



Zuwendung

Zwei Saampfoten suchen ein neues Zuhause

Seite 6

Zusammenhalt

Kinder der Aktion Sonnenschein feierten das Martinsfest

Seite 20



Zurechtrücken

Correctiv-Faktencheck zu „verlorenen Stimmzetteln“

Seite 12

Samstagsblatt

Gesamt-Zustellerauflage Regio Plus über 1 Mio. Expl.

Das Münchner Wochenblatt Ihres



- A&Z** siehe Beilage
- ALDI** siehe Beilage, Seite 12
- BayWa** siehe Beilage
- BÄNDIGES BETTLÄGER** s. Beilage
- LE NEURON** siehe Beilage
- Gärtner Herrmann** s. Beilage
- HIT** siehe Beilage
- LEADER** siehe Beilage
- REWE** siehe Beilage
- REUTER** siehe Beilage
- ROSSMANN** siehe Beilage
- V-MARKT** Seite 5

„Bitte tut es für euch und uns“

Wie erleben Mitarbeiter im Krankenhaus die Pandemie?

München - „Bitte haltet euch an die Maßnahmen. Es ist mir egal, ob ihr an Corona glaubt oder ob ihr nicht daran glaubt. Bitte tut es für euch, eure Mitmenschen und auch für uns!“

Darum bittet Damaris Meyer, Fachkrankenschwester für Onkologie und palliative Pflege in der München-Klinik.

Wie haben Ärztinnen und Ärzte, Pflegerinnen und Pfleger und andere Krankenhausmitarbeiter sowohl in der Covid-Versorgung als auch in der Versorgung weiterer Patientengruppen und im Umgang mit Patienten und Angehörigen die Pandemie erlebt? Mit welchen Gefühlen blicken sie auf die aktuellen Entwicklungen?

Mitarbeiter aus den Krankenhäusern geben in dieser Ausgabe persönliche Antworten. Sie finden sie im Innenteil.



„Die AHA-Regeln können verhindern, dass Menschen an Corona so schwer erkranken, dass sie ins Krankenhaus unterwegs und würde im Falle einer Infektion ausfallen, was angesichts der knappen Ressourcen fatal ist“, sagt Markus Schopper, stellv. Stationsleiter einer kardiologisch-internalistischen Intensivstation in der München-Klinik.

Bild: München Klinik

SEITE 14 - 15 **Gesundheit & Wellness**

Ein gutes Auge für die richtige Gestaltung!
FULL-SERVICE-WERBEAGENTUR
Telefon 089 / 5 46 55 - 229
www.creativ-net.de
CreAktiv
komma münchen gmbh

Die HEIM HAND WERK München 2020 ist abgesagt!



Statt Messe München jetzt zur außergewöhnlichen **ASMO Küchen-Laufmeter-Aktion** in allen **ASMO KÜCHEN** Filialen bis 30.11.2020

Für die ersten 40 Küchen gilt: **33% H+H-Ausfall Messerabatt** bis zu

Nutzen Sie die Planung per Laufmeter und sparen Sie beim Küchenkauf als wären Sie direkt auf der Heim+Handwerk in München. Wir geben Ihnen ohne Wenn und Aber alle bereits vereinbarten Hersteller-Subventionen und Messerabatte für die H+H jetzt in allen Filialen zu 100% weiter.

Jetzt direkt Ihren Wunschtermin online für eine Küchenplanung vereinbaren auf www.asmo.de

85375 Neufahrn b. Freising, Lilienthalstraße 14, neufahrn@asmo.de
82008 Unterhaching, Grünwalder Weg 23, unterhaching@asmo.de
81249 München-Freiham, Anton-Böck-Str. 38, muenchen@asmo.de
84030 Landshut-Nord, Maybachstr. 8, landshut@asmo.de
85053 Ingolstadt-Süd, Eragstr. 2, ingolstadt@asmo.de
83064 Raubling-Pfandorf, Rosenheimer Str. 105, raubling@asmo.de

ASMO KÜCHEN
Seit 1974 Ihr Spezialist für Marken-Einbauküchen in Bayern!

Adventskalender der Gegensätze

Sendling-Westpark · Seit 2017 geben die Sendlinger Birgit und Robert Bernhard jedes Jahr einen Lese-Adventskalender heraus, der sich großer Beliebtheit erfreut. Die fünfte Ausgabe geht zurück zum Ursprung der Idee des „Adventskalenders der Gegensätze“.

„Gemeinsam möchten wir wieder intensiv das In-uns-Hineinhören üben und dann vor allem auch darauf vertrauen, was unser Inneres uns sagt“, sagen die beiden. „Es ist eine ganz tiefe Weisheit, die da aus unserem Herzen spricht. Was für ein Wunder doch unser Körper ist und unser ganzes Leben! Darum soll es in

diesem Kalender unter anderem gehen.“ Zudem wird auch in diesem Jahr zum Mitmachen aufgerufen: Jeden Tag des Advents kann man sich auf die Suche nach Schätzen im Alltag machen und sie sammeln, so dass man zu Weihnachten eine wertvolle Truhe mit eigenen positiven Erlebnissen schenken kann.

Hier erhältlich

Der Kalender ist zum Preis von 10 Euro erhältlich in der Buchhandlung Partnachplatz und über Mail an kalender@robert-bernhard.de oder robert-bernhard.de oder [Tel. 089-7602889](tel:089-7602889). **job**

Münchner Wochen Anzeiger **WIR SIND FÜR SIE DA!**

Wir bringen Ihnen die wichtigen Nachrichten nach Hause!
Keine Fake News, sondern echte, wahre Informationen!
lokal • regional • aktuell

www.wochenanzeiger-muenchen.de/corona

Mo. - So. Lebkuchen aus Konditorhand!
Wir schnüren für Sie Ihr Wunschpaket gerne auf Vorbestellung!

Gattinger
Johann-Clanze-Straße 104 · 81369 München
Telefon 089/7 14 48 63
Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 6 - 18 Uhr
Sa. 7 - 14 Uhr · So. 8 - 14 Uhr

RECHTSANWALT
Clemens Bregelmann
Telefon: 159 5600
www.kanzlei-bregelmann.de
Fachanwalt Erbrecht

- Testament
- Pflichtteil
- Erbschaftsteuer
- Vermächtnis
- Erbauseinandersetzung
- Immobilien Verkauf/Übertragung zu Lebzeiten

Alles was das Erben und die Nachlassabwicklung betrifft!
Dachauer Straße 189 · Am Leonrodplatz

ESAPOVIC
FENSTERREINIGUNG

HABEN SIE KEINE LUST ZUM FENSTERPUTZEN?

Rufen Sie uns an!
Tel. 0170/7 79 70 48
igoresapovic@t-online.de
www.fensterreinigung-esapovic.de

WIR ERLEDIGEN FÜR SIE:

- Fensterreinigung
- Gebäudereinigung
- Grundreinigung Haus und Whg.
- Raumpflege
- Reinigung von Natursteinplatten
- Dampfreinigung etc.

privat und Gewerbe



Maskenhelfen

Wenn Menschen in der Öffentlichkeit Masken tragen, wird die Ausbreitung von Corona verlangsamt.

Münchens Größter Schmuck-Ankauf
ZAHN- & ALTGOLD BARANKAUF
 Schmuck- Uhren Bären Feingold
 Juwelier G. Höger GmbH
 Karlstrasse 45
 ☎ 089/595105 **IHRE FREUNDLICHE ANKAUFSTELLE**
 aktuelle Preise unter www.ankaufbayern.de - Vergleichen lohnt sich

18k 34,56 € a. Oz.
 14k 26,96 € a. Oz.
 8k 15,34 € a. Oz.
 1 Gramm
 *Preis bis 10.11.2020
 *kursabhängig

MARTIN KLIMESCH
 FA f. Miet- u. Wohnungseigentumsrecht
 Baurecht · Verwaltungsrecht · Erbrecht
 Ismaninger Straße 52 · 81675 München
 T. (089) 47 25 55 · Fax (089) 4 70 35 38

KLIMESCH HAT RECHT

Mit Rechtsanwalt Martin Klimesch



Rechtsanwalt Martin Klimesch beantwortet Leserfragen. Er ist Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht in der Kanzlei Mundt & Klimesch.

Übergabevertrag I

Frage: Meine Eltern haben im Jahre 2003 die Hofstelle mit Wohnhaus und landwirtschaftlichem Betrieb im Wege des Überlassungsvertrags auf meinen Bruder übertragen und sich gleichzeitig den Nießbrauch vorbehalten. Nun sind meine Eltern verstorben, mein Bruder und ich erben je zur Hälfte. Komme ich irgendwie an das Millionenvermögen aus dem Übergabevertrag ran, nachdem es praktisch nichts zu erben gibt?

Antwort: Ja! Ihnen steht gem. § 2326 BGB auch als Erbe ein Pflichtteilergänzungsanspruch zu, vgl. Burandt/Rojahn, Erbrecht, § 2326 Rn 1. Bei einer Schenkung unter Nießbrauchsvorbehalt beginnt auch die 10-Jahresfrist des § 2325 Abs. 3 BGB (»Abschmelzung«) nicht zu laufen, sodass Sie auch nach mehr als 10 Jahren in Höhe Ihrer Pflichtteilsquote am Wert des landwirtschaftlichen Betriebs partizipieren, vgl. BGH, ZEV 1994, 233.

Unser Buchtipp für Sie:

Respekt!



Ein Buch der Münchner Wochenanzeiger
 Mit den Beiträgen vieler Menschen aus unserer unmittelbaren Umgebung und den Gästen unserer Sommergespräche haben wir unsere Schwerpunkte „Respekt“ und „Nachhaltigkeit“ mit den Lieblingsrezepten unserer Leser garniert. Daraus ist ein Panoptikum entstanden, das Menschen verbindet und zeigt, in welch guten Nachbarschaften wir dank vieler „Macher“ leben.

Erhältlich in der Geschäftstelle des Werbe-Spiegels, Sendlinger Anzeiger und des Samstagsblatts im Ladenbüro: Fürstenrieder Str. 11, 80687 München oder im Online-Shop der Münchner Wochenanzeiger unter: www.shop.muenchenweit.de



Türen wieder neu und modern in nur einem Tag!

- ✓ Türen nie mehr streichen
- ✓ Modelle: Klassisch, Landhaus, Design
- ✓ Schonung von Umwelt u. Geldbeutel
- ✓ Kein Herausreißen, Dreck und Lärm
- ✓ Für alle Türen und Rahmen geeignet



PORTAS-Fachbetrieb F. Haslwanter
 Poststraße 16 • 81379 München
 Telefon 089/72 44 800
www.haslwanter.portas.de

PORTAS®
 Europas Renovierer Nr. 1

Türen-, Küchen-, Treppen-, Fenster- & Deckenrenovierung

Gewinnspiel

Gewinnen Sie einen Einkaufsgutschein* in Höhe von **25 Euro**, einlösbar in der Kurfürsten-Apotheke oder in der Apotheke im GerMedicum! Beantworten Sie dazu einfach unsere Preisfrage:

Wie heißt das aktuelle Produkt des Monats der Kurfürsten-Apotheke und der Apotheke im GerMedicum?

Ihr Name: Ihre Telefonnummer:

Ihre E-Mail-Adresse:

Schicken Sie Ihre Antwort und Ihre persönlichen Daten bitte per Post an die Wochenanzeiger Medien GmbH, Fürstenrieder Straße 5-11, 80687 München oder per E-Mail an info@muenchenweit.de (Betreff: „Apotheken-Rätsel“). **Einsendeschluss ist der Mittwoch der kommenden Woche.**

* Nicht einlösbar auf rezeptpflichtige Arzneimittel und Zuzahlungen. Teilnehmen darf jede Person ab 18 Jahren. Die Gewinner werden von uns entweder per Telefon oder per E-Mail benachrichtigt. Die personenbezogenen Daten werden nur für dieses Gewinnspiel erhoben und für die Benachrichtigung der Gewinner verwendet. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen und eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich.

Untere Bahnhofstraße 44 82110 Germering Telefon: 089 8189129-0 Fax: 089 8189129-13 Kurfürsten-Apotheke Germering Kurfürstenstraße 6 82110 Germering Telefon: 089 894245-0 Fax: 089 894245-13

„Das kann man nicht für immer so durchhalten“

Wie erleben Mitarbeiter im Krankenhaus die Pandemie?

Dr. Dennis Dietrich, Oberarzt der Klinik für Neurologie und neurologische Intensivmedizin in der München-Klinik Harlaching:

Ich bin Oberarzt der Schlaganfallstation (Stroke Unit). Die erste Welle war für uns eine große Herausforderung. Der Vorteil war, dass wir Vorbereitungszeit hatten und diese auch erfolgreich genutzt haben, um letztlich mit viel Anstrengung gut durch die Welle zu kommen. Die Schlaganfallbehandlung ist immer Teamarbeit, bei der ganz viele Berufsgruppen eine Rolle spielen – wir haben hierfür gut ausgebildete Ärzte, Pflegekräfte, Logotherapeuten, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und einen guten Sozialdienst.

Diese Expertise, die wir bislang genutzt haben um Schlaganfallpatienten zu helfen, ist uns auch bei der Covid-19-Behandlung sehr zugutegekommen. So haben wir es als Team geschafft, neben der Schlaganfallbehandlung zusätzlich noch eine Covid-19-Überwachungsstation mit aufzubauen und gemeinsam mit anderen Fachabteilungen zu betreiben.

Große Sorgen macht uns die zweite Welle, weil Schlaganfälle auch in der Pandemie nicht weniger werden. Dennoch haben wir zu den Hochzeiten der ersten Welle beobachtet, dass weniger Schlaganfallpatienten zu uns ins Krankenhaus gekommen sind. Das beruht wahrscheinlich darauf, dass Patienten Angst vor einer Ansteckung haben. Diese Angst ist unbegründet – wir legen extrem viel Wert darauf, Patientenströme zu trennen und behandeln auf unserer Schlaganfallstation

Das geht uns alle an!
 Eine Initiative des BVDA

Zum Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter (BVDA) gehören 200 Verlage mit über 820 Titeln, darunter die Münchner Wochenanzeiger mit dem Samstagsblatt. Die Anzeigenblätter informieren unter dem Motto „Das geht uns alle an“ ihre Leser über Corona.



Dr. Dennis Dietrich, Oberarzt der Klinik für Neurologie und neurologische Intensivmedizin in der München Klinik Harlaching. Bild: München Klinik

nur negativ getestete Patienten. Ausnahmslos jeder Patient wird bei der Aufnahme getestet. Es besteht also kein relevantes Infektionsrisiko.

Der Schlaganfall hingegen ist immer noch die häufigste Ursache für bleibende Behinderungen im Alltag und im Notfall muss man hier schnell handeln. Wir haben mittlerweile viele und etablierte Behandlungsmethoden und können Schlaganfallpatienten gut helfen – es ist also dringend anzuraten, mit neurologischen Ausfällen weiterhin schnellstmöglich ins Krankenhaus zu kommen.

Ich bin froh und stolz, wie wir die erste Welle bewältigt haben. Das lag am großen Engagement aller Beteiligten. Wir waren aber auch einer ausgeprägten Doppelbelastung ausgesetzt, und das bei begrenztem Personal. Das kann man nicht für immer so durchhalten. Deshalb ist es mit Blick auf den Winter so wichtig, dass die Kurve möglichst flach gehalten werden kann. Ich bin guter Dinge, dass wir auch die zweite Welle gut bewältigen, wenn alle an einem Strang ziehen und alle weiterhin Abstand halten, Maske tragen und die Kontakte soweit möglich beschränken.

Kleinanzeigen

muenchenweit.de

Netto
Marken-Discount
 In Teilen dieser Ausgabe liegt der neue NETTO-Prospekt bei.

Er, 67 J., sucht liebe, etwas mollige Sie; Tel. 089/72308041

Tobi 35 J., sucht Frau für gemeinsamen lockdown. Gerne auch erfahrener als ich, Telefon: 0157/34849276

Die heimatnahe Partnervermittlung f. SENIOREN su. wieder Herrn. Günstige Gebühr, Tel. 089/3681460

Attraktive Sie Ende 65/163, KF 48, unkompl. su. älteren Mann ab 70 J., ungeb., ca. 174 cm f. gelegentl. Dates, Essen gehen etc. Er sollte finanz. unabhängig sein. la. velicita88@web.de

Er, 56 sucht liebevolle Partnerin, Tel. 0162/8070778

Verloren

Schlüsselbund mit schwarzem Band, So., 15.11.2020 in der Margarethe-Danzi-Str. (?) an den Gärten verloren, T. 089/17877991

Bekanntschaffen

Sehnt du dich, schlank u. lieb, nach Harmonie u. Zweisamkeit mit sportl. unabh. ihm, 42, Tel. 0162/2690788

ER sucht SIE, Tel. 96176460

35 Jähriger schlanker sucht Sie, gerne auch reifer, Tel. 0157/34849276

Welche Dame möchte mit mir, lieben Bayern, Weih./Sylvester zu zweit feiern? Alter, etc. egal, Tel. 0170/8471609 (SMS o. WhA), E-Mail an: liebe57spass@web.de

Entrümpelungen

Entrümpelung aller Art, Tel. 089/55293051

Entrümpelungen, Wohnungsauflösung, u. Entsorgung durch Fachpersonal, Fa., Tel. 58090425; www.stelzer-umzüge.de

ENTRÜMPELUNGSTRUPP
ET
 Wohnungsauflösungen, Entrümpelungen und Seniorenumzüge seit 1990.
www.entruempel-trupp.de
 ☎ 089/95 89 92 52

Entrümpelungen · Umzüge
Haushaltsauflösungen
 privat und gewerblich
AllroundService München
 0176/65575880

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

Wohnungsräumungen, Sperrmüllabholung durch Fachfirma, Festpreisangebote, kostenlose Besichtigung Vorort, Fa. A-Z Transporte, Telefon: 089/58988850

Entrümpeln, Haus- u. Wohnungsaflösungen, verwertbares Gutes wird angerechnet, schnell & preiswert. Tel. 089/8634706

Bayrische Buam
 Wir kümmern uns um eine bequeme Entrümpelung oder einen Umzug inklusive Abbau, Räumung, Entsorgung und Transport zum Festpreis.
 Münchenbergstr. 40 81929 München
 Telefon 089 12 12 54 91
info@bayrische-buam.de

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

1A Entrümpelungen zu fairen Preisen. Beratung & Besichtigung kostenlos. Verwerbt. wird angerechnet. Fa. Winklmaier, Tel. 089/45461411

ENTRÜMPELN, T. 089/21298716

Wohnungsaflösungen

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

Münchner Familienbetrieb übernimmt seit 1990 Wohnungsaflö., Entrümpelungen, Seniorenumzüge, www.entruempel-trupp.de, Tel. 089/95899252

Wohnungsaflösung mit modernen Landhausmöbel in massiver Eiche und viele Haushaltswaren+Waschmaschine + Trockner. Gegen Vereinbarung ab 17 Uhr Tel. 08106/7861

Neue Küchenzeile, Maiso. Anr. 2 x Tagesbett, Schiebetürenschr. 25Stz. Relax Leder, rd. Ess-/Glask. Tisch, Tel. 089/63850599

WEITER GEHT'S AUF SEITE 4



„Bitte haltet euch an die Maßnahmen“

Wie erleben Mitarbeiter im Krankenhaus die Pandemie?

Damaris Meyer, Fachkrankenschwester für Onkologie und palliative Pflege in der München-Klinik Schwabing:

Ich arbeite in Schwabing in der hämato-onkologischen Tagesklinik. Hier betreuen wir hauptsächlich Patienten, die bei uns ihre Chemotherapie bekommen. Durch ihr Krebsleiden sind diese Patienten immungeschwächt und wir müssen sie und uns besonders gut vor Infektionen schützen. Im Frühjahr hatten wir geschlossen, da der Regelbetrieb heruntergefahren wurde. Die Patienten haben wir deshalb in Praxen weitervermittelt. Wir hoffen sehr, dass die Tagesklinik in der zweiten Welle geöffnet bleiben kann, denn für die Patienten ist es immer eine Tragik, ihren Arzt und ihren Behandlungsort wechseln zu müssen.



Damaris Meyer, Fachkrankenschwester für Onkologie und palliative Pflege in der München Klinik Schwabing. Bild: München Klinik

Von April bis Juni habe ich freiwillig auf der Covid-19-Intensivstation ausgeholfen. Natürlich bin ich keine Intensivpflegekraft, ich hatte keine Erfahrung mit Beatmung und war deshalb immer im Tandem mit einer erfahrenen Intensivkraft eingesetzt. Bei der Intensivpflege mit Beatmung muss man wirklich auf jedes Detail achten. Diese Patienten sind hochempfindlich, da dürfen auch keine kleinsten Fehler passieren. Langsam und genau arbeiten heißt hier die Devise. Das ist ein anderer Rhythmus als in meinem Alltag in der Tagesklinik, hier renne ich die ganze Zeit und habe tausend Dinge im Kopf. Das war schon eine große Umstellung.

Man hat natürlich im Umgang mit der Technik Berührungsängste, aber ich bin dank der wunderbaren Kolleginnen und Kollegen gut reingekommen und es war schön, dass wir doch viele Patienten entlassen und verlegen konnten. Das heißt natürlich nicht, dass diese Menschen vollkommen gesund waren, aber sie haben die Chance auf einen Neustart ins Leben. Aktuell arbeite ich wieder in der Tagesklinik. Unsere hämato-onkologischen Patienten leiden sehr unter der Pandemie. Es gibt viele, die gar nicht mehr außer Haus gehen, abgesehen von der Behandlung. Sie sind komplett isoliert und haben große Angst, weil sie ein viel größeres Risiko haben, an Covid-19 schwer zu erkranken oder zu sterben.

Es erschreckt mich zu sehen, wie diese zweite Welle uns in Deutschland langsam lahmlegt. Das höre ich auch von Kollegen aus anderen Krankenhäusern. Die beatmeten Patienten sind jetzt im Durchschnitt jünger, ab Mitte 40. Ich bin selbst über 50, damit in der Risikogruppe und versuche mich zu schützen, so gut es geht.

Ich möchte den Menschen sagen: Bitte haltet euch an die Maßnahmen. Es ist mir egal, ob ihr an Corona glaubt oder ob ihr nicht daran glaubt. Bitte tut es für euch, eure Mitmenschen und auch für uns. Vielen Dank.

Das geht uns alle an!
Eine Initiative des BVDA

Effekt erst in mehreren Wochen

Krankenhäuser hoffen auf Wirkung des Lockdowns

München · München-Klinik hat im Januar die ersten Covid-19-Patienten Deutschlands und seitdem durchgehend Corona-Patienten versorgt. Jüngst wurde der 1.000. Covid-19-Patient in der München Klinik behandelt. Seit einigen Wochen steigen die Patientenzahlen auch in den Krankenhäusern wieder deutlich an, aktuell werden 125 Covid-19-Patienten in der München-Klinik behandelt, davon 20 Patienten auf der Intensivstation. In der Hochphase wur-

den 200 Patienten zeitgleich in den Häusern der München-Klinik behandelt – 60 davon auf Intensivstation. Die aktuellen Maßnahmen zur Eindämmung der Pandemie werden frühestens kommende Woche eine Auswirkung auf die Zahl der Infizierten haben können. Die Krankenhäuser hoffen darauf, dass eine Wirkung auch bei ihnen in Form von weniger stark steigenden Patientenzahlen ankommt. Dieser Effekt wird allerdings erst in mehreren Wochen er-

wartet. Zwischenzeitlich rechnen die Häuser insbesondere in besonders betroffenen Gebieten mit weiter steigenden Patientenzahlen. Auch andere Krankenhausbereiche wurden und werden von den Auswirkungen der Pandemie beeinflusst: Die Versorgung von medizinischen Notfällen und Krebspatienten musste auch in der Hochphase der ersten Welle unter höchsten Sicherheitsmaßnahmen und mit knappen Personalressourcen durchgehend

aufrechterhalten werden, nicht dringliche Eingriffe und Operationen mussten verschoben und über den Sommer nachgeholt werden. Jetzt im Herbst wechselt bei steigenden Covid-19-Patientenzahlen wieder Personal aus anderen Fachbereichen in die Pandemiebereiche und wird dafür umfassend geschult. Parallel ist auch Krankenhauspersonal im privaten Bereich von Kontaktbeschränkungen oder Kita-Schließungen betroffen. **red**

impfen-info.de
Wissen, was schützt.

Schützen Sie sich. Jährliche Impfung ab 60.
Kommen Sie der Grippe zuvor.

Die jährliche Grippeimpfung wird empfohlen für über 60-Jährige, Menschen mit chronischen Erkrankungen sowie für Schwangere und medizinisches Personal.





Wohnungsaufösungen

ENTRÜMPELUNGEN günstig, flexibel. Kulturlust e.V. Tel. 0157 / 73167949

Wo-Schrank BHT 336x218x55/59 VB 190,- € + Tisch braun höhenver. VB 50,- € Stehlampe 20,- € Telefon: 0172/9356026



Umzüge und Transporte

Sperrmüllabhol., Tel. 21298716
Kl. Transport, sof., T. 62271485

Umzüge / Entrümpel. ab 40 €, Einlagerung 15,-/m³, T. 35757558

Entrümpelung, Fa. T. 74996758

Entrümpelungen, Umzüge, besenrein, verwertbares wird angerechnet, Tel. 0162/4034741

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

Umzüge 45,- € / Std./Entrümp. 40,-€, Einlag.12€/m³, T. 35757893

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

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

Sperrmüll-Notruf, Tel. 0173 / 8137862

Der Münchner Seniorenunzugsdienst: Umzüge, Kleintransporte, Entrümpel., Fa. Tel. 089 / 14340643

Sperrmüll-Express, Tel. 089 / 14304052

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

Handwerker

Malermeister sucht Aufträge (auch kleine), Tel. 0170/4963272

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

Wir erledigen alle Malerarbeiten rund um ihr Haus. Fachbetrieb für Steinteppiche. 30% Rabatt, Tel. 0176/64003905

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

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

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

--- Angebot kostenlos ---
Malerfirma übernimmt
Maler- und Tapezierarbeiten, Fassadengestaltung, schnell - sauber - preiswert!
Firma Bergmann
Telefon 089/82979056; 0151/57680253

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

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

Fliesenverlegung und Sanierungsarbeiten, günstig! Firma Tel. 089/85641411 oder 0178/7770054

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

Fa. Bauer, Böden, Fachbetrieb Tel. 089/686747; 0173/8261465

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

Rolläden auf elektrisch umrüsten, enorm preiswert, Markisenkauf München seit 1974, Tel. 089/7934983

Wir beraten Sie gerne, weil Sie uns nicht "Wurst" sind. Malerfachbetriebe, Bodenverlegung, Fachberatung, Weihnachten kommt: Schnell noch aufräumen, entrümpeln, Haushaltsauflösung, Komplettrenovierung. 3% sparen, Gutschrift bis Jahreswechsel. T. 0151/41232102

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

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

Malerteam hat noch freie Termine! Preiswert, schnell und sauber, München und Umgebung, Tel. 0157/36785529

Küche-Ab/Aufbau, T. 62271485

Badumbau - Heizung - Sanitär, Telefon: 0157/59523188

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

Wir übernehmen kurzfristig und günstig Elektroarbeiten. Telefon 089/89827837 oder Mail info@pa-itservices.de

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

Maurer, Fliesenleger, Telefon: 089/7460523 oder 0176/20352990

Platten, Pflaster, um Haus + Garten legen Fa. T. 089/82088333

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

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

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

Umbauten - Sanierung - Mauertrockenlegungen - kleine Maurerarbeiten, Herr Wallinger, Telefon 089/8561180, www.wallinger-bausanierung.de

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

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

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

Elektroinstallation und Gebäudetechnik Thomas Abeltshäuser, Telefon: 089/7601213

Fachbetrieb übernimmt günstig Asphaltierungen, Pflasterungen und Gartenbauarbeiten, Telefon: 0171/6700003

Schnellreparaturen Rollläden und Markisen! Rabattaktion bis Ende 2020 auf alles Neue, Telefon: 01590/1657125

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

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

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

Elektromeister übernimmt kurzfr. Arbeiten. Fa. Tel. 0172-418 27 67

Wasser / Heizung / Badumbau / Abfluss / Armaturen. Tel. 0170 / 4201023

Dachrinnenreinig. Tel. 0178-555 66 55

Malermeister, T. 089/14002773

Ausführung sämtl. Malerarbeiten, Renovierung, Fassaden, dekorative Wohngestaltung. Malerbetrieb Christian Scheller, Tel. 08165/601446 Malerbetrieb.Scheller@t-online.de

Malermeisterin: Hochwertige, zeitnahe und kundenorientierte Malerarbeiten jeder Art Tel. 0176-84017904 o. mail s.roidl@gmx.de

Sämtliche Malerarbeiten. Fassaden mit Gerüst. Fa. Tel. 089 / 31232792

Malerarbeiten, Fliesenlegen, Bodenbelagsarbeiten, alle Arten von Renovierungen, komplette Fassadensanierung 089/17103930

ELEKTROARBEITEN? Dann ich! Meister: Tel. 0177/2403026

BAD-KOMPLETTANIERUNG von Fachfirma, Tel. 0151 / 22602870

Elektro Schreiner deutsch, mont. Lampen, Vorhänge, Möbel Kü., Ikea, Planung, Tel. 0171/4512362

ZU FESTPREISEN! Sämtl. Maler, Maurer-, Putz-, Fliesen- u. Trockenbauarbeiten, einschl. Bodenbelagsverlegungen, sowie alle Um- und Ausbauarb., einschl. DG, Dachisolierungen & Badkomplett-sanierungen - keine Anfahrtskosten! GB Haussanierung Tel. 0173/4131829

Polnische Fachfirma, renov. A-Z, günstig & zuverl. Tel. 0151 / 22602870

Renovierungen, Innenausbau, Mauern innen und außen, verputzen / Fliesen, Bodenleger, Maler und Trockenbau, Tel. 0172 / 9173319

Dt. Allround-Handwerker für alle Renov.arbeiten Tel. 0178 / 1325347

Kellersanier., Riss-Verpressung, Fachfirma, Tel. 0171/2719037

WEITER GEHT'S AUF SEITE 6

GOLDANKAUF

AUKTIONSHAUS QUEEN'S

Nymphenburger Str. 24/Eingang Erzgießereistr. 1 · 80335 München

Tel. 089/95 44 80 41 · Mobil 0178/333 33 25 · www.queens-gold.de



Wir beraten Sie gerne unverbindlich und kostenlos, auch vor Ort!

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 10:30 - 18:00 Uhr
Sa. 10:30 - 15:00 Uhr

Ankauf von:

- Gold
- Altgold
- Goldschmuck
- Zahngold
- Silberschmuck
- Besteck (silber)
- Zinn
- Uhren
- Diamanten
- Edelsteine
- und vieles mehr

Mehr Geld für Ihr Gold!

Wir zahlen bis zu 55,- €

Euro je Gramm Feingold

Ab heute 5 Tage gültig!

- ✓ **Kostenlose Begutachtung (auch vor Ort)**
- ✓ **Bewertung Ihres Schmuckstücks**
- ✓ **Wir zahlen nicht nur den Goldpreis, sondern auch den Wert Ihres Schmuckstücks**
- ✓ **Für Senioren: auch Hausbesuche**



HAUSBESUCHE im Umkreis von 60 km kostenlos!





V-MARKT

einfach besser einkaufen

Angebote gültig von Montag, 23.11. bis Mittwoch, 25.11.2020

Miracoli Pasta Pronto

Fusilli in Tomatensauce geschwenkt, verschiedene Sorten, z. B. Arrabiata oder Basilikum je 200-g-Packung 100 g = 0,56



1.11
- 43%

V-Markt Newsletter: Anmeldung unter v-markt.de/newsletter



Münchens größte Verbrauchermärkte in der Balanstraße und im Euro-Industriepark mit V-Baumarkt!

Montag bis Samstag 7-20 Uhr geöffnet

FrISChe Puten-Oberkeule und Puten-Gulasch
1 kg



4.99

FrISChe Schweine-Bauch ohne Bein, für einen feinen Krustenbraten oder zum Kesselfleisch, **Schweine-Bauchscheiben** natur und gewürzt oder **Schweine-Bauch** mit Semmelknödel-Füllung
100 g



0.69

Vorderschinken gekocht
100 g



1.09*

Süß & Fruchtig
Trollinger Rosé, Riesling oder **Samtrot**
Württemberg
je 0,75-Liter-Flasche
1 l = 4.44



3.33
- 19%

Paprika rot aus den Niederlanden / Spanien
1 kg



1.99

Presssack weiß, rot und hausgemacht
100 g



0.89*

„Delikatess“-Leberwurst im Golddarm, glutenfrei
100 g



0.79

Bockwurst zum Braten oder für Currywurst, glutenfrei
100 g



0.89

Oettinger Vollbier Hell, Export, Pils, Radler oder Alkoholfrei
je 20 x 0,5-Liter-Kiste + Pfand 3.10 / 1 l = 0.57



5.70
- 24%

Himbeeren aus Portugal / Spanien je 125-g-Schale
100 g = 1.03



1.29

Frisch aus der Käsetheke:

Paladin Regina Blu, Crenoble oder CreMonté
Weichkäse
60 % / 65 % Fett i. Tr.
100 g



0.79
- 18%

Meggle Feine Butter, Joghurtbutter oder **Streichart ungesalzen**
je 250-g-Stück / Becher
100 g = 0.52



1.29
mind. - 26%

Danone Activia je 4 x 115-g-Packung, oder **Activia 100 % pflanzlich** je 400-g-Becher jeweils verschiedene Sorten
1 kg = 3.02 / 3.48



1.39
- 28%

Dr. Oetker All American Pizza verschiedene Sorten je 465-g - 500-g-Packung tiefgefroren
1 kg = 4.44 - 4.77



2.22
- 24%

Mini-Romastrauchtomaten aus den Niederlanden je 200-g-Schale
100 g = 0.90



1.79

Lausitzer Früchte Apfelmus oder **Schattenmorellen** entsteint & gezuckert je 720-ml-Glas Abtropfgewicht 0,350 kg
1 kg = 1.54 - 3.17



1.11
mind. - 18%

Mars, Snickers, Twix 5er-Riegel je 200-g - 250-g-Packungen
100 g = 0.54 - 0.68



1.35
- 27%

Eilles Gourmet oder **Idee Kaffee** ganze Bohnen je 1-kg-Beutel



7.99
mind. - 32%

Dallmayr Capsa Kaffee kapseln verschiedene Sorten je 10 Stück / 56-g-Packung
100 g = 3.84



2.15
- 26%

Haselnusskerne ganz je 500-g-Beutel
1 kg = 7.98



3.99
- 32%

Frisch aus dem Brothaus:

Sonnenblumenbrot Gönnen Sie sich die Energie der Sonnenblumenkerne! je 500-g-Laib
1 kg = 3.60



1.80

Schokocreme-Buttercroissant je Stück



0.70
- 24%

Lenor Weichspüler verschiedene Sorten (990 ml / 870 ml / 780 ml) je 33 / 29 / 26 WL
1 WL = 0.04 / 0.05



1.19
- 25%

Perwoll Feinwaschmittel Flüssig oder **Pulver** verschiedene Sorten (1,44 Liter / 1,5 Liter / 880 g) je 24 / 20 / 16 WL
1 WL = 0.11 / 0.14 / 0.17



2.75
- 28%

blend-a-med Zahncreme verschiedene Sorten je 75-ml-Tube
100 ml = 0.92



0.69
- 28%

Iams Delight oder **Naturally** Katzennahrung, nass, verschiedene Sorten je 12 x 85-g-Multipack
1 kg = 6.85



6.99
- 24%

Thermobecher aus doppelwandigem Edelstahl, Deckel aus PP mit Silikonring, ca. 360 ml, Handwäsche



je **7.99**



(Intenso)® USB-Stick Alu Line im Doppelpack, mit je 32GB

7.77
- 19%



Damen Jacke 100 % Polyester, Gr. XS - XXL



39.99
- 33%



Abgabe in haushaltsüblichen Mengen. Angebote solange der Vorrat reicht. Irrtum vorbehalten. Abbildungen = Modellbeispiel, * = gluten- und laktosefrei



Cookie

Der 5-jährige Altdeutsche Schäferhund wartet ebenfalls im Münchner Tierheim auf ein neues Zuhause.

Foto: Tierheim

Wenn Ihr Hund friert - richtig vor Kälte schützen

Lange Zeit galt: Hunde haben Fell und frieren nicht. Das stimmt nur zum Teil, denn unsere Vierbeiner haben sehr unterschiedliches Fell, das sie nicht gleichermaßen gut vor Umwelteinflüssen schützt. Viele Rassen, die inzwischen auch in Deutschland beheimatet sind, kommen ursprünglich aus Südeuropa oder anderen warmen Ländern.

Es gibt grundsätzlich zwei Typen von Hunden, die zum Frieren neigen:

Der Hund hat kein Unterfell und/oder ein feines Haarkleid und/oder der Hund hat keine schützende Fettschicht.

Genau wie bei uns Menschen ist Zittern bei Hunden ein verlässliches Anzeichen dafür, dass ihm zu kalt ist. Anzeichen für das Frieren:

- der Hund wirkt beim Gassigehen verspannt und steif
- eine sichtbar verkrampfte Körperhaltung
- der Hund will nur zögerlich oder gar nicht nach draußen gehen

Führen Sie sich einmal den Temperaturwechsel vor Augen, den Ihr Hund aushalten muss, wenn er aus einem bis zu 25 °C warmen Zimmer in die Kälte von unter 0 °C wechselt. Da haben Hundejacke, Hundepullover oder Wintermantel nichts mehr mit Hundemode zu tun, sondern liefern den Vierbeinern notwendigen Schutz gegen Kälte und Nässe im Winter oder in den Übergangszeiten. Hunde, die sich in der kalten Jahreszeit viel und frei bewegen dürfen, können ihre Körperwärme besser regulieren. Viel Bewegung das ganze Jahr über trägt darüber hinaus zu einem starken Immunsystem Ihres Hundes bei. Wichtig ist, dass der Hund demantel optimal sitzt und Ihr Vierbeiner nicht in seiner Bewegung und Kommunikation mit den Artgenossen behindert.



Hr. Fasnaugh, Zoofachhändler der Fa. Fressnapf Mittersending und Hr. Wonhas, Zoofachhändler der Fa. Fressnapf Sendling, beraten Sie gerne.

Fotos: Fressnapf München



ANZEIGENANNAHME:

Telefon 089/546 55-5 oder www.muenchenweit.de

Liebe und Zuwendung schenken

Zwei Samtpfoten suchen ein neues Zuhause

München · Tiere, die zuvor lange Zeit in einer vertrauten Umgebung gelebt haben, leiden oft sehr unter dem Verlust ihrer Menschen und ihrer bisherigen Lebensbedingungen, wenn sie plötzlich im Tierheim abgegeben werden.

Milla, eine sechsjährige Katzendame, ist so ein bedauernder Fall. Sie kam nach einer Vermittlungszeit von fast fünf Jahren zurück in die Münchner Einrichtung, da sie aus verschiedenen Gründen, die ihre Pfleger näher erläutern können, unsauber geworden war.

Großer Schmerz

„Milla leidet unter der aktuellen Situation so gravierend, dass sie sich selbst ihren Schwanz abgebissen hat. Da sie auf jede außergewöhnliche Situation extrem gestresst reagiert, sollte sie zu einem ruhigen Katzenfreund ohne weitere Haustiere ziehen dürfen. Die Samtpfote stellt wenig Ansprüche an die Wohnungsgröße. Für sie ist der Zuspruch eines lieben Tierfreundes viel wichtiger und dankt ihm mit ihrer freundlichen, sanften Art und besonderer Treueherzigkeit“, heißt es in ihrer Vermittlungsbeschreibung. Den Mitarbeitern des Tierheims



Milla.

Bild: Tierheim München



Sony.

Bild: Tierheim München

geht das Leid der feingefühligen Katze sehr zu Herzen, und sie wünschen sich für sie, dass sie schnell ein liebevolles neues Zuhause bekommt. Milla ist kastriert, tätowiert und trägt einen Mikrochip. Wer viel Zeit und Einfühlungsvermögen hat und Milla zu sich nehmen möchte, sollte mit der Katzenquarantäne unter Tel. (089) 921000-820 Kontakt aufnehmen.

Eigenwilliges Wesen

Auch der zehnjährige

Europäisch-Kurzhaar-Kater Sony sucht ein neues Plätzchen. Seine ehemaligen Besitzer haben ihn ins Tierheim gebracht, weil er eifersüchtig auf das Kind reagiert hat. Sony ist menschenbezogen und recht verschmust. „Er ist verspielt und temperamentvoll, zeigt aber auch deutlich, wenn ihm etwas nicht passt. Der unsichere und nervöse Kater sucht erfahrene Katzenliebhaber, die mit seinem eigenwilligen Wesen zurecht kommen. Sony sehnt sich sehr nach einem ruhigen Zuhause, wo ihm viel Aufmerksamkeit geschenkt wird und er auch Freigang in verkehrsarmer Gegend genießen kann. Mit Kindern und weiteren Katzen möchte der Hübsche nicht zusammenleben“, heißt es in seinem Steckbrief. Sony lebt im Erdgeschoss des Katzenhauses. Wer sich für ihn interessiert, kann unter

Tel. (089) 921000-825 Näheres erfahren. **bb**



Münchner TierGeschichten

Geschichten aus dem Münchner Tierheim



tierschutzverein münchen e.v.

Spenden: Stadtparkasse München
IBAN: DE26 7015 0000 0113 1032 53 · BIC: SSKMDEM3333

Kleinanzeigen

Handwerker

Fa. Schuster: Maler- und Tapezierarbeiten, Bodenbeläge aller Art, Fliesenarb., T. 0177-54 25 079

Balkon- u. Terrassensanierung Facharbeiter. Tel. 0171/2719037

Malermeister hat Termine frei. Günstig! Tel. 089/6802341

Elektroarbeiten, Tel. 0172-9522009

BADSANIERUNG, Tel. 0176 / 81292261

Heizung & Sanitär, Tel. 0152 / 04620818

Gartenbau

Hecken-/Strauch- und Baumschnitt, Telefon: 089/1411090

Gartenarbeiten von A bis Z, Gartengestaltung, Terrassenbau, Pflasterarb., Tel. 0151/20470990

Bäume fällen, auch schwierige, Abfuhr, Wurzelstöcke ausfräsen, Pflasterarb., Fa. H. Gruber, Tel. 089-4704233, www.baum-faellen.de

Gartenpflege, Rasenmähen, Heckenschnitt, Reinigung von Terrassen, Gehwege, Tel. 089 / 12250886 oder 0172/1366077

BAUMFÄLLUNG, Telefon 089 / 12075090

www.IhrBaumProfi.de
JOSEF HÖLLINGER
BAUMFÄLLUNG, KÜRZEN, RODEN, jd. Schwierigkeitsgr., ABFUHR, WURZELSTOCKFRÄSEN, GARTENPFLEGE
SCHNELL · SAUBER · PREISWERT
© 089/21 55 43 13 od. 0172/5820173
unverbindl. und kostenlose Beratung

Baumfällung u. Baumpflege, Wurzelstöcke ausfräsen, Rollrasen verlegen. Info Tel. 089-37505112 www.garten-staudinger.de

www.die-baumexperten.de
Problemfällung, Gartenpflege, Wurzelstockfr., Heckenschnitt, Abfuhr, zuverlässig und preiswert, Fa. Lachner, Tel. 089 / 90059770

Wir haben uns auf die Fällung von Problemäbäumen mittels Kletterer/Hebebühne oder Kran spezialisiert. Auch die Baumpflege spielt eine wichtige Rolle Tel. 0173/5723231 stadler.samerberg@web.de

Baumfällung / Baumpflege, Klettertechnik, Tel. 089/25004787 derbaumspezialist@yahoo.de

Hecken/Bäume- und Strauchschnitt, Tel. 0171-8067770

Computer

Biete PC-Hilfe T. 089/22539826
IT-PROFI hilft, 0160/95838153

PC-DOKTOR: Tel. 0171/7777766

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

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

Dienstleistungen

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

Schreiner, Fachbetrieb Bauer Tel. 089/686747; 0173/8261465

Ehem. Steuerberater erledigt Ihre Buchhaltung. Tel. 089 / 60807235

Geldmarkt

Schnellkredit bis 50.000 € für Arbeitnehmer & Beamte ab eff. Jahreszins von 2,95% z.B. 5.000,- € mtl. Rate 51,20 € oder 20.000,- € mtl. Rate 205,05 € Tel. 08131/319025 oder info@rendinvest.de

Esoterik/ Lebensberatung

Kartenlegerin, Partner-Rückführung, Tel. 089/44992444

Nikolausdienste

Nikolaus hat in und um Gerneraler noch Termine frei. Telefon 089/21665826

Künstler, Musik, Gesang

Akkordeon Live T. 0171/5003155

Unterricht

Lat./Math. sms T. 0160/5218547

Opa sucht Onlinecoach für LinkedIn Tel. 089/3104051

KEYBOARD-LEHRER-MOBIL.COM, Tel. 0171/9318844

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

Mathe-Nachh., T. 089/59997333

Pens. Lehrer für Nachhilfe, 4.Kl. Grundschule (Deutsch, Mathe), 2 x pro Wo. nachmittags in Sendling gesucht; Tel. 089/7692994, ab 17 Uhr 0151/14326409

Erf. Gym.Lehrer, FOS, BOS und Realschullehrer erteile Unterr. in allen Fächern, Tel. 0171/3525523

Klavierunterricht. Hsbes., T. 72633352

Student (Erstsprache Arabisch) gibt Nachhilfe in Deutsch und Englisch für Personen mit Arabisch als Erstsprache. Bei Interesse bitte melden unter Tel. 0172/4930443

Online - Nachhilfe und Homeschooling aus einer Hand. Erst nach einem pers. Kennenlernen wechseln wir online. So können wir zu fast allen Zeiten Unterstützung von der 1. bis 8. Klasse anbieten (EF/MD), Telefon: 0157/31628812

Nachhilfe in Deutsch / Latein / Engl. / Franz. / Spanisch / Mathe / Physik. Hausbesuche oder per WhatsApp und 0157-37058569

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

Privatunterricht in allen Fächern von Gymn., FOS-, BOS-, Realschullehrern, Tel. 089 / 180871

Schlagzeugunterricht. Tel. 0170 / 2714252

Präsenz-/Online Nachhilfe in Französisch/Italienisch, Tel. 015158584059

Mathe/Physik/Chemie bis Abitur, Hausbes. Tel. 0170- 3808015

Tiermarkt

Wer schenkt mir roten Schmuskeater (gerne Persermischung) bis ca. 4 J., Tel. 0151/66597500

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

Kaufgesuche

Su. Orientteppiche, auch beschädigt u. Rep. T. 089/52064046

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

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

Suche Pokemonkarten Suche Pokemonkarten - Zahl je 100 Karten 10 EUR per paypal oder Überweisung - Kontaktaufnahme per email: johannis.hatt@gmail.com

Su. mechanische Armbanduhren: Rollex, Omega, Zenith, Breitling, usw. Tel. 0171/1236623

WEITER GEHT'S AUF SEITE 8



„Wichtig ist, dass man mehr Leute in die Pflege bringt“

Wie erleben Mitarbeiter im Krankenhaus die Pandemie?

Frank Hiltenkamp, Abteilungsleiter der Anästhesiefunktion in der München-Klinik Bogenhausen:

Ich bin Abteilungsleiter der Anästhesiefunktion – das heißt, ich organisiere die 18.000 Narkosen, die wir in unseren 15 OP-Sälen pro Jahr machen, und teile die Mitarbeiter der Anästhesiepflege entsprechend ein.

Die erste Welle war für uns unruhig und ungewiss. Wir mussten sehr schnelllebig arbeiten, da zu der Zeit auch im OP viel umstrukturiert wurde, um Intensivkapazitäten freihalten zu können. Wir mussten die OPs stark reduzieren und hatten viel Organisationsaufwand. Es war eine sehr hektische Zeit, aber alles in allem hat es gut funktioniert. Die Mitarbeiter waren sehr gefordert und mussten auf Urlaube verzichten, die OP-Pflege hat sich in der Lagerung von Intensivpatienten schulen lassen. Ich fand es sehr beeindruckend, wie gut alle mitgemacht und zusammengeholfen haben. Wir haben uns gut aufgestellt, um bei Bedarf mehr Intensivkapazitäten zu haben.

Jetzt ist die zweite Welle da. Seitens der Arbeitsorganisation blicke ich dem positiver entgegen, wir sind jetzt geschulter, haben gute Konzepte und können schneller handeln. Ein wichtiges Beispiel: In der ersten Welle wurden die Beatmungsschläuche knapp, wir haben daraufhin wiederaufbereitbare

re Systeme besorgt und sind damit nun gut ausgestattet. Wir sind nicht mehr von Einmalmaterialien abhängig und könnten im Fall der Fälle schnell umplanen.

Wir werden aufgrund der steigenden Patientenzahlen wohl wieder die OPs reduzieren müssen. Wir versuchen natürlich alle wichtigen Operationen, z.B. Tumorpatienten oder Notfalloperationen, weiter durchzuführen. Es werden zunächst elektive Operationen um ein paar Wochen verschoben, aber natürlich ist es unser Ziel, so viele Patienten wie möglich weiter behandeln zu können. Ich denke, wir müssen uns als Gesellschaft in Zukunft mehr auf so etwas wie Pandemien einstellen. Ich persönlich bin jederzeit dazu bereit, mich einzubringen – viele meiner Kollegen auch.

Im Rahmen von Corona wird es sicher von Welle zu Welle etwas leichter werden, aber wir wissen natürlich nicht, was die Zukunft noch bringt. Wichtig ist vor allem, dass man den Pflegeberuf wieder attraktiver macht, dass man mehr Leute in die Pflege bringt, dass es sich wieder lohnt, diese Ausbildung zu machen. Damit man nicht immer wieder an diesen Punkt kommt, an dem man zwar genug Intensivbetten hat, aber kein Personal, das die Patienten versorgt. Da müssen wir hinkommen. Die Tarifverhandlungen waren ein erster Schritt, aber es muss weitergehen. Mir persönlich ist es ein wichtiges



Frank Hiltenkamp, Abteilungsleiter der Anästhesiefunktion in der München Klinik Bogenhausen.
Bild: München Klinik

Anliegen, dass die Menschen sich an die AHA-Regeln und Maßnahmen halten. Sicherlich ist es nicht schön, eine Maske zu tragen, und ich freue mich auch immer, wenn ich sie abnehmen und durchatmen kann. Aber für das, was man damit erreichen kann, sind das aus meiner Sicht doch recht kleine Maßnahmen.



Unterstützung für Pflege gesucht

München · Die München-Klinik sucht Pflegekräfte und Ärzte zur Unterstützung.

Wir alle erleben derzeit eine herausfordernde Zeit, die nicht nur uns als Bürgern einiges abverlangt, sondern uns in den Kliniken besonders fordert und oft an unsere Grenzen bringt. Es war eine überwältigende Hilfsbereitschaft, die wir von vielen freiwilligen Helfern während der ersten Welle der Corona-Pandemie erhalten haben“, so die München-Klinik.

Sie sucht nun wieder dreijährig examinierte Pflegekräfte oder auch Ärzte, die auf ICU / IMC unterstützen können, aber auch zur Entlastung der Normalstationen – auch wenn es vielleicht nur ein paar Stunden die Woche sind. Der Klinikbetrieb benötigt rund um die Uhr Helfer, also auch an Wochenenden oder bei Schichtdiensten.

Mehr Info:
www.muenchen-klinik.de/wir-brauchen-dich

ESCADA

BIS ZU

ES IST NIE GENUG

80%

REDUZIERT



GÜLTIG BIS 23.12.2020

TÄGLICH NEUE WARE!

ESCADA SE (Showroom)
Einsteinring 14-18 | 85609 Aschheim

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 10 -18 Uhr | Sa: 10 -17 Uhr

Höffner
Wo Wohnen wenig kostet!

Ihre **Nr. 1**

DEUTSCHES INSTITUT
FÜR SERVICE-QUALITÄT
GmbH & Co. KG

1. PLATZ
**Beratungs-
kompetenz**
Möbelhäuser

Teilkategorie im
TEST April 2020
16 Anbieter

www.disq.de
Privatwirtschaftliches Institut

ntv

Infos unter: www.hoeffner.de/auszeichnungen

**KÜCHEN
AKTIONS
TAGE**

LETZTE
GELEGENHEIT

HEUTE

21.
NOVEMBER

**SCHUHBECKS
GEWÜRZ-ADVENTSKALENDER
GESCHENKT!***
(BEIM KÜCHENKAUF AB 2000€)

20%

Möbel- & Küchen-Rabatt

Z.B.: Geschirrspüler
Siemens SN636X01GE
60 cm, vollintegriert,
Verkaufspreis 599 €
(Geschirrspüler gilt nur als
Preisbeispiel, Abb. ähnlich)
E) EU-Energiekennzeichnung



zusätzlich

20%

In ALLEN Abteilungen

zusätzlich



SIEMENS

ENERGIE
EFFIZIENZ **A+++** E)
Spektrum A+++ bis D

ELEKTROGERÄT
aus der Küchenabteilung

GESCHENKT

beim Küchenkauf

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 – Do + Sa von 10 – 19 Uhr, Fr von 10 – 20 Uhr

R) Höffner gewährt Ihnen folgende Rabatte: Auf Möbel, Küchen und Matratzen „20% Möbel- und Küchenrabatt“ und zusätzlich „20% in allen Abteilungen“, was einer Gesamtminderung von 36% entspricht. Beim Kauf einer Küche deren Kaufsumme nach Abzug der gewährten Rabatte „20% Möbel und Küchenrabatt“ und „20% in allen Abteilungen“ mindestens 4.999€ beträgt, schenken wir Ihnen zusätzlich ein Küchengerät Ihrer Wahl im Wert von 599€. Auf Artikel der Abteilungen Haushalt, Geschenke, Dekoration, Bettwaren, Gardinen, Leuchten und Teppiche „20% in allen Abteilungen“. Ausgenommen von diesen Rabatten sind Kaufgutscheine, Bücher, anderweitig reduzierte Produkte, als „Tiefpreis“ oder „Aus unserer Werbung“ gekennzeichnete Artikel sowie Artikel der Marken Leonardo, ASA Selection, Silit, WMF, Leifheit, Joop!, Wesco, Ritzenhoff & Breker, Paulmann Licht, Ledvance, Vossen, Cawö, Billerbeck, Irsette und Paradies. Alle Preise in Anzeigen und Prospekten sind Endpreise. Aktuelle Prospekte sind auf der jeweiligen Standorteite Ihres Höffner-Einrichtungshauses unter www.hoeffner.de/standorte einzusehen. Kundenkartensfortrabbat bereits enthalten. Ebenfalls enthalten ist der MwSt-Vorteil in Höhe von 2,52%. Keine Barauszahlung möglich. Gültig für Neukäufe. Gültig bis mindestens 22.11.2020. *Pro Kaufvertrag nur ein Kalender. Nur solange der Vorrat reicht.



GENERATION PLUS

aktiv & mobil in jedem Alter



**JETZT
RATGEBER
ANFORDERN!**

Mit diesen Tipps geht
alles einfacher.

Ratgeber **Wohnen im Alter** herunterladen:

WWW.RIMALDI-SENIOREN.DE/

rimaldi.de
Die Immobilienprofis
"In Hadern dahoam"

Matthias Wandl
rimaldi - die Immobilienprofis
Haderunstraße 43 | 81375 München
Telefon: 089 37412333

Verein für ambulante Alten-, Behinderten- und Krankenpflege. Zulassung aller Kranken-, Pflegekassen und Sozialämter

PFLGESERVICE
MÜNCHEN e.V.

- Qualifiziertes Personal versorgt Sie nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen
- Rund um die Uhr Pflege und Urlaubsvertretung
- 24 Stunden Rufbereitschaft
- Überleitung und Aufnahme von Patienten incl. kompletter Hilfsmittelversorgung auch am Wochenende

Unverbindliche Informationen und Beratung erhalten Sie unter:
Telefon 0 89/71 000 810
Fürstenrieder Straße 165 · 81377 München
Internet: www.pflegeservice.org

Internet: www.pflegeservice.org

Fürstenrieder Straße 165 · 81377 München

SOVD Sozialberatung in München
im Hause der AWO in Giesing,
Schwanseestraße 18, Raum 114

Terminvereinbarung
unter
Tel. 089 / 53 05 27

**Rundum-Betreuung
und Pflege zuhause**

PROMEDICA PLUS
Betreuung und Pflege daheim

Ihr Ansprechpartner vor Ort:
Michael Rath

PROMEDICA PLUS München Nord-West
Postfach 19 07 32 | 80607 München
Tel. + 49 (0) 171 - 83 73 241
muenchen-nord-west@promedicaplus.de
www.promedicaplus.de/muenchen-nord-west

Gutes Licht, besseres Sehen

Eine optimale Beleuchtung kann das Leben spürbar erleichtern

(djd). Ganz ohne Licht kann niemand sehen. Doch während junge, gesunde Augen auch bei ungünstiger Beleuchtung noch gute Leistungen erbringen können, haben Menschen mit Sehbehinderungen deutlich höhere Anforderungen. Kurz: Je schlechter die Augen, desto besser muss das Licht sein. Die Versorgung von Sehbeeinträchtigten beginnt deshalb mit einer speziell an persönliche Bedürfnisse angepassten Beleuchtung. Allein dadurch kann der etwa zum Lesen erforderliche Vergrößerungsbedarf sehr stark reduziert werden. Untersuchungen in einem Altenheim haben gezeigt, dass bei optimierter Beleuchtung doppelt so viele Bewohner normalen Zeitungsdruck lesen konnten wie bei üblichen Lichtbedingungen.

LEUCHTEN FÜR BESONDERE ANSPRÜCHE

Gleichmäßige Helligkeit ohne Blendefekte - zum Lesen, Basteln, Rätseln, Nähen oder Puzzeln - können spezielle LowVision-Leuchten zum Beispiel aus der Serie Multilight Pro von Schweizer Optik bieten. Es gibt sie in verschiedenen Ausführungen mit Klemm- und Standfuß, sie sind vielfältig verstellbar, ergonomisch gestaltet mit großen Hebel- und Bedienfeldern, wahlweise mit Netzteil oder Lithium-Ionen-Akku ausgestattet und „Made in Germany“. Eine weitere Erleichterung für sehbehinderte Menschen: Die Leuchten sind in drei verschiedenen, reinen Lichtfarben erhältlich: Warmweiß (2.700 Kelvin), Neutralweiß (4.500 Kelvin) und Kaltweiß (6.500 Kelvin) - ein Modell sogar mit allen drei Farben zum Umstellen. Das ist wichtig, weil neben der Helligkeit auch die Farbe des Lichts einen großen Einfluss auf die Kontrastwahrnehmung und den persönlichen Sehkomfort hat.

KALT, WARM ODER NEUTRAL?

Ein Grund dafür ist, dass „kaltes“ Licht mit einem hohen Blauanteil als heller empfunden wird. Patienten mit Makuladegeneration, die einen sehr hohen Helligkeitsbedarf haben, bevorzugen daher oft bläulichere Lichtfarben. Andererseits werden die kurzwelligen blauen Strahlen besonders stark gestreut. Bei Sehbehinderungen, die durch Trübun-

gen von Hornhaut, Linse oder Glaskörper verursacht sind, ist deshalb eine warmweiße Beleuchtung mit höherem Rotlichtanteil ratsam, um Blendung zu vermeiden. Mehr Informationen dazu gibt es unter www.schweizer.optik.de. Meist können Sehbehinderte sehr eindeutig sagen, welche Lichtfarbe sie am angenehmsten finden. Beim spezialisierten LowVision-Optiker lassen sich alle Varianten ausprobieren.



Geräte für das Erkennen von kleinen Buchstaben oder Einzelheiten wie beim Lesen, Rätseln oder Basteln ist eine gute Beleuchtung entscheidend.

Foto: djd/A. Schweizer

Kanzlei für Erbrecht

Dr. Dr. Petra Schmid
Rechtsanwältin ■ Mediatorin

- Testamente
- Pflichtteilsrecht
- Erbscheine
- Vorsorgevollmacht
- Testamentvollstreckung
- Nachlassabwicklung
- Patientenverfügungen
- Erbengemeinschaften

Termine nach Vereinbarung ■ Hausbesuche möglich

Schulstr. 68 ■ 82166 Gräfelfing ■ Tel: 089/88 999 320
kanzleirdrschmid@t-online.de ■ www.kanzlei-drschmid.de



GENERATION PLUS

**Betreutes Wohnen
in München-Neuhausen**

ST. VINZENZ RONDÉLL
Christliche Wohnen

Malteser

Die richtige Entscheidung für eine gute Zeit im Leben
Leben wie Sie es gewohnt sind und doch im **Notfall** versorgt sein. Ideale barrierefreie 1- bis 2-Zimmerwohnungen mit **24-Stunden-Malteser Rufbereitschaft**, sonnig und hell in kleiner Parkanlage. Seit über 20 Jahren ein erfolgreiches Konzept.
Mietbeispiele: 1-Zi.-App., ca. 35 m² Wfl. ab monatl. **610,- €** + NK
oder 2 Zi., ca. 46 m² Wfl. ab **850,- €** + NK
Wenn Sie mehr über behindertenfreundliches und betreutes Wohnen erfahren möchten, schauen Sie im Internet unter www.betreutes-wohnen-muenchen.de oder rufen Sie uns an: **Telefon 089/18 66 00**

ANZEIGE

Kompetenter Service seit 1989

Bereits seit über 30 Jahren behaupten sich Karen und Peter Schür erfolgreich mit ihrem „Gardinen-Wasch-Service“ am Markt. Die Medien lobten schon im Mai 1989 die einfallreichen, jungen Unternehmer mit ihrer pfiffigen Idee vom „Waschparadies für Gardinen“. Neben dem Auf- und Abhängen der zu reinigenden oder zu waschenden Gardinen beinhaltet der zuverlässige Komplettservice auch Neuanfertigungen und dazugehörige Dekorationsarbeiten. Auch Teppich- und Lamellenreinigung gehört zu den Leistungen der Wäscherei Peter Schür.

Gardinen Wasch Service



Gardinen-Wasch-Service, Inhaber Peter Schür
Mo. bis Fr. 10 bis 14 Uhr, Tel. 089 / 448 25 85
ansonsten jederzeit gerne unter Handy 0171 / 620 31 73

GENERATION PLUS

Die nächste
Sonderveröffentlichung
erscheint am
23. Januar 2021

Ankauf von Edelmetallen aller Art zu aktuellen Kursen



*Unter 089 - 850 60 77
oder am Hauptplatz 4/1 in Gauting
sind wir für Sie Mo. bis Fr.
von 8.⁰⁰ bis 17.⁰⁰ Uhr erreichbar*



Fakten

Die deutschen Anzeigenblätter und ihr Bundesverband BVDA arbeiten mit correctiv zusammen.

Interkulturelles Forum

München - Das Christophorus Hospiz Institut für Bildung und Begegnung lädt am Mittwoch, 25. November, von 17.30 bis 19.30 Uhr, zu einer Online-Veranstaltung mit dem Titel „Interkulturelles Forum – Zwischen zwei Stühlen“ ein. Angesprochen werden Menschen, die im Ausland geboren, ihre Jugend dort verbracht haben oder aber beruflich längere Zeit im Ausland gearbeitet haben. „Sie sitzen sozusagen zwischen zwei Stühlen. Sie haben eine zweifache Heimat und fühlen eine doppelte Fremdheit“, heißt es in der Veranstaltungsankündigung des Christophorus Hospiz Instituts, das aus dieser Konstellation Impulse für eine kultursensible Hospiz- und Palliativversorgung aufnehmen möchte. Die Veranstaltung ist gebührenfrei und wird in deutscher Sprache mit englischer Übersetzung stattfinden. Wer teilnehmen möchte, kann sich per Mail an bildung@chv.org oder unter Telefon (089) 130787-342 anmelden. **bb**



CORRECTIV Faktencheck der Woche

US-Wahl: Nein, Video zeigt keine „verloren gegangenen Stimmzettel“

Ein Video zeigt, wie zwei Sheriffs Plastiksäcke am Straßenrand einsammeln. Auf Youtube, Telegram und Facebook wird behauptet, die Säcke enthielten „verloren gegangene“ Stimmzettel von der US-Wahl. Das stimmt laut Polizei nicht. Es handelte sich wohl um geöffnete Amazon-Pakete.

Bisher keine Belege für systematischen Wahlbetrug in den USA

Seit Beginn der US-Präsidentschaftswahl kursieren Gerüchte über angeblichen Wahlbetrug zugunsten der Demokraten und Joe Biden. Oft handelt es sich um falsche oder unbelegte Behauptungen.

Ein Video aus den USA kursiert derzeit im Netz: Es zeigt zwei Polizisten und einen Mann in gelber Weste, die mehrere Plastiksäcke aus dem Gestrüpp am Straßenrand ziehen. Dazu wird mit Bezug auf die Präsidentschaftswahl in den USA behauptet: „Es tauchen immer mehr Videos auf, in denen ‘verloren gegangene’ Stimmzettel gefunden werden“.

Für einen Wahlbetrug gibt es laut mehreren US-Medienberichten, die sich auf Wahlbeobachter berufen, keine Belege. So berichtete beispielsweise die New York Times am 10. November 2020, es gebe keinerlei Hinweise auf angebliche Manipulationen. Die Zeitung hatte dazu laut eigener Angabe bei Behörden in allen US-Bundesstaaten nachgefragt.

Recherchen von CORRECTIV zufolge stimmt das nicht. Das Video wurde am 8. und 9. November 2020 mehrfach auf Facebook geteilt. Außerdem wurde es auch beim Messenger-Dienst Telegram verbreitet, wo allein zwei Gruppen-Beiträge mehr als 94.000 Mal angesehen wurden. Zudem berichtete der Blog Journalistenwatch darüber und verlinkte ein Youtube-Video mit der Szene vom Straßenrand.

In dem US-Bundesstaat Kentucky, wo die Säcke mit den Amazon-Paketen gefunden wurden, fällt das Wahlergebnis aktuell zugunsten des amtierenden US-Präsidenten Donald Trump aus. Laut der Wahlprognose vom „Kentucky State Board of Elections“ erhielt Trump dort mehr als 62 Prozent der Stimmen (Stand: 17. November 2020). Der amtierende US-Präsident Trump erkennt das Ergebnis der Wahl in den USA bisher nicht an.

Sind in dem Video „verloren gegangene“ Stimmzettel von der Präsidentschaftswahl in den USA zu sehen?

Fazit

Das Video stammt aus Kentucky und steht laut der örtlichen Polizei in keinem Zusammenhang mit der US-Wahl. Offenbar handelte es sich um geöffnete Amazon-Pakete, die ein Unbekannter im Gestrüpp entsorgt hatte.

FAKTEN FÜR DIE DEMOKRATIE

Durch eine Kooperation mit dem Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter (BVDA), dem rund 200 Verlage mit einer wöchentlichen Auflage von ca. 60 Mio. Zeitungen angehören, erscheint in den Anzeigenblättern regelmäßig ein Faktencheck des unabhängigen und gemeinnützigen Recherchezentrums CORRECTIV.

Die vielfach ausgezeichnete Redaktion deckt systematische Missstände auf und überprüft irreführende Behauptungen. Wie Falschmeldungen unsere Wahrnehmung beeinflussen und wie Sie sich vor gezielten Falschnachrichten schützen können, erfahren Sie unter

correctiv.org/faktencheck





ab Mo., 23. November



Handlettering-Set
Set, bestehend aus 1 Bleistift, 1 Anspitzer, 1 Künstlerpen und 1 Fineliner, 1 Calligraphy-Füllhalter mit 2 extra Griffstücken, 6 Tintenpatronen, 6 Hangtags und je 5 linierten Übungsblättern

Set
4,99

HIGHLIGHTS DER WOCHE

1 blue motion Weihnachts-Sweatshirt/-Pullover
Für Damen, versch. Modelle und Materialzusammensetzungen, Größen: S (36/38) - L (44/46), je Stück

Highlight der Woche
9,99

2 watson's Weihnachts-Sweatshirt/-Pullover
Für Herren, versch. Modelle und Materialzusammensetzungen, Größen: M (48/50) - XXL (58), je Stück

Highlight der Woche
4,99

3 alive® Weihnachts-Sweatshirt
Für Kinder, versch. Modelle und Materialzusammensetzungen, Größen: 92-140, je Stück

Highlight der Woche
4,99

CASA Deco Folien-Geschenktüten
Versch. Größen, ideal für Süßigkeiten, Kekse, Pralinen etc.

Set
1,29

Inkl. Leine, Häufchenschnapper und Leckerlis

Poopalots Große Racker
Interaktives Plüschtier zum Gassigehen, Füttern und Häufchenaufsammlen, mit Leine, ab 4 Jahren, je Stück

19,99

Inkl. 4 Stumpenkerzen
Weitere Farbe: 

GARDENLINE® Adventskranz/-gesteck, groß
Aus echter Nihilistanne, Adventskranz Ø ca.: 50 cm, Adventsgesteck Länge ca.: 50 cm, je Stück

15,99

von Mo., 23. bis Sa., 28. November
Täglich frisch geliefert

-30%

3,33*
4,79

NATUR
Zwiebeln

Heidelbeeren

Ursprung: Argentinien/Peru/Südafrika.
Klasse I, 500-g-Packung, kg-Preis 6.66

-23%

0,99*
1,29

GUT BIO

Bio-Zitronen

Ursprung: Spanien, Klasse II,
500-g-Netz, kg-Preis 1.98

ALDI SÜD Dienstleistungs-GmbH & Co. oHG, Burgstraße 37, 45476 Mülheim
Firma und Anschrift unserer regional tätigen Unternehmen findest du auf
aldi-sued.de/filialen oder mittels unserer kostenlosen automatisierten Service-
Nummer 0 800/78 00 25 34.

* Wir bitten um Beachtung, dass diese Aktionsartikel im Unterschied zu
unserem ständig vorhandenen Sortiment nur in begrenzter Anzahl zur
Verfügung stehen. Sie können daher schon am Vormittag des ersten
Aktionsstages kurz nach Aktionsbeginn ausverkauft sein. Alle Artikel
ohne Dekoration. Bekleidung teilweise nicht in allen Größen verfügbar.

48M-2020

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



Samstag, 21. November 2020 | Nr. 47

Immobilien

Immo-Angebote

RMH in Zagreb (Kroatien), Stadtteil Dugave, 180 m² Wfl., 5 Zi., Kü., 2 Bäder + 1 WC, 2 Bk., gr. Terrasse, Loggia, UG mit eig. Eingang, Garage, ca. 150 m² Garten, 220.000,- € Telefon: 0179/2960693 od. 0176/45530757

Moderne Neubau-Reihenhäuser in Emmering (FFB), ab 119 Wfl., ab 825.000 Euro, noch 2 verfügbar!!! Comodo Massivhaus, Tel: 08151/5566776

Wohnhaus in Berlin-Spandau, 11 WE, Faktor 18, Rendite 5%, VP 2.100.000 €. Mehrere Infos finden Sie auf unserer Webseite www.immobiliengestaltung.de

Freizeitgrundstück ca. 1.700 m², Nähe Aschering, Waldrand, herrl. Aussicht, Wiedererrichtung Waldhütte. Verkauf geg. Gebot, Angebot freibleibend, € 100.000,- Tel. 08092/9880



Eigentümer aufgepaßt! Ab 23. Dezember teilen Sie sich mit dem Käufer die Provision. Ich arbeite bis dahin noch kostenfrei und ohne Vertrag für Sie Tel. 089 / 39293762
mueller-groscurth-immobilien.de

Bogenhausen, 32 m², 1-Zi.-App., Kü., neues Bad mit Wanne, Parkett, 2 Bk., Traumisch Arabellapark, zu verk., 290.000,- € keine Provision, Tel. 0151/54656924

Karlsfeld 3-Zi., 83 m², TG, näheres unter: Immoscout ID 122316216 www.petzendorfer-immobilien.de

Unterhaching: 4 Zi.-Whg., neue hochwertige Ausstattung, einschl. neue Küche und neues Bad, Parkett, 91 qm, ruhig, S-Bahnhalte, sofort beziebar, 123,8 KWH, Fernwärme, KP 638.000 € zzgl. 20.000 € Garage, venedig-2013@email.de

3 ZKB DG Nähe Nymphenburg, frei, ca. 130m², ruhig, top Zustand, 2 Bäder, 2 Balkone, Parkett, Fußbodenheizung, bodentiefe Fenster, Abstell. Keller, TG, Stellplatz möglich. Ideal für Familie mit Kind oder Pärche, v.Privat Preis: 1.19 Mio €, Tel. 089/89997550

Immo-Angebote Gewerberäume

Renommiertes Unternehmen sucht Räumlichkeiten, ebenerdig, zwischen 450 - 500 m², mit Anfahrtsmöglichkeit im Münchener Westen. Tel. 0173/3616402

Ludwig-Vorstadt, Altbau, Keller/Lager, ca. 65 m², ausbaubar für WC Wasser, Hgz. var. nutzbar. VB 180.000,- € markus.hoermann@t-online.de

Immo-Gesuche

Malermaler sucht in Aubing u. Umgebung EFH oder MFH von Privat gegen Barzahlung, auch Tausch mit Landh. Nähe Tegernsee möglich. Zuschr. u. Chiffre-Nr. 367345 an Wochenanzeiger Medien, Pf 210449, 80674 München

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



4 kleine Freunde (0-3 J.) suchen für sich und ihre Eltern ein Grundstück für ein gemeinsames Doppelhaus (>600 m², bspw. auch durch Gartenabtrennung). Belohnung bei erf. Vermittlung 10.000 €, E-Mail: 4FreundeHaus@gmx.de oder Tel. 0173/5839616

Barzahler sucht Whg., ca. 3-Zi., Tel. 0175/2463043, privat

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

Jg. Familie sucht Grundstück zum Kauf, Tel. 0170/8489890

SUCHE KLEINE WOHNUNG IN MÜNCHEN, Tel. 0162/4046960



Kaufe Whg. Tel. 089/4898925

Kaufe Whg. Tel. 089/62809177

Familie sucht Haus EFH, RH, DH, Nymph/Oberm/Pasing/Laim; Gerne ren.bed. T. 0160/7044220

Kaufe ETW / Haus / Grund, sof. Kaufentscheidung, T. 089/663366

Kaufe Whg. Tel. 089/92269970

Suchen Traumhaus Die zwei Kinder brauchen Auslauf & wir mehr Platz, Tel. 0173/5731472



Wir verkaufen Ihre Immobilie, kostenfrei Einbewertung für Eigentümer 089-32606921 www.pscheidt-immobilien.de

Kaufe Whg. Tel. 089/94002977

Geteiltes Leid ist halbes Leid (-) Wahl-Dachauer Fam. (m. 2 Buben, 3 und 5 J.) sucht gleichgesinnte für BAUGEMEINSCHAFT - DHH, Maisonette, Dreispänner, Neubau, Altbau, alles möglich, in Dachau. Wer macht mit? Tel. 0152/01344461

Junge Familie su. Grundstück oder Haus in München und Umgebung, Angebote bitte an: haus@muenchenweit.de

Kaufe Whg. Tel. 089/8670969

Direkter Ankauf Ihres Grundstücks, Info: T. 0171/8787463

Junge Familie (Arzt, Lehrerin) sucht Haus (EFH, DH, RH) zum Kauf in Mü-Ost + Süd auch renov. bed. ab 135 m², Tel. 0176 / 20140743

3-Zi.-ETW gesucht! Ab 50m² gerne renovierungs-/sanierungsbed. Tel. 089/215372841

Erfahrene KiTa-Betreiberin mit Herzblut sucht Häuser oder Erdgeschossflächen für eine wunderschöne, gepflegte KiTa ab 200m² bis 2000m². Grünfläche wichtig. Ankauf oder Miete. Tel. 0163 / 4517783, s.schleif@esbbk.de

Ältere Häuser und Grundstücke gesucht **RSI** IMMOBILIEN
Wir bewerten und vermitteln Ihre Immobilie. Für Verkäufer kostenfrei - sprechen Sie einfach mit unserem Herrn Schwarz. Tel. 089 / 127 129 50 www.rsi-immobilien.de

Nettes, junges Paar su. f. Familiengr. zw. 201-23 EFH, DHH in Mü-S, O, Umland 0151/55566764 verengsta@gmail.com

Junge Familie sucht prov.fr. und renovierungsbedürftige Whg. mit mind. 4 Zi. im Zentrum München (Isartor, Marienpl. Glockenbach) zum Kauf, Tel. 0177/8033801

Renovierungsbed. 2-Zi.-Whg. zu kaufen gesucht, Tel. 089 / 26212936
fischer-neuhausen@arcor.de

Privatmann sucht Wohnung zum Kauf, Tel. 0179/2945294

Mü-Klinik MAIN, Beamter + 2 Ki. su. 4-5-Zi.-Haus m.Gart. in S/WS/50 v. MUC z. Kauf. Zus. a. d. Verlag, Mü. Wochenanz., Moosacher Str. 58, 80809 Mü., Chiffre 1262105

Verkauf-Bewertung-Beratung. Kostenlos f. Verkäufer / Verm., Tel. 01711469405
info@annaimmo.de

Junge Familie sucht dringend Grundst./Haus, Tel. 0170/8489890

Suche kleine Wohnung in München, Tel. 0162/4046960

Wir su. für Altbau-Bewohner vermiete Wohnung, als Kapitalanlage Tel. 089/39293762
mueller-groscurth-immobilien.de

Junge Familie mit 1j. Kind sucht neues Zuhause: Möchten Sie Ihr Haus oder Grundstück verkaufen? Baupartner DHH? Wir suchen in Pullach, Solln, Harlaching, Thalkirchen, Westpark. Wir freuen uns auf Nachricht. Tel. 0152-3433298, KEIN MAKLER!

Su. für mich u. meinen 7 jähr. Sohn Haus/MFH, Tel. 089 / 54889877

2-Zi.-Whg. o. Apartment in München gesucht. Tel. 0170 / 8489890

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

EFH, DHH und Bungalows gesucht - ab 120 m² Wfl., 400 m² Grd, Gge, gepflegt, auch seniorenrecht, bis € 1.200.000,- Gruppe Immobilien, Tel. 08141-889900

Finanzstarker Baufrüher sucht Baugrundstücke mit/ohne Altbestand
Schnelle & diskrete Abwicklung garantiert
Anspruchspartner: Herr Hiltzberger
Tel. 089 21 96 41 09
AKUAFIT SERVICE
AKUAFIT Service Real Estate e.K.

Immo-Gesuche Gewerberäume

Praxisräume ab Sommer 2021 im Landkreis Dachau gesucht (Heilpraktiker), T. 0157/32334744

Grundstücke

Junges Paar sucht Bauplatz bei Adelzhausen (+15 km) für EFH ca. 400-800 m². Faire Angebote bitte an Tel. 0176/42044659

Suche 350-500m² Grdst. zum EFH-Bau erschl. Region 5-Seen-Land bei Weilheim Preisvorschl. bis 600.000 € Tel. 0177/5265601

Junges Paar sucht Bauplatz bei Adelzhausen (+15 km) für EFH ca. 400-800 m². Faire Angebote bitte an Tel. 0176/42044659

Mietangebote

Su. jg. Rentner (m/w/d) Ehepaar od. Hausmeister m. Auto u. handwerkll. Fähigkeiten f. schöne preiswerte 2-Zi.-Whg. m. Bk. in Neuhausen, Tel. 089/163414

Untersending, großz. 1-Zi.-Whg. 53 m², Wo.Kü. m. EBK, gr. Bad, Bk., Parkett, Altbau neu renov., Erstbez., KM 1.150,- € + 70,- NK + 3 MM KT, ab 1.1.21; valley.089@gmx.de

Berg bei Starnberg, Bungalow 140 m², 750 m² Südgarten, vor Umbau befristet ab sofort bis 30.07.21 zu vermieten, € 1.900,00 + NK von privat. E-Mail unter: odilia.dufner@gmail.com



Sendling: Lager - Hobbyraum - Weinkeller, keine Übernachtungsmögl. ab sof. zu verm. T. 0177/7874939

82205 GILCHING Laden beste Lage, ca. 100 m² im EG und ca. 30 m² im UG, 3 Eingänge, Energieausweis 113 kWh/m²a, 3 Stellplätze, ab 1.2.2021, Miete p.m. € 950,- zzgl. Mwst, NK und Kauti-on, von privat, Telefon: 0171/7713470

Sehr ruh. u. helle 1-Zi.-Whg. 33 qm, 3. OG, neu u. hochwertig möbl., in Sendling, Nähe U3, € 650,- + NK € 135,-, TG € 50,-; rsta@gmx.net

Planegg, 3-Zi.-Whg., ca. 86 m², 1. Stock, SW Balk., EBK, Aufzug, Kellerr., gepflegtes und ruhiges MFH, ab 01.02.21 an 1 od. 2 Pers. zu verm. € 1.150,- + NK, + Kaut., Mail: ernstalbervt.privat@gmx.de

Weilheim - Achteame Mieter gesucht für schöne 3,5-Zi.-Whg., 95 m², großer Garten, ab Januar 2021, 900,- € KM + 150,- € NK, E-Mail: gartenwohnung.weilheim@gmx.com

Möbl. Zi., 58,T.0151/50842412

Ruh., möbl. Zi. in Laim; Tel. 089/583954

Ruhige 2-Zi.-Whg. in Solln ab 05.01.21 an ruhige, solvente Einzelperson zu vermieten. Ca. 60 m² + 28 m² Terasse im 1. Stock für 1.200,- € + ca. 180,- € NK, E-Mail: brigitte.foerster@gmx.de

Gr. möbl. Zi. mit Bad/WC, Laim, Nähe U5, 550,- € inkl., Telefon: 089/648621 (AB)

Unterhaching, 1-Zi.-App., möbl. super Lage, 33 m², EBK, S-Bk., 710,- € + 90,- € NK. Tel. 0178/63243 00

4-Zi.-DG-Whg. Untermerzing ca. 88 m², 3-Fam.-Haus, EBK, Keller, Bk. 1100 € + 200 € NK + KT, ab sofort für 2/3 Pers. Tel. 089 / 81889419

2-Zi. Whg Mü-Allach, ca. 70 m², Wohn-/Esszi ca. 30 m², Schlafzi. 15 m², Bad, EBK, gr.Terr., Kamin, Freisitz, Garten ca. 80 m², ruhige Lage, Garage + Stellpl, 1250,- € + NBK. vermietung.allach@gmx.de

Möbl. Zi. i. Giesing, 550,- € i. WG langfristige an Dame zu vermieten. Tel. 0157/80470493

Ottobrunn 3,5-Zi.-Whg. 1. OG mit EBK, Zentral, ca. 100 m², mtl. 1300,- € + NK + 3 MM + Kt, Tel. 0162/3680236

1-Zi.-App. M-Allach, Dachg. ca. 30m² ab sof. zu verm. 450,- € + NK, Zuschriften unter Chiffre 1262394 a. d. WOA GmbH, Moosacher Str. 56, 80809 München

2-Zi.-Whg. in Alling, EG, 70 m², Terrasse 800,- €/M. kalt, Garage 60,- €/M., NK ca. 130,- €/M. Zimmer.alling@gmail.com

So finden Sie eine Wohnung in München

anzeigen.muenchenweit.de

EnEV 2014 - Ihre Immobilienanzeige nach den neuen Richtlinien

Laut Beschluss der Bundesregierung gelten ab dem 01.05.2014 neue Pflichtangaben nach der Energieeinsparverordnung 2014 für Immobilienanzeigen.

Eine mögliche Musteranzeige für Wohngebäude:

3-Zi.-ETW, zentrale Lage, 80 m², ruh. SW-Lage, BJ. 2000, Gge., EBK, Parkett, HZG Gas, EA-B, 112 kWh/m²a, EBK B, KP 380.000 € Tel. 089/54655-210 Mehr-wissen-ID: 0000

- Baujahr
- Energieträger der Heizung
- Energieeffizienzklasse
- Wert des Energiebedarfs
- Art des Energieausweises

Für Rückfragen steht Ihnen unsere Immobilienabteilung unter Telefon 089/546 55-162 gerne zur Verfügung.

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
e-mail: info@muenchenweit.de
Geschäftsführung: Roland Binder, Michael Simon
Anzeigenleitung: verantwortlich Michael Simon
Anzeigenleitung Immobilien- und Stellenmarkt: Michael Rath
Vertriebsleitung: Jürgen Werner, Tel. 089/452436-44, Fax 089/452436-50, E-Mail: vertrieb@crossmedia-vertelung.de
Chefredakteur: Johannes Beetz (job)
Redaktion: Simone Bauer (sb), Tanja Beetz (tab), Brigitte Bothen (bb), Beatrix Köber (kō), Livia Schommer (lsc), Elisabeth Schönberger-Seubert (eis), Ulrike Seiffert (us), Sarah Steiner (sv), Patrizia Steipe (pst).
E-mail-Adresse: 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: jedes Wochenende kostenlos an Haushaltungen, Handels-, Gewerbe- und Industriegebiete in München und Stadt & Landkreis Dachau
Satz: CreAktiv komma münchen GmbH, Fürstenrieder Straße 5, 80687 München
Druck: Süddeutscher Verlag Zeitungsdruck GmbH, Zamdorfer Str. 40, 81677 München

Zur Zeit ist die Anzeigenpreisliste Nr. 76 vom 1. März 2020 gültig.
Es gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen in der aktuellen Fassung, die Sie im Internet unter www.wochenanzeiger-muenchen.de/agb einsehen können.
Zustellerauflage: Süd-West-Würmtal-Germering 235.655 Stück

BVDA
BUNDESMITTELVERBAND
DEUTSCHER VERLAGS-UND
ZEITUNGSANZEIGER-VERBAND

GPZ
GEMEINSCHAFTLICHE
PRÜFUNG
BUNDESZEITUNGSANZEIGER-VERBAND

Ausgezeichnet mit

DURCHBLICK PREIS 2020 BVDA

DURCHBLICK PREIS 2018 BVDA

DURCHBLICK PREIS 2019 BVDA

DURCHBLICK PREIS 2017 BVDA

DURCHBLICK PREIS 2015 BVDA

1. Platz in der Kategorie Leser- und Verbrauchernähe

2. Platz in der Kategorie Leser- und Verbrauchernähe

2017
Dietrich-Oppenberg-Medienpreis für Journalisten

2016
Münchner Sozialcourage Medienpreis

Wir bewerten und vermitteln Ihre Immobilie. Für Verkäufer kostenfrei - sprechen Sie einfach mit unserem Herrn Schwarz. Tel. 089 / 127 129 50 www.rsi-immobilien.de

Zur Herstellung dieser Ausgabe wird Recycling-Papier verwendet

Mietangebote

Wir entrümpeln Ihre Wohnung besenrein! Tel. 08141-8906366

Buchenau mit Aussicht, möblierte 2,5-Zimmer-Penthouse-Wohnung ab 01.12.2021, 56 m² + Dachterrasse, ruas-tetzlauff@t-online.de

Mietangebote Gewerberäume

MÜNCHEN – BODENSEESTRASSE
Büro/Lager/Produktion
 257 m², 1. OG, Lastenaufzug, Belastung bis 1000 kg/m², 6,50 €/m² zzgl. NK, Heizung, MwSt. Provisionsfr. von Vermieter, **Telefon 089/640001 oder chr-geiger@gmx.de**

15 m² repräsentatives Büro, Obersendling, in Gemeinschaft, 430 € warm + MwSt., Tel. 0172/8366613 / interesse@mamedia.de

Schöner großer heller Raum in Haderm für Heilpraktiker / Therapeut ab Jan. zu vermieten, Tel. 0172/8518753

Olching, Büroräume, 108 m², 4 Stellpl., 2 Toiletten, EBK, zentrale Lage, 950.- € + Nk Immobilien Arndt, Tel. 0172-8527597

Mietgesuche

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

Fa. sucht Abstellraum für Büroinventar, in Mü. Süd/Süd-West, mind. 10 m², trocken, abschließb., ab sof., Tel. 309042810 alexandra.reitbauer@edok.de

Rüstige Rentnerin su. günstige Whg. gegen Hilfe für Senioren in Haus u. Garten. Tel. 0178/5278875

Symphatisches, Münchner Paar (29 und 26 J.), beide berufstätig, sucht zentrale 2-3-Zi-Whg., Tel. 0176/31435001

Solvente Familie sucht Wohnung (5-Zimmer) oder kleines Haus bis max. 3.000.- € warm. Einkommensnachweis usw. vorhanden, Tel. 0172/9723931

Therapeut-Ehep. 60+ su. ruh. 2-4 ZKB, Blk/Terr., Münch. Umdl. b. 60km, Bahnverbg., T. 0172/8402432

Krankenschwester in Festanstellung su. 1-Zi-Whg. bevorz. Laim/Pasing, bis € 600,-, zum 1.3.2021, Tel. 0175/5268644

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

Ingenieur (30 J.), in Festanstellung, sucht 2-3-Zi-Whg. in München, ab 40 qm. Freue mich über eine Kontaktaufnahme unter: AD.Hofmann@web.de oder Handy 0176/70547904

Suche RUHIGE 1-1,5 Zi. Ruhiger Mieter sucht ruhige, bezahlbare 1-1,5 Zimmer-Whg. zw. Pasing und Schwabing. T. 0179/1035188

Suchen Haus Mü.-Westen Fam. mit sicherem Einkommen und handwerkli. Geschick sucht wg. Eigenbedarf neues langfr. Zuhaus zur Miete, T. 0170/9151415

Selbstst. Therapeutin sucht ruhige, helle 2-3-Zi-Whg. mit Balkon in Pasing, Menzing, Mü. Westen ab sofort, Telefon: 0176/51612879

Nette Erzieherin, frisch in Rente, sucht günstige Wohnung, Tel. 0160/6239397

Paar (52/38 J.) mit Hund (Boxer) sucht Haus in und um München bis 2.000 € WM, T. 0174/9311254

Wohlfühl Oase gesucht! Ich (w. 43 J.) nach längerem Auslandsaufenthalt suche ich nach einer gemütlichen 1 - 2 Zi. Whg. bis ca 660.- € warm. Sicherer Einkommen. jasmine_naegele@web.de

Junges Paar festangest. sucht ruhige 3-Zi-Whg. in Laim, ab 1.2. mit Balkon u. EBK. Bis 1.200,- € kalt, Tel. 0176/31428402

Ruhiges zuverl. älteres Ehepaar su. 3-3,5-Zi-Whg., EG, Warmmiete bis 1.350,-€, zum 1.3. od. 1.4.2021, Tel. 089/8561734

Wir suchen ab sofort für vorgemerkte Kunden 1- bis 4-Zi.-Wohnungen. (Provisionsfrei für Vermieter möglich) Sven Grimm Immobilien Telefon 089/43 40 01

Haus (EFH) gesucht: Nettes Paar, NR, ruhig, zuverl., ges. Eink., keine H.tiere, sucht Haus, ca. 150 m², Gde. Berg od. Münsing. Tel.: 0152/24408529

Fam mit 4 Pers./5500.- € netto sucht Whg od. Haus zur Miete ab 4 Zi./100 m² im Südosten. Tel. 01575/0166578

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

Dipl.-OT-Meister + Familie sucht Haus ab 5 Zi., ländl. m. Garten im Raum EBE, Tel. 0163-4411702

Mutter (57) u. Tochter (19) su. 2-3-Zi-Whg. z. 1.3.21 o. früher m. guter Anb. an MVV. Wir sind sehr nette Mieter m. regelml. Eink., Miete b. 1400.- € warm. Tel. 0177/2018974

Langj. Allianzmitarbeiterin su. 1-2-Zi-Whg. -850,- € kalt Bogenhausen, Schwabing + 2 km, sep. Küche + WM-Anschluß: Tel. 0171/3290176

60 jährige Frau sucht in München u. Umg., günstige, möbl. 1 ZKB zw. 300 € und 400 €, Tel. 0175/3238507

2 ruhige Frauen; su. 2-3-Zi-Wo. inkl Balkon; max. 1200.- € Au / Sendling/Giesing. 0151/58418293

Pärchen (m 27 IT, w 24 Ing) suchen 1-2-ZW, in U-Bahnnahe, ruhige Lage, bis 900.- € warm. Tel. 0176-85521000

Frau (30) 1-2 Zi., max 800 € warm. Hilfe für Senioren/Hausmeister-tätigkeiten: Tel. 0176/74 711 038

Wirtschaftsing. Studentin mit Stipendium freundl., NR, ruhig, zuverlässig, 26 J. mit 2 Kindern sucht neues Zuhause, 2,5-3-Zi-Whg. bis 1000.- € warm, in Mü-Nordwest, Feldmoching/Hasenberg, Tel. 0176/34500397

Nette Akademikerfamilie mit Zwillingen (3J.) sucht ab 2/21 oder später Whg./Haus, 4-5-Zi. mit Garten, max 1600 € kalt mit guter Anb. an ÖPNV, Tel. 0176 / 58856657

M, 27, alleinstehend Akademiker su. 1,5/2-Zi-Whg. innerhalb Mittlerer Ring ab ca. 45 m², Budget bis 900.- € warm. Einzug gerne 01.12. - 31.01. An den Verlag, Mü. Wochenanzeiger, Moosacher Str. 58, 80809 Mü. Chiffre 1262073

Wir suchen: ein Häuschen od. eine Wohnung mit Garten in Laim od. Moosach. Wir sind zu zweit, handwerklich begabt u. bei Bedarf gewillt zu renovieren. Wir haben einen gut erzogenen Hund u. feste Jobs im künstlerischem Bereich. Wir freuen uns über Eure/Ihre Angebote! Lisa, Tel. 0176-32837931

Abkürzungen im Immobilien- und Mietmarkt
 Wir beraten Sie gerne unter Telefon 089/546 55-162

Art des Energieausweises:	Nahwärme	HZG NW
Energiebedarfsausweis	EA-B	Pelletheizung HZG Pellet
Energieverbrauchsausweis	EA-V	Solarheizung HZG Solar
Energieträger der Heizung/HZG		Strom HZG S
Blockheizkraftwerk	HZG BHKW	Wärmelieferung HZG WL
Erdgas	HZG Gas	Warmwasser über Elektroboiler HZG Elek.Boil.
Erdgas leicht	HZG EGL	
Erdgas schwer	HZG EGS	
Erdwärme	HZG EW	
Erneuerbare Energieträger	HZG EE	
Fernwärme	HZG FW	
Fernwärme Dampf	HZG FWD	
Flüssiggas	HZG FS	
Heizöl	HZG Öl	
Holz	HZG Holz	
Holz Hackschnittel	HZG HSchn.	
Kohle	HZG Ko	
Luftwärmepumpe	HZG LWP	

Weitere Abkürzungen zum Energieausweis:
 Baujahr lt. Energiepass Bj. (EA)
 Energieeffizienzklasse (A+ bis H)
 EEK A+ bis EEK H
 Endenergiebedarf für Wärme EB-W
 Endenergieverbrauch für Wärme EV-W
 Endenergiebedarf für Strom EB-S
 Endenergieverbrauch für Strom EV-S

Wochenanzeiger Medien GmbH
 Fürstenrieder Straße 7-11, 80687 München
 Tel. 089/546 55-162
 immobilienmarkt@muenchenweit.de

Der Immobilienmarkt der Münchner Wochenanzeiger · immo.muenchenweit.de · Der Immobilienmarkt der Münchner Wochenanzeiger · immo.muenchenweit.de

Werbung zum Thema Gesundheit?
 Wir sind Ihr professioneller Partner!
 Tel. 089/546 55-353
 Jens Schwede

Gesundheit @ Wellness

WECHSELJAHRE, PMS, KINDERWUNSCH MIT HORMON-YOGA ZURÜCK INS GLEICHGEWICHT (TEIL 2)

Kleines Hormon-Yoga-Programm nach Astrid Förster:

KÖRPERÜBUNG 1: KRIEGER I

Stelle dich mit weit gegrätschten Beinen auf die Matte. Drehe den vorderen Fuß nach vorn, der hintere wird 45 Grad nach außen gedreht und kraftvoll mit der Außenkante in den Boden gedrückt. Beuge nun das vordere Knie, dabei sollte das Knie nicht über die Ferse hinausgehen (rechter Winkel). Halte den Rücken in einer angenehmen Länge.

Strecke beide Arme nach oben. Die Hüfte zeigt gerade nach vorn. Der Blick geht gerade aus nach vorn. Die Schultern sind gesenkt. Atme in den Beckenbereich. Nun wiederholst du die Übung mit dem anderen Bein vorn.

KÖRPERÜBUNG 2: TAUBE

Hier ist eine genaue Ausrichtung besonders wichtig, sonst werden die Knie und die Hüfte zu sehr strapaziert. Begib dich in den Vierfüßlerstand – Hände

stellst du unter den Schultern ab, Knie sind hüftbreit geöffnet und Füße aufgestellt, der Rücken parallel zum Boden. Ziehe nun das linke Knie nach vorne, lege es hinter Deinem linken Handgelenk ab und lege den Unterschenkel diagonal am Boden ab. Die Ferse befindet sich in der Nähe des rechten Eierstocks. Senke die linke Pobacke zum Boden. Strecke das rechte Bein gerade nach hinten. Dein Knie und Dein Fußrücken liegen auf dem Boden. Die Hüfte bleibt gerade nach vorn ausgerichtet. Stütz Dich mit den Händen ab, richte deinen Oberkörper gerade auf, Blick ist nach vorne gerichtet, entspanne deine Schultern und ziehe den Bauchnabel nach innen. Beim Ausatmen kannst Du mit den Händen nach vorne wandern um Dich langsam mit dem Oberkörper abzulegen. Spanne dabei Deinen Po an, um die Lendenwirbelsäule zu schützen. Atme auch in dieser Übung in den Beckenbereich, lenke deine Energie in den rechten

Eierstock. Wiederhole die Übung mit dem rechten Knie.

KÖRPERÜBUNG 3: SCHULTERBRÜCKE

Die Schulterbrücke wirkt sich positiv auf den Beckenboden sowie die Schilddrüse aus. Lege dich auf den Rücken und setze die Füße beckenbreit auf Höhe der Knie auf den Boden. Hebe nun den Rücken an und schiebe dabei das Becken nach oben. Zwischen Knien und Schultern entsteht eine schiefe Ebene. Falte nun die Hände auf dem Boden. Aktiviere deinen Beckenboden und atme direkt in diesen Bereich. Dabei werden auch die Bauchorgane gedehnt.

ATEMÜBUNG UJJAY – DER SIEGREICHE ATEM

Wer öfter mal taucht, wird es mit dieser Atemtechnik besonders leicht haben. Dabei wird ein leichtes Rauschen erzeugt. Begib dich zunächst in den Meditationssitz – deine Beine müssen nicht gekreuzt sein, sit-

ze vor allem bequem und mit geradem Rücken. Stelle dir nun vor, du würdest mit geschlossenem Mund einen Spiegel anhauchen, oder flüstere ohne deinen Mund zu öffnen. In der Kehle wird dabei die sogenannte Stimmritze verengt, was das leise Rauschen verursacht. Atme ruhig und entspannt einige Minuten auf diese Weise. Diese Übung hat einen sehr beruhigenden Effekt, der unmittelbar spürbar ist.

ENTSPANNUNGSÜBUNG SHAVASANA

Am besten stellst du dir einen Wecker auf zehn oder 20 Minuten. Lege dich nun mit gegrätschten Beinen auf deine Yoga-Matte, die Füße fallen entspannt nach links und rechts, die Arme sind leicht neben dem Körper abgelegt, die Handflächen zeigen nach oben. Schließe deine Augen, ziehe die Schultern Richtung Füße. Atme nun in den Bauch, du kannst auch die Ujjay-Atmung (siehe oben) einsetzen. Ent-

Foto: Astrid Förster

spanne deinen Kiefer und die Gesichtsmuskulatur, lass deinen Rücken in den Boden sinken, entspanne dein Becken, die Beine und die Füße. Konzentriere dich einige Minuten ganz auf die Bauchatmung. Schlafe dabei nicht ein, sondern bleibe konzentriert. Um die Übung zu beenden, bewegst du langsam deine Füße und Hände, Arme und Beine, wendest deinen Kopf nach links und rechts.

ACHTUNG, KONTRAINDIKATIONEN!

In einigen Situationen solltest du kein Hormon-Yoga machen. Dazu gehören: während der Schwangerschaft, nach Brust-OP bei hormonbedingtem Tumor, Endometriose, Bluthochdruck u.a. Im Zweifel solltest du vorher mit deinem Arzt sprechen. Autorin: Astrid Förster
 Weitere Informationen: www.astrid-foerster.com

Gesundheit & Wellness

Seniorenbetreuung

24 Std. Pflege, auch Stundenweise, Fahrservice, aristovita, Tel. 0176/39636963

Alten-/Krankenpflege

BONERT
Alten und Kranken
Pflege GmbH
München und Umgebung
www.bonert-pflege.de • Tel. 089/92771313

Mobile, zertifizierte, medizinische Fußpflege / Frisörmeisterin kommt ins Haus. Telefon: 0175/4438944 oder 089/64167564

Nacht-Betreuung durch erfahrene, deutsche Altenbetreuerin, Telefon: 0179/1098634

Gesundheit

Erfahr. Fachfußpflege, Hausbesuche, 28,- €, Tel. 089/86306276 oder 0151/50672499

Energiearbeit, Tel. 089/7555891

11% Rabatt im November! Gesund, fit und schön! Denk jetzt schon an Weihnachtsgeschenke und überrasche deine Liebsten mit Aloe-Vera-Qualitätsprodukten vom Weltmarktführer. Dazu "kristinabinder-112020" als Rabattcode im Online-Shop anwenden: kristinabinder.be-forever.de

Fußpflege Praxis Neuhausen, Tel. 0173/5968716



KAFFEE UND DER MENSCHLICHE WASSERHAUSHALT

Mehrere Studien haben in den letzten Jahren gezeigt, dass sich die Wirkung von Kaffee auf den Wasserhaushalt kaum von der von Wasser unterscheidet. Wer Kaffee trinkt, scheidet demnach bis zu 84% der aufgenommenen Flüssigkeit innerhalb eines Tages wieder über den Urin aus. Wer reines Wasser trinkt, scheidet bis zu 81% aus. Kurzzeitig erhöht Koffein zwar die Filterfunktion der Nieren, so dass mehr Urin gebildet wird. Dieser Effekt lässt aber schnell wieder nach.

Auch die Zusammensetzung des Urins unterscheidet sich nach dem

Kaffee-Genuss nicht. Allerdings hängt die Wirkung von Kaffee oder Tee stark davon ab, ob jemand an Koffein gewöhnt ist. Bei regelmäßigem Genuss reagiert der Körper schwächer. Auch das Alter, Medikamente oder Krankheiten können die Wirkung von Koffein beeinflussen. Allgemein gilt aber, dass Koffein-Mengen bis 550 Milligramm täglich, das entspricht etwa 5 bis 7 Tassen, unbedenklich sind, was den Flüssigkeitshaushalt angeht.

Trotz dieser Erkenntnisse wird Koffein vielfach immer noch entwässernde

Wirkung zugeschrieben. Demnach kann Koffein den Elektrolyt-Haushalt durcheinander bringen und ist deshalb insbesondere vor körperlicher Anstrengung schädlich. Diese Warnungen sind definitiv übertrieben. Trotzdem sollte man Kaffee oder Tee natürlich nicht gegen den Durst trinken, denn sehr viel Koffein kann beispielsweise den Blutdruck erhöhen. Mineralwasser oder Saftschorlen sind sehr viel besser geeignet, Flüssigkeitsverluste auszugleichen.

Quelle: Gesundheit aktuell

ONLINE-VORTRAG ZUM THEMA HERZSCHWÄCHE

IM RAHMEN DER HERZWOCHEN DER DEUTSCHEN HERZSTIFTUNG
AM DIENSTAG, 24. NOVEMBER 2020, UM 18 UHR VIA SKYPE

Traditionell finden im November bundesweit die Herzwochen der Deutschen Herzstiftung statt. Da aufgrund der aktuellen Situation derzeit keine Präsenzveranstaltungen möglich sind, beteiligen sich die Helios Kliniken München und Dachau in diesem Jahr digital: Sie informieren am Dienstag, 24. November, um 18 Uhr mit einem Online-Vortrag zum Thema Herzschwäche. Darin geben Dr. Michael Ulbrich, Leitender Oberarzt für Kardiologie und Internistische Intensivmedizin am Helios Klinikum München West, und Privatdozent Dr. Bernhard Witzentz, Chefarzt für Kardiologie und Pneumologie am Helios Amper-Klinikum Dachau, einen Überblick über Ursachen und Symptome. Sie erklären, wie die Herzinsuffizienz behandelt werden kann und welche Therapiemöglichkeiten es gibt. Zudem geben die Herzspezialisten wertvolle Tipps zum Umgang mit der Erkrankung im Alltag. Während und nach dem Vortrag haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, Fragen an die Referenten zu richten.

Zur Teilnahme an dem kostenfreien Online-Vortrag via Skype werden ein PC, Notebook, Tablet oder Smartphone mit Tonfunktion, ein aktueller Browser und eine stabile Internetverbindung benötigt. Alternativ ist auch

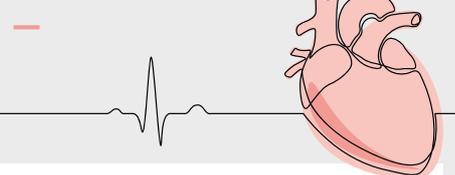
eine Audio-Teilnahme per Telefon möglich. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Den Zugangs-Link und weitere technische Hinweise gibt es auf helios-gesundheit.de/herz-muenchen.

Die Herzinsuffizienz, umgangssprachlich auch Herzschwäche genannt, ist keine eigenständige Erkrankung. Vielmehr sind andere Erkrankungen des Herzens daran beteiligt. Sie beginnt oft schleichend und mit Symptomen, die nicht immer direkt dem Herzen zugeordnet werden. Typisch sind etwa Atemnot, die Abnahme der Leistungsfähigkeit oder Flüssigkeitseinlagerungen. Allein in Deutschland sind Schätzungen der Deutschen Herzstiftung zufolge bis zu vier Millionen vorwiegend ältere Patienten betroffen. Im fortgeschrittenen Stadium kann eine Herzschwäche lebensbedrohlich sein und bis zum Herzversagen führen. Rund 40 000 Menschen sterben jedes Jahr daran.



Dr. Michael Ulbrich, Leitender Oberarzt für Kardiologie und Internistische Intensivmedizin am Helios Klinikum München West. © Helios

Herzwochen 2020: Das schwache Herz



Digitale Veranstaltung der Helios Kliniken in München und Dachau

Experten der Kardiologie beantworten Ihre Fragen rund um die Erkennung und Behandlung von Herzschwäche.

Dienstag, 24. November 2020 | 18:00 Uhr

Alle Infos zur Teilnahme:
www.helios-gesundheit.de/herz-muenchen

Helios

www.helios-gesundheit.de

Mehr Lebensqualität trotz chronischer Schmerzen

Chronische Schmerzen bringen oft einen langen Leidensweg mit sich. Viele Patienten sind bereits mehrfach an der Wirbelsäule operiert, aber die Schmerzen sind nicht weg. Dr. Hartmut Neumann, niedergelassener Neurochirurg in München, sieht solche Patienten täglich. „Wir haben bis zu 700 neue Patienten im Quartal, bei denen wir versuchen einen allumfassenden Ansatz zu finden. Denn darum geht es in der Schmerztherapie.“ In seiner Praxis steht vor allem das Gespräch im Vordergrund um zu erörtern, wo die Hauptursache der chronischen Schmerzen liegt. „Wir können nur dann für jeden die beste Therapie finden, wenn wir individuell auf jeden Patienten eingehen“, erklärt der langjährige Schmerztherapeut.

Chronische Schmerzen sind oft auch eine psychische Belastung

Oftmals verändern sich Patienten durch chronische Schmerzen auch psychisch, sind gesellschaftlich isoliert oder können eine Depression entwickeln. Dr. Neumann weiß: „Psychische Herausforderungen können das Schmerzgefühl verstärken und so entsteht ein Teufelskreis, aus dem Patienten alleine nicht mehr herausfinden.“ Sein Anliegen ist daher, dem Patienten auch auf einer zwischenmenschlichen Ebene zu begegnen, um einen tieferen Einblick zu gewinnen und dem Patienten dadurch die bestmögliche Therapie zu bieten. „Wir verschreiben nicht nur Medikamente, sondern zeigen auch andere Optionen auf, wie autogene Übungen, Akupunktur oder Krankengymna-

stik.“ Wenn die konservativen Möglichkeiten nicht mehr greifen, bietet Dr. Neumann auch Rückenmarkstimulation an.

Elektrische Stimulation gibt Lebensqualität zurück

Die Therapie durch Rückenmarkstimulation ist relativ einfach: Eine Sonde, vergleichbar mit einem Stromkabel, wird in den Wirbelkanal in die Nähe der Nervenbahnen eingeführt, und gibt dort elektrische Impulse ab. Diese unterbrechen die Schmerzübertragung der Nerven in das Gehirn. „Meistens können wir durch die Rückenmarkstimulation eine deutliche Schmerzlinderung erreichen. Die Freude darüber in den Gesichtern meiner Patienten ist für mich als behandelnder Arzt immer wieder etwas ganz Besonderes“, so Dr. Neumann.

Der Eingriff selber dauert nicht lange und wird in zwei Schritten durchgeführt. „Wir weisen den Patienten für 3 Tage in ein Krankenhaus ein, damit er die Therapie in den ersten Tagen unter Anleitung ausprobieren kann“, sagt Dr. Neumann. Zunächst implantiert er unter lokaler Betäubung die Sonde im Rücken des Patienten. Direkt im OP Saal wird getestet, ob die elektrischen Impulse die Schmerzen reduzieren. Wenn der Patient nach einer Testphase zuhause mit dem Ergebnis zufrieden ist, wird auch die Batterie implantiert. „Es ist besonders schön zu sehen wie die Patienten ihre Lebensqualität zurückgewinnen“, sagt Dr. Neumann.

Für weitere Informationen zur Rückenmarkstimulation oder einen Beratungstermin wenden Sie sich bitte an das Sekretariat: Dr. Hartmut Neumann
Telefon: 089 / 55 06 99 91



Privatdozent Dr. Bernhard Witzentz, Chefarzt für Kardiologie und Pneumologie am Helios Amper-Klinikum Dachau. © Helios

Nymphenburger Str. 1 | 80335 München
Tel. +49 89 54 34 30 30
info@wzas.de | www.wzas.de

wirbelsäulen zentrum
am stiglmaierplatz

Verlags-Sonderveröffentlichung



Mindestabstand

Hier wird ein Mindestabstand angegeben, der nicht unterschritten werden darf.

Audi

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

Kaufe Audi, Fa. T. 089/61467795

Kaufe Audi Fa. T. 089/97890365

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

Audi A3 1,6 l, 76 KW, 1. Hd. TÜV 04/21, guter Zustand, 990,- € Tel. 0176/83371557

BMW

Kaufe BMW Fa. T. 089/48998925

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

Kaufe BMW Fa. T. 089/61467795

Kaufe BMW Fa. T. 089/97890365

Fiat

Kaufe Fiat Fa. T. 089/96978022

Kaufe Fiat Fa. T. 089/48998925

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

Ford

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

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

Kaufe Ford Fa. T. 089/48998925

Honda

Kaufe Honda, T. 089/48998925

Suche alle Honda ab Bj. 96, 24 Std./Wo., Fa. Tel. 089/97890365

Hyundai

Su. Hyundai, T. 089/48998925

Mercedes

Su. Mercedes, T. 089/62809177

Mercedes-Benz GLC 250 Verkauf Mercedes-Benz GLC 250 4Matic 9G-TRONIC, SUV, Bj. 2017, Top-Zustand, Benziner, Automatik, 211 PS, 69.500 km, Vollleder beige, 8-fach bereift, Parkpilot mit Parktronic, Exclusive Exterior, VB 32.650 €, Tel. 0170/8400366



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

Kaufe jeden Mercedes Firma Telefon: 089/48998925

KAUFE ALLE MERCEDES, 24 Std./Wo., Fa. Tel. 089/97890365

Motorräder

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

Suche altes Moped, Motorrad, Vespa. Tel. 0160/93883574

BMW R 25/2, EZ 08.1951, ca. 45.000 km, originaltreu restauriert, TOP-Zustand, VB 8.300,- € Tel. 0171/3822224

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

Nissan

Kaufe Nissan, T. 089/94002977

Oldtimer

Suche Oldtimer oder Youngtimer, auch Restaurationsobjekte, bitte alles anbieten. Tel. 0179-4326895

Opel

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

Kaufe Opel Fa. T. 089/48998925

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

Peugeot

Kaufe Peugeot Firma, Telefon 089/48998925

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

Reifen

Gute WR 175/65 R15, von Suzuki Baleno, VB, Tel. 08152/9040044

4 WR, Alu, 205/55 R16, 6 mm, € 150,-; Tel. 089/7917739

Hankook WR 7mm, auf Alu-Felge 165/70 R 1481 T, 290 €, Tel. 0172/8378057

Renault

Suche Renault, T. 089/94002977

Kaufe jeden Renault Firma Telefon: 089/48998925

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

Seat



Cupra Ateca 2.0 Vordriven, 2.0 i TSI mit 221 kW (300PS), EZ 05/20, 2.211 km, Leder schwarz, Allrad, DSG, Beats Sound, el. Heckklappe, NAVI **40.990 EUR**



8 x SEAT Arona Autom. am Hof, z.B. Arona 1.0 FR mit 85 kW (116 PS), DSG, EZ 08/20, mit 2121 km, virt. CP, DAB+, Apple CP., PDC Sitzh. GA bis 2025 **21.495 EUR**



Skoda

Kaufe Skoda, T. 089/48998925

Skoda Yeti, Benzin, Automatik, Grau metallic, Bj. 11/2014, 23.600 km, 1. Hd., Top Zustand, VB 11.800,- € Tel. 0175/5419949



Skoda Fabia 1.0 TSI Jungwagen, 70 kW (95 PS), EZ 08/20, 2380 km, Klima, 5 Jahre Garantie, Sitzheizung, Isofix, Ganzjahresreifen **13.990 EUR**



Bodenseestr. 277 · 81249 München-West ☎ 089/897041-55 · www.spratter.de

Skoda Rapid 1.0 TSI Spaceback Ambition, fast wie neu! knapp 13.000 km, unfallfrei, 110 PS, Schaltgetriebe, schwarz, Euro6d-Temp, Benziner, EZ 01/19, HU 01/22, Umweltplakette grün, Sportsitze, Leichtmetallfelgen, Sitzhg., beheizte Rückspiegel, Panoramaglasdach, abnehm. AHK, Rückbank m. Durchreiche, SR, WR, Einparkhilfe vorne u. hinten, Rückfahrkamera, Tempomat, Notbremsassistent, Müdigkeits-u. Abstandswarner, Reifendruckkontrolle, Innenspiegel, autom. Abblendend, Fernlichtassistent, Regen- u. Lichtsensor, Kurvenlicht, Keyless Funktion, Klima, USB, Bluetooth, Nichtraucher, keine Tiere, Komplettservice wurde kürzlich durchgeführt, 14.980,- € Tel. 0151-20111579

Sonstiges

TG Parkplatz Duplex-Garagenparkplatz in der Landshuter Allee 11 zu vermieten. 80,- € im Monat. Tel. 089/744200210

Toyota

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

Kaufe Toyota, Tel. 089/48996460

Kaufe jeden Toyota, Firma Telefon: 089/48998925

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

VW

Kaufe VW, Fa. T. 089/97890365

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

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

Kaufe VW Fa. T. 089/48998925



VW Golf Sportsvan 1.5 TSI, 96 kW (131 PS), EZ 01/20, 2155 km, ACC, Navi, SHZ, beh. Frontsch., CD, ALU, GA Verl. Licht- u. Regensensor LED-Scheinw. **21.990 EUR**



Bodenseestr. 277 · 81249 München-West ☎ 089/897041-55 · www.spratter.de

Wohnwagen/ Wohnmobile

Wilk Stern de Luxe Bj 1984, Länge: 5,53m Breite: 2,09 m max. zulässiges Gesamtgewicht: 1.200 kg, TÜV und Gasprüfung, neu Preis € 2.299,- VB, Tel. 0174/5756739

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

Zubehör

Neue Schneeketten, Pewag Ring-Star, 205/70-13, € 50,-, Telefon: 089/7606962

Allgemein

Dt. Exportfirma kauft bar alle KFZ auch Unfall, immer erreichbar, Tel. 089/97890365

KFZ-Firma kauft alle Autos

Telefon: 089/62271473

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

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

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

Alfa Romeo Spider, Bj. 2/71, Abgebroschene Restauration 2500,- €, Neuteile eingebaut, VB 6800,- €, Tel. 01634206827

Auto-Ankauf

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

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

autoankauf-muenchen.de Sof. Bargeld, Fa. Tel: 089/20184055

KAUFE BAR ALLE: VW, Audi, BMW, Skoda, auch Japaner u. Unfall, Fa. Tel. 089/97890365

KAUFE JEDEN TRANSPORTER, Bus, Van und Pick-Up, jedes Baujahr, SOFORT BARGELD! Fa. Tel: 089/20184055

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

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

KAUFE JEDEN Geländewagen, SUV, 4 x 4, Allrad, jedes Baujahr, SOFORT BARGELD! Fa. Tel: 089/20184055

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

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

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

KAUFE JEDEN AUTOMATIC jedes Baujahr, SOFORT BARGELD! Fa. Tel: 089/20184055

Kaufe Bar alle TOYOTA u. andere Japaner f. Exp., Fa. Tel. 089/97890365

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

Deutsche Firma kauft jedes Auto, Tel. 089/62809177

KAUFE JEDES AUTO ab Baujahr 2010, auch mit Mängeln, ohne TÜV, SOFORT BARGELD! Fa. Tel: 089/20184055

Dt. EXPORTFIRMA KAUFT BAR alle KFZ auch Unfall, immer erreichbar. Tel. 0176/49203319

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

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

Garagen

TG Duplex oben, Boschetsrieder Str. 55, ab sofort für 45,- €/mtl., Tel. 089/32490359

Vermiete TG-Pl. Hans-Fischer-Ganghofer Straße, 65,- €/mtl. Telefon: 0162/5468328

DUPLEXPARKER 6% Nettorendite, Gröndorfer Str., 85540 Haar, 6900 €, Tel. 0171/6859775

Wir suchen einen möglichst überdachten Stellplatz für unser Wohnmobil. Sind an einer langfr. Mietmöglichkeit interessiert. Abmessung: L 6,90m B 2,30m H 3,00m. Gerne im Umkreis Karlsfeld/Dachau bis 10 km, Tel. 08131 / 96655

Speise in Gedeck	ohne Spitze, ohne Schärfe	Ausweisurkunde	kurz für: in das	Aufzeichn. der Herzströme (Abk.)	Vorn. des Schausp. Brynner † 1985	Initialen der Fitzgerald	Düsenflugzeug	mexikanischer Maisfladen	Tarnfarbe
→	→	→	→	→	→	→	→	→	→
Braunalgen				beschwerlich	Kurzform von Alfred		Preisstaffel		
Zwang			Frucht mit harter Schale					Fernsehen (Abk.)	flexibel
Kletterpflanze mit Haftwurzeln		tropisches Harz						Knochen des Unterarms	italienischer Artikel
Papierzählmaß	Westeuropäer							kleines Insekt	griechischer Buchstabe
				hoher türkischer Titel				chem. Zeichen: Selen	chem. Zeichen für Blei
Klebstoff		neben, in der Nähe von							
			Vertreter des Kalifen						

Gesundheitsfragen? Wir kennen die Lösung.

IBU-ratiopharm® direkt 400 mg ratiopharm | 20 Beutel

5,95 €

Unter Bahnhofstraße 44 82110 Germering Telefon: 089 81891290

Kurfürsten-Apothekengemeinschaft Kurfürstenstraße 6 82110 Germering Telefon: 089 8942450



Arbeitslose und Kurzarbeiter: Weiterbildung ist wichtiger denn je

Bildungsgutschein: 100 Prozent Weiterbildungsförderung
der Arbeitsagentur für Arbeitslose und Kurzarbeiter

ketjob.de
Karriere - Erfolg - Traumjob

**Gib Deinem Job
die richtige Würze!**

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

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

Bäcker (m/w/d)
Höpfungsterei

Exam. Altenpfleger (m/w/d)
Malteserstift St. Josef

Verkäufer (m/w/d)
EDEKA Schlier

Servicemonteur (m/w/d)
Fischbacher

Kassenverwalter (m/w/d)
Gemeinde Seefeld

Metzgereiverkäufer (m/w/d)
Stefan Decker Metzgerei

Die komplette
Stellenausschreibung
finden Sie auf
www.ketjob.de

(djd). Der Arbeitsmarkt in Deutschland ist durch die Corona-Pandemie mit voller Wucht getroffen worden: Hunderttausende waren oder sind in Kurzarbeit, viele Menschen sind bedroht vom Arbeitsplatzverlust oder haben ihre Stelle verloren. Umso wichtiger ist es in einer solchen Situation, sich mit Weiterbildung fit für die Zukunft zu machen und seine beruflichen Optionen zu erweitern. Weiterbildung selbst kann dank Fernunterricht problemlos ohne Anwesenheitspflicht stattfinden, ein großer Vorteil in Zeiten der Pandemie. Die Kosten werden bei Vorliegen bestimm-

ter Voraussetzungen vollständig vom Staat übernommen.

Akkreditierung der Weiterbildungskurse als Voraussetzung für Förderung

Nach der Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung (AZAV) und dem Sozialgesetzbuch III können Arbeitnehmer von der Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter mit Bildungsgutscheinen zur Weiterbildung gefördert werden, wenn sie arbeitslos oder von Arbeitslosigkeit bedroht sind. Im Allgemeinen werden die kom-

pletten Weiterbildungskosten übernommen. Die Förderung wird nach einem Beratungsgespräch beim jeweiligen Jobcenter beziehungsweise der jeweiligen Agentur für Arbeit durch einen Bildungsgutschein gewährt. Auch für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in Kurzarbeit besteht bei Vorliegen bestimmter Voraussetzungen die Möglichkeit der vollen oder teilweisen Übernahme der Weiterbildungskosten. Der Träger der Weiterbildungsmaßnahme sowie die Weiterbildung selbst müssen von einer fachkundigen Stelle akkreditiert sein. Die „Wirtschaftswissenschaft-

liche Fernakademie Dr. Schmidt“ (WWFA) in Bremen etwa ist dies. Die Zertifizierung gilt uneingeschränkt und bundesweit für die drei Weiterbildungskurse „Online und Social Media Marketing“, „Agiles Management“ und „Wirtschaftsrecht“. Für die Weiterbildung „Existenzgründung und Social Media Marketing“ wiederum kann ein Aktivierungsgutschein ausgestellt werden, auch hier besteht also die Möglichkeit der Förderung. Alle Infos zu Bildungsgutscheinen und zu den Kursen gibt es auf www.wwf.de unter dem Punkt „AZAV“.

Die Bremer Fernakademie ist spezialisiert auf Fernkurse für wirtschaftsnahe Themen wie Online- und Social-Media-Marketing. Die dafür verantwortlichen Mitarbeiter sind entscheidend daran beteiligt, wie ein Unternehmen auf den verschiedensten digitalen Kanälen in der Öffentlichkeit wahrgenommen wird. Des Weiteren stehen Kurse zum Führungskräftetraining im Angebot. So werden hier neue Erkenntnisse der Agilität mit Managementmethoden kombiniert, um erfahrene sowie angehende Führungskräfte auf ihre neuen Aufgaben umfassend vorzubereiten.

Stellenangebote

Münchner Brillenlabel sucht superfreundliche Telefonistin (m/w/d) auf 450 € Basis. Telefon: 089/3408480

Friseur (m/w/d) Nähe Harras in TZ oder als Aushilfe gesucht, Tel. 0176/49096789

Verkäufer/in gerne auch 50+ auf 450€-Basis
Telefon 0179/6955103

Schneeräumer (m/w/d)
Vollzeit, Teilzeit
und 450,-€-Basis
FS Klasse B
Fa. Haus- und Gartenservice
Telefon: 089 / 8 11 70 94

Mitarbeiter WINTERDIENST
Ab sofort - VZ/TZ, 450,-€ (m/w/d).
Einfach vorbeikommen!
www.dr-hofmann.de - 089 / 150090-0



Privatkindergarten (21 Kinder) in Schwabing sucht Unterstützung von pädagogischer Fachkraft (m/w/d) in Teilzeit. Arbeitszeit nach Wunsch! MVV vor der Tür... Ein kleines Team mit nettem Betriebsklima freut sich über Ihre Rückmeldung unter Tel. 0152/02981891!

Waldkindergarten in Gräfelfing bietet noch einen freien Praktikumsplatz
Infos unter 0177 / 8 95 30 95 oder www.die-kleinen-ritter.de

Reinigungshelfer m/w/d, Vollzeit, ab sofort, Carl Personal Telefon: 089/552545-0

Einkauf u. Haushalt, vorm., Laim, T. 573569

INDUSTRIE-NÄHERIN m/w/d ab sofort, VZ/TZ, S-Bahn Neuaubing, 450,-€ Basis, Tel. 089/8711071

Aushilfskraft ges. f. Winterdienst Lindwurm-/Plinganser Str. walter.kunz@stemmerhof.de Telefon: 0172/8413464

Produktionshelfer m/w/d, Vollzeit, ab sofort, Carl Personal Telefon: 089/552545-0

Su. Unternehmer/in mit Transporter, ca. 1500 kg Nutzlast, a. selbst. Basis zur Verstärkung unseres Teams für Festtoureuren Mi./Fr., Tel. 0171/9900635

Pflegehilfskräfte (m/w/d) mit Erfahrung in der professionellen Altenpflege für Demenz - Wohngemeinschaften in Riem oder Allach für 30 - 40 Std. / Woche gesucht, Tel. 089/818020960

Du bist auf der Suche nach einem Plan B und möchtest dir ein zweites Standbein aufbauen? Du möchtest dein eigener Chef sein und dir deine Arbeitszeit ganz flexibel nach deinen Wünschen einteilen? Du hast Interesse an Empfehlungsmarketing und bist von Aole-Verä-Qualitätsprodukten überzeugt? Dann melde dich bei mir: kristina-flp@gmx.de

Kurierfahrer/in gesucht! Su. zuverlässige/n und freundliche/n Fahrer/in, gerne auch rüstige/n Rentner/in mit eigenem PKW, in München und Umgebung. Tel. 0174/343 22 43

Jurist o. Jurastudent m/w/d, auf € 450,- Basis gesucht. Tel. 0176/82642911

MwGsfirma sucht Mitarbeiter (m/w/d) mit FS-Kl. B/C1, sowie Umzugsshelfer zum Anlernen, Top Verdienst! Tel. 089/3131086

Wie suchen für unsere 93-jährige Mutter eine 24-Std.-Pflegekraft. Wir bieten eine kl. Whg. m. Bad u. Küche, angrenzend an die Whg. der Pflegebedürftigen. Tel. 089/7692268

Sekretärin (m/w/d) in TZ mit Datev Kenntnissen, für Steuerkanzlei in München, Bavariaring 14, Tel. 0172/8500420

Suche Haushaltshilfe für kl. RH in Großhadern, putzen 14-tägl. ca. 3 Std., Referenzen erbeten, Tel. 089/71034738 (AB)

Nette Augenarztpraxis in Obermenzing sucht: Med. Fachangestellte (m/w/d), gerne auch Quereinsteiger, ab sofort, motiviert, flexibel, mind. 30 Std., www.augenaerzte-muenchen.de, E-Mail an: dopfer@smileeyes.de

Suche Anzeigenblattzsteller für Mittwoch und/oder Samstag! Ab 14 Jahre. Geeignet für Schüler, Hausfrauen und Rentner. Telefon 089/45243640; Email an: vertrieb@crossmedia-vertelung.de

Die Würmtalklinik in Gräfelfing sucht zur Verstärkung des Teams zum 1.1.21 eine examinierte Pflegefachkraft (m/w/d) in Teilzeit (75%). Ihr Aufgabenbereich: Zuständigk. f. Nachtdienst und Wochenenddienste (teilw. in Bereitschaft), am Wochenende und Feiertag auch Tagdienste, keine Pflege. Würmtalklinik, Josef-Schöfer-Straße 3, 82166 Gräfelfing. Telef.: 089/89891336, oder E-Mail: marcus.breuer@deutscher-orden.de

Labor München-Laim sucht flexible Mitarbeiter/in zur Probenaufarbeitung, auf 450,- € Basis, vorm. 2-3 Tage/Wo., Tel. 089/5682768715, oder E-Mail: ig@tierpathologie-muenchen.de

Lagerhelfer m/w/d, deutschsprachig / Vollzeit, Carl Personal Telefon: 089/552545-0

Su. zuverläss. Putzfrau spanisch u. Dt.-Kenntnisse. T. 0152/54593579

Bürohilfe f. Mo. u. Mi. vorm. Steuervorb., Laim, T. 573569

Taxifahrer/in für TZ/VZ/WE, MB Kombi, Tel. 0163/1332117

Pflegefachkraft/ Pflegehelfer in Neuhausen gesucht. Intensiv Leben zu Hause Ambulanter Pflegedienst. Tel.: 089/95476176

Reinigungshilfe auf 450 € Basis gesucht für Büro und Haushalt, Kontakt nur schriftlich an Fam. Boos, Schauerstraße 2, 80638 München

Metzgerei • Feinkost Raab Imbiss • Partyservice
Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir eine/n **rüstigen Rentner (m/w/d)** als Fahrer für unseren täglichen Mittagstisch **Ladenhilfe als Allroundtalent (m/w/d)** **Fleischerfachverkäufer (m/w/d)**
bewerben Sie sich bei uns schriftlich, telefonisch oder auch gern per E-Mail: info@raab-metzgerei.de
Metzgerei und Feinkost Johann Raab
Verdisträße 113 • 81247 München
Telefon 0 89 / 8 11 13 52 • www.raab-metzgerei.de

Wir suchen Sie mit FS Kl. B (3)
für Schulbusfahrten, morgens und nachmittags.
Auf 450,-Euro-Basis.
Firma Skrabal, Telefon 089 / 759 1292 - 0171 / 4 88 88 80

Pflegefachkräfte (m/w/d)
...laden wir herzlich ein, das Team in unserem Wohnheim „Haus an der Verdisträße“ in Voll- und Teilzeit zu verstärken. Es handelt sich um eine stationäre Einrichtung der Eingliederungshilfe (gemäß § 53, Sozialgesetzbuch XII) für wohnungslose, psychisch kranke und/oder alkoholkranken Männer und sie verfügt über 60 Plätze. Der Dienst einer Pflegefachkraft besteht aus Tag-, Spät- und Wochenenddiensten, in Ausnahmefällen fallen auch Nachtdienste/Nachtbereitschaften an. Die Bezahlung erfolgt nach TVöD.

Ihre schriftliche Bewerbung richten Sie bitte an:
Wohnhilfe e.V., z. H. Herrn Wimmer
Ramersdorfer Straße 1 in 81669 München.
oder per E-Mail:
wimmer@wohnhilfe-muenchen.de
www.wohnhilfe-muenchen.de

Landmann's Biomarkt in Gräfelfing ist einer der erfolgreichsten Biosupermärkte im Großraum München. Wir suchen zum nächstmöglichen Termin (m/w/d)
- **Fachverkäufer Fleisch/Wurst**
VZ/TZ/Minijob in Haidhausen/Ostbahnhof & Gräfelfing
- **Kassenkraft**
VZ in Gräfelfing
Erfahrungen sind von Vorteil; **motivierter Quereinsteiger können auch angelernt werden.** Gutes Arbeitsumfeld garantiert.
Ich freue mich auf Ihren Anruf unter:
Telefon 089 / 85 89 65 46 (8.30 - 14.00 Uhr)
oder per E-Mail: eva@biopichler.de
Frau Eva Klotz, Personalleiterin
Landmann's Biomarkt

Ansprechpartner
für den Stellenmarkt
DIANA BRANDL
Telefon 089/546 55-162
MICHAEL RATH
Telefon 089/546 55-361
immobilienmarkt@muenchenweit.de

dr. sabine steffens 
 fachärztin für **kinder-** und **jugendmedizin**

Wir suchen zur Verstärkung unseres Praxisteam's in
Martinsried
 eine erfahrene und engagierte medizinische Fachangestellte
 für Kinderheilkunde (m/w/d)
 Wir freuen uns auf Ihre schriftliche Bewerbung unter
 praxis@steffens-kinderarztin.de

Bauspenglerei  **Bedachungen** 

Wir sind ein seriöser Fachbetrieb mit dem Einzugsgebiet München/München-Land. Zur Verstärkung unseres schlagkräftigen Teams suchen wir:

- zwei Dachdecker-Facharbeiter/Vorarbeiter
- einen Spengler-Facharbeiter
- einen Bauleiter / Regiebauleiter



T. 089/149091-0 - F. 089/149091-20 - info@lenk-kg.de

Lenk KG - Industriest. 9 - 85609 Aschheim - www.lenk-kg.de

Spaß bei der Arbeit?

Na klar, als Kommissionierer in einem netten Team.



Hopffisterei
 GENUSS & NATURICHTHEIT

Wir leben Brotkultur!

Ludwig Stocker
 Hopffisterei GmbH
 Kreittmayrstraße 5
 80335 München
 www.hopffisterei.de/
 stellenboerse
 089/52.02-0

Bei uns sind alle Menschen willkommen und wir freuen uns auf Ihre Bewerbung als
Kommissionierer
 in Teilzeit

 **REGUMED**

BICOM Bioresonanz Methode
 Wirksame Allergietherapie seit 1987

www.regumed.de

Persönlich zum Erfolg beitragen
Elektroniker Medizintechnik (m/w/d)

in Vollzeit
Ihre Aufgaben:

- Wartung, Reparatur und Prüfung von medizintechnischen Geräten
- Durchführung von Remote-Diagnosen, telefonischer Support und Vor-Ort-Instandsetzungen
- Qualitätskontrolle in der Produktion von medizintechnischen Geräten
- Dokumentation aller relevanten Vorgänge
- Kundensupport im In- und Ausland (mündlich, schriftlich)

Sie bringen mit:

- Erfolgreich abgeschlossene Ausbildung im elektrotechnischen Bereich
- Fundierte Erfahrung in der Elektrotechnik, insbesondere, SMD, Mechanik, PC Hard- u. Software, Messtechnik
- Ausgeprägte kommunikative Fähigkeiten sowie hohe Serviceorientierung gepaart mit sorgfältiger und selbstständiger Arbeitsweise
- Sehr gute Deutsch- und Englischkenntnisse
- Reisebereitschaft sowie Führerschein der Klasse B

Wir bieten:
 eine teamorientierte lockere Arbeitsatmosphäre sowie ein hohes Maß an Freiraum und selbstständigem Arbeiten, verbunden mit einer guten Work Life Balance.
 Wir sind ein mittelständisches Medizintechnikunternehmen mit Hauptsitz in Planegg bei München und feierten 2016 unser 40-jähriges Bestehen. Seit vielen Jahren sind wir maßgeblicher Anbieter im Bereich der Bioresonanzmethode. Ärzte und Heilpraktiker in über 90 Ländern, die mit unserem Therapiegerät arbeiten, sind von den Erfolgen begeistert (Therapie ohne Medikamente).

Kontakt:
 Fühlen Sie sich angesprochen? Dann freuen wir uns auf die Zusendung Ihrer Bewerbungsunterlagen unter Angabe Ihrer Gehaltsvorstellung und des frühestmöglichen Eintrittstermins an: **personal@regumed.de** oder per Post an:
REGUMED Regulative Medizintechnik GmbH, Personalabteilung • Robert-Koch-Straße 1a • 82152 Planegg
 Vertraulichkeit und die sorgfältige Beachtung von Sperrvermerken werden zugesichert.

Stellenangebote

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

Engagierte Bürokräft (m/w/d) in TZ gesucht! Assistenz und Unterstützung für allg. Büroadministration, in kl. Büro in Pasing, gute EDV Kenntnisse erwünscht. office@mybrandacademy.de

Alltagshelden gesucht! als zuverlässige Betreuungskräfte (m/w/d) für Senioren zuhause- auch Quereinsteiger- Bieten kostenl. Schulung! Home Instead Seniorbetreuung - Bewerben unter: Mü.-Nord: Tel. 089/2488 37240, Mü.-Mitte: Tel. 089/2488 0750, Münch.-Ost: Tel. 089/6242 2120, Mü.-West: Tel. 089/88969 0580, Fünfseenland: Tel. 08151/774720, www.homeinstead.de

Mitarbeiter/in in der Eingangskontrolle für medizinische flexible Endoskope gesucht. Sind Sie technisch begabt, haben Sie eine Ausbildung im Bereich Elektrik oder Elektronik, Feinmechanik, Zahntechnik oder ähnlichem Beruf? Dann würden wir Sie gerne in unserem Team in Krailling (KIM) begrüßen dürfen. Ihre Haupttätigkeit in Vollzeit ist die technische Überprüfung flexibler Endoskope in der Ein- und Ausgangskontrolle. Bewerbung an: info@endoberatung.de

Freundl. u. geistig fitte 67-jähr. Rollstuhlfahrerin sucht Haushaltshilfe m. kl. Pflegefähigkeiten, gute Deutschkenntnisse erforderlich, auf 450,-€-Basis, 2x/Wo. je 5 Std. ab ca. 9 Uhr, ab 2.1.21 od. nach Absprache, Nähe U-Bahn Westendstr., Zuschr. u. Chiffre-Nr. 367305 an Wochenanzeiger Medien, Pf 210449, 80674 München

Suche f. priv. Seniorenhaush. (2 Pers.) in Fürstnried Kochhilfe, 3x pro Wo., (Mo., Mi, Fr.) 16 - 19 Uhr, Tel. 0172/7054683

Wir suchen Sie! Werden Sie Teil unseres Teams, einer modernen internistisch - rheumatologischen Praxis. Wir suchen ab dem 01.01.2021 eine engagierte MFA (m/w/d) (VZ, TZ) mit Herz und Verstand. Wir bieten neben einem abwechslungsreichen Arbeitsplatz viele Fort- und Weiterbildungen an. Alles weitere gerne persönlich! Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung unter E-Mail: anmeldung@rmp.de

Haushälterin 4-Pers. EFH-Haushalt mit Hund und Garten, Mü-Sendling, sucht zuverlässige, dt-sprachige, Haushälterin mit FS für alle anfallenden Tätigkeiten in Haus u. Garten. Mo.-Fr. Halbtags. Festanstellung möglich. Kontakt + Bewerbung per Mail: haushalt_info@yahoo.com

Land unter! Unternehmensberatung sucht Assistent/in im Vertrieb. Gerne branchenfremd. Fr. Reichelt, Tel. 089/237885-62

Bürokräft (m/w/d) f. einf. Tätigkeit a. Aushilfsbasis ca. 6 Std./Wo., ab sof., Tel. 0170/2115224

Capelli Friseur sucht Aushilfe (m/w/d) Gräferstraße 113, Telefon: 089/82908188

Alten-, Krankenpfleger, Pflegehelfer (m/w/d), gut dt.-spr., mit FS-Kl. B, TZ, VZ, in Mü. -West, Wechselprämie bis zu 3.000,- €, www.medicus-pflegedienst.de, Telefon: 089/83928140 oder Mobil: 0157/34922575

Arzttherferin 10 Std./Woche für Arztpraxis in Pasing. Bewerbung bitte an praxis-in-pasing@gmx.de

Sie suchen einen neuen Wirkungskreis? Teilen Sie das doch mit! Wenn Sie wollen, jede Woche an über 237.800 Firmen und auch Haushalte des Mü. Süd/Westens. Ihre private Kleinanzeige kostet hier nur € 6,95 pro Zeile. Reinlesen. Rausholen. Anzeige aufgeben unter Tel. 089/546555 oder online unter anzeigen.muenchenweit.de

Haushaltshilfe (zuverlässig, deutschspr.) 1 bis 2x im Monat in Sendling gesucht. Nur auf Rechnung. Tel. ab 11 Uhr, 089/7143608

Nette Putzfrau in Kirchheim (Wohnung 3 Min. von S-Bahn entfernt) gesucht. 14-tägig, Do von 8-11 Uhr. 15 Std./Tel. 0176/49659314

Haushaltshilfe in Sendling f. Familie 2x/Wo je 2 Std. Minijob gesucht. carline.kruegel@familienervice.de

von Zuhause Geld verdienen Info. WhatsApp Tel. 0170 / 79612242

Baumaschinenführer m/w/d, für CAT- MOBIL BAGGER im Raum. München gesucht, Tel. 089 / 3581870

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

Erfahrene Hauswirtschaftlerin in TZ 20h/Woche für gehobenen Haushalt (2 Erw.) in Bogenhausen gesucht. Sie arbeiten sorgfältig, selbstständig, effizient. FS Kl.3 erwünscht. Tel. 0172/5412076

Wir suchen für unser FISCH-FACHGESCHÄFT nette/n, freundliche/n Verkäufer/in in Vollzeit/Teilzeit Fischgeschäft Mairer Viktualienmarkt, Tel. 089 / 298022

Ab sofort gesucht
SERVICEMONTEUR (m/w/d)
 im Innen- und Außenendienst
Aufgaben: Wartung, Montage und Reparatur von Transportbühnen und Bauaufzügen, Reparatur und Instandhaltung von Baumaschinen
Ihr Profil: Abgeschlossene Berufsausbildung als Mechatroniker, Elektroniker oder Industriemechaniker. Idealerweise mit Berufserfahrung Führerschein Klasse B

fischbacher
 Fischbacher GmbH + Co.KG, München
 Bewerbung bitte an: stefanie.gaucher@fishbacher.de

Sie sind eine ZFA und noch nicht angekommen? Dann wird es Zeit... Es erwartet Sie ein (fast) perfektes Team, das Ihre Unterstützung im Bereich der Assistenz ab sofort braucht. Tel. 089/30764970 www.vogt-zahnarzt.de

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

40 Jahre Viso-Car GmbH / Suchen selbständ., gewiefte Transporteure,- Stadtkennntnisse - eig. RAD, PKW, Kombi, BUS, geringe Gebühr, sehr gute Auslastung. Tel. 089/4487070

Putzperle (m/w/d) gesucht! Für unser Büro- und Lager in Garching direkt an der U6 auf 450€/Basis (2x5 Stunden) Tel. 089/327296820 Frau Schneider

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

Trau Dich! Tel. 0176/45500082

Bauhelfer (m/w/d) für Abbrucharbeiten gesucht, Tel. 089 / 3581870

Suchen für unser IT-Bildungsceneter eine Assistenz Bildungsberatung auf 450€/Basis.Voraussetzung: Kaufm. Ausbildung, Erfahrung im Vertriebsinnendienst und/oder Bildungsunternehmen. Bewerbungen per Mail an info@newhorizons-muenchen.de

BAGGERFAHRER m/w/d, für CAT-MOBIL BAGGER im Raum München gesucht, T. 089/3581870

Wir suchen Sie als Pflegekraft für unseren amb. Pflegedienst im Münchner Norden. Überärztliche Bezahlung! FS Kl. 3 erforderlich. Bei Interesse: Tel. 0176/4833400

Erfahrene(r) Arzt/Hefer(in) in TZ für Hausarztpraxis in München Bogenhausen gesucht. Super Team, flexible Arbeitszeit ca. 25h. Tel. 089/981199 info@hausarzt-kufsteiner-platz.de

Maximilian Pflegedienst sucht ab sofort exam. Pflegefachkraft. Vollzeitbeschäftigung, gt. Bezahlung, Dienst-Auto, familienfreundlich. Aulona Sahatqija Tel. 089/90931800 Mobil: 0174 / 4822744

Su. für meine gepflegte KFO Praxis in München Zentrum, freundliche, engagierte ZMA für die Assistenz (4 Tg pro Woche) ab Anfang 21. mueller.heige@gmx.de

Helfer für 7,5t, 0171/2774193

HEIZUNGS- u. SANITÄRMONTEUR gesucht. Tel. 089/3162340

Wir suchen eine Pflegekraft mit Intensivverfahren als Unterstützung für das ambulante Pflegeteam (Arbeitsbeimodell) unser Tochter. Erfahrung in Kinderintensivpflege von Vorteil. Teilzeit o. Minijob möglich. Keine 24h-Schichten. pflege-muc@gmx.de

Putzfee gesucht. KFZ-Werkstatt in Aubing sucht ab Sofort eine zuverlässige Putzfee für ca. max. 2 Std./Woche (Mittagszeit) Tel. 089-8633934

Schorer & Selch GaLaBau GmbH 

Wir suchen ab sofort **Landschaftsgärtner/Gärtner/Vorarbeiter** m/w/d mit Berufsausbildung/Erfahrung, FSKL B/Vollzeit sowie einen **Lkw-Fahrer** m/w/d mit FSKL CE.

Bewerbungen an E-Mail: info@schorer-selch.de oder 0 89/32 42 46 47

ketjob.de
 Karriere - Erfolg - Traumjob

Das regionale Stellenportal
 für München und Umgebung



Sie sind die Tomate in Ihrer jetzigen Gurkentruppe?

STRAHLENTHERAPIE
 Nymphenburg & Fürstfeldbruck

Für unsere strahlentherapeutische Praxis mit den Standorten München-Nymphenburg und Fürstfeldbruck suchen wir ab sofort einen **Medizinisch-technischen-Radiologieassistent (m/w/d)**

Unsere beiden Praxen verfügen über 2 Linearbeschleuniger der Firma Varian inkl. Cone-Beam CT, IMRT und VMAT sowie ein Planungs-CT der Firma Toshiba mit virtueller Simulation. Beide Praxen sind Kooperationspartner an verschiedenen zertifizierten Organzentren in München und Fürstfeldbruck.

Sie suchen einen Arbeitsplatz im innovativen Umfeld mit einem sympathischen Team?

Dann besuchen Sie uns für weitere Informationen unter:
<http://www.strahlentherapie-nymphenburg.de>

Schulbegleiter*in gesucht!
Für das laufende Schuljahr 2020/2021 suchen wir in Starnberg und Umgebung pädagogische Fachkräfte und pädagogische Ergänzungskräfte, gerne auch als Quereinsteiger*in in Teilzeit. Frei ab sofort und auch später. Alle Feiertage und Schulferien frei. Wir bieten leistungsgerechte Bezahlung in Anlehnung an TVöD.
Bewerbung über Email: info@starkes-team-gmbh.de, **online auf starkes-team-jugendhilfe.de** oder **schriftlich an STARKES TEAM gGmbH, Ludlmühlstraße 41a, 83673 Bichl**



Als Unternehmen erstreckt sich unser Tätigkeitsfeld von der Tel.-/EDV-/Sat-anlage- & Leuchtenmontage bis zum Kundendienst/Altbausanierung.



Zur Verstärkung suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen:
Elektroinstallateur/Elektrohelfer
Wir bieten: - dauerhafte Einsätze, unbefristetes Arbeitsverhältnis
Bewerbungen bitte schriftlich oder per E-Mail an:
Elektro Hochschwender - z.H. Peggy Wolschencz
Elisabethstraße 34 - 80796 München
Telefon: 0176/20709504 - E-Mail: peggy.wolschencz@gmx.de

Moderne ambulante Rehabilitationseinrichtung für Alkohol-/Medikamentenabhängigkeit und pathologisches Glücksspiel sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt für ihr Praxisteam
Mitarbeiter/in (m/w/d)
auf 450-Euro-Basis für den Patienteneinsatz
Sie haben Freude am Umgang mit Menschen, arbeiten gerne im Team und haben Erfahrung im Sozial- oder Gesundheitswesen? Sie können uns in der Regel am Freitag unterstützen und sind zeitlich flexibel für Vertretungen in Urlaubszeiten?
Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.
KPB Fachambulanz, Frau Birgit Hey - Machflinger Straße 11 - 81379 München
E-Mail: personal@kpb-fachambulanz.de

Stellenangebote
MFA m/w/d gesucht für Orthopraxis. Zur Unterstützung unseres Praxisteam suchen wir ab sofort jeweils eine/n motivierte/n Mitarbeiter/in in Voll- oder Teilzeit. Voraussetzung sind Freundlichkeit, Teamfähigkeit und gute Deutschkenntnisse. Wir würden uns sehr freuen Sie in unserem Team begrüßen zu dürfen. Ihre Orthopädische Gemeinschaftspraxis Pasing (direkt an der S Bahn), Tel. 089-8299850, info@orthopraxis-pasing.de

Schreiner (m/w/d) gesucht für Arbeiten an Fenstern und Türen, wie Reparatur, Erneuerung und Einbruchschutz.
www.schreiner-restaurator.de

Ausbildungsplatz-Angebote
AZUBI ZFA (m/w/d) Wir suchen eine/n Auszubildende/n bzw. Wechsler/in mit Freude am Umgang m. Menschen. Auf Ihre Bewerbung freut sich Ihr Praxisteam. Interessenten erreichen uns telefonisch unter: 089/8505343 oder per E-Mail: info@zaharztpraxis-moschner.de

Stellengesuche
Krankenschw. übern. Seniorenbetreuung, Tel. 0177/4828842
Zuverl., flexible, deutschspr. Frau sucht Stelle als Haushaltshilfe. Bügelarb., 4-5 Std. für 2-3x/Woche, Telefon: 089/17117287 oder 0163/7889442
Maurermeister hat noch Termine frei, Tel. 0172/1312326
Gartenarbeiten, Planung, Gestaltung, Pflasterarbeiten, Tel. 0179/5462531, 089/72625196
Putzstelle gesucht. Telefon 0157/31548048
Hausmeister, Gart. (1 Zi.) Tel. 089/96176460
Objektbetreuung, Hausmeister, Winterdienst, Dachrinnenreinig. T. 0157/36523868, hms-zajac.de
Mal./Bodenl. T. 0176/45566373
Gärtner sucht Arbeit von privat, Tel. 0176/81480509
Suche Gartenarbeiten oder kl. Renovierung, Tel. 0151/63224788
Altenpflegerin su. 24 Std. Stelle. Tel. 0156/78696393
WASSER, HEIZUNG, ELEKTRO, Telefon: 0162/4512197
Rüstiger Rentner s. Tätigkeit in Haus und Garten auf 450,- €-Basis. Tel. 0176/32201611

Su. Putzstelle, T. 0175/7543193
Kleine Reinigungsfirma sucht Aufträge für Büro, Praxen und Treppenhäuser. T. 0152/01051977
Zuverl. kinder- und tierliebe Frau sucht Putz- und Bügelstelle, Tel. 0176/63429091
Objekte zum Reinigen gesu., Büro, Treppe, Praxis, Gastro, usw., Telefon: 0152/04901100
Biete Gebäudereinigung, priv. Haushalte, Büros, Praxen etc., auf Rechnung, T. 0176/59204788
Putzfrau su. Aufträge (Häuser, Büros), Telefon: 0170/4963272
Hausmeisterdienst. Dt. Hausmeister hat Kapazitäten frei. Gartenarbeit, Objektbetr., Winterdienst. Tel. 0152/21628490
Elektromeister sucht Arbeit, Tel. 0174/3776817
FLIESEN, MAUERN, MALEN, Telefon: 0152/23359600
Bürokraft su. Minijob, teilw. v. Homeoffice, Tel. 0176/45843909
Gartenarbeit, von Privat, Tel. 0163/0424203
Suche auf Minijob/450.-€-Basis als Schreibrkraft. 25 Jahre B.-Erfahrung vorhanden. Tel. 0176 / 57601532
Frau hilft i. Haush. Tel. 0151 / 29084020

Junge Ingenieurin (Master degree System Engineering) seit Juli in Deutschland, sucht eine unbefristete Vollzeitstelle in der IT-Branche in München. Sprechfließend Englisch und Deutsch, lerne gerade in der LMU (B2 Level) Kontakt: andreea.hristea93@gmail.com
Erf., zuverl. Putzfrau sucht Stelle nur auf Rechnung, Tel. 089 / 21547241
Dt. REINIGUNGSFIRMA sucht Aufträge für Büros-/Praxen-/Treppenh.-/Haushalte, T. 0170/1580318
24h-Pflege / Haushaltshilfe Tel. 089/66653088 Frau Kraus
Malers, Tapezierer, Fliesenleger, Entrümpelung, Tel. 0172/8173728
Bitte meine Hilfe an, gehe einkaufen für Sie, putze ihre Wohnung oder betreue Sie. Tel. 0176/576 011 09
Proj.-/Assistenz(53) sucht verantwortungsv. Aufgabe, erfah. Organisations- und Teamplayer, 4-sprachig, präsentationsicher, doris.medelink@gmail.de
Gebäudereinigung für Privat und Gewerbe www.bruckerreinigungsservice.de, T. 08142-445525
Hausmeister sucht Aufträge, Tel. 0173-4464044
Putzfee suche Putzstelle auf RE, Tel. 0173-4464044

Der Stellenmarkt der Münchner Wochenanzeiger · ketjob.de · Karriere - Erfolg - Traumjob · Der Stellenmarkt der Münchner Wochenanzeiger

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



Branchen-ABC

Bauarbeiten

Dacharbeiten/ Instandhaltung

Entsorgung/ Entrümpelungen

Malermeister sorgfältig!
z.B. Leerwäg., 70 m², 640,- € netto inkl. Material.
T. 0151 / 729275 12 & 0176 / 76 38 96 65
info@malerrei-koehlerstercl.de

Malerteam hat noch Termine!
Preiswert, schnell u. sauber, München und Umgebung
Telefon 0157 / 36 78 55 29

Rentner (qualifiziert)
übernimmt kleine Reparaturen aller Art.
Telefon 0176 / 2124 69 08

Fachbetrieb
übernimmt günstig Asphaltierungen, Pflasterungen und Gartenbauarbeiten.
Telefon: 0171 / 6700003

Dach undicht? HeMi
Dachdeckerei & Spenglerei Meisterbetrieb
Telefon (081 42) 3058544

Gartenbau
www.top-entrümpel.de
089/12 096084 - 0176/32 92 4589

60 Jahre Richard Wörle GmbH
Malermeisterbetrieb
Maler- und Tapezierarbeiten, Betonsanierung, Fassaden, Vollwärmeschutz, Vergulzarbeiten, Trockenbau
Tel. 089/66 92 90 - Fax 66 43 46
www.wuerle-maler-muenchen.de
info@woerle-maler-muenchen.de

Prospektverteilung

Umbauten - Sanierungen Mauertrockenlegungen kleine Maurerarbeiten
Hr. Wallinger,
☎ 0 89 / 8 56 11 80

Kennen Sie schon unser Branchen-ABC?
Wir beraten Sie gerne bei Ihrer individuellen Anzeige unter Tel. 089/546555
www.muenchenweit.de

Dachdeckermeister N. Zinth
Dachreparatur, Sanierung Neudeckung, Spenglerei
80689 München
089 / 30 00 11 81

Garten-, Landschaftsbau
Alles rund ums Haus
Gartenanlagen, Terrassenbau, Dach-, Steinreinigung, Fassaden, Entkernungen, Trockenbau
Fa. Böhmer, Tel.: 0176/74 72 60 84

Malermeister
übernimmt sämtl. Malerarbeiten Wohnungen, Treppenhäuser, Neubau - für Fassaden eigenes Gerüst
Firma M. Werner
Telefon 08166 / 99 56 54
0178 / 3 31 92 54
www.werner-malermeister.com

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

**** MEISTERBETRIEB ****
erledigt schnell & günstig Maler- u. Verputzarb., Trockenlegung u. Vollwärmeschutz, Terrassen- und Dachsanierung, Holz- u. Bautenschutz
01577 - 2 63 25 65

Bodenbeläge

K. Grundler
Zimmererarbeiten Spenglerarbeiten Dachdeckerarbeiten
Meisenstr. 17 - 82223 Eichenau
Tel. 08141/53 83 93 - Fax -94
www.grundler-daecher.de

KFZ-Sachverständiger

Malermeisterbetrieb Nuriman
Fassadengestaltung Innenraumgestaltung Altbausanierung schnell, preiswert und zuverlässig!
Tel. 089/20098996, Mob. 0179/7166293
www.malernuri.de

Renovierung & Sanierung

H&S Sanierungen
Wir erledigen alle Malerarbeiten rund um ihr Haus. Holz- und Fassadenanstrich 30% Rabatt
☎ 0176 / 64 00 39 05

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

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

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

KAMMERER Malereibetrieb GmbH
Wir erledigen unkompliziert sämtliche Malerarbeiten im Innen- und Außenbereich. Familienbetrieb (0172/8918461 www.kammerer-malereibetrieb.de)

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

www.muenchenweit.de

JK-Fliesen
Fliesen-, Platten-, Mosaikverlegung
Telefon 0176/2323 62 46
Badsanierung auch barrierefrei
alles aus einer Hand!

Elektro-Anlagen
Innungsmeisterbetrieb in Sendling
Elektro-Anlagen
Thomas Abelthäuser
Elektroinstallation u. Gebäudetechnik
Telefon 7601213

Malararbeiten

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

HOLZ & BAUTENSCHUTZ ZIMMERMANN
Sanierung - Renovierung - Modernisierung
Am, im & rund um's Haus
Telefon (089) 384 653 41

Rolläden/ Markisen

PARKETT - URBAN
Fachbetrieb Parkett-Innung Obb.
Verkauf, Verlegen, Schleifen und umweltfreundlich versiegeln
☎ 08021/91 82 - 0171/36 75 475
www.parkett-urban.de

Wir übernehmen kurzfristig und günstig Elektroarbeiten.
Telefon 089/89 82 78 37 oder Mail info@pa-itservices.de

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

Wir beraten Sie gerne, weil Sie uns nicht „Wurst“ sind.
Malerfachbetr., Bodenverlegung, Fachberatung, Weihnachten kommt: Schnell noch aufräumen, entrümpeln, Haushaltsauflösung, Komplettrenovierung. 3% sparen, Gutschrift bis Jahreswechsel.
Telefon: 0151/41 23 21 02



SCHNELLREPARATUREN Rollläden + Markisen
RABATTAKTION BIS ENDE 2020 AUF ALLES NEUE
Telefon 0 15 90 / 1 65 71 25

Umzüge

Fliesenverlegung und Sanierungsarbeiten
- günstig, Firma -
Telefon 089/85 64 14 11 oder 01 78 / 777 0054

Möbelspedition
Umzüge, Schwer- und Kleintransporte in- und Ausland
Telefon 089 / 51 26 45 78 oder 0172 / 8 40 83 83
montage.elischer@gmail.com

So viel Normalität wie möglich geben

Im Montessori-Kindergarten der Aktion Sonnenschein wurde das Martinsfest ein wenig anders gefeiert

Hadern · St. Martin am 11. November ist traditionell der Tag der stimmungsvollen Laternenumzüge. Kindergärten, Grundschulen und Pfarrgemeinden laden Kinder und Eltern dazu ein, am späten Nachmittag oder frühen Abend gemeinsam durch die Straßen zu ziehen. Die Kerzen in den Laternen werden entzündet und die bekannten Lieder angestimmt. Für die Kinder ist dies stets ein großartiges, einprägsames Erlebnis. In diesem Jahr nun wurden Corona-bedingt alle Martinszüge abgesagt. Auch im Montessori-Integrationskindergarten

der Aktion Sonnenschein (Heiglhofstr. 63) fiel das sonst so groß gefeierte Martinsfest etwas anders aus. Die Eltern, Geschwisterkinder und Großeltern, die sonst immer dabei sind, konnten nicht mitfeiern. Es gab weder ein Buffet noch das so beliebte Lagerfeuer. Und auch die Gruppen des Kindergartens blieben unter sich.

Liebevoll vorbereitet

Dennoch war das Fest – wie jedes Jahr – vom Kindergarten-Team liebevoll vorbereitet worden. „Die Kinder sollten trotzdem einen schönen St.

Martin erleben“, betont eine der beiden Einrichtungsleiterinnen, Cristina Tomasin-Colella. Die Laternen wurden wie immer selbst gebastelt. Der Fantasie waren dabei keine Grenzen gesetzt. Die „Rote Gruppe“ hatte zum Beispiel Eierkartons mit Löchern versehen, angemalt und zu Laternen umfunktioniert. Eine andere Gruppe hatte als Basis eine Plastikflasche benutzt, die abgeschnitten und beklebt wurde. In das Innere kam nicht wie sonst eine Kerze sondern ein Stäbchen mit einem elektrischen Lämpchen. Denn wenn schon kein großer Umzug möglich war, so sollte doch wenigstens jede Gruppe zeitversetzt und für sich durch das Haus und den Keller ziehen. Und in den Innenräumen seien offene Flammen zu gefährlich, sagt die Kiga-Leiterin.

Ein ganzes Stück selbständiger geworden

Natürlich waren auch die Martinslieder, wie „Ich geh' mit meiner Laterne“ geübt worden, die Martinsgeschichte vom Wert des Teilens erzählt worden, und vor dem Fest hatte jede Gruppe kleine Martinsgänse aus Hefeteig oder Quarkteig gebacken. „Wir schauen sehr genau, dass die Kinder saubere Hände haben. Wir wollen kein

Corona verbreiten“, erklärt Cristina Tomasin-Colella und stellt ihren Schützlingen gleich ein super Zeugnis aus. Die Kinder seien in der Krise ein ganzes Stück selbständiger geworden, meint sie. Da die Eltern die Kinder vor der Einrichtung abliefern müssten, sei es inzwischen ganz normal, dass sich die Kinder ihre Schuhe und Jacken selbst an- und auszögen. Und regelmäßiges Händewaschen sei schon zur Gewohnheit geworden. Auch an die Mund-Nase-Masken der Erzieherinnen hätten sich die Kinder mittlerweile gewöhnt.

Sicherheit vermitteln

„Wir vertrauen auf die Kinder und wollen ihnen so viel Normalität wie möglich in diesem Ausnahmezustand geben“, fügt Gerlinde Witzemann hinzu, die bereits seit 1987 im Montessori-Integrationskindergarten der Aktion Sonnenschein arbeitet und damit die am längsten dort tätige Erzieherin ist. Dazu gehöre, dass der Kindergarten möglichst an seiner bewährten Routine festhält und den Kindern Sicherheit vermittelt.

Den Kindern habe es große Freude gemacht nach dem Lockdown im Frühjahr wieder in den Kindergarten zu kommen, rekapituliert Gerlinde Witzemann die letzten Mona-



Die Laternen mit den elektrischen Stäben brennen schon. Gleich stellen sich die Kinder der „Roten Gruppe“ auf und wandern zusammen durchs Haus. Bild: bb



St. Martin teilt den Mantel: Jede Gruppe spielte für sich die Martinsgeschichte. Die Requisiten wurden nach Gebrauch desinfiziert und an die nächste Gruppe weitergereicht. Bild: bb

te. Das Kindergarten-Team habe viel dafür getan, dass die Einrichtung bei den Kindern präsent blieb. „Wir haben den Kindern fast jeden zweiten Tag Arbeitsmaterialien per Mail geschickt.“ Das Hochbeeet mit seinen wachsenden Pflanzen sei immer wieder fotografiert und die Bilder verschickt worden. Außerdem habe man eine Geschichte für die Kinder gelesen und aufkommen, die dann über We Transfer heruntergeladen werden konnte.

Die Eltern im Blick behalten

Auch die Eltern, die ja nach wie vor das Kindergartenleben nur von außen erleben,

werden so gut wie möglich einbezogen. Für das Martinsfest bedeutet dies, dass Bilder gemacht und eine Fotowand im Vorraum des Kindergartens gestaltet wurde, so dass die Eltern einen Eindruck vom Ablauf des Tages bekamen. Und natürlich wurden die Laternen nach dem Martinstag den Kindern nach Hause mitgegeben. Die Familien sollten bei Anbruch der Dunkelheit noch mal für sich nach draußen gehen, die Laterne leuchten lassen und zusammen singen. Das alles trage dazu bei, für die Kinder trotz aller Einschränkungen ein positives Erlebnis zu schaffen, an das sie sich gerne erinnern, betonen die beiden Erzieherinnen. **bb**



Goldankaufstelle Bayern

Gold – Silber – Platin – Münzen – Schmuck – Zinn

ANKAUF



Filiale München · Lindwurmstraße 215 · Telefon 089/69 35 90 20



Aus Gold Bargeld machen

In der Goldankaufstelle Bayern ist das möglich

Gold ist nicht mehr das, was es mal war. Früher galt das Edelmetall als besonderer Schmuck, der zu feierlichen Anlässen gerne getragen wurde. Doch die Zeiten und vor allem die Mode ändern sich: Insbesondere junge Leute bevorzugen Silber- oder Platinschmuck. Neues, Ausgefallenes, aus verschiedenen Metallen Kombiniertes und Modernes. Was also tun mit den

Goldgegenständen, die man sich früher mal gekauft oder von Eltern und Großeltern geschenkt bekommen hat? Bevor das Edelmetall ohne Nutzen im Schrank liegen bleibt, kann man es zu Bargeld verwandeln. Allerdings sollte eine Ankaufstelle gesucht werden, die mit den



Kunden ehrlich ist und den Preis des abzugebenden Goldes aufrichtig schätzt. Denn eines sollte man nicht vergessen: Gold mag zwar als Schmuck nicht mehr so begehrt sein wie früher, aber sein Preis ist nach wie vor hoch und stabil. Wer mit dem Ge-

danken spielt Bruch- oder Altgold zu verkaufen, kann es bei der Goldankaufstelle Bayern in der Lindwurm-

straße 215 kostenlos und unverbindlich schätzen lassen. Vom Einzelstück bis zur kompletten Erbschaft kauft die Goldankaufstelle Bayern gegen sofortige Barauszahlung. Angefangen von Gold-, Silber- oder Panzerketten über Armbänder, Hals- und Trachtenschmuck, Ringe und Uhren bis hin zu hochwertigem Diamant- und Brillantschmuck.

Mehr als nur Gold

Der Service der Goldankaufstelle Bayern bietet jedoch mehr als den Ankauf von Gold und Silber: Auch Edelsteine,

Marken- und Designerprodukte namhafter Hersteller sowie Münzen kann man schätzen lassen und verkaufen. Spezialisiert ist die Ankaufstelle auf Gold-, Silber- und Einzelmünzen sowie auf komplette Münzsammlungen.

Weitere Informationen unter

Tel. (089) 69 35 90 20.

Die Öffnungszeiten sind Montag bis Freitag von 10 bis 18 Uhr und Samstag 10 bis 15 Uhr. Neben der Filiale in der Lindwurmstraße 215 gibt es weitere Niederlassungen in Miesbach und Rosenheim.

Goldkurs so hoch wie selten zuvor! – Profitieren Sie mit!

Sofortiger **Barankauf** von Gold & Silber in jeder Form | **Münzen** | **Schmuck** – auch defekt | **Zahngold** – auch mit Resten | **Versilbertem**

Telefon 089/69 35 90 20 - Schätzungen kostenlos und unverbindlich!

Goldankaufstelle Bayern | Filiale München · Lindwurmstr. 215 · Telefon 089/69 35 90 20

Herzlich willkommen!
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

