HT, NR, sucht langfristige 2 ZKB bis 750,- warm in Sendling oder Giesing, Tel. 0151-19470303

**SUCHE: 1,5 - 2 Zimmerwohnung** ab 35 m<sup>2</sup> / max. 1000.- warm. Ludwigsvorstadt-Isarvorstadt. Tel. 01573/5230334 // MARIE

**Engel sucht** dringend bezahlbare 3-Zi.-Whg., T. 0174/6054452

**Münchn. Beamten Familie** sucht 4-Zi.-Whg. in Au, Giesing, Ludwigs-/Isarvorstadt, Sendl. bis 2200,- KM, Tel. 0179/7385887

**Ingenieur sucht** 1-2 Zi.-Whg. in MUC, T. 0176/28508111

**In Schwabing,** >45 m<sup>2</sup>, Blk., 1 Pers + Hund <1200 KM, T. 0176/83250464

**Münchernerin in Festanstellung** im öffentl. Dienst, sucht 2ZKB ab 40m<sup>2</sup> mit Balkon max. WM 850.- Kontakt: a.kozak@kjr-m.de

**3 köpfige Fam.** sucht ab 3/20 3-4 Zi.-WG bis 1300.- warm, NR keine Haust., Tel. 0176/46027809

**Zuverl. freundl. Dame** (Ende 50) NR, sucht günstige, ruh. 2 Zi.-Whg. mit Blk. ca. 50 m<sup>2</sup>. 089/2730205

**Suche 50-100 m<sup>2</sup> Büroraum,** Nähe U-Bahn. T. 0171-2647428

**Ohne Provision f. Verm/Verk.** Wir su. Wohnn/Häuser für vorgemerkt., überprüfte Kunden. info@annaimmo.de. Tel. 089/20964945

**Bitte helft uns!** Hallo, ich bin Piroshka Meinhard, habe vier Kinder, und wir sind hier auf der Suche nach einem neuen Zuhause. Meine Kinder sind 11, 8, 7, 3 Jahre alt. Wir wohnen seit acht Jahren in Emmering und sind jetzt gezwungen, hier bis März auszusziehen. Darum brauchen wir jetzt Ihre Hilfe, vielleicht haben Sie ein neues Zuhause für uns; wir sind eine lebenslustige Familie. Helfen Sie uns, ein neues Zuhause zu finden, mit freundlichen Grüßen Familie Meinhard, Tel. 0177-4012973

**Medizinprakt. sucht Zimmer.** Mediziner sucht vom März bis Juni Zimmer Nähe Gauting, Tel. 0871-76510

Die Gewerkschaft der Polizei sucht laufend für Mitglieder **preiswerte Zi., App., Whg.**  
Angeb. an Werner Brandl, GdP PP München, Tel. 2910-2600

## Mietangebote

**Helle Büroeinheit im DG:** Helle und geräumige Büroeinheit oder auch als Praxisräume nutzbar im DG. Sendling/Würzstr. 1 / 120 m<sup>2</sup>, 1700 € + ca. 300 € NK monatlich. Weitere Infos: Tel. 0175/2915075

## Mietangebote

**WG-Zi.** ca. 20 m<sup>2</sup>, nh. Poing, 550,- € inkl. NK, T. 01770/7392494

**Neugilching, S8, A 96,** möbl. Zi., NR, WEH, Tel. 0151/5084242

**Ehem. Bauernhaus** Hochstadt, 7 Zi/2 Kü/3 Bäd, neu renov., ca. 250 m<sup>2</sup> WF, Miete € 2.500,- + NK/KT, Tel. 0171/8307165

**4-ZiBK Gil. Argelsried** Gut aufgeteilte 4-Zimmer-Wohnung, ca. 95 m<sup>2</sup>, Bj. 1970 mit kompl. EBK, Bad mit Dusche, Gäste-WC, Balkon, z.T. Parkett 3. OG ohne Lift, Keller, PKW-Aussenstellpl. Frei 01.02., enAW liegt vor, Miete € 1.130,- + NK 240,- Kautions 3 MM. Telefon: 0171/7728090 nur werktags zwischen 10.00-16.00 Uhr

**Gilching S8**  
schöne 3-Zi.-Whg., hell, 103 m<sup>2</sup>, EBK, Bad, Balkon, Keller, Lift, k. Ht., Miete 1.350,- € + NK + Kt., Telefon 08041/2267











Stellenangebote

Pächter (m,w,d) gesucht zum 1.4.20 für die Schulkantine... (tz-muenchen.com) der Kaminkehrer-Innung...

Hausmeisterservice sucht Voll- und Teilzeitkräfte mit FSKL 3 für Treppenhausreinigung, Pflege der Außenanlagen und Winterdienst ab sofort...

Malersubintern. 0170/7941018

Kurierteam sucht dringend selbstst. Transportunternehmer mit eigenem Kombi, Bus, LT o. LKW 7-18 t LBW...

Wir sind eine kleinere Steuerberatungsgesellschaft im Glockenbachviertel und suchen zur langfristigen Verstärkung eine engagierte Steuerfachgehilfin / mind. 15h pro Woche...

2 nette Kollegen/innen für Außendienst gesucht. Ohne Verkauf, KFZ, Prov., Festgehalt, tolles Team und Aufstieg...

Med. Labor unmittelbar am Hbf-München sucht Hilfskraft (10h/Woche, auf 450 /Basis). Ca. 3x vormittags. Kontakt: labor@dermpath-muenchen.de

Industriereiniger für die Reinigung von Abluftanlagen gesucht. Wir arbeiten im gesamten Bundesgebiet. Wir bieten einen sicheren Arbeitsplatz...

Suche WEG-Verwalter 6806716

SOLLN: Hilfe für Haushalt und kl. Garten. Sa. oder Fr. 5h/Minijobbasis gesucht. T. 0177/3731131

Pronto Pizza sucht Pizzafahrer und TZ Kundendienst, Drygalski Allee 117, 81477 München, Tel. 0152588888

Pflegehelfer ges. an Werktagen vorm./nachm. auf Minijobbasis. Tel. 089/7238665

Rolli-Frau sucht lb. Fee für leichte Pflege u. Alltag, ca. 5x24h mtl. incl. Dienstplan, Festanst. Tel. 089/99969630

Kinderarztpraxis in Laim sucht MFA ab sofort. kinderarztpraxis.laim@gmx.de

Symph. MFA/Arztgehilfe/-in für Derma-Privatpraxis Grünwald gesucht. Patent, freundlich, engagiert, gerne ab 30J. und älter in TZ 30h o. VZ...

Schreiner (m/w/d) gesucht für Arbeiten an Fenster und Türen, wie Reparatur, Erneuerung und Einbruchschutz...

Lebenserfahren, aber noch kein altes Eisen? Münchner Firma sucht Mitarbeiter (m/w/d) für seriöse Büroarbeit am Telefon...

BUSREISEN.COM: Touristikunternehmen sucht erfahrene Telefonverkäufer (m/w/d) für den Standort Gröbenzell, VZ o. TZ für Geschäftskundenansprache...

Mitarbeiter Vertriebsinnendienst - Telefonie (m/w/d) für Gröbenzell gesucht - Medienunternehmen - Vollzeit/Teilzeit - Verkaufserfahrung...

Für unsere Gebäude in Forstenried suchen wir ab sofort eine/n zuverlässige/n Raumpfleger/in (m/w/d) in Vollzeit 41 Stunden.

Neben unseren sehr guten Sozialleistungen erwartet Sie ein junges, dynamisches Team in einem Familienunternehmen.



Autohaus Christl & Schowalter GmbH & Co. KG Standort Forstenried Filchnerstraße 86 - 88, 81476 München www.christl-schowalter.de

Technischer Mitarbeiter (m/w/d) für SB-Waschsalonkette in München u. Augsburg gesucht. Aufgaben: Service und Wartung der Geräte und Salons, Kundenberatung...

TEAMASSISTENZ (M/W) in Teilzeit (20-25 Std. wöchentlich) Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir zur Unterstützung unserer Büros in Dachau & Germering eine

- Ihre Aufgaben: • allgemeines Büromanagement • Betreuung Telefonzentrale, Posteingang, Erledigung Korrespondenz • Unterstützung der Geschäftsleitung und des Teams im Tagesgeschäft • eigenständige Bearbeitung verschiedener Projekte

- Ihr Profil: • abgeschlossene kaufmännische Ausbildung • sichere Anwendung der MS-Office-Produkte • idealerweise Erfahrung in Buchhaltung und sozialen Medien • gute Kommunikations- und Organisationsfähigkeiten • Führerschein Klasse 3

Profitieren Sie von den vielfältigen Möglichkeiten eines internationalen Unternehmens. Ein moderner Arbeitsplatz sowie ein motiviertes Team warten in unseren Agenturen in Germering und Dachau auf Sie!



ENGEL & VÖLKERS

Vertriebsmitarbeiter (m/w/d) für Telefonakquise - Filiale Gröbenzell - VZ/TZ - Festanstellung mit hervorragendem Leistungspaket.

Das weltgrößte E-KartCenter! Der Kartpalast Funpark erweitert sein Team in folgenden Abteilungen zur Fest-, Teil- und Aushilfsanstellung: Personal für die Welcome Zone & Mitarbeiter für den Kartbahnbetrieb...

Die Laola sucht DICH. ErzieherIn und/oder pädagogische Fachkraft in Gauting gesucht! Unser zweigruppiger Laola Kindergarten mit 40 fröhlichen Kindern sucht ab sofort eine pädagogische Fachkraft/ErzieherIn...

Nachhilfelehrer/in gesucht für Studios in Germering u. Gröbenzell für alle Fächer. Tel. 089-84058616 oder 08142-504776

Auch für Quereinsteiger m/w/d Verkauf im Aussendienst, feste Termine, Gebietsschutz. Tel. 0171-8840407

Aushilfe gesucht - motivierte, zuverlässige und flexible Verkäuferin für den Verkauf von Tabakwaren/Lotto in Puchheim gesucht ca. 10 Std./Woche. Tel. 089-89027797

Barkraft in Abendschicht für die neue Brotspielerlei in Puchheim gesucht. Teilzeit, Studenten- oder Minijob. info@brotspielerlei.de

Bürohilfe gesucht! Baufirma sucht Student/Schüler für Büro in Puchheim (Nähe S-Bahn) für diverse Büroarbeiten wie Dokumentation, Ablage, kleine Projektarbeiten...

BVS-REHA-SPORT-Trainer/in gesucht, Gröbenzell, Tel. 0176-92371626

Steuerfachangestellte (m/w/d) für Steuerkanzlei in Solln Freiberuflich/ Festanstellung/Minijob für 1-2 Tage/Woche Telefon 0172/8247628

Wir suchen ab sofort eine/n DH oder ZMF/ZMP (m/w/d) in Teil-/Vollzeit Wir bieten: • Flexible, pünktliche Arbeitszeiten • Super Betriebsklima • Sehr angenehmen Patiententstamm • Gute Fortbildungsmöglichkeiten • Gute Bezahlung • Qualität hochwertiges, selbstständiges Arbeiten Dr. Daniel Hörmann und Dr. Ruth Burges-Peters Tel. 089 / 17 26 60

Freundlicher Hauswirtschafter (m/w/d) für herlichen Villenhaushalt in München Süd gesucht! Wir suchen für unseren 4-Personen-Haushalt (Kinder 11+15 J.) + Katzen in Pullach eine kinder- & tierliebe Hilfe in Voll- oder Teilzeit...

Stellengesuche

Su. Putzst., Tel. 0151/71102232 Hausmeister, Gart. (1 Zi). Tel. 089/96176460

Biete Nachmittagsbetreuung 2 x Woche für Senioren, z.B. Spazierengehen, Vorlesen, Einkauf, Telefon: 089/20358233 (AB)

Su. Putzst.: Büro, Café o. Praxis. T. 089/89041148, 0152/54593579

Fachmann, Hecken, Obstgehölze von Bäumen, Hecken, Rückstutzen Tel. 089/72625196, 0179/5462531

Su. Teilzeitstelle im Haushalt, Tel. 0171/2410807

Objekte zum Reinigen gesu., Büro, Treppe, Praxis, Gastro, usw., Telefon: 0152/04901100

Büroreinigung. Tel. 0176/24915201

Krankenschw. üben. Seniorenbetreuung, Tel. 089/645938

Zuverl. Frau su. Putzst., Privat, in M-Zone, Tel. 0176/64107955

Altenpflegehelferin sucht gute 24 Std. Stelle Tel. 0156/78686025

Frau sucht Putz- und Bügelstelle, Telefon: 089/41552613

Stress mit Bürokrampf? Telefon: 0172/8378581

FLIESEN, MAUERN, MALEN, Telefon: 0152/23359600

WASSER, HEIZUNG, ELEKTRO, Telefon: 0162/4512197

Liebe, erfah. Pflegerin su. Stelle, 24 Std., mit Unterkunft, Tel. 0160/98950668

Erfahr. PDL (ambulant) su. neue Herausforderung Zus. a. d. Verlag, Mü. Wochenanzeiger, Moosacher Str. 58, 80809 Mü, Chiffre 1233184

Dt. REINIGUNGSFIRMA sucht Aufträge für Büros-/Praxen-/Treppehäuser (0170/1580318

Malerei, Tapezierer, Fliesenleger, Entrümpelung, Tel. 0172/8173728

Zuverlässige Frau, sucht Putzstelle, Vollzeit od. Aushilfe, Büros privat Tel. 0152/38559704

24h-Pflege / Haushaltshilfe Tel. 089/66653088 Frau Kraus

Gebüdereinigung für Privat und Gewerbe www.bruckerreinigungservice.de Tel. 08142-445252

Erfahrener Diplomingenieur (FH) Maschinen- u. Anlagenbau, sucht Arbeit, auch Teilzeit o. freiberuflich. Tel. 0157-75752029

premio Reifen-Autoservice Wir suchen ab sofort in Vollzeit (m/w/d) KFZ-Mechatroniker - Reifenmonteur - KFZ-Mitarbeiter auch ungerelt Wolfgang Bernhard Meglingerstraße 15 - 81477 München (Solln) - Telefon 089 / 78 57 69 - 0

Wir suchen DICH ! Zur Verstärkung unserer Teams, suchen wir im Raum München, für verschiedene Objekte Sicherheitsmitarbeiter (m-w-d) mit Nachweis der bestandenen Sachkundeprüfung... Detektei-Security-Service Pappenberger Unsere Erfahrung - Ihr Erfolg! www.detektei-weltweit.de



## Wann hält die S-Bahn, Herr Minister?

Neuer S-Bahn-Halt in Pasing überfällig

**Pasing** · Der S-Bahn-Halt-Berduxstraße im Neubaugebiet an der Paul-Gerhardt-Allee in Pasing muss unbedingt kommen. Darüber waren sich alle Bürgerinnen und Bürger einig, die am 10. Januar den Infostand der SPD Pasing besucht hatten. In einer Straßenumfrage sprachen sich 100 Prozent der Befragten dafür aus; im Durchschnitt würden die Befragten die neue S-Bahn-Haltstelle für sieben Fahrten pro Woche nutzen. Der SPD-Fraktionsvorsitzen-

de im Münchner Rathaus, Stadtrat Christian Müller, erklärt dazu: „Wir brauchen für die Erschließung des Neubaugebiets an der Paul-Gerhardt-Allee den neuen S-Bahn-Halt Berduxstraße so schnell wie möglich. Bereits 2014 hat das Bayerische Verkehrsministerium signalisiert, dass das möglich wäre. Seitdem gab es drei Verkehrsminister und ein neuer Wechsel steht bevor. Die längst versprochene Mach-

barkeitsstudie aber liegt noch immer nicht vor!“ Seine Stadtratskollegin und Fraktionsprecherin der SPD im Bezirksausschuss, Dr. Con-

stanze Söllner-Schaar, ergänzt: „Bei unserem Infostand haben uns auch viele Menschen angesprochen, die hier neu eingezogen sind oder bald einziehen werden. Viele hatten Fragen zur Verkehrsanbindung und alle wünschen sich den neuen S-Bahn-Halt.“ Franziska Messerschmidt, SPD-Ortsvereinsvorsitzende und Spitzenkandidatin für den BA, sieht den Bund und das Land in der Verantwortung: „So gerne wir hier auf

kommunaler Ebene den gordischen Knoten durchschlagen wollen: Die S-Bahn ist leider Aufgabe des Freistaats Bayern und des Bundes. Beide Verkehrsminister haben außer wagen Versprechungen bislang nichts beigetragen. Es wird Zeit, dass den Worten endlich auch Taten folgen. Wann hält die S-Bahn an der Berduxstraße, Herr Minister? Die Pasinger und Obermenzinger Bürgerinnen und Bürger warten jetzt schon lange genug!“ **red**



Die Bezirksausschusskandidaten und Stadträte der SPD Pasing-Obermenzing sahen sich am geplanten S-Bahn-Halt um (v.l.n.r.: Peter Behrendt, Evelyn Lang, Dr. Constanze Söllner-Schaar, Graciela Cammerer, Angela Scheibe-Jaeger, Dr. Michael Wehr. Vorne v.l.n.r.: Marcus Krupar, Raoul Koether) Bild: SPD

Sonntag, 19. Januar, 11.30 bis 19 Uhr, Carolinenkirche Obermenzing

## Tag für die Umwelt

Workshops und Diskussionen

**Obermenzing** · Die Obermenzinger Carolinenkirche startet mit einer ungewöhnlichen Nachhaltigkeitsaktion ins neue Jahr. „Wir wollen einen Tag lang aktiv schauen, was wir für die Umwelt tun können“, erklärt Religionspädagoge Felix Stahl. Der Gedanke zum Umwelttag kam im Gespräch mit den Jugendlichen zustande. „Umweltschutz und Nachhaltigkeit spielen eine große Rolle bei den jungen Leuten. Und bei uns als Kirche natürlich auch! „Schöpfung bewahren“ – das ist ein riesengroßes Thema für uns.“ Am 19. Januar dreht sich nun in der Carolinenkirche von 11.30 bis 19 Uhr alles um die Umwelt. „Es gibt Workshops für Insektenhotelbau und Gemüsenetzknüpfen, eine Fahrradwerkstatt, wir werden zusammen vegetarisch kochen und gemeinsam essen und jeder wird mit Sicherheit viele Tipps und Tricks erfahren, von denen er bisher noch nichts wusste“, so Stahl weiter. „Erde – beten – Chili“: So nennt die



Tag im Zeichen der Nachhaltigkeit in der Carolinenkirche. Bild: us

Carolinen-Jugend ihren Umwelttag in Anlehnung an die Kirchenkooperation der Epiphaniens-, Bethlehems und Carolinenkirche. „Wir wenden uns natürlich an die drei Kirchen und darüber hinaus an alle Menzinger, die Lust auf unseren Nachhaltigkeitstag haben. Jeder kann kommen.“ Dabei weist Felix Stahl ausdrücklich darauf hin, dass keine Kinderbetreuung stattfindet. „Wir können nicht betreuen und beaufsichtigen, unsere Angebote richten sich an die etwas Älteren ab zwölf Jahren, an Jugendliche und

an Erwachsene.“ Es dürfe auch nach Kräften diskutiert werden, so Stahl. „Wir werden Vorträge anbieten zum unverpackt Einkaufen und zum Thema Lebensmittelverpackung. Ich denke, dass sich da viele Meinungen ergäßen werden.“ Anmeldung ist erwünscht, auch um das gemeinsame Essen planen zu können. „Außerdem erheben wir einen Unkostenbeitrag von fünf Euro.“ Alle weiteren Infos und Anmeldemöglichkeiten sind unter [wp.carolinenkirche.de/termine](http://wp.carolinenkirche.de/termine) zu finden. **us**

# Sale

Anzug  
ab **99,95 €\***

Sakko  
ab **59,95 €\***

Hose  
ab **39,95 €\***

Mantel  
ab **99,95 €\***

\*OUTLETPREISE FÜR NORMALGRÖSSEN. BAUKASTEN AUSGENOMMEN.  
NICHT KOMBINIERBAR MIT ANDEREN AKTIONEN. GÜLTIG VOM 13.01.2020 BIS ZUM 01.02.2020.

## DIGEL

FABRIKVERKAUF

LENA-CHRIST-STRASSE 44 | 82152 MÜNCHEN-MARTINSRIED  
MO – FR 10 – 20 UHR, SA 10 – 17 UHR