



- Adler** siehe Beilage
- AEZ** siehe Beilage
- ALD** siehe Beilage, Seite 9
- BayWa** siehe Beilage
- DÄNISCHES BETTENLAGER** s. Beilage
- LE NEUKAUF** siehe Beilage
- HIT** siehe Beilage
- LIDL** siehe Beilage
- Style** siehe Beilage
- REUTER** siehe Beilage
- REWE** siehe Beilage
- RÖSSMANN** siehe Beilage
- SEGEMÜLLER** siehe Beilage
- V-MARKT** Seite 7

**Im Karton**

„Kinder helfen Kindern!“  
Sammelaktion beginnt Seite 14

**Im Blick**

Hellabrunn freut sich  
über einen kleinen Panda-Jungen Seite 2



**Im Gespräch**

Ruth Eder über Leben und Sterben,  
Standhalten und Trost Seite 15

## Sämtliche Türen sind offen

Eine Ausbildung im Handwerk bietet zahlreiche Möglichkeiten

München · Über 130 verschiedene Ausbildungsberufe machen das Handwerk zu einem äußerst vielseitigen Wirtschaftsbereich. „Dafür brauchen wir engagierten Berufsnachwuchs“, betont Frank Hüpers, Hauptgeschäftsführer der Handwerkskammer (HWK) für München und Oberbayern. „In jedem Handwerksberuf wird man zielgerichtet darauf vorbereitet, nach bestandener Gesellenprüfung sofort als vollwertige Fachkraft zu arbeiten – das kann längst nicht jeder fertige Akademiker von sich behaupten.“



**Neue Serie - Teil 20**



Lesen Sie weiter

auf Seite 20 Eine Ausbildung im Handwerk eignet sich bestens für den Einstieg ins Berufsleben.

Bild: HWK

*Gattinger*  
Mit Laib und Seele

Die 187ste Wiesn fällt zwar aus, ABER bei uns gibst die feinen Leckereien trotzdem. Ob Schokofrüchte, Wiesnbrezn, Zwiebelkuchen oder Auszogne da ist für jeden was dabei.

Bildnachweis: Freepik

**Ankauf von Edelmetallen  
aller Art zu aktuellen Kursen**

**GLIEN**  
Edelmetalle · Rohstoffe · Karat Gold

Unter 089 - 850 60 77  
oder am Hauptplatz 4/1 in Gauting  
stud wir für Sie Mo. bis Fr.  
von 8:00 bis 17:00 Uhr erreichbar

**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

**Wespenotdienst Bayern**  
24 Std.

**Gebäudemanagement Weingartner**  
Telefon 0 81 05/7 79 99 27  
www.wespenotdienst-bayern.de  
zertifizierter Meisterbetrieb

Ein gutes Auge für die richtige Gestaltung!

**| FULL-SERVICE-WERBEAGENTUR |**

089/546 55-229  
www.creaktiv-net.de

**CreAktiv**  
komma münchen gmbh

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

**Münchner Wochen Anzeiger**  
muenchenweit.de

**Ticket-Service**

Werbe-Spiegel  
Fürstenrieder Straße 9  
Telefon 089/546 55-115

Sendlinger Anzeiger  
Luise-Kiesselbach-Pl. 31  
Telefon 089/45243640

**Neuaubinger Volksbühne**

lädt zu Theaterabenden auf das herzlichste in den Saal des Bayerischen Schnitzel- & Hendlhaus in Neuaubing, Limesstr. 63 ein.  
Corona-Maßnahmen beachten!  
Zur Aufführung gelangt

**„Feurio - Aufruhr im Spritzenhaus“**

Schwank in 3 Akten von Jürgen Schuster  
Samstag, den 10. Oktober 2020  
Samstag, den 17. Oktober 2020  
Sonntag, den 18. Oktober 2020  
Samstag, den 24. Oktober 2020

Eintritt 10,00 €  
Samstag Abendkasse/Einlass 18.30 Uhr Beginn 19.30 Uhr  
Sonntag Abendkasse/Einlass 17.00 Uhr Beginn 18.00 Uhr  
Vorverkauf: Bertrams Serviceshop Ubostr. 48 81245 Mchn  
oder: [www.neuaubinger-volksbuehne.de/bestellung](http://www.neuaubinger-volksbuehne.de/bestellung)

**RECHTSANWALT**  
Clemens Brengelmann  
Telefon: 159 5600  
www.kanzlei-brengelmann.de

**Fachanwalt Erbrecht**

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

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

**MD Sonnenschutztechnik**  
GmbH

Sonnenschutzanlagen  
Überdachungen  
Bauelemente

Ausstellung Karlsfeld  
Ottostraße 10

Tel: 08131 - 330 74 80  
rollladenbau-markisen.de

**HYGIENE FÜR DIE HÄNDE**

Desinfektion gehört in jeden Haushalt  
**Auch mit Sensor!**

Wir liefern das **MOBILE STANDGERÄT** zum mieten oder kaufen ab € 120,-

Für Privat – Gewerbe oder Ihre Kanzlei  
Vom zertifizierten Hygiene Fachmann empfohlen.

Telefon 0 81 05/7 79 99 27 · Handy 01 72/9820595  
info@gm-weingartner.de · [www.gm-weingartner.de](http://www.gm-weingartner.de)



Mittwoch, 30. September, 16.00 Uhr, Ubostraße 9

# Fuchs und Hase sagen Gute Nacht

ubo9: Veranstaltungen für Kinder starten wieder

**Aubing.** Ab kommenden Mittwoch, 30. September, gibt es im Aubinger Kulturzentrum ubo9 auch wieder Veranstaltungen für Kinder. Den Auftakt macht das Figurentheater Pantaleon mit dem Stück „Wenn Fuchs und Hase sich 'Gute Nacht' sagen“. Die Geschichte für Kinder ab vier Jahren nach dem Bilderbuch von Kathrin Schärer handelt von Mut, List, und vom Besiegen der Angst vor dem Gefressenwerden. Beginn ist um 16 Uhr, das Stück dauert ca. 40 Minuten. Karten zu 5 Euro für Kinder und zu 8 Euro für Erwachsene sind über [www.ticketino.com](http://www.ticketino.com) erhältlich. Die Tageskasse mit Restkarten öffnet 15 Minuten vor Veranstaltungsbeginn. „Wir sind startklar und kümmern uns um die Einhaltung aller erforderlichen Hygienemaßnahmen“, so das ubo9. „Die notwendigen Abstände werden eingehalten, Hygiene hat höchste Priorität, und eine Umstellung der Lüftung garantiert den 40 Gästen wohltemperierte Frischluft.“

Alexander Baginski erweckt die Figuren zum Leben.  
Bild: Figurentheater Pantaleon



bb

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  
Türen und Fenster  
Badstraße 16 • 81379 München  
Telefon 089 / 72 44 800

PORTAS®  
Europas Renovierer Nr. 1

Besuchen Sie unsere Ausstellung • [www.haslwanter.portas.de](http://www.haslwanter.portas.de)

## Still-Café im Familienzentrum

**Allach.** Das Familienzentrum Allach-Untermenzing (St.-Johann-Str. 26) lädt frisch gebackene Mamas am Mittwoch, 30. September, zu einem kostenlosen Still-Café ein, bei dem sich die Mütter austauschen und von 10.30 bis 11.30 Uhr auch Fragen an eine erfahrene Beraterin für Baby- und Kinderernährung stellen können. Bereits ab 9.30 Uhr kann man zum Frühstück kommen. Um eine kurze Anmeldung in der Doodle-Liste unter <https://doodle.com/poll/fpdkg6svdf2bk88> wird gebeten.

bb

## Fernwärmeprojekt Dachauer Straße

**Innenstadt.** Die Stadtwerke München (SWM) verlegen zwei neue Fernwärmeleitungen in der Dachauer Straße auf rund 90 Metern zwischen Karlstraße und Augustenstraße. Fernwärmeleitungen erfordern aufgrund der Betriebstemperaturen von bis zu 130 Grad Celsius eine spezielle Bauweise. Diese bedingt, dass die Leitungsgräben im Vergleich zu anderen Versorgungsleitungen länger offen bleiben müssen. Während der Baumaßnahme ist mit Behinderungen und Absperrungen im Geh- und Fahrbahnbereich zu rechnen. Der Individualverkehr wird aufrechterhalten. Die Arbeiten dauern voraussichtlich bis November.

bb

## Aktionstag Glücksspielsucht am 30.9.2020:

Verständnisvolle Hilfe statt ständiger Versuchung  
Condrobs Infostand Glücksspiel am Pasinger Bahnhofplatz

**München, 15.09.2020** – Glücksspiel ist allgegenwärtig: In schicken Casinos ebenso wie in einfachen Spielcafés. In den letzten Jahren fand die Branche via Smartphone-Apps einen immer direkteren Zugang zu ihren Kund\*innen. Diese ständige Versuchung beherrscht oft das Leben von Menschen, die von Glücksspiel abhängig sind. Pathologisches Glücksspiel ist eine anerkannte Erkrankung. Die Folgen dieser Sucht können verheerend sein, erläutert Marie Lehner von der Condrobs Fachstelle für Glücksspielsucht in Pasing: „Pathologisches Glücksspiel greift ein in soziale, berufliche, materielle und familiäre Verpflichtungen. Deshalb bieten wir Betroffenen und ihren Angehörigen professionelle Unterstützung, um gemeinsam einen Weg aus dieser Sucht zu finden.“

### Hohes Suchtpotential

In Deutschland haben rund 500.000 Menschen Probleme mit übermäßigem Glücksspielen. Die häufigsten Glücksspielarten, ob on- oder offline, sind Automaten, Sportwetten, Kasinospiele oder Lotterien. Zum bundesweiten Aktionstag Glücksspielsucht machen Mitarbeitende und Ehrenamtliche der Suchthilfe in ganz Deutschland auf die Gefahren und Hilfsangebote rundum



dieses brennende Thema aufmerksam. So auch Marie Lehner und ihre Kolleg\*innen. Die Fachstelle für Glücksspielsucht ist Teil der Condrobs Suchtberatungsstelle in München-Pasing. Zum Aktionstag begrüßt das Team Interessierte am 30.09. von 10 bis 14 Uhr an einem Infostand am Pasinger Bahnhofplatz.

### Hilfe für Betroffene und Angehörige

Die Fachstelle für Glücksspielsucht steht Menschen mit problematischem oder pathologischem Glücksspielverhalten und deren Angehörigen mit professioneller Beratung zur Seite. Je früher man um Rat sucht, desto besser, meint Lehner: „Betroffene und Angehörige sollten sich mög-

lichst bereits dann an uns wenden, wenn erste Gedanken über ein mögliches problematisches Spielverhalten auftauchen. Die Fachstelle bietet neben der Beratung eine Gruppe für Spieler\*innen, ambulante Reha und vermittelt bei Bedarf in zusätzliche geeignete Hilfsangebote.“ Die Condrobs Suchtberatungsstelle Pasing bietet mittwochs von 09-10 Uhr eine Glücksspiel-Sprechstunde an, zu der Betroffene unverbindlich Erstberatung erhalten. Aufgrund der aktuellen Corona-Situation finden diese Beratungen telefonisch statt. Das Team freut sich über einen Anruf unter 089 8207568-0.  
**Condrobs e.V.**  
Suchtberatungsstelle Pasing  
Bäckerstraße 4  
81241 München  
Tel: 089 8207568-0

**AKTIONSTAG GLÜCKSSPIELSUCHT**  
MITTWOCH, 30.09.2020 | 10.00 – 14.00 UHR  
Kommen Sie an unserem Stand am Pasinger Bahnhofplatz vorbei!

**Condrobs**  
Wir helfen.

Condrobs Suchtberatungsstelle Pasing

Tel: 089 8207568-0 | [pasing@condrobs.de](mailto:pasing@condrobs.de)  
Telefonsprechstunde für Betroffene: Mi 09.00 – 10.00 Uhr  
Neu: Online-Beratungsplattform PlayChange

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

VERSPIEL  
NICHT  
DEIN  
LEBEN

PlayChange

Landesstelle  
Glücksspielsucht  
in Bayern







Freitag, 2. Oktober, 18 bis 22 Uhr, www.Indd.de

## Liebeserklärungen an ein funktionierendes System

„Lange Nacht der Demokratie“ 2021

**München** · Der Startschuss für die „Lange Nacht der Demokratie“ am 2. Oktober 2021 fällt genau ein Jahr vorher: ab dem 30. Jahrestag der Deutschen Einheit gibt es jeden Monat eine Veranstaltung, bei der alle Demokratie erleben können. Auftakt ist ein Abend mit Liebeserklärungen an die Demokratie von bekannten Menschen und einer Diskussion über die Herausforderungen der Demokratie mit den Politikern Petra Pau, Ilse Aigner und Dieter Reiter. Die Veranstaltung am 2. Oktober 2020 um 18 Uhr im „upside east“ im Münchner Werkviertel wird durch die Band „Affentheater“ und künstlerischen Darbietungen der Gruppe „DemocraticArts“ untermalt. Die Präsenzveranstaltung ist bereits ausgebaut, das Programm wird jedoch über [www.Indd.de](http://www.Indd.de) live übertragen und kann unter anderem in sieben

Münchner Nachbarschaftstreffs verfolgt werden.

### Lust auf Demokratie machen

Demokratie ist bunt und kann gefeiert werden. Das möchte die „Lange Nacht der Demokratie“ des Wertebündnis Bayern zeigen. Und über 30 Städte und Gemeinden in ganz Bayern machen mit. Zahlreiche Gruppen und Menschen arbeiten zwischen Coburg und Rosenheim mit Hochtouren an einem interessanten Programm, mit dem die Veranstalter Lust auf Demokratie machen wollen. Was hält unsere Gesellschaft zusammen? Diese Frage stellt sich nicht nur an Jahrestagen oder während einer langen Nacht. Daher gibt es ab Oktober 2020 jeden Monat eine Veranstaltung an einem anderen bayrischen Ort als Vorbereitung auf die „Lange Nacht der Demokratie“ 2021.

### München im Jahr 2025?

In München diskutiert z.B. die Initiative „Lebendige Demokratie“ am 13. November 2020 die Fragen: Wie stellen Sie sich München im Jahr 2025 vor? Welche Veränderungen muss es bis dahin geben, um gestärkt aus den aktuellen Krisen hervorzugehen? Alle können sich an den Überlegungen beteiligen. Das besondere der Initiative „Lebendige Demokratie“: sie suchen nicht nach den Vorschlägen, für die sich die Mehrheit begeistert, sondern die Ideen, die am wenigsten Widerspruch bei den Menschen erzeugen. Das Verfahren nennt sich systemisches Konsensieren und regt dazu an, mehr mit Menschen mit anderen Meinungen zu reden. Weitere Informationen gibt es unter [www.lange-nacht-der-demokratie.de](http://www.lange-nacht-der-demokratie.de) im Internet. **eis**

## Bestens vernetzt

Münchenstift ist Mitglied bei der Kommunalen Altenhilfe Bayern

**München** · Seit kurzem ist die Münchenstift Mitglied bei der Kommunale Altenhilfe Bayern, einem Netzwerk kommunaler bayerischer Pflegeeinrichtungen und Altenhilfeträger der Landkreise, Städte, Märkte und Gemeinden. Die Münchenstift ist damit eines der 18 Mitglieder der Genossenschaft, die insgesamt rund 6.900 Betten repräsentiert. Ziele sind es, eine wohnortnahe und hochwertige Versorgung mit Pflegeleistungen – insbesondere in Pflegeheimen – zu sichern, die finanzielle Unterstützung durch den Freistaat zu verbessern

sowie die Gestaltungsmöglichkeiten der Kommunen bei der Altenpflege im Interesse einer optimalen Daseinsvorsorge zu erhalten und zu erweitern. Zudem soll die gegenseitige Unterstützung zwischen den kommunalen Trägern gefördert und im engen Zusammenwirken mit den kommunalen Spitzenverbänden die Interessen der kommunalen Pflegeeinrichtungen und Altenhilfe gegenüber den Sozialhilfeträgern, den Pflegekassen, den Wohlfahrtsverbänden, den Verbänden privater Pflegeheime und dem Freistaat Bayern vertreten werden.

den. „Ich freue mich auf den Austausch mit den Kollegen. Die ersten Ergebnisse aus den Arbeitskreisen sind sehr vielsprechend und motivieren zur aktiven Mitarbeit“, so Geschäftsführer Siegfried Benker.

### Über Münchenstift

Die Münchenstift GmbH ist eine gemeinnützige Gesellschaft und hundertprozentige Tochtergesellschaft der Landeshauptstadt München. Mit rund 3.000 Bewohnern in 13 Häusern. Aktuell beschäftigt sie etwa 1.900 Mitarbeiter. **tab**



Dem Geschäftsführer Siegfried Benker (2. von links) gratulierten die Vorstände der Kommunalen Altenhilfe Bayern (von links): Ulrich Gräf, Prof. Dr. Alexander Schraml sowie Eva v. Vietinghoff-Scheel. Bild: Münchenstift GmbH

## Aufbruch im Spritzenhaus

Neuaubinger Volksbühne spielt im Oktober

**Neuaubing** · Die Neuaubinger Volksbühne setzt ihre Theatersaison im Oktober mit dem Schwank „Feurio - Aufbruch im Spritzenhaus“ fort, der bereits im März auf dem Spielplan stand.

Allerlei Turbulenzen rund um die Feuerwehr von Unterbach gibt es in dem Stück von Jürgen Schuster, den das Ensemble an den Samstagen 10., 17. und 24. Oktober sowie am Sonntag, 18. Oktober, im Bayerischen Schnitzel- &

Hendlhaus (Limesstraße 63) zeigt. Im Mittelpunkt steht Feuerwehrvorstand Florian Brandner, der unbedingt eine Fusion mit der Feuerwehr der größeren Nachbargemeinde Oberbach verhindern will. Sein eifriges Engagement führt dazu, dass er von seiner Frau vor die Tür gesetzt wird und sich im Feuerwehrhaus einquartieren muss. Doch während er dort unbeirrt mit seinen Mitstreitern fürs große Feuerwehrfest probt, gibt es

immer wieder Zwischenfälle. Was steckt dahinter? Spielbeginn ist an den Samstagen um 19.30 Uhr und am Sonntag um 18 Uhr. Eintrittskarten können erworben werden zu 10 Euro (zzgl. VVK-Gebühr 1 Euro) bei Bertrams Service Shop (Ubostr. 48) oder online unter [www.neuaubinger-volksbuehne.de/bestellung](http://www.neuaubinger-volksbuehne.de/bestellung). Beim Besuch des Stücks sind die Regeln zum Coronaschutz zu beachten. Die Plätze werden zugewiesen. **bb**



Das Ensemble der Neuaubinger Volksbühne freut sich auf schöne Theaterabende.

Bild: Neuaubinger Volksbühne

EVER.S  
ALLACH

# Einkaufen in Allach.

Im EVER.S direkt am Bahnhof.



EVER.S: Oertelplatz 13, München, 330 Parkplätze. [www.evers-allach.de](http://www.evers-allach.de)





# V-MARKT

einfach besser einkaufen

Angebote gültig von Montag, 28.09. bis Mittwoch, 30.09.2020

**Müller Milch**  
verschiedene Sorten  
je 400-ml-Flasche oder  
500-ml-Becher  
1 l = 1.18 / 0.94



**0.47**  
mind. -51%

V-Markt Newsletter: Anmeldung  
unter [v-markt.de/newsletter](http://v-markt.de/newsletter)



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

Montag bis Samstag  
7-20 Uhr geöffnet

## Leberkäse zum Selberbacken

in der Aluschale  
100 g



**0.69**

## Presssack

weiß, rot und  
hausgemacht  
100 g



**0.89\***

Frisch aus der Käsetheke:

## Bonbel Butterkäse

halbester Schnittkäse, butterzart,  
mild und voll im Geschmack, laktosefrei  
50 % Fett i. Tr.  
100 g



**0.79**  
-54%

## Erasco Eintöpfe

verschiedene Sorten  
z. B. Bunter Gemüsetopf  
je 800-g-Dose  
1 kg = 1.61



**1.29**  
-47%

Frisch aus dem Brothaus:

## Sonnenblumenbrot

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



**1.80**

## Gourmet Perle oder a la Carte

Katzennahrung, nass,  
je 85-g-Portionsbeutel  
100 g = 0.34



**0.29**  
-26%

## Schichtbraten

vom Schwein, gefüllt mit Käse und  
Schinken, küchenfertig gewürzt  
100 g



**0.89**

## Berner Würstchen

mit geräuchertem Wammerl und Käse  
100 g



**0.79**

## Bergader Bergbauern Scheiben

verschiedene Sorten  
je 150-g-Packung  
100 g = 0.86



**1.29**  
-33%

## Bahlsen Comtess Kuchen

verschiedene Sorten  
je 350-g-Packung  
1 kg = 2.77



**0.97**  
-47%

## Mohn-Schmetterling

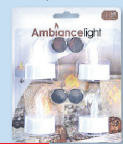
je Stück



**1.00**  
-24%

## LED Teelichte

inkl. Batterie, in creme weiß



**0.99**  
4er-Pack

## Bayrischer Krustenschinken

Spitzenqualität von ausgesuchten  
Schlegelteilen  
100 g



**1.69\***

## Frische Blut- und Leberwurst

zum Kraut und zur Schlachtplatte  
100 g



**0.69\***

## Dr. Oetker Ristorante Pizza, Piccola oder Bistro Flammkuchen

jeweils verschiedene Sorten  
z. B. Pizza Salame  
je 240-g - 410-g-Packung  
tiefgefroren  
1 kg = 4.05 - 6.92



**1.66**  
-35%

## Jacobs Tassimo Kaffee-Kapseln

verschiedene Sorten  
je 40-g -  
344-g-Packung  
1 kg = 8.58 - 73.75



**2.95**  
-32%

## Frosch Essig- oder Neutralreiniger

je 1-Liter-Flasche



**1.35**  
-26%

## BRAUN Stabmixer MQ100Curry

450 Watt, 1 Geschwindigkeitsstufe,  
Messerklingen aus Edelstahl,  
spülmaschinengeeignet,  
inkl. 600 ml Mix- und Messbecher



**24.99**  
-21%

## Mionetto Spumante Brut, Extra Dry oder Gran Rosé

je 0,75-Liter-Flasche  
1 l = 7.99



**5.99**  
-17%

## Stolzenbacher Gebirgswasser

Still  
je 6 x 1,5-Liter-  
Kiste  
+ Pfand 3.00 /  
1 l = 0.33



**2.99**  
-31%

## Kraft Tomatenketchup

je 750-ml /  
860-ml-Flasche  
1 l = 2.12 / 1.85



**1.59**  
mind. -32%

## Nestlé Nesquik

kakaohaltiges Getränkepulver  
je 400-g -  
450-g-Nachfüllbeutel  
1 kg = 3.22 - 3.63



**1.45**  
-25%

## Pril Spülmittel, Kraft Gel oder Power & Perlen

verschiedene Sorten  
je 750-ml / 500-ml /  
450-ml-Flasche  
1 l = 1.27 / 1.90 / 2.11



**0.95**  
-21%

## Zucchini

aus Bayern  
1 kg



**1.29**

## Satsumas

neue Ernte aus Spanien  
je 1-kg-Netz



**1.39**

## Feldsalat

aus Italien  
je 100-g-Schale



**0.99**

## Garofalo Pasta

verschiedene Sorten  
je 500-g-Packung  
1 kg = 1.98



**0.99**  
-49%

## adidas Deospray

verschiedene Sorten  
je 150-ml-Dose  
100 ml = 1.30



**1.95**  
-17%

## Damen Bluse

100 % Viskose,  
Gr. S - XXL



**19.99**





**Lebensmittel retten**  
Mit ihren „Reste-Rezepten“ zeigen unsere Leser einen praktischen Weg, der Verschwendung von Lebensmitteln zu begegnen.



Samstag, 26. September 2020 | Nr. 39

# Mitdenken



... zum Wegwerfen zu schade!

Weltweit geht etwa ein Drittel aller Lebensmittel auf dem Weg vom Feld bis zum Teller verloren. Allein für die Lebensmittel, die später auf dem Müll landen, verbrauchen wir 216 Millionen Kubikmeter Wasser und lassen mehr als 38 Millionen Tonnen Treibhausgas entstehen, so das Umweltbundesamt. Auf einer Fläche so groß wie die Schweiz oder die Niederlande

werden Lebensmittel abschließlich für die Tonne angebaut. Obwohl niemand gerne Essen verschwendet, wird in deutschen Haushalten jedes achte Lebensmittel weggeworfen. So landen in unseren privaten Mülltonnen pro Person jedes Jahr 82 Kilogramm Nahrungsmittel. Das sind zwei vollgepackte Einkaufswagen mit einem Warenwert von über 230 Euro. Vieles von dem, was wir wegwerfen, ist noch bestens verwendbar. Aus Resten kann man mit ein bisschen Geschick und Lust am Ausprobieren oder den Rezepten der Großeltern wunderbare Gerichte zaubern.

einfach  
nachhaltig  
ohne Aufwand!

## Unser Promi-Rezept

# Paprika HUHN

von Michaela Aschberger  
Gründerin von Belladonna

Michaela  
Aschberger



### ZUTATEN

- Suppenhuhn
- 1 - 2 Becher Crème fraîche
- 250 - 500ml Hühnerbrühe
- 1 - 2 EL Paprika Edelsüß
- Salz, Pfeffer
- 1 Bund Petersilie glatt
- 1 Zwiebel
- 1 - 2 Zehen Knoblauch
- Öl zum Braten

Das Rezept ist von meiner Mutter und die hatte es schon von ihrer Mutter übernommen. Eine selbst gemachte Hühnerbrühe schmeckt vorzüglich und gilt als Immun-Booster bei Infekten. Was aber geschieht mit dem Huhn, wenn es ausgekocht wurde?! Zum Wegwerfen ist das einfach viel zu schade: Wir machen dann ein Paprikahuhn daraus.

### ZUBEREITUNG

1. Öl in eine ausreichend große Pfanne geben.
2. Klein geschnittene Zwiebel darin glasig dünsten.
3. In kleine Stücke geschnittenes Suppenhuhn (zerlegt und von den Knochen befreit) dazugeben und anbraten.
4. Klein geschnittenen Knoblauch dazugeben und mitbraten.
5. Mit der heißen Hühnerbrühe langsam aufgießen.
6. Bei starker Hitze braten, der Sud soll etwas eindicken.
7. Crème fraîche nach Belieben hinzufügen.
8. Klein geschnittene Petersilie hineingeben und nach eigenem Geschmack würzen.

Dazu passt: Reis und grüner Salat.

4 Portionen

ca. 40 Minuten

Schwierigkeit:  
einfach

Guten Appetit!

Gewinnen  
Sie...

...mit Ihrem Lieblings-Reste-Rezept!

Kennen Sie auch solche Reste-Rezepte sowie die „kleinen Familiengeschichten drumherum“? Teilen Sie es mit unseren Lesern und schreiben Sie uns! Wir freuen uns auf Ihr Rezept mit einem Bild von Ihnen und vielleicht einer kleinen „Anekdote“ dazu! Wir werden die Rezepte hier abdrucken und am Ende des Jahres ein Buch mit den schönsten Resterezepten veröffentlichen. Vielleicht ist dann Ihr Rezept auch dabei!

Senden Sie uns Ihr Rezept per Mail an [leser@muennenweit.de](mailto:leser@muennenweit.de) oder per Post an: Münchner Wochenanzeiger, Fürstenrieder Straße 5-11, 80687 München.

Unter allen Einsendungen verlosen wir einen Hotelgutschein für ein Wochenende zu zweit!

## „Natur und Kultur“ an der Baumschule abgesagt

**Laim** · Die für Samstag, 26. September, geplante Kulturveranstaltung an der Baumschule (Willibaldstraße/ Senftenauerstraße) fällt aus. Dazu eingeladen hatten die drei an die Baumschule angrenzenden Ortsverbände von Bündnis 90 / Die Grünen (Pasing, Laim und Hadern) gemeinsam mit der in Laim gegründeten Bürgerinitiative „Landschaftspark West“. Unter dem Motto „Natur und Kultur in der Baumschule“ sollte auf die Naherholungs- und Freizeitqualität des Areals an der Baumschule hingewiesen werden. Aufgrund der nun gestiegenen Coronazahlen in München, aber auch wegen der ungünstigen Wetterprognose entschieden die Organisatoren nun, das Event abzusagen.

„Wir sind aber zusehends, dass wir die schöne und wichtige Aktion zum Erhalt dieser „Grünen Lunge für München“ im Frühjahr 2021 durchführen können“, hofft Renate Spannig von den Organisatoren. **kö**

## Kreativecke im Seniorentreff

**Neuhausen** · Am Montag, 5. Oktober, um 14 Uhr können sich interessierte Senioren in der Kreativecke „Werken, Teil 1“ Zeit für eigene Kreativität nehmen und entdecken, welche Gestaltungsmöglichkeiten der Salzteig bietet. Zusammen mit Ursula Schneider-Savage können im Seniorentreff Neuhausen e.V. (Leonrodstr. 14b) Büsten, Broschen, Christbaumanhänger und vieles mehr hergestellt werden. Die Besucher bringen ihre eigenen Ideen mit oder finden diese in der Gruppe. Die in der Kreativecke entstandenen Werke werden im Seniorentreff gebacken und können beim zweiten Treffen am Montag, 19. Oktober, bemalt werden. Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Anzahl an Plätzen ist begrenzt, eine Anmeldung unter Telefon (089) 1392841910 ist erforderlich. **sv**



ab Mo., 28. September



alive®  
**Parka**

Versch. Modelle, 58 % Polyester, 32 % Baumwolle, 10 % Polyamid, Größen: 122-152, je Stück

19,99

alive®  
**Herbststiefel**

Versch. Modelle, gefüttert, Obermaterial aus Synthetik, mit Reißverschluss auf der Innenseite, Größen: 30-36, je Paar

9,99



SEVERIN  
**S'POWER® Bodenstaubsauger**

SEVERIN BC7044, besonders kraftvoll und leise (ca. 74 dB), inkl. Zubehör und 2 x Staubbeutel, Maße (Längen): Saugrohr ca.: 81 cm, Schlauch ca.: 180 cm, Kabel ca.: 6 m, 6 Filtrationsstufen, mit praktischem Tragegriff, 3 Jahre Garantie, je Stück

69,99



casalux  
**Textile LED-Deckenleuchte**

In Weiß, Grau oder Taube, angenehm blendfreie Beleuchtung durch Kunststoffabdeckung über der Lichtquelle, Maße (Ø x H) ca.: 38 x 10 cm, inkl. 2 x E27 LED-Leuchtmittel je 11 W, je 1055 lm, warmweißes Licht 3000 K, 3 Jahre Garantie, je Stück

14,99



**WIR FEIERN UNSERE PREISSTARS**

Nur bei ALDI SÜD!

Weitere Farben: Amazfit Smartwatch Amazfit Bip S Lite

Ca. 3,25 cm (1,28"), Always-On-Display, anpassbare Widgets, Anzeige von Benachrichtigungen, 8 Sport-Modi, mit Herzfrequenzsensor, bis zu 5 ATM wasserdicht, Schlafüberwachung, bis zu 40 Tage Akkulaufzeit, 2 Jahre Garantie, je Stück

UVP 59,99

49,99

von Mo., 28. September bis Fr., 2. Oktober

WIR SAGEN ERNTE-DANK, DENN WIR SIND...



GEFEIERT WIRD MIT BUNTER HERBST-VIELFALT: Obst und Gemüse der Saison zum Kleinen Preis!

**Karotten**

Ursprung: Deutschland, Klasse 1, 2 kg-Beutel, kg-Preis 0,44

-26%  
0,88\*



**Speisekartoffeln, vorwiegend festkochend**

Ursprung: Deutschland, 7,5 kg-Sack, kg-Preis 0,77

Aktion  
1,99\*

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

A Quelle: Nielsen Homescan, Obst & Gemüse, MAT Oktober 2019, Absatz Pack, LEH+DM im ALDI SÜD-Vertriebsgebiet Deutschland

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

40M-2020



## Forschung

Chantal Friebertshäuser

ist die Geschäftsführerin von MSD Deutschland.

**Platzreife-Kurse zum Aktionspreis:**  
**119€ minus Lebensalter**

**Ihr Alter bestimmt den Preis Ihres Platzreife-Kurses!\***

Georg, 70 Jahre Platzreife-Kurs nur **49 Euro** (statt 119 Euro)

\*Gültig bei Buchung eines Platzreife-Kurses mit Beginn im Jahr 2020 auf der GolfRange München-Germering und Vorlage eines Lichtbild-Ausweises bei Bezahlung vor Ort. Nicht kombinierbar mit anderen Rabattaktionen.

**GOLF|RANGE**

GolfRange München-Germering  
Stamberger Weg 56 · 82110 Germering  
Tel. 089 / 15001120 · www.golfrange.de

## Zehn unscheinbare Glasampullen Hoffnung

Neuartiger Ebola-Impfstoff Ervebo wird künftig in Ausstellung des Deutschen Museums gezeigt



**Hoffnung im Kampf gegen Ebola: eine Glasampulle des Ervebo-Impfstoffes.**

Bild: Deutsches Museum

### Café für die Seele

**Innenstadt** · Am Montag, 5. Oktober, um 15 Uhr lädt das Evangelische Bildungswerk wieder zum kostenfreien Trauercafé „Café für die Seele“ ein. Dort können sich Trauernde untereinander austauschen. Dekan i.R. Volker Herbert stellt Trauerangebote im Raum München vor. Das „Café für die Seele“ findet im Mathildensaal im Evang. Handwerkerverein e.V. (Mathildenstr. 4) statt. Eine Anmeldung per Mail an [service@ebw-muenchen.de](mailto:service@ebw-muenchen.de) oder per Tel. (089) 552580-0 ist erforderlich. Nicht angemeldete Personen können leider nicht teilnehmen. **bb**

www.hellabrunn.de

**Hellabrunn**  
DER MÜNCHNER TIERPARK

**„DRÄNGELN?“**  
**IMMER SCHÖN DER REIHE NACH!“**

AUF DEM WEG ZUR WASSERSTELLE LAUFEN NYALAS IN EINER REIHE - AM ENDE GEHT DER BOCK UND TREIBT DIE HERDE AN. SO KANN EIN TIER AUF DAS NÄCHSTE BEIM TRINKEN AUFFASSEN.

KOMM UND ENTDECKE WEITERE ÜBERRASCHENDE FAKTEN IN HELLABRUNN - DIE VIELFALT DES LEBENS ERWARTET DICH.

Stadtparkasse München | Partner des Tierparks Hellabrunn

**Museumsinsel** · Es sind nur zehn unscheinbare Glasampullen in einer Pappschachtel, aber die haben es in sich: Ervebo heißt die Hoffnung im Kampf gegen Ebola, eines der tödlichsten Viren der Welt. Weil Corona in den vergangenen Monaten die Schlagzeilen beherrschte, ist diese Krankheit zuletzt fast in Vergessenheit geraten. Dabei ist es keine fünf Jahre her, dass bei einem großen Ausbruch in Westafrika 11.000 Menschen starben. Für rund zwei Drittel der Ebola-Patienten verläuft die Krankheit tödlich.

### „Man kann gut erklären, wie es wirkt“

Doch es gibt Hoffnung: Ervebo, ein Impfstoff, den die Pharma-Firma MSD produziert. Als der Impfstoff Ende 2019 von der EU zugelassen wurde, wurde auch das Deutsche Museum auf die Entwicklung aufmerksam. Kurator Florian Breitsameter sagt: „Ich wollte den Impfstoff unbedingt in der künftigen Dauerausstellung „Gesundheit“ zeigen. Man kann daran sehr gut erklären, wie ein Impfstoff wirkt, der nach dem Prinzip des viralen Vektors funktioniert. Ervebo ist der erste derartige zugelassene Impfstoff. Und es ist ziemlich wahrscheinlich, dass dieses Prinzip auch zum Muster für einen Corona-Impfstoff wird.“

Bei Ervebo wird das Genmaterial für ein Impfantigen in ein Trägervirus eingebracht, das dann als Impfstoff gespritzt wird. Das Protein dieses Genmaterials wird auf diese Weise in den Körper eingeschleust. Dort

lösen diese Proteine die Produktion von Antikörpern im Geimpften aus.

### Bayern führte 1807 Impfpflicht zuerst ein

Der neuartige Impfstoff wird ab Ende 2021 in der neuen Dauerausstellung „Gesundheit“ zu sehen sein – neben anderen Impfstoffen, die die Welt verändert haben. Besonders gern erzählt Kurator Florian Breitsameter die Geschichte der Pocken-Impfung. Der schottische Arzt Edward Jenner hatte herausgefunden, dass eine Infektion mit eher harmlosen Kuhpocken Menschen vor den tödlichen Pocken schützt. „Es war aufgefallen, dass Mägde, die Kühe melken, nicht an den gefährlichen echten Pocken erkranken, sondern nur Pusteln an den Händen bekommen.“ Jenner kratzte an den Pusteln und infizierte mit dem Schorf Kinder, die dann vor der tödlichen Krankheit geschützt waren. Bayern führte schon im Jahr 1807 als erstes Land der Erde eine Pflicht-Pockenimpfung ein. Heute sind die Pocken ausgerottet.

### Jüngster Ausbruch wurde eingedämmt

Um die Ausrottung von Ebola geht es bei Ervebo nicht: Das ist kein Impfstoff für vorsorgliche Massenimpfungen, sondern ein Notfallpräparat, das bei akuten Ausbrüchen eingesetzt werden soll – auch medizinisches Personal im Anti-Ebola-Einsatz kann damit geimpft werden. Ervebo ist nicht kommerziell im Handel erhältlich, sondern wird derzeit zum Selbstkostenpreis ab-

gegeben und über die WHO verteilt. Das ist auch aus technischen Gründen notwendig: Die Langzeit-Lagerung erfolgt bei minus 80 bis minus 60 Grad. Sollte es zu einem Ausbruch kommen, wird der Impfstoff nach Afrika eingeflogen. Bei Külschranktemperaturen hält er sich zwei Wochen. Hunderttausende Menschen wurden schon mit dem Prüfimpfstoff von Ervebo, der seit Februar im niedersächsischen Burgwedel hergestellt wird, geimpft – er hat bereits viele Menschenleben gerettet und dürfte auch mit dafür verantwortlich sein, dass es gelungen ist, den jüngsten Ausbruch im Kongo einzudämmen.

### Basis für Corona-Impfstoff?

Florian Breitsameter hofft, dass es bis zur Eröffnung der Gesundheitsausstellung auch einen Corona-Impfstoff geben wird. Vielleicht wird einer dieser Impfstoffe auf der Technologie basieren, die für Ervebo zum Einsatz gekommen ist. MSD arbeitet daran: „Zurzeit nutzen wir unsere langjährige Erfahrung in der Entwicklung und Produktion von Impfstoffen für die Suche nach einer Schutzimpfung gegen SARS-CoV-2. Einer der Ansätze, die wir dabei verfolgen, basiert auf der Technologie, mit der wir gegen das Ebola-Virus erfolgreich waren“, sagt MSD-Geschäftsführerin Chantal Friebertshäuser. Florian Breitsameter ist optimistisch: „Den Platz für einen Corona-Impfstoff habe ich in der Vitrine freigehalten.“ **red**

Matthias Schweighöfer in:

# RED SHOPPING WEEK

Jubiläum  
**75**  
Jahre

**XXX Lutz**

**Matthias  
richtet's ein**

Ausgenommen:  
alle Werbeartikel, Team 7  
und Stokke

**auf alle  
auch auf große Marken**

- Schlafzimmer
- Küchen
- Badmöbel
- Matratzen
- Vorzimmer & Garderoben
- Kleinmöbel
- Büromöbel
- Jugendzimmer
- Leuchten
- Teppiche
- Babymöbel

in allen Abteilungen

# 40%

**40%**  
Sofort sparen  
Ohne Wenn und Aber!

Artikel mit  
diesem Label

Jetzt:

**zusätzlich**

# 10%

**MwSt.  
Vorteil**  
Jubiläumsrabatt  
erhöht!

bis zu

1) + O)

2) + O)

Für Druckfehler keine Haftung. Die XXXLutz Möbelhäuser, Filialen der BDSK Handels GmbH & Co. KG, Mergentheimer Straße 59, 97084 Würzburg, ILDE39-0-1

**XXX Lutz** MEIN MÖBELHAUS.

1) Gültig bei Neuaufträgen auf gekennzeichnete Artikel. Soweit anwendbar, nur mit dem „10 %-Extrarabatt“ kombinierbar, keine weiteren Konditionen möglich. Basispreis ist Grundlage für alle Abschläge. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 26.09.2020. 2) Gültig bei Neuaufträgen auf alle Schlafzimmer, Küchen, Badmöbel, Matratzen, Vorzimmer & Garderoben, Kleinmöbel, Jugendzimmer und Büromöbel, Leuchten, Teppiche und Babymöbel. Ausgenommen: alle Werbeartikel, Team 7 und Stokke. Basispreis ist Grundlage für alle Abschläge. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 26.09.2020. O) Aktionen und Aktionsbedingungen sowie weitere Informationen finden Sie unter xxxlutz.de/aktionsbedingungen. Artikel im Online Shop werden im Aktionszeitraum bereits reduziert angezeigt, bei Gutscheinen erst nach Eingabe des Aktionscodes. V) Seit dem 01.07.2020 wurde die Mehrwertsteuer von 19 % auf 16 % gesenkt. Diese Senkung geben wir im Rahmen der Erhöhung unseres Jubiläumsrabattes von 7,5 % auf 10 % an unsere Kunden weiter.



Das nette Team der Zahnarztpraxis Dr. Flaig.

Foto: BK

## Zahngesundheit

### URSACHE FÜR GELBE ZÄHNE

Fast jeder stellt irgendwann im Laufe seines Lebens eine Verlärbung seiner Zähne fest. Dabei wirken die Zähne meist dunkler als früher, vielleicht auch leicht gelblich. Für die Veränderung kann es dabei ganz unterschiedliche Gründe geben. Dies können beispielsweise Ablagerungen auf der Zahnoberfläche sein. Diese werden durch Nahrungs- und Genussmittel wie z. B. Kaffee, Tee, Saft, Rotwein oder Tabak verursacht. Aber auch bakterielle Beläge verändern die Farbe. Oder die Einnahme von Medikamenten wie Antibiotika, Probleme mit Zahnerven und Wurzeln oder Karies lassen die Verlärbungen entstehen. Schließlich nutzt sich im Laufe des Lebens der Zahnschmelz ab und wird dünner. Dann wird die darunter liegende Schicht sichtbar, die deutlich gelblicher und dunkler ist. Wenn die Verlärbungen stören, sollte mit seinem Zahnarzt klären ob sich durch eine professionelle Zahnreinigung die Zahnverlärbungen beseitigen lassen. Falls nicht, kann ein sogenanntes Bleaching, bei dem die Zähne mit Hilfe eines Bleichmittels aufgehellt werden, durchgeführt werden. Die ungeschönten Stellen können auch überkront oder mit einer Verblendung versehen werden. Weiterhin gibt es die Möglichkeit eines inneren Bleichings, für das allerdings der Zahn aufgebohrt werden muss.



Gesundheit & Wellness

## HAUTREINSTRICH

Bei allen Pflegeprogrammen ist die Reinigung der Haut von der Haut im Tag beginnt. Die Säuberung der Gesichtshaut in der Nacht sammeln sich Talg und Poren. Erst wenn die Haut richtig ist, können die nachgepflegte ihre volle Wirkung entfalten. Somit sollte eine Pflege zum festen Bestandteil der Hautpflege werden. Im Laufe des Tages werden die Poren verengt, beispielsweise durch Make-up oder durch Umwelteinflüsse. Folglich gehört eine tägliche Reinigung zum Hautpflegeprogramm. Vor dem Einsatz der Pflegeprodukte ist eine gründliche Reinigung der Haut wieder "aufzuräumen". Die Pflegetechnik ist ein wichtiger Bestandteil der Hautpflege. Start in den Tag die Kombination mit gutem

## NICHTS FÜR

Bergwandern stellt eine Herausforderung für Herzpatienten und ältere Menschen dar. Menschen im Alter sind besonders anstrengend. Die häufigsten Ursachen für Herz-Kreislauferkrankungen sind ein hohes Blutdruck, Diabetes, Bluthochdruck, Übergewicht, Rauchen und ein ungesunder Lebensstil. Bei Herz-Kreislauferkrankungen ist es wichtig, die Symptome zu erkennen und schnell geborgen zu werden.



**DR. STEPHANIE FLAIG**  
Zahnarztpraxis

konservierende Zahnheilkunde | Endodontie  
Parodontologie | Prophylaxe | Kinderzahnheilkunde  
ästhetische Zahnheilkunde | Vollkeramik | Prothetik  
Implantologie

Eversbuschstraße 122  
D. 80999 München/Milch  
Telefon: 0 89 / 8 12 29 47 | www.dr-flaig.de

Sprechstunde: (und nach Vereinbarung)  
Mo. u. Do. 8 – 12 und 14 – 18 Uhr  
Di. 8 – 12 und 14 – 20 Uhr  
Mi. 8 – 14 Uhr | Fr. 8 – 12 Uhr

## Alten-/ Krankenpflege



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

## Gesundheit

Energiearbeit, Tel. 089/7555891

Erfahr. Fachfußpflege, Hausbesuche, 28,- € Tel. 089/85306276 oder 0151/50672499

**Aromatherapie** - die heilende Kraft ätherischer Öle, Hilfe bei allen seelischen und körperlichen Beschwerden, Näheres unter Telefon: 0172/9553304 oder info@therapie-arzmitter.de

**TOP GEBRAUCHTE ELEKTRO-MOBILE für Senioren** Unverb. Probefahren in 86570 Inchenhofen, Tel. 0176/24255352

**Energie & Körper**, T. 6922524

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

**Relax Massage**, 089/13928513

**TOP GEBRAUCHTE ELEKTRO-MOBILE für Senioren** Unverb. Probefahren in 86570 Inchenhofen, Tel. 0176/24255352

## Seniorenbetreuung

**Rüstiger Man mit langjähriger**, sehr guter Erfahrung in Betreuungs- und Pflege sucht Stelle für Ganztags- oder Teilzeit nur Privat, Tel. 0151/24860584

**Shoppingbegleitung**. Du möchtest gerne shoppen, bist aber oft unsicher bei deiner Entscheidung? Gerne stehe ich dir beratend zur Seite. Ob jung, ob alt - ob dick oder dünn, gemeinsam kriegen wir das hin. Tel.: 0176/26449387

**24h Pflege poln.** Kräfte, T. 089/87579060, [www.bayernpflege.de](http://www.bayernpflege.de)

Fachklinik für Innere Medizin, Naturheilverfahren und Homöopathie

## Mehr als nur Schulmedizin

### Das KfN: modern, integrativ und menschlich

Das Krankenhaus für Naturheilverfahren (KfN) in München ist eine der führenden komplementärmedizinischen Kliniken Deutschlands. Es ergänzt die evidenzbasierte Schulmedizin mit anerkannten Verfahren aus der Komplementärmedizin. Im Sinne eines „sowohl als auch“ profitieren Patienten mit akuten und chronischen Erkrankungen sowohl von unserer schulmedizinischen Fachkompetenz im Hinblick auf die moderne internistische Diagnostik und Therapie als auch vom Einsatz anerkannter Therapiemethoden aus der Naturheilkunde und der Homöopathie.

Leinen Sie diese Behandlungsynergien bei einem stationären Aufenthalt in unserem Hause kennen. Ein familiärer Charakter prägt das Miteinander in unserem modernen internistischen Krankenhaus. Im Vordergrund steht im KfN eine integrative Medizin, die ganz auf unsere Patienten ausgerichtet ist.

### Das KfN online

informieren Sie sich zu den Behandlungsschwerpunkten auf unserer Website [www.krankenhaus-naturheilweisen.de](http://www.krankenhaus-naturheilweisen.de)

alle  
Kranken-  
kassen!

### Wir sind für Sie da

Selbstverständlich achten wir während Ihres Klinikaufenthalts auf ein Maximum an Infektionsprävention und die strikte Einhaltung der Hygienevorschriften des Robert-Koch-Instituts.

Krankenhaus für Naturheilverfahren

Seyboldstraße 65 · 81545 München  
Telefon: 089 62305-0  
Telefax: 089 62305-430  
[www.krankenhaus-naturheilweisen.de](http://www.krankenhaus-naturheilweisen.de)  
info@kfn.muc.de

Seit 1983



mehr als nur Schulmedizin



# Gesundheit & Wellness

## REINIGUNG - DIE BASIS FÜR HELLENDES AUSSEHEN

Man sollte zunächst eine intensive Reinigung vorgenommen werden. Bereits mit einer gründlichen Reinigung, denn auch über Staub in den Haarporen, um perfekt gereinigtes Haar zu gewährleisten. Folgende Pflegemaßnahmen entlasten die Kopfhaut und fördern die Produktion des natürlichen Öls. In der ersten Phase des Tages sollten strahlendes Gesicht, Massage, Meibomdrüsen und die abendbedingten Maßnahmen zu können, geeignete Pflegeprodukte - eine Mischung dazu. Nur dann kann man "die abschließend verfeinern" und die anschließende Verfeinerung mit ihrem jeweiligen Wirkprinzip nährreich gezielte kosmetische Pflege kommt es bei der Reinigung an. Nur wer sich vor jeder Nachtruhe und vor jeder Kombination aus Reinigung und Pflege gönnt, der kann gegen alle negativen Einflüsse gegenüber stehen.



## PFLEGE DER HAUT IM HERBST

Nun steht der Herbst mit seinen facettenreichen Boten vor der Tür: Bald fallen bunte Blätter von den Bäumen, die Tage werden kürzer und Herbststürme kündigen die kalte Jahreszeit an. Jetzt beginnt die Phase der Ruhe und Regeneration. Nicht nur der Wandel der Natur erweckt in uns das Bedürfnis nach Geborgenheit und Besinnlichkeit, auch der Organismus verlangt nach Entspannung und "Wohlfühl". Jetzt ist der richtige Zeitpunkt, um sich auf Körper und Seele zu konzentrieren und der trüben Herbststimmung Paroli zu bieten. Gerade unsere Haut benötigt nun besonders viel Zuwendung, mit einer gezielten Pflege - speziell der Gesichtshaut - gilt es nun, den Wetterstrapsen zu trotzen.

Bild: Saksak Kerdanno/Pixabay

## THERAPIE HILFT BEI MIGRÄNE

Etwa acht Millionen Menschen in Deutschland leiden an Migräne. Frauen sind zwei- bis dreimal häufiger betroffen als Männer. Hier kann eine spezielle Biofeedback-Therapie helfen, um mit einer gezielten Behandlung die Symptome zu verringern. Während einer Biofeedback-Behandlung lernen die Patienten, wie sie durch Konzentration und bestimmte Gedanken gezielt entspannen können. So üben sie die Erweiterung der Gefäße und damit den Schmerz so wirksam wie durch Medikamente zu verhindern. Bereits nach wenigen Behandlungen sind die Patienten in der Lage durch ihre eigene Willenskraft ihre Körperfunktionen zu beeinflussen. Die Biofeedback-Therapie eignet sich besonders für Patienten, die mindestens dreimal im Monat einen Migräneanfall haben oder dieser länger als drei Tage dauert.

## BERGWANDERN FÜR SCHWACHE HERZEN

Die große Belastung für das Herz-/Kreislaufsystem durch Bergwandern haben dabei ein höheres Risiko für einen Herzinfarkt. Menschen mit erhöhtem Risiko für Herzkrankheiten sollten Bergwandern vermeiden. Herz-/Kreislaufprobleme sind eine der häufigsten Ursachen für Bergunfälle. Jeder 3. Bergwanderer, der einen Herzinfarkt erleidet, stirbt an einem Herzinfarkt. Das Herz ist damit die zweitgrößte Belastung beim Bergwandern.

Das Bergwandern ist sowohl Ausdauer als auch Kraft. Gerade in sehr steilem Gelände ist der Berglauf besonders stark beansprucht. Dazu kommen oft schlechte Wege und die dünne Höhenluft. Menschen mit Herz-/Kreislaufproblemen sollten Bergwandern vermeiden. Dazu zählen vor allem Menschen über 60 Jahre und ältere Menschen. Regelmäßige Pausen, langsames Gehen, und ausreichend Trinken sind unerlässlich. Warnzeichen für Herz-/Kreislaufprobleme sollten nie ohne Handy aufbrechen. Bei Beschwerden sollte sofort Hilfe gerufen werden. Wer nach einem Infarkt Bergwandern möchte, sollte dies mit dem Arzt abklären. Wer nach einem Infarkt Bergwandern möchte, sollte dies mit dem Arzt abklären.

## SELBST LEICHTER ALKOHOLKONSUM MACHT DICK

Schon ein Gläschen Wein oder ein kleines Bier pro Tag stehen mit einem höheren Risiko für Übergewicht und Stoffwechselstörungen im Zusammenhang. Dabei steigt das Risiko mit der Menge an täglich konsumiertem Alkohol. Dies berichten südkoreanische Forscher auf dem diesjährigen europäischen und internationalen Kongress für Adipositas.

## UNGESUNDE LEBENSMITTEL LASSEN UNS SCHNELLER ALTERN

Stark verarbeitete Lebensmittel wie Fast Food oder Süßigkeiten haben offenbar nicht nur Auswirkungen auf unser Gewicht: Bei Personen, die drei oder mehr Portionen solcher Lebensmittel pro Tag aßen, waren doppelt so häufig Alterungserscheinungen der Chromosomen erkennbar. Die Studienergebnisse wurden auf der internationalen Konferenz zur Fettleibigkeit vorgestellt.

Nymphenburger Str. 1 | 80335 München  
Tel. +49 89 54 34 20 30  
info@wzaz.de | www.wzaz.de

wirbelsäulen zentrum  
am Söckingplatz

## BV Wir ziehen um!

Ab 01.10.2020 sind wir in den neuen Praxisräumen am Westkreuz (50 m zur S-Bahn)

Dr. med. Veronika Vogel  
Fachärztin für Allgemeinmedizin

Dr. med. Erich Brosch  
Facharzt für Innere Medizin

Friedrichshafen-Str. 7, 81243 München  
Telefon 089 - 87 13 59 7  
Fax 089 - 87 13 01 63  
E-Mail: dr.brosch-anmeldung@gmx.de

Sprechzeiten:	Vormittag	Nachmittag
Mo., Di., Mi., Do.	9.00 - 12.00	15.00 - 18.00
Freitag	9.00 - 14.00	
Samstag	nach Vereinbarung	

## Notdienst

Sonn- und Feiertagsdienst

Sonntag, 27.9.2020

**Neuhausen-Nymphenburg**  
Elvira-Apotheke  
Nymphenburger Str. 81  
Tel. (089) 18 86 85

**Neu-Aubing**  
Galenus-Apotheke  
Wiesentfeller Str. 68  
Tel. (089) 87 73 58

**Laim**  
Gloria-Apotheke  
Fürstenrieder Str. 39  
Tel. (089) 56 51 00

**Maxvorstadt**  
Inter-Apotheke OHG  
Elisenstr. 5  
Tel. (089) 59 54 44

**Ludwigsfeld**  
Macho-Apotheke  
Josef-Frankl-Str. 47  
Tel. (089) 31 21 57 38

**Planegg**  
Max-Planck-Apotheke  
Planegger Str. 5  
Tel. (089) 8 57 54 07

Gesundheit & Wellness



## Orthopädische Privatpraxis Dr. med. Tim Pietruska



Facharzt für Orthopädie  
Akupunktur  
Chirotherapie  
Physiotherapie

Privatpatienten • Selbstzahler  
Laubenweg 1  
82061 Neuried  
Tel: 089/ 72 48 17 50  
Fax: 089/ 72 48 17 99  
info@orthopaedie-neuried.de  
www.orthopaedie-neuried.de



Online-Terminvergabe



# „Aktion Kinder helfen Kindern!“

ADRA Deutschland ruft wieder zur Sammlung auf



Aktion 2019: Auch in Bulgarien gab es strahlende Kinderaugen.

Bild: ADRA Deutschland e.V.

**München** · Am 20. September startete die „Aktion Kinder helfen Kindern!“ der Entwicklungshilfeorganisation ADRA Deutschland e.V. wieder – trotz Corona. Auch in diesem Jahr können Kinder in Deutschland Geschenke für in Armut lebende gleichaltrige Mädchen und Jungen in Osteuropa zwischen 3 und 17 Jahren, sammeln. Eltern, Geschwister, Großeltern und Freunde sind ebenfalls herzlich eingeladen zu helfen.

## Seit 1999 helfen Kinder

Nach Zahlen des Kinderhilfswerks UNICEF leben weltweit 385 Millionen Kinder in extremer Armut. Die Armut wirkt sich oftmals negativ auf die körperliche und geistige Entwicklung der Kinder aus. Daraus folgt dann neue Armut. Seit 1999 helfen Kinder in Deutschland ihren Al-

tersgenossen über Grenzen hinweg und zaubern ihnen mit der „Aktion Kinder helfen Kindern!“ ein Lächeln ins Gesicht.

## Kartons gibt es bei den Sammelstellen

Die leeren Pakete, die alle die gleiche Größe und Form haben, werden von den Sammelstellen in München und Umland kostenlos an verschiedene Einrichtungen abgegeben.

Sobald die Pakete gepackt sind, gehen sie zurück an die Sammelstellen. Inhalt der Pakete sind Spielsachen, Bastel- und Schulbedarf, Hygieneartikel, Wärmespender (Mütze, Schal, Handschuhe, Socken, Strumpfhosen) und Süßigkeiten. Außerdem wird um 5 Euro für Transport, Verteilung und nachhaltige Hilfe vor Ort gebeten. Abgabebeschluss ist der 13. Novem-

ber. Die „Aktion Kinder helfen Kindern!“ sorgt für den Transport nach Osteuropa und händigt sie direkt an die bedürftigen Kinder aus. Der korrekte Transport und die Übergabe der Pakete werden von ADRA Deutschland e.V. kontrolliert und dokumentiert. Ob Kind, Erwachsener, Schule oder Kindergarten: Wer mitmachen möchte, erhält bei den Sammelstellen die Kartons sowie Flyer mit Informationen.

## Hier wird gesammelt

Einige Sammelstellen in München und Umland:

**Pasing:**  
Helga Rönisch,  
Tel. (089) 8349303  
**Isarvorstadt:**  
Eva Stefek,  
Tel. (089) 74657977

## Nymphenburg / Gern:

Stefan Sobbe,  
Tel. 0179-6113218

## Forstenried:

Janet Seeger,  
Tel. 0173-7742916

## Laim / Sendling:

Marion Scheuchl-Laschak,  
Tel. (089) 5802121

## Untermenzing:

Birgit Uebelacker,  
Tel. (089) 12476685,  
birgit.uebelacker@freenet.de

## Karlsfeld / Dachau:

Birgit Mengouë,  
Tel. 0176 5182230

## Starnberg:

Ulrike Potschka,  
Tel. (08151) 8307  
oder upotschka@gmx.de

## Eichenau /

**Lkr. Fürstentfeldbruck:**  
Annett Hößler,  
Tel. 0163-3247476

Weitere Informationen gibt es auf [www.kinder-helfen-kindern.org](http://www.kinder-helfen-kindern.org). **red**

## Der aller kleinste Trachtenzug

Brauchtumsverein erinnert in historischer Kleidung an ersten Umzug

**München** · Besser klein als gar nicht, sagte sich der Brauchtumsverein „Die schöne Münchnerin e.V.“ und beschloss spontan, sich in reduzierter Formation am traditionellen ersten Oktoberfestsonntag in diesem wiesnlosen Frühherbst zu treffen und in historischer Kleidung durch die Altstadt zu ziehen. Einheimische und Touristen freuten sich über die überraschende Parade und zückten Handys und Fotoapparate, um den „kleinsten Trachtenzug Münchens“ im Bild festzuhalten.



bb /

Bild: Stephan Rescher

Abschied ·  
Begleitung ·  
Vertrauen · Mut ·

## Ruth Eder

**München** · „Die Mutter war's. Was braucht's der Worte mehr?“ lautet ein Trauerspruch, der gelegentlich auch in Todesanzeigen zu lesen ist. Ein Spruch, in dem – in all seiner Kürze – eine eindeutige Botschaft steckt: Wenn die eigene Mutter stirbt, ist das ein besonders einschneidendes Ereignis. Was bedeutet der Tod der Mutter für die Tochter? Dieser Frage ist die Autorin Ruth Eder bereits vor über 25 Jahren, nach dem Tod ihrer Mutter, nachgegangen und hat Frauen zu diesem Thema befragt. Entstanden ist aus diesen Interviews das Buch „Ich spür noch immer ihre Hand. Wie Frauen den Tod ihrer Mutter bewältigen.“ Nun ist das Buch in einer überarbeiteten Neuauflage erschienen. Tanja Beetz sprach mit Ruth Eder.

„Ich plädiere stark für die Hospiz-Bewegung“

Ist der Tod ein Tabuthema in unserer Gesellschaft? Wie kann man ihn mehr ins Leben holen?

**Ruth Eder:** Leider ist der Tod – auch wenn er uns jetzt durch Corona bedrohlich näher rückt – in unserer materialistischen Gesellschaft immer noch ein Tabuthema. Immerhin gibt es jetzt aber auch bei uns die Hospiz-Bewegung, für die ich in meinem Buch stark plädiere: Sie sorgt dafür, dass es in nahezu jeder Stadt und jeder Gemeinde Hospiz-Begleiter und -Begleiterinnen gibt, die Sterbende nicht allein lassen mit dem Tod. Dennoch sehen wir, dass sich viele, besonders junge Menschen, lieber mit Feiern und Verweigerung befassen, als sich von Masken und Abstandsregeln an die Todesgefahr erinnern zu lassen. Aber auch mit dem „ganz normalen Tod“, möglichst weitab in im Grünen gelegenen Altersheimen oder Pflegestationen will sich keine Generation gern intensiv befassen und hält überwiegend Krankenschwestern und Pfarrer für die eigentlich Zuständigen für dieses traurige Thema.

„Mutter-Tochter-Bindung ist etwas Besonderes“

„Dass auch unser Leben ein Ende hat, wird uns nie schonungsloser vor Augen geführt, als durch den Tod unserer Mutter“, heißt es in ihrem Buch, das 1994 erstmals erschien. Wie kommen Sie zu dieser Bewertung?

**Ruth Eder:** Mein Buch wendet sich ja ausdrücklich an Frauen, auch wenn es immer wieder von Männern gelesen wird. Denn die Mutter-Tochter-Bindung ist schon etwas ganz Besonderes, da die Mutter nicht nur die Versorgerin des kleinen Mädchens, sondern später auch sozusagen die „Sparrings-Partnerin“ in Sachen Identitätsfindung der Tochter als Frau und Mutter ist. An der Mutter orientieren sich immer noch die meisten Mädchen, im Guten oder im weniger Guten. Das belegt auch meine Interview-Partnerinnen.

„Es zeichnet sich ein Wandel ab“

Ist der Tod von Vätern denn ein weniger einschneidendes Erlebnis als der Tod von Müttern?

**Ruth Eder:** Sicher gibt es Vater-Kind-Beziehungen, die besonders intensiv sind. Aber in unserer Gesellschaft werden Kinder immer noch vorwie-

## Wenn die Mutter stirbt über das Leben und Sterben, Standhalten und Sich-Fügen, Bindungen und Trost



Ruth Eder hat mit Frauen über den Tod ihrer Mutter gesprochen. 15 dieser Interviews sind in ihrem Buch „Ich spür noch immer ihre Hand. Wie Frauen den Tod ihrer Mutter bewältigen“ zu lesen. Bild: Angelika Bardehle

gend von Müttern großgezogen und umsorgt, was besonders bei Töchtern zu einer starken Bindung führt, auch was das Vor-Bild der Mutter als Frau angeht. Es zeichnet sich aber bei jungen Vätern ein Wandel ab, die mehr Zeit mit ihren Kindern verbringen möchten und damit intensivere Beziehungen zum Nachwuchs bilden.

### „Sich fügen in den Lauf des Lebens“

Sie sind nun selbst 28 Jahre näher an Ihren eigenen Tod herangerückt. Welche Gefühle haben Sie bei diesem Gedanken?

Ruth Eder: Durchaus mulmige, denn jede Kreatur will zunächst mal so lang wie möglich am Le-

ben bleiben. Aber von Jahr zu Jahr wird mein Widerstand geringer und ein Sich-Fügen in den Lauf des Lebens, der ja nun für kein Wesen auf Erden das ewige Leben vorsieht, bricht sich Bahn. Dies Sich-Ergeben wird mir sicher eines Tages meinen eigenen Tod erleichtern, ich habe es bei meiner Oma erlebt, die mit 93 Jahren in meinem Arm ganz sanft gestorben ist.

### „Ein ewiges ‚Stirb und Werde‘“

Wie „rüsten“ Sie Ihre eigene Tochter für den bevorstehenden Abschied?

Ruth Eder: Eigentlich habe ich sie schon gerüstet: Ich habe ihr damals nämlich ihre Uroma auf dem Totenbett gezeigt und diesen sehr friedli-

chen Anblick hat sie heute noch vor Augen und sagt, dass er ihr die Angst vor dem Sterben nimmt. Sie war damals fünf Jahre alt. Allerdings war der einige Jahre darauf folgende Abschied von ihrer geliebten Oma sehr belastend für sie und sie hört es deshalb nicht gern, wenn ich von meinem eigenen Tod spreche. Meine Tochter erwartet gerade mit ihrem Mann ein Baby und ist eher auf Neustart denn auf Abschied gepolt, aber ich versäume es dennoch nicht, von

unserem alten Kater zu sprechen, der immer schwächer wird. Ein ewiges „Stirb und Werde“ eben ...

### „Man umgab den Sterbenden“

Wie sieht der „ideale Tod“ für Sie aus?

Eigentlich wie der, der noch vor 100 Jahren in Deutschland „üblich“ war: Die alte Bäuerin oder der alte Bauer lagen in ihrem Bett, die Großfamilie um sie oder ihn versammelt. Man betete, weinte, lachte und umgab den Sterbenden mit Liebe und Wehmut. Kerzen brannten, der Pfarrer kam, all diese Rituale gaben einen starken Halt. Aber was mich angeht, war eigentlich mein eigener Abschied von meiner Großmutter und meiner Mutter der „ideale“ Tod, denn auch ohne Großfamilie war ich bis zum letzten Atemzug bei ihnen. Und das ist es wohl, was letztlich zählt und einen enormen Trost darstellt im Gefühl, standgehalten und nichts versäumt zu haben.

### „Hoffnung auf ein Weiterleben“

Viele der von Ihnen interviewten Frauen finden Trost in dem Gedanken auf ein Wiedersehen nach dem Tod. Teilen Sie diese Zuversicht?

Ruth Eder: Die Zuversicht nicht, aber eine Hoffnung. Und die tröstet auch mich. Meine Oma hatte diese starke Zuversicht, ich hingegen hoffe, dass man im Jenseits tatsächlich die Seelen seiner Lieben wiedererkennt und mit ihnen für immer vereint ist. Ich habe meiner Tochter mehrmals „dezent“ gesagt, wie tröstlich es für mich war, in der Todesstunde bei Uroma und Oma gewesen zu sein. Ich hoffe also insgeheim, dass auch sie mich nicht alleine lässt, wenn mein „Stündlein“ gekommen ist. Ein Kontakt mit meiner Mutter nach ihrem Tod hat übrigens meine Hoffnung auf ein Weiterleben verstärkt ...



Ruth Eder

### Ich spür noch immer ihre Hand

Wie Frauen den Tod ihrer Mutter bewältigen

Ruth Eders Buch ist in einer überarbeiteten Neuauflage erschienen (176 Seiten, 11,99 Euro). Bild: Noack&Block

## RECHTSANWALTSKANZLEI KLAUS JAKOB SCHMID

FACHANWALTSKANZLEI FÜR ARBEITSRECHT  
FACHANWALTSKANZLEI FÜR ERBRECHT  
FACHANWALTSKANZLEI FÜR FAMILIENRECHT  
WAHL- UND PFLICHTVERTEIDIGER, OPFERANWALT



Arbeitsrecht  
Erbrecht  
Familienrecht  
Immobilienrecht  
Verkehrsrecht

Münchner Straße 12  
85221 Dachau

Tel. 08131/292423  
Fax 08131/292426

www.rechtsanwaltskanzleischmid.de



Familienunternehmen  
Unternehmensnachfolge  
Rund ums Erbe



gross-  
mediation

Michael Groß  
Dipl. Volkswirt

Wirtschaftsprüfer  
Zertifizierter Mediator  
Testamentvollstrecker (AGT)

Hadorfer Str. 9 • 81475 München  
Tel: +49 (0) 89 - 20 33 27 57 • Fax: +49 (0) 89 - 20 33 27 58  
Mobil: +49 (0) 173 - 9 45 15 19  
info@gross-mediation.de • www.gross-mediation.de

Nur die Ewigkeit ist nicht vergänglich...



Ein  
weiser  
Zug...



STÄDTISCHE BESTATTUNG

Vorsorge zu Lebzeiten

Palais Lerchenfeld · Damenstiftstraße 8 · 80331 München  
Telefon 0 89/2 31 99 02 · www.städtische-bestattung.de



### Erste Hilfe

Nach der Absicherung der Unfallstelle und dem Absetzen des Notrufs hat die Erste Hilfe oberste Priorität, um Leben zu retten.

## Allgemein

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

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

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

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

## Audi

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

**Kaufe Audi,** Fa. T. 089/61467795

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

## BMW

**Kaufe BMW** Fa. T. 089/61467795

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

**Kaufe BMW** Fa. T. 089/48998925

## Citroen

**C5, Autom., Bj. 07/07,** TÜV 12/21, gt. Zust., 1.350,- € VB; Tel. 0152/29216145



## Fiat

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

**Kaufe Fiat** Fa. T. 089/48998925

**Kaufe Fiat** Fa. T. 089/96978022

## Ford

**Kaufe Ford** Fa. T. 089/48998925

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

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

## Honda

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

**Kaufe Honda,** T. 089/48998925

## Hyundai

**Su. Hyundai,** T. 089/48998925

## Mercedes

**Kaufe jeden Mercedes** Firma Telefon: 089/48998925

**Su. Mercedes,** T. 089/62809177

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

## Motorräder

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



**Die hab' ich aus 'ner Kleinanzeige**

**Kleinanzeigen spannend wie das Leben in Ihrem Münchner Wochenanzeiger**



**Wochenanzeiger Medien GmbH, Fürstenrieder Straße 5-11, 80687 München, Telefon 089 / 54 65 55 www.muenchenweit.de**

## Skoda

**Kaufe Skoda,** T. 089/48998925

## Toyota

**KAUFE jd. TOYOTA,** auch So./Feiert., Fa. Tel. 089/97890365

**Kaufe jeden Toyota,** Firma Telefon: 089/48998925

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

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

**Kaufe Toyota,** Tel. 089/48996460

## VW

**Kaufe VW** Fa. T. 089/48998925

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

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

**VW Lupo,** 1,0 L, Ez. 2000, TÜV 11/21, VB 950 €, T. 0173/8644746



**VW Golf 7 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 ☎ 089/89 7041-55 • www.spratter.de**

## Wohnwagen/ Wohnmobile

**WWg. m. TÜV,** voll eingerichtet, m. viel Zubehör, Notverkauf, 2.690,- €, Tel. 0176/83371557

**Su. Wohnwagen** von Campingplatz auch zum abbauen, Tel. 0175/9724926



**Motorrad Hubarbeitsbühne** Grazia, hydraulische Hubkraft, 230 kg, mit Auffahrrampe, VB 800,- Euro, Tel. 0172/8969669

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

## Nissan

**Kaufe Nissan,** T. 089/94002977

## Opel

**Kaufe Opel** Fa. T. 089/48998925

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

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

**Winterauto, Opel,** Vectra 2,2l, 505/2021, Bj. 2004, kleine Karoserieschäden VB 800 €, Tel. 089 / 96992621

## Peugeot

**Kaufe Peugeot** Firma, Telefon 089/48998925

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

## Reifen

**Komplett Winterräder (Audi A4)** inkl. Alufelgen Uniroyal 225/55R 16 95 H, Profiltiefe 7 Dot. Nr. 2817, VB 250 €, T. 0157/31017705

**3 WR Pirelli Scorpion** 255/55R18 ohne Felgen, DOT: 24/15, ca. 5 mm, gegen Gebot, Tel. 0172/8539234

## Renault

**Kaufe jeden Renault** Firma Telefon: 089/48998925

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

**Suche Renault,** T. 089/94002977

Test	Aufstellung, große Gruppe	ugs.: in Ordnung, alles ...	chinesischer Kochtopf	chem. Zeichen: Barium	deutsche Vorsilbe	chem. Zeichen: Neodym	scherzhalt: US-Soldat	unverfälscht	Fremdwortteil: gegen	von unendlicher Dauer	lateinisch: Sache
								besitzanzeigendes Fürwort			
Schotterrock			mit Zucker haltbar gemacht						peinlich		
Winterfutter									heiliger Vogel der Ägypter		innerhalb
Fehler beim Tennis (engl.)	englisch: halt!								Vorzeichen	Initialen Canettis †	
höfliche Anrede in England			Beifallsruf						engl. Parlamentsentscheid		
Förmlichkeit	Abk.: Nummer			span., italienisch: eins	Kfz.-Z.: Tunesien	Überkopfball beim Tennis		nordische Götterbotin	Kfz.-Z.: Hoyerswerda		Kfz.-Z.: Rosenheim
positives elektrisches Teilchen						Ruinensstadt am Euphrat		männliche Anrede			

Gesundheitsfragen? Wir kennen die Lösung.



**Lasea®**  
Dr. Wilmar Schwabe GmbH  
28 Weichkapseln  
**16,95 €**

**Untere Bahnhofstraße 44**  
82110 Germering  
Telefon: 089 81891290  
Fax: 089 818912913

**Kurfürstenstraße 6**  
82110 Germering  
Telefon: 089 8942450  
Fax: 089 8924513

\* 0,-€ Frigo: Verkaufspreis in unseren Apotheken.





# Unsere Münchner Wochenanzeiger Immobilienexperten

**Münchner  
Wochen  
Anzeiger**  
muenchenweit.de

## Gibt es eine Erklärung dafür, dass in München ein Hotel nach dem anderen entsteht, und das an Stellen, wo die dringend benötigten Wohnungen bestens hinpassen würden? Nur am Oktoberfest kann das doch nicht liegen.

**Dr. Bernhard Bauer** - Geschäftsführer S-ImmobilienService der Stadtparkasse München, Telefon 089/21 67-595 61, immoservice@sskm.de

In vielen Fällen, so zum Beispiel auch im Umfeld des Hauptbahnhofes (Bahnhofsviertel), ist der Bau eines Hotels aufgrund der bestehenden Bauleitplanung bzw. der baurechtlichen Bestimmungen möglich, so dass die Entscheidung allein dem Eigentümer obliegt. Hotels werden schon deshalb gebaut, weil diese für Investoren sehr lukrativ erscheinen. Hier in München besteht durch die zahlreichen Messen und Großveranstaltungen ein hoher Bettenbedarf auf einem relativ hohen Preisniveau. Dazu kommen die vielen Touristen aus aller Welt. Kurz gesagt: München hat immer Saison. Zudem besitzen die Investoren mit dem Hotel-Grundstück in zentraler Lage einen soliden Wert, der sich gerade in München durch die hohen Bodenwerte zumindest bisher immer weiter erhöht. Zum anderen besteht die rechtliche Situation, dass Investoren einen Anspruch auf Erteilung einer Baugenehmigung für Hotels haben. Viele verlangen ein Einschreiten der Stadt – aber geht das überhaupt? Fest steht, dass die Bebauung mit Hotels vom Bebauungsplan gedeckt ist, so dass dieser hier keine rechtliche

Handhabe bietet. Auch das Instrument der Erhaltungssatzung greift nicht, da das Gebiet nicht davon umfasst ist. Daher ist nur das Zweckentfremdungsverbot einschlägig. Demnach ist ein Abriss von Wohnraum nur dann zu genehmigen, wenn Ersatzwohnraum gestellt wird. Nachdem die Bauherren jedoch Ersatzwohnraum in anderen Vierteln Münchens stellen, spricht auch das Zweckentfremdungsverbot nicht gegen den Hotel-Neubau. Damit hat der Bauherr einen Anspruch auf Erteilung der Baugenehmigung. Für die Zukunft prüft die Stadt allerdings, die Zweckentfremdungssatzung so zu verschärfen, dass der Ersatzwohnraum künftig im gleichen Viertel gestellt werden muss. Wenn Sie eine schöne Immobilie suchen oder verkaufen möchten, lassen Sie sich gerne unverbindlich und kostenlos von uns beraten. Bitte kontaktieren Sie uns einfach über 089 2167 59505 oder über unsere Website [www.immobilienservice-muenchen.de](http://www.immobilienservice-muenchen.de)



**Thomas Aigner** - Geschäftsführer und Inhaber der Aigner Immobilien GmbH, Telefon 089/17 87 87 - 0, info@aigner-immobilien.de

Tatsächlich hat München eine starke Hoteldichte. Die bayerische Landeshauptstadt hat sogar mehr Hotelbetten als Manhattan. Das liegt nicht nur am Oktoberfest, sondern vor allem daran, dass der Tourismus in München stetig gewachsen ist: Im vergangenen Jahr überschritten die Übernachtungen erstmals die 100-Millionen-Marke. Knapp die Hälfte sind ausländische Gäste, aber auch die Deutschen selbst reisen gerne hierher. Kein Wunder: Die Stadt bietet viele Sehenswürdigkeiten, gilt als sicher und hat eine attraktive Lage. Letztlich ist der Tourismus ein Wirtschaftsfaktor für die Stadt: 2019 lag der Umsatz bei rund 8,29 Mrd.

Euro. Davon fallen 2,96 Mrd. Euro für den Einzelhandel ab, 1,75 Mrd. Euro flossen in Dienstleistungen und 1,75 Mrd. Euro ins Beherbergungs- und Gaststättengewerbe. Diese Beliebtheit sehen Investoren gern, denn trotz der hohen Hoteldichte ist bislang kein Überangebot festzustellen. Zwar hat das Hotelgewerbe durch Corona gelitten, andererseits wird München auch in Zukunft als Reiseziel beliebt bleiben – gerade in Zeiten, in denen die Reisen ins Ausland beschränkt sind.



**Peter Hegerich** Geschäftsführender Gesellschafter Hegerich Immobilien GmbH, Telefon 089/23 06 96 20, info@hegerich-immobilien.de

Die simple Antwort auf diese komplexe Frage lautet: Projektentwickler sind auch nur Menschen! Sie können nicht in die Zukunft schauen. Immobilienentwicklungen – insbesondere komplexe und anspruchsvolle Projekte wie Hotelentwicklungen – nehmen immer viele Jahre in Anspruch. Die Investoren entscheiden mit gehörigem zeitlichen Vorlauf in Hinblick auf die zu erwartende, prognostizierte Zukunft. Und diese entwickelt sich eben manchmal – oder sogar meistens – anders als man denkt. Der Bedarf an Hotelbetten war zum Zeitpunkt der Investitionsentscheidung laut den damaligen Experten sicherlich vorhanden. München ist und bleibt für Touristen und Geschäftsreisende ein hoch attraktiver Standort, so dass eine Unterdeckung an Hotelbetten – oder zumindest ein großer Bedarf – vorhanden war. Blickt man etwa auf große Messen wie die ISPO, die Bauma oder künftig auch die IAA ist das Oktoberfest auch sicher nicht das einzige Jahreshighlight in München, an dem die be-

nötigte Hotelbettenkapazität bemessen werden. Dennoch herrscht Überkapazität. Verantwortlich dafür ist nicht alleine die hohe Bautätigkeit in diesem Bereich in den letzten Jahren, sondern zum Beispiel auch der Boom der privaten Unterkünfte wie Airbnb. Ich gehe davon aus, dass jeder Entwickler, der derzeit ein Hotel im Bau hat, sich nichts sehnlicher als ein Wohnbauprojekt wünschen würde. Nicht erst, aber spätestens seit dem Lockdown. Die Assetklasse Hotel ist die durch Corona am stärksten betroffene Immobilienart. Wenn Sie ein Hotelzimmer suchen – auch wenn es derzeit genügend freie gibt – sind wir von Hegerich Immobilien nicht der richtige Ansprechpartner. Wenn Sie aber Ihre Immobilie verkaufen möchten oder wenn Sie eine Immobilie als Kapitalanlage suchen, dafür umso mehr. Sprechen Sie uns an wir unterstützen Sie gerne!



**Matthias Wandl** - rimaldi.de - Die Immobilienprofis, Telefon 089/37 41 23 33, matthias.wandl@rimaldi.de

Das ist doch mal eine gute Frage. Natürlich liegt es nicht am Münchner Oktoberfest, schon gar nicht jetzt in Corona-Zeiten. Aber es liegt wohl daran, dass es heute leichter ist eine Baugenehmigung für ein Hotel zu bekommen als eine Baugenehmigung für ein größeres Wohnprojekt. Allein die Stellplatzverordnung, die Energieeinsparverordnung oder die Abstandsflächenregelung aus der Bayerischen Bauverordnung um nur einige zu nennen, verhindern eine rasche Baugenehmigung. Hinzu kommt das durch den geforderten Mietendeckel auch noch die Rentabilität für den Immobilien-Investor genull werden. Würden Sie in dem Bau eines Wohngebäudes investieren, wenn Sie unverhältnismäßig viele Vorschriften zu beachten und die Renditerwartung auf die nächsten 20 Jahre dahingeschmolzen ist. Oder würden Sie in ein Hotel investieren, wo viele der Vorschriften und Verordnungen nicht gelten und bei einer 50%igen Auslastung schon eine Rendite

zu erwarten ist. Darüber hinaus können sie als Unternehmer (Hotelier) Anfangsverluste auch noch von der Steuer abschreiben. Als Immobilienbesitzer werden sie für zu niedrige Mieten (Liebhaberlei) auch noch bestraft. Ich könnte dies noch wesentlich weiter ausführen, aber zu guter Letzt spielt auch noch eine Rolle, das die Stadt (in unserem Falle die Stadt München) sehr darauf bedacht erscheint, möglichst viel Gewerbesteuer zu generieren. Denn je mehr Steuereinnahmen ich habe desto mehr Geld kann ich ausgeben. Ein Schelm wer Böses dabei denkt. Das dabei bei allem Gewerbebezug der Wohnungsmarkt auf der Strecke bleibt ist unschwer nachzuvollziehen. Trotz allem sind wir mit Herzblut im Immobilienverkauf tätig und freuen uns, auch Sie baldmöglichst zu unseren Kunden zählen zu dürfen.



**Ingo Gerschlaue** - Geschäftsführer und Inhaber der Gerschlaue GmbH, Telefon 089/ 74 98 30 - 0, mail@gerschlaue.de

Boom beim Bau von Hotels in München, quer über alle Sparten. 2019 betrug die Anzahl der Hotelbetten in München sagenhafte 84.000 Betten. Die jährlichen Zuwachsraten lagen bei 3.400 Betten. Der Boom bei den Hotelneubauten hat mehrere Gründe. Zum einen hat der Tourismus in den letzten Jahren überproportional zugenommen und München gehört bei vielen Reisenden zum Pflichtprogramm. Messen, Großveranstaltungen und geschäftlich bedingte Reisen befeuern den Trend zusätzlich. Für die Investoren ist der Neubau von Hotels lukrativ. Die Renditen liegen erheblich über denen des Wohnungsbaus. Zusätzlich locken günstige Finanzierungen. Somit nimmt auch der Kreis der Investoren immer weiter zu: Privatpersonen, Family Offices, Fondsgesellschaften, Versicherungen, Pensionsfonds etc, und das nicht etwa regional begrenzt. Vielmehr kommen die Investoren aus der ganzen Welt. Wo Hotels gebaut werden können und wo Wohnungen, regeln Baugesetzbuch und Bayeri-

sche Bauordnung. Wenn beides baurechtlich möglich ist, gibt es keine Möglichkeit dem Eigentümer vorzuschreiben, was er zu bauen hat - Wohnungen, oder Hotel. Tröstlich mögen die folgenden Betrachtungen sein: häufig sind die Standorte von Hotels für einen Wohnungsbau nicht unbedingt lukrativ. Und vor allem, die Fragestellung stammt aus der Vor-Corona-Zeit. Inzwischen ist es so, dass geplante oder begonnene Hotelbauten zwar noch zu Ende geführt werden, weil dies unter dem Strich kostengünstiger ist. Aber die Einbrüche im Tourismus und bei den Geschäftsreisen sind unübersehbar und fallen z.T. dramatisch aus. Inwieweit die Zahlen von früher wieder erreicht werden, insbesondere bei den Geschäftsreisen, steht in den Sternen. Vorerst dürfte der Neubau von Hotels in München seinen Zenit überschritten haben.



**Friedhart Reiner** - Geschäftsführer und Inhaber der wohnref münchen GmbH, Telefon 089/61 30 45 99 10, Email: reiner@wohnref-muenchen.de

Die Corona-Krise trifft die Hotels in München hart: Urbaner Tourismus, Geschäftsreisen, Tagungen und Messen sind zum Erliegen gekommen und werden auch so schnell nicht mehr ihr altes Niveau erreichen. Auch die vielen positiven Erfahrungen mit dem Home Office und virtuellen Konferenzen unterstützen diesen Trend. Diese Krise der Hotellerie ist zugleich aber auch eine Chance. In freier werdenden Hotelräumlichkeiten können neue Wohnraumkonzepte entstehen: Altersgerechtes Wohnen oder bezahlbarer Wohnraum für Familien und „Normalverdiener“.

Wenn ich in die Zukunft blicke, gilt es jetzt die Gestaltungsräume des Branchenumschubs zu nutzen. Für kommunale und private Investoren bietet sich die Aufgabe, bisherige Gebäude und Räume umzugestalten, neue urbane Wohnraumkonzepte zu entwickeln und umzusetzen. Genau das braucht unsere Stadt München, damit sie langfristig zukunftsfähig und attraktiv bleibt und eine gesunde Bevölkerungsstruktur erhält.



**Rudi. E. Schwarz** - Geschäftsführer & Inhaber der RSI Wohnbau und Immobilien GmbH, Telefon 089/1271 2950, info@rsi-immobilien.de

Die bayerische Landeshauptstadt gehört zu den beliebtesten Reisezielen internationaler und nationaler Besucher in Deutschland. So betrug die Anzahl der Gästeübernachtungen in den örtlichen Beherbergungsbetrieben stattdessen 18,8 Mio. Übernachtungen, + 6,8 % zu 2018, und die durchschnittliche Zimmerbelegung der Hotels lag bei beachtlichen 78 %. Diese Zahlen und das seit Jahren stetige Wachstum weckt natürlich das Interesse bei entsprechenden Investoren und Hotelketten. Und das, obwohl München bei der Hoteldichte den europäischen Rekord hält. Die Zahl der Betten erreicht fünfstelligen Dimensionen und wächst weiterhin beständig. Weitere Argumente für eine positive Entwicklung sind, ohne Berücksichtigung der derzeit inkalkulierbaren Auswirkungen der Corona-Pandemie, neue Kongress- bzw. Messe-Events wie die IAA, die steigende Bedeutung des Flughafens und die weitere Ansid-

lung internationaler bzw. nationaler Unternehmen. Da zahlreiche Hotelprojekte in zentralen und nachgefragten Lagen Münchens entstehen, um den Gästen entsprechenden Komfort und Attraktivität zu bieten, sind natürlich Interessenskonflikte mit klassischen Wohnbauprojekten unvermeidlich. Besonders umstritten sind die Fälle, in denen bestehende Wohnhäuser abgerissen werden sollen, um dort neue Hotelanlagen entstehen zu lassen. Eine weitere Wohnraumverringering in einem so knappen und nachgefragten Markt wie in München hat natürlich sehr negative Auswirkungen. Die Münchner Stadtverwaltung verweist hier, um diese Entwicklung zu verhindern, auf die entsprechenden Bebauungspläne, die nicht oder nur Gebiete für den Hotelbau ausweisen.



**Batan Tahiri** - Immobilienkaufmann (IHK), ISB MÜNCHEN IMMOBILIEN GMBH, Telefon 089/52 06 46 36, info@sachverstand-muenchen.de

In München eröffneten bis Ende 2019 im Stadtgebiet rund 20 neue auf insgesamt 470 Hotels. Die verfügbare Bettenzahl stieg dadurch in München auf nun mehr auf ca. 88.000. Insofern klingt die Fragestellung leicht populistisch. Natürlich klingt es schöner, wenn neue Wohnräume für Münchner entstehen und vielleicht würde sich dies gut in den Wahlprogrammen etablierter Parteien lesen. Allerdings ist auch der touristisch bedingte Umsatz im Jahr 2019 mit 8,29 Milliarden Euro für München eine durchaus passable Position im Haushaltsbuch des Stadtkämmerers. Ehrlicherweise muss man einfach sagen, dass Kapitalströme dort hinwandern, wo mittelfristig Geld zu verdienen ist. In Münchens Toplagen mit Boden-

richtwerten im fünfstelligen Eurobereich wird attraktiver Wohnraum für Münchner Durchschnittsverdiener nicht mehr zu errichten sein. Somit kann sich der Trend fortsetzen, dass bestimmte Stadtviertel von meist besser Verdienenden bewohnt werden und das Kapital weiterhin das Stadtbild prägen wird. Die Stadtväter sind aufgefordert attraktiven Wohnraum zu schaffen. Attraktiver und bezahlbarer Wohnraum entsteht über mehr Angebot. Erst wenn das Angebot größer ist als die Nachfrage, werden Preise für Immobilien in München sinken. Die Politik hätte es seit Jahren in der Hand.





STADTHALLE  
GERMERING  
STADT THEATRE

DEFTIG. KOMISCH. HINTERFOTZIG.

Die Volksängerrevue  
aus dem BR FernsehenBrett  
Spitzen

LIVE

19.30 Uhr + 15.00 Uhr

€ 25,50  
inkl. Gebühren

12.12.2020

CLAUDIA  
PICHLER  
„Ned blöd  
... für a Frau!“€ 18,50  
inkl. Gebühren

29.10.2020

Christian Springer  
BEST OF€ 19,50  
inkl. Gebühren

03.12.2020

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

## Sämtliche Türen sind offen

Eine Ausbildung im Handwerk bietet zahlreiche Möglichkeiten

Fortsetzung von Seite 1

„Praktika festigen  
die Entscheidung“

Doch wie findet sich bei so einer großen Auswahl an Ausbildungsberufen der Richtige? Frank Hüpers gibt den Rat: „Indem sich die Jugendlichen zum Beispiel bei 12Job, auf Ausbildungsmessen, bei der Handwerkskammer, den Innungen oder im Internet unter [www.lehrlinge-fuer-bayern.de](http://www.lehrlinge-fuer-bayern.de) informieren.“ Vor Abschluss eines Lehrvertrages sollte man zudem auch Praktika absolvieren und so in verschiedene Berufe hineinschnuppern, um die Entscheidung für den richtigen Ausbildungsberuf zu festigen, rät der HWK-Hauptgeschäftsführer weiter. Das Handwerk biete für jedes Talent und jede Neigung den passenden Beruf – vom Augenoptiker bis zur Zweiradmechatronikerin.

„Kommt nicht primär  
auf Schulabschluss an“

„Die vielen Hightech-Berufe im Handwerk verlangen unseren Auszubildenden immer mehr ab“, erklärt Frank Hüpers. Deshalb steige auch der Anteil der Azubis mit Abitur oder mit Mittlerer Reife seit Jahren an. „Aber es kommt nicht primär auf den Schulabschluss an: Wichtig ist das Interesse am Beruf, der Spaß an der Arbeit, der Wille, etwas lernen zu wollen und das handwerkliche Geschick. Was zählt, ist die Arbeit beim Kunden und auf der Baustelle. Und darauf wird man während der Ausbildung perfekt vorbereitet“, betont er.

„Darauf wird man  
perfekt vorbereitet“

Die Verdienstmöglichkeiten im Handwerk hängen im Überigen – wie in jedem anderen Wirtschaftsbereich auch – von der Qualifikation, der Einsatzbereitschaft und natürlich auch von der Wirtschaftslage ab. „Aber grundsätzlich gilt: Als gut ausgebildete Fachkraft hat man in jedem Handwerksberuf sein Einkommen und die Wahrscheinlichkeit, arbeitslos zu werden, geht derzeit gegen Null“, sagt der HWK-Geschäftsführer, der Jugendlichen, die vor dem Schulabschluss stehen, folgenden Tipp gibt: „Zunächst gilt es, sich selbst richtig einzuschätzen: Wo liegen meine Interessen, bin ich ein Theoretiker oder liegt mir eher die praktische Arbeit? Welche beruflichen Ziele habe ich? Kann ich diese auch mit einer Berufsausbildung und entspre-

Vielseitiger Wirtschaftsbereich: Das Handwerk bietet über 130 Ausbildungsberufe.  
Bild: HWK

chenden Weiterbildungen erreichen? Das A und O ist, sich rechtzeitig und umfassend zu informieren.“

Wie es später  
weitergehen kann

Wer seine Lehre erfolgreich abgeschlossen hat, dem stehen vielfältige berufliche Möglichkeiten offen. „Im Handwerk werden zahlreiche Fortbildungen angeboten. Eine Ausbildung im Handwerk eignet sich daher bestens für den Einstieg ins Berufsleben“, erklärt Frank Hüpers. „Nach der Ausbildung können sich Handwerkerinnen und Handwerker zum Beispiel zur Meisterin bzw. zum Meister fortbilden.“ Diese Qualifikation öffne sämtliche

Türen: Man kann selbst einen Betrieb gründen, einen bereits bestehenden übernehmen oder als Betriebs-

leiter im Unternehmen arbeiten. „Wer will, kann als Meister sogar noch ein Studium anhängen.“ red

## Unsere Serie

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

Welche Auswirkungen hat das auf die Ausbildung von jungen Leuten?

Wir zeigen, wie lokale Unternehmen und Mittelstand, Auszubildende und Wirtschaft die Herausforderungen bewältigen. Nicht jammern, lieber anpacken: Wie die Schaffler suchen sie mit Zuversicht und Tatkraft Wege aus der Krise.

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



**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:

**Mitarbeiter/in (m/w/d)**  
Versicherungsbüro Wolf

**Friseur/Hairstylist (m/w/d)**  
Salon Bernhard

**Erzieher, Heilerziehungspfleger, Kinderpfleger (m/w/d)**  
Bayerisches Rotes Kreuz / Kreisverband Dachau

**Med. Fachangestellte / Arzthelfer (m/w/d)**  
Lauterbacher Mühle Klinik

**Jungkoch/Koch, Küchenhilfe, Servicekraft und Spüler (m/w/d)**  
Gennaro Ristorante

**Auf-/Umbauhelfer (m/w/d)**  
Stadthalle Germering

**Bauleiter(m/w/d)**  
Fritsch Gerüstbau

**Assistenz (m/w/d)**  
Homeoffice  
Immonetwerk

**Fahrer (m/w/d)**  
Il Cielo Catering

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

# Von der Praktikantin zur Meisterin

## Ausbildung zur RS-Mechatronikerin

**txn.** Frauen haben im Handwerk heute die gleichen Karrieremöglichkeiten wie Männer. Immer mehr lassen sich zur Meisterin ausbilden, mittlerweile hat jeder fünfte Betrieb eine Chefin. Die Leidenschaft für das Handwerk ist vor allem eine Frage der Interessen. Deswegen muss eine Frau auch keine typisch männlichen Eigenschaften annehmen, um erfolgreich zu sein. Besonders empfehlenswert ist die Ausbildung zur Rolladen- und Sonnenschutzmechatronikerin, da hier nicht nur technisches Verständnis, sondern auch Interesse an Design und Beratungskompetenz gefragt sind. Die Zukunftschancen sind ausgesprochen gut, denn die Branche wächst seit Jahren. Bei anhaltend niedrigen Zinsen investieren viele Eigenheimbesitzer in die eigenen vier Wände. Gut aus-



gebildete RS-Mechatronikerinnen werden daher deutschlandweit gesucht. Wer handwerklich begabt ist, serviceorientiert denkt und kontaktfreudig ist, hat gute Chancen auf einen Ausbildungsplatz. Und danach kann es dann mit der Meisterprüfung weitergehen, um sich mit dem eigenen Betrieb selbstständig zu machen. Mehr Infos unter: [www.rs-mechatroniker.de](http://www.rs-mechatroniker.de).

**Wer eine Ausbildung zur Rolladen- und Sonnenschutz-Mechatronikerin macht, hat heute schon einen Zukunftstechnologien zu tun. Denn das hochmoderne Handwerk nutzt immer häufiger automatisierten Systeme, die Tür- und Fensteröffnungen vor Licht, Schall und ungeliebten Besuchern schützen.**

Foto: auremar@123rf

## Stellenangebote

**Schülerhilfe!**  
Das Original, seit 1974.

Wir verstärken unser Team und suchen Sie als **Büroleitung (m/w/d)**

4-5 Tage/Woche; Mo-Do 13:30-19:00 Uhr, Fr 13:30-18:00 Uhr, Samstagsferien vormittags

Sie sind flexibel, selbstbewusst, lieben den Kontakt zu Menschen und haben Erfahrung mit dem PC? Dann freuen wir uns auf Sie!

Schülerhilfe Allach-Untermenzing  
St.-Johann-Straße 25, Tel. 0176 74407966,  
[claudia.riemer@schuelerhilfe.com](mailto:claudia.riemer@schuelerhilfe.com)

Wir suchen ab sofort **Reinigungskräfte (m/w/d)** in Teilzeit / Vollzeit

**GOREX GmbH**  
Telefon 089/688 90 999

Hausärztliche Praxis sucht **MFA (w/m/d)** in Voll- oder Teilzeit oder Minijob ab sofort.

Bewerbungen an [info@zim-muenchen.de](mailto:info@zim-muenchen.de)  
[www.zim-muenchen.de](http://www.zim-muenchen.de)

Nettes Team sucht zur Verstärkung eine/n **Verkäufer (m/w/d)** gerne auch Quereinsteiger in TZ oder auf 450€-Basis über tarifliche Bezahlung

**Metzgerei Schnepf, Gauting**  
Telefon 01 51/22 94 43 03

Wir leben Brotkultur!

Bei uns sind alle Menschen willkommen und wir freuen uns auf Ihre Bewerbung als **Verkäufer** auf Aushilfsbasis

**Höpfungsterei**  
GÜNTHER & NATURBUCKEIT

Ludwig Stocker Höpfungsterei GmbH  
Kreittmayrstr. 5 · 80335 München  
[www.hoefungsterei.de](http://www.hoefungsterei.de)  
Telefon 089 / 52 02-0

**Reinigungs-kraft m/w/d**

für Treppenhäuserreinigung auf TZ in Germering ges. Bei Interesse kontaktieren Sie uns bitte:  
**Telefon 0821/790 86 88 88**  
**089 Immobilienmanag. GmbH**

**Wir suchen zur Verstärkung** für unser nettes Team freundl. Mitarbeiter (m/w/d), Jungkoch, Koch, Küchenhilfe, Servicekraft & Spüler, in VZ, TZ & 450,- € Basis. Wir freuen uns auf Eure Anrufe/ E-Mails mit Bewerbung unter [info@gennaro-ristorante.de](mailto:info@gennaro-ristorante.de), Tel. 089/41554508 od. 0173/ 8408561

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

**Objektleiter/in** in der Gebäudereinigung m. Qualif./Erf. (m/w/d) in VZ, ab sof. in Mü.-Ost ges. Classic Clean & Services GmbH, T. 089/87598027, E-Mail: [melanie.fichte@classicclean.net](mailto:melanie.fichte@classicclean.net)

**Gartenpflege** sucht Schulabgänger, Studenten, Freiberufler (m/w/d) in TZ o. Minijob Basis, ab 01.09, E-Mail: [wenig@mail23.de](mailto:wenig@mail23.de)

**Zuverl. deutsche Zugehfrau** gesucht, die sauber u. gründlich arbeitet, 14 täglig/3 Stunden, Tel. 089/153779 AB

**MFA/Arzthelferin (m/w/d)** für kardiologische Praxis in VZ/TZ gesucht. Unsere Praxis liegt in Münchens Innenstadt und ist somit optimal mit der MVG erreichbar. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung vorzugsweise per e-Mail unter: [buchhaltung@kardiologische-praxis.com](mailto:buchhaltung@kardiologische-praxis.com), [www.kardiologische-praxis.com](http://www.kardiologische-praxis.com)

**Steuerkanzlei in München Haidhausen** sucht zum nächstmöglichen Termin einen Steuerfachangestellten (m/w/d) mit guten DATEV-, Word- und Excelkenntnissen in Voll- oder Teilzeit in der Kanzlei oder im Homeoffice in Festanstellung. Ihre Bewerbung richten Sie bitte schriftlich an: Pianka & Schöffel Treuhand GmbH, Balanstr. 30 b, 81669 München, Telefon: 089/489080-0. Oder gerne auch per Mail an: [dorst@pianka.de](mailto:dorst@pianka.de)

**Haushaltshilfe** für modernen Haushalt gesucht 1 Tag/Woche. Telefon: 0171/6517745

**Nette Augenarztpraxis in Obermenzing** sucht: Med. Fachangestellte (m/w/d), gerne auch Quereinsteiger, ab sofort, motiviert, flexibel, mind. 30 h, [www.augenaerzte-muenchen.de](http://www.augenaerzte-muenchen.de) an: [dopfer@smileeyes.de](mailto:dopfer@smileeyes.de)

**Hausmeister mit Qualifik./Erf.** (m/w/d) in VZ, Mo-Fr ab sof. in Mü.-Ost ges. Classic Clean & Services GmbH, T. 089/87598027, [melanie.fichte@classicclean.net](mailto:melanie.fichte@classicclean.net)

**Zuverlässige Reinigungskraft**, 3 mal wöchentl. abends, in Zahnarztpraxis nach Gilching ges., Anstellung auf 450,- € Basis, Telefon: 08105/9363

**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](mailto:vertrieb@crossmedia-verteilung.de)

**Wer hilft einer freundlichen Seniorin** nach Absprache in Haus und Garten in Allach, Telefon: 089/8122284

**Alltagshelden gesucht!** als zuverlässige Betreuungskräfte (m/w/d) für Senioren zuhause- auch Quereinsteiger- Bieten kostenl. Schulung! Home Instead Seniorbetreuung - Bewerbungen 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](http://www.homeinstead.de)

**Suche Anzeigenblattzusteller** für Mittwoch und/oder Samstag! Ab 14 Jahre. Geeignet für Schüler, Hausfrauen und Rentner. Telefon 089/45243640; Email an: [vertrieb@crossmedia-verteilung.de](mailto:vertrieb@crossmedia-verteilung.de)

**Du fühlst dich jung und fit/** Mach mit beim Pausenverkauf an Schule (Minijob-Basis, Ferien frei), Tel. 089/8124437

**Zuverl., freundl. ZFA (m/w/d)** große Berufsanfänger/in für 35 Std./Wo. (geregelt Arbeitszeiten/keine Überstunden) ab sof. gesucht. Es erwartet Sie ein nettes Team in kl. moderner Praxis nahe Kolonnenplatz. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung per E-Mail an: [majordan1@gmx.de](mailto:majordan1@gmx.de)

**Transporte Gebhardt** Wir suchen Umzugs- und Transport Helfer auf 450,- € Basis. Telefon: 0176/48393703

**MFA und Azubi (m/w/d)** Medizinische Fachangestellte (450€, vor allem nachmittags) und Azubi (Vollzeit) ab sofort für Praxis im Münchner Südwesten, sehr gute Verkehrsanbindung, gesucht. Bewerbungen bitte an Email: [praxis-am-harras@gmx.de](mailto:praxis-am-harras@gmx.de)

**Su. dt-spr. Reinigungskraft** n. Mü.-Rosentalstr. Mo., Mi., Fr. 7-10 Uhr. Telefon: 089/9043969

Das Kinderhaus Floßmannstraße e. V. ist eine heilpädagogische und integrative Einrichtung für Kinder im Vorschulalter. Wir betreuen insgesamt 50 Kinder in 5 Gruppen und beschäftigen 20 MitarbeiterInnen.

Wir suchen ab sofort für eine unserer Integrationsgruppen im Gruppendienst:

**Erzieherin / Heilpädagogin / Heilerziehungspflegerin / Sozialpädagogin m/w/d**  
Vollzeitstelle (39 h), befristet wg. Elternzeit mit Option auf Verlängerung

**Wir bieten:**

- Leistungsgerechte Bezahlung (angelehnt an TVÖD) Plus Arbeitsmarktzulage von 200 Euro/Monat
- Berücksichtigung der Berufserfahrung bei der Stufenzuordnung
- Fortbildung und Supervision nach Bedarf
- Kurze Wege, flache Hierarchien
- 2 Minuten Fußweg zu diversen öffentlichen Verkehrsmitteln

**Kinderhaus Floßmannstraße e. V. Pädagogische Leitung**  
E-Mail: [florian.roder@kinderhaus-flossmann.de](mailto:florian.roder@kinderhaus-flossmann.de)  
[www.kinderhaus-flossmann.de](http://www.kinderhaus-flossmann.de)

**Montessori-Kinderhaus Am Harras**

Karwendelstraße 34  
81369 München  
Telefon: 089 / 72 93 99 70  
[kinderhaus@munchen-mail.de](mailto:kinderhaus@munchen-mail.de)  
[www.montessori-harras.de](http://www.montessori-harras.de)

Wir suchen eine **Päd. Fachkraft oder Ergänzungskraft (m/w/d)** in Voll- oder Teilzeit für unsere Krippengruppe.

Geboten wird eine über tarifliche Bezahlung. Mehr über uns erfahren Sie auf unserer Homepage [www.montessori-harras.de](http://www.montessori-harras.de). Dann freuen wir uns auf Ihre schriftliche Bewerbung, gerne auch per E-Mail. Ansprechpartnerin ist Frau Langkamp.

Für stationäre Altenpflegeeinrichtungen in München suchen wir **exam. Pflegehilfskräfte (m/w/d)** in Voll-/Teilzeit

Starterprämie • Flexible Arbeitszeiten  
Über tarifliche Bezahlung  
Fahrtkostenzuschuss  
Weihnachts- und Urlaubsgeld

**Cpps**  
www.cpps.de

**Jetzt bewerben!**  
Tel. 089/44475499  
[bewerbung@pps-prell.de](mailto:bewerbung@pps-prell.de)

**Pfarrverband Laim**  
Zu den Hl. Zwölf Aposteln · St. Ulrich · Namen Jesu · St. Philippus

Der Pfarrverband Laim sucht ab sofort **pädagogische Ergänzungskräfte (m/w/d)**

Weitere Infos über unsere Kitas finden Sie auf unserer Homepage: [www.pfarrverband-laim.de](http://www.pfarrverband-laim.de)

Ihre Bewerbung senden Sie bitte per E-Mail an [cgerum@ebmc.de](mailto:cgerum@ebmc.de). Falls Sie noch Fragen haben, können Sie uns gerne unter der Telefonnummer 089 / 54 72 71-3 erreichen. **Pfarramt Zu den Hl. Zwölf Aposteln.**

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

**Ansprechpartner**  
für den Stellenmarkt

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

**MICHAEL RATH**  
Telefon 089/546 55-361

[immobilienmarkt@munchenweit.de](mailto:immobilienmarkt@munchenweit.de)





# FORD GEWERBEWOCHE



## FORD KUGA TREND PLUG-IN-HYBRID

2,5l Duratec PHEV 165 kW (225 PS) CVT-Automatikgetriebe, Park-Pilot vorn und hinten, Klimaautomatik, Ford SYNC3, Geschwindigkeitsregler, verschiebbare Rücksitzbank, ISOFIX hinten, u.v.m.

bei uns schon ab monatlich

**€139,-<sup>1</sup>**

Kraftstoffverbrauch (in l/100 km nach § 2 Nrn. 5, 6, 6a Pkw-EnVKV in der jeweils geltenden Fassung): 1,2 (kombiniert); CO<sub>2</sub>-Emissionen: 26 g/km (kombiniert). CO<sub>2</sub>-Effizienzklasse: A+. Stromverbrauch (kombiniert) kWh/100km: 15,8

Beispielfoto von Fahrzeugen der Baureihe. Die Ausstattungsmerkmale der abgebildeten Fahrzeuge sind nicht Bestandteil des Angebotes.

1) Alle Angaben zzgl. der gültigen gesetzlichen Mehrwertsteuer. Gilt für Gewerbekunden bei Vertragsabschluss für ein neues, noch nicht zugelassenes Fahrzeug gemäß Angebot bis 31.9.2020. Wir sind für mehrere bestimmte Darlehensgeber tätig und handeln nicht als unabhängiger Darlehensvermittler. Ein Gewerbekundenangebot der Ford Bank, Josef-Lammerting-Allee 24-34, 50933 Köln. Angebot gilt nur für Gewerbekunden (ausgeschlossen sind Großkunden mit Ford Rahmenabkommen sowie gewerbliche Sonderabnehmer wie z.B. Taxi, Fahrschulen, Behörden). Das Angebot stellt das repräsentative Beispiel nach §6a Preisangabenverordnung dar. 2) zzgl. Überführungskosten netto 594,83 € 3) entspricht dem Bundesanteil des BAFA Umweltbonus, für den eine Antragstellung und Bewilligung erforderlich ist. Druckfehler, Irrtum und Änderung vorbehalten.

Anschaffungspreis (zzgl. Fracht) <sup>2</sup>	33.478,40 €
einmalige Leasing-Sonderzahlung <sup>3</sup>	4.500,00 €
voraussichtl. Gesamtbetrag	9.504,00 €
Laufzeit	36 Monate
Gesamtlauflistung	30.000 km

Automobilforum  
**Kuttendreier**  
*Just drive!*

Automobilforum Kuttendreier GmbH

- 1 Hauptbetrieb mit Transit Center • Drosselweg 21 • 81827 München
- 2 Moosach mit Transit Center • Dachauer Straße 463 • 80993 München
- 3 FORD STORE | Solln • Meglinger Str. 30-32 • 81477 München
- 4 Berg am Laim • Neumarkter Str. 80 • 81673 München
- 5 Unterschleißheim im Standort Auto Service Team • Hauptstr. 41 • 85716 Unterschleißheim



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

## TRACHTENGALERIE

MAMMENDORF

### WIESN AKTION

19.09. - 02.10

IM  
SCHNÄPPCHENMARKT

**KAUF 3  
ZAHL 2**

BEIM KAUF VON 3  
ARTIKELN ERHÄLTST  
DU DEN GÜNSTIGSTEN  
GESCHENKT!\*

**GLÜCKSRAD**

ERDREHEN SIE BIS ZU 50%\*  
RABATT\*\* AUF UNSERE  
REGULÄREN ARTIKEL

Trachtengalerie Hillebrand  
Inh. Manuela Kujukovic  
AHORNSTR 22  
82291 MAMMENDORF  
08145 8305



\*Das Angebot gilt nur solange der Vorrat reicht. \*\*Dieser Rabatt kann nicht auf bereits reduzierte Produkte angerechnet werden. Rabatte können nicht addiert werden. Ausgabe nur in handelsüblichen Mengen.

