ARKT
sser einkaufen
g, 10.02. bis Mittwoch, 12.02.2020

Weihenstephan Rahmjoghurt oder **Rahmjoghurt Mascarpone**
jeweils versch. Sorten
je 150-g-Becher
100 g = 0.19
0.29 ~~0.65~~
Sie sparen 55 %

Whiskas Multipack
Katzennahrung, nass,
je 12 x 100-g-Portionsbeutel
1 kg = 2.08

2.49 ~~3.29~~
Sie sparen 24 %

ermärkte in der Balanstraße und im Euro-Industriepark mit V-Baumarkt !

Montag bis Samstag
7 - 20 Uhr geöffnet

Moskovskaya Russischer Wodka
38 % Vol.
je 0,5-Liter-Flasche
1 l = 11.10

5.55 ~~7.49~~
Sie sparen 25 %

Franken Brunnen Mineralwasser
verschiedene Sorten
je 12 x 1,0-Liter-Kiste
+ Pfand 3.30 /
1 l = 0.37

4.44 ~~6.49~~
Sie sparen 31 %

Müller Reine Buttermilch
je 500-g-Becher / Flasche
1 kg = 0.66

0.33 ~~0.69~~
Sie sparen 52 %

Philadelphia 4 x 35 g oder 175-g-Becher, **Mousse** 140 g, **Free to feel good** 150 g
jeweils verschiedene Sorten
oder **laktosefrei** 150 g
je Becher
100 g = 0.49 – 0.61

0.85 ~~1.49~~
Sie sparen 42 %

Blumenkohl
aus Italien
je Stück

1.99

Dr. Oetker Ristorante Pizza, Piccola oder **Bistro Flammkuchen**
jeweils verschiedene Sorten
z. B. Pizza Salame
je 240-g – 410-g-Packung
tiefgefroren
1 kg = 4.05 – 6.92

1.66 ~~2.69~~
Sie sparen 38 %

Atco Mandeln, Haselnuss- oder **Walnusskerne**
ganz oder gemahlen
je 200-g-Beutel
100 g = 0.80

1.59
Sie sparen mind. 5 %

Kronenöl Rapsöl
mit feinem Buttergeschmack
Ideal zum Braten und Backen
je 500-ml-Flasche
1 l = 2.98

1.49 ~~1.99~~
Sie sparen 25 %

Lutz Wurstkonserven
verschiedene Sorten
je 125-g-Dose
100 g = 0.47

0.59 ~~0.79~~
Sie sparen 25 %

Faserarme Mangos
aus Peru
je Stück

0.99 Jubiläumspreis

Mövenpick Kaffee
verschiedene Sorten
ganze Bonhnen
je 1-kg-Packung

8.88 ~~13.99~~
Sie sparen 36 %

Dr. Beckmann Waschmaschinen oder **Spülmaschinen Hygiene-Reiniger**
je 250-g / 75-g-Packung
100 g = 0.78 / 2.60

1.95

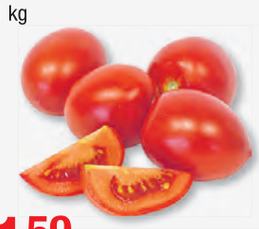
Pril Spülmittel oder **Kraft Gel**
verschiedene Sorten
je 750-ml / 500-ml-Flasche
1 l = 1.32 / 1.98

0.99 ~~1.45~~
Sie sparen 31 %

Garnier Wahre Schätze Shampoo oder **Spülung**
verschiedene Sorten
je 250-ml / 200-ml-Flasche
100 ml = 0.70 / 0.88

1.75 ~~2.25~~
Sie sparen 22 %

Romatomaten
aus Spanien
1 kg



1.59

gstrockner

(Intenso)®
USB-Stick „Rainbow Line“
je 16 GB

3er Pack
9.99

Original Collection
SUBLEVEL
Herren Hoodie
57 % Polyester /
43 % Baumwolle,
Kängurutasche,
Gr. S – XXL

15.00 ~~25.85~~
Sie sparen 42 %

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

Telefon 089/4130950
Telefon 089/3219181-0

Firmensitz: Georg Jos. Kaes GmbH, Am Ring 15,
87665 Mauerstetten, Telefon (08341) 8070

v-markt.de

Sozialberufe

88 Prozent sind weiblich

88 Prozent der Personen in Pflegeberufen sind Frauen. Auch Männer werden für diesen Beruf dringend gesucht.

Foto: Herzwerker

Herzwerker werden

Es gibt Handwerker. Es gibt Kopfarbeiter. Und es gibt Menschen, die nicht nur mit Hand und Köpfchen arbeiten wollen, sondern noch etwas mehr suchen. Die mit anderen Menschen arbeiten möchten. Professionell und engagiert. Und denen es Spaß macht, anderen Menschen mehr Lebensqualität und Lebensfreude zu vermitteln, ihnen Perspektiven zu eröffnen, sie zu fördern und zu begleiten. Die aber auch ihre eigene berufliche Perspektive nicht aus dem Auge verlieren. Wir nennen sie: HERZWERKER.

Neben deutschstämmigen HERZWERKERN sind auch Fachkräfte aus anderen Kulturkreisen in der Altenpflege gefragt. Der Einstieg in den Pflegeberuf ist bereits über die einjährige Ausbildung als Altenpflegehelfer und Altenpflegehelferin möglich. Kenntnisse der deutschen Sprache sind dabei natürlich Voraussetzung. Das Berufsbild ist vielfältig und offenbart Akzeptanz und Respekt, denn Herkunft, Nationalität oder Hautfarbe spielen keine Rolle. Der Mensch mit seinen Fähigkeiten steht im Fokus. Und wer diese weiterentwickeln will, hat in der Altenpflege beste Chancen. Altenpflege bedeutet nicht nur die Pflege alter Menschen, sondern auch das Management des eigenen Könnens und beruflichen Potenzials. Sie bietet Fortbildungsmöglichkeiten, wie zum Beispiel Schmerzmanagement- und Sprachkurse. Sie zeigt Perspektiven durch Weiterbildungen, wie unter anderem die zur Fachpflegekraft oder zum Qualitätsbeauftragten. Auch ein weiterführendes Studium, beispielsweise zum Gesundheitsmanager, ist eine spannende Option. Wer will, kann sogar noch eine Promotion anschließen. Die Möglichkeiten sind überaus vielfältig und bieten auch für Quereinsteiger und -einsteigerinnen Entwicklungsmöglichkeiten. Kurzum: Wer HERZWERKER in der Altenpflege wird, nutzt ein bis dato weitgehend unterschätztes berufliches Sprungbrett.

Zertifizierter Seniorenbegleiter werden

Neuer Kurs des Evangelischen Bildungswerks startet Ende März in München

MÜNCHEN · Das Evangelische Bildungswerk bietet einen Kurs zur Seniorenbegleitung an. Dieser Kurs ist ausgestaltet nach § 45 SGB XI . Ein Informationsabend hierzu findet am Montag, 30. März, 18.00 Uhr, im Evangelischen Bildungswerk München in der Herzog-Wilhelm-Straße 24/III in München statt.

Zu den Inhalten des Kurses: Was genau bedeutet »altern«? Kann man sein Alter gestalten? Wie sieht es mit dem Aufbau von Netzwerken und Wohngemeinschaften aus? Sollte man mit älteren Menschen anders kommunizieren als mit jüngeren? Wie lassen sich eine Demenz oder altersbedingte psychische Einschränkungen erkennen und wie geht man damit um? Wie sollte man reagieren, wenn ein älterer Mensch sich verletzt? Wie lässt sich das eigene, psychische Gleichgewicht halten, wenn die Begleitung einen überfordert? Hilfreiche Anregungen und Antworten erfahren die TeilnehmerInnen im Lehrgang zur Seniorenbegleitung und DemenzhelferIn durch fachkundige und praxis-orientierte Anleitung. Mit dieser Initiative will das Evangelische Bildungswerk auch dazu beitragen, dass alleine zuhause lebende alte Menschen mit Unterstützung von engagierten und kompetenten SeniorenbegleiterInnen ihre Selbständigkeit solange wie möglich erhalten können.

Den Lehrgang zur Seniorenbegleitung schließt man mit einem Zertifikat ab. Foto: CCO

Der Lehrgang umfasst 16 Kurstage und ein Praktikum. Er beinhaltet die Helferschulung für Angebote zur Unterstützung im Alltag nach § 45 SGB XI sowie 40 Stunden Demenzschulung. Er ist damit der einzige in München, der für die Begleitung von Menschen mit Demenz so umfangreich vorbereitet.

Die Inhalte des Kurses sind breit gefächert und zugleich konkret an der bevorstehenden Tätigkeit ausgerichtet. Am Ende erhalten die TeilnehmerInnen ein Zertifikat sowie die Teilnahmebestätigung nach § 45 SGB XI. AbsolventInnen des Lehrgangs kennen sich im Altenhilfe-Netzwerk aus, wissen, wo alte Menschen und ihre Angehörigen professionelle Hilfe bekommen, und können sie fachkundig beraten.

Sie arbeiten selbstbestimmt, erwerben soziale und kulturelle Kompetenzen und knüpfen Kontakte, die auch für eine Berufstätigkeit wichtig sein können.

Sie bringen sich oft in die Entwicklung neuer Wohnkonzepte, Solidaritätsgemeinschaften oder generationsübergreifende Projekte ein.

AWO München Stadt

Karriere entsteht, wenn dein Herz dafür schlägt. Folge deinem Herzen und lebe moderne pädagogische oder pflegerische Arbeit als

Erzieherinnen/Sozialpädagoginnen (m/w/d)
für bewährte und neue Kindertageseinrichtungen sowie
Altenpfleger- oder Gesundheits- und Krankenpfleger (m/w/d) für unsere Seniorenheime

Wir zahlen für alle o.g. anerkannten Fachkräfte eine Arbeitsmarktzulage!
Weitere Informationen und Stellenangebote unter
jobs.awo-muenchen.de Wir freuen uns auf Ihre Onlinebewerbung!
Rufen Sie uns bei Fragen gerne an unter Tel. 089 / 458 32 160

www.wochenanzeiger.de
Holen Sie sich täglich rund um die Uhr die gewünschten Infos raus.

GEMEINDE ASCHHEIM
Landkreis München

Die Gemeinde Aschheim sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt qualifizierte

Pädagogische Fach- und Ergänzungskräfte
für den gemeindlichen integrativen Kinderhort „BALU“ (m/w/d)

Die detaillierte Stellenausschreibung finden Sie auf unserer Homepage **www.aschheim.de** (Rubrik: Gemeinde & Leben/Aktuelles/Stellenausschreibungen).

Aussagekräftige Bewerbungen richten Sie bitte an die **Gemeinde Aschheim, Saturnstraße 48, 85609 Aschheim, E-mail: personal@aschheim.de.**
Für telefonische Auskünfte steht Ihnen Herr Tschiedel (Telefon 089/90 99 78-47) zur Verfügung.
Internet: www.aschheim.de

155 Jahre Georg J. Kaes

V-BAUMARKT

einfach **besser** einkaufen

Angebote gültig von Donnerstag, 6. Februar bis Mittwoch, 12. Februar 2020

Aspen 2-Takt Gemisch

ist ein praktisches, fertig gemischtes Alkylatbenzin für unterschiedliche Arten luftgekühlter 2-Takt-Motoren, es ist von 1:10 bis 1:100 ohne eine Beimischung von Öl einsetzbar

5 Liter

1 l = 3.20

15.99 ~~18.99~~

Sie sparen 15 %

SPRINZ LEBEN MIT GLAS

Ganzglastür

in 8 mm Sicherheitsglas, 834 mm Breite, Links- / Rechtsanschlag, für 3-tlg. Bänder

(ohne Drückergarnitur)

69.90 ~~79.90~~

Sie sparen 12 %

CLATRONIC®

Heizlüfter HL3378

2 Heizstufen einstellbar, stufenlos regelbarer Thermostat, Kaltstufe, Überhitzungsschutz

2.000 Watt

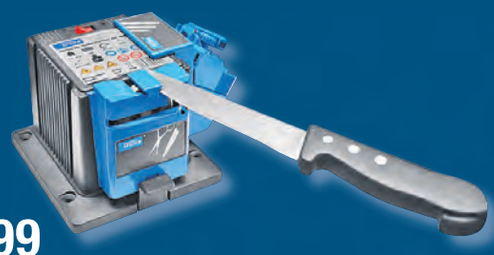
9.99 UVP* ~~16.95~~

Sie sparen 41 %

Güde®

Universal Schärfstation GUS 650

230 V, Motorleistung 65 W, zum Schärfen von Bohrern (max. 10 mm), Messern, Scheren, Sensen, Spaten, Rasenmähermessern, uvm.



19.99 ~~29.99~~

Sie sparen 33 %

„Moderna Logifino“ Wand- und Deckenpaneele

Stärke: 10 mm MDF, Profilbreite: 190 mm, Deckbreite: 185 mm, Einsatzbereich: alle Wohnbereiche (feuchtraumtauglich), in verschiedenen Dekoren erhältlich

Länge: 1.300 mm
(Paketinhalt: 1,976 m² = 19.74)

Länge: 2.200 mm
(Paketinhalt: 2,090 m² = 20.88)

Länge: 2.600 mm
(Paketinhalt: 2,468 m² = 24.68)

m² **9.99** ~~12.99~~

Sie sparen 23 %

BOSCH Technik fürs Leben

Stichsäge PST 650

500 W, Vorrichtung für Staubabsaugung, zuschaltbare Blasfunktion für klare Sicht, SDS-System für einen einfachen Sägeblattwechsel, Schnitttiefe Holz/Stahl: 65 mm/4 mm, im Koffer

44.90 ~~59.90~~

Sie sparen 25 %

ALTHOLZ – Altgedientes zu neuem Leben erwecken

Kein Rohstoff ist hinsichtlich Masse und Volumen weltweit bedeutender als Holz, ohne eine weitere Abholzung zu fördern wird mit Altholz neues Wohnambiente mit hohem Wohlfühlfaktor geformt, es entstehen individuelle Wohnelemente: Wandverkleidungen oder Böden, von rustikal bis modern und schaffen eine besondere Atmosphäre.

Bretter sonnenverbrannt
ab **3.99** ~~4.99~~
Sie sparen 20 %

Bretter gehackt
ab **8.49** ~~9.99~~
Sie sparen 15 %

Balken gehackt
ab **14.99** ~~17.99~~
Sie sparen 16 %

81541 München, Balanstraße 52,
☎ 089/6780553-0,
Montag bis Samstag von 8 bis 20 Uhr

80939 München, Maria-Probst-Straße 6,
☎ 089/321981-0,
Montag bis Samstag von 7 bis 20 Uhr

Irrtum vorbehalten – Alle Artikel ohne Dekoration – Nur solange der Vorrat reicht – Teppiche und PVC Böden sind im BM München Balanstraße 52 nur auf Bestellung erhältlich. Fahrräder, Möbel und tlw. Freizeitmöbel sind im V-Markt München erhältlich.
Firmensitz: Georg Jos. Kaes GmbH, Am Ring 15, 87665 Mauerstetten, ☎ 08341/807-0

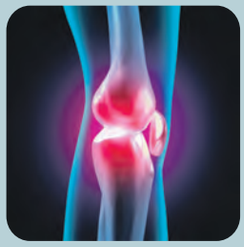
v-baumarkt.eu

Thema: Rheumatische Schmerzen

NEU

Millionen Deutsche leiden unter

Gelenkschmerzen



Einzigartiger 2-fach-Komplex kann wirksam helfen!

Ab dem 50. Lebensjahr treten häufig die ersten Probleme mit den Gelenken auf. Bewegungen wie Treppensteigen oder Spazierengehen schmerzen, die Lebensfreude wird getrübt. Zeit, zu handeln! Die neuen Arzneitropfen Rubaxx Duo (Apotheke, rezeptfrei) enthalten gleich zwei starke Wirkstoffe gegen rheumatische Schmerzen!

Einzigartiger 2-fach-Komplex stark bei Schmerzen

Um rheumatische Gelenkschmerzen, die häufig mit Entzündungen einhergehen, wirksam zu bekämpfen, haben Wissenschaftler jetzt ein neues Arzneimittel entwickelt: Rubaxx Duo. Die beiden darin enthaltenen natürlichen Wirkstoffe haben sich bei Gelenkschmerzen besonders bewährt: T. quercifolium wirkt schmerzlindernd in Muskeln und Gelenken. Der Wirkstoff Phytolacca americana hat sich laut Arzneimittelbild bei geschwollenen Gelenken und entzündungsbedingten Schmerzen als wirkungsvoll erwiesen.

Individuell dosierbar, Wirkung ohne Umwege

Durch die Darreichungsform als Tropfen werden die Wirkstoffe direkt über die Mundschleimhäute aufgenommen und können ihre Wirkung schnell entfalten – im Gegensatz zu Tabletten, die erst im Magen zersetzt werden müssen. Ein weiterer Vorteil der Tropfenform: Betroffene können Rubaxx Duo ganz individuell und je nach Stärke und Verlauf der Schmerzen dosieren.

Natürlich gut verträglich

Die Arzneitropfen Rubaxx Duo wirken 100 % natürlich und sind gut verträglich. Schwere Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln sind nicht bekannt. So kann Rubaxx Duo auch bei chronischen Schmerzen eingenommen werden, ohne den Körper zu belasten.

Natur-Kraft in Tropfenform – das steckt in Rubaxx Duo

In Rubaxx Duo sind gleich zwei wirkungsvolle Arzneistoffe enthalten: **T. quercifolium** ist für seine schmerzlindernde Wirkung bekannt. **Phytolacca americana** hat sich bei entzündungsbedingten Schmerzen bewiesen – ein optimales Wirkstoff-Duo bei rheumatischen Schmerzen!

NEU

Für Ihren Apotheker:
Rubaxx Duo
(PZN 16120870)

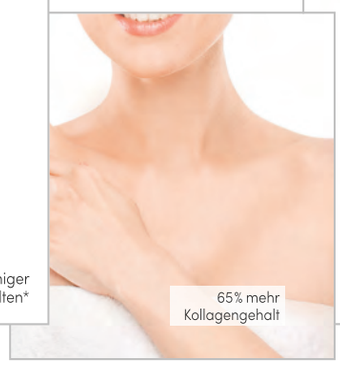
Abbildung Betroffenen nachempfunden

RUBAXX DUO. Wirkstoffe: Rhus toxicodendron Dil. D6, Phytolacca americana Dil. D4. Homöopathisches Arzneimittel zur Besserung rheumatischer Schmerzen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Das Geheimnis straffer Haut?

Trinken statt Cremen

Es ist der Traum jeder Frau: schöne, straffe Haut ohne Falten oder Cellulite. Mit Kollagen lässt sich die Haut an den Problemzonen von innen straffen. Ein Kollagen-Drink aus der Apotheke hat uns besonders überzeugt: Fulminan.



Ursache von schlaffer Haut: nachlassende Kollagenproduktion

Schlaffe Haut ist mit zunehmendem Alter vorprogrammiert. Der Grund: Die Haut produziert weniger Kollagen und verliert so an Elastizität. Die Folgen sind unliebsame Falten im Gesicht und am Dekolleté oder unschöne Dellen an Po und Oberschenkeln. Kollagen-Cremes helfen oft kaum oder gar nicht. Die gute Nachricht: Der Beauty-Drink Fulminan führt dem Körper das wertvolle Kollagen von innen wieder zu!

Was ist so besonders am Kollagen-Drink Fulminan?

Die darin enthaltenen Kollagen-Peptide sind so aufgespalten, dass sie die Haut an den bekannten Problemzonen wie Augenpartie, Po oder Oberschenkel effektiv von innen straffen können. Das Resultat kann sich sehen lassen: Die Kollagenspeicher der Haut werden aufgefüllt, die Haut wird elastischer. Sie fühlt sich deutlich straffer und glatter an. Deshalb einfach einmal täglich eine Trinkampulle Fulminan – die Ergebnisse überzeugen!

Wissenschaftlich belegte Erfolge

Die speziellen Kollagen-Peptide in Fulminan wurden von Frauen zwischen 35 und 65 Jahren getestet. Das überzeugende Ergebnis nach acht Wochen: Der Kollagengehalt ihrer Haut stieg um bis zu 65 % an. Die Haut der Testpersonen wurde insgesamt spürbar elastischer und straffer. Falten konnten um bis zu 50 %* reduziert werden. Nach drei Monaten gingen sogar Cellulite-Dellen an Po und Oberschenkeln signifikant zurück.

Eine begeisterte Anwenderin berichtet

Andrea B. ist vom Beauty-Drink vollends überzeugt: „Die Haut wirkt glatter und praller. Ich werde Fulminan weiter nehmen."

Beeindruckende Verbesserungen an den Problemzonen:

Nach nur 8 Wochen:
- Reduktion von Augenfalten um bis zu 50 %*
- Anstieg des Kollagengehalts in der Haut um bis zu 65 %

Nach 3 Monaten:
- Signifikanter Rückgang von Cellulite-Dellen an Po und Oberschenkeln

Für Ihren Apotheker:
Fulminan
(PZN 13306108)
www.fulminan.de

Proksch et al., 2014, Skin Pharmacol Physiol 27:113-119; Proksch et al., 2014, Skin Pharmacol Physiol 27:47-55; Schunck et al., 2015, Journal of Medicinal Food 18 (12):1340-1348 • *Maximalwert, Durchschnitt 20 %, gemessen an Augenfalten • Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert