

Regional aktuell

Das Magazin für Nürnberg Nord und das Knoblauchsland



**Friseurweltmeisterin
Sonja Fischer präsentiert
die neuesten Frisurentrends**

Mehr auf Seite 8

Liebe Leserinnen und Leser,

manchmal stehen wir vor der druckfertigen Fassung und staunen nur, was wir alles für Sie zusammengetragen haben. Das erfüllt uns mit einem Lächeln, einem enthusiastischen Gefühl und auch mit großer Dankbarkeit für das Vertrauen, das in uns gesetzt wird.

Genießen Sie insgesamt 48 Seiten in diesem Heft und vor allem die Sonderbeilage Freizeit!

Ihr Wolfgang Hopfner und sein unglaubliches Team!





**BAYERISCHER
SPORTSTÄTTEN SERVICE**

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir

Servicetechniker/in für Sportgeräte (m/w/d) in Vollzeit

Das bringst Du mit:

- Gutes Verständnis für technische Zusammenhänge
- Handwerkliche Ausbildung o. Affinität zum Handwerk
- Führerschein Klasse B mit Reisebereitschaft

Wir bieten:

- Eine langfristige Berufsperspektive
- Ein kompetentes und motiviertes Team
- Abwechslungsreiche Tätigkeit mit Weiterbildungsmöglichkeiten

Bewirb dich → **Bayerische Sportstätten-Service GmbH**
 Bühlstraße 34 a, 91207 Lauf-Schönberg
 bewerbung@sportstaettenservice.de | 0911 50 55 56

Stellenmarkt im Regional aktuell

Wir haben die Vorteile!

Was bringt ein regionaler Stellenmarkt, wo es doch überregionale Online-Plattformen für Stellengesuche ohne Ende gibt? Oft haben dabei kleine bis mittlere Firmen das Nachsehen, da sie im Wettbewerb mit den großen Firmen stehen.

Nicht unbedingt alle Arbeitnehmer*innen sind bereit für einen Umzug. Oft sind familiäre Situationen oder eigene Immobilien Kriterien für eine Nähe zur Firma. Ein weiterer positiver Aspekt ist der mögliche erhöhte Freizeitwert durch kurze An- und Abfahrtswege.

Letztendlich geht es auch um das liebe Geld. Profitieren Sie als lokales Unternehmen oder Stellensuchende von geringeren Anzeigenpreisen. So können auch Unternehmen mit kleinem Budget ihre „Traummitarbeiter*innen“ finden.

**Herzlich willkommen
im Stellenmarkt des
Regional aktuell!**

Wir suchen:  **Schmidbauer**

KRANFAHRER (m/w/d)
LKW-FAHRER (m/w/d)

p.kratz@schmidbauer-gruppe.de
 www.schmidbauer-gruppe.de
 T +49 911 998529-42

Einfach bessere Jobs finden.

Für attraktive Unternehmen in Deiner Region suchen wir neue Mitarbeiter (m/w/d) mit folgenden Qualifikationen und bieten tolle Konditionen:

- **Fachkraft für Lebensmitteltechnik**
- **Facharbeiter Metall**
- **Lagerhelfer**
- **Produktionshelfer**

Bewirb Dich jetzt!

📍 **I. K. Hofmann GmbH – Niederlassung Fürth**
 Würzburger Straße 197, 90766 Fürth

☎ 0911 2356250

✉ fuerth@hofmann.info

🌐 hofmann.info



Personal
HOFMANN®



Startschuss für den Tag der offenen Tür...

... am 7. Mai 2023 im Knoblauchsland



Der Bayerische Ministerpräsident Dr. Markus Söder, begleitet von Landwirtschaftsministerin Michaela Kaniber und Nürnbergs Oberbürgermeister Marcus König, starteten vorab zum geplanten „Tag der offenen Tür“ im Knoblauchsland einen Besuch bei Peter Höfler und Familie ab. Sie informierten sich über die Gemüseproduktion bei Höfler Gemüse GbR im Spargelfeldweg 1 in Nürnberg.

Text: K. Tonesz; Fotos: W. Hopfner



Hans Höfler Gemüsebau



Unsere Öffnungszeiten:
Mo - Sa 11⁰⁰-19⁰⁰ So u. Feiertage 10⁰⁰-12⁰⁰

Spargel direkt vom Erzeuger, weil er da am besten schmeckt !! (auch geschält)

Baststraße 14 | 90427 Nürnberg | Tel.: 0911/381294



Folgen Sie uns auf Instagram

Anmeldung zum Elterntaining STARK



Foto: AdobeStock

Für das nächste Elterntaining STARK der Erziehungs- und Familienberatungsstelle Mammut, Schoppershofstraße 25, können sich interessierte Nürnberger Mütter und Väter mit Kindern von 4 bis 12 Jahren ab sofort anmelden. Der Kurs startet am Mittwoch, 21. Juni 2023, und findet fünfmal jeweils mittwochs von 14 bis 16 Uhr statt. Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen begrenzt, es entstehen keine Kosten. Inhalt des Kurses ist es, ein gutes Familienklima zu entwickeln, als Eltern Achtsamkeit für eigene Bedürfnisse und Grenzen zu entwickeln und Kinder auf dem Weg in die Selbstständigkeit zu unterstützen. Häufige Konfliktsituationen sollen reduziert werden.

Anmeldung und weitere Informationen im Internet unter:
www.erziehungsberatung.nuernberg.de

Textquelle: www.presse-nuernberg.de

Elektro-Service JORDAN!

Vertragskundendienst für **Miele** Hausgeräte

Mühlitalstr.103
90766 Fürth

0911-73 73 88

Hausgeräte • Kundendienst • Ersatzteile **Miele** IMMER BESSER

www.es-jordan.de



Unsere Kollektion!

Frische-Fans lieben unser Gemüse und Obst aus Franken!



www.fritz-boss.de
Fritz Boss · Irrhainstr. 5 · D-90427 Nürnberg

Entdecken, Erleben, Genießen

18. Gartenfest Schloss Eyrichshof



Ein Fest für den Garten – unter diesem Motto öffnet Schloss Eyrichshof vom 26. bis zum 29. Mai seine Tore und lädt Besucher von jung bis alt zum alljährlichen Gartenfest.

Auf dem weitläufigen Gelände des Schloss Eyrichshof in Ebern wird vom 26. bis 29.05. das Gartenfest gefeiert. Es ist mittlerweile die 18. Auflage des beliebten Lifestyle-Events, das jedes Jahr zu Pfingsten stattfindet.

Mehr als 130 Aussteller präsentieren in den wunderschönen Innenräumen und dem malerischen Exterieur um das Schloss ihre Produkte. Von Schmuck, über Mode bis hin zu Feinkost und allerlei praktischen Dingen, ist für jeden Geschmack etwas dabei. Besonders der Garten steht beim Gartenfest im Mittelpunkt. So dürfen sich die Besucher auf ein Blumenmeer im Schlosshof freuen: Rosen, Stauden, Kräuter und edle Gehölze warten darauf, mitgenommen und in den heimischen Garten eingepflanzt zu werden.

Parkplätze kostenlos. Bus-Shuttle: So. + Mo. ab Parkplatz Ebern; Hunde an der Leine gestattet.

www.schlusseyrichshof.de/veranstaltungen/Gartenfest

**GARTEN
LEBENSART
MODE
WOHNEN
KULINARIK**

**26.-29.
MAI
2023**

**GARTEN
FEST**

Schlusseyrichshof.de

Öffnungszeiten:

Fr. 12 - 19:00 h
Sa. + So. 10 - 19:00 h
Mo. 10 - 18:00 h

**Schlusshof 7
96106 Ebern**

Tageskarte € 13,00
Dauerkarte € 25,00
Ermäßigt € 11,00
(Schwerbehinderte)
Kinder Frei bis 15 Jahre
Tickets online und Tageskassen

ANZEIGE

Kulturladen Schloss Almoshof – Programm Juni 2023

Von Biberburgen und Flussregenpfeifern: Petr Mlnarik zeigt und erklärt Flora und Fauna des Bucher Landgrabens. Do., 01.06., 18 bis 20 Uhr, ohne Gebühr
Wo: Brücke Bucher Landgraben an der Irrhainstraße.
Mitbringen: Fernglas, Insektenschutz, festes Schuhwerk.
Verbindliche Anmeldung*.

Färben mit Pflanzen: Biologin Diana Härpfer zeigt, mit welchen Pflanzen wir Kleidungsstücke einfärben können. Fr., 02.06., 16 bis 20 Uhr, Gebühr: 15 €. Verbindliche Anmeldung*.

Biergarten: Livemusik von „Tony Barkham“. Dazu Bratwürste vom Grill und Kaltgetränke! Mi., 07.06., 18 Uhr, Eintritt frei.

Naturkosmetik selbst herstellen: Die Gesundheitsberaterin Ines Schölzke zeigt drei Rezepte zum Selbermachen. Do., 15.06., 18 bis 20 Uhr, Gebühr: 10 € + 5 € Materialkosten
Wo: Wellnessscheune Kraftshof, Glaserstraße 4; Teilnehmendenzahl begrenzt; Verbindliche Anmeldung*.

Wanderung nach Vierzehnheiligen: Von Lichtenfels zur Wallfahrtskirche Vierzehnheiligen über den Staffelberg zum Bahnhof Bad Staffelstein (mit Einkehr). Sa., 17.06., 8.20 Uhr, Gebühr: 3,50 / 2 € (erm.). Wo: 8:20 Uhr Nürnberg Hbf. Osthalle; Abfahrt: 8:38 Uhr mit RE 14 nach Lichtenfels. Länge ca. 15 km. Rückkehr ca. 18:20 Uhr, TT-Plus Zone 10, 2 Pers. 22,10 €; Wanderführer: Karl Marr.

Bientag: Imker Tobias Sauer lässt sich bei der Arbeit über die Schulter schauen ..., So., 18.06., 11 bis 18 Uhr, ohne Gebühr.
Wo: Walderlebniszentrum Tennenlohe, Weinstraße 100, 91058 Erlangen; Anmeldung nicht erforderlich.

Kunst- und Designmarkt Almoshof:

Außergewöhnliches aus der Region..., Sa., 17.06., 13 bis 19 Uhr & So., 18.06., 11 bis 18 Uhr



Kunst- und Designmarkt Almoshof 17.-18.06.2023 Fotoquelle: M. Bernecker

Biergarten: Livemusik von „Der Wilde Pilger – Florian Baessler“, dazu Bratwürste vom Grill und Kaltgetränke! Mi., 21.06., 18 Uhr, Eintritt frei.

Fahrradtour: Versteckte Oasen im Gründlachtal: Über den Irrhain zu den Nasswiesen, Auenwäldern östlich von Neunhof bis zu den Feuchtbiotopen von Kleingründlach. Sa., 24.06., 16 bis 19 Uhr, ohne Gebühr. Wo: St. Georgskirche in Kraftshof. Veranstaltung in Kooperation mit BUND Naturschutz. Verbindliche Anmeldung*.

Ausstellung Orbis-Nr. 036824: Andrea Chessa & Claudia Rößner – Installation & Farbe – 02.07. bis 13.08.23. Chessa thematisiert seine Herkunft im Dialog zwischen Materie und Erinnerung. Rößners Arbeiten widmen sich der Farbe in Struktur und Malerei. Sa., 01.07., 18 Uhr Ausstellungseröffnung, Ausstellungsführung: So., 02.07., 15 Uhr.

*Verbindliche Anmeldungen an kulturladenalmoshof@stadt.nuernberg.de oder telefonisch unter 0911-231 11405

Mein erster Rosengarten

ANZEIGE

So freuen sich Rosenneulinge schneller mit der „Königin der Blumen“ an

(DJD). Die Rose gilt als die Königin der Blumen. Doch sie gibt sich keineswegs immer als anspruchsvolle Diva. Mit der richtigen Vorbereitung und Pflege ist sie auch für Rosenanfänger eine Gartenzierde, die viel Freude macht.

1. Der Standort: Rosen haben ein sonniges Gemüt

Rosen benötigen täglich mindestens 5 bis 6 Stunden Sonne, um in voller Pracht aufzublühen, auch bei sehr blattgesunden Sorten sollten es nicht unter 4 bis 5 Stunden sein. Bei der Standortwahl sind Bäume oder nahestehende Häuser zu berücksichtigen, welche die Sonnenstunden verkürzen könnten. Ein luftiger Standort sorgt dafür, dass die Blätter nach einem Regen oder dem morgendlichen Tau schneller abtrocknen. Das schützt vor Blatterkrankungen.



Foto:DJJD/www.rosen-tantau.com/Stefan Schulze

2. Der Boden: Rosen nehmen es locker

Der Boden sollte tiefgründig und locker sein, gegebenenfalls kann man ihn mit Rosenerde oder gut abgelagertem Kompost verbessern. Achtung: Wenn am gewählten Standort bereits vorher Rosen standen, sollte das Erdreich bis zu einer Tiefe von etwa 50 bis 70 Zentimetern komplett ausgetauscht und mit Gartenerde oder Rosenerde aufgefüllt werden.

3. Die Sortenauswahl: Robust mit „Rosen-TÜV“

Das ADR-Gütesiegel gilt vielen Gartenfreunden als „Rosen-TÜV“ und wird nur blühwilligen Pflanzen mit ausgezeichneter Blattgesundheit und erst nach mehrjährigen Prüfungen verliehen. Es gibt jedoch auch zahlreiche Rosensorten ohne dieses Gütezeichen, denn nicht jede Rose wird zur ADR-Prüfung angemeldet. Orientierung geben Informationen zur Blattgesundheit und Sortenporträts, die zum Beispiel unter www.rosen-tantau.com zu finden sind.

4. Containerrosen: Blühen der Garten von Anfang an

Containerrosen werden mit festem Wurzelballen und bereits knospig bis blühend ausgeliefert. Sie sind gerade für Gartenanfänger leichter einzupflanzen – und sie blühen schon in der ersten Saison, sodass sich schneller ein motivierendes Erfolgserlebnis einstellt.



Rosen mögen lockeren, humosen Boden. Mit Rosenerde oder gut abgelagertem Kompost kann man nachhelfen.

Foto: DJJD/www.rosen-tantau.com

5. Guter Schnitt: Von Anfang an richtig einkürzen

Während der Sommerperiode werden nur verblühte Dolden bis zum nächsten Fünferblatt abgeschnitten, um den Austrieb neuer Knospen zu fördern. Im Herbst entfernt man Verblühtes und kürzt Langtriebe etwas ein. Der eigentliche Rückschnitt erfolgt erst im Frühjahr, wenn die Forsythien bereits in Blüte stehen.

6. Überwintern: Schutz vor kalten Füßen

Gerade nach einer Neuanpflanzung ist ein guter Winterschutz wichtig. Dafür häufelt man Mitte bis Ende November Gartenerde, abgelagerten Kompost oder Pflanzerde 20 bis 25 Zentimeter hoch an. Erst im März oder April wird der Schutz wieder entfernt.

ALTGOLD-ANKAUF
MAXIMILIAN
Uhren - Schmuck

Sofort Bargeld für Altgold, Zahngold, Barren, Münzen, Uhren aus Gold, Platin, Diamanten, ...

Breite Gasse 76, Tel. 0911/23756165
Breite Gasse 94, Tel. 0911/2358593
90402 Nürnberg

Mit diesem Coupon
Batterie-
wechsel* **5,-**

* ausgenommen
Taucher- und Digitaluhren

NATURSTEINE
BETON-Tankstelle
LEGIO-Betonblöcke
Sand-Barthel GmbH

Sand, Kies, Schotter, Mineralbeton
Humus, Rindenmulch, Findlinge
Quellsteine, Gabionensteine
Zierkies, Deko-Splitt, Carrara
Granit-Leisten, -Palisaden, -Pflaster

BIG BAG's * Lieferservice

Bronnamberger Weg, Zirndorf
Einfahrt: Thomas-Mann-Straße
Tel.:0911/60 79 18 * Fax:0911/60 79 11
www.sand-barthel.de

grün erleben
Gartenwelt Dauchenbeck

Rosen ZEIT

ROSIGE ZEITEN IN FÜRTH & STEIN AM
16.+17. JUNI 2023

www.gartenwelt-dauchenbeck.de

Folgen Sie uns:
f o

Am Jakobsweg 15 - 90547 Stein - 0911/97722-500 Märkte: Mo. - Sa. 9:00-18:00 Uhr
Mainstraße 40 - 90768 Fürth - 0911/97722-0 Cafés: Mo. - Sa. 9:00-17:00 Uhr

schöll + kollegen
medic center
ZIEGELSTEIN

über 30k in
und um Nürnberg

Dr. Rolf Weißmann
Diabetologe DDG

dr.-medic Doris Tiroch
Allgemeinmedizin
hausärztliche Versorgung

Prof. Dr. Josef Pichl
Endokrinologe

Dr. med. Christiane Schöller-Prechtel
Diabetologin DDG
und BLÄK

Oleg Emdine
Phlebologe
(Gefäßmedizin)

Dr. med. E. Arnold
Hämatologe

Salina Brar-Reissinger
Psychiatrie & Psychotherapie

Öffnungszeiten:
Mo 8.00 - 12.30 / 14.30 - 18.00 Uhr
Di 8.00 - 12.00 / 14.00-18.00 Uhr
Mi+Fr 8.00 - 12.30 Uhr
Do 8.00 - 12.00 / 14.30-18.00 Uhr
Termine nur nach Vereinbarung

Leistungen:

- Diabetologische Schwerpunktpraxis
- Schulungszentrum
- Endokrinologie
- Phlebologie
- Sportmedizin
- Allgemeinmedizin
- Innere Medizin
- Hämatologie
- zertifiziertes Leberfastenzentrum (nach Dr. Worm)
- Psychiatrie + Psychotherapie

Ziegelsteinstraße 43 · 90411 Nürnberg
Telefon: 09 11/ 5 69 81 18 · info@mediccenter.de

WWW.MEDICCENTER.DE

PRIVAT UND ALLE KASSEN



Wer frisch kocht und Fertigprodukte vermeidet, tut bereits einiges für seine Gesundheit und muss sich nicht ums Salzen sorgen.

Foto: DJD/Verband der Kali- und Salzindustrie/Getty Images/pixelfit

Am besten ausgewogen

ANZEIGE

Starkes Salzsparen kann gesundheitlich riskant sein

(DJD). Ohne Salz kann der Mensch nicht leben. Kochsalz und insbesondere das darin enthaltene Natrium sind essenziell für unsere Gesundheit und steuern viele unserer Körperfunktionen. Dennoch raten Gesundheits- und Ernährungsorganisationen regelmäßig dazu, den täglichen Salzkonsum zu drosseln, um einem Bluthochdruck sowie Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen. Ist das nötig? Kanadische Forscher sehen solche generellen Empfehlungen jedenfalls kritisch.

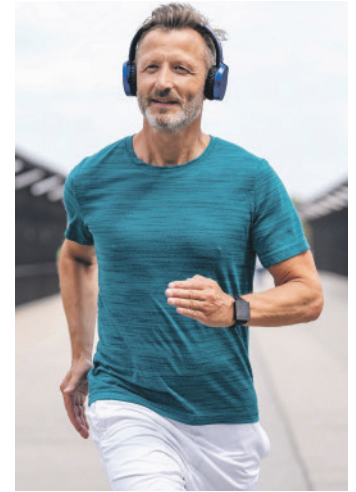


Foto: DJD/Verband der Kali- und Salzindustrie/Getty Images/Daniel Ingold

Warnung vor voreiligen Ernährungsempfehlungen

Laut einer groß angelegten internationalen Studie der renommierten Wissenschaftler Professor Dr. Andrew Mentz und Professor Dr. Salim Yusuf nehmen die Menschen weltweit täglich drei bis fünf Gramm Natrium zu sich. Das entspricht 7,5 bis 12,5 Gramm Kochsalz. In diesem Bereich der Salzzufuhr scheint das Herz-Kreislauf-Risiko am geringsten zu sein, berichten die Forscher. Damit ist die Kochsalzzufuhr jedoch deutlich höher als von den Ernährungs- und Gesundheitsorganisationen empfohlen. Die WHO etwa empfiehlt, nicht mehr als fünf Gramm Salz pro Tag zu sich zu nehmen. Oft heißt es: „Je weniger, desto besser“. Wissenschaftliche Belege für diese Annahme gibt es bislang laut Mentz und Yusuf jedoch nicht. Wer massiv zu viel Kochsalz zu sich nimmt, steigere sein Risiko der Entwicklung von Bluthochdruck und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Wer jedoch seinen Kochsalzverzehr zu stark drosselt, gehe das gleiche Risiko ein. Denn auch bei einer zu geringen Kochsalzzufuhr nehme die Gefahr der Entwicklung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu. Unter www.vks-kalisalz.de erfährt man, welche Rolle Salz für die Gesundheit spielt.

Zu unverarbeiteten Lebensmitteln greifen

Aus den Ergebnissen ihrer Untersuchungen folgern die Wissenschaftler, dass eine Begrenzung der Salzdosis für die meisten

Regionen der Welt nicht nötig ist. In Europa etwa wird laut Studie die zulässige Dosis von zwölf Gramm täglich nicht überschritten. Um auf der sicheren Seite zu sein, wählt man am besten einen Mittelweg: nicht zu viel, aber auch nicht zu wenig Salz. Wer frisch kocht, Fertigprodukte vermeidet und sich zudem regelmäßig bewegt, tut bereits einiges für seine Gesundheit. Das Nachsalzen am Tisch dürfte dann kein Problem sein. Zu einer ausgewogenen Ernährung gehören etwa frische Kräuter und Gemüse, zuckerarmes Obst, Hülsenfrüchte, naturbelassenes Fleisch und Geflügel, Magerquark und Joghurt, Kartoffeln, Nudeln und Reis. Wichtig zu wissen ist, dass Salz vor allem in verarbeiteten Lebensmitteln steckt.

Laser: Bohren ohne Schmerzen



Zahnarztpraxis
Fiedler

Ihr Schrift
nach vorn...

**IHRE ZAHNARZTPRAXIS
IN NÜRNBERG-JOHANNIS
FÜR EIN STRAHLENDES LÄCHELN**

Berührungs- und schmerzfreies Bohren im sanften Laserzentrum in Nürnberg. Mein Team und ich nehmen uns Zeit, um für jeden Patienten eine optimale Lösung zu finden.

Wir haben
geänderte
Öffnungszeiten

Modernste Technik zur optimalen Versorgung und Betreuung

Oralchirurgie · Implantologie
Zahnfleisch- und Wurzelbehandlung
Funktionsdiagnostik des Kiefergelenks
Professionelle Zahnreinigung

Wir freuen uns auf Sie!

Für Angstpatienten arbeiten wir eng mit einem Therapeuten zusammen, der das wingwave-Coaching praktiziert.

Wir
achten auf die
vorgegebenen
Hygiene-
richtlinien



Zahnarzt Sebastian Fiedler und Tilmann Fiedler

Fleischmannstraße 18 · 90419 Nürnberg · Tel.: 0911/333818
Fax.: 0911/335971 · www.zahnarztfiedler.de

Mandel-Hähnchen und Pulled-Puten-Burger

Zwei Rezepttipps: Sommerlicher Grillgenuss mit Geflügel

(DJD). Im Sommer heißt es bei vielen Menschen in Deutschland: Ran an den Grill. Zahlreiche Genießer setzen beim Grillgut auf Geflügel. Die Auswahl an verschiedenen Geflügelteilstücken sorgt mit zarten Hähnchen-, Puten- oder Entenfilets, knusprigen Hähnchenflügeln, aromatischen Hähnchen- und Putenkeulen oder einem ganzen Hähnchen für kulinarische Auswahl auf dem heißen Rost. Zudem bieten die unterschiedlichen Zubereitungsmöglichkeiten viele abwechslungsreiche und neue Genussvarianten. Zu den beliebtesten zählt das Marinieren, aber auch die sogenannte Low-and-slow Garmethode für gezupftes – also pulled – Hähnchen-, Puten- oder Entenfleisch ist derzeit angesagt. Sie sorgt für saftig-zartes Fleisch. Beim Einkauf von Geflügelfleisch sollte man auf die deutsche Herkunft, zu erkennen an den „D“s auf der Verpackung, achten. Diese stehen für eine streng kontrollierte heimische Erzeugung nach hohen Standards für den Tier-, Umwelt- und Verbraucherschutz. Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele Rezepte stehen auf www.deutsches-gefluegel.de.



Zahlreiche Genießer setzen beim Grillgut auf Geflügel. Ein sommerlicher Rezepttipp ist das Mandel-Hähnchen mit Rahmsauerkraut und Kartoffeln.
Foto: DJD/deutsches-gefluegel.de

Rezepttipp 1: Mandel-Hähnchen

Zutaten (für 4 Personen): 1 Hähnchen, 4 Zweige Rosmarin, Salz, 1 TL brauner Zucker, 1 Orange, 1 Apfel, 500 g Sauerkraut, 5 EL Mandelöl, 60 g Mandeln, 500 ml Geflügelbrühe, 1 Zwiebel, 400 g Kartoffeln, 200 ml Sahne.

Zubereitung: Für die Würzmischung Rosmarin hacken, mit 1/2 TL Salz, Zucker und Orangenabrieb mischen. Hähnchen mit Orangen- und Apfelspalten füllen. Sauerkraut mit 2 EL Mandelöl, Mandeln, 200 ml Geflügelbrühe, Zwiebel- und Kartoffelwürfeln in eine feuerfeste Form geben. Hähnchen daraufsetzen, mit 3 EL Mandelöl einreiben, salzen und alles bei geschlossenem Deckel bei indirekter mittlerer Hitze etwa 55 Minuten grillen. Restliche Brühe und Sahne nach und nach angießen. Hähnchen 10 Minuten vor Grillzeitende mit der Würzmischung bestreuen, kurz ruhen lassen und mit Rahmsauerkraut genießen.



Geflügel bietet zahlreiche spannende Rezeptvarianten - wie den Pulled-Puten-Burger mit Ananas und Bacon Foto: DJD/deutsches-gefluegel.de

Rezepttipp 2: Pulled-Puten-Burger

Zutaten (für 4 Personen): 1 Putenoberkeule, 3 EL Öl, Salz, 2 Knoblauchzehen, 1 TL Thymian, 100 ml Orangensaft, 500 ml Geflügelbrühe, 1 Apfel, 200 g Ketchup, 1 Ananas, 8 Scheiben Bacon, 4 Burger-Laugenbrötchen, 100 g Feldsalat.

Zubereitung: Putenkeule mit Öl bestreichen, salzen und mit Knoblauch, Thymian, Saft und Brühe in einer feuerfesten Form bei 150 Grad Celsius circa 3 Stunden grillen. Putenkeulenfleisch kleinzupfen und mit Sud mischen. Apfel würfeln und mit Ketchup aufkochen. Ananasscheiben und Bacon grillen. Burger-Bun mit Apfel-Ketchup, Salat, Ananas, Bacon und pulled Pute genießen.

Zum Start in die Grill-Saison haben wir die passenden Grill's!

DER Profi in Sachen

Gas-, Kohle-, Keramik und Pellet-Grills, Dutch-Oven und Grill-Zubehör

Terminvereinbarung/Info unter: www.rap-archery.de/bbq
Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Beratungstermin online oder per Telefon. Tel. 0172 8872549,
Hauptstraße 58, 90562 Heroldsberg

Öffnungszeiten:
Mittwoch 13-20 Uhr, Donnerstag/Freitag 11-18 Uhr,
Samstag 10-16 Uhr, Montag und Dienstag Ruhetag

Wir backen das echte Holzofenbrot

- nur mit reinem Natursauerteig
- im Holzbackofen
- ohne Zusatzstoffe
- aus spritzmittel-freiem Jurakorn® Brotgetreide

Buchauer Holzofenbäckerei · Lehm 6 · Pegnitz-Buchau
Tel. 092 41/ 8121 · www.holzofenbrot.de

Unsere Standplätze:

Lauf: Heldenwiese (Kunigundenfest-Platz) · Wiesenstr. 4 · Jeden Di.: 14:50 – 16:40 Uhr
Nürnberg: Am Wochenmarkt · Fritz-Munckert-Platz · Jeden Mi.: 11 – 15 Uhr
Am Wochenmarkt · Palmplatz (St. Johannis) · Jeden Sa.: 7 – 12 Uhr
Röthenbach a. d. Pegnitz: Am Wochenmarkt · Jeden Sa.: 8 – 11 Uhr

Friseur-Weltmeisterin Sonja Fischer stellt Ihnen die Frisurentrends Frühjahr/Sommer 2023 vor: FLUX COLLECTION

Regional aktuell: *Wie sehen die Haartrends im Sommer 2023 aus und wie entstand der Name dieser Mode?*

Sonja Fischer: Die Mode Flux Collection soll den beständigen Wandel des Lebens widerspiegeln. Alles ist heute in ständiger Bewegung, im Fluss und lebt von schneller Veränderung. Mit einem Haarschnitt kann man quasi glatte Haare in Locken verändern und umgekehrt. Locken und Wellen haben sich in dieser Saison auch endlich im Streetstyle durchgesetzt. Vor allem junge Menschen tragen inzwischen Locken und nicht nur unsere Models auf den Laufstegen.

Regional aktuell: *Welche Frisuren und Haarfarben sind aktuell modern?*

Sonja Fischer: Die Trendfrisuren für Frühjahr und Sommer sind vielseitig und natürlich – ein starker Pony spielt fast immer eine Rolle bei der H/MAG Trendkollektion des Zentralverbands des Deutschen Friseurhandwerks. Außerdem sind auch verschiedenen Varianten des Bowlcuts wieder modern und fast alle Styles sind genderfluid, damit ist gemeint: männlich, weiblich, divers tragbar. Die Trendhaarfarben sind einheitliche, erdige Töne – also keine auffälligen bunten Farben und im Sommer 2023 ist ausnahmsweise nicht Blond das Must-have, sondern Naturtöne!

Regional aktuell: *Und wie sehen denn die Damenfrisuren 2023 aus?*

Sonja Fischer: Durch weiche Schnittführung lassen wir den Bowlcut der 60er und 70er neu aufleben, er wirkt dadurch lässig und unangestrengt. Der Topfschnitt mit glattem Haar kann mit einem Lockeneisen minutenschnell in einen Undone-Look umgewandelt werden, Natural Vibes. Frauen mit mittlerer Haarlänge, dürfen sich einen Shag schneiden lassen. Mit einer relativ kurzen Grundlänge und einer Stufung im unteren Bereich, wirkt dieser Cut überragend lässig. Eine schwere Ponypartie und kompakte, aber strukturierte Konturen sorgen für einen frischen, wandelbaren Look (Re-Shag).

Curls Royal (siehe Foto 1) werden der Sommerhit 2023! Um diese ausgeprägten Locken zu kreieren, braucht frau entweder eine permanente Umformung – Dauerwelle genannt – oder ein Lockeneisen zur Hand. Wer Naturlocken hat, hat Glück! Wer nicht, bekommt eine „Modern Perm“. Keine Minilocken aus den 80ern, sondern natürlich wirkende Wellen oder Locken sind angesagt. Friseur*innen benutzen heutzutage größere Wickel und sanftere Wellmittel – also keine Angst vor Pudelfrisur!

Regional aktuell: *Welche Haarschnitte tragen Männer und Boys in der Sommertime 2023?*

Sonja Fischer: Youngsters tragen nicht nur wieder viel zu weite und zu lange Hosen, sondern auch wieder Vokuhila. Der Mullet ist eine Variante des Bowlcuts mit sauber geschnittenen Konturen und dazu eine vollere Nackenlänge. Very important: Der Look hat leicht und zufällig zu wirken, dazu Haargel in die Haare einarbeiten – Frisur Soft Mood (siehe Foto 2). Und beim Locken-Look-Haarschnitt Preppy Boy mit längerem Deckhaar und kurzen Seiten- und Nackenpartien hat man wieder weiche Übergänge und keinen radikalen Break, also Undercut war gestern. Das sandig-beige Glossing sorgt für Glanz und eine Extraportion Coolness.

Regional aktuell: *Vielen Dank für das aufschlussreiche Interview über die Sommertrends für Frisuren 2023.*

Sonja Fischer: Sehr gerne. Mein Tipp für die Leser*innen: Für alle, die sich für eine Dauerwelle entscheiden. Bei der ersten Modern Perm mit schwächerem Wellmittel und größeren Wickeln rangehen, aber das erklären dann die Friseur*innen des Vertrauens noch genauer und der Lockensommer 2023 kann kommen, wird ja nach der Regenperiode im März/Mai auch mal Zeit...



Foto: © Zentralverband des Deutschen Friseurhandwerks



Foto: © Zentralverband des Deutschen Friseurhandwerks

Sonja Fischer
Weltmeisterin
der Friseure
Schwaiger Straße 11
91227 Diepersdorf
09120/427





*... günstiger, als
Sie denken ...*

www.friseurweltmeister-sonja-fischer.de



Foto: Eduard Weigert

Reisebüro Josef
KLEMM  **weltweit**
Flug Bus Schiff




3G **2023**

Wir erfüllen Reiseträume!
Ihre schönste Reise liegt noch vor Ihnen!



Reisebüro Josef
KLEMM  **weltweit**
Flug Bus Schiff

KREUZFAHRTEN 2023

FLUSS: Rhein - Mosel - Saar - Donau - Seine - Rhône - Douro - Nil
HOCHSEE: AIDA-LUNA Spitzbergen - MS Artania Norwegen
Griechenland - MSC Mittelmeer - HAVILA Hurtigrute - Queen Mary
Exklusive Premium Kreuzfahrt in Kroatien





Friedhofstraße 21
91320 Ebermannstadt
Tel. 09194 / 722780
Fax 09194 / 4508
info@klemmreisen.com
www.klemm-reisen.de

Bitte Kataloge anfordern:

- **2023 Hauptkatalog**
- **2023 Kreuzfahrten – Fluss & Hochsee (2 G)**
- **2023 Radreisen**

Haltestellen in **FO/ER/FÜ/N/LANG**

Alle Reisen im **5-Sterne-Luxusbus**

3 G ab 2023 bei Bus- und Flugreisen

Auch wenn Sie nicht oder nicht vollständig geimpft sind,
können Sie 2023 an unseren Busreisen teilnehmen.

Reisebüro Josef
KLEMM  **weltweit**
Flug Bus Schiff

St.-Joseph-Straße 8 · 91320 Ebermannstadt
Telefon: 09194/ 72 27 80 · Fax 45 08
www.klemm-reisen.de · info@klemm-reisen.de

BONUM HAUS

IMMOBILIEN GMBH



Ein junges Paar im eigenen Nest, in dem es sich vortrefflich zwitschern lässt!



Planen ✓ Bauen ✓ Leben ✓

Nachhaltige Böden aus Holz

ANZEIGE

Mit geöltem Parkett die Natur ins eigene Zuhause holen

(DJD). Nachhaltigkeit in den eigenen vier Wänden beginnt mit der Auswahl geeigneter Materialien. Echtholzböden etwa lassen sich über Jahrzehnte nutzen, gleichzeitig schaffen sie ein gemütliches Ambiente und fördern eine gesunde Raumluft. Parkettöle sorgen für ein attraktives natürliches Erscheinungsbild. Die Behandlung des Bodens sollte ausschließlich von erfahrenen Parkettprofis durchgeführt werden. Mit lösemittelfreien Produkten wie der Öl-Wachs-Kombina-



Ein Boden für die ganze Familie: Holz als Bodenbelag bringt Gemütlichkeit in jeden Raum. Foto: DJD/Parkettprofi, PALLMANN GmbH

tion Magic Oil von Pallmann wirkt der Belag anschließend wie neu und bietet eine attraktive natürliche Haptik. Fachleute beraten im Vorfeld über die unterschiedlichen Möglichkeiten der Parkettrenovierung oder Neuverlegung und führen die Arbeiten professionell aus. Unter www.parkettprofi.de finden sich Ansprechpartner vor Ort.

TERRAZZO-HAFNER

- ◆ Fliesenarbeiten
 - ◆ Terrazzo- und Betonplattenverlegung
 - ◆ Kunststeinarbeiten
 - ◆ Natursteinarbeiten
- ...wir schreiben **HANDWERK** noch groß!

90427 Nürnberg · Am Kressenstein 17 · Tel. (0911) 306325 · Fax (0911) 306380

EIGENSTÄNDIGKEIT UND SICHERHEIT

IHR ZUHAUSE FÜR SCHÖNE JAHRE

Moderne Seniorenwohnungen nahe Luitpoldhain

- Versorgung und Pflege bei Bedarf durch Diakoneo
- Hotelähnliches Flair (Rezeption, attraktive Gemeinschaftsräume)
- 1,5-, 2-, 2,5- und 3-Zimmer-Wohnungen ▪ 37 – 102 m² Wohnfläche
- Hochwertige Einbauküchen ▪ Balkone, Loggien, (Dach-)Terrassen
- barrierefreie Häuser und Wohnungen ▪ Neubau und Erstbezug

Der Energieausweis (Bedarfsausweis) liegt noch nicht vor. Die Abbildung stellt ein Wohnungsbeispiel dar.

ZUR MIETE ☎ 0911 47755-177

Unsere Datenschutzhinweise finden Sie unter www.kib-gruppe.de/datenschutzerklaerung.

Seleco
Lebensräume für Senioren

Projektentwicklung:
Seleco GmbH
Ein Unternehmen der KIB Gruppe
www.seleco-gmbh.de

Serviceleister:
Diakoneo
weil wir das Leben lieben.

SERVICE-WOHNEN FÜR SENIOREN IM LUITPOLD VIERTEL



Mein Leben, meine Terrasse

Passenden Sonnenschutz für jeden Wohnstil finden



Stilmix aus verschiedenen Kulturen und Einflüssen: dazu passen Markisen in freundlichen, natürlichen Farben.
Foto: DJD/Lewens-Markisen/
Adobe Stock/Zhu Difeng

(DJD). Jeder Mensch hat seine eigenen Vorstellungen davon, wie sein privates Lebensumfeld aussehen soll. Genau wie die Einrichtung der Wohnräume sollen auch Terrasse oder Balkon zu den persönlichen Lebensvorstellungen passen. Ein guter Sonnenschutz darf dort nicht fehlen und soll perfekt die Gestaltungslinie des Outdoorbereichs fortführen.

Minimalismus: Beschränkung aufs Wesentliche

Der minimalistische Stil ist ein zeitloser Trend, der sich durch einfache, klare Linien und eine begrenzte Farbpalette auszeichnet. Zu funktionalen und praktischen Terrassenmöbeln oder einem an Bauhaus-Architektur angelehnten Haus passt eine Markise mit eckigen Profilen in Uni-Bespannung in dezenten Weiß-, Grau- oder Blautönen.

Skandinavischer Stil: Natürlichkeit ist Trumpf

Dieser Stil zeichnet sich durch eine helle Farbpalette und schlichte, minimalistische Formen aus. Er ist durch das Prinzip des „Hygge“ geprägt, das für Gemütlichkeit und Wohlbefinden steht. Auf der Terrasse lässt sich der Scandi-Style mit natürlichen Materialien wie einem Holzboden oder Fliesen in Holzoptik sowie mit schlichten Holzgartenmöbeln umsetzen. Die passende Markise trägt eine kräftige Uni-Farbe, z. B. in Rot, Blau oder Grün, mehr Infos und Ideen unter www.lewens-markisen.de. Die Farbtöne sind von den typischen Schwedenhäusern inspiriert. Auch klassische Blockstreifen sind hier eine passende Wahl.

Industrieller Stil: bewusst rohe Materialien einsetzen

Wer das urban inspirierte Loft-Design bevorzugt, findet mit Fliesen im Betonlook eine passende Grundausstattung für seine Terrasse. Backsteinelemente und Möbel aus Metall ergänzen die Ausstattung. Markisen mit eckigen Profilen etwa aus der Trentino-Serie von Lewens-Markisen in Metallic- oder Grautönen und einem Textilbehang im gleichen Farbspektrum perfektionieren den Look.

Boho-Stil: Multi-Kulti-Mix

Dieser vielseitige Einrichtungsstil mischt Elemente aus verschiedenen Kulturen und Stilen. Er zeichnet sich durch bunte Muster und Textilien, Pflanzen und ungewöhnliche Accessoires wie zum Beispiel Möbelfunde vom Flohmarkt aus. Da der Fokus auf einer gemütlichen und entspannten Atmosphäre liegt, passen hier Markisen mit eher runden, weichen Gestellformen, warmen Farben und kreativen Designs.

Markisen • Terrassendächer • Sonnenschutzsysteme



MARKISEN-SEITZ

Ringstraße 2 • 90584 Allersberg • Tel. 09176-856
info@markisen-seitz.de • www.markisen-seitz.de

Besuchen Sie unsere Ausstellung
auch samstags von 9 bis 14 Uhr

Ihr Renovierungs-Profi für:

◆ KÜCHEN

durch Austausch
der Fronten

◆ DACHFENSTER

in Kunststoff ohne
Brech- und Folgearbeiten

Übernahme sämtlicher Reparaturen im Holzbereich

Albert Günther Schreinerei und Innenausbau GmbH
Tel. 0911 / 9 51 71 20

“ Durch Weisheit wird ein
Haus gebaut und durch
Verstand erhalten.

König Salomo (um 950 v.Chr.)

TEPPICH BODEN IDEAL

Lieferung frei Haus!
Nürnberg - Fürth

TEPPICHBÖDEN, LAMINAT,
PARKETT, KORK, VINYL UND PVC

KOSTENLOSES VERLEGEN* FÜR ALLE BODENBELÄGE!!

UNI-VELOURS 4 und 5m breit



Uni-Velours
• 100% Polyamid
• sehr edel
• sehr strapazierfähig
• Super moderne
Designs
• Teppichböden in
Superauswahl
• in besten Qualitäten

statt 29,99 Nur **14,95** /m²

LAMINAT
7mm stark, 31 Klasse

AKAZIE grau
3-Stab Schiffsboden

PARADOR

Nur **10,99** /m²

VINYL-KLICK Robuster Boden

PINIE
weiß geölt
9,5 mm stark

PARADOR

Nur **24,99** /m²
inklusive Verlegung

ELASTISCHE BODENBELÄGE
3m, 4m, und 5m breit

• sehr trittstark Fliesen-Optik
• sehr pflegeleicht 3 mm stark

Holz-Optik
3 mm stark
Nur **7,50** /m²

Vergleichen Sie Service, Preise und Qualität ...

*Kostenloses Verlegen ab einem Auftragswert von 200,- € auf Laminat, Parkett u. Vinyl
* Kostenloses Verlegen ab einem Auftragswert von 100,- € auf Teppichböden u. PVC
Bauerngasse 20 • U-Bahn-Station Plärrer • 90443 Nbg. • Tel. 0911/262505
Ständig über 20.000 qm auf Lager!

Inhaber K. Theofani



**Baden oder Duschen?
BEIDES !!!
Wir haben die Lösung!**

Artweger Twinline 2
Das 2x1 im Bad
Weitere Infos finden Sie unter
www.badpartner.net
oder Sie rufen uns an:
0911-7658134



Bad mit Zukunft

ANZEIGE

Tipps für die barrierefreie und optisch hochwertige Badezimmereinrichtung

(DJD). Bei vielen Best-Agern oder Senioren steht ein neues Bad weit oben auf der Wunschliste fürs Eigenheim. In der Planung spielt Barrierefreiheit eine Rolle, sie ist aber nur ein Gesichtspunkt. Ebenso wichtig sind eine ansprechende Ästhetik, Komfortfunktionen und eine Ausstattung, die sich leicht sauber und gut in Schuss halten lässt. Durch eine clevere Planung und Modernisierung lassen sich diese Aspekte in vielen Bereichen hervorragend verbinden.

1. Der Boden

Keramische Fliesen sind eine Lösung für jeden gewünschten Stil im Bad, denn es gibt sie in einer Vielzahl von Designvarianten – von zeitlosen Natursteinoptiken wie Marmor oder Trias über puristische Betonoptiken bis zu dekorativen floralen Mustern in XXL-Formaten. Unter funktionalen Gesichtspunkten ist für ein altersgerechtes Bad die Auswahl der Oberfläche besonders wichtig. Rutschhemmende Fliesen bieten eine hohe Stand- und Trittsicherheit, auch wenn der Boden feucht ist. Unter www.deutsche-fliese.de/fliesen-im-bad gibt es dazu viele weitere Informationen und Einrichtungsvarianten.

Wenn man Badboden und Dusche durchgängig fliest, wirkt der Raum großzügig und der Duschzugang ist komplett barrierefrei.

Foto: DJD/Deutsche-Fliese.de/Engers



2. Die Dusche

Bodenebene Duschen sehen elegant aus, sind komfortabel, reinigungsfreundlich und von Haus aus barrierefrei. Ideal ist eine durchgängige Gestaltung mit Fliesen, die den Duschbereich optisch und funktional ins Bad integrieren. Komplette befliesene, fest eingebaute Sitzbänke ersparen Duschsitze, falls diese einmal erforderlich werden. Bis dahin können sie gut als Ablagen oder zum Hinsetzen beim Abtrocknen genutzt werden. Aufwerten lässt sich die Dusche noch mit Wandnischen als Ablage für Kosmetikartikel. Diese Lösung ist eleganter als Duschregale, die zudem die Bewegungsfreiheit einschränken können.

3. Der Waschplatz

Eine geflieste Wand schützt den Waschplatz vor Verschmutzungen, denn Spritzer lassen sich mit einem Wisch entfernen. Wandarmaturen sehen nicht nur schick aus, sie bieten auch funktionale Vorteile: Waschtische lassen sich ohne Komfortverlust mit weniger Raumtiefe planen, da die sonst übliche Hahnlochbank nicht benötigt wird. Zudem reinigt sich das Becken leichter, da man nicht mehr um die Wasserarmatur herumputzen muss. Wer an künftige Barrierefreiheit denkt, plant den Waschplatz so, dass der Unterschrank auch demontiert werden kann. So lässt sich das Waschbecken später einmal prima im Sitzen nutzen.

4. Das WC

Wandhängende WCs ohne Spülrand sind heute fast schon Standard. Aus gutem Grund: Sowohl das WC-Becken selbst, als auch die Bodenfliesen unter der Toilette sind wesentlich leichter sauber zu halten als bei bodenstehenden Toiletten. Wie bei der Waschbeckenumgebung gilt auch beim WC: Wer die Wände mit Fliesen gestaltet, bekommt eine leicht zu reinigende, hygienische Oberflächengestaltung.



ROST
WOHNBAU GMBH

**WEITERE PROJEKTE
IN PLANUNG**
FRAGEN SIE
DANACH

**EIGENTUMSWOHNUNGEN
MITTEN IN NÜRNBERG**

Zentral gelegen, in ruhiger Umgebung, entstehen acht 2- bis 5-Zimmerwohnungen in der Schloßstraße 33 in Nürnberg

- Einzelstellplätze teilweise überdacht
- regeneratives Heizungssystem mit Solarkollektoren
- jede Wohnung mit Balkon
- kontrollierte Wohnraumlüftung mit Wärmerückgewinnung
- Nieder-Temperatur-Fußbodenheizung
- großzügiger Mehr-Personen-Aufzug, vom KG bis DG
- Klingel-, Sprech- und Videoanlage mit Farbbildschirm

ROST WOHNBAU GmbH | Würzburger Straße 592 | 90768 Fürth
Tel: 0911 75 10 02 | info@rost-wohnbau.de

Sie finden uns auch im Internet: www.verlag-hopfner.de

Schultheiß Projektentwicklung AG feiert Richtfest im Nürnberger Norden

Der Rohbau für 42 Eigentumswohnungen in KfW-40-EE-Bauweise steht

Nur ein paar Schritte vom größten Park Nürnbergs, dem Marienbergpark, entfernt, ließ die Schultheiß Projektentwicklung AG in den vergangenen Monaten zwei Mehrfamilienhäuser mit insgesamt 42 Eigentumswohnungen in die Höhe wachsen. Mit Fertigstellung des Rohbaus war es nun Zeit für das Richtfest in der Großreuther Straße 165.

Neben zahlreichen Käuferinnen und Käufern begrüßte der Nürnberger Bauträger auch viele der ausführenden Handwerksfirmen und die regionale Politik vor Ort. Stadträtin **Kerstin Böhm** kam in offizieller Vertretung des Oberbürgermeisters und sprach im Namen der **Stadt Nürnberg** ein Grußwort. „Das spannende an diesem Neubau ist nicht nur die gefragte Lage ganz in der Nähe des Marienbergparks, sondern auch die hohe Energieeffizienz der Häuser“, merkte die Stadträtin an. **Frank Weber**, Vorstand Technik der **Schultheiß Projektentwicklung AG**, hob die geringen Energieverbrauchswerte ebenfalls hervor: „Wir erreichen hier durch den Einsatz von Photovoltaik und einer Wärmepumpe den KfW-Standard 40 EE in der bestmöglichen Energieeffizienzklasse A+, weshalb unsere Kundinnen und Kunden von vergleichsweise geringen Energiekosten profitieren.“



(o. l.): Frank Weber (Vorstand der Schultheiß Projektentwicklung AG), Kerstin Böhm (Stadträtin) | (u. r.) Jürgen Buchta (Geschäftsleitung MAUSS BAU GmbH & Co. KG), Jochen Kohler (Landtagsabgeordneter) sowie Dr. Gunter Krämer & Michael Kopper (beide Vorstand der Schultheiß Projektentwicklung AG) Fotos: D.H.L. Group, Collage: Schultheiß Projektentwicklung AG

55 bis 104 m² Wohnfläche noch verfügbar

Die 42 Eigentumswohnungen verfügen über 1 bis 4 Zimmer. Frei sind aktuell noch Wohnflächen von 55 bis 104 m² mit Terrasse oder Balkon. Parkplätze stehen in der Tiefgarage zur Verfügung. Bereits in wenigen Wochen, Anfang Juli, ist die Eröffnung der Musterwohnung geplant.

Die Dimensionen des Neubaus lesen sich beeindruckend: Insgesamt wirken zwischen 30 und 140 Handwerker im Rahmen des Rohbaus und des nun folgenden Innenausbaus an dessen Entstehung mit. Neben 4.100 m³ Beton und 590 Tonnen Baustahl wurden 5.800 m² Kalksandsteine vermauert und 220 Treppenstufen eingesetzt.

Attraktive Infrastruktur im Nürnberger Norden

Das Grundstück in der **Großreuther Straße** grenzt an eine wenig befahrene Wohnstraße nur wenige Schritte vom **Marienbergpark** entfernt – mit diversen Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung direkt vor der Haustür. Nur 100 Meter entfernt hält der Linienbus, diverse Supermärkte, Schulen, Ärzte und Kitas befinden sich zudem im nahen Umkreis.

Quelle: Schultheiß Projektentwicklung AG

ANZEIGE

Balkonien und Terrassen als Wohlfühloasen

Schöne Freiflächen bieten ein Stück Lebensqualität

„Wir finden oft Balkone und Terrassen vor, die in einem denkbar schlechten Zustand sind“, erzählt **Reinhard Rascher** vom Getifix Fachbetrieb **HBB Bau aus Rückersdorf**. „Risse im Beton und Ausblühungen, marode Geländer und defekte Fugen sind die Regel. Das ist aber auch kein Wunder, weil die Freiflächen jahrein, jahraus Wind und Wetter, Feuchtigkeit und Temperaturschwankungen ausgesetzt sind“, erklärt der Fachmann.

Die Getifix Sanierungsexperten sorgen für einen dauerhaft widerstandsfähigen und dichten Untergrund und bereiten ihn für eine neue Oberflächengestaltung mit dem Getifix Belino System vor. Mit diesem System für Balkone und Terrassen haben

Haus- und Wohnungseigentümer die Gewissheit, dass sie nicht nur einen attraktiven, neuen Belag erhalten, sondern auch eine wasserdichte Abdichtung. Sie trägt dazu bei, dass die Oberflächen lange Jahre schön bleiben, und verhindert, dass eindringende Feuchtigkeit die Bausubstanz und das Mauerwerk angreift.

„Für unsere Kunden ist es außerdem wichtig, dass sie keine tage- oder gar wochenlange Baustelle vor der Terrassen- oder Balkontür haben“, erklärt **Reinhard Rascher**. „Wir übernehmen alle Arbeiten selbst, so dass der Kunde keine anderen Gewerke beauftragen muss, sondern nur mit uns zu tun hat. Und da wir auch bei schlechtem Wetter arbeiten können, geht die Sanierung in der Regel sehr fix.“

Es gibt noch eine Besonderheit des Belino Balkonsystems: Das Stecksystem sorgt für geschlossene einheitliche Fugen, so dass kein Unkraut mehr dazwischen wachsen kann. Die Platten haben – ähnlich wie bei der Parkettverlegung – keine feste Verbindung zum Untergrund. So können Spannungsrisse in Folge hoher Temperaturschwankungen nicht mehr auftreten. Und falls doch mal eine Platte kaputt geht, kann sie einfach ausgetauscht werden. „Urlaub auf Balkonen oder Terrassen wird durch eine professionelle Sanierung der Freiflächen sicher richtig schön und gemütlich“, **Reinhard Rascher** überzeugt. „Nur für das passende Wetter können wir leider nicht sorgen!“

Nähere Informationen unter www.getifix.de/hbb

Sanieren – schützen – werterhalten

Gute Beratung und eine optimale Ausführung.

| | |
|----------------------|------------------------|
| Ursachenanalyse | Bauwerksabdichtung |
| Balkoninstandsetzung | Kellerinstandsetzung |
| Wärmedämmung | Schimmelpilzbekämpfung |

HBB Bau Reinhard Rascher

Gartenweg 4 · 90607 Rückersdorf · Tel. 0911/98 06 29 74
getifix-hbb@online.de · www.getifix.de/hbb

Wir holen Ihr Altauto

Abmeldung gegen Gebühr. Seriös mit Verwertungs-Nachweis.

Lorenz Recycling · Tel.: 09134 / 90 73 34



Viele Regelungen zum Umweltschutz stehen der Autowäsche auf privatem Grund und Boden entgegen. Foto: Sasin Tipchai/pixabay.com/mid/ak-o

Autowaschen zu Hause: Was ist erlaubt?

ANZEIGE

(mid/ak-o) Mit den ersten Sonnenstrahlen steht bei vielen Autofahrern auch die eingehende Pflege des eigenen Fahrzeugs auf dem Programm.

Autos dürfen in einigen Regionen nur unter strengen Auflagen im eigenen Garten von Hand gewaschen werden, da schnell umweltschädliche Stoffe wie Öl oder Benzin ins Grundwasser gelangen könnten. Teilweise ist das Abspritzen des Fahrzeugs mit klarem Wasser erlaubt, sofern das entstehende Abwasser nicht in die Kanalisation oder ein offenes benachbartes Gewässer gelangt. Was erlaubt ist, muss der jeweiligen örtlichen Satzung entnommen werden.

In einigen Regionen muss auch der Wochentag berücksichtigt werden: So ist es in Baden-Württemberg, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz, Saarland, Berlin und Bremen sonntags und an Feiertagen verboten, öffentlich wahrnehmbare Aufgaben wahrzunehmen, wozu auch die Autowäsche zählt. Andere Bundesländer verbieten das Autowaschen an einzelnen Feiertagen oder erlauben zumindest die Nutzung vollautomatisierter Waschanlagen.

Das Bußgeld ist ebenfalls regional unterschiedlich und beginnt häufig bei 25 Euro, in Baden-Württemberg und Nordrhein-Westfalen aber auch erst ab 500 Euro. Im Extremfall können, wie in Sachsen, bis zu 100.000 Euro fällig werden. Die Höhe des Bußgelds richtet sich dabei nach der Gefahr, die für die Umwelt entsteht.

Auf Privatgrundstücken ist eine Motorwäsche, das Waschen mit chemischen Reinigungsmitteln und technischen Hilfsmitteln wie Dampfstrahlern sowie die Wäsche innerhalb von Wasserschutzgebieten generell verboten. Lediglich Staubsaugen, feine Politur auftragen und mit Wasser die Scheiben reinigen, ist im eigenen Garten erlaubt.

Da das Waschen auf der Straße in der Regel als genehmigungspflichtige Sondernutzung angesehen wird und zudem gemäß der Straßenverkehrsordnung (StVO) das Beschmutzen oder Benetzen der Straße verboten ist, ist das Waschen auf der Straße praktisch kaum möglich.

Wer sein Auto ausgiebig waschen möchte, muss also zwangsläufig einen dafür vorgesehenen Waschplatz aufsuchen. Nur so kann das bei der Fahrzeugwäsche anfallende Abwasser aufgefangen werden. Geeignet sind dafür Waschanlagen mit und ohne Selbstbedienung.

Kunte GmbH
Autolackier-Fachbetrieb

Steinacher Str. 101 · 90427 Nürnberg
Tel. (0911) 30 23 25 · Fax (0911) 30 27 86

Simon Schuller

Geschäftsführer - Betriebsleiter

Autolackiererei@kunte-gmbh.de
www.kunte-gmbh.de

- PKW - Teil- und Ganzlackierungen
- Designlackierungen
- Motoradlackierungen
- Industrielackierungen
- Lackierungen aller Art
- Beseitigung von Unfallschäden
- Vermittlung von Leihwagen
- Hol- und Bringservice

Böhmischer Frühling in Höfles

Voll besetzt war die Höfleser Festhalle beim „Böhmischen Frühling“ am 29. April in Höfles. Die Böhmisch-Mährische Blasmusik und die Original Schwabachtaler Musikanten begeisterten das Publikum und sorgten für beste Stimmung.



Trost und Hilfe im Trauerfall

(spp-o) Trauer braucht ihren Raum und ihre Zeit. Die Stiftung Deutsche Bestattungskultur hat für Trauernde auf dem Ohlsdorfer Friedhof in Hamburg sogar eine eigene „Trauerhaltestelle“ eingerichtet: Menschen in Trauer können dort mit Kreide ihre Gedanken beschreiben und nach einiger Zeit lässt die Witterung diese Gedanken verschwinden. Die Trauerhaltestelle ist bewusst konfessionsfrei und für jedermann zugänglich angelegt.

Wie tief und wie lange jemand nach dem Tod eines wichtigen Menschen trauert, hängt von vielen Faktoren ab. Unterstützungsangebote helfen dabei, mit dem Schmerz nicht alleine bleiben zu müssen. Hier braucht es Stütze und Geleit – durch Familie, gute Freunde, eine Selbsthilfegruppe oder einen Trauerbegleiter. Erste Ansprechpartner sind dabei oft die Bestattungshäuser und ihre Trauernetzwerke. „Viele Bestatter sind durch Aus- oder Fortbildung in Trauerpsychologie fachlich qualifiziert. Sie begleiten Hinterbliebene oft seelsorgerisch weit über den Bestattungstermin hinaus. In ihren Räumen finden, häufig ehrenamtlich begleitet, Trauergruppen und Trauercafés statt“, erläutert Elke Herrnberger vom Bundesverband Deutscher Bestatter.

Qualifizierte Bestatter in Ihrer Nähe, die Ihnen im Trauerfall kompetent zur Seite stehen, finden Sie auf www.bestatter.de, der Homepage des BDB | Bundesverband Deutscher Bestatter e.V. Ganz besondere Trauerhilfen – 2022 ausgezeichnet von der Stiftung Deutsche Bestattungskultur – bieten die Initiativen „Trosthelden“, eine Online-Plattform für Trauernde, sowie die App „Grievy“.



Foto: pexels.com/Bundesverband Deutscher Bestatter/spp-o

AUTO/MOTORRAD

Wir kaufen Wohnmobil + Wohnwagen
☎ 03944-36160, www.wm-aw.de (Fa.)

Suche: Gebrauchtmotorräder,
Unfall oder Totalschaden, 125er,
Roller, zahle bar bei Abholung.
Bitte ALLES anbieten!
☎ 0172 - 6 01 90 85

Barankauf v. PKW auch hohe km
☎ 0911-66 60 60

KFZ / ZWEIRAD

MOTORRADANKAUF - alle Marken
von TOP bis Unfall! ☎ 0911/5485 005

RUND UMS HAUS

Maler WIM
kommt gleich hin: ☎ 0911-26 60 38

FEUCHTE WÄNDE ? NASSER KELLER ?

SCHIMMEL ODER AUSBLÜHUNGEN ?

09 11 - 65 65 82 89

BKM.MANNESMANN
A B D I C H T U N G S S Y S T E M E
...verantwortbar treiben Nichts!
www.bkm-zirndorf.de

**Feuchte Mauern?
Schimmel? Salpeter?**

Erfolgreich seit über 40 Jahren:
Trockenlegung von feuchten und nassen
Wänden, Kellern und Tiefgaragen.
Schimmelpilz verhindern, Hausschwamm und
Setzungsrisse im Mauerwerk beseitigen.
Für ein kostenloses Angebot einfach anrufen:
bautenschutz katz GmbH ☎ 0 91 22 / 79 88-0
Ringstraße 51 · 91126 Rednitzhembach
www.bautenschutz-katz.de

WOHNUNGSAUFLÖSUNGEN

Wohnungsauflösung zum
Festpreis mit Nachlassankauf!
☎ 0911-95 09 91 30

BESTATTUNGSINSTITUT



MITGLIED DES
"LANDESFACHVERBANDES
BESTATTUNGSBEREIBE BAYERN E.V."

RUMMEL
BESTATTERMEISTER
THANATOPRAKTIKER



90475 Nürnberg
Fischbacher Hauptstraße 185
TEL.: **83 17 87**

Jederzeit erreichbar
Alle mit einem Sterbefall verbundenen
Angelegenheiten erledigen wir zuverlässig
und vertrauensvoll aus einer Hand.

90419 Nürnberg
Burgschmietstraße 41-43
TEL.: **377 35 388**

Bestattungsvorsorge

Familienbetrieb seit 1970

KLEINANZEIGEN

VERSCHIEDENES

www.verlag-hopfner.de

“ Glück ist das
einzige, das
sich verdop-
pelt, wenn
man es teilt.
Albert Schweitzer

Firma Horski

Edelmetalle - Schmuck
Inh. Frank Thein

Altgold | Silber | Platin
Zahngold
Schmuck | Münzen

**Ankauf zu
Tagespreisen!**

Welserstr. 7 - 90489 Nürnberg
Tel.: 55 39 88 - Fax: 53 44 04
www.horski-edelmetalle.de

SUSI HOLT SCHROTT!

**Kostenlose Abholung
v. Altmetall + Schrott
Ankauf Altfahrzeuge**

☎ 09123-12461 od. 0172-8518247

Jetzt 5x
in ...

JUWELIER SANDKÜHLER

FEINER SCHMUCK AUS ZWEITER HAND

STUTTGART · HEILBRONN · LUDWIGSBURG · ESSLINGEN · NÜRNBERG

P F A N D K R E D I T

Beleihung von Schmuck, Uhren, Goldmünzen und -Barren

G O L D A N K A U F

Erbschmuck, Zahngold, Altgold

G O L D S C H M I E D E

Neuanfertigung, Umarbeitung, Reparatur

Königstr. 8 · 90402 Nürnberg · 0911/23 77 26 0 · juwelier-nuernberg.de

IMPRESSUM

Das Magazin REGIONAL AKTUELL erscheint einmal pro Monat, immer zum Monatsende, und wird kostenlos in nahezu jedem Haushalt im Verteilungsgebiet zugestellt.

HERAUSGEBER:
VERLAG HOPFNER Werbeagentur + Verlag
Wolfgang Hopfner
Geisseestraße 13, 90439 Nürnberg
Tel.: 0911-941508-0, Fax: 0911-941508-19
E-Mail: info@verlag-hopfner.de
Internet: www.verlag-hopfner.de
Ust.-Identnummer: DE133447951

ANZEIGEN VERANTWÖRTLICH
Karin Tonesz 0911 - 941508-14
redaktion@verlag-hopfner.de
Geisseestraße 13, 90439 Nürnberg

ANZEIGENANNAHME
Carmen Meschkat 0152 - 59 61 25 52
carmenmeschkat@verlag-hopfner.de
Peter Niitschke 0911 - 9748053
werbbeecke-west@arcor.de

REDAKTION VERANTWÖRTLICH
Karin Tonesz 0911 - 941508-14
redaktion@verlag-hopfner.de
Geisseestraße 13, 90439 Nürnberg

DRUCK Mayer & Söhne GmbH, Aichach
VERTEILUNG Noris Werbung, Fürth
AUFLAGE 17.000
V.I.S.D.P. Wolfgang Hopfner



Pflegefamilie werden

Das familiäre Konzept des Vereins

Die Alternative zum eigenen Tier – für das man Zeit seines Lebens Verantwortung tragen sollte – ist, Pflegefamilie bei der Tierhilfe Franken e.V. zu werden. Das bedeutet, dass Sie Hund, Katze, Kaninchen etc. für eine gewisse Zeit bei sich aufnehmen, bis der Verein ein passendes Zuhause gefunden hat. Futter- und Tierarztkosten sowie das komplette Equipment stellt die Organisation. Natürlich wird Ihnen der Verein in einem persönlichen Gespräch bei Ihnen Zuhause alle Fragen, die Sie zu diesem Thema haben, voll umfänglich beantworten und Ihnen auch im Anschluss mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Werden Sie ein Teil der Tierhilfe Franken e.V. und rufen Sie mal an.

Auch Ihre Urlaubsplanung wird selbstverständlich berücksichtigt. Hierfür gibt es unterschiedliche Möglichkeiten. Ein Hund kann vorübergehend im Tierhilfe Franken-Haus untergebracht werden oder, wenn Sie ihn mitnehmen möchten, muss dies genauestens besprochen werden.

Postanschrift: Tierhilfe Franken e.V., Neunkirchener Str. 51, 91207 Lauf
 ☎ 09244/9823166 • 0911/7540438 • 09152/921890 • www.tierhilfe-franken.de

Spendenkonto: IBAN: DE60760501010005497011, Sparkasse Nürnberg

Vier Pfoten und zwei Beine auf Reisen

ANZEIGE

Ein Wanderurlaub mit Hund will gut geplant sein

Foto: DJD/www.travel4dogs.de/kerkezz - stock.adobe.com



(DJD). Mit dem Hund auf eine Wanderreise zu gehen, ist für Mensch und Tier ein großes Vergnügen: Sie sind den ganzen Tag zusammen draußen und können gemeinsame Entdeckungen machen – für beide ein erlebnisreiches Abenteuer und eine spannende Abwechslung zur heimischen Gassi-Runde. Aber die Planung einer solchen Wanderreise ist eine Herausforderung: In welchen Unterkünften sind Hunde willkommen? Welche Ziele eignen sich zu welcher Jahreszeit und welche Touren können beide gut bewältigen? „Die Wanderregion muss zuallererst dem Menschen gefallen“, sagt Nadja Hoffmann vom spezialisierten Reiseveranstalter travel4dogs aus Berlin. „Der Hund ist ein Rudeltier und findet es sowieso toll, mit seinem Menschen tagelang in der Natur zu sein. Ob in den Bergen oder am Meer, das ist dem Hund egal. Hauptsache, er ist mit seinem Rudel unterwegs.“ Trotzdem gibt es im Interesse des vierbeinigen Begleiters bei der Auswahl einer Wanderreise einiges zu beachten.

Kein Touristentrubel

Ruhige Landstriche in unberührter Natur sind für viele Hunde schöner als Regionen mit Touristentrubel. Dann kann der Hund auch mal freilaufen. Auch für die Reisezeit und Auswahl des Wanderziels gibt die Expertin zu bedenken: „An heißen Sommertagen sind vor allem Hunde mit viel Fell auf schattigen Waldwegen besser aufgehoben als in offenen Landschaften.“ Im Gebirge sollten Mensch und Hund trittsicher sein. In der Sächsischen Schweiz gibt es einige Klettersteige, über die kleine Fellnasen getragen werden können. Es gibt aber auch hundefreundliche Umgehungen. Für Einsteiger empfiehlt sich zudem beispielsweise der Spreewald mit seinem flachen Gelände. Eine individuelle siebentägige Wanderreise mit Gepäcktransfer hat nur kurze Tagesetappen und wenig Höhenmeter und ist daher ideal auch für weniger geübte Wanderer.

Gute Kondition an beiden Enden der Leine

Auf jeder Tour gilt: „Der Hund läuft viel mehr Kilometer als wir, er muss ausgewachsen sein und fit.“ Ungeübte Zwei- und Vierbeiner sollten vor einer längeren Wanderreise besser einmal ausprobieren, ob die Kondition an beiden Enden der Leine reicht. Dann ist der Teutoburger Wald zum Beispiel ein schönes Wanderrevier, eine abwechslungsreiche Landschaft mit sanften Hügeln, schroffen Felsen und atemberaubenden Panoramen von den Kammwegen. Unter www.travel4dogs.de sind zwei Schnupper-Wanderpauschalen zu finden, die für drei oder vier Tage über den Hermannsweg und den Eggeweg führen. Solche organisierten Individualreisen mit Gepäcktransfer, ausgesuchten Unterkünften und Proviant für unterwegs bieten nicht nur Erholung vom Alltagsstress, sondern stärken auch die Bindung zu unserem Hund.

Nanga sucht ein neues Zuhause

Der neunjährige Nanga war bereits acht Jahre vermittelt, musste jetzt jedoch wieder ins Tierheim zurück.

Nanga ist sehr sportlich und ein Zaun unter 2 Meter ist für ihn gar kein Problem. Er geht gerne laufen und fährt super gerne mit dem Auto mit.

Er hat einen sehr stark ausgeprägten Jagdtrieb und hatte auch leider schon mal Erfolge.

Bei anderen Hunden entscheidet die Sympathie. Kinder sollten mind. 13 Jahre und standfest sein.

Wenn ihr Nanga kennenlernen wollt oder mehr Infos braucht, dann meldet euch gerne bei uns im Tierheim.



Tel. 09151/6095923 / Mo-Fr. von 8:00-17:00 Uhr

Hersbrucker Tierheim • Hopfau 2a • 91217 Hersbruck • Tel.: 09151/6095923
 Bürozeit: Mo. bis Fr. 8:00-17:00 Öffnungszeiten: Nach Terminvereinbarung

www.hersbrucker-tierheim.com

Bitte unterstützen Sie uns mit einer Spende und/oder Ihrer Mitgliedschaft.

Sparkasse Nürnberg

IBAN: DE85760501010190034017 • BIC: SSKNDE77xxx

PayPal: hersbrucker-tierheim@web.de

Ihre Spende ist steuerlich absetzbar! Vielen herzlichen Dank.



Scannen. Zahlen. Fertig!