

Lebensfreude

Gute Nachrichten

ULM+NEU-ULM

Ästhetische Medizin: Seite 6

Betrunken, ohne zu trinken: Seite 8

Heimattage Baden-Württemberg 3.-5.5.: Seite 15

Lebensfreude: 07346 9258005
www.lebensfreude-verlag.de



Therapie bei Lese- und Rechtschreibschwäche

Wörter wieder brausen

Wie macht es Spaß, folgenden Text zu lesen? "Der Trache wieder brausen spielen." So oder ähnlich entziffern Kinder mit Lese- und Rechtschreibschwäche (LRS) die Worte, wenn sie die Buchstaben falsch zuordnen oder auslassen. Verwechselt werden - wie die Beispiele in nebenstehender Tabelle zeigen - vor allem Buchstaben, die ähnlich klingen oder aussehen.

Da wundert es nicht, wenn die betroffenen Kinder mit Texten wenig anfangen können und auf Buchgeschenke alles andere als begeistert reagieren. Die integrative Lerntherapeutin Michaela Schaal schildert

hier, wie sie ihnen hilft, mit Freude richtig zu lesen und zu schreiben. Dann können sie auch verstehen, was mit dem anfangs zitierten Satz gemeint war: "Der Drache mag lieber draußen spielen." Rund 8 bis 10% aller Kinder und Jugendlichen haben erhebliche Schwierigkeiten mit dem Lesen, Schreiben

b	g	d	b	n
d	k	t	p	m

oder meist mit beidem. Jungen sind davon zwei- bis dreimal häufiger betroffen als Mädchen.

Michaela Schaal bietet Schülern - und natürlich Schülerinnen - ab Ende der ersten Klasse eine integrative Lerntherapie. Die außerschulische Förderung verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz. So geht es auch darum, das Selbstwertgefühl und die Lernmotivation zu verbessern.

Was geschieht beim Lesen und Schreiben?

Nehmen wir einmal an, das Mädchen Emma möchte "Nase" schreiben. Was passiert dabei:

1. Emma hört das Wort.
2. Sie zerlegt es im Kopf in Laute: (n) (a) (s) (e). Das sind nur die Laute, welche Emma hört. Es handelt sich noch nicht um die Buchstaben, die sie schreiben soll.
3. Nun muss sich Emma daran erinnern, wie die Buchstaben für die Laute aussehen.

4. Dann kommen die Buchstaben aufs Papier.
5. Dabei muss Emma auch der Rechtschreibregel - zum Beispiel Großschreibung bei Nomen beziehungsweise Hauptwörtern - folgen. Es sind also fünf Teilschritte nötig für ein kleines Wort ohne besondere Schwierigkeiten.

Fortsetzung auf Seite 2

Unabhängige, neutrale Beratung & Verwaltung

...für **Immobilien** mit Verkauf und Vermietung sowie **Finanzen** (kein Versicherungsverkauf)

Wolfgang Lentz

Gepürfter Immobilienmakler, Finanzkaufmann u. Versicherungsfachmann (IHK)

Dornstadt
0173 / 711 87 11



Trachtenmode mit Herz



Trachtenstube Nussbaumer
Günzburger Str. 25, 89340 Leipheim
08221/9648777 o. 0160/96824981
trachtenstube.nussbaumer@gmail.com
www.trachtenstube-nussbaumer.de
Mi.-Fr. 14.30-18.00, Sa. 10.00-13.00 Uhr
Und nach Terminabsprache:
Telefon: 0160 96 82 49 81

Ihr persönlicher Entrümpler in Süddeutschland



Die Räumungswichtel
Sattlerstraße 20
89264 Weißenhorn
Tel./WhatsApp: 01512/3758765
mu@raeumungswichtel.de
www.raeumungswichtel.de

Sie möchten Ihre Immobilie verkaufen?

Ich suche renovierungsbedürftige Wohnung und Häuser in Ulm und um Ulm herum!

Roman Schick · 01520 328 99 96
immobilienalbdonau@gmx.de

IHR PARTNER – wenn es um Gebäudereinigung, Entrümpelung und Winterdienst geht

Fi-Mo Dienstleistungen
Magirus-Deutz-Str. 12, 89077 Ulm
Tel. 0731/40321649
info@fimo-dienstleistungen.de
www.fimo-dienstleistungen.de

optik mersmann

wir sehen uns.
hafengasse 18 · 89073 ulm
telefon 0731.63931
info@optik-mersmann.de
www.optik-mersmann.de

GUTES WASSER KANN WAS LEISTEN

JETZT informieren!
Josef-Henle-Straße 3
89257 Illertissen
07303 9290680
www.ursprung-wasser.de
URSPRUNG
Water Solutions

Nachträgliche Bauteilaktivierung mit unserem Energiespeicher Buffer – jetzt informieren!

TOP KLIMA mit der Klimadecke von Klimatop!
service@klimatop.info
www.klimatop.info

powered by **RAUMOK**

f16 blue ZAHNGESUNDHEIT



Dr. Ulrich Hagel
Tobias Dresely
Hauptstr. 11c, 89250 Senden
ZFA? Wir suchen DICH!
Werde Teil des f16-Teams!
Melde DICH ganz unverbindlich bei uns. Wir freuen uns.
07307 – 953636
senden@f16.de
www.zahngesundheit-senden.de

Tai Chi QiGong
www.TaiChi.de
Stärke deine Energie!
Jetzt Infostunde besuchen!

SEEGER
ALULAMELLENDACH
www.alulamellendach.de

EIS GALERIE
ULMS BESTE EISDIELE!
Hausgemacht, nach alten Eisrezepten, mit frischen Zutaten
Ulm-Söflingen, Gemeindeplatz 10, Telefon: 0731 398 977 66
Instagram: eis_galerie, www.eis-galerie.de



Fortsetzung Titelgeschichte Lernstübchen Michaela Schaal Anzeige

Rechtschreibung kann Spaß machen

Die Lese- und Rechtschreibschwäche - unter anderem auch Legasthenie oder Dyslexie genannt - gehört zu den häufigsten Entwicklungsstörungen. Lerntherapeutin Michaela Schaal beschreibt, wie Kinder trotzdem mit Freude erfolgreich lernen können.

Schritte des Lesens

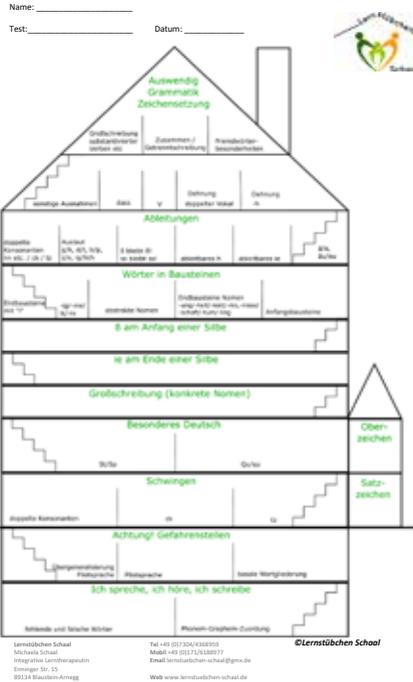
hs/ms. Beim Lesen leistet Emma sogar sechs Teilschritte:

1. Sie erfasst das geschriebene Wort - beispielsweise "Banane" - mit den Augen.
2. Sie nimmt die einzelnen Buchstaben wahr.
3. Nun ordnet sie den Buchstaben auf dem Papier dem passenden Laut zu.
4. Sie merkt sich die Laute und verbindet diese zu einem Wort.
5. Das Ergebnis gleicht sie mit dem Wortspeicher in ihrem Kopf ab.
6. Dann kommt ihr das Bild der Banane und somit das Textverständnis.

Anzeichen für Lese-Rechtschreibschwäche

Was wären mögliche Anzeichen dafür, dass es Emma Probleme bereitet, Buchstaben zu lesen? Sie hat Mühe, das Alphabet aufzusagen, Buchstaben korrekt zu benennen oder einfache Wortreime zu bilden. Wörter oder Wortteile werden ausgelassen, ersetzt, verdreht oder hinzugefügt. Emma liest sehr langsam und kann das Gelesene schwer verstehen. Wenn das Schreiben Prob-

leme bereitet, zeigt sich das an vielen Rechtschreibfehlern, ausgelassenen oder hinzugefügten Buchstaben, falscher Laut-Buchstabenzuordnung oder vertauschten Buchstaben.



Schaal. Es gab zunächst ein kostenloses Erstgespräch, auch mit Emma. Denn das Mädchen bekam bereits Logopädie und Ergotherapie und hatte nachvollziehbarerweise überhaupt keine Lust zu weiteren Tests und Therapien.

Michaela Schaal gewann das Kind für einige Therapiestunden und baute in diese die nötigen förderdiagnostischen Tests ein. Nach einem Auswertungsgespräch wurde gemeinsam ein Förder- und Therapieplan erstellt und umgesetzt.

Wortgruppen

Michaela Schaal arbeitet nach dem Konzept der lautgetreuen Lese-Rechtschreibförderung von Carola Reuter-Liehr. Dabei unterscheiden man - vereinfacht dargestellt - drei Gruppen von Wörtern: **Lautgetreue Wörter:** Sie machen rund 60% unseres Wortschatzes aus und werden genauso geschrieben,

Therapieplan

Weil Emma solche Schwierigkeiten hatte, wandte sich vor einiger Zeit ihre Mutter an Lerntherapeutin Michaela



Claudia Clages, Familien-Bildungsstätte e.V.

Generationennachmittag

cg. Im Rahmen des 75-jährigen Jubiläums findet am 14.05.24 in der Familien-Bildungsstätte Ulm 14 Uhr bis 16:30 Uhr der Generationennachmittag „Zeitsprung-Zauber“ statt.

Hier kommen Groß und Klein, Alt und Jung bei ge-



meinsamen Aktivitäten zusammen. Bei gemeinsamer

Detlef Buschina, Donau-Seniorenhilfe Anzeige

Lieber daheim als im Heim

db. Im eigenen Zuhause alt zu werden, das ist die Idealvorstellung. Aber alt sein? – Da wird es schwierig. Denn die wenigsten Angehörigen schaffen es langfristig alleine, rund



um die Uhr für den zu betreuenden Menschen da zu sein. Gleichzeitig ist das Zuhause ein wichtiger Anker für die älteren Menschen. Es ist Heimat und die Verbindung zum

bisher gelebten Leben.

24/7 Betreuung eröffnet einen Weg, der für alle Beteiligten Erleichterung bringt. Wenn der Vater oder die Mutter den ganzen Tag zuhause gut und sicher betreut werden, dann entlastet das die Kinder.

Die Kinder gewinnen dadurch Zeit für sich selbst und Zeit, welche sie mit den Eltern besser gestalten können.

Anzeige

BILDUNG, DIE SPASS MACHT.

Sattlergasse 6, 89073 Ulm
0731 962 86 0
www.fbs.ulm.de

Ihre Lebensfreude

kommt wieder am Samstag, 29. Juni 2024, in über 135.000 Haushalte im Raum Ulm/Neu-Ulm.

Wenn Sie sie nicht erhalten, dann informieren Sie uns bitte unter info@lebensfreude-verlag.de oder unter 07346 92 58 005.



Lieber daheim als im Heim

Ihre Adresse für die richtige häusliche Pflegekraft

- Vermittlung von 24/7 Betreuungskräften
- Große Auswahl an Fachpersonal
- Kompetenz durch Erfahrung
- Persönliche Betreuung vor Ort
- Fester Ansprechpartner



Donau-Seniorenhilfe
Detlef Buschina
0177 8908872 oder 0731 9270252
buschina@donau-seniorenhilfe.de
www.donau-seniorenhilfe.de

Impressum: Herausgeber und Verlag, verantwortlich für Anzeigen und Redaktion: Lebensfreude-Verlag GmbH & Co. KG, vertreten durch ihren Geschäftsführer Dr. Helmut Schomaker (hs), Schelmenweg 1a, 89171 Illerkirchberg, www.lebensfreude-verlag.de, info@lebensfreude-verlag.de, Tel.: 07346 92 58 005. Auflage: 137.440 Exemplare, Erscheinungsweise: zweieinhalbmonatig. Druck: NPG Druckhaus GmbH & Co. KG. Beiträge und Fotos, auch auszugsweise, dürfen nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlages verwendet werden. Der Verlag, der Herausgeber und die Autoren der Lebensfreude schließen jegliche Haftung für Personen-, Sach- und/oder Vermögensschäden aus.

Shopper, Spaß und Schlemmen in Ulm am verkaufsoffenen Sonntag

sw. Am Sonntag, den 28. April 2024 lädt das Ulmer City Marketing wieder zu einem familiären und erlebnisreichen Einkaufstag in die Ulmer Innenstadt ein.

Frühjahrsmarkt

Traditionell findet auf dem Münsterplatz der bunte Frühjahrsmarkt mit allerlei Waren und Leckereien statt - dieser hält für die Gäste bereits ab 11 Uhr ein breites Sortiment für Groß und Klein bereit.

Schlemmen

Zahlreiche Foodtrucks und unterschiedlichste Genussstände bieten im Rahmen des Frühjahrsmarktes ein abwechslungsreiches Essensangebot zum Schlemmen, Genießen oder Mitnehmen. Außerdem bieten die zahlreichen Ulmer Restaurants und Cafés mit ihren schönen Außenbereichen die ideale Möglichkeit für eine Shoppingpause bei einem entspannten Mittags- snack oder einem Aperol Spritz.



Autofrühling

Ebenso kommen Autointeressent*innen am verkaufsoffenen Sonntag auf ihre Kosten. Regionale Autohäuser stellen vom Albert-Einstein-Platz bis zur Neuen Mitte in der Innenstadt Fahrzeuge aus. Auch das ein oder andere Wohnmobil wird zu besichtigen sein. Erfahrenes Personal stellt gerne die Fahrzeugdetails und Angebote des jeweiligen Anbieters vor.

Shopping

Ab 13 Uhr öffnen die Geschäfte in der Ulmer Innenstadt und in der Blaubeurer Straße ihre Pforten und laden zum entspannten Einkaufen ein. Von attraktiven Frühlingsangeboten, über Glücksräder, Musik und Verkostungen bis hin zu einem Fashionmarkt oder einem Fussballcade haben sich die Ulmer Geschäfte einiges einfallen lassen. Details zu den einzelnen Geschäften und Aktionen findet man unter ulmercity.de.

City-Spaß für Kids

Von Kinderschminken über Luftballons und Glitzertattoos bis hin zu einer Runde auf dem Karussell – es gibt viel zu erleben in der Ulmer Innenstadt. Außerdem findet erstmals ein City-Spaß für Kids statt. Hier können die Kinder unterschiedliche Stationen absolvieren, dabei Stempel sammeln und sich im Anschluss ein Geschenk abholen.

Mit dabei sind Fifty-Eight mit einem Balancebord-Act, die Sparkasse Ulm mit einer Hüpfburg am nördlichen Münsterplatz, Lumooli aus der Walfischgasse mit Geschicklichkeitstests und Kolibri am Judenhof mit Ausmalbildern. Die letzte Station ist das Seilspringen in der Dreikönigsgasse mit dem Ulmer City Marketing. Die Stempelkarte gibt es vor Ort oder zum Download auf ulmercity.de.

Auch Fratz, der Ulmer City Spatz, wird wieder mit vor Ort sein, Give Aways verschenken und für Fotos bereitstehen.

Das beliebte Spatzenbähnle fährt ab 13 Uhr traditionell zu jeder vollen Stunde bei FOTOPROFI am Müns-

citygutschein ulm / neu-ulm
50.000.000 Produkte in über 400 Geschäften

Erhältlich in den Werten:
15€, 25€, 35€, 44€, 50€

ulmercity.de

terplatz ab und bietet eine kostenfreie Rundfahrt durch Ulm.

2. Ulmer Frühlingsfest

Bereits zum zweiten Mal wird in diesem Jahr rund um den verkaufsoffenen Sonn-

tag ein „Ulmer Frühlingsfest“ stattfinden. Hierbei handelt es sich um eine Art „kleinen Rummel“ auf dem südlichen Münsterplatz von Freitag, 26. April bis zum Montag, 29. April, der Aktivitäten und Genuss für Familien bietet.

Schwaibold Uhren + Schmuck + Service

Anzeige

Magier für die Seele

Die Eheringe sind mehr als nur Schmuckstücke - sie sind wie kleine Magier für die Seele. Wie eine warme Umarmung, inmitten des alltäglichen Chaos.

Die Diamanten funkeln, wenn sich die Liebenden tief in die Augen sehen. Diese Ringe erinnern uns daran, dass wir nicht allein sind. Sie sind wie ein Versprechen, eingefasst in kostbare Ma-

terie. Und ebenso ein Team wie Sie. Wenn Worte fehlen, sprechen diese Ringe für uns und erinnern uns daran, warum wir uns einst verliebt haben.

Eheringe aus Gold mit Diamanten: kleine Juwelen der Verbundenheit und Liebe, die unser Herz berühren und



uns daran erinnern, dass das Wichtigste im Leben der Mensch an unserer Seite ist.

Und falls sie sich fragen, ob unsere Ringe wirklich so langlebig sind wie Ihre Liebe: Ja, sie überstehen sogar den alltäglichen Geschirrspüler-Test! Also, worauf warten Sie? Kommen Sie vorbei und finden Sie die Ringe, die zu Ihnen passen.

Unser kompetentes Team berät sie mit Freude!

Uhren-Schmuck-Schwaibold in Blaubeuren und Blaustein.

Schwaibold
Uhren + Schmuck + Service

Mehr Infos auf unserer Website

BEI UNS SIND IHRE UHR UND IHR SCHMUCK IN BESTEN HÄNDEN

NUTZEN SIE UNSEREN SERVICE!

Beachten Sie unsere Öffnungszeiten!

Meisterbetrieb
Marktplatz 8, Blaustein, 07304-3418
Karlstraße 16, Blaubeuren, 07344-7672
www.schwaibold.de | info@schwaibold.de

ProFi-Bra - Wäsche nach Maß

Anzeige

Perfekte BHs

cpf. Frauen brauchen mehr Wohlbefinden und Sicherheit! Das ist meine Devise seit über 20 Jahren. Ich bin Claudia Prommersberger-Fischer und ich bin Inhaberin von ProFi-Bra in Krumbach.



tuation passen und dabei hat jede Frau ein anderes Gefühl von passen. Der BH muss richtig sitzen, er darf nicht drücken und zwicken und er muss von selbst an Ort und Stelle bleiben. Passend bedeutet auch, dass er zu Ihnen und Ihrem Leben passt. Was nutzen Ihnen BHs, die ständig rutschen und zwicken und Schmerzen verursachen?

Meine Passion ist es, meinen Kundinnen den Weg für mehr Wohlbefinden und mehr Selbstbewusstsein zu zeigen. Denn ein perfekt sitzender BH bedeutet auch, dass Sie Ihren Fokus auf die wichtigen Dinge in Ihrem Leben legen können, ohne sich ständig um Ihren rutschenden, drückenden BH zu kümmern. Es bedeutet, dass Sie sich WOHL und SICHER fühlen. Ich unterstütze Sie dabei und wenn Sie mehr über die magische Wirkung des perfekten BHs wissen wollen, dann kommen Sie zu meinem Vortrag am 4. Mai in Dillingen.

"Viele Frauen - vor allem junge Frauen - schrecken noch immer davor zurück, ein Dessousgeschäft zu betreten. Ihnen fehlt oftmals der Mut, manchmal löst dieser Besuch ein Grummeln in der Magengegend aus. Diese Frauen möchte ich unterstützen, MUT zu haben, um sich rundum wohlfühlen, sich selbst zu fühlen und zu lieben und ihnen mehr über die magische Wirkung des perfekten BHs."

EIN PERFEKT SITZENDER BH BEDEUTET AUCH:

- Ihr Fokus bleibt bei den wichtigen Dingen des Lebens
- Sie erleben mehr Wohlbefinden und Sicherheit in ihrem Leben
- Ihr Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein nimmt zu

Ich bin Claudia Prommersberger-Fischer, Inhaberin von ProFi-Bra aus Krumbach. In meinem Vortrag am 4. Mai in Dillingen erzähle ich Ihnen mehr über die magische Wirkung des perfekten BHs.

TICKETS UND WEITERE INFOS HIER:



Beate Watzka, Bücherwelt Senden empfiehlt

Der längste Sommer ihres Lebens

von Amelie Fried, Heyne Verlag, ISBN 9783453272989, 22,00 €

gen Art eine Autohaus-Fami-

lie vor.
Die Chefin Claudia kämpft mit chauvinistischen Vorurteilen, nichtsdestotrotz will sie Bürgermeisterin ihrer schwäbischen Kleinstadt werden.

lie vor.
Die Chefin Claudia kämpft mit chauvinistischen Vorurteilen, nichtsdestotrotz will sie Bürgermeisterin ihrer schwäbischen Kleinstadt werden.

Ihre Mutter, die Seniorchefin, mischt kräftig im Hintergrund mit.

Und die jugendliche Anouk schließt sich den radikalen Klimaaktivisten an. Das birgt reichlich Sprengstoff, denn

Anzeige

nun muss sich der spießige schwäbische Mittelstand mit der weltweiten Klimakatastrophe auseinandersetzen.

Die mitreißende Handlung versprüht eine wohlthuende Zuversicht. Unbedingte Lesempfehlung!

Das Buch erhalten Sie auch portofrei unter www.buecherwelt-senden.de

Hier geht das Lesen weiter!



Bücherwelt Senden

Hauptstraße 17 | 89250 Senden
www.buecherwelt-senden.de
info@buecherwelt-senden.de
Tel. 07307 955445



Wilma Bechtold - Freie Rednerin

Anzeige

Unvergessliche Worte

wb. Maßgeschneiderte Reden, die Emotionen und Bedürfnisse widerspiegeln, für ein unvergessliches Ereignis.

Hochzeit: Von berührenden Zeremonien bis hin zu persönlichen Gelübden, ich helfe Euch, Eure Liebe auf einzigartige Weise zu feiern.

Kindervillkommensfest: Heißt Euer Kind in dieser Welt willkommen mit einer liebevollen Zeremonie und der Einsetzung von Paten.

Trauerfeier: Ein Abschied darf sein wie der oder die Verstorbene war: Laut, leise,

bunt, schwarz-weiß, großartig, bescheiden, mit Lachen und Weinen.

Gefühlvoll-Geistreich-Gut
www.wilmareden.de

Außergewöhnliche Reden

für außergewöhnliche Zeremonien ...
ob Trauerfeier,
Hochzeit, Kinderwillkommensfest
oder Ehejubiläum



Wilmareden · Wilma Bechtold
Hahnengasse 26, 89073 Ulm
Telefon: 0152 56190270
wilmareden@gmx.de · www.wilmareden.de

Michael Litterer, Eis Galerie in Söflingen

Anzeige

Eis Eis Eis

ml. Der Frühling ist da mit Sonne und schöner Wärme.

Die leckere Eiszeit herrscht natürlich auch bei uns am Gemeindeplatz in Ulm-Söflingen.

Die Eis Galerie bleibt trotz steigender Preise der Zutaten ihrem Motto treu: "Eis aus besten Zutaten" wie Frischmilch von Hofmolke-reien, frischen Früchten und besten Nüssen sowie echter Bourbon Vanille.

Auch in Zukunft könnt ihr bei uns eure Eissorten

wünschen. Letztes Jahr waren die ausgefallensten

Wunscheisorten unserer Gäste Whisky-Eis, Brennessel-Eis und Kohlrabi-Eis.

In dieser Saison 2024 experimentieren wir mit grünem Matcha wie Himbeer-Matcha-Eis oder Orange-Matcha-Eis.

Mit Frischkäse für z.B. Johannisbeere-Frischkäse-Frischmilcheis. Daneben setzen wir auch auf exotische Gewürze wie Kurkuma, Karda-



mom, Zimt und Chili sowie Tees als Grundlage für Eissorten wie Chai Latte, Mangoestee-Eis oder exotische-karibische Eissorten. Wir verwenden hierzu eigenen Bioteesorten mit essbaren „Tee Früchten“ aus Mangos, Äpfeln und Zitrusfrüchten sowie Kräuter.

Wir folgen dem veganen Trend weiter und bauen unsere veganen Eissorten aus mit Hafer- und Reismilch für Vanille-Hafermilcheis, Mandeleis aus Mandelmilch oder Zartbitterschokolade-Reismilch-Eis.

Eis Galerie in Ulm-Söflingen, Gemeindeplatz 10, Tel 0731 39 89 77 66, www.eis-galerie.de, Instagram [eis_galerie](https://www.instagram.com/eis_galerie)

Der Börslinger Hof sorgt für glückliche Gäste und zufriedene Mitarbeiter

Anzeige

Genuss auf allen Ebenen

„Das Catering für unsere Hochzeit war einfach sensationell. Unsere Gäste waren begeistert und meinten, sie hätten noch nie so viel Liebe zum Detail erlebt. DANKE!“ ... „Hier wird noch mit viel Liebe und Hingabe gekocht und das schmeckt man auch. Anja und Sascha verwöhnen ihre Gäste mit regionalen Produkten und man kann auch gut laktosefrei und glutenfrei essen!“ Tolles Essen, sehr freundliche Bedienung!“ ... „Mega Essen, superfreundlicher Service, sehr schönes und mit Liebe eingerichtetes Lokal. Hier bekommt man das rundum glücklich Paket.“

Wer den Börslinger Hof bei Google sucht, wird auf viele, viele weitere solcher Bewertungen stoßen. Es ist diese **echte Herzlichkeit**, die einen im Börslinger Hof empfängt. Es ist die **Liebe zum Detail**, wenn die beiden Inhaber, Sascha und Anja Holzwarth, ein Catering machen. Es sind die **regionalen Zutaten**, die zu 90 % aus der Region kommen.

„Wir sind mit ganzem Herzen Gastgeber und Gastromomen.“



Um weiterhin der Anzahl der Anfragen insbesondere im Catering gerecht zu werden, braucht es aktuell mehr Hände. Denn der Börslinger Hof macht nicht nur die Erwachsenen, die

von Donnerstag bis Sonntag zum Essen kommen, glücklich. Sie machen auch über 600 Kindergartentessen, die täglich zur Mittagszeit ausgeliefert werden müssen. Bei Feiern und Veranstaltungen kann der Börslinger Hof als Caterer gebucht werden, was aufgrund der vielen Empfehlungen immer mehr wird.

„Arbeitszeiten wie bei einem Bürojob“

Durch das Kindergarten-catering haben die Mitarbeiter

Arbeitszeiten wie im Büro. **Morgens** in der Früh geht es los, spätestens am **frühen Nachmittag ist Feierabend**. Aktuell werden für folgende Positionen Team-Mitglieder gesucht:

- Koch/Metzger (m/w/d) in Vollzeit
- Küchenhilfe (m/w/d) in Teilzeit
- Ausfahrer (m/w/d) Minijob (ca. 2 Stunden von Mo-Fr)

Gäste glücklich machen

Wer gerne lächelnde Gesichter sieht und glückliche, zufriedene Menschen um sich hat, der ist beim Börslinger Hof perfekt richtig. Ob



aushilfsweise oder als festes Team-Mitglied, für Veranstaltungen und im Gasthof werden engagierte **Service-mitarbeiter gesucht**.

Sie haben Interesse? Dann freuen sich Anja und Sascha Holzwarth unter info@boerslinger-hof.de oder per Telefon auf Ihre Bewerbung.



Börslinger Hof | Ballendorfer Weg 5 | 89177 Börslingen | 07340 918 999 | info@boerslinger-hof.de | www.boerslinger-hof.de

Das SeniorenWohnen Ludwigsfeld mit komplett neuer Küche

Kochen, was das Herz begehrt

"Essen ist die Erotik des Alters". Dieser Feststellung des Fernsehmoderators und Kochbuchautors Alfred Biolek (1934-2021) kann wohl jeder zustimmen, der viel mit älteren Menschen zu tun hat oder selbst zu den Senioren gehört. Denn mit den Jahren wird einem das Essen immer wichtiger. So gesehen hat das SeniorenWohnen Ludwigsfeld gerade in sein Herzstück investiert. Unter beachtlichem Aufwand wurde nämlich seine Küche komplett erneuert.

Essen ist mehr als Nahrung

Die Mahlzeiten bringen einerseits Struktur und andererseits Abwechslung in den Tagesablauf, erklärt Einrichtungsleiter Gamal Löffler. Sie bieten auch die Gelegenheit, andere Menschen zu treffen. Und wenn das Essen schmeckt, gehört es zu den kleinen Freuden, welche das Leben versüßen. Außerdem kann gerade im Alter eine ausgewogene und nährstoffreiche Ernährung die Gesundheit fördern.

Deswegen unternimmt das SeniorenWohnen Ludwigsfeld einiges, damit das Essen guttut und schmeckt.

Neuer Speiseplan

Die Küchenleitung überarbeitet gerade den Essens- und Speiseplan. Die Qualität soll weiter steigen und die Vielfalt zunehmen. Die Bewohnerinnen und Bewohner genießen dann nicht nur vertraute Gerichte, die sie schon immer gerne gegessen haben. Sie lernen auch neue Speisen kennen, welche für mehr Abwechslung sorgen.

Dabei wird stets frisch gekocht mit einem hohen Anteil regionaler Zutaten.

Ob der Küchenchef hier immer das richtige Händchen hat, das erfährt er spätestens bei seinen regelmäßigen Besprechungen mit dem Bewohnerbeirat, welcher die



Einrichtungsleiter Gamal Löffler

Interessen der Bewohner und Bewohnerinnen vertritt.

Neue Küche

Wer für viele Menschen gut und lecker kocht, braucht

dafür eine zweckmäßige und zeitgemäße Ausstattung. Und die gibt es nun beim SeniorenWohnen Ludwigsfeld: Es hat seine Küche mit allen Nebenräumen und Geräten rundum erneuert.

Der Umbau

Seit Ende März sind die Arbeiten abgeschlossen. Sie wurden von Architekten und externen Küchenplanern betreut und überwiegend von regionalen Handwerksbetrieben ausgeführt. Jeden Dienstag fanden

Küchenteam die Mahlzeiten in Containern zu, die in den Außenanlagen aufgestellt waren.

Vom Boden bis zum Geschirr

Jetzt strahlt die Küche in hellem Glanz. Es wurden die Wände und Decken frisch verputzt und gestrichen sowie die Böden neu verlegt. Neu sind ebenfalls die Elektrik, das Inventar, sämtliche Geräte und die Umkleieräume. Vergrößert und komplett erneuert hat man auch die Lager- und Kühlräume im Untergeschoss.

Selbst das Geschirr ist nicht mehr das alte. Die weißen Teller, Schalen und Tassen haben jetzt einen leuchtend roten Rand. So erkennen auch diejenigen, deren Sehkraft stark nachgelassen hat, wo ihr Geschirr anfängt und aufhört.

Erhebliche Investitionen

Wer in den neuen Küchenräumen steht, in denen eine Eigentumswohnung Platz hätte, ahnt, dass hier beachtliche Summen investiert wurden.

Und es geht noch weiter: Der Speisesaal und die Außenanlagen werden gerade renoviert. Denn nicht nur ein leckeres, bekömmliches Essen, sondern auch Geselligkeit in schöner Umgebung gehören zur Erotik des Alters.

große Baubesprechungen statt, in denen man den Stand und Fortschritt des Projektes analysierte.

Ungefähr ein halbes Jahr dauerte der Umbau. Währenddessen bereitete das rund 10 Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen umfassende

Neu-Ulm Ludwigsfeld

Unterstützen · Betreuen · Pflegen



Lust, als Helfer/in in einen Beruf mit Zukunft einzusteigen?
Wollen Sie sich zur/m Pflegefachfrau/-mann ausbilden lassen?
Oder haben Sie die Abschlussprüfung bestanden?

Dann **bewerben Sie sich jetzt** im SeniorenWohnen Ludwigsfeld in Neu-Ulm. **Wir freuen uns auf Sie.**



#meinezukunft

SeniorenWohnen BRK

Ihr Plus im Alter

SeniorenWohnen Ludwigsfeld
Gamal Löffler, Einrichtungsleitung
Hasenweg 8, 89231 Neu-Ulm
Tel. 0731 98575-0
Fax 0731 98575-147
info.num@ssg.brk.de
www.seniorenwohnen.brk.de

Sozialservice-Gesellschaft 
des Bayerischen Roten Kreuzes GmbH

Hände für die Schönheit

"Frei hat Gott die Menschen geschaffen, damit diese sich selbst ihr Schicksal bereiten." Diese Feststellung des deutschen Schriftstellers Gustav Freytag (1816 - 1895) lässt sich gerade in der Medizin häufig bestätigen. So käme wohl niemand auf die Idee, auf Krücken und Gips zu verzichten, weil er ein gebrochenes Bein als unabänderliche höhere Gewalt ansieht. Entsprechend nutzen auch immer mehr Menschen die vielfältigen medizinischen Möglichkeiten, ihr Aussehen zu erhalten oder zu verbessern. Eine Anlaufstelle für solche Schönheitseingriffe findet sich in Ulm in der Kronengasse 14, und zwar in der ärztlichen Privatpraxis CAELISTIC - Ärzte & Ästhetik. Ihr ärztlicher Leiter, Dr. med. Josef Bergmann, ist Spezialist für minimalinvasive ästhetische Behandlungen.

Ursprünglich stammt der Mediziner aus der Augenheilkunde. Doch bereits während seiner Facharztausbildung stieß er auf die Ästhetische Medizin und stellte viele Gemeinsamkeiten fest: Nötig sind genaue Anatomiekenntnisse des Gesichts und feinstes Arbeiten - ob bei der Mikrochirurgie am Auge oder bei der minimalinvasiven Schönheitsbehandlung.

Passenderweise waren es auch zwei Augenärzte, die das heute so bekannte Mittel entdeckten, welches Falten glättet: das Botulinumtoxin A, umgangssprachlich besser bekannt als „Botox“.

Intensive Vorgespräche

Doch bevor Dr. Josef Bergmann und sein Ärzteteam zur Behandlung ansetzen, führen sie immer erst ein ausführliches Beratungs- und Aufklärungsgespräch, sowie das klassische medizinische Anamnese- und Aufklärungsgespräch. Dabei erzählen die Patient:innen zunächst von sich und ihren Anliegen. „Wir geben uns zunächst viel Mühe, sehr gut zuzuhören, um ein genaues Verständnis für die Bedürfnisse unserer Patientinnen und Patienten zu entwickeln.“ Dann folgt eine Gesichtsanalyse, die vor allem die von den Patient:innen angesprochenen Gesichtspartien betrachtet. Genau erläutert wird auch der Prozess, dem wir unsere Falten verdanken: die Alterung. „Wir legen großen Wert darauf, dass der zugrundeliegende Alterungsprozess gut verstanden wird – also wodurch bestimmte Falten entstehen. Das sensibilisiert dann auch entscheidend für die Auswahl der richtigen Behandlungsmethoden.“



Mögliche Komplikationen

Wichtig beim klassisch medizinischen Anamnese- und Aufklärungsgespräch ist dem Ärzteteam, dass sämtliche Reaktionen, Risiken und mögliche Komplikationen genau erläutert werden.

So zeigen sich nach einem Eingriff recht häufig blaue Flecken oder Schwellungen. In seltenen Fällen kann es zu Infektionen oder Abszessen kommen. Auch Knötchenbildung, allergischen Schocks oder ein sogenannter Gefäßverschluss können vorkommen, sind allerdings sehr selten.

Werden die Komplikationen innerhalb weniger Stunden behoben, sind keine Folgeschäden zu erwarten. Dr. Josef Bergmann und sein Team haben sich genau auf solche Schwierigkeiten vorbereitet und bieten Ihren Patient:innen daher einen besonderen Service: Erreichbarkeit rund um die Uhr.

Bevorzugte Präparate

Caelistic ist spezialisiert auf Faltenbehandlungen und Unterspritzungen. Dabei wird bevorzugt mit drei Präparaten gearbeitet:

1. Hyaluronsäure
2. Botulinumtoxin A
3. Biostimulator

Hyaluronsäure

Hyaluron ist ein gelartiger Stoff, der natürlich in unserem Körper vorkommt. Während des natürlichen Alterungsprozesses bilden sich Fetteinlagerungen und Knochen zurück, und hinterlassen im Gesicht einen Volumensverlust. Die darüberliegende Haut verliert Ihre Stützstruktur und sinkt ab.

Hier lässt sich gezielt Hyaluronsäure zuführen, sozusagen als Füllmaterial, das wieder straffe Formen und richtig sitzende Konturen herstellt. Mit ihm kann man beispielsweise Lippen oder Wangen aufpolstern, also fülliger machen. Ebenso eignet es sich dazu, etwa die Nase oder den Kinn- und Kieferbereich zu modellieren. Bei alledem wird von den Ärzten bei CAELISTIC sehr darauf geachtet, dass das Ergebnis natürlich aussieht.

Botulinumtoxin A

Unsere Mimik verdanken wir den Gesichtsmuskeln, welche unmittelbar unter der Haut liegen. Bei übermäßig aktiver Mimik legen wir die darüberliegende Haut regelmäßig in Falten. Im Laufe der Jahre bleiben diese Fal-

ten, wie beispielsweise die Zornesfalte, auch dann im Ruhezustand sichtbar, wenn der Ärger schon längst verrauch ist. Bereits geringe Dosierungen des Arzneimittels Botulinumtoxin A entspannen nun die Gesichtsmuskulatur, wodurch sich mimikbedingte Falten wieder verbessern oder - vorbeugend eingesetzt - ganz verhindern lassen.

Biostimulator

Wie heißt das am häufigsten im menschlichen Körper vorkommende Eiweiß? Kollagen. Es stabilisiert nicht nur Knochen, Gelenke, Muskeln und Sehnen, sondern hält auch Haut und Bindegewebe elastisch. Bereits ab dem 20. Lebensjahr verliert die Haut jährlich 1% Kollagen, allein während der ersten 5 Jahre nach Beginn der Wechseljahre sogar ganze 30%. In Folge verliert die Haut an Spannkraft, sieht älter aus und hängt.

Die auf Poly-L-Milchsäure oder Polynukleotiden beruhenden Biostimulatoren regen die körpereigene Produktion von Kollagen an. Die Haut erneuert sich von selbst, wird wieder straffer

und wirkt verjüngt.

Das Behandlungsspektrum umfasst außerdem weitere Leistungen, wie die PRP-Behandlung gegen Haarverlust, die Fettwegspritze gegen hartnäckige Fettpösterchen, die Intimverjüngung bei Frauen sowie ambulante operative Eingriffe wie beispielsweise Oberlidstraffungen.

Spezialisten

Neben Dr. Josef Bergmann finden sich im Ärzte Team von CAELISTIC zwei weitere grandiose Ärzte, Nadja Kozlova und Daniel Zarafat, alle auf die minimalinvasive Ästhetik spezialisiert - also viele hochqualifizierte Hände, die den Patienten dabei helfen, ihr Aussehen selbst in die Hand zu nehmen.

CAELISTIC - Ärzte & Ästhetik Kronengasse 14, 89073 Ulm
Termine nach Vereinbarung
Telefon: 0151 154 123 27
Email: info@caelistic.de
Website: www.caelistic.de



Ayse Büyüktatli, Eleganz Kosmetik

Anzeige

Kosmetische Mesotherapie

ab. Wer wünscht sich nicht - zumindest ab einem gewissen Alter - eine verjüngte, reinere Haut? Natürlich soll sie ohne operative und chirurgische



Eingriffe erneuert werden.

Die kosmetische Mesotherapie könnte hierfür eine Lösung sein. Anbieten dürfen sie Ärzte und geschulte Kosmetikerinnen, beispielsweise ich in meinem

Studio Eleganz Kosmetik.

Schon nach der ersten Therapie wirkt erschlaffte Haut deutlich straffer und glatter.

Kleine Fältchen werden unsichtbar und die Haut erhält eine frische und gleichzeitig natürliche Ausstrahlung. Zudem baut die Haut nach und nach mehr Spannkraft und Elastizität auf.

Auch wird die eigene ge-

Eleganz Kosmetik Ulm

- Kosmetik
- Maniküre
- Fußpflege
- Wellness

Von Hünefeld Weg 6
89075 Ulm
Ganzheitliche Fachkosmetikerin
Ayse Büyüktatli

Termin nach Vereinbarung
Tel.: 0731/266561
Mobil: 0157/76067981
www.eleganz-kosmetik.de

sunde Hautfarbe nach der Therapie wieder sichtbar.

Fazit: Wie alt Ihre Haut

auch ist, es ist nie zu spät, frisch und schön auszusehen.

Ballonteam Hager mit Gold Ochsen Ballon Die Magie des Fliegens

Anzeige

mh. Entdecken Sie die atemberaubende Schönheit der Region Ulm und der Schwäbischen Alb aus der Vogelperspektive bei einer unvergesslichen Ballonfahrt! Schweben Sie sanft über malerische Dörfer, majestätische Wälder und glitzernde Flüsse, während Sie die faszinierende Landschaft unter sich bewundern.

Mit einem erfahrenen Pi-

loten an Ihrer Seite starten Sie zu einer einzigartigen Reise, die Sie hoch über die charmanten Dörfer und die beeindruckende Natur der Umgebung führt. Erleben Sie die Ruhe und Gelassenheit des Himmels, während der Ballon lautlos durch die Luft gleitet und Ihnen eine



unvergleichliche Perspektive auf die Umgebung bietet.

Während der Fahrt können Sie den Ausblick genießen und vielleicht sogar den einen oder anderen Flieger am Himmel sehen, der mit Ihnen um die Wette schwebt. Die Ballonfahrt über Ulm und die Schwäbische Alb ist nicht nur ein Abenteuer, sondern auch eine Möglichkeit, die Schönheit Süddeutschlands in ihrer ganzen Pracht zu erleben. Erleben

Sie wollten im Leben schon immer mal HOCH HINAUS?

Lassen Sie Ihre Seele völlig losgelöst baumeln ...



Das Ballonteam Hager freut sich, Sie an Bord begrüßen zu dürfen.

Tel.: 0173/3285751
www.ballonteam-hager.de

Sie die Magie des Fliegens und lassen Sie sich von der Schönheit der Landschaft

verzaubern – bei einer Ballonfahrt, die Sie nie vergessen werden!

Harry Remane, Harry's Sport Shop Padel-Tennis

Anzeige

hr. Der TC Laupheim hat im Landkreis Biberach den 1. Padel-Tennis-Platz. Der nächste ist dann in Ulm.

Wir als Harry's Sport Shop haben selbstverständlich das passende

Equipment dazu im Verkauf. Alle von unserem Team haben schon Padel gespielt und sind völlig begeistert von dem nicht ganz neuen, aber hochinteressanten Sport.

Padel-Tennis ist eine aufregende Sportart, die Elemente aus Tennis und Squash



kombiniert. Es wird auf einem kleineren Platz mit Wänden gespielt, was für schnelle und spannenden Ballwechsel sorgt.

Die Popularität von Padel-Tennis wächst stetig, besonders in Europa und Südamerika. Es ist eine großartige Möglichkeit, sich sportlich zu betätigen und Spaß zu haben.

Padel-Tennis wird gerne als eine soziale Sportart angesehen, da es oft in Doppelpartien gespielt wird und eine freundliche Atmosphäre auf dem Platz herrscht. Die Regeln sind relativ einfach zu erlernen, was es auch für Anfänger zugänglich macht. Viele Tennisvereine bieten mittlerweile auch Padel-Tennisplätze an, um der steigenden Nachfrage gerecht zu werden, unter anderem der TC Laupheim.

Die Mischung aus taktischem Geschick, Schnelligkeit und Präzision macht Padel-Tennis zu einer faszinierenden Sportart für Spieler aller Altersgruppen.

Also...nichts wie sich beim TC Laupheim auf der Homepage informieren und sich die ein oder andere Stunde padeln sichern. Leihschläger gibt es dann vor Ort.

Vielleicht sehen wir uns ja dann mal auf dem Platz.

Viel Spaß wünschen:

Harry Remane und Team

Markus Brzuske, Dietenbronner Quelle Natürlich aus Ihrer Region

Anzeige

mb. Die Herkunft eines natürlichen Mineralwassers hat einen bedeutenden Einfluss auf seine Beschaffenheit. Dietenbronner Mineralwasser ist ein Tiefenwasser und stammt aus einer geschützten tiefliegenden unterirdischen Quelle.

Die enthaltenen Mineralien und Spurenelemente werden auf dem viele Jahrtausende dauernden Sickerprozesses des Niederschlagswassers durch tiefe Erd- und Gesteinsschichten auf natürliche Weise aufgenommen. Gleichzeitig findet eine natürliche Reinigung oder Filtration des Wassers statt.

Im Gegensatz zu Oberflächenwasser (Seen, Flüsse, höher gelegene Wasservorkommen) ist die Quelle

vor äußeren Einflüssen wie z.B. belastenden Stoffen aus unserer heutigen Umwelt geschützt. Aus dem tiefliegenden unterirdischen Wasservorkommen wird dann das natürliche Mineralwasser in sicher verschlossene Flaschen abgefüllt.

Der gute Geschmack unseres Dietenbronner Mineralwassers hängt also auch entscheidend zusammen mit den Erd- und Gesteinsschichten hier in der ober-schwäbischen Region. Es ist also tatsächlich ein Produkt, welches hier über viele Jahrtausende entstanden ist und natürlich den Kunden in seiner Heimat zu Gute kommen soll.

Mehr Informationen finden Sie unter www.dietenbronner.de

DIETENBRONNER
MINERALWASSER

FÜR DIE NATUR.
FÜR DIE REGION.
FÜR DICH.

regional & klimaneutral

DIETENBRONNER
NATÜRLICHES MINERALWASSER
MEDIUM
WIRTSCHAFTS- & UMWELTVEREIN

www.dietenbronner.de

harry's sport shop laupheim

Padel Special

Setpreis: 150€

Padelset bestehend aus:
1x Head Padel-Racket aus der Gravity Serie
1x Head Padel-Shirt
1x Dose Padel-Bälle

Ihr Padel- und Racketspezialist
Harry's Sport Shop e. K.
07392 3995 · Mittelstr. 15
88471 Laupheim

Golden Care Seniorenbetreuung Zu Hause geborgen

Anzeige

hs. Wo man einmal Wurzeln geschlagen hat, da will man in der Regel auch bleiben. Deswegen leben ältere Menschen meist so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden.

Golden Care Seniorenbetreuung kann ihnen dabei helfen, und zwar durch polnische Betreuungskräfte, die bei ihnen wohnen und sich fast rund um die Uhr um sie kümmern. Die Kräfte sind sozialversicherungspflichtig angestellt



bei dem polnischen Partnerunternehmen, das sie entsandt hat. Deswegen verfügen sie über die EU-weit anerkannte A1-Bescheinigung und alle sonstigen, für eine legale Tätigkeit erforderlichen Papiere.

Montags bis freitags können Sie von 8 bis 16 Uhr bei Inhaberin Anna Rowshan und ihrem Golden Care-Team anrufen oder vorbeischauchen und sich beraten lassen, damit Sie lange dort bleiben,

24-Stunden Betreuung
Legale Betreuung aus Polen
Legal mit A1-Bescheinigung

Wir bieten Ihnen eine fachliche und liebevolle „24-Stunden-Betreuung“ in Ihrem gewohnten Umfeld durch polnische Betreuungskräfte.

Die bezahlbare Alternative zum Pflegeheim

Golden Care Seniorenbetreuung
Büro: Ulmer Str. 17, 89134 Blaustein
Telefon 07304 800 28 68
& 07304 4399802
seniorenbetreuung.blaustein@gmx.de
www.golden-care-pflege.de

wo Sie Wurzeln geschlagen haben.

Radiofrequenz-Therapie bei VITASYO 4FIT Anzeige

Schmerzen wegwärmen

Wie soll man seinen Körper trainieren, damit er nicht wehtut, wenn er schon wehtut? Bewegung regt zwar den Zellstoffwechsel und damit die Selbstheilungskräfte an. Doch sie fällt einem sehr schwer, sobald man bereits Schmerzen hat. Das Fitnessstudio VITASYO 4FIT

bietet einen Ausweg aus dieser Abwärtsspirale: die Radiofrequenz-Therapie. Dabei werden die Patienten über Elektroden angeschlossen an einen elektromagnetischen Stromkreis mit einer konstanten Frequenz von 448 KHz. Sie spüren nur, dass ihnen all-

mählich wärmer wird. Was sie nicht wahrnehmen, ist der Stromkreis. Er dient dazu, den Zellstoffwechsel in Schwung zu bringen, die Zellen besser zu versorgen und die Selbstheilung zu befördern. Viele Patienten bemerken bereits nach der ersten Behandlung, dass sie beweglicher werden und die Beschwerden abnehmen. Auch der internationale Spitzensport nutzt die Radiofrequenz-Therapie, um Schmerzen wegzuwärmen.

Bodymagic Intervall-Höhentraining Anzeige

Heuschnupfen vorbeugen

Die Flugsaison steht an: Pollen machen sich auf den Weg und lösen bei vielen Menschen Heuschnupfen aus, also allergische Reaktionen in den Schleimhäuten von Augen, Bronchien und Nase. Der Körper setzt Histamin frei, was zu Juckreiz in den Augen und zu Niesanfällen führt. Mit anderen Worten: Die harmlosen Pollen stoßen auf eine überschie-

ßende Immunreaktion. Es gibt eine natürliche Methode, Heuschnupfen zu lindern und ihm ganz oder teilweise vorzubeugen: das Intervall-Höhentraining (IHT). Angeboten wird es bei Bodymagic in Neu-Ulm Pfuhl. Man entspannt sich auf einer Liege und atmet über eine Atemmaske jeweils für einige Minuten mal sauerstoffreiche und sauer-

stoffarme Luft ein. Dieses Wechselspiel trainiert die Energiekraftwerke der Zellen, die Mitochondrien. So können sich Leistungsfähigkeit und Selbstheilungskräfte verbessern. Nun wäre für die Heuschnupfengeplagten wenig hilfreich, wenn das Training ihr ohnehin schon überreagierendes Immunsystem noch aktiver machen würde. Das ist jedoch nicht der Fall. Ein IHT kann normalisierend auf das Immunsystem wirken, es ausgleichen, stimu-

Premium Fitness & Physio in exklusiver Lage

VITASYO 4FIT bietet vielbeschäftigten Menschen einen idealen Ausgleich durch kurze intensive und hoch effiziente Trainingseinheiten.

- Physiotherapie
- Radiofrequenz-Therapie (INDIBA®)
- Manuelle Therapie
- Osteopathie u.v.m.



- \$ 20 Präventionskurse
- Ständige Aufsicht mit ausgebildeten Trainer/innen
- Für Jung und Alt

Hummelstr. 7+9, 89134 Blaustein
direkt im „BlausteinCenter“
Tel.: 07304/9259090
Tel.: 07304/5992, info@vitasyo.de

Öffnungszeiten **FITNESS** Mo.-Fr. 8.00-21.00 Uhr Sa.-So. 9.00-17.00 Uhr
Öffnungszeiten **PHYSIO** Mo.-Do. 6.00-20.00 Uhr Fr. 6.00-17.00 Uhr

Heilpraktiker für Psychotherapie Udo Bayer Anzeige

Energiearbeit – Petra S. - Dankbarkeit



Ich habe Jahre lang an Ängsten, negativen Glaubenssätzen, Migräne gelitten. Das alles hat bereits in meiner Kindheit angefangen, ich war nicht gut genug, musste mich immer beweisen und setzte mich bereits da immer

einem unbewussten Stress, Leistungsdruck aus. Dazu kamen noch Schuldgefühle und Trauer. Dies spiegelte sich dann auch noch in meiner Trennung von meinem Partner. Als Folge davon musste ich allein immer für meine Kinder da sein und

sorgen. All dies verstärkte das Ganze und ich funktionierte einfach nur noch. So entstand ein Perfektionismus in mir mit entsprechenden Verhaltensmustern. Die ganze Belastung zollte ihren Tribut. Durch die einfühlsame Art von Udo Bayer fiel es mir sehr leicht, mich in den Gesprächen mit ihm zu öffnen. Dabei zeigten sich negative Glaubenssätze und Blockaden, welche auch aus Vorleben da waren. Diese konnten wir auflösen durch eine besondere Art von Energiearbeit, sodass ich mich befreit weiter entwickeln konnte. Ich bin Udo Bayer unendlich dankbar für seine wertvolle Hilfe und Unterstützung.

Hubert Killinger, Radiästhesie Anzeige

Frühlingserwachen

Am Sonntag, 9 Uhr, Vogelgezwitscher, einzelne Taupfropfen glänzen im Gras, die Sonne zaubert Lichtreflexe durch das Laub der Bäume. Eine kleine Gruppe hat sich zusammengefunden, gespannt, eine ganz neue Sicht auf die Natur zu erleben. Herzlich willkommen auf der „Wünschel-Route“! Die Faszination Wünschelrute erleben, die eigene

Sensitivität entdecken! In Ulm/Wiblingen, Start 9:00 Uhr, Dauer ca. 3 Stunden, 25,00 € pro Person. Wunschtermine für Gruppen bis 8 Personen, samstags oder sonntags. Infos: 07346 924388 oder hk@wasserschmecker.de



Hubert Killinger
Radiästhetische Raum- und Bauplatz Untersuchungen
Wünschelruten-Schnupperkurse und Ausbildung
07346 924388
hk@wasserschmecker.de
www.wasserschmecker.de

Udo Bayer
Heilpraktiker für Psychotherapie
Burnout Berater
Shaolin Qi Gong Lehrer
Beratung Coaching Therapie
Herzog-Georg-Str. 3
89264 Weißenhorr
tel 0 73 09 / 9 14 72 89
mobil 01 57 / 36 58 04 09
info@udo-bayer.de
www.udo-bayer.de

Auszug Therapiemethoden:

- Hypnose, Energiearbeit
- Gesprächstherapie nach Rogers
- Quantenheilung (2-Punkt-Methode)
- MET – Meridian-Energie-Klopftechnik
- EMDR – Trauma-Therapieverfahren

Naturheilpraxis Surace Anzeige

Betrunkene, ohne zu trinken?

Starke und anhaltende Winde können sehr belastend sein, vor allem wenn sie aus dem eigenen Körper kommen. Maria Beck (Name geändert) litt an andauernden, heftigen Blähungen, die ihr selbst den Schlaf raubten. Ein Krankenhaus-Aufenthalt war im Dezember 2021 unvermeidbar. Untersuchungen ergaben erhöhte Leberwerte und eine vergrößerte Leber. Der Arzt fragte die Patientin, wie viel Alkohol sie trinken würde. "Überhaupt



nichts", antwortete diese. Der Darm wurde nicht in Betracht gezogen. Dabei befindet sich dort eine körpereigene Brauerei. Spezielle Darmbakterien - insbesondere Hefepilze - regeln, wann Alkohol produziert wird. So ist der Körper ständig einer gewissen Alkoholmenge ausgesetzt. Maria Beck war also betrunken, ohne Alkohol zu trinken. Ihr Gesundheitszustand wurde immer kritischer. Sie

konnte nur mühsam ihren Alltag bewältigen, hatte keine Kraft für die Enkelkinder. Müdigkeit plagte sie. Hautauschlag mit Bläschen - nass und juckend - verstärkte die Schlaflosigkeit. Hinzu kamen gelbliche Haut und Augen-Verfärbungen. Da las sie eine Anzeige der Naturheilpraxis Surace mit der Schlagzeile: "Die Wahrheit liegt im Blut". "Das probiere ich aus", sagte sie sich, "das ist mein letzter Versuch." So saß sie im Januar 2024 in der Naturheilpraxis Surace. Dort wurde ihr Blut untersucht anhand der Dunkelfeldmikroskopie nach Prof. Dr. Enderlein. Es folg-

Die Wahrheit liegt im Blut

Leiden Sie an hohem Blutdruck, Durchblutungsstörungen, Bluterkrankungen, Burnoutsyndromen, Bakterien, Pilzen und Viren, Leberstörungen, Erschöpfungszuständen, Schilddrüsenerkrankungen, Allergien, Arthrose und anderen Krankheiten?



Naturheilpraxis Surace Angela Surace, Heilpraktikerin
• Dunkelfeld-Blutdiagnostik nach Prof. Dr. Enderlein
• Naturheilverfahren
• Osteopathie
Talstraße 14, 89584 Ehingen
Telefon: (07391) 7 81 80 72
Erfahrungsberichte auf
www.naturheilpraxis-surace.de

te eine darauf abgestimmte Behandlung. Seitdem verbessern sich die Leberwerte. Mittlerweile sind sie fast im Normbereich. Maria Beck ist von dem juckenden Hautauschlag befreit, erfreut sich einer normalen Hautfar-

be, schläft wieder gut und hat die Kraft, das Leben mit den Enkelkindern zu genießen. Und die Blähungen? Maria Beck kann nun endlich wieder bedenkenlos und entspannt unter Menschen gehen.



Heilpraxis Michael Aigner

Anzeige

Bandscheibenvorfall losgeworden

Ma. Hermann H. kam im September 2017 mit Krücken zu mir in die Praxis. Er hatte extreme Schmerzen im Lendenwirbelbereich und in einem Bein bis zum Fuß. Er erzählte mir, dass er diese bereits seit 30 Jahren hat, seit dem Bandscheibenvorfall. Er könne seither nicht mehr arbeiten und sei am Rande der Verzweiflung. Er halte die Schmerzen kaum aus und nichts hätte ihm bisher geholfen. Dazu, dass er sich überall sehr verspannt fühle und sich viele Sorgen

mache. Dieser Behandlungstermin sei seine letzte Hoffnung. Doch vor seinem Termin überkamen ihn Zweifel. Um ein Haar hätte er seinen Behandlungstermin wieder abgesagt – er hatte ja bereits alles versucht, aber nichts konnte ihm bisher helfen. Seine Frau bestärkte ihn jedoch, den Termin bei mir wahrzunehmen.

Ich betrachtete seinen Rücken und sah, dass seine ganze Haltung schief war. Anschließend begleitete

ich ihn mit meiner empfindungsfokussierten Entspannungsmethode auf meiner Behandlungsliege in eine wohltuende Entspannung. Nach 45 Minuten bat ich ihn aufzustehen und betrachtete nochmals seinen Rücken. Seine Haltung hatte sich stark verändert – nun stand er gerade und aufrecht. Er staunt und ungläubig ging er ohne Krücken auf und ab und rief: „Die Schmerzen sind weg!“

Die Ursache für seinen Bandscheibenvorfall mit

Die alternative Schmerzbehandlung – Entspannt schmerzfrei werden –



Heilpraxis Michael Aigner
Praxis für Empfindungsfokussierte Schmerztherapie
Köhlerstraße 28, 89264 Weißenhorn
Tel. 0 73 09 - 928 58 30
lebensqualitaet@heilpraxis-aigner.de
www.heilpraxis-aigner.de
Termine nach Vereinbarung

Ischiasschmerzen war für mich klar: Seine verspannte Muskulatur brachte sein Becken mit dem Kreuzbein in eine schiefe Lage. Seine Lendenwirbelsäule war deshalb krumm und seine

Bandscheiben daher zu stark einseitig belastet. Die Schiefstellung hat sich durch die Behandlung korrigiert. Bis heute ist Hermann H. schmerzfrei und handwerklich tätig.

Schreinerei Markus Merkle - HYDROSOFT Freude am Schwitzen

Anzeige

hs. Meist haben wir die Auswahl unter mühsameren und bequemeren Wegen, um etwas zu erreichen. Das gilt auch für das Schwitzen. Es fördert ja die Gesundheit, weil es Schadstoffe nach außen transportiert und neben dem Stoffwechsel auch die Immunkräfte und das Herz-Kreislauf-System stärkt.

lichkeiten, ins Schwitzen zu kommen, ist wohl die HYDROSOFT® Multi-Well-



nesskabine: Sie sitzen in ihr und spüren auf der Haut die

sanfte Wärmestrahlung der Infrarot-Karbon-Heizflächen. Außerdem werden Sie umhüllt von Wasserdampf. Er erzeugt einen hohen relativen Luft-Wassergehalt von ca. 50-70%. Dadurch genügt schon die milde Temperatur von 30-40 Grad Celsius, um den Schweiß zu treiben.

In diesem kreislaufschoenenden Wellnessklima können Sie entspannen, genießen, beispielsweise nach dem Sport regenerieren, etwas für die Schönheit tun und Ihre Selbstheilungs-



- ✓ Gesunde Haut
- ✓ Entspannungstherapie
- ✓ Stärkung der Abwehrkräfte
- ✓ Entlastung Gefäße und Herz-Kreislaufsystem
- ✓ Gewichtsabnahme

LIVE IM SHOWROOM ERLEBEN!
Infrarotkabine Modell Royal
Hydrosoft Private SPA

Home Spa
Wellness für Dein Zuhause!
Schreinerei Merkle | Salenhauweg 11 | 89079 Ulm-Eggingen
Tel. 0 73 05 / 65 49 | www.schreinerei-merkle.com

kräfte stärken. Bestimmt pflichten Ihnen Atemwege, Haut, Augen, Beckenboden, Rücken, Gelenke, Beine und

Füße bei, dass Sie hier einen besonders angenehmen Weg gefunden haben, sich etwas Gutes zu tun.

Schreinerei Markus Merkle - ProNatura Schlafsystem Individuelle Anpassung in bis zu 40 Zonen

Anzeige

Wie wollen Sie morgens aufwachen - verspannt und womöglich mit Rückenschmerzen oder voller Energie und gut gelaunt?



dringend benötigt, um den Tag voller Frische beginnen zu können. Überlassen Sie Ihren Schlaf nicht dem Zufall!

Geben Sie sich nicht mit einer Standardlösung zufrieden. Denn so unterschiedlich jeder einzelne Körper ist, so individuell sollte auch Ihr neues Bettssystem sein und auf Ihre persönlichen

Ansprüche abgestimmt werden! Da stoßen herkömmliche Matratzen rasch an ihre Grenzen.

Mit bis zu 40 Zonen gegen Rückenschmerzen und Nackenverspannungen!

Weil jede Wirbelsäule anders ist, können ProNatura-Bettssysteme mit wenigen Handgriffen individuell eingestellt werden - in bis zu

Endlich besser schlafen!

100% Natur - Das Schlafsystem!
ProNatura



JETZT KOSTENLOSE SCHLAF-ANALYSE!

Ihr Schlafexperte in Ulm:
Schreinerei Merkle | Salenhauweg 11 | 89079 Ulm-Eggingen
Tel. 0 73 05 / 65 49 | www.schreinerei-merkle.com

40 verschiedene Zonen. Sie stützen dort, wo sie stützen sollen, und geben dort nach,

wo sie nachgeben sollen. Ihr Rücken wird es Ihnen danken.

Schreinerei Markus Merkle - Dein Raumexperte Dein Zuhause - maßgeschneidert

Anzeige

hs. In der heimischen Garage in Donaustetten gründete Schreinermeister Markus Merkle 1995 seine eigene Schreinerei. Heute beschäftigt sie fünf Facharbeiter, zwei Bürofachkräfte, zwei Ausstellungen-/Schlafberaterinnen - und natürlich den Inhaber selbst sowie seine Frau Eva Merkle.



Schreinerei Merkle alles bieten, damit aus Räumen ein Zuhause wird:

- Individuell geplante Küchen

aus hochwertigen Werkstoffen, die zum Wohnstil der Kunden passen,

- Naturschlafsysteme, welche auf die Anatomie des Körpers, das richtige Schlafklima und auf biologische Materialien achten,
- Wellness durch Saunen, Whirlpools oder Infrarotkabinen mit Wasserdampf,
- moderne Wohn- und Essmöbel, begehbare Kleiderschränke sowie Bäder
- und ganzheitliche Raum-

Möbel - so individuell wie Sie!

- ✓ Küchen
- ✓ Einbauschränke
- ✓ Esszimmer
- ✓ Schlafzimmer
- ✓ ... und vieles mehr!



NEUER SHOWROOM!

Wir machen Besonderes möglich!
Schreinerei Merkle | Salenhauweg 11 | 89079 Ulm-Eggingen
Tel. 0 73 05 / 65 49 | www.schreinerei-merkle.com

gestaltung durch dauerhaft glatte Spanndecken, Gleitschiebetüren, stilvolle Böden oder kreativ arrangierte Wände.

So verhilft die Schreinerei Merkle ihren Kunden auf vielfältige Weise zu einem maßgeschneiderten Zuhause.

Wichtiger Hinweis: Unsere Berichte können Psychotherapie, Ärzte, Heilpraktiker und Medikamente nicht ersetzen. Sie sollten solche Hilfe beanspruchen, falls Sie etwa durch Gefühle überwältigt werden oder Beschwerden haben, vor allem ernsthafte oder länger andauernde. **Wir übernehmen keine Garantie und schließen eine Haftung für Personen-, Sach- und/oder Vermögensschäden aus.**



Roswitha Dörfler, Casa Balance Anzeige

Gelenköl

hs. Wer Gelenkschmerzen hat, wünscht sich bestimmt, er wäre ein Auto: Man schüttet etwas Öl nach, und alles läuft wieder wie geschmiert.

Bei Menschen funktioniert das nicht ganz so einfach. Doch manche von ihnen arbeiten tatsächlich mit Öl,

nämlich mit Omega-3-Öl. Sie nehmen davon täglich ein oder zwei Esslöffel zu sich. Denn der Körper produziert es nicht selbst, kann es aber sehr gut gebrauchen. Denn es wirkt sozusagen beruhigend auf die Omega-6-Fettsäure. Diese fördert Entzündungen und damit etliche Krankheiten. Im Körper kommt sie in der

Regel häufiger vor, als es einem lieb sein kann.

Ausgeglichen wäre ein Verhältnis 1 zu 3, dass also Omega 6 in der Blutbahn höchstens dreimal so stark vertreten ist wie Omega 3. Ernährungsberaterin Roswitha Dörfler ermittelt die Anteile in einem Balancetest und kommt oft auf Werte von 1 zu 10 oder noch höher. Auch bei einem Herrn von Anfang 60 waren die Testergebnisse wohl nicht optimal. Denn er nimmt seitdem regelmäßig

OMEGA-3 FETTSÄUREN, der SCHLÜSSEL zur GESUNDHEIT



Casa Balance
Ernährungsberatung
Waldseer Straße 11
88400 Biberach
0 170 48 37 212
info@casabalance.de
casabalance.de

Zinzino Independent Partner zinzino.com/2004264631
Ansprechpartner: Roswitha Dörfler
Hebamme & Reittherapeutin, Ernährungsberaterin

Omega 3. Und er bemerkte seine Gelenkschmerzen schon nach kurzer Zeit, dass sie deutlich abnehmen.

Annkatri Seidler, Mensch im Einklang

Anzeigen

Endometriose - 1 von 10 Frauen ist betroffen

as. "Stell dich nicht so an. Es ist normal, dass du Schmerzen während der Periode hast!"

Diese und viele andere Sätze hören Frauen häufiger, als sie zählen können, leider auch von vermeintlichen Ansprechpartnern:innen.

Beschwerden wie massive Schmerzen während und auch außerhalb ihrer



Periode, Verdauungsprobleme, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, vergeblicher Kinderwunsch und vieles mehr belasten den Alltag.

Bei Endometriose handelt es sich um eine chronische Erkrankung, bei der gebärmutterähnliche Zellen auch an anderen Stellen im Körper angesiedelt sind und

massive Probleme verursachen können.

Häufig werden diese Frauen nicht ernst genommen, und eine Ernährungsberatung wird ihnen nur in sehr seltenen Fällen empfohlen - wobei gerade hier eine massive Verbesserung der Beschwerden erwirkt werden kann.

Annkatri Seidler von Mensch im Einklang möchte betroffenen Frauen genau

Endometriose
1 von 10 Frauen ist betroffen
Ernährungsberatung hilft



Kennenlerngespräch buchen unter:
www.m-einklang.de



Mensch im Einklang

hier eine Stütze sein: Ernährungsumstellung für weniger Beschwerden.

Bei Fragen hierzu wenden

Sie sich gerne unter 07309 87 18 430 an die zertifizierte Ernährungsexpertin Annkatrin Seidler.

Erfreuliches

Weniger Arbeitsunfälle

hs. Durchschnittlich 21 meldepflichtige Arbeitsunfälle je 1.000 Versicherte. Diesen Durchschnittswert ermittelte vor Kurzem die Deutsche Gesetzliche Unfallversiche-

rung für alle gewerblichen Berufe. Dabei hat sich dieser Wert in den letzten anderthalb Jahrzehnten um etwa ein Drittel verringert. Auch bei der Berufsgruppe mit

dem höchsten Risiko, den Bauarbeitern, sank er um ein Drittel auf 45,5 Arbeitsunfälle je 1.000 Beschäftigte. In der Zeitarbeitsbranche halbierte sich die Zahl der meldepflichtigen Arbeitsunfälle je 1.000 Zeitarbeitsbeschäftigte von 34 in 2008 auf 17 in 2022.

Sylvia Funk, Lebensfreude-Academy

Anzeige

10-jähriges Jubiläum

sf. Seit der Eröffnung ihrer Heilpraktiker-Praxis für Psychotherapie am 09.03.2014 kümmert sich Sylvia Funk (ehemals Schmidt-Haßler) um Menschen, die ihre Lebensfreude verloren haben. Ihr Schwerpunkt lag zunächst auf dem Thema Stressbewältigung, mit Stärkung der Resilienz, sowie Entspannung und Achtsamkeit.

Sehr schnell erkannte sie jedoch, dass es einen Zusammenhang gibt zwischen dem Stresserleben im Erwachsenenalter und ungünstigen, sogenannten dysfunktionalen Bindungs- und Bindungsmustern, die sich in der Kindheit entwickelt haben. Diese Erkenntnis veranlasste sie dazu, sich in dieser Richtung weiterzubilden und sich zu



spezialisieren.

Seit 5 Jahren arbeitet sie nun gemeinsam mit ihrem Partner Michael unter dem Dach der Lebensfreude-Academy für die Lebensfreude der Menschen. Dabei liegt ihr Schwerpunkt auf Beziehungsthemen. Genauer gesagt auf dem Erkennen und Lösen ungünstiger Bindungsmuster und Beziehungsdynamiken für entspannte, erfüllte und glückliche Beziehungen in der Partnerschaft, der Familie und im Job. Mehr Informationen finden Sie unter www.lebensfreude-academy.de

Mit Lebensfreude leicht-er-leben & erfüllte Beziehungen



Lebensfreude-Academy
Blumenstr. 17, 89188 Merklingen
www.lebensfreude-academy.de
info@lebensfreude-academy.de



Abnehmhypnose Brigitta Egly

Anzeige

Schlank ohne Zeitreise



hs. "Früher war alles leichter, zum Beispiel ich!" Doch um abzunehmen,

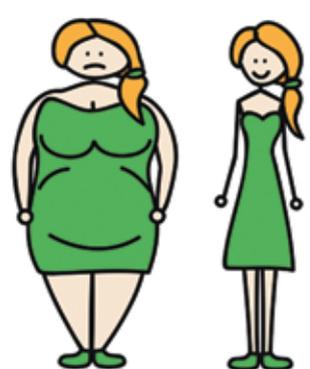
bedarf es keiner Zeitmaschine, die Sie in schlankere Tage zurückversetzt. Vielmehr können Sie sich einfach an die Hypnosetherapeutin Brigitta Egly wenden. Sie hat mit Abnehmhypnosen schon vielen Menschen geholfen, Gewicht abzubauen.

Dabei beginnt sie immer mit einem ausführlichen, kostenfreien Vorgespräch. Hier geht es auch darum, was zu den überflüssigen Pfunden führen könnte: Greift der Kunde - oder natürlich die Kundin - beispielsweise zu Lebensmitteln, die er gar nicht essen will? Bekommt er immer wieder Heißhungerattacken? Isst er aus Langeweile, Stress oder Frust? Nimmt er immer wieder mehr zu sich, als er will?

In der Hypnoseseitzung versetzt Brigitta Egly ihren Kunden in einen Zustand tiefer Entspannung, mit dem Ergebnis, dass das Unterbewusstsein Botschaften leichter und bereitwilliger aufnimmt. Nun verankert die Therapeutin durch so-

genannte Suggestionen im Unterbewusstsein den Willen, die Essgewohnheiten zu verändern, schneller satt zu werden, auf Süßigkeiten zu verzichten... Oft genügen drei Sitzungen, dass der Kunde so schlank wird, wie er es schon lange nicht mehr war.

Mit Hypnose zum Wunschgewicht



Effektiv und dauerhaft Gewicht reduzieren

Privatpraxis für Systemische Lösungen
Brigitta Egly
Bergstraße 2
89171 Illerkirchberg
Tel. 07307 / 307951
www.coaching-uhl24.de



Ihre Lebensfreude gibt es auch online unter www.lebensfreude-verlag.de. Dort finden Sie alle bisherigen Ausgaben und viele in den letzten Jahren erschienenen Berichte.

Ferner ist die Lebensfreude aktiv unter www.facebook.com/lebensfreudeverlag oder in Instagram: @lebensfreudeverlag



Facharzt Dr. Florian Brückner

Anzeige

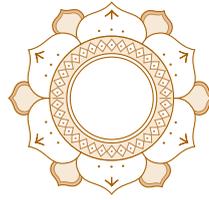
Schmerz – eine ganzheitliche Herangehensweise

fb. Eine Frau 58 Jahre hatte andauernde Kopf- und Nackenschmerzen, teilweise auch Schwindel. Beim Arbeiten am PC wird es schlimmer und nachts muss sie sich mit Kissen abstützen, um schlafen zu können.

Das Röntgenbild zeigt eine leichte Abnutzung, im MRT lassen sich aber Bandscheibenvorfälle oder Nerven-einklemmungen ausschließen. Daraufhin erhält sie eine Spritzenbehandlung und Physiotherapie, die Beschwerden verschwinden aber immer nur vorübergehend.

Über Empfehlung kommt sie in die Praxis Dr. Brückner, die schwerpunktmäßig manuelle Medizin und Os-

teopathie anbietet. In der Anamnese wird ein längst vergessener Sturz auf die rechte Schulter vor mehreren Monaten angegeben, die Verletzung sei lange verheilt. Sie kann den Arm schmerzfrei bewegen, allerdings zeigt sich bei der Untersuchung eine eingeschränkte Beweglichkeit im Schultergelenk und kompensatorisch vermehrte Mitbewegung des Schulterblattes. Die Schulter-nackenmuskulatur ist im Seitenvergleich verspannt und reagiert schmerzhaft auf Abtasten. Da die Schulterblattmuskeln zur Hals- und oberen Brustwirbelsäule ziehen, fällt hier auch eine leichte, nur endgradige spürbare Bewegungseinschränkung auf. Manualmedizinisch



Dr. med.
Florian Brückner
Facharzt für
Allgemeinmedizin

**Chirotherapie • Naturheilverfahren
Sportmedizin • osteopathische Medizin**

Bahnstraße 6 · 89278 Nersingen · Neue Telefonnummer: 07308-8073 088 · www.praxis-drbrueckner.de

- Hausärztliche Versorgung
- Spezialgebiete: Diagnostik und ganzheitliche Behandlung von Schmerzen am Bewegungsapparat Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Verdauungsproblemen und unklaren chronischen Beschwerden.
- Prävention und Behandlung von Stress, Erschöpfungszuständen und Burn-out.

lässt sich eine „Blockierung“ in der oberen Halswirbelsäule lösen, was zu ein paar Tagen Beschwerdefreiheit führt.

Die Patientin zeigt das klassische Bild einer sogenannten Funktionskettenstörung, bei der die Ursache vom Schmerz entfernt in der Bewegungskette liegt: Bewegungseinschränkung der Schulter – Muskelverspannung - Blockade der oberen HWS - Kopf- und Nackenschmerzen.

Nach einigen Terminen zur manuellen Schultermobilisation, kombiniert mit Muskel-energie-techniken und Mobilisation der Halswirbelsäule, löst sich die Bewegungsstörung auf und die Patientin wird dauerhaft schmerzfrei.

Solche Funktionskettenstörungen entstehen häufig, meist dauert es einige Monate und der Auslöser ist gar nicht mehr erinnerlich. Handgelenk, Schulter, Hüfte, Knie und Sprunggelenk sind oft Auslöser für Beschwer-

den der Hals- oder Lendenwirbelsäule. Aber auch Innere Organe und Störungen im Säure-Basenhaushalt können zu muskulärer Verspannungen und in der Folge fernab der Entstehung zu Schmerzsyndromen führen.

In der Praxis Dr. Brückner werden solche Beschwerdebilder umfänglich untersucht und je nach Befund in einen ganzheitlichen Konzept aus Naturheilverfahren, manueller Medizin und Osteopathie behandelt.

Imke König, Die Kartenlegerin in Ulm

Anzeigen

Wieder auf der Suche nach einem neuen Studio

ik. Mein Studio fiel leider Umbauarbeiten zum Opfer, so dass ich wieder auf der Suche nach einem mindestens 6 qm großen eige-



nen Raum mit Zugang zu Toilette und Waschbecken bin.

Sollten Sie in der Ulmer Innenstadt oder in Söflingen für einen Raum eine angenehme Untermieterin su-

chen oder von solch einer Möglichkeit Kenntnis haben, würde ich mich über Ihren Anruf sehr freuen (0160-90747677).

Legungen sind trotzdem möglich. Rufen Sie mich einfach an oder schreiben Sie mir auf WhatsApp und wir werden einen Termin finden. Ich freue mich auf Ihren Anruf oder eine Nachricht auf WhatsApp.

Herzlichst Ihre Imke König
www.Koenig-Kartenlegen-in-Ulm.de

Imke König

Kartenlegen nach Mme. Lenormand

Termine nach telefonischer Vereinbarung

0160 - 90 74 76 77
Koenig-Kartenlegen-in-Ulm.de

Dr. Dankwart Rauscher, DU-Pharma GmbH

Anzeigen

Calcium für die Gesundheit Ihrer Knochen

Ist Calcium = Calcium? Nein, denn auf die Details kommt es an!

dr. Ein Calcium Präparat mit dem organischen Wirkstoff CalciumCitrat ist Produkten mit anorganischem Calciumcarbonat (in den allermeisten Calcium Präparaten enthalten) deutlich überlegen. CalciumCitrat ist nämlich im Magen besser löslich und damit für den Körper besser bioverfügbar (besonders auch wenn man zur Reduzierung der Magensäure bei Sodbrennen/Reflux Präparate wie z.B. Pantoprazol oder Omeprazol einnimmt).

„Calcium DU-Pharma 200 mg Filmtabletten“ ist das einzige Arzneimittel, das zu 100% diesen speziellen Wirkstoff CalciumCitrat enthält. Mit 3 Filmtabletten pro Tag können Sie den Calcium Haushalt Ihres Körpers optimal versorgen. Sie sind leicht einzunehmen und - im Gegensatz zu Brausetabletten - frei von Natrium (Kochsalz). Zuviel Natrium

kann sich negativ auf erhöhten Blutdruck auswirken.

Calcium DU-Pharma 200 mg Filmtabletten: Das besondere Calcium Produkt, aus CalciumCitrat

(PZN 1736 3741; rezeptfrei in Ihrer Apotheke).

Menschen die sich vegan oder einseitig (z.B. Fastfood) ernähren, haben oft (unerkant) einen Mangel an Calcium. Das hängt mit dem Verzicht auf Milch, Milch-

produkte und andere calciumhaltige Lebensmittel zusammen, denn der Körper kann diesen Mineralstoff nicht selbst herstellen. Eine ausreichende Versorgung ist aber unerlässlich, u.a. für gesunde Knochen und Zähne.

In der Schwangerschaft und Stillzeit ist es wichtig, auf eine gute Versorgung des Körpers mit dem lebens-

wichtigen Calcium zu achten, und im höheren Lebensalter kann das Risiko einer Osteoporose Erkrankung verringert werden.

Personen mit Hypoparathyreoidismus oder einem Magen-Bypass schätzen dieses gut verträgliche Präparat, das von der Ulmer Firma DU-Pharma relativ neu auf dem Markt ist. Es ist als Arzneimittel zugelassen und unterliegt daher den strengen Überwachungen der Behörden. Es wird komplett in Deutschland hergestellt.

Fragen Sie in Ihrer Apotheke danach (auch bei online Apotheken verfügbar). info@du-pharma.de

Calcium DU-Pharma 200 mg Filmtabletten

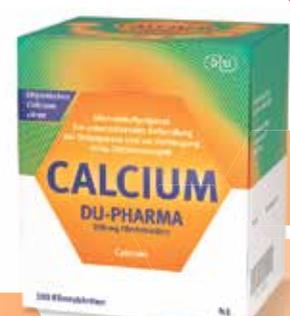
Anwendungsgebiete: Zur Vorbeugung eines Calciummangels bei erhöhtem Bedarf. Zur unterstützenden Behandlung der Osteoporose.



Calcium-Mangel?

Ein besonderer Calcium-Bedarf besteht z.B. bei:

- Wechseljahre
- Osteoporose
- Calciumarme z.B. vegane Ernährung
- Schwangerschaft und Stillzeit
- Sonnenallergie



Frag in deiner Apotheke nach Calcium DU-Pharma, mit dem besonders gut löslichen und bioverfügbaren Calcium-Citrat.

Calcium DU-Pharma 200 mg Filmtabletten

- mit dem besonderen Wirkstoff Calcium-Citrat
- einzigartig bei einem Calcium-Arzneimittel in Deutschland
- als Filmtablette zum Einnehmen
- 100 % in Deutschland hergestellt
- Natriumfrei / kochsalzfrei

Calcium DU-Pharma ist in Apotheken auch ohne Rezept erhältlich (PZN 1736 3741) Calcium DU-Pharma 200 mg Filmtabletten - Anwendungsgebiete: Zur Vorbeugung eines Calciummangels bei erhöhtem Bedarf. Zur unterstützenden Behandlung der Osteoporose. **Warnhinweise:** Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren. Nicht über 30°C lagern. Stand April 2022

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.



DU-Pharma GmbH

se. **Warnhinweise:** Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren. Nicht über 30 °C lagern. **Zu Risiken und Nebenwirkungen le-**

sen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand April 2022



Dr. Ralf Neuner, Institut für Gesundheitsmanagement

Anzeige

Mitarbeiter befragen

Wenn Mitarbeiter ihrem Unternehmen verbunden sind, profitieren beide Seiten davon: das Unternehmen von engagierteren Beschäftigten und diese von einem motivierenderen Arbeitsplatz. Das Institut für Gesundheitsmanagement verhilft kleinen und größeren Betrieben zu mehr Verbundenheit, beispielsweise

durch Mitarbeiterbefragungen.

Befragt werden die Beschäftigten online oder mit Papierfragebogen. Alle Mitarbeiter können sich äußern, auch die stillen, die sonst mit ihrer Meinung hinterm Berg halten. Jeder fühlt sich gefragt und wertgeschätzt.

Die Arbeitgeber erhalten ehrliche Antworten, erfahren unkompliziert ein Meinungsbild der Belegschaft. Damit

lassen sich Veränderungsprozesse im Unternehmen unterstützen.

Zum Einsatz kommen ausschließlich wissenschaftlich geprüfte Fragebögen. Inhaber Dr. Ralf Neuner und sein Team betreuen sämtliche Projektphasen: Sie planen das Vorgehen, legen die Kommunikationsstrategie fest, führen die Befragung durch und analysieren die Ergebnisse. Darüber hinaus



Sie möchten:

- Talente im Unternehmen halten,
- Produktivität steigern und
- Spitzenqualität fördern?

Dann lassen Sie uns sprechen über

- Organisationsentwicklung
- Gefährdungsbeurteilung
- Mitarbeiterbefragungen

Dr. Ralf Neuner

Institut für Gesundheitsmanagement
Wiblinger Steig 4 · 89231 Neu-Ulm
Telefon: 0731 1411 3936
neuner@gesunde-strukturen.de · www.gesunde-strukturen.de



begleitet das Institut seine Kunden dabei, aus den Erkenntnissen Maßnahmen zu entwickeln, umzusetzen und

auszuwerten. So sehen die Mitarbeiter, dass aus ihrer Befragung auch Taten folgen.

Das Business Center Ulm feiert am 27.6.2024 20 Jahre BCU

Anzeige

Das BCU Business Center Ulm feiert diesen Sommer sein 20-jähriges Bestehen. Von Geschäftsführerin Ramona Probst als Einzelunternehmen gegründet, hat sich das BCU kontinuierlich zu einem angesehenen Unternehmen entwickelt - stets mit dem Ziel, seine Kunden mit den verschiedensten Leistungen bestmöglich im Büroalltag zu unterstützen.



Die vielfältigen Dienstleistungen umfassen neben festen, aber auch flexiblen Mietoptionen für Räumlichkeiten auch ausgelagerten Telefon- und Sekretariatsservice sowie virtuelle Geschäftsadressen. Ob Besprechungs-

oder Konferenzraum, Tagesbüro oder festes Büro - wer in Wohlfühlräumen erfolgreich arbeiten und die Vorteile eines professionellen Backoffices nutzen möchte, ist im Business Center Ulm genau richtig. Es bietet die optimalen Rahmenbedingungen, um Geschäfte und Veranstaltungen erfolgreich und dynamisch abzuwickeln. Neben geschäftlichem Erfolg steht im Business Cen-

ter Ulm das Wohlbefinden der Kunden im Mittelpunkt, denn ein angenehmes Arbeitsumfeld trägt maßgeblich zum persönlichen und beruflichen Erfolg bei.

Jubiläumsfeier mit Gründer-Award

Ramona Probst & Team laden alle Geschäftspartner und Freunde des BCU zum gemeinsamen Feiern und Netzwerken ein. Besonderes Highlight des Abends wird der Gründer-Award, moderiert von Michael Reichert, IHK. Die ersten 10 Start-ups, die sich an diesem Abend melden, haben die Möglichkeit, sich zu präsentieren und Serviceleistungen des Business Centers Ulm zu gewinnen. Die Feier findet am 27. Juni 2024 in lockerer



Business Center Ulm
entspannt erfolgreich sein

Wir verhelfen Ihnen zu einem professionellen Firmenauftritt

flexibel • effektiv • transparent

Ihr persönliches BackOffice	Büroräume für Ihren Erfolg
Telefonservice & Terminierung	Domizil- & Geschäftsadresse
Telefonakquise	Energereiche Büroräume
Assistenz & Projektmanagement	Tagesbüro
Veranstaltungsplanung	Konferenzräume
Reiseorganisation	Besprechungsräume

Magirus-Deutz-Str. 12 (Im Stadtregal) • 89077 Ulm • Fon 0731 40 321 00
service@business-center-ulm.de • www.business-center-ulm.de

Atmosphäre im Stadtregal in den Räumlichkeiten des BCU statt.

Sie möchten an der Veranstaltung teilnehmen oder

weitere Informationen über das Business Center Ulm erhalten? Das BCU freut sich auf Ihre direkte Kontaktaufnahme.

Monika Wöhrle, Finanzberatung

Anzeige

Woran erkennt man eine gute Anlageberatung?

mw. Eine gute Anlageberatung zeichnet sich durch mehrere entscheidende Merkmale aus.

Zunächst sollte der Berater eine gründliche Analyse der individuellen finanziellen Situation des Kunden durchführen, um dessen Ziele, Risikobereitschaft und Zeitrahmen zu verstehen.

Eine transparente Kommunikation über potenzielle Risiken und Renditen ist unerlässlich.

Der Berater sollte breit diversifizierte Anlagestrategien vorschlagen, die den Kundenbedürfnissen entsprechen, anstatt auf kurzfristige Trends zu setzen.

Eine kontinuierliche Über-

wachung des Portfolios und regelmäßige Anpassungen an Marktveränderungen sind ebenfalls wichtig.

Darüber hinaus sollte der Berater ethische Standards einhalten und keine Produkte empfehlen, die nicht im besten Interesse des Kunden liegen.

Schließlich sollte die Gebührenstruktur transparent sein und im Einklang mit den erbrachten Dienstleistungen stehen.

Kurz gesagt, eine gute Anlageberatung ist ganz-



WÖHRLE
Finanzberatung

Mehr Ideen für Ihr Geld.

- Finanzierungen
- Vermögensanlage & Vermögensaufbau
- Versicherungen
- Beitragsoptimierung

Monika Wöhrle
Bankfachwirtin | Vorsorge-Spezialistin | Generationenberaterin
Memminger Straße 34, 89264 Weißenhorn
Tel. 07309 8191 106 oder 0152 335 518 12 | Fax 07309 8191 107
info@finanzberatung-woehrle.de | www.finanzberatung-woehrle.de

heitlich, transparent, anpassungsfähig und kundenorientiert.

Dies gilt natürlich auch für alle anderen Themen rund um die Finanzen.

Rentenberater Siegfried Sommer

Anzeige

Pflege von Angehörigen

sis. Wenn Sie Angehörige pflegen, tun Sie Gutes: für den Angehörigen und unter Umständen für Ihre eigene Rente. Falls Sie bestimmte Voraussetzungen erfüllen, zahlt nämlich die Pflegeversicherung für Sie Beiträge in die gesetzliche Rentenversicherung ein. Dies führt dazu, dass Sie künftig eine etwas höhere Rente erhalten. Was sind die Voraussetzungen?

1. Sie pflegen nicht erwerbsmäßig, verdienen also nichts

damit. Vielmehr erbringen Sie die Pflegetätigkeit kostenlos, sprich: ehrenamtlich.

2. Sie pflegen eine Person, beispielsweise einen Angehörigen, mit einem Pflegegrad von 2 oder höher.

3. Sie üben die Pflege mindestens an 10 Stunden pro Woche aus, verteilt auf wenigstens 2 Tage je Woche.

4. Sie arbeiten neben der Pflege nicht mehr als 30 Stunden in der Woche.

Wie wirkt sich nun diese ehrenamtliche Pflege auf

Ihre Rente aus? Das hängt zum einen vom Pflegegrad Ihres Angehörigen ab. Zum anderen spielt es eine Rolle, inwieweit Sie sich bei der Pflegetätigkeit unterstützen lassen durch einen Pflege- oder Betreuungsdienst oder eine Sozialstation. Dabei unterscheidet man in drei Stufen, je nachdem, ob Sie die Unterstützung gar nicht ("Pflegegeld"), teilweise ("Kombinationsleistung") oder vollständig ("Sachleistung") nutzen.

Wenn Sie beispielsweise Ihren Angehörigen das ganze Jahr 2024 über pflegen und er den Pflegegrad 2 hat,

Ich berate und unterstütze Sie bei Renten wegen Erwerbsminderung, privater Berufsunfähigkeit, Schwerbehinderung, Arbeitsunfall und in allen weiteren Rentenfragen.

RENTENBERATER SOMMER
SIEGFRIED SOMMER

Rentenberater und Rechtsbeistand für Sozialversicherungsrecht

rentenberater-sommer.blogspot.de | sommer@sommer-und-kollegen.de
Magirus-Deutz-Straße 12 | Stadtregal | 89077 Ulm-Söflingen
Tel.: 0731 40 32 13 60 | Fax: 0731 40 32 13 61
www.sommer-und-kollegen.de



erhöht sich Ihre Monatsrente um 9,49€ (Pflegegeld), 8,07€ (Kombinationsleistung) oder 6,65€ (Sachleistung).

Falls Sie dieses Modell nutzen wollen und schon die ge-

setzliche Regelaltersgrenze erreicht haben, müssen Sie eine Teilrente von 99,99% beantragen. Warum? Das erkläre ich Ihnen gerne persönlich.

Trends auf dem Immobilienmarkt

sh. In unseren Immobilien spiegelt sich unsere Gesellschaft, unsere Art zu leben, zu arbeiten oder unsere Freizeitgestaltung. Investoren müssen das beachten.

Auch der Klimawandel oder der demografische Wandel hin zu einer älter werdenden Bevölkerung sind Trends, die Anpassungen im Immobilienbereich erfordern. Die

gestiegenen Anforderungen an Energieeffizienz der Gebäude beeinflussen deutlich die Markchancen älterer, unrenovierter Gebäude. Und weil heutige Senioren einen anderen Lebensstil pflegen als die Generationen zuvor, aber seniorengerechte Wohnungen am Markt fehlen, steigt die Bedeutung dieser Immobilien als Anlagechan-

ce für Immobilieninvestoren.

Immobiliensprechstunde am 23.5.2024 ab 18:30

Wenn Sie sich für solche Themen interessieren, kommen Sie zur Immobiliensprechstunde am Donnerstag, 23. Mai, ab 18.30 Uhr. Ich freue mich über Ihre Anmeldung unter 0731 40 988-24.

RE/MAX

Ihr Spezialist für alle Fragen

rund um die Immobilie

RE/MAX ImmoCenter • Stefan Hödl • Kapellengasse 4
89077 Ulm • Telefon: 0731 40 988-24

E-Mail: stefan.hoedl@remax.de • www.remax-ulm.de



Hans-Jörg Dornfeld, d-design GmbH & Co. KG Anzeige

Sonnenschutzfolien

Wenn die Sonne lacht, kann es einem gerade im Sommer zu warm werden, beispielsweise in Dachwohnungen, Wintergärten oder hinter Schaufenstern. Abhilfe bieten hier Sonnenschutzfolien, welche auf die Fensterscheiben geklebt werden. Sie sorgen dafür, dass die wärmenden Sonnenstrahlen nicht mehr so stark durch die Scheibe dringen.

Der Folienspezialist d-design montiert Sonnenschutzfolien, vor allem die 3M™ Sonnenschutzfolien der Prestige Exterior Serie. Diese beruhen auf der Nanotechnologie und verringern die Wärme deutlich, während das Erscheinungsbild der Fenster nahezu unverändert bleibt.

Dank des mehrlagigen Produktaufbaus lassen sie viel

Licht in den Raum.

Aufgrund ihrer einzigartigen Konstruktion reflektieren Prestige Sonnenschutzfolien bei hohem Sonnenstand proportional mehr Sonnenenergie als bei niedrigem Sonnenstand.

Die Folien weisen bis zu 97 Prozent des Infrarotlichts der Sonne und bis zu 60 Prozent der Wärme ab. So sparen sie Energie, weil die Klimaanlage weniger genutzt wird. Sie blocken bis zu 99,9 Prozent der schädlichen UV-Strahlung und verringern

d-design

Ihr Foliendesigner in Ulm/Neu-Ulm!

• Design und Werbung • Lackschutzfolien • Sonnenschutzfilme
• Fahrzeugfolierung • Digitaldruck

d-design GmbH & Co. KG
Lessingstraße 5, Oldtimerfabrik Classic, 89231 Neu-Ulm
Telefon: 0731 71101250 • 0174 9 24 69 55
info@d-design-ulm.de • www.d-design-ulm.de



das Ausbleichen von Inneneinrichtung und Möbeln. Und das Wichtigste: Die Folien verursachen keinerlei Störungen von Mobiltelefon-, GPS- und Funkempfang.

Rechtsanwalt Frank Oliver Lehnert, LL.M. Anzeige

Recht haben und bekommen

fl. Mein Beruf als Rechtsanwalt ist vielseitig. Eine meiner wesentlichen Aufgaben ist es, einen Sachverhalt rechtlich zu prüfen, damit ich die Interessen der Mandanten bestmöglich vertreten



phendschungel zu verhalten haben, damit sie keine Rechtsnachteile erhalten.

Denn eines predige ich regelmäßig: „Recht haben“ und „Recht bekommen“ sind nicht identisch.

Wenn jemand recht hat, bedeutet es noch lange nicht, dass er sein Recht auch wirklich bekommt.

Aus diesem Grund vertrete ich Mandanten nicht nur in Rechtsstreitigkeiten oder Strafverfahren, sondern helfe Ihnen auch präventiv. So kann etwa die Errichtung eines Testaments durchaus eine spätere Erbstreitigkeit oder die Erstellung einer Patientenverfügung und einer Generalvollmacht die Notwendigkeit einer gesetzlichen Betreuung durch einen Berufsbetreuer verhindern. Für Unternehmen kann ich durch die richtige Gestaltung von Verträgen und allgemeinen Geschäftsbedingungen

Rechtsanwalt
Frank Oliver Lehnert, LL.M.

Röfingen – Burgau – Leipheim – Meitingen

Augsburger Straße 52, 89365 Röfingen
Tel.: +49 (0) 8222 / 414 75 00
Fax: +49 (0) 8222 / 414 75 01
Mobil: +49 (0) 151 / 52 42 33 67
Internet: www.ralehnert.de
E-Mail: email@ralehnert.de



Rechtsklarheit und Rechtssicherheit schaffen. Bei der Beratung von Mandanten ist Offenheit wichtig, denn ich kann vieles bewirken, aber nicht alles erreichen, da das bestehende Recht den Rahmen vorgibt.

VIVA-AQUA - Qualität zu erschwinglichen Preisen

Wie die „Wellnesswerkstatt“ Kundenwünsche erfüllt

gh. Die Viva-Aqua GmbH in Ellwangen ist seit über 15 Jahren als „Wellnesswerkstatt“ im Bereich Außenwhirlpools und Swim-Spas bekannt. Von Beginn an wurden alle verkauften Pools nicht - wie in der Branche sonst oft üblich - per Spedition beim Kunden frei Bordsteinkante angeliefert.

Da gibt es vieles vorab zu klären:

Wie soll der Pool in die Gartenbeziehungswiese Terrassengestaltung integriert werden? Frei aufgestellt, teilversenkt oder vollversenkt?

Mit welchem Energieträger soll die Beheizung erfolgen? Mit welchen Betriebskosten

müssen Sie rechnen? Bei erforderlichen Erdarbeiten erhalten Sie kostenlos eine Ausführungszeichnung für Ihren Landschaftsgärtner.

Soll die isolierende Abdeckung begehrbar sein und eventuell elektrisch angetrieben werden?

Wünschen Sie eine schüt-

zende Überdachung über Ihren Pool?

Die Monteure der Viva-Aqua liefern den ausgewählten Pool bei Ihnen an und unterstützen Sie beim Transport zur vorgesehenen Aufstellfläche, wo dieser dann installiert, befüllt und nach einer persönlichen Einweisung an Sie übergeben wird. Sollte bei Dachterrassen oder Balkonen ein Kran notwendig werden regelt das ebenfalls VIVA-AQUA für Sie.

Alle technischen Mitarbeiter besitzen eine Ausbildung in einem Handwerksberuf. Kunden von



VIVA-AQUA steht bei Fragen während des Betriebs die 7 Tage-Hotline zur Verfügung.

Seit 2023 beziehen wir den Großteil unserer Pools aus der EU.



VIVA-AQUA www.viva-aqua.de
DIE WELLNESSWERKSTATT

Gönnen Sie sich Ihre persönliche Wellnessoase ...
... mit einem Gartenwhirlpool von Viva-Aqua aus Ellwangen!

- Besuchen Sie unsere Ausstellung: jeden 1. Sonntag im Monat ist „Schausonntag“ von 10:00 – 16:00 Uhr
- Samstags ist von 9:00 – 14:00 Uhr geöffnet
- oder Sie vereinbaren telefonisch einen individuellen Beratungstermin

Rufen Sie uns an: **07961 / 933 830**
73479 Ellwangen • Ferdinand-Porsche-Straße 3

Moonlight Leuchten

Anzeige

Mondlicht für Ihr Zuhause

Der silberne Glanz des Mondlichts verzaubert - auch Ihren Garten, Ihre Terrasse oder das Innere Ihres Zuhauses, wenn Sie das wünschen. Dafür brauchen Sie nur Moonlight-Leuchten dort aufstellen, wo der Mond für Sie scheinen soll.



Bestellen können Sie die atmosphärisch schimmernden Kugeln oder Halbkugeln in dem Onlineshop <https://moonlight24.eu>. Die mit

mehreren Designpreisen ausgezeichneten Leuchten bestehen aus bruchstabilem PE-Material und sind sowohl kälte- als auch hitzeresistent. Das heißt, sie verkräften Temperaturen von -40° bis +80° Celsius. Sie funktionieren auch im Wasser und tauchen Teiche, Seen oder Pools in ein traumhaftes Licht.

Es gibt sie in einer Vielzahl an Größen, Farben und Befestigungssystemen. Sämtliche Sockelarten sind dabei für den Betrachter nahezu unsichtbar - die Leuchten



Unser Ziel:
Menschen mit atmosphärischer Beleuchtung glücklich machen

Durch Moonlight Leuchten lassen sich akzentuierte Lichtinseln kreieren, die nicht nur jeden Garten in eine stimmungsvolle Oase verwandeln, sondern auch die bauliche Substanz aufwerten.

Lassen Sie sich von Moonlight verzaubern und besuchen Sie den Onlineshop <https://moonlight24.eu>



Moonlight Technology AG
Hauensteinstr. 31, 79713 Bad Säckingen
07762 709-0 | email@moonlight-technology.de
<https://moonlight-technology.de>

erscheinen nahtlos in ihre Umgebung integriert. Und wenn sich das Tageslicht allmählich verabschiedet, kann

ein Dämmerungssensor mit Funkempfänger automatisch dafür sorgen, dass der Mond bei Ihnen aufgeht.

Roman Schick, compexx-finanz

Anzeige

Der Finanzierungsexperte

"Ich wünschte, dass mein lieber Karl mehr Zeit damit verbracht hätte, Kapital anzuhäufen statt nur darüber zu schreiben." Jenny Marx (1814-1881)

Ein solches Bedauern wäre der Ehefrau von Karl Marx - dem Verfasser des Werkes "Das Kapital" - vielleicht erspart geblieben, wenn ihr berühmter Gatte jemanden

wie Roman Schick an der Seite gehabt hätte. Denn dieser ist Finanzberater. Das heißt, er hilft seinen Kunden, Geld günstig aufzunehmen oder gut anzulegen.

Dabei gehört er dem Netzwerk compexx-finanz an. Es beruht auf einer gemeinsamen Überzeugung: Das Thema Finanzen und Versicherungen ist so vielschich-

tig, dass niemals nur ein einzelner Mensch die nötigen Antworten für alle wichtigen Fragen auf diesem Gebiet hat. Deswegen gibt es den compexx-Finanzberater. Als zentraler Ansprechpartner der Kunden lernt er ihre individuellen Bedürfnisse genau kennen. Danach kann er aus einem Expertennetzwerk jene Spezialisten einsetzen, die jeweils die Komponenten für eine Ideallösung liefern.

Auf diese Weise verhilft er seinen Kunden zu optimalen

Ihr Experte für Finanzierungen

- Finanzierung Ihres Immobilienkaufes
- Anschlussfinanzierungen
- Modernisierungsfinanzierung

- Kapitalbeschaffungsfinanzierung
- Kapitalanlagen
- Kleinkredite



Roman Schick
• Baufinanzierungsexperte
• Bankkaufmann
• Finanzassistent

Direktion Blaubeuren
Bahnhofstraße 8
89143 Blaubeuren

Mobil: 01520 328 99 96
Fax: 07344 177 93 49
Roman.Schick@compexx-vertrieb.de
www.compexx-finanz.de

Finanzierungen oder Anlagemöglichkeiten, so dass

sich niemand über fehlendes Kapital beklagen muss.

Tommaso Giordano, Giordano GmbH, www.ulmrohrreinigung.de

Anzeige

Ihr zuverlässiger Partner für Rohrreinigung!

Mit unserem 24/7-Notdienst sind wir jederzeit für Sie da unter der Telefonnummer 0172 53 11 113, um verstopfte Rohre schnell und effektiv zu reinigen. Verlassen Sie sich auf unsere Erfahrung und Kompetenz für eine reibungslose Abflusslösung.

tg. Nach langjähriger Erfahrung als Rohrreiniger hatte ich den Schritt in die Selbstständigkeit gewagt. Die Giordano GmbH steht

für erstklassige Rohrreinigungsdienstleistungen. Mit einem engagierten Team und modernster Technologie bieten wir effiziente Lösun-

gen für vielfältige Herausforderungen. Vertrauen Sie den professionellen und leidenschaftlichen Dienstleistungen der Giordano GmbH.



ROHR-REINIGUNG

Giordano

24/7 0172 5311113

Manfred Lehner - Innovative Produkte

Anzeige

Strom vom Balkon mit Speicher

ml. Mini-Photovoltaikanlagen - oder im Volksmund auch „Strom vom Balkon“ - gehen jetzt in die nächste Runde.

Es gibt die ersten Speicher, die extra für diese Anlagen entwickelt wurden. Beim MINITOWER1 kann dabei die Anlagengröße von 2 auf 4



Module verdoppelt werden und somit der Strom für weite Teile der Nacht gespeichert werden. Den MINITOWER1 gibt es mit 1 oder 2 kWh Speicherkapazität. Der Speicher kann bei Bestandsanlagen nachgerüstet oder die Anlage entsprechend erweitert werden.

LEHNER

Innovative Produkte

Strom vom Balkon Mini-Photovoltaikanlage

Jetzt mit Speicher



Manfred Lehner ▶ Innovative Produkte
89198 Westerstetten · 0 73 48 / 60 64
www.manfred-lehner.de
info@manfred-lehner.de

Unalltägliches

Anlagetipp

hs. Es gibt viele Empfehlungen, wie man sein Geld anlegen kann: Aktien, Immobilien, Gold, Bitcoins, Staatsanleihen... In einem Restaurant der Region hängt ein Schild, ebenfalls mit einem Anlagetipp: "Ich lege mein Geld in Alkohol an. Denn wo bekommt man sonst 30%?"

Marlies Gampper * Zertifizierte Dipl. Edelmetallkauffrau

Anzeige

Vielfältige Aspekte des Edelmetallkaufs

mg. In einer Zeit des Wandels stehen Edelmetalle für Sicherheit! Sie sind ewige, währungsfreie Werte... und wenn es dann noch die Auszeichnung gäbe mit dem Siegel TOP Edelmetallsparservices der SIQT, ist es bestimmt ein Gespräch wert?

Goldbesitz betrachten wir:
1. als einzig echten Infla-

tions- und Krisenschutz
2. als Erhalt der Zahlungsfähigkeit, unabhängig von Währungen
3. als Wertspeicher für Generationen
4. als jederzeitige Liquidität und Sicherheit
5. als Schaffung von Unabhängigkeit und Freiheit
6. als Mittel zur Gewinnung von Privatsphäre und Individualität

7. als beständigen Schutz seit über 5000 Jahren

Was für unsere Mandanten auch noch möglich ist:
• Lösung für unrentable Lebensversicherungen!
• Rückabwicklung für bereits gekündigte und ausgelaufene Verträge!
• Basisrentenversicherungen (Rüruprente)
• Alle klassischen Lebens-

Marlies Gampper




VERMÖGEN SICHERN

INFLATIONSGESCHÜTZT UND STEUERFREI

+49 177 755 55 60
INFO@M-GAMPPER.COM

versicherungen
• Rentenversicherungen
• Fondsgebundene Versi-

cherungen
Ausführlich, gerne in einem persönlichen Gespräch.

Ihre Immobilienexperten für das Illertal, Schwaben und Allgäu

sab. Ihre Immobilie trotz der noch immer hohen Zinsen verkaufen? Ja das geht! Professionelle Vermarktung ist heute wichtiger denn je. Wir setzen auf modernste Techniken wie z.B. Virtual Home Staging, dabei werden Möbel ausgetauscht, eingezeichnet oder entfernt, um eine maximale Attraktivität der Immo-

bilie zu erzielen. Ergänzend mit unseren ansprechenden Anzeigen und hochwertigen Exposé erreichen wir eine größere Anzahl von potenziellen Käufern. Mit einer **durchschnittlichen Vermarktungszeit von nur 6-8 Wochen** zeigen wir, dass wir schnell und effizient zum Erfolg führen.

Über 200+ erfolgreiche Vermarktungen von Neubau- und Bestandsimmobilien zeugen von unserer Kompetenz. In einem kostenfreien & unverbindlichen Erstgespräch bieten wir Ihnen wertvolle Einblicke in unsere Vermarktungsstrategien, anschließend erhalten Sie bei Bedarf eine kosten-



DOMINIC ZELL IMMOBILIEN
IHR SCHLÜSSEL ZUM GLÜCK

07303 / 90 122 90
0175 / 87 89 611
info@immobilien-zell.com
www.immobilien-zell.com

lose Wertermittlung. Sie haben Interesse oder möchten noch mehr erfahren? Kon-

taktieren Sie uns noch heute und lassen Sie uns gemeinsam Ihre Ziele erreichen.

Donau Iller Facility Management GmbH

Anzeige

Jede Immobilie ist einzigartig

ub. Ihre Immobilie verdient die beste Betreuung und Pflege, die sie bekommen kann. Deshalb sollten Sie nicht zögern, sich mit uns in Verbindung zu setzen. Wir sind Ihr professioneller Partner im Bereich Facility Management und Hausverwaltung, der sich durch umfassende Serviceleistungen und eine kundenorientierte Herangehensweise auszeichnet. Unser Ziel ist es,

Ihre Immobilie nicht nur zu verwalten, sondern ihren Wert nachhaltig zu steigern und Ihnen gleichzeitig den Alltag zu erleichtern.

Warum gerade wir? Weil wir verstehen, dass jede Immobilie einzigartig ist und individuelle Lösungen erfordert. Unsere Expertise erstreckt sich von der technischen Instandhaltung über die kaufmännische Verwaltung bis hin zu maßgeschneiderten

Hausmeisterservices. Wir sind nicht nur Dienstleister, sondern Ihr Partner, der proaktiv handelt, Probleme frühzeitig erkennt und löst, bevor sie zu Herausforderungen werden.

Als besonderes Angebot bieten wir im Monat Mai kostenlose Begehungen an. Diese Gelegenheit sollten Sie nutzen, um zu erfahren, wie wir Ihre Hausverwaltung oder Ihren Hausmeisterservice effizienter gestalten können. Es gibt keinen besseren Zeitpunkt als jetzt, um sich von unserer Qualität

– mehr als eine Verwaltung

Wir verwalten, betreiben, bewirtschaften und optimieren Ihre Immobilie

Donau Iller Facility Management GmbH Ulrich Brandner
B. Eng. Facility Management
Kirchberger Str. 9 | 89233 Neu-Ulm | 07307 936 90 10
info@donauiller-fm.de | www.donauiller-fm.de

und unserem Engagement zu überzeugen. Kontaktieren Sie uns noch heute und lassen Sie uns gemeinsam

dafür sorgen, dass Ihre Immobilie das höchstmögliche Niveau an Pflege und Management erhält.

Gayer Stuck am 4. und 5. Mai auf der Landesgewerbeschau in Dischingen

Anzeige

Behaglich wohnen in behaglicher Heimat

Baden-Württemberg hat viele verschiedene Regionen, und jede weist ihre Besonderheiten auf. Deswegen gibt es seit 1978 die Veranstaltungsreihe Heimattage Baden-Württemberg. Hier stellen sich jedes Jahr andere Kommunen oder deren Zusammenschlüsse vor. Wer ist in 2024 dran? Das bei Heidenheim gelegene Härtsfeld, ein Verbund der Stadt Neresheim mit den Gemeinden Nattheim und Dischingen. Einen der Höhepunkte im Jahresprogramm bilden die Baden-Württemberg-Tage 2024 mit der Landesgewerbeschau am Wochenende vom 4. und 5. Mai. Mit dabei ist das Familienunternehmen Gayer Stuck aus Dischingen, das mit Sanierungsarbeiten dazu beiträgt, dass die Menschen in unserer behaglichen Heimat behaglich wohnen können.

Heimattage mit Landesgewerbeschau

hs. Die Heimattage - vom Freitagnachmittag 15 Uhr bis zum Sonntagabend 18 Uhr - bieten unter anderem peppige Konzerte, Kochshows und Kabarettisten auf der SWR-Open-Air-Bühne. Der Eintritt ist frei, nur bei "SWR 1 Pop & Poesie in Concert" am Samstagabend werden Karten benötigt.

Auf dem Gelände Egauhalle präsentiert sich am Samstag und Sonntag, 4. und 5. Mai, jeweils von 11 bis 17 Uhr, die Landesgewerbeschau, ebenfalls bei freiem Eintritt.

Gayer Stuck

Wer durch die Landesgewerbeschau schlendert, wird auch auf den Stand von Gayer Stuck stoßen. Sanierungsexperte Marco Frank Gayer und sein Team haben es sich zur Aufgabe gemacht, für behagliche, also für trockene und gesunde Häuser und Wohnungen zu sorgen.

Getifix-Generallizenz

Darum gehört das Familienunternehmen als Gene-



rallizenznehmer dem bundesweiten Getifix-Netzwerk an. Dessen mehrere hundert Partnerbetriebe bieten professionelle Dienstleistungen und Produkte für Sanierung und Modernisierung an.

So gehören vor allem vier Bereiche zum Leistungsangebot von Gayer Stuck:

Dämmung

Gute Dämmung sorgt für ein Wohlfühlklima und vermeidet Energieverluste. Dabei ist eine Außendämmung nicht immer möglich, weil sie beispielsweise in einer Wohnungseigentümerge-

meinschaft keine Beschlussmehrheit findet oder weil die Fassade denkmalgeschützt ist und nicht verändert werden darf. Doch die Innendämmung bildet eine hervorragende Alternative. Dabei verwendet Gayer-Stuck natürliche Mineralstoffplatten mit einer kapillaraktiven, diffusionsoffenen Materialstruktur. So können sie große Mengen an Wasser aufnehmen und beim Lüften wieder abgeben.

Bauwerksabdichtung

Dringt Feuchtigkeit ins Haus ein, untersucht Gayer Stuck zunächst genau, auf welchem Wege sie das tut. Dann folgt die passende Abdichtung - beispielsweise von außen, von innen oder durch eine Horizontalsperre.

Schimmelpilzbeseitigung

Auch wenn der Schimmel auftritt, analysieren Marco Gayer und sein Team zunächst die Ursache, bevor sie ihn wieder hinausbefördern.

Sanierung von Feuchtigkeitsschäden



Wir sind Ihr Spezialist für Bau- und Sanierungsvorhaben sowie Werterhaltung von Gebäuden. Qualität, Zuverlässigkeit und Kundenzufriedenheit stehen bei uns an erster Stelle.

- Beratung und Analyse
- Sanierung durch Fachbetrieb mit TÜV/Getifix-Kennnisprüfung

- Schimmelpilzsanierung
- Wärmedämmung
- Balkoninstandsetzung
- Bauwerksabdichtung

Gayer Stuck • Dossenberger Str. 7, 89561 Dischingen • Fon 073 27 / 68 54
Fax 073 27 / 68 53 • www.getifix.de/gayer • info@gayer-stuck.de



Balkon- und Terrassensanierung

Mit dem Getifix Bodensystem werden Balkone und Terrassen optisch schön, technisch sicher, lange haltbar und oft innerhalb weniger Tage saniert.

Weitere Informationen erhalten Sie unter **07327 68 54** oder **www.stuckateur-gayer.info** sowie am **Wochenende 4. und 5. Mai 2024 von 11 bis 17 Uhr** auf der **Landesgewerbeschau in Dischingen**.

Erfreuliches

Vermögende Deutsche

hs. Die Aufregung war groß, als Statistiker vor rund 10 Jahren feststellten, dass die Bürger in südeuropäischen Staaten im Durchschnitt mehr Vermögen besaßen als in nordeuropäischer Staaten. Denn zu dieser Zeit war die Eurokrise gerade einigermaßen ausgestanden, und zwar deshalb, weil die nordeuropäischen EU-Mitgliedsstaaten mit viel Geld die hochverschuldeten

südeuropäischen Länder vor dem finanziellen Kollaps bewahrt hatten.

Und nun musste man in Deutschland und seinen nördlichen Nachbarn erst staunt erkennen, dass Staaten zwar ärmer, aber ihre Bürger reicher sein können als man selbst.

Die Ursache dafür war auch bald ausgemacht: In den südlichen Ländern leben viel mehr Menschen

in der eigenen Immobilie und profitierten von deren Wertsteigerung. Gerade in Deutschland ist hingegen der Anteil der Mieter an der Bevölkerung deutlich höher.

Die Empörung über die Vermögensunterschiede dürfte zwischenzeitlich schon längst abgeklungen sein - wenn nicht, dann hätte sie jetzt allen Anlass dazu: Denn es gibt neue Daten, ermittelt vom italienischen Statistikamt und der italienischen Zentralbank Banca d'Italia. Sie vergleichen die Entwicklung der Net-

tohaushaltsvermögen pro Kopf zwischen den Jahren 2005 und 2022 in Deutschland, Italien, Frankreich und Großbritannien. Demnach war Deutschland in 2005 mit Abstand das Schlußlicht.

In 2022 hingegen hatten Deutschland, Frankreich und Großbritannien nach starken Zuwächsen ungefähr dasselbe gute Ergebnis. Nur in Italien nahm das durchschnittliche Vermögen schwach zu und nahm im Vergleich den letzten Platz ein.

In deutschen Haushalten

lag 2022 das Durchschnittsvermögen bei 211.200 € - ein Zuwachs von 123% gegenüber 2005. Die gute Entwicklung erklärt sich damit, dass die Immobilien und die Finanzanlagen - beispielsweise die Wertpapiere - stark an Wert gewonnen haben.

Es gibt verschiedene Methoden, Vermögen und seine Durchschnittswerte zu berechnen. Doch auch andere Statistiken - etwa von der deutschen Bundesbank - bestätigen, dass die Deutschen wohlhabender geworden sind.

Erfreuliches

Reallöhne etwas höher

hs. Wenn Löhne und Gehälter stärker steigen als die Preise, dann hat der Arbeitnehmer - oder natürlich die

Arbeitnehmerin - real mehr Geld in der Tasche. Das heißt, er kann sich tatsächlich mehr leisten, beispiels-

weise mehr einkaufen als bisher.

Ein solches Reallohnplus gab es in Deutschland erstmals seit 2019 wieder im vergangenen Jahr. Denn in 2023 stiegen die Gehälter um 6,0%. Die Verbraucher-

preise nahmen um 5,9% zu. Es blieb also real ein bescheidenes Plus von 0,1%. Zum Jahresende sah das für die Beschäftigten besser aus: Die Verbraucherpreise hatten im Dezember 2023 nicht mehr so stark zuge-

nommen, nämlich nur noch um 3,5% gegenüber dem Dezember 2022. Demgegenüber waren in diesem Monat die Löhne im Durchschnitt um 5,4% höher als im Vorjahreszeitraum. Das Reallohnplus betrug also 1,9%.

Anzeige



Ab sofort in unserem Web-Shop bestellbar



www.bx-naturbaustoffe.shop

Ein Stück zurück zur Natur
Mit unserem breitgefächerten Sortiment
aus Naturprodukten
Zum Bauen und Sanieren

!!! Wir beraten Sie gerne !!!

**Weiß, Naturweiß und Altweiß
ab sofort reduziert bei Caleo in
unserem Shop erhältlich
2,25l, 5l, 10l**

**Offener Lehm-
Ober- und Unterputz
Ab Hof oder Lieferung
auf Anfrage**

Margaretenweg 6 · 89344 Aislingen · Tel. 09075-701541 · info@bx-naturbaustoffe.de

Unalltägliche Alltagsgeschichten

Die Brücke

hs. "Wenn ein Fohlen mehr als zwei Wirbel hat, dann gib es am besten gleich zum Schlachter". Diese wenig feinfühligke Regel kursierte unter Pferdebesitzern und drückte aus, dass zu viele Wirbel im Fell auf besondere Eigenwilligkeit schließen lassen. Nes-EI, das Fohlen einer jungen Physiotherapeutin, hatte sieben Wirbel. Doch ihre Besitzerin wäre auch Anwärtin für einige Wirbel gewesen. Sie behielt das Fohlen.

Es wuchs heran zu einer Stute - ein Viertel Araber, der Rest Haflinger. Man sah ihr an, dass sie leidenschaftlich gerne aß. Wer mit ihr ausritt, musste eine Gerte dabei haben, sonst hätte sie den Ritt auf der nächstbesten Wiese grasend beendet. Ging man in einer Gruppe auf Tour, erweckte sie sofort Mitleid. Sie kam kaum nach und schien am Rande ihrer Kräfte. Doch

wenn sich der Ritt dem Ende näherte und die übrigen Pferde schon müde waren, wurde sie erst richtig munter und unternehmungslustig. Es war eindeutig, sie hatte wieder alle ausgetrickst.

Kam sie in eine neue Herde, war sie meist die Kleinste und nach einer Weile der Chef.

Wer reiten konnte oder dies zumindest glaubte, musste sich auf ihr behaupten. Wer nicht reiten konnte, wurde geschont. Wenn ein Kind auf ihr saß, hätte sie sich eher von Hunderten von Mücken auffressen lassen, als dass sie eine Bewegung machte, die das Kind zum Rutschen gebracht hätte. Deswegen wurde sie jahrelang für die Reittherapie eingesetzt, und diese Aufgabe war ihr offensichtlich sehr wichtig.

Trotzdem hatte sie ihre sieben Wirbel. Und ihre Besitzerin sagte immer wieder:

"Wenn die Nes-EI in falsche Hände gekommen wäre, wäre sie bössartig geworden." Kurzum, wenn die stäm-



mige Stute den Gehorsam verweigerte, wusste man eigentlich nie, ob sie recht hatte oder keine Lust.

So erging es auch ihrer Besitzerin bei einem schönen Ausritt an einem frühen Wintermorgen. Sie kamen an einen Fluss und wollten über die Brücke. Nes-EI stellte einen Fuß leicht auf die Holzplanke der Brücke

und zog ihn zurück. Die Reiterin vermutete Ungehorsam und gab erneut den Befehl. Dasselbe Spiel: Fuß drauf und zurück. Die Reiterin blickte seitlich hinunter zu ihrem Pferd und sah in dessen Miene die Aussage; "Du kannst mich prügeln, aber ich gehe nicht über die Brücke." Also ritt man einen anderen Weg.

Einige Zeit danach erhielt die Besitzerin einen Anruf aus der Schule, an der sie arbeitete: Ob sie kurzfristig ihre Kollegin vertreten könne. Diese - ebenfalls eine Reiterin - war mit ihrem Pferd verunglückt, und zwar beim Überqueren einer Brücke. Deren Holzplanken waren wohl mit einer feinen Eisschicht überzogen. Jedenfalls rutschte das Pferd mitsamt Reiterin in das darunterliegende Flussbett. Beide hatten den Unfall - wenn auch lädiert - überstanden.

Es war dieselbe Brücke gewesen, wo das Pferd mit den sieben Wirbeln den Gehorsam verweigert hatte.

Erfreuliches

Länger leben

Um 6,2 Jahre ist die weltweite Lebenserwartung von 1990 bis 2021 gestiegen. Das berichteten Forschende um Simon Hay vom Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) der University of Washington im Fachblatt "The Lancet".

Dabei wäre der Zuwachs eigentlich noch größer gewesen, wenn nicht die Corona-Pandemie zwischen 2019 und 2021 die globale Lebenserwartung verringert hätte.

Beigetragen zum Anstieg der Lebenserwartung hat vor allem ein Rückgang der Todesfälle durch Darminfektionen, also beispielsweise Durchfall. Diesem Rückgang war ein Anstieg der Lebenserwartung um 1,1 Jahre zu verdanken. Den zweitgrößten Beitrag mit 0,9 Jahren leistete der Rückgang der Todesfälle durch Infektionen der unteren Atemwege.



Uwe Bärtele, Bärtele Ausbau & Fassade

Anzeige

Neuer Glanz für Ihre Fassade

ib. In der kalten Jahreszeit, wenn es morgens spät hell und abends früh dunkel wird, fällt eine in die Jahre gekommene Hausfassade meist nicht allzu negativ auf.

Schließlich halten sich die meisten Menschen bei Regen oder Schnee doch eher im Inneren des Gebäudes auf. Doch spätestens mit den ersten Frühlingssonnen-

strahlen erinnern sich Hauseigentümer dann oft daran, ihre Fassade von einem Fachbetrieb in Augenschein



nehmen zu lassen. Und dann ist neben der Frage eines neuen Anstriches oftmals auch zu klären, ob nicht im Vorfeld weitere Maßnahmen notwendig sind.

Ein Problem von älteren Fassaden ist beispielsweise ihr Verfärben durch Algen und Pilze.

Oft sind es auch kleine Risse in der Hauswand, die nicht nur optisch alles andere als schön aussehen, sondern außerdem noch



BÄRTELE
Ausbau & Fassade

Ihr Stuckateur am Eselsberg

BÄRTELE Ausbau & Fassade
Weinbergweg 45, 89075 Ulm

☎ 0731 55 04 84 85
☎ 0176 42 20 90 21

- ✓ Innenputz
- ✓ Malerarbeiten
- ✓ Sanierungen

- ✓ Trockenbau
- ✓ Außenputz
- ✓ Wärmedämmung



info@baertele-af.de | www.baertele-af.de

erhebliche Folgekosten verursachen können.

Bei kleineren Rissen jedoch könnte ein fachgerechter Anstrich bereits Abhilfe

schaffen.

Gerne beraten wir Sie als Fachunternehmer über einen neuen Anstrich an Ihrem Haus.

Thomas Geyer, RUKU Tore + Türen

Anzeige

Wonnepreismonat Mai

hs. Im Mai blühen die Blumen und fallen die Preise - zumindest bei RUKU Tore + Türen in Illertissen. Denn der Familienbetrieb hat bis zum 31.5.2024 eine Tor- und Türenektion mit stark ermäßigten Preisen.

So findet man hier ein Garagen-Sektionaltor für 1.499 € inklusive MWST (bei Lieferung ab Werk und ohne Montage). Es ist wärmege-

Bodendichtung mit Feuchtigkeitsschutz sowie über einen Handsender. Auch bei vielen Türen winken Nachlässe, und zwar von bis zu 200 €.

Wie kommen Sie am einfachsten zur neuen Haustüre beziehungsweise zu einem neuen Garagentor?

1. Der RUKU-Experte besucht Sie für eine kostenlose Beratung. Da er schon vor Ort ist, nimmt er auch gleich das Aufmaß.

2. Dann erstellt der RUKU-Berater ein unverbindliches Angebot und berücksichtigt dabei die staatliche Förderung.

3. Wenn Sie sich für das Angebot entscheiden, werden die alte Türe oder das alte Garagentor demontiert und durch die neue Türe beziehungsweise das neue Tor ersetzt. Das Ganze dauert nur einen Tag. Und es gibt auch weder Schmutz noch Beschädigungen, welche die Stimmung im Wonne- und Aktionsmonat Mai trüben könnten.



RUKU
TORE + TÜREN

Aktionswochen

Ihr Garagentor + Haustür Update

Sanieren mit der BAFA-Förderung

Wie funktioniert?
www.ruku.info/aktion

AKTIONSBROSCHÜRE





Kipptore | Sektionaltore | Industrie- u. Hofstore | Haustüren

Besuchen Sie unsere große Ausstellung in 89257 Illertissen
Dieterheimer Str. 43, 07303/173-0, info@ruku.info, www.ruku.info

Michael Strobel, Energieberatung Strobel

Anzeige

Routenplaner der Sanierung

hs. Routenplaner sind sehr praktisch: Man gibt sein Ziel ein, sieht in der Anzeige, wie die Fahrt verläuft und wie lange sie dauert, und wird dann dorthin gelenkt, wo man hinwill.

Michael Strobel ist ein solcher



Routenplaner - jedoch nicht für Autos, sondern für Gebäude. Der gelernte Elektriker, staatlich geprüfte Techniker und Gebäudeenergieberater plant, wie ein Haus saniert, umgebaut oder ausgebaut sowie

energiesparend gemacht werden kann. Und er begleitet den Bauherrn - oder natürlich die Bauherrin - Schritt für Schritt bei der Umsetzung. Er beauftragt und koordiniert die Handwerker und stellt die Förderanträge, damit sein Auftraggeber Zuschüsse für energiesparende Maßnahmen erhält.

Nun kann man im Routenplaner jederzeit die Tour ändern oder abbrechen. Genauso haben auch Michael Strobels Kunden das letzte Wort. Sie hätten also

SANIEREN OHNE SORGEN

HEUTE INVESTIEREN, UM MORGEN ZU SPAREN!

WIR BERATEN SIE GERNE!



STROBEL
Energieberatung

Beratung | Planung | Baubegleitung

Sandgrubenweg 1 | 88453 Erolzheim
info@strobel-energieberatung.de | 07354/9333 210 | 0172/2545710

die Möglichkeit, das Vorhaben zu verändern oder zu stoppen. Nur, sie tun es nie.

Denn als Ziel wartet auf sie ein gut saniertes und energiesparendes Eigenheim.



Mike Hechinger-Krasselt, Scheible bad&heizung

Anzeige

Gute Badplanung für Jung & Alt

Jeder Mensch möchte so lang wie möglich in den eigenen vier Wänden leben und die täglichen Abläufe auch im Alter sicher bewältigen können. Eine gute Planung eines

Badezimmers berücksichtigt dabei die Bedürfnisse von Menschen jeden Alters. Wir achten besonders auf folgenden Faktoren.

Eine Duschtrennwand muss nicht aus einer festen Glasscheibe bestehen. Hier sorgen Drehfalttüren (siehe

Fotos) für absoluten Spritzschutz, maximalen Eintritt in die Dusche und viel Platz beim Duschen. Sie schaffen zusätzlich Raum im Bad bei Nichtbenutzung der Dusche. Rutschfeste

Böden und Haltegriffe sorgen bei älteren Menschen für mehr Sicherheit und bessere Standfestigkeit.

Eine bodengleiche Dusche erleichtert den Zugang und minimiert Stolperfallen. Höhenverstellbare oder individuell auf den Nutzer eingestellte Waschbecken und Toiletten ermöglichen eine bequeme Nutzung für alle. Helle Beleuchtung und große Spiegel verbessern die Sichtbarkeit und Sicherheit im Raum.

Eine gut durchdachte Planung berücksichtigt auch zukünftige Bedürfnisse und ermöglicht eine einfache Anpassung des Badezimmers im Laufe der Zeit.



bad&heizung[®]
GARANTIERTE LEBENSQUALITÄT

Zeit zum Wohlfühlen!

Wir sind Ihr Spezialist für Wohlfühlbäder, gesundes Klima und Energieeinsparung! Zusätzlich garantieren wir Ihnen durch unsere 9-Sterne-Garantie eine professionelle Ausführung aus einer Hand.

Wir beraten Sie gerne!

Scheible

Bahnhofstraße 23 • 73312 Geislingen/Stg.
Tel. 07 331-2060 • www.scheible-badundheizung.de



So kann zum Beispiel die Wand-WC-Anlage so vorbereitet werden, dass der spätere Einbau eines Dusch-WCs einfach und ohne Änderungsarbeiten im Bad möglich wird.

Eine gute Badplanung bietet allen Altersgruppen mehr

Comfort, Bewegungsfreiheit und Freude im eigenen Badezimmer.

Wir erstellen seit über 20 Jahren Komplettbäder und planen alle Bäder in 3-D individuell für unsere Kunden. Bei Interesse freuen wir uns auf Ihren Anruf.



Holzfenster streichen

hs. Natürliches Material sieht schön aus und will entsprechend beachtet werden, sprich: es braucht in der Regel viel Pflege.

Das zeigt sich auch an den Fenstern, erklärt Thomas Peters, der Ulmer Niederlassungsleiter von Heinrich Schmid, dem deutschen Marktführer für Malerarbeiten, Ausbau und Gebäudesanierung:

Sind die Fenster aus Holz, sollte man sie alle paar Jahre streichen. Das gilt vor allem für die Wetterschenkel, die unten an den Fensterflügeln angebracht werden, damit sich dort das Wasser nicht sammelt.

Wenn beim Holzfenster

die Farbe abplatzt, kann es innen feucht werden. Dies führt eventuell dazu, dass sich Schimmel ausbreitet, zunächst im Holz und dann womöglich in der Wohnung.

Der Frühling eignet sich sehr gut für einen Fensteranstrich: Die Farbe kann optimal durchtrocknen. Und es ist nicht mehr so kalt, als dass sich das Holz besonders zusammenziehen müsste. Andererseits dehnt es sich noch nicht so stark aus wie im heißen Sommer.

Erfreuliches Saubere Luft

hs. Die Luft in Deutschland wird sauberer und sauberer.

Nach den Daten des Umweltbundesamtes hat sich ihre Qualität auch in 2023 wieder verbessert. Das zeigt sich besonders am Feinstaub, der ja lange für ausgiebige

Diskussionen sorgte und an verschiedenen Stationen gemessen wird. Dabei wurden 2023 die Grenzwerte für Feinstaub das sechste Jahr in Folge überall eingehalten.

Qualität ist unsere Leidenschaft

- Maler-/Lackierarbeiten
- Putz- & Trockenbau
- Fassadengestaltung
- Schimmelsanierung
- Brandschutz
- Bodenlegearbeiten

Gerne beraten wir Sie persönlich:
Telefon 0731 14 02 10

Heinrich Schmid

Im Lehrer Feld 8/1, 89081 Ulm
Ulm@heinrich-schmid.de
www.heinrich-schmid.de

Heinrich Schmid GmbH & Co. KG

Kreativ sanieren

hs. Was kostete es im vierten Quartal 2023, in deutschen Großstädten einen Neubau herzustellen? 4.318 € pro Quadratmeter Wohnfläche. Darin sind die Kosten für das Grundstück noch nicht ent-

stiegen die Herstellungskosten um 43% und die Grundstückskosten um 13%.

Diese Zahlen veröffentlichte am 11. April 2024 die Arbeitsgemeinschaft für zeitgemäßes Bauen (Arge).



halten. Sie betragen, wieder umgelegt auf einen Quadratmeter Wohnfläche, durchschnittlich 823 €. Gegenüber dem ersten Quartal 2020

Günstige Sanierung

In mittleren und kleinen Städten sowie auf dem Land fallen die Herstellungskosten wohl etwas niedriger aus. Doch hier ist die Sanierung bestehender Gebäude ebenfalls meist die günstigere Alternative, erklärt Jan Zubel. So kann man die vorhandene Bausubstanz nutzen und dadurch Materialkosten sparen. Außerdem

Wir gestalten Ihren Garten, auch altersgerecht

- Gartengestaltung
- Wegebau
- Grünpflege
- Terrassenbau
- Rasenanbau
- Big-Bag-Service
- Baumpflege
- Humuslieferung
- Baumschnitt
- Bodenverbesserung
- Spezialfällungen
- Sonderbaustellen

GARTENGESTALTUNG

Jan Zubel Gartengestaltung
Franz-Laub-Weg 15
88471 Laupheim
01520 90 79 250
janzubel.gartenbau@web.de

verhindert häufig der Bestandsschutz, dass kosten-treibende Bauvorschriften umgesetzt werden müssen.

Der Landschaftsgärtner Jan Zubel übernimmt seit einiger Zeit auch Altbau-sanierungen und Renovierungen. Dabei ist er für seine Auftraggeber Ansprechpartner in allen Angelegenheiten

rund um das Bauvorhaben.

Vieles selbst machen

Die meisten Arbeiten erledigen er und sein Team selbst. Dadurch vermeiden sie Wartezeiten und Abstimmungsaufwand. Wo sie Spezialisten - etwa die Elektriker - heranziehen müssen, leisten sie möglichst viele

Vorarbeiten. Häufig kann sich dann der Experte darauf beschränken, die schon erbrachten Leistungen zu prüfen und abzunehmen.

Was Jan Zubel an der Altbau-sanierung besonders gefällt, ist, dass - ähnlich wie bei der Gartengestaltung - oft kreative Lösungen nötig sind.

Mit unserer Klimadecke heizen und Wärme speichern – Beton als thermischer Speicher

Es gibt Sicherheit. Planungs- und auch Beratungssicherheit. Selbst wenn viele Medien und Politiker aller Richtungen uns etwas anderes glauben machen wollen. Energieberater, einige Architekten, aber auch wir von KLIMA-TOP in Memmingen kennen uns aus. Wir wissen rund um alle möglichen und nachhaltigen Heiz- und Kühlarten von der Decke aus Bescheid und informieren Sie gerne auch zu Hause. Denn es gibt sie, die Klimadecke.

hr. Seit vielen Wochen und Monaten herrscht eine gewisse Unsicherheit in Deutschland. Muss ich meine Heizung nun umbauen, gar eine neue kaufen? Was muss ich beachten und gibt es weiterhin

gem Stand der Information kommen damit eigentlich immer nur die Wärmepumpen in Frage, oder?

Guter Rat ist NICHT teuer und auch vor Ort verfügbar

Fragen der Gesundheit beantworten uns die Ärzte und Apotheker. Warum fragen Sie dann nicht uns, wenn es um alle Fragen rund um Ihre Heizung / Kühlung geht? Denn HEIZEN wird aktuell im-

mer teurer und die Kosten weniger planbar. Wir kennen uns gut aus und kommen auch zu Ihnen nach Hause. **Ohne Kosten und Verpflichtungen für Sie!** Unser Besuch bringt Ihnen Klarheit, mit unseren Partnern im Netzwerk www.raum-k.world haben wir auch die solaren Partner an der Hand und können damit ganzheitlich Lösungen und Möglichkeiten anbieten.

Unser Besuch – Ihr Vorteil und Ersparnis

Senden Sie uns eine Mail an service@klimatop.info oder rufen Sie uns unter 08331 – 92 767 0 an,

Jetzt autark werden und dabei sparen!
-> WWW.KLIMATOP.INFO

KLIMATOP[®]

DIE KLIMADECKE

TOP KLIMA kommt von oben – Wohlfühlklima ohne Heizkörper. Ideal auch im Bestandsgebäude!

- > Bis zu 50 % geringere Energiekosten
- > Raum- und Effizienzgewinn auch mit ihrem Heizkessel
- > Einfache Trockenbaumontage auch in Eigenleistung möglich
- > „Unsichtbar“ mit vielen Vorteilen zur Fußbodenheizung
- > Gesunde Atemluft – ideal für Allergiker
- > Wärmepumpenbetrieb: Heizen und Kühlen mit einem System
- > Nachträgliche Bauteilaktivierung mit unserem Buffer

📞 Raum-K

✉ service@klimatop.info

🌐 www.klimatop.info

powered by

Fördermöglichkeiten? Alles berechnete und wichtige Fragen. **Denn, es geht um IHR Geld!** Viele Haus- und Wohnungsbesitzer haben erst vor wenigen Jahren saniert und suchen nun Rat. Nach derzeitiger



dann kommt kein Arzt oder Apotheker, sondern einer unserer kompetenten technischen Berater. Unverbindlich und ohne Kosten. Und, es entstehen erstmal KEINE

Kosten. www.raum-k.world service@klimatop.info **Energieberatersuche - GIH Bundesverband**

Treppenzentrum Schmid Treppen schmücken

hs. Der Mensch hat die seltene Gabe, aus notwendigen Aufgaben schöne Erlebnisse zu machen. Bestes Beispiel dafür ist die Ausstellung im Treppenzentrum Schmid. Denn Treppen haben eigentlich nur den profanen Zweck, dass man ohne mühsame Kletteraktionen von einem Stockwerk ins andere kommt. Was jedoch beim Treppenzentrum Schmid zu sehen ist, sind kunstvoll gestaltete Schmuckstücke, welche ein Haus zieren und seinen eigentlichen Mittelpunkt bilden.



rum Schmid: „Daher sollte man ihr bereits bei der Planung des Hauses besondere Aufmerksamkeit zuteilwerden lassen. Schließlich soll sie Bestand haben und die Stufen müssen einen bis ins hohe Alter tragen.“

Über 40 Treppen stellt der Familienbetrieb im westlich von Augsburg gelegenen Neusäß-Vogelsang aus. Dort kann man sie nicht nur ansehen, sondern auch anfassen und begreifen. Dabei empfiehlt es sich, vorher einen Termin zu vereinbaren, damit die Berater auch sicher Zeit für einen haben.

Präsentiert werden im Treppenzentrum Schmid unter anderem

- aufgesattelte Treppen,
- Faltwerktreppen,
- Holzwagentreppen,
- Klein- und Raumparttreppen,
- Spindeltreppen,
- Stahltreppen,
- Trittstufen und Geländer
- sowie wangenfreie Treppen.

Vom Aufmaß bis zur Montage

Jede Treppe ist ein Unikat. Sie wird speziell für den Kunden - oder natürlich die Kundin - geplant und gefertigt. Für einen termingerechten Einbau sorgen drei eigene Montageteams.

Somit bietet das in fünfter Generation geführte Familienunternehmen alle Leistungen aus einer Hand. Darauf hat es schon immer Wert gelegt, seitdem es sich Mitte der 1970er-Jahre auf den Treppenbau spezialisierte.

Beliebte Eiche

Was ist derzeit besonders gefragt? „Starke Farbkontraste“, erklärt Lorenz

TREPPEN AUS MEISTERHAND

SEIT 1975




f @ treppenzentrum



ERLEBEN SIE UNSERE AUSSTELLUNG
Digital unter treppenzentrum.de
Live in Neusäß-Vogelsang

Treppenzentrum Schmid GmbH | Gessertshausener Str. 4 (direkt an der B300)
86356 Neusäß-Vogelsang | Telefon 0821 / 480 59-0 | mail@treppenzentrum.de

Über 40 Treppen

„Treppe ist nicht gleich Treppe“, betont Lorenz Schmid vom Treppenzent-

Schmid. „Viele Kunden oder Kundinnen entscheiden sich außerdem für Eichenholz. Es lässt sich gut ölen und hat eine besonders schön-

ne Maserung.“ So kann die Treppe nicht nur die einzelnen Stockwerke verbinden, sondern das gesamte Haus schmücken.

Oliver Schweizer, Geschäftsführer Fliesen Schweizer GmbH Mit Plan B zum neuen Bad

at. Familie Naser aus Gammels- hausen hat einen Faible für alte Häuser. Das Bauern- haus von 1860, in dem sie seit 1993 lebt, haben Anita und Klaus Naser nach ihrem Geschmack selbst umge- baut und saniert. Mit dem Kachelofen im Wohnzimmer und der Kochmaschine in der Küche erfüllten sie sich Wohnträume. „Für uns ist das einfach ein Stück Lebensqualität“, erklärt Klaus Naser.

Firmen zusammen und sind so auf Fliesen Schweizer in Bad Ditzgenbach gestoßen“, berichtet er.



Schweizers Konzept, Zeit- plan und Angebot sagten den Nasers zu. Der Fach- mann für Fliesen und Bäder

übernahm auch die Projekt- leitung, sodass sich Nasers auf die Arbeiten konzentri- ren konnten, die sie erledigen wollten. Und das war mehr als genug. Mit den Abbrucharbeiten und dem Trockenbau hatte sie alle Hände voll zu tun. „Da bin ich richtig ins Röheln gekom- men“, berichtet Klaus Naser und seine Frau nickt bestä- tigt.

Plan B für den Bodenaufbau

Bei der Sanierung eines alten Hauses muss man mit Überraschungen rechnen, wie sich zeigte. Beim Rück- bau stellte sich heraus, dass der mit Holzbalken beplankte Boden nicht tragfähig war.

„Für uns war das eine Auf- gabe ganz nach unserem Geschmack. Wir mussten eine Lösung finden, die vom Plan abweicht“, erzählt Ge- schäftsführer Oliver Schweizer freudestrahlend. Das Ziel auf einem anderen Weg zu erreichen, gehört zu seinen Spezialitäten. „Wenn Plan A nicht klappt, dann entwick- len wir einen Plan B oder C. Hauptsache das Projekt ist am Ende so, wie es von Anfang an vorgesehen war“, lässt Schweizer wissen. Für den Bodenaufbau fand er eine Lösung mit Wechsel- balken, wasserfesten und besonders tragfähigen Holz- faserplatten sowie einem speziellen Estrich. „Damit ist der Lastabtrag gewährleis- tet“, so der Fachmann.



Wie im Zeitplan vorgesehen, konnte Familie Naser ihr neues Badezimmer Anfang Dezember einweihen. „Wir haben uns die ganze Zeit gut aufgehoben gefühlt“, bekräftigt Naser. Dass Fliesen Schweizer ihm noch den Tipp gab, einen KfW-Zu- schuss für die barrierefreie Dusche zu beantragen, war das Tüpfelchen auf dem i.

2023 stand das nächste Pro- jekt an. Das Badezimmer im ersten Stock war in die Jahre gekommen: Die Fliesen und Sanitärmöbel entsprachen nicht mehr dem Geschmack der Eheleute, die Leitungen waren alt und die Toilette befand sich in einem winzig kleinen Raum neben dem Bad. Ein komplett neues Badkonzept sollte her mit hellen Fliesen, bodenebener Dusche und ganz wichtig – mit einer Badewanne. Au- ßerdem sollte die Wand zwi- schen Bad und Toilette raus, um mehr Platz zu gewinnen.

Zusammenarbeit mit regionalen Firmen

Auch wenn Klaus Naser handwerklich begabt und im nächsten Berufsleben Hand- werker werden will, wie er selber sagt, war klar, dass sie die Badsanierung in profes- sionelle Hände geben. „Wir arbeiten gern mit regionalen

Ihr Traumbad.

Modern. Altersgerecht. Barrierefrei.






Der Meister weiß wie es geht – und Sie genießen einfach das tolle Ergebnis!

Jetzt anrufen und Beratungstermin vereinbaren: **07335 5851**



ART CERAM
Gestaltung & Design

www.fliesen-schweizer.de

Entspannt schwitzen

hs. Sie sind Millionär, sogar Multimillionär - zumindest was Ihre Schweißdrüsen anbelangt. Denn davon haben Sie etwa zwei bis drei Millionen. Und diese wollen beschäftigt sein. Gemeinsam mit rund 300.000 Talgdrüsen brennen sie darauf, Giftstoffe, Salze und Fette aus dem Körper hinauszubefördern.

Doch dafür müssen Sie ins Schwitzen kommen. Schon deswegen empfiehlt es sich in der Regel, Sport zu treiben. Es gibt aber auch eine Möglichkeit, die wenig Zeit beansprucht, bei Knie-

schmerzen oder ähnlichem praktiziert werden kann und den inneren Schweinehund völlig kalt lässt: die Hydrosoft-Wärmekabine. Sie setzen sich einfach hinein, und der Schweiß kann seine guten Dienste verrichten.

Denn in der Kabine werden Sie nicht nur von Infrarotstrahlen erwärmt, die wie Sonnenstrahlen in Ihre Haut eindringen und zu einer milden Temperatur von 30 bis 40 Grad Celsius führen. Vielmehr umhüllt sie Wasserdampf, der eine hohe relative Luftfeuchtigkeit von 60

bis 90% erzeugt. So entsteht ein Tropenklima, das nicht anstrengend und trotzdem sehr schweißtreibend ist.

Dabei können Sie sich mit verschiedensten Anliegen in die Hydrosoft-Kabine setzen, zum Beispiel:

- Stress abbauen, Energie tanken und Herzkreislauf stärken,
 - die Haut reinigen und verjüngen sowie Cellulite vorbeugen,
 - Verspannungen lindern,
 - die Produktion des körpereigenen Dermcidins als Haut- und Sonnenschutz aktivieren,
 - den Beckenboden bedampfen.
- Kurzum, Sie können ent-



Hydrosoft®
Private SPA

- + Trockene Luft macht uns krank und ist anfälliger für Viren und Bakterien
- + Hydrosoft ist die optimale Gesundheitsvorsorge dank gestärkter Organe und Immunabwehrkräfte
- + Geringer Platzbedarf, Steckdose genügt
- + Verschiedene Größen, Ausführungen & flexible Einbauvarianten (ab 0,86 m²)
- + Das Regenwaldklima als Vorbild
- + Gesundes Leben ist Kopfsache, so liegt es an unserem Denken und Tun...

Besuchen Sie unsere Ausstellung und erleben Sie die perfekte Harmonie von sanfter Infrarotwärme und belebendem Wasserdampf!

SCHLAFSTADL
by Schreiner Rothenbacher

Mönchgasse 21 • 89601 Schellklingen-Justingen
Telefon: 07384 952316 • www.schlafstadl.com
Öffnungszeiten: nur nach Voranmeldung

spannt die Selbstheilungskräfte fördern, indem Sie Ihre Millionen für sich arbeiten lassen.

Terrassenüberdachungen

hs. "Jeder kann irgendetwas gut. Ich kann zum Beispiel gut auf der Terrasse liegen." Wenn Sie dieses Talent in sich erwecken oder fördern wollen, hilft Ihnen eine Terrassenüberdachung. Unter ihr können Sie - liegend oder sitzend - bequem entspannen, auch wenn der Regen fällt, der Wind pfeift oder die Sonne vom Himmel sticht.

Doch es gibt viele Varianten an Terrassenüberdachungen. Martin Kirsamer empfiehlt, sich in einem Vorort-Termin beraten zu lassen. Gerne kommt er kostenfrei bei Ihnen vorbei, um ein genaues Angebot zu erstellen und Ihnen die verschiedenen Möglichkeiten zu erläutern. Dazu gehören:

• Pultdach. Hier hat die Überdachung ihren First, also die obere Kante, an einer Seite.

• Satteldach: Der First verläuft in der Mitte.

• Flachdach: Es gibt keinen First, denn das Dach liegt so gut wie waagrecht.

Außerdem können Sie die Überdachung zusätzlich ausstatten lassen, etwa mit einer Markise unter- oder oberhalb des Daches oder mit Markisen, die sich an




KIRSAMER
Terrassen - Überdachung - Verglasung

ÜBERDACHUNGEN

TERRASSENVERGLASUNGEN

MARKISEN u. v. m.

Holunderweg 61 • 89275 Elchingen
E-Mail: info@kirsamer.com
www.kirsamer.com

Telefon: 07308 / 92 93 00
Telefax: 07308 / 92 93 01
Mobil: 0160 / 72 07 888

den Seiten senkrecht ausfahren lassen. So haben Sie etliche Möglichkeiten, Ihre Kompetenz, auf der Terrasse zu liegen, weiter auszubauen.

Mit Sicherheit Strom

hs. Fossile Energien befinden sich auf dem Rückzug und Strom wird immer gefragter. Deshalb ist es nicht nur lohnend, sondern auch sehr beruhigend, sein Eigenheim, Ferienhaus oder Firmengebäude mit einer Photovoltaik-Anlage auszustatten.

Den dort erzeugten Strom

kann man weitgehend selbst verbrauchen und nur den nicht benötigten Rest gegen eine Vergütung ins öffentliche Netz einspeisen. Das macht unabhängiger von steigenden Energiepreisen.

Doch was braucht eine PV-Anlage, um Strom zu produzieren? Strom. Mit anderen Worten, bei einem Netzaus-

fall kann sie nicht arbeiten. Deswegen bietet Express PV vollautomatische Notstromlösungen. Sie springen ein, wenn die öffentliche Versorgung den Dienst verweigert.

Das kommt im Jahr durchschnittlich nur etwa 15 Minuten lang vor. Doch was hilft dieser statische Wert, wenn man stunden- oder gar tagelang vom Netzausfall betroffen ist? Deswegen gibt eine PV-Anlage mit Notstromlösung dem Besitzer noch mehr Sicherheit.



Sie erhalten in der Regel noch am selben Tag unseres Vor-Ort-Termins direkt Ihr Angebot!

Express PV
Dienst Photovoltaik
Sven Dienst
Tel. 07972 / 22 688 - 76
Fax 07972 / 32 70 - 112
info@express-pv.de
www.express-pv.de

Express PV
- Dienst Photovoltaik -
Beratung und Vertrieb von Solarstrom
Komplettlösungen

Lebensart

Man kann aus der Art und Weise, zu leben, eine Kunst machen, die Lebenskunst. Eine Möglichkeit hierfür besteht darin, dass man sich selbst etwas wert ist und dies auch zum Ausdruck bringt, beispielsweise durch seine Räume.

Wies Malerfachbetrieb hilft einem dabei. Denn er bietet Wohnraumgestaltung, in deren Mittelpunkt ein Begriff steht: Wertigkeit. So schaffen Inhaber Martin Wies und sein Team für ihre Kunden eine Umgebung, die so individuell, charaktervoll und unverwechselbar ist, wie diese es als Menschen sind.

Exklusive Oberflächen

Viel bewirken lässt sich allein mit den Oberflächen von Wänden, Decken oder Böden. Hier bietet der Wies Malerfachbetrieb beispielsweise

- fugenlose Oberflächen,
- täuschend echte Nachbildungen von Sichtbeton oder rostendem Metall,
- Steinwände,
- Marmorputz,
- Stuckarbeiten,
- Kalkputz,
- venezianische Spachteltechnik,
- Oberflächenkreationen großer und bekannter Designer,
- italienische Designtapeten,
- Lasurtechnik,

- glaubwürdigste Kunststeinmauern,
- Bodenspachtelungen,
- natürliche Oberflächen aus Holz, Textil oder Leder,
- Imitationsmalerei
- oder eine unsichtbar integrierte Infrarot-Flächenheizung.

Fugenlose Bäder, Böden und Wände

In unzähligen Struktur- und Farbvarianten gibt es den fugenlosen Belag. Er lässt sich auf jeder gewünschten Fläche verlegen, selbst auf alten Fliesen.

Er eignet sich auch für direkte Nasszonen oder im Außenbereich. Dabei ist er rutschfest, wasser- und schmutzabweisend, stabil, strapazierfähig sowie besonders pflegeleicht. Denn es gibt ja keine Fugen mehr, die



0731 41226
maler-wies.de
Bürgerweg
Hausstraße 30
Lien

Ihre Lieblingsfarbe ist rot?

Wir können das. Natürlich. Mit malnatura von maler-wies.de
Jetzt können Sie alle anderen Maler streichen.

Die Vorführserie rund ums Malen: Tapetieren, Lackieren.

Wies maler fachbetrieb
Wies maler fachbetrieb
Wies maler fachbetrieb
Wies maler fachbetrieb
Wies maler fachbetrieb

Wies malnatura

verschmutzen könnten. Deswegen ist der Name sehr treffend, den der Wies Malerfachbetrieb seinen Bereich der Wohnraumgestaltung gibt: Lebensart.