

Markt mit V-Baumarkt!

KT

Sa. 7 – 20 Uhr geöffnet

**Weihenstephan
Haltbare Milch**
1,5 % oder 3,5 % Fett
je 1-Liter-Packung



**PREIS
KNÜLLER**
0.99

Martini Aperitif
verschiedene Sorten
oder
**Prosecco
Frizzante**
je 0,75-Liter-
Flasche
1 l = 7.40



~~7.99~~
5.55
-30 %

**Kerrygold
Frisch & Cremig**
verschiedene Sorten
je 150-g-Becher
1 kg = 6.60



~~1.99~~
0.99
-50 %

**Langnese Multipackung
Klassiker & Family**
jeweils verschiedene Sorten
je 270-ml – 564-ml-Packung
tiefgefroren
1 l = 3.94 – 8.22



~~2.22~~
mind.
0.99
-41 %

**Bonduelle
Goldmais** oder
Goldmaismischungen
verschiedene Sorten
je 300-g / 310-g-Dose
Abtropfgewicht: 0,265 kg – 0,310 kg
1 kg = 3.19 – 3.74



**PREIS
KNÜLLER**
0.99

**Dr. Becher
Urinstein Entferner**
je 500-ml-Flasche
1 l = 6.98



~~5.49~~
3.49
-36 %

**Fidelio
4-Jahreszeiten-Mix**
Vogelfutter
je 3-kg-Eimer
1 kg = 2.50



~~9.49~~
7.49
-21 %

Kopierpapier A4
80 g, weiß,
500 Blatt



~~4.99~~
3.99
-20 %

Karton, 5 x 500 Blatt
18.99 24.95 -23 %



Obst & Gemüse

Täglich frisch!



Himbeeren
aus Spanien / Marokko
je 125-g-Schale
1 kg = 11.92

1.49

Bundkarotten
aus Italien
je Bund

0.99



Brothaus



~~2.00~~
1.20
-40 %

**Mohnstreusel-
Schnittkuchen**
je Stück

Kürbisbrot

aus Weizen- und Roggenmehl,
mit Kürbiskernen und Sonnen-
blumenkernen, gemahlen
je 500-g-Brot
1 kg = 5.60

~~3.10~~
2.80
-10 %



Käse von der Theke

**Herzog
Schrannenkäse**

Schnittkäse aus Kuhmilch,
mind. 4 Wochen gereift,
laktosefrei, 50 % Fett i. Tr.
100 g

~~1.59~~
1.19
-25 %



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 Preisempfeh-
lung des Herstellers. * = gluten- und laktosefrei

**V-Markt
Newsletter**



Anmeldung unter:
v-markt.de/newsletter



v-markt.de

Jugendzentrum der Jugendfreizeitstätte Planet ,O'

Unvergesslicher Ausflug zur „Fight Power Academy“

Am 5. April erlebten 27 Kinder des Ferienprogramms des Planet ,O' einen aufregenden Tag bei einem Besuch der "Fight Power Academy" in Unterschleißheim. Durch das außerordentliche Engagement und die Großzügigkeit von Herrn Roland Graf wurde für die Kinder der Ferienbetreuung ein außergewöhnlicher und lehrreicher Ausflug zur Fight Power Academy in Unterschleißheim realisiert. Die Kinder hatten die Gelegenheit, in die Welt des Kampfsports einzutauchen, wobei ihnen grundlegende Techniken und Werte wie Disziplin, Respekt und Selbstvertrauen nähergebracht wurden. Die Begeisterung und das Engagement der Kinder waren deutlich zu spüren, und sowohl die Kinder als auch die Betreuer sind Herrn Graf für diese Erfahrung zutiefst dankbar.

Das speziell für die jungen Teilnehmer konzipierte Training umfasste eine Einführung in die Grundlagen des Kickboxens, einschließlich Stellungen, Schläge und Tritte, die von erfahrenen und gedulden Trainern vermittelt wurden. Dafür bedanken wir uns auch herzlich beim renommierten Trainer Agron Kurtisi. Die Kinder lernten schnell, dass Kampfsport nicht

nur über körperliche Stärke, sondern auch über Disziplin, Konzentration und den Respekt vor dem Gegner lehrt. Der Spaß kam dabei nicht zu kurz: Die praktischen Übungen und die motivierende Atmosphäre sorgten für ein unvergessliches Erlebnis. Die Kinder, die anfangs vielleicht zögerlich waren, fanden schnell Gefallen am Kickboxen, was nicht zuletzt an der professionellen und kindgerechten Herangehensweise der Trainer lag. Herr Graf, dessen Engagement diesen besonderen Tag erst möglich machte, wurde von den Kindern und Betreuern gleichermaßen gefeiert. Seine Unterstützung ermöglichte es den Kindern, neue Fähigkeiten zu erlernen, Selbstvertrauen zu gewinnen und vor allem viel Spaß zu haben. Dieser Tag bei der Fight Power Academy

wird als Highlight in der Erinnerung der Kinder bleiben.

Die Kinder bedankten sich herzlich bei Roland Graf für seine großzügige Unterstützung und beim Trainer Goni für seinen Einsatz und freuen sich bereits auf weitere spannende Aktivitäten im Ferienprogramm.

Weitere Informationen gibt es in der Jugendfreizeitstätte Planet ,O', Theodor-Heuss-Str. 29, 85764 Unterschleißheim, Telefon 089/3153962, E-Mail: info@planet-osh.de. *Planet ,O'*



Medizin

ANZEIGE

Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

Natürliche Hilfe bei Gelenkschmerzen

Diese Arzneitropfen begeistern

Den Haushalt meistern, im Garten arbeiten oder Sport machen – mit gesunden Gelenken alles kein Problem. Doch wenn die Gelenke schmerzen, schränkt uns das im Alltag oft stark ein. Deshalb vertrauen zahlreiche Betroffene seit Langem auf Rubaxx, die Nr. 1 Arzneitropfen bei rheumatischen Schmerzen.

Spezieller Arzneistoff überzeugt

Was macht Rubaxx so besonders? Forscher suchten nach einer Behandlung, die bei rheumatischen Gelenkschmerzen ebenso wirksam wie schonend hilft. Mit Erfolg! Ein spezieller Wirkstoff namens Rhus toxicodendron aus einer Arzneipflanze, die vor allem in Nord- und Südamerika wächst, erfüllt diese Kriterien:

Er wirkt schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Knochen und ist zugleich gut verträglich.

Wirkung ohne Umwege

Durch die Darreichungsform als Tropfen wird der Wirkstoff in Rubaxx direkt über die Schleimhäute aufgenommen. Die schmerzlindernde Wirkung kann sich so ohne Umwege entfalten. Tabletten dagegen müssen zunächst im Magen zersetzt werden und finden erst nach einem langen Weg über den Verdauungstrakt ins Blut. Ein weiterer Vorteil: Dank der Tropfenform lässt sich Rubaxx je nach Stärke der Schmerzen individuell dosieren.



Das besondere Plus

Der in Rubaxx enthaltene Arzneistoff ist nicht nur wirksam bei rheumatischen Schmerzen, sondern auch bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. Das Besondere: Die Arzneitropfen sind gut verträglich und schlagen nicht auf den Magen. Schwere Nebenwirkungen sind bei Rubaxx nicht bekannt. Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln ebenfalls nicht.

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx
(PZN 13588561)



www.rubaxx.de

*Arzneitropfen bei rheumatischen Schmerzen; Absatz nach Packungen, Quelle: Insight Health, MAT 01/24 • Abbildung Betroffenen nachempfunden

RUBAXX, Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6, Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen, www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

V-BAUMARKT

Gültig bis Mittwoch, 17. 4. 2024

15% Rabatt

auf alle frei geplanten Küchen



Ganz entspannt zur Traumküche mit unseren Serviceleistungen:

Aufmaß - Beratung - Planung - Verkauf - Lieferung - Montage!

Unser Fachpersonal informiert Sie gerne über unsere günstigen Liefer- und Montagepreise!

Gegen geringen Aufpreis können Sie einen Anschluss-Service (Elektro, Gas und Wasser) in Anspruch nehmen!

Laminatboden „Daily Edition 7 mm“

Nutzungsklasse 23/31, Abriebklasse: AC3, TopConnect 5G, FoldDown Klicksystem, Dekor Eiche Calla puro, Maße: 7 x 193 x 1282 mm, (Paketinhalt: 2,220 m² = 17.74)



Eiche Calla puro

~~9.99~~
m² 7.99
20% gespart

TRISTAR

Tischgrill BQ-2813

Grillrost: 38 x 22 cm, stufenloser Temperaturregler, komfortable Wasserauffangschale für wenig bis gar keine Rauchentwicklung und Asche, 2.000 W



(ohne Deko)

sofortiger Grillspaß dank kurzer Aufwärmzeit

~~22.99~~
17.99
21% gespart

Solar-Lichterkette

mit runden Laternen aus schwarzem Kunststoff, IP44, 4,1 m Gesamtlänge

UVP* 39.99
12.99
67% gespart



Fire-Effekt

*UVP = Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers.

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



Beet und Balkonpflanzen

im 6er-Pack, in verschiedenen Sorten

~~5.79~~
3.99
31% 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)



Rebel Dunkelgrau



Quarzit Schwarz

Quarzit Grau

~~29.99~~
m² 24.99
16% gespart

Terpentinersatz

geeignet als Verdüner für Kunstharz- und Öllacke, als Reinigungsmittel für Pinsel und Farbroller sowie für Linoleum, Parkett, Holzböden, usw., 1 Liter



~~7.99~~
5.99
25% gespart

Universalverdünnung

löst und verdünnt Nitro- und Kombilacke, Kunstharzlacke, Lacke auf Basis von Chlorkautschuk und Polystyrol, eignet sich hervorragend zur Einstellung der Roll-, Streich- und Spritzviskosität, reinigt Pinsel und Lackiergeräte

1 Liter ~~7.49~~

4.99
33% gespart

5 Liter 1 l = 4.00

~~19.99~~ ~~26.99~~ -25%

Grüner Erfolg für alle Schulen

Nach Anträgen endlich mehr Verwaltungskräfte an den Schulen

Seit vielen Jahren fordern die Grünen im Bayerischen Landtag eine Entlastung der Lehrkräfte durch deutlich mehr Mittel für Verwaltungskräfte an Bayerns Schulen, insbesondere für Grund- und Mittelschulen. Auch im vergangenen Jahr stellte die Fraktion einen entsprechenden Haushaltsantrag. Nun endlich wurde der Vorschlag der Grünen umgesetzt, wie die Abgeordnete Claudia Köhler bei Gesprächen mit Schulleitungen im Landkreis erfuh und durch eine aktuelle Anfrage zum Plenum bestätigt bekam.

Unkompliziert kann im laufenden Schuljahr 2023/2024 ein zusätzliches Budget von 400 neuen Stellen für Verwaltungskräfte abgerufen werden. „Das war ein wichtiger erster Schritt, um die Lehrkräfte von Verwaltungstätigkeiten zu entlasten. Damit sie Zeit fürs Unterrichten

haben. Denn die ausgebildeten Pädagog/-innen brauchen jede Stunde für die Vor- und Nachbereitung des Unterrichts anstatt für Bürotätigkeiten“, so Köhler.

Das könne natürlich nur ein Anfang sein, so Köhler, und schaffe noch keine grundlegende Entlastung und Luft für Verbesserung. „Die Schülerzahlen und die Herausforderungen an unseren Schulen im Landkreis wachsen ständig“, so die Haushaltspolitikerin, die auf kommunaler Ebene auch als Zweckverbandsrätin des Unterhachinger Lise-Meitner-Gymnasiums engagiert ist. „Enormer Zuzug, Erweiterungen und Sanierungen, die Ausstattung mit digitalen Geräten, die kurzfristige Aufnahme geflüchteter Kinder aus Kriegsgebieten – das will alles organisiert werden und bedeutet Belastung für die Sekretariate. Ich freue mich

sehr, dass die Staatsregierung hier unserem Vorschlag gefolgt ist und gehandelt hat.“ Freilich müssten die Lehrkräfte weiterhin von nicht-pädagogischen Aufgaben entlastet werden, so Köhler.

Ein Großteil davon, insgesamt 236 Stellen, ging an die Grund- und Mittelschulen. Dies findet Dr. Markus Büchler, MdL ganz besonders wichtig: „Entlastung und Personalmangel finden wir nahezu überall. Dennoch ist es klug, die Grund- und Mittelschulen besonders zu stärken. Die pädagogischen Herausforderungen und die gesamtgesellschaftliche Verantwortung dieser Schulen sind besonders groß. Deshalb haben wir genau hier die meisten Stellen beantragt. Ich freue mich, dass die Staatsregierung unsere Anregung umsetzt.“

Claudia Köhler, MdL, Markus Büchler, MdL

Heimat- und Trachtenverein Würmbachtaler Lohhof e.V

Jahreshauptversammlung bestätigt Vorstandsmitglieder

Bei der JHV der Würmbachtaler am 23. März konnten sich alle Mitglieder des Vorstandes über die erneute Wahl durch die Vereinsmitglieder für weitere drei Jahre freuen. Der erste Bürgermeister Christoph Böck leitete als langjähriges Vereinsmitglied der Würmbachtaler die Vorstandswahl im Grünen Saal, Natalie Mora-Olczyk – ebenfalls Mitglied bei den Trachtlern – assistierte ihm. Amelie Kiener übernimmt künftig das Amt der ersten Jugendleiterin und tauscht mit Kathrin Ponschab die Rollen: Sie wird Amelie nun als 2. Jugendleiterin unterstützen. Niko Ponschab bleibt der erste Vorstand, Peter Lallinger weiterhin zweiter Vorstand. Silvia Klöser wählten die Mitglieder wieder als Schriftführerin, Brigitte Weinzierl zur Kassiererin und Björn Kowoll bleibt zweiter Kassier. Dr. Friedrich Kiener bleibt erster Vorplattler, Christoph Gerstel 2. Vorplattler. Als Deandlvertretung wurde Sabine Gerstel bestätigt, Jürgen Pschenitschni als Zeugwart und Thomas Schweißgut als Beirat. Martin Olczyk und Volker Spahn bleiben Kassen-Revisoren.

Der Heimat- und Trachtenverein Lohhof e.V. lädt herzlich zur großen Maifeier am 1. Mai in

der Johann-Schmid-Straße Ecke Birkenstraße ein.
Niko Ponschab, 1. Vorstand



SAVE THE FUTURE

Wir drucken umweltbewusst,
klimaneutral und mit 100% Ökostrom

 **zimmermann**
druck & verlag