Verlags-Sonderveröffentlichung

Generation plus

Auch im Alter noch voll dabei
Trainer Jupp Heynckes beweist, dass man auch mit 72 noch nicht zum »alten Eisen« gehört.
Foto: CC BY-SA 3.0

Für den Umgang mit dem Computer ist man nie zu alt

MOOSACH · Als vor 30 Jahren der Computer so langsam in die Privathaushalte einzog, da waren noch nicht alle überzeugt. Es gab solche, die sich auf die neue Technik einließen und die Entwicklungsschritte mitgingen. Und dann gab es die Skeptiker, die sich damit nicht so recht befassen wollten. Ihr Abstand ist mit der Zeit immer größer geworden. Heute sind Computer allgegenwärtig und es gibt eine Generation, die nicht damit aufgewachsen oder den Einstieg verpasst hat. Für sie gibt es den Moosacher Senioren-Computerclub, der regelmäßig PC-Kurse für Senioren anbietet. Aktuell läuft ein Kurs, der nächste beginnt am 26. Februar. Ein Kurs umfasst vier Unterrichtseinheiten, jeweils dienstags von 14.00 bis 15.30 Uhr. Die Teilnahme kostet 40 Euro.
Nähere Infos gibt es online auf *www.senioren-computerschule-moosach.de* und telefonisch unter 0 81 42 / 59 71 92. Hier kann man sich auch anmelden. Die Kurse finden im ASZ Moosach, Gubestraße 5, Nähe S- und U-Bahn Moosach, statt.
Auch Smartphone-Besitzer sind in Moosach an der richtigen Adresse. Am 27. Februar beginnt hier ein dreiteiliger Smartphone-Grundkurs für Anfänger. Im Mittelpunkt steht das Betriebssystem Android. Der Kurs findet dienstags von 10.00 bis 11.30 Uhr statt. Die Teilnahme kostet 30 Euro.

Achtung Immobilien-Eigentümer!
Finanzielle Unabhängigkeit im Alter!
Nutzen Sie Ihre eigene Immobilie als zusätzliche Einkommensquelle (Immo-Rente/Sofort-Rente etc.) mit dem
WALSER-SENIOREN-KONZEPT »IMMOBILIE PLUS EURO«
Lebenslang wohnen + sorgenfrei leben in der eigenen Immobilie
Rufen Sie uns einfach an! 089/6092012
WALSER IMMOBILIENGRUPPE MÜNCHEN
p.walser@walser-immobiliengruppe.de

Jetzt noch vor der Grippewelle schützen

Wer sich jetzt impfen lässt, kann noch rechtzeitig den Impfschutz aufbauen

Daten der Arbeitsgemeinschaft Influenza am Robert Koch-Institut zeigen, dass der Höhepunkt der jährlichen Grippesaison meist erst im Februar/März liegt. Bei derzeit ansteigenden Krankheitsfällen wird deshalb in den nächsten Wochen mit dem Beginn der Grippewelle gerechnet. Da sich der Grippe-Impfschutz innerhalb von 10 bis 14 Tagen aufbaut, kann eine Grippeimpfung auch jetzt – vermeintlich spät – oft noch rechtzeitig erfolgen.

Ein kleiner Pieks kann auch jetzt noch vor der kommenden Grippewelle schützen. **Foto: djd/Sanofi/thx**

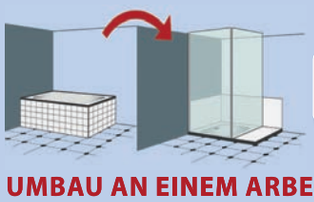
Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die jährliche Grippeimpfung unter anderem für Menschen ab 60 Jahren, Menschen jeden Alters mit chronischen Krankheiten wie Diabetes, Atemwegs- und Herz-Kreislauferkrankungen, Alten- und Pflegeheimbewohner, medizinisches Personal sowie Schwangere ab dem vierten Monat. *djd*

Für mehr Sicherheit

Badewanne wird barrierefreie Dusche

Eine Badewanne mit Tür und Spritzschutzwand kann auch als Dusche genutzt werden. Foto: *muenchen.badbarrierfrei.de*

MÜNCHEN · Im Badezimmer ist die Unfallgefahr besonders groß. Denn mit Shampoo- und Seifenresten vermischtes Spritzwasser verwandelt den Fliesenboden häufig in eine spiegelglatte Eisbahn.
Gesellen sich Hindernisse wie der hohe Badewannenrand dazu, haben vor allem ältere Menschen Schwierigkeiten. Was also tun?
Innerhalb nur eines Werktages bauen die Experten von BADbarrierefrei die Badewanne zu einer geräumigen Dusche um oder installieren nachträglich eine Badewannentür, die zu 100 Prozent wasserdicht abschließt und einen bequemen Ein- und Ausstieg ermöglicht. Wird zusätzlich dazu eine praktische Spritzschutzwand montiert, lässt sich die Wanne als Dusche nutzen, ohne dass sich Wasser auf dem gefliesten Boden ansammeln kann und zur Rutschgefahr wird.
Übrigens: Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen werden von der Pflegekasse mit bis zu 4.000 Euro bezuschusst. Mit diesen Fördergeldern lässt sich der Umbau der Wanne zur Dusche in den meisten Fällen abdecken. Informationen zur Bad-Teilsanierung sind im Web unter *www.muenchen.badbarrierfrei.de* zu finden und lassen sich telefonisch unter 089/54091958 kostenfrei erfragen. *pr*

Wanne raus - Dusche rein!

Jetzt 4.000 € Zuschuss sichern!

UMBAU AN EINEM ARBEITSTAG:
Günstig, einfach, fachgerecht
Ausstellung in München, Hinterbärenbadstr. 80
Tel. 089-540 319 58 www.muenchen.badbarrierefrei.de

kostenlos unabhängig bayernweit
Beratungstelefon
Pflege und Wohnen 089 / 2117-112
Mo bis Fr von 8 - 12 Uhr, Do 15 - 18 Uhr
eMail: lebenimalter.bayern@vdk.de
SOZIALVERBAND VdK BAYERN
unabhängig. solidarisch. stark.

Ein neuer Lebensabschnitt

Senioren-Appartements
am Isarhochufer gGmbH
- gebietsnahe und ruhige Wohnresidenz beim Wettersteinplatz
- 1-/ 1,5-/ 2- und 3-Zimmer-Appartements mit Loggia
- hauseigener Pflegedienst, Notrufsystem, 24-Stunden-Versorgung
- volle Eigenständigkeit - bei Bedarf abrufbare Betreuungspalette
- individuelle Besichtigungstermine

Reichenhaller Straße 7 · Tel: 089 / 62 50 63 00
www.seniorenappartements-muenchen.de

Bauen & Wohnen

Aktuelle Themen, Tipps und Trends: Für Haus und Garten, Profis und Heimwerker, Architektur, Baufinanzierung, Einrichtung und Energie.

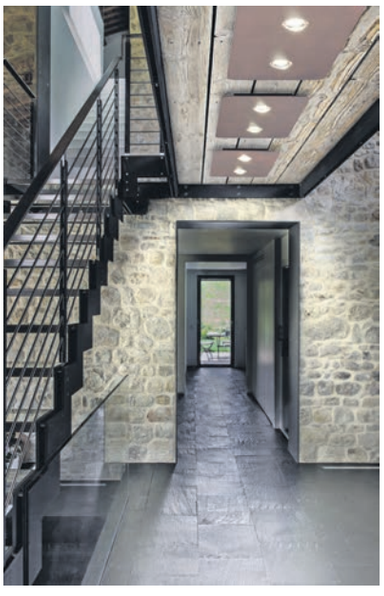
Skylight – Die Lichtberater!

Licht maßgeschneidert – Service statt Massenabfertigung

Den Satz: „Lampen kaufen ist so schwierig" – lässt man hier ganz schnell beiseite.

Seit über 20 Jahren sind Ramona und Markus Ströder die Experten bei „Skylight", wenn es um Licht geht. Auf gut 150 qm Ausstellungsfläche findet König Kunde im „Skylight-Lichtstudio" ausgefallene und stilvolle Leuchten, ob nun mit schlichter Eleganz oder verspielten Details aber immer mit dem Sinn für das gewisse Etwas. Alle Leuchten sind persönlich ausgewählte Stücke, die ein Zeichen für guten Geschmack sind, zudem achten die Lichtberater auf beste Qualität, damit die Freude an den neuen Leuchten auch lange währt.

„Service und Beratung stehen für uns an erster Stelle", so die Geschäftsführerin Ramona Ströder und bietet auch eine Vorortberatung beim Kunden an. Bei „Skylight" kommt die Beleuchtung eben nicht „von der Stange" und alle Wünsche an das neue Licht sollen berücksichtigt werden. Bei den Lichtberatern von „Skylight" wird Licht auf Wunsch auch maßgeschneidert. Idealerweise fotografieren Sie die jetzige Situation, damit wir Sie noch besser und zielgerichteter beraten können.



„Bei Neu- und Umbauten empfiehlt sich eine genaue Lichtplanung schon vor Baubeginn, für die wir uns mit unseren Kunden gemeinsam viel Zeit nehmen – damit zum Schluss auch alles so ist, wie sich der Kunde das wünscht", so Ramona Ströder. Dabei geben die Lichtberater auch wertvolle Tipps.

LED-Leuchten liegen aktuell besonders im Trend, die verschiedensten Oberflächen sind bei vielen Leuchten frei wählbar. Die große Auswahl an „besonderen" Lichtlösungen wird die Besucher beeindrucken, da ist sich Markus Ströder sicher. Die Lage, direkt an der „alten" B11 zwischen Freising und Garching, garantiert ideale Erreichbarkeit und kostenlose Parkplätze stehen direkt vorm Haus, an der Straße und im Hof zur Verfügung. Von der Autobahnausfahrt Garching-Nord (TU-München) ist das Lichtstudio von „Skylight – die Lichtberater" binnen nur 2 Minuten erreichbar.

Beratungen auch bei Ihnen zu Hause – bitte vereinbaren Sie einen Termin!

Mehr Infos: www.skylight-lampen.de *rs*

FTF Fußbodentechnik Felkel

Ihr Fachmann für Parkett-, Laminat- und Designbeläge. Innungsfachbetrieb mit eigener Parkettausstellung übernimmt gerne Ihre Bodenbelagsarbeiten.

FTF Fußbodentechnik Felkel
Sportplatzstraße 54, 85716 Unterschleißheim
Tel.: 089/32 60 31 04, Mobil: 0173/5 65 42 97

SCHLOSSEREI & METALLVERARBEITUNG

Wir **planen, projektieren & fertigen** für Sie:

Metallbauarbeiten wie z.B.:
Treppen & Balkongeländer
Mülltonnenhäuser
Handläufe
Vordächer
Carports

Gerne **beraten wir Sie** bei Ihnen vor Ort und erstellen Ihnen ein **kostenfreies Angebot.**

Kontaktieren Sie uns. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Telefon 0 89/3 10 11 88 info@hoegel-studiotechnik.de
Telefax 0 89/3 17 49 12 www.hoegel-studiotechnik.de

Högel Studio-Technik GmbH Furtweg 21 • DE-85716 Unterschleißheim

bwe ...bevorzugt einkaufen!

Fachliche Beratung ! Top Preise !
& Einmalige Angebote !

Im BWE FORUM, Max-Planck-Str. 7,
85716 Unterschleißheim, www.bwe.de
089. **321 55 222**

- Badmodernisierung
- Heizungssanierung
- Dachflächenfenster
- Fenster und Türen
- Parkett/Laminat
- Elektrogeräte
- Dachausbau
- Markisen

CHRISTIAN HEMPEL
Fliesenfachbetrieb • Fugensanierung
Fliesenarbeiten Maurer- und Verputzarbeiten
Kiebitzstr. 1 • 85716 Unterschleißheim
Tel.: 0 89/35 38 98 45 • Mobil: 01 74/24 36 874
fliesen-hempel@web.de
Ihr zuverlässiger Partner für Renovierungen im Haus

Bauen & Wohnen

Aktuelle Themen, Tipps und Trends: Für Haus und Garten, Profis und Heimwerker, Architektur, Baufinanzierung, Einrichtung und Energie.

Massive Eiche und Wildeiche, voll im Trend

Eiche steht für Langlebigkeit und ihre warmen Farbtöne geben dem Raum Behaglichkeit

Das Holz der Eiche wird seit Jahrhunderten eingesetzt, wenn es um **hohe Ansprüche an Robustheit und Langlebigkeit** geht. So wird von jeher die Eiche im Schiffsbau, für Brücken, für Fenster und im Fachwerkbau verwendet.

Seine gute Beständigkeit gegenüber Feuchtigkeit sowie sein besonderes Aroma machen das Eichenholz zum idealen Material für Fässer zur Lagerung von Wein, Whisky und Sherry.

Seit ein paar Jahren findet die Eiche wieder **vermehrt Einzug in den Wohnbereich.** Die Eiche zählt zu den wertvollsten heimischen Nutzhölzern für Möbelbau und Innenausbau.

Das Eichenholz wird dabei in den unterschiedlichsten farblichen Schattierungen und Behandlungen angeboten. Am schönsten finden die Einrichtungsplaner von Möbelidee aber, wenn **Eichenholz in seiner ursprünglichen natürlichen Farbgebung** belassen wird.

Das Eichenholz strahlt mit seinen graugelben bis gelbbraunen Farbtönen **Wärme und Behaglichkeit** aus und findet so wieder vermehrt Einzug in moderne Wohnsituationen.

Dabei kann das Holz sehr schlicht, aber auch mit einer deutlichen Fladerung verarbeitet werden. Momentan ist der Trend bei einer rustikalen Verarbeitung angekommen, bei der **bewusst kleine Äste und Risse im Holz belassen** werden. Man spricht dabei auch von **Wildeiche.**

Es handelt sich also nicht um eine eigenständige Art der Eiche, sondern vielmehr um die Art der Verarbeitung und das daraus resultierende Ergebnis.

Die Firma Möbelidee in Feldmoching bietet **passend zu diesem Trend in einer tollen Aktion** ein komplettes Speisezimmer zu einem Spitzenpreis an. Mehr zur Aktion erfahren Sie unter **www.moebelidee.de** Im modernen Einrichtungsstil setzt man gerne diese rustikalen Akzenten farbigen Flächen und Flächen in Hochglanz gegenüber.

Das **Planungsteam** der Firma Möbelidee entwickelt dazu Vorschläge in Zusammenarbeit mit seinen Kunden. Dazu vereinbaren Sie einfach einen unverbindlichen Beratungstermin oder schauen spontan in der Pflaumstr. 8 in Feldmoching vorbei. Informationen erhalten Sie auch unter **www.moebelidee.de** *Andreas Kreiter*

Hausverwaltung
Auch kleine Einheiten sind willkommen!
Wir sind Ihr kompetenter Ansprechpartner für die professionelle Hausverwaltung Ihrer Immobilie
VDIV Bayern e.V.

Lassen Sie sich von unseren Leistungen überzeugen!
24STD HOTLINE
08133 / 88 18
Verwaltung Harms
Harms GmbH • Hauptstraße 22 • 85777 Fahrenzhausen • www.immobilien-hausverwaltung-harms.de

Marita Waltsgott
Ihre Ansprechpartnerin für Anzeigen aus den Städten Unterschleißheim und Garching sowie den Gemeinden Oberschleißheim, Haimhausen, Eching und Neufahrn
Tel. 089/3218 40 – 32 · Mobil 0172/8290091
m.waltsgott@druck-zimmermann.de

VELUX Geschulter Betrieb
das-bau-team.com
zimmerei+holzbau
Meisterhaft Deutsche Bauwirtschaft
▶ Aufstockungen in Holzbauweise
▶ Holzfassaden + Terrassen
▶ „Energetische Dachsanierungen“
Robert-Bosch-Str. 1, 85716 Unterschleißheim, 089-38869-300

Möbelschreinerei & Innenausbau
HDDH Möbel
z. B. Einbauschränke, Garderoben, Küchen, Wohn- und Schlafzimmer usw.
Alle Möbel nach Ihren Anforderungen!
PS: Wir reparieren auch Ihre liebgewonnenen Möbel.
Horst Dambeck
Werkstatt:
Dachauer Straße 103 · 85778 Haimhausen · Tel./Fax (0 81 33) 65 63
www.schreinerei-dambeck.de
info@landkreis-anzeiger.de
www.druck-zimmermann.de

Meisterbetrieb
Peinl Spenglerei & Bedachungen
Telefon 089/31 09 83 18 Wilhelm-Busch-Straße 7
Fax 089/31 09 83 29 85716 Unterschleißheim
www.peinl.de
Flachdachisolierung · Dachflächenfenster
Dachreparaturen aller Art
Asbestentsorgung nach TRGS 519

650 Euro für den Kranken- und Altenpflegeverein Oberschleißheim

Spende der Turner des TSV Schleißheim

Die Montags-Turner des TSV Schleißheim zeigten sich erneut spendenfreudig für einen guten Zweck in Schleißheim. Sie spendeten dem Kranken- und Altenpflegeverein Oberschleißheim e.V. 650 Euro. Die Turner der „Men-Power" des Schleißheimer Sportvereins helfen damit Bedürftigen. „Wir freuen uns, dass wir erneut helfen können!" Die Turner lieben nach dem anstrengenden Turnabend auch das gesellige Beisammensein im Vereinsheim. Dabei kam die Idee auf, Geld zu sammeln für einen caritativen Zweck. Mitturnen kann im Übrigen jeder Mann über 18 Jahre, jeweils montags ab 19.45 Uhr in der Turnhalle in der Jahnstraße in Oberschleißheim.

Horst Wolf

Segen empfangen – geborgen in Gott!

Gut besuchter Gottesdienst in der Genezarethkirche Unterschleißheim

Wie im vergangenen Jahr lud Pfarrerin Patricia Hermann mit ihrem Team am frühen Abend des Dreikönigstages zu einem Segnungsgottesdienst ein. In diesem besonderen Gottesdienst, ganz außerhalb der klassischen Liturgie, wurde den Gottesdienstbesuchern die Gelegenheit gegeben, sich ganz persönlich segnen zu lassen – entweder für sich allein, als Paar oder als ganze Familie. Der ruhige, fast verhalten stille Gottesdienst, musikalisch einfühlsam begleitet von Charles Muchingile an der Orgel, gab Raum für Nachdenken, sich selbst zu spüren, auf sich selbst zu hören. Der Schein des Christbaums, der Glanz der Krippe und die brennenden Kerzen des Adventskranzes, alles noch ganz real in der Kirche vorhanden, strahlten in das noch junge Jahr 2018 hinein. Viele folgten der Einladung, das neue, junge Jahr mit dem Segen Gottes zu beginnen. Viele ließen sich durch Salbung an Stirn und Händen persönlich segnen – ein oft sichtlich berührender Moment für Segnende und Gesegnete! Das an die Segnungshandlung anschließende, die Gemeinschaft vertiefende Abendmahl mit dem Friedensgruß bekam so noch eine noch unmittelbarere Bedeutung. Ein Gottesdienst mit stärkender Kraft – egal was 2018 bringt!

Heike Köhler

Angebote gültig von Montag, 22. 01. bis Mittwoch, 24. 01. 2018

V-MAR

einfach besser e

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

Münchens größte Verbr

Fleischpfannen für Sie in verschiedenen Geschmacksrichtungen gewürzt

Geräucherte Schälrippchen
100 g
0.59

Pizza-Leberkäse zum Selberbacken
in der Aluschale, mit Schinken, Paprika und Emmentaler
100 g
0.69

Honigschinken oder Kaminrauchschinken
gekocht, saftig und zart, ca. 5 % Fett
100 g
1.49*

Orig. Ostermeier Kabanos
über Buchenholz heißgeräuchert
100 g
0.99*

Hausmacher Leberwurst im Ring
über Buchenholz geraucht
100 g
0.59*

Kalbslyoner
geschnitten
100 g
0.69*

Frisch aus der Käsetheke:
Leerdammer Léger, Original oder Delacrème
4 – 6 Wochen gereift, laktosefrei
32 %, 45 % oder 51 % Fett i. Tr.
100 g
1.23 Sie sparen 46 %
0.69

Frisch aus dem Brothaus:
Kartoffelbrot
je 500-g-Laib mit Kartoffeln hergestellt
1 kg = 3.40
1.70

Flechti Hell
je Stück
0.30 Sie sparen 33 %
0.20

8x4 Deospray 150 ml oder Deo Roll-on 50 ml
verschiedene Sorten
100 ml = 0.63 / 1.90
0.95

Sheba Katzennahrung
nass, verschiedene Sorten
je 85-g-Schale-/Portionsbeutel
100 g = 0.41
0.55 Sie sparen 36 %
0.35

Klappbox
aus Kunststoff, Maße: ca. B 47 x T 3
extra stabil, mit zwei Tragegriffen, max. Belastung 10 kg
ca. 34 l
4.99

Filialen: V-Markt München Balanstraße 50 | 81541 München-Ost
V-Markt München Maria-Probst-Straße 6 | 80939 München-Nord