

Markt mit V-Baumarkt!

KT

Sa. 7 – 20 Uhr geöffnet

Danone Actimel-Drink
verschiedene Sorten
je 8 x 100-g-Packung
1 kg = 2.78

~~3.99~~
2.22
-44%



Obst & Gemüse

Täglich frisch!

Erdbeeren

aus Spanien / Griechenland
je 500-g-Schale
1 kg = 3.98

~~3.98~~
1.99



~~0.99~~
0.99

Feldsalat

aus Italien
je 100-g-Schale
1 kg = 9.90

Spitzpaprika rot

aus Marokko
je 500-g-Packung
1 kg = 3.58

~~3.58~~
1.79



Volvic Touch oder Tee
verschiedene Sorten
je 1,5-Liter-PET-Flasche
+ Pfand 0.25
1 l = 0.66

~~1.79~~
0.99
-44%



Rama Original
Streichfett
je 400-g-Becher
1 kg = 3.23

~~2.19~~
1.29
-41%



Iglo Stäbchen
verschiedene Sorten
je 224-g – 450-g-Packung
tiefgefroren
1 kg = 6.64 – 13.35



Maggi Fix
oder Würzpasten
verschiedene Sorten
je 23-g – 92-g-Packung
1 kg = 4.78 – 19.13



PREIS KNÜLLER
2.99

PREIS KNÜLLER
0.44



V-MARKT Brothaus



~~1.80~~
1.20
-33%

Schoko-Nougat-Muffin
je Stück

Roggenvollkorn 100
aus Roggenvollkornschrot
je 500-g-Brot
1 kg = 6.00

~~3.40~~
3.00
-11%



Frosch Spülmittel
verschiedene Sorten
je 500-ml / 750-ml-Flasche
1 l = 3.18 / 2.12



~~1.95~~
1.59
-18%



Whiskas Katzennahrung
nass, verschiedene Sorten
je 400-g-Dose
1 kg = 2.48



~~1.43~~
0.99
-33%



Käse von der Theke



Herzog Tilsiter

Schnittkäse aus Kuhmilch,
mind. 5 Wochen gereift,
laktosefrei, 45 % Fett i. Tr.
100 g

~~1.43~~
0.99
-33%



Teelichte 100er
Brenndauer ca. 4 Stunden,
in Aluhülle

~~4.99~~
3.99
-20%



V-Markt München

Balanstraße 50, 81541 München-Ost,
Tel. 089/4 1309 50 *S3/S7, MetroBus 54*
Maria-Probst-Straße 6, 80939 München,
Tel. 089/32 19 81-0 *Bus: 140, 141, 178*

Firmensitz: Georg Jos. Kaes GmbH
Am Ring 15, 87665 Mauerstetten,
Tel. 08341 / 8070

Abgabe in handelsüblichen Mengen. Angebote solange der Vorrat reicht. Irrtum vorbehalten. Nicht alle Artikel in allen Märkten erhältlich. Abbildungen = Modellbeispiel. Alle Artikel ohne Dekoration. *UVP = unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. * = gluten- und laktosefrei

V-Markt Newsletter



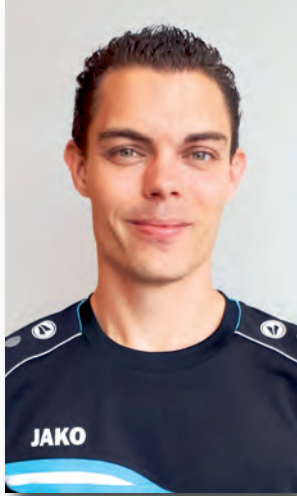
Anmeldung unter:
v-markt.de/newsletter



v-markt.de

Sportkegelclub Lohhof

Saisonrekord bei Männern auf 628 Holz erhöht!



Florian Schüchel spielt mit 628 Holz neuen Saisonrekord

- Landesliga Ost: SKC Germanen 1 : SKC Lohhof 1

Die 1. Männermannschaft hatte nach der Faschingspause ihr Auswärtsspiel in der MKV-Halle gegen die starken Männer der Germanen. Die Lohhofer spielten stark und holten sich vier der sechs Punkte. Besonders stark spielte Florian Schüchel, denn er konnte seinen im Januar gespielten Heimrekord von 627 Holz jetzt auswärts noch um ein Holz, auf 628 Holz erhöhen. Ebenfalls punkten konnte Werner Schüchel mit vier Durchgängen und tollen 585 Holz. Steve Hagn (568) und Toni Wunderlich (489) gewannen je drei Durchgänge und sicherten sich ebenfalls den Punkt. Sorin Gavriloiu gewann zwei Durchgänge und spielte ein Spitzenergebnis von 602 Holz, aber sein starker Gegner hatte 29 Holz

mehr. Ebenfalls zwei Durchgänge holte Julian Zimmer (567), aber ihm fehlten am Ende 25 Holz zum Punktgewinn. So hieß es bei Spielende 2:4 und mit 69 Holz mehr sicherten sich die Lohhofer auch noch die Holzpunkte und damit den Sieg. 3370:3439; Endstand 2 : 6. Schüchel Florian 628, Gavriloiu Sorin 602, Schüchel Werner 585, Hagn Steve 568, Zimmer Julian 567, Wunderlich Toni 489 Holz.

- Kreisklasse C: SKC Lohhof G3 : SpG Markt Schwaben/Siem. Ost G5
Die 3. Männermannschaft hatte auf den Heimbahnen die gemischte Mannschaft von Markt Schwaben/Siemens Ost zu Gast. Die Lohhofer spielten sehr stark und mussten nur einen der vier Punkte abgeben. Bester des Teams war Kevin Hagn mit vier siegreichen Durchgängen und tollen 491 Holz. Markus Bittner gewann drei Durchgänge und spielte sehr gute 487 Holz. Den dritten Punkt holte Jörg Räk der 484 Holz spielte und alle vier Durchgänge holte. So stand es bei Spielende 3:1 und die Lohhofer hatten dank der guten Holzzahlen 106 Holz Vorsprung. So bekamen sie auch die Holzpunkte und siegten unangefochten. 1882:1776; Endstand 5 : 1. Hagn Kevin 491, Bittner Markus 487, Räk Jörg 484, Hillmer Siegfried 420 Holz.

Emmi Hobelsberger

Spirituelles Angebot im Pfarrverband Unterschleißheim

Ein neues Angebot des Pfarrverbandes St. Ulrich, St. Korbinian Unterschleißheim ab April. Ein Alphakurs, der unter anderem der Frage nachgeht: Wer ist Jesus? Ist ein Angebot für alle, egal ob oder welcher Religion sie angehören.

Wenn das eine Frage ist, die sie schon immer offen stellen wollten, dann schauen sie sich das neue Angebot im katholischen Pfarrverband von Unterschleißheim an. Natürlich dürfen sie auch alles andere rund um den Glauben ansprechen, was kann mir der Heilige Geist Gutes tun, zum Beispiel.

Es gibt so viele Wege zu Gott, wie es Menschen gibt – mit dieser Offenheit wollen wir auf Augenhöhe ohne Vorbehalte oder Verbindlichkeiten miteinander bei einem guten Essen ins Gespräch kommen und dabei ganz im Sinne des christlichen Glaubens Gastfreundschaft genießen. Macht Gott glücklich? – Find es heraus.

Der Alpha-Kurs vermittelt grundlegende Inhalte christlichen Glaubens und Lebens in Gemeinschaft, praktisch und lebensnah.

Alpha steht für:

- Alle, die mehr über den christlichen Glauben

erfahren wollen, sind herzlich eingeladen! Das gilt ganz unabhängig davon, ob Sie viele oder gar keine Vorkenntnisse haben, Sie einer Konfession angehören oder nicht.

- Lernen und lachen. In einer lockeren Atmosphäre wollen wir tiefen Fragen nachgehen.

- Pizza und Pasta gibt es nicht jedes Mal. Aber wir beginnen immer mit einem gemeinsamen Abendessen, bei dem wir uns besser kennenlernen und neue Freunde finden können.

- Hilfen und Informationen bietet der Kurs reichlich. In kurzen Referaten werden grundlegende Themen behandelt und im anschließenden Gespräch weiter vertieft.

- Alle Fragen sind erlaubt – Christsein betrifft den ganzen Menschen und damit auch alle Lebensbereiche. Wir klammern nichts aus, auch wenn es nicht immer nur einfache Antworten und Patentrezepte gibt.

Wenn sie weitere Fragen zum Ablauf oder generell zum Kurs haben, stehen ihnen Veronika Bloch (veronika.bloch@gmail.com) oder Matthias Schmidt (matthias.schmidt@st-ulrich-ush.de, Tel: Tel. 089 958 95 817) gerne zur Verfügung.

Matthias Schmidt,

Pfarrverband Unterschleißheim

TERMIN

Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim e.V.

Sprechstunde zum Thema Pflege zu Hause

Am Freitag, 22. März findet in den Räumen der Nachbarschaftshilfe Unterschleißheim e. V., Alexander-Pachmann-Str. 40, wieder die Außensprechstunde der Fachstelle für pflegende Angehörige des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes statt. Von 10.15 bis 12.00 Uhr hat die Dipl.-Sozialpädagogin Frau Christine Erdinger ein offenes Ohr für alle Fragen rund um das Thema Pflege zu Hause. Welche Angebote zur häuslichen Versorgung gibt es? Welche zusätzlichen Entlastungen sind möglich? Wie kann ich als Pflegeperson gut für mich sorgen? Wie gehe ich mit krankheitsbedingten Veränderungen und Herausforderungen um (zum Beispiel bei Demenz)?

Für ein Beratungsgespräch ist eine telefonische Anmeldung unter Tel. 089 / 6221-2128 erforderlich.

Verena Richmann,

Fachbereichsleiterin Versorgung zu Hause

Bei Problemen und Fragen rund um die Verteilung wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an unseren Verteilerservice unter der Telefonnummer

089/41 11 48 11 34 · E-Mail: vertrieb@zpv.de

**info@landkreis-anzeiger.de
www.druck-zimmermann.de
www.icu-net.de**

V-BAUMARKT

Gültig bis Mittwoch, 20. 3. 2024

Wandpaneel Nature Oak ▶

optisches Highlight für jeden Raum, angenehme Raumakustik, nachhaltig einfache Montage, Paneel-Maße: 2.440 x 600 x 22 mm, Lamellenbreite: 25 mm (Paneel: 1,44 m²)



1 m² = 52,08

~~84,99~~

Stück **74,99**
11% gespart

Feinsteinzeug Terrassenplatte ▶

frostsichere, rektifizierte Platte für den Außenbereich, Maße: 60 x 60 x 2 cm, Rutschhemmung: R 11 B, in den Dekoren Quarzit grau, Quarzit schwarz und Rebel dunkelgrau erhältlich (Paketinhalt: 0,72 m² = 17,99)



~~29,99~~

m² **24,99**
16% gespart

Edelstahlspüle CA 1 ▼

geräumige Abtropffläche mit praktischem Überlauf, mit 1,5" Stopfventil, großes Becken: 36,5 x 33,5 cm und 15 cm Tiefe, Außenmaße: 86 x 43,5 cm



~~51,90~~

34,99
32% gespart

OSB-Platten ▼

für Boden, Wand und Decke, 4-seitig mit Nut- und Federprofil, OSB 3 EN 300 nach Europa-Norm, zur Feuchtraumverlegung geeignet, Platte 2.500 x 675 mm



12 mm

(Platte 1,687 m² = 9,26)

~~6,49~~

m² **5,49**
15% gespart

15 mm (Platte 1,687 m² = 11,45)

m² **6,79** ~~8,99~~ -24%

18 mm (Platte 1,687 m² = 13,49)

m² **7,99** ~~10,79~~ -25%

22 mm (Platte 1,687 m² = 16,85)

m² **9,99** ~~12,99~~ -23%

PARADOR Vinylboden Basic 30 ▼

mit integrierter Trittschalldämmung, für die Verlegung auf Fußbodenheizung geeignet, leichte Verlegung durch fortschrittliches Klicksystem, Nutzungsklasse 23/31 für Wohnräume mit intensiver Nutzung und gewerbliche Räume mit geringer Nutzung. Dielenmaß: 1.207 x 216 x 9,4 mm (Paketinhalt: 1,825 m² = 36,48)



~~24,99~~

m² **19,99**
20% gespart

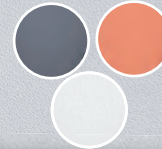
Pflaster Frisch - Die Betonlasur ▶

zur Auffrischung / Renovierung von Beton- und Pflastersteinen, anwendbar auch als Sockel- und Mauerfarbe, für Pflanzringe und Kantensteine, langfristiger Schutz vor Verwitterung, frost- und tausalzbeständig, für ca. 15 m², in den Farbtönen Anthrazit, Grau, Rot oder Transparent, je 2,5-Liter-Eimer

1 l = 8,00

~~24,99~~

19,99
20% gespart



Frühjahrsputz für's Pflaster



◀ Hollywoodschaukel 3-Sitzer

Gestell: Stahl mit Pulverbeschichtung, Material: Polyester, Oxford 300D & Oxford 600D,

Farbe: Anthrazit, Maße: ca. 170 x 153 x 110 cm (B x H x T)

~~119,00~~

99,99
15% gespart

▶ passende Auflagen erhalten Sie in Ihrem Lieblings V-Baumarkt

Aufbewahrungsbox ca. 350 Liter ▶

Material: Stahl mit Pulverbeschichtung, 2 Deckelstützen für komfortables Öffnen und Schließen des Deckels, inklusive Abschließvorrichtung für ein Vorhängeschloss, Maße: ca. 109 x 51,3 x 54,7 cm (L x B x H)

▶ ideal für Auflagen oder Ihr Gartenwerkzeug



~~179,00~~

129,00
27% gespart

▶ inkl. passendem Schloss

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

Irrtum vorbehalten – Alle Artikel ohne Dekoration – Nur solange der Vorrat reicht.
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.de

Verlags-Sonderveröffentlichung



Rat von Fachfrau:
Fr. Dingel
Zoofachhändlerin
der Fa. Fressnapf
Moosach

ALLE MEINE TIERE



Rat von Fachmann:
Hr. Hulla
Zoofachhändler
der Fa. Fressnapf
Aschheim

Seniorenfutter und Schonkost: Ernährung für alte Katzen

Wenn die Katze in die Jahre kommt, verändern sich ihre Ansprüche an den Inhalt des Futternapfes. Das kann rein praktische Gründe haben: Eine zahnlose Katzenseniorin kann mit Trockenfutter nicht viel anfangen. Dazu kommen physiologische Änderungen im Katzenstoffwechsel, bei denen sich der konkrete Bedarf an bestimmten Inhaltsstoffen verschiebt. Außerdem kommt es vor, dass betagte Katzen neue Ernährungsvorlieben entwickeln.

Was muss ich bei der Ernährung der alten Katze beachten werden?

Zur Unterstützung der Nierenfunktionen muss das Futter genügend hochwertiges Eiweiß enthalten – aber keinesfalls zu viel davon! Bei alten Katzen sollte außerdem der Zusatz von Phosphor im Futter reduziert sein. Der Katzenorganismus ist zwar auf Phosphor angewiesen, eine betagte Samtpfote benötigt aber deutlich

weniger davon. Das Seniorenfutter sollte darüber hinaus leicht verdaulich sein: Die Darmtätigkeit des alten Tieres lässt etwas nach. Aus diesem Grund sind auch Vitaminzusätze in der Seniorenkost sinnvoll, damit der Organismus trotz veränderter Verdauungsleistung genug davon aufnimmt. Der Nährstoffbedarf einer alten Katze bleibt stabil, während der Energieverbrauch sinkt. Achten Sie beim Futter also auf die Nährwerte: Eine betagte Katze, die nicht mehr so viel spielt und tobt, verbraucht weniger Kalorien und neigt daher zu Gewichtszunahme. Mit den Jahren verliert die Katze früher oder später auch Zähne. Achten Sie sorgfältig darauf, ob die Katze das Futter noch beißen und kauen kann oder ob eine Umstellung auf weiche Mahlzeiten erforderlich ist. Wie auch bei menschlichen Senioren ist es für alte Katzen zudem wichtig, ausreichend zu trinken.

Freiwillig in der Heide

Ich bin Elia Ströbel, 18 Jahre und mache gerade mein Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ) beim Heideflächenverein Münchner Norden e. V. in der Umweltstation HeideHaus.

Wie ich zum FÖJ gekommen bin?

Ich wollte nach dem Abi nicht sofort studieren. FSJ und BuFDi? Das war und ist nichts für mich. Meine Ursprungsidee? Arbeiten auf einer Berghütte, endlich draußen sein. Ich wollte in diesem Jahr auf jeden Fall etwas Neues machen. Vom FÖJ wusste ich Anfang des Jahres noch nichts. Erst im März habe ich davon erfahren und war sofort überzeugt. Am nächsten Tag ging dann die Bewerbung für zwei Stellen raus. Mit einer Absage (sie hatten schon einen FÖJler) und einem Vorstellungsgespräch ging es dann weiter. Nach dem Gespräch haben sich die Verantwortlichen aber doch für einen anderen Bewerber entschieden. Dann habe ich erst mal gedacht; ok, dann soll es nicht sein und ich hatte meinen alten Plan immer noch in der Hinterhand. Aus meiner Familie wurde ich dann noch mal auf eine Stelle aufmerksam gemacht. Die klang interessant, aber war mir irgendwie durchgerutscht. Um eine bessere Chance zu haben, genommen zu werden, habe ich dort direkt angerufen und gefragt, ob die Stelle noch frei sei. Der nächste Schritt war direkt ein Vorstellungsgespräch. Dieses lief super und ich habe direkt die Zusage bekommen. Somit war ich der neue FÖJler beim Heideflächenverein!

Wie ist mein bisheriges FÖJ?

Ich bin echt froh, hier meine Einsatzstelle gefunden zu haben, da auf mich jeden Tag etwas Neues wartet. Außerdem kann ich hier in verschiedene Berufe hineinschnuppern, da ich nicht nur einen Anleiter habe, der mir meine Aufgaben gibt. Meine Anleiter sind alle Mitarbeiter im Heideflächenverein! Ich bekomme von jedem im Verein Aufgaben, sei es in der Landschaftspflege/-planung, in der Umweltbildung, der Öffentlichkeitsarbeit oder im Büro. Da meine Einsatzstelle sich auch auf meine Bedürfnisse einstellt, bekomme ich zum Beispiel mehr Aufgaben in Bereich Landschaftspflege/Naturschutz, da ich später auch in diese Richtung etwas studieren will.

Außerdem finde ich meine Seminargruppe klasse. Ich habe superschnell neue Freunde gefunden, da wir uns auf einer Wellenlänge unterhalten können und wir viele Interessen teilen. Anders als in meiner Schulzeit ziehen wir gemeinsam an einem Strang und tauschen uns gemeinsam über verschiedenste Themen aus.

Fazit nach einem halben Jahr FÖJ?

Mein bisheriges FÖJ war wunderschön und einzigartig. Ich habe gemerkt, dass ich mich menschlich sowie persönlich weiterentwickelt habe. Zukünftig will ich mehr in Richtung Öffentlichkeitsarbeit machen. Da ich jungen Menschen wie mir damals das FÖJ näherbringen will und um dieses bekannter zu machen. Denn wenn ich sage, dass ich ein FÖJ mache

werde ich erst mal von fragenden Blicken bombardiert und dann kommt die Frage. Ein FSJ oder ein BuFDi? Was ich echt schade finde und was sich unbedingt ändern soll!

Im Endeffekt: Ich kann es jedem nur empfehlen ein FÖJ zu machen!

Und an die Aktiven und ehemaligen FÖJler ein Appell: Macht es bekannter!

Elia Ströbel,

FÖJler des Heideflächenvereins



Heide sonnig

Foto: B. Paulini

**Werde mein
Pate**

WWW.WERDEMEINPATE.DE

**tierschutzverein
münchen e.v.**

Grundversorgung Strompreise



**E-Werke Haniel
Haimhausen**

Wir sorgen für neue Energie

Tarifpreise innerhalb des Netzgebietes der E-Werke Haniel Haimhausen, gültig ab dem 01.05.2024.

Grundversorgung für Haushaltskunden nach § 3 Nr. 22 EnWG

	inkl. MwSt.	o. MwSt.
Preis in Cent / kWh:	38,65	32,48
Grundpreis / Monat:	11,77 €	9,89 €

zzgl. Zählergebühr siehe: www.oekostrom-bayern.de/privatkunden/ewh-gv-tarifblatt-010524pdf

In allen Preisen inklusive Mehrwertsteuer sind 19% Mehrwertsteuer enthalten.

E-Werke Haniel Haimhausen GmbH & Co. KG, Dachauer Straße 4a, 85778 Haimhausen

E-Mail: info@e-werke-haniel.de, Tel.: 08133/9184-0, Fax: 08133/9184-10

Oekostrom-Bayern.de