



# jezza!

Ihr Magazin für Ammersee, Amper und Lech

99. Ausgabe  
16. Jahrgang  
Februar/März 2023  
Auflage: 23.000  
Das Original seit 2006  
—kostenlos—

**ÖKO.  
BIO.  
UMWELT.**  
DAS GRÜNE HEFT



jezza! Direktvermarkerliste ab S. 14

**Unaufhaltsam**  
[E-] Mobilität im Alltag

**Unerschrocken**  
Frau & Beruf:  
5 Erfolgsgeschichten

**Ungesüßt**  
Vitalküche zur Fastenzeit





# Energieverbrauch bis 2035 regenerativ decken

Stadtwerke Fürstenfeldbruck investieren in den Ausbau von Photovoltaik- und Windkraftanlagen

Der Klimawandel und die Abhängigkeit von fossilen Energieträgern aus anderen Ländern macht einen Umbau der Stromversorgung in Deutschland und gleichzeitig eine Reduzierung des CO<sub>2</sub>-Ausstoßes schnellstmöglich notwendig. Gemäß den Vorgaben der Bundesregierung soll bis 2030 der Anteil an erneuerbaren Energien im Energiemix auf mindestens 80 Prozent gesteigert werden. Im Jahr 2035 wird die Stromversorgung in Deutschland nahezu vollständig auf erneuerbaren Energien beruhen, so der politische Wille.

## Energiebedarf regional decken

Für den Zeithorizont bis 2035 prognostizieren die Stadtwerke Fürstenfeldbruck für ihr Netz- und zugleich Versorgungsgebiet einen Stromverbrauch von circa 300 Millionen Kilowattstunden. Der gesteigerte Energiebedarf für den privaten sowie öffentlichen Sektor und der Industrie wurde hierbei einkalkuliert.

Um diese Energiemenge regenerativ zu decken, ist der Aufbau von zusätzlichen erneuerbaren Energieerzeugungsanlagen im Versorgungsgebiet der Stadtwerke Fürstenfeldbruck in den nächsten Jahren dringend erforderlich – bis jetzt werden dort rund 50 Prozent der Energie aus regionalen, erneuerbaren Energiequellen gedeckt.

## Energie aus Wind und Sonne

Generell ergänzt sich die Energieerzeugung aus Photovoltaik- und Windkraftanlagen:

Photovoltaikanlagen liefern insbesondere im sonnenreichen Halbjahr und während der Tageszeit Strom. In den Herbst- und Wintermonaten ist die Erzeugung hingegen rückläufig. In diesem Zeitraum erreicht die Windkraft ihre maximale Leistung. Darüber hinaus bedient die Energieerzeugung beider regenerativer Energieträger tagsüber den hohen Verbrauch. Nachts kann die Windenergie einen Teil des Bedarfs decken. Allerdings gibt es auch Perioden mit Windflauten, so dass zusätzliche Lösungen benötigt werden.

Somit steht im Fokus der Stadtwerke der Ausbau beider Erzeugungsformen: Bis Jahresende 2022 wurden Photovoltaikfreiflächen mit 1,3 MW Erzeugungsleistung fertiggestellt, weitere 5,2 MW sind derzeit im Bau und nochmals 4,0 MW befinden sich in der Planung für die kommenden Jahre. Im Weiteren liefern die zwei Windkraftanlagen in Malching und Mammendorf einen durchschnittlichen Jahresertrag von insgesamt 12 Mio. kWh. Zu diesen plant das Unternehmen bis zu vier weitere Windräder mit je bis zu 5,5 MW Erzeugungsleistung in Pfaffenhofen an der Glonn; Der Bau weiterer zwei Anlagen in Rottbach bei Maisach ist ebenso in der Vorbereitung.

„Insgesamt beabsichtigen wir in den kommenden 12 Jahren, 25 MW Leistung bei der Photovoltaik und 20 MW bei der Windkraft in Betrieb zu nehmen, wobei die in Bau befindlichen Solaranlagen eingerechnet sind. Dies ist unser Beitrag zur CO<sub>2</sub>-Neutralität. Die Gesamtinvestitionen belaufen sich auf rund 43 Mio. Euro“, erläutert Matthias Beuter, Ab-

teilungsleiter Energiedienstleistungen bei den Stadtwerken. „Allerdings müssen, um den Strombedarf auch in wind- bzw. sonnenarmen Zeiten zu decken, noch deutlich mehr Photovoltaik- und Windkraftanlagen errichtet werden. Unser Versorgungsgebiet ist groß genug und in den meisten Fällen werden die Erzeugungsanlagen in mehreren Parks zusammengefasst sein.“

## Private Energiewende auf dem Dach

Jeder Verbraucher kann seine persönliche Energiewende durchführen. Photovoltaik- oder Solarthermie-Module auf Dach und Balkon helfen, den Verbrauch konventioneller Energieträger wie Öl, Gas oder Kohle zu verringern und in Kombination mit einem Batteriespeicher den Eigenverbrauch zu steigern. Die Stadtwerke Fürstenfeldbruck unterstützen mit ihrem Photovoltaikangebot – dem FFBStromdach – die private Energiewende. In den vergangenen drei Jahren wurden 250 Anlagen mit rund 6.000 Photovoltaikmodulen und einer Stromleistung von 2.500 kWp auf privaten und öffentlichen Dächern beauftragt und installiert.

„Die Nachfrage nach dem FFBStromdach ist enorm, so dass wir nur eine begrenzte Anzahl an Kundenanfragen bedienen können“, beschreibt Beuter die aktuelle Situation. „Wir wollen jedem FFBStromdach-Interessierten eine umfangreiche Beratung bieten, die aber Zeit und Ressourcen benötigt. Daher bitten wir unsere Kunden um Geduld bei der Kontaktaufnahme mit uns und bei der Realisierung einer Photovoltaikanlage.“



# Jeder Ort lebt von guter Energie

100 % Ökostrom

Bruder Josef Götz OSB  
Erzabtei St. Ottilien



Stadtwerke Fürstenfeldbruck  
Cerveteristraße 2  
82256 Fürstenfeldbruck  
www.stadtwerke-ffb.de  
Telefon 08141 401-111



Einfach für Sie nah.

Jetzt wechseln:  
oekostrom-ffb.de

Einfach für Sie nah.





Bildnachweise (v. l.): Too good to go, Thomas Prieto-Peral, iStock.com/chombosan, Sandra Böhm

# Fichtl Holzbau



Individuelle Holzhäuser  
zum Lieben und Leben.

## MIT DER NATUR IM BÜNDE



Wir setzen beim Bau unserer Häuser ausschließlich auf natürliche Materialien und ökologische Werkstoffe. So schaffen wir die Basis für ein gesundes und schadstoffarmes Wohnen.

Holzbau Fichtl GmbH

Hechenwang  
Dorfstraße 33  
86949 Windach

T. +49 . 8806 . 958 980  
info@holzbau-fichtl.de  
www.holzbau-fichtl.de

# Inhalt

- 6 Veranstaltungen
- 12 Landsberg im Zeichen des Wassers
- 14 Regionalanbieterliste
- 16 Nachhaltiges Gärtnern in der Region
- 18 „Too good to go“ – zu gut für die Tonne: Lebensmittel retten per App
- 21 Sparen ja – aber nicht bei Lebensmitteln: ein Kommentar von Dagmar Kübler
- 22 Sortenvielfalt in der Landwirtschaft – regional angebaut
- 23 Bibliothek der Dinge – Leihangebot
- 24 Frau und Beruf – fit fürs Business dank berufsbegleitender Weiterbildungen
- 28 Kalender mit Terminen in der Region
- 34 Mit gutem Beispiel voran: Klimaschutz in Grafrath
- 40 [E-] Mobilitäts Check: Nachhaltige Verkehrskonzepte
- 48 Neue Klimaagentur in Türkenfeld: Die Nachbarlandkreise Starnberg, Landsberg und Fürstenfeldbruck schließen sich zusammen
- 50 Fasten – Frühjahrsputz für den Körper
- 52 Mit der Knoblauch-Zitronen-Kur den Körper reinigen
- 54 Das letzte Wort! & Impressum



Das grüne Heft.  
Titelmotiv: iStock.com/mattjeacock



*Liebe Leserinnen  
und Leser!*

**B**io, Öko und Co – alljährlich widmen wir unser erstes Heft des Jahres diesem Schwerpunktthema. Und immer finden wir spannende und neue Informationen zu diesem Themenkreis in unserer Region zwischen Ammersee, Amper und Lech.

Stellten wir in den vergangenen Jahren ein kontinuierlich wachsendes Interesse an Umweltthemen fest – und einen beständig wachsenden Bio-Markt in sämtlichen Lebensbereichen (Ernährung, Hausbau, Landwirtschaft etc.), erfuhren wir nun durch unsere Recherche, dass die sogenannte „Krise“ und die damit zusammenhängenden Unsicherheiten und Zukunftsängste auch bei den Verbrauchern in unserer Region angekommen sind.

Dabei ist uns doch eigentlich allen bewusst, dass es keine Alternative gibt. Angesichts der Entwicklung unserer Welt, der Klima-Krise und der daraus resultierenden Folgen gibt es nur einen Weg: Wieder hin zu bewussterem Umgang mit unseren Ressourcen, einem schonenden Miteinander von Mensch und Natur und einer aktiven Entscheidung für regionale Produkte und Dienstleister.

Seit Corona kennen wir die Folgen wirtschaftlicher Abhängigkeiten und Mechanismen, auf die wir nicht direkt Einfluss nehmen können. Doch wir können durchaus etwas dagegen tun: z.B. Akzente setzen durch unseren Lebensstil und unsere Kaufentscheidungen und so Einfluss nehmen auf nachhaltige Produktion in unserer Region. Wussten Sie z. B., dass auf den Feldern im Lechraun Quinoa, Linsen, Soja, Einkorn, Emmer und Hanf wachsen (Beitrag ab S. 22)?

Wie sich bürgerschaftliches Engagement positiv auf gemeindliche Entscheidungen auswirkt, kann man gut am Beispiel der Gemeinde Grafrath sehen, die wir in dieser Ausgabe in einem Portrait vorstellen. Hier gibt das Engagement einzelner wertvolle Impulse an den Bürgermeister und die Räte des Ortes – die sich dadurch zu umweltbewussten Entscheidungen in ihrer Lokalpolitik motivieren lassen (ab S. 34).

Viel Freude beim Lesen wünschen Ihnen

*Sigrid Römer-Eisele*

Ihre Sigrid Römer-Eisele und das gesamte **jezza!**-Team.



## KULTURREISE UM DIE WELT

mit den Highlights in der Singoldhalle Bobingen



**Meine Rede**  
Kabarett mit Bruno Jonas  
Fr., 17. März, 19:30 Uhr



**Theaterstück: Die Geierwally**  
Theatergastspiele Fürth  
Sa., 18. März, 20:00 Uhr



**TERRA**  
Mit der Kamera um die Welt  
Multivision mit Michael Martin  
Do., 20. April, 19:30 Uhr



**PIPPO POLLINA**  
mit Palermo Acoustic Quintet  
Canzoni Segrete Europa-Tour  
Sa., 08. Juni, 20:00 Uhr

Kulturamt Stadt Bobingen  
Rathausplatz 1, 86399 Bobingen  
www.stadt-bobingen.de  
08234/8002-31/-36  
kulturamt@bobingen.de

Tickets 

## TERRA – mit der Kamera um die Welt, 20. April, Bobingen

Michael Martin präsentiert am 20. April 2023 in der Singoldhalle Bobingen mit seiner neuer Multivision „TERRA“ ein einzigartiges Portrait des Planeten Erde. Fünf Jahre reiste er mit der Kamera um die Welt und fotografierte in der Arktis, im Himalaya, in den Anden, im Südpazifik, in Arabien, im Amazonasbecken, in den Savannen Ostafrikas sowie in der Taiga Sibiriens und den Steppen Zentralasiens. So entstanden zehn Gesichter der Erde, welche neben faszinierenden Landschaften auch Tiere, Pflanzen und Kulturen in allen Klimazonen unserer Erde vorstellen. Michael Martins neue Multivision „TERRA“ zeichnet das ganz große Bild der Erde, sie ist eine Verneigung vor der Schönheit der Natur und dem Wunder des Lebens. **Ticketpreise: 25 €, ermäßigt 22 €.** Infos: Kulturamt Stadt Bobingen, Tel. 082 34 / 8002-31, kulturamt@bobingen.de, www.reservix.de



Michael Martin am Dallol (Äthiopien), wo die höchsten durchschnittlichen Jahrestemperaturen der Erde registriert werden. Foto: Michael Martin

## „Pumuckl und mehr“ – Ellis Kaut zum 102., bis 4. Juni, Museum Fürstenfeldbruck

Vor 60 Jahren erfand die Schriftstellerin Ellis Kaut (1920-2015) den Pumuckl – den frechen Kobold mit den roten Haaren. Illustriert wurde er erstmals von der Künstlerin Barbara von Johnson, später gestaltete auch Brian Bagnall den kleinen Kobold. Der Pumuckl erfreut bis heute Kinder und Erwachsene gleichermaßen. In Meister Eders Werkstatt treibt er seine frechen Späße. Unvergesslich sind beispielsweise die Hörspiele mit Gustl Bayrhammer und Hans Clarin im Bayerischen Rundfunk. Ab 1982 entstanden aufwändig animierte Fernseh- und Kinofilme. Ellis Kaut war nicht nur eine begnadete Geschichtenerzählerin, sie zeichnete sich auch durch eine ungemein künstlerische Vielseitigkeit aus. Ihr Leben lang malte, zeichnete und fotografierte sie und hinterließ ein umfangreiches Werk. Die Familien-Ausstellung im Museum Fürstenfeldbruck stellt die Künstlerin Ellis Kaut vor und erzählt spannende Geschichten über den Pumuckl und die kreativen Köpfe dahinter. Führungen – Kinderecke - Workshops – Rahmenprogramm.

Infos: [www.museumffb.de](http://www.museumffb.de)  
Museum Fürstenfeldbruck im Kloster Fürstenfeld  
Tel.: 081 41/61 1313,  
[museum@fuerstenfeldbruck.de](mailto:museum@fuerstenfeldbruck.de)  
Di – Sa: 13 – 17 Uhr, So u. Feiertag: 11 – 17 Uhr,  
Gruppen nach Vereinbarung





**»PUMUCKL UND MEHR«**

**ELLIS KAUT ZUM 102.**

**18. NOV. 2022 – 4. JUNI 2023**

[www.museumffb.de](http://www.museumffb.de)

© Ellis Kauf, Barbara von Johnson, Brian Bagnall, Kasperk

## „Neues von Früher – Dorfgeschichten und widerspenstige Musik“, 26.02.23 Stadttheater Landsberg, Foyer

Das Duo Erwin Rehling (Percussionist) und Peter Holzapfel (Posaunist) entführt die Besucher der Kleinkunsthöhe Landsberg in eine Zeit, die vielen angesichts der Krisen heutiger Tage als eine heile Welt erscheinen mag. Rehlings Kindheitserinnerungen, gesprochen im Dialekt und eingebettet in ein modernes Klanggeflecht aus Rock, Jazz und experimenteller Musik und Instrumentierung, entwickeln ihre ganz eigene Kraft und regen zum Nachdenken an, ohne dabei in „Früher-war-alles-Besser“-Nostalgie zu verfallen. **Karten: 17 Euro.**

**Beginn: 19.30 Uhr. Karten im Stadttheater-Büro, Reisebüro Vivell und Radl-Spaß in Landsberg bzw. bei der „Spielkiste“ in Kaufering**

Erwin Rehling und Peter Holzapfel.  
Foto: Werner Bauer



## Pigor & Eichhorn – „Volumen X“, 26.03.2023, Stadttheater Landsberg, Saal

Mit intelligent-musikalischen Programmen haben sich Thomas Pigor und Benedikt Eichhorn in den vergangenen Jahrzehnten Kultstatus vor allem in Berlin erspielt und ganz nebenbei ihren „Pokalschrank“ (u.a. Deutscher Kleinkunstpreis) ordentlich gefüllt.

Nun bringt das Duo das aktuelle Programm „Volumen X“ auf die Bühne im Saal des Stadttheaters Landsberg (als Programm der Kleinkunsthöhe S`Maximilianeum) und beweist mit seiner in eleganten Salon-HipHop verpackte Gesellschaftssatire: Kabarett ist tanzbar! **Karten: 22/19/17 Euro**

**Beginn: 19.30 Uhr. Karten im Stadttheater-Büro, Reisebüro Vivell und Radl-Spaß in Landsberg bzw. bei der „Spielkiste“ in Kaufering**

Pigor und Eichmann. Foto: Tomas Nitz.



## PC- und Laptop-Reparaturen alle Marken



**PC-Doktor Norbert Funk**  
Technische Dienstleistungen und Schulungen  
Geltendorfer Str. 8b · 82299 Türkenfeld  
Telefon: 08193-939 69 64  
Mobil: 0170-294 31 41  
E-Mail: [info@pcdokter-funk.de](mailto:info@pcdokter-funk.de)  
Web: [www.pc-doktor-funk.de](http://www.pc-doktor-funk.de)

- Für den privaten Haushalt, Selbstständige & Kleingewerbe
- Einrichtung und Pflege von LAN- und WLAN-Netzwerken
- Hilfe bei Smartphone-, Tablet- und iPad-Problemen
- Betriebssystem- und Programm-Updates
- Datenrettung, Beseitigung von Computer-Viren und Trojanern



## Events und Veranstaltungen auf dem Hofgut Algertshausen

### Krimi Dinner & Show

Live Krimis mit exklusivem, mehrgängigem Dinner-Menü inkl. Aperitif.  
**Freitag, 03. März, 18:00 – 23:00 Uhr**  
Tickets unter [www.dine-crime.de](http://www.dine-crime.de)  
79,00€/Person

### Afternoon Tea Time

Es muss nicht immer Kaffee sein! Genießen Sie bei einer köstlichen Tasse Tee oder einem Glas Sekt englisches Gebäck und Finger-Sandwiches bei uns im Hofgut Algertshausen.  
**Sonntag, 05. März und Sonntag, 02. April 14:00 – 17:00 Uhr**

### Hofgut Maifest

Es wird zünftig im Hofgut! Lassen Sie sich bei Musik das Bier und Essen schmecken. Auch für unsere kleinen Gäste wird einiges geboten sein.  
**Samstag, 13. Mai, 12:00 – 20:00 Uhr**

### Sundowner

Sonne runter, Stimmung rauf! Lassen Sie den Tag in einzigartiger Atmosphäre mit erfrischenden Longdrinks, köstlichen Speisen und Musik ausklingen. Genießen Sie den einmaligen Sonnenuntergang über dem schönen Alpenvorland.  
**Jeden Donnerstag von 15. Juni – 10. August 2023 ab 19:00 Uhr**

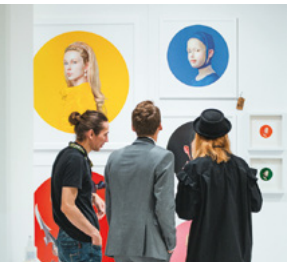
Hofgut Algertshausen  
Algertshausen 1 · 86926 Eresing  
Tel. 08193 7020 · [www.hofgut-algertshausen.de](http://www.hofgut-algertshausen.de)

# Augustinum $\Phi$

Hofgut Algertshausen



## ARTMUC Kunstmesse 24. - 26. März, München



Die ARTMUC ist Bayerns größte Entdeckungsmesse und Verkaufsplattform für zeitgenössische Kunst. Seit ihrem Start 2014 haben über 100.000 Kunstinteressierte die ARTMUC besucht. Über 1.300 Kunstschaffende sowie 250 Galerien und Plattformen haben dem Münchner Messeformat sein Profil gegeben. Auch bei der kommenden Ausgabe Ende März erwarten die Besucher einige neue Highlights:

*Functional art and design – die Anwendung von Kunst und Design*

Die Digitalisierung sämtlicher Kreativbereiche und der damit verbundene einfachere Zugang zu kreativen „Schöpfungen“ haben den Veranstalter dazu veranlasst, auf der ARTMUC einen neuen, übergreifenden Bereich für die Anwendung von Kunst und Design zu schaffen. Alle Facetten der „kreativen Wertschöpfungskette und Anwendung von Kunst“ werden fokussiert, u.a. Furniture Design, Product Design, Architektur, Innenarchitektur, Textilkunst, UX Design, VR / AR / KI, Fashion, Game-Design etc.

**Das DIGITAL.LAB präsentiert technolog. Entwicklungen**

Bei der ARTMUC wird bei jeder Ausgabe ein Fokus auf neue Technologien und aktuelle Trends in der Kunstwelt gelegt. Das DIGITAL.LAB präsentiert verschiedene Künstler und Künstlerinnen und Projekte aus den Bereichen Virtual Reality, Augmented Reality, 3D-Visualisierungen, 3D-Druck, Blockchain, Metaverse und NFTs.

**Ort:** MTC Supreme Locations, Ingolstädter Straße 45, München

**Termin:** Fr. 24.03.: 19 - 22 Uhr, Sa. 25.03.: 10 - 20 Uhr, So. 26.03.: 10 - 18 Uhr. **Eintritt (barrierefrei):** Neu: 1x zahlen – an allen Tagen ARTMUC besuchen, 15 €, Kinder unter 16 Jahren: freier Eintritt, Tickets nur an der Tageskasse. **Hunde an der Leine sind erlaubt. Parken:** ca. 1000 PKW-Parkplätze vor Ort. **Anfahrt:** U2 – Station Frankfurter Ring (plus ca. 7 min. Fußweg)

Infos unter: [www.artmuc.info](http://www.artmuc.info)

### Gewinnspiel jezza! und ARTMUC

verlosen 5 x 2 Dauerkarten ab der Eröffnung am Fr., 24.03.23. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Einsendeschluss: 1. März 2023. Stichwort: jezza/Artmuc23 per Mail (mit Adressangabe) an: [info@artmuc.info](mailto:info@artmuc.info)



Fotos: Isabella Kilian/ARTMUC

Anzeige

**NEU**  
**MTC Locations**  
Ingolstädter Straße 45

**24. - 26. März**  
München / MTC Locations

**ART  
MUC**  
Münchens größtes Kunstfestival

[@artmuc.kunstmesse](http://www.artmuc.info)

## Führungskräfte-seminare in St. Ottilien

„Wir freuen uns, dass wir 2023 unsere sehr erfolgreich gestarteten Seminare fortsetzen können. Dr. Bernhard Schmalz, Geschäftsführer des Benediktinischen Beraternetzwerks St. Ottilien, zeigt überzeugend, dass die Regel einer seit 1500 Jahren existierenden Organisation auch viele Anregungen für eine moderne Organisation bereithält“, so Erzbischof Wolfgang Öxler.

In den Seminaren können die Teilnehmer ganz praktisch lernen, wie agiles Projektmanagement geht. Alternativ erarbeiten sie interaktiv für sich und ihren Verantwortungsbereich Ideen und Maßnahmen zur Strategiearbeit oder setzen sogar noch früher an – dort, wo alles beginnt: bei der Führung von sich selbst. Auch für die Themen Konfliktmanagement oder wirkungsvolle Strategieumsetzung gibt es effektive Seminarangebote.

**1. und 2. März 2023: Projektmanagement Agil**

**20. und 21. März 2023: Strategie / Grundlagen**

**3. und 4. April 2023: Führung / Sich selbst führen**

**16. und 17. Mai 2023: Kultur / Konfliktmanagement**

**28. und 29. Juni 2023: Strategie / Umsetzung**

Infos: [www.bbsto.de](http://www.bbsto.de)

<https://erzabtei.de/SeminareFuehrungskraefte>

## 25. Fürstenfelder Naturfototage, 14. - 16. April, Veranstaltungsforum FFB

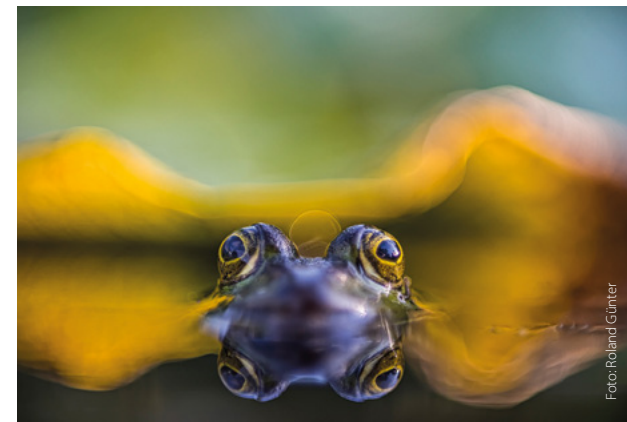


Foto: Roland Günter

Wenn Naturschutz und Fotografie eine Symbiose eingehen, dann finden die Fürstenfelder Naturfototage statt.

Zum 25-jährigen Jubiläum dieses großen Fotofestivals wird das Thema „Deutschland“ ausführlich präsentiert. Die Vorträge starten an der Küste und enden in den Alpen – ein Querschnitt der verschiedenen Landschaften und Naturschönheiten.

Besucher können sich in vielen Workshops und Seminaren fotografisch weiterbilden.

Der Eintritt zur großen Natur-Foto-Messe am Wochenende ist wie immer kostenlos. Auf 2000 m<sup>2</sup> stellen Firmen ihre Produkte, Dienstleistungen und Aktivitäten an über 100 Ausstellerständen vor. Die Kamera-Servicestation mit Check&Clean bietet einen zusätzlichen Service. Gleichzeitig werden am „Wochenende der Fotografie“ über 300 Bilder in verschiedenen Formaten und Materialien ausgestellt.

Infos: [www.glanzlichter.com](http://www.glanzlichter.com)

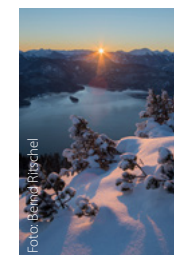


Foto: Bernd Riggel

# Alter Wirt Eresing

Fam. Prenzel  
Kaspar-Ett-Str. 14  
86922 Eresing  
Tel. (08193) 8226  
[gaschhaus@alter-wirt-eresing.com](mailto:gaschhaus@alter-wirt-eresing.com)  
[www.alter-wirt-eresing.com](http://www.alter-wirt-eresing.com)

Öffnungszeiten	werktags	ab 17 <sup>00</sup>
	So + Feiertag	ab 11 <sup>00</sup>
	Donnerstag Ruhetag	

**11.2. Einlass ab 19 Uhr**  
**Eresinger Faschingsball**  
mit Liveband Caipirinha – Abendkasse 14 Euro Eintritt

**16.2. von 14 – 17 Uhr Kinderfasching**  
mit Programm des  
Waldkindergartens Eresing

Vorschau:  
**1.4. 20 Uhr, Einlass ab 18 Uhr**  
**Toni Lauerer**  
Bestes bayrisches Kabarett

## Fürstenfelder Naturfototage



**14.-16. April - 3 Tage:**

**Multivisions-Vorträge, Workshops, Seminare**

**Am Wochenende 15./16 April und freier Eintritt:**

**Fotomarkt, Naturmarkt, Reisemarkt**  
mit 100 Ausstellungsständen

**Aktionen:** Greifvogel-Flugshow, Kamera-Check, Kurz-Seminare, Foto- und Sachausstellungen auf 7.800 qm Fläche

### Veranstaltungsforum Fürstenfeldbruck



Kartenservice für Multivisions-Vorträge, Workshops und Seminare:  
[www.glanzlichter.com/kartenshop.cfm](http://www.glanzlichter.com/kartenshop.cfm)  
Kartenservice für Multivisions-Vorträge:  
Veranst.forum, Tel.: 08141-6665-444



## Wiederaufnahme wegen großen Erfolgs: „Annes Tagebuch“

Die tragische Geschichte um Anne Frank ist kein einfacher Stoff für einen Kinder- und Jugendchor. Umso mehr freuen sich die Mitglieder des Chors „doremi“ (ausgezeichnet mit dem Sonderförderpreis des Landkreises Landsberg), dass ihr Stück nach der Corona-Pause nun erneut gezeigt wird.

„Annes Tagebuch“ erzählt von der 13-jährigen Jüdin Anne Frank, die sich mit ihrer Familie und vier weiteren Personen über zwei Jahre lang vor der Verfolgung durch die Nazis versteckt hielt. Das Geschehen wird wie im Originaltext aus Annes Blickwinkel dargestellt. So gelingt es dem Jugendchor, der das Stück mit der musikalischen Leiterin Silvia Elvers erarbeitet hat, mit realistischem Ernst zu spielen – aber auch dem Humor, den Wünschen und Träumen von Anne Raum zu geben. Dies schafft trotz des bekannten und bedrückenden Endes eine besondere Leichtigkeit, die den Mensch Anne in den Vordergrund stellt.

Hinzu kommt eine bisweilen eigene, eindringliche Klangsprache, die an bekannte Komponisten aus Anne Franks Zeit, wie z.B. Kurt Weill, angelehnt und durch Annemarie Hoff und Stefan Lindner umgesetzt wurde. Unter der Regie von Andreas Walch erzählen die 40 Jugendlichen ein Stück Zeitgeschichte, v. a. aber von einem besonderen Mädchen, das nicht vergessen werden darf.

**Aufführungen:** 26. und 27. Feb. jeweils um 19 Uhr im Rhabanus-Maurus-Gymnasium in St. Ottilien. Karten: 12 € (erm. 7 €) beim Ticketservice Vivell Landsberg oder an der Abendkasse.



## Jubiläumsfestival23, Florian Stadl, Kloster Andechs, 24.4. – 1.5.23

„Hautnah(er)leben“ – das Motto des ersten „Jubiläumsfestivals 2022“ – bedeutete intensive Kommunikation, Emotionsaustausch zwischen den Besuchern und den Künstlern. Analog zur Tradition der „Schubertiaden“ sitzen die Musiker mitten im Geschehen. Die Zuschauer können die Energie und Stimmung hautnah spüren. Genau hier soll 2023 angeknüpft werden!

2023 setzt das Festival sich mit großen Werken der Musikgiganten Tschaikowsky und Rachmaninow sowie Monteverdi und Byrd auseinander. Vielleicht weniger bekannt, nichtsdestotrotz wunderbar, werden Carl Frühling, Max Reger und Ligeti, gespielt. Als Höhepunkt kommt eine Auftragskomposition des berühmtesten armenischen Komponisten Tigran Mansurian zur Aufführung.

Alle Werke werden dargeboten von den Streichquartetten Armida und Diogenes, dem Klarinettenisten Pablo Barragán, den Pianisten Margarita Oganjesjan und Daniel Heide, der Sängerin Erika Baikoff, dem Bratschen-Quartett mit Emiko Yuasa, Jannis Rieke, Hariolf Schlichtig und Hiyoli Togawa und den beiden BR-Moderatoren Annekatri Hentschel und Clemens Nicol. **jezza!-Tipp: Probenbesuche & alle Konzerte für Jugendliche bis 18 Jahre kostenlos.**

**Tickets & Info:**  
www.jubilaumsfestival.de  
info@arte-musica-poetica.de,  
Tel.: 01 71 / 87 55 237  
www.muenchenticket.de  
Tel. 089 / 54 81 81 81

**Gewinnspiel**  
jezza! und ARTE.MUSICA.POETICA verlosen 6 x 2 Tickets im Wert von je 39 €. Rechtsweg und Barauszahlung ausgeschlossen. Einsendeschluss: 15. März `23 mit Stichwort: jezzaJubel an: info@arte-musica-poetica.de unter Angabe des Wunschkonzerts, des Namens und der Adresse.



Armida Quartett

Anzeige



**HOSPIZ- UND PALLIATIVVEREIN**  
Landsberg am Lech e. V.

**Füreinander da sein. Im Leben und im Sterben**  
Für Schwerkranke und Sterbende sowie deren Angehörige  
Beratung • Begleitung • Vernetzung – Hospiz • Palliativ • Trauer

Bischof-Riegg-Straße 9 | 86899 Landsberg am Lech | Tel. 08191-42388 | www.hpv-landsberg.de

# JUBILÄUMS FESTIVAL23

FLORIAN-STADL, KLOSTER ANDECHS

## im Fünf Seen Land

DAS KAMMERMUSIK-ERLEBNIS

- †400 WILLIAM BYRD
- †380 CLAUDIO MONTEVERDI
- \*155 CARL FRÜHLING
- \*150 SERGEI RACHMANINOV
- \*150 MAX REGER
- †130 P.I. TSCHAIKOWSKY
- \*100 GYÖRGY LIGETI

FR **28.4.** 19.30 UHR

**DER KLAVIERTITAN**  
DIOGENES QUARTETT & MARGARITA OGANESJAN (KLAVIER)  
SERGEI RACHMANINOV, 2. Klavierkonzert in der Fassung für Klavier & Streichquartett  
GYÖRGY LIGETI, „Métamorphoses nocturnes“, Streichquartett Nr. 1



SA **29.4.** 11 UHR

**JUGEND KONZERTIERT**  
ERIK MAIER (VIOLINE), CECILIA QUERNER (VIOLINE),  
AURELIA HOEVER (VIOLA), LELE WANGWANG (VIOLONCELLO),  
ANNE FORSTER (KLAVIER)  
PETER I. TSCHAIKOWSKY, Streichquartett in B-Dur op. POSTH WW9  
PETER I. TSCHAIKOWSKY, Valse-Scherzo für Violine und Klavier  
JOHANNES BRAHMS, Scherzo für Violine und Klavier  
ROBERT SCHUHMAN, Klavierquintett op. 44



SA **29.4.** 19.30 UHR

**VIOLA4**  
EMIKO YUASA (VIOLA)  
JANNIS RIEKE (VIOLA)  
HARIOLF SCHLICHTIG (VIOLA)  
HIYOLI TOGAWA (VIOLA)  
CLAUDIO MONTEVERDI & WILLIAM BYRD, Messen in einer Bearbeitung für 4 Violinen  
GYÖRGY LIGETI, Sonata für Viola-Solo (1991-94)



SO **30.4.** 15 UHR

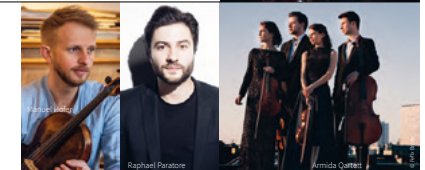
**ÖFFENTLICHE PROBE FÜR JUGENDLICHE**  
PROBENBESUCH ZUM KONZERT UM 18 UHR  
anschließend Gespräch zwischen Musikern und jungen SchülerInnen, in Kooperation mit „Rhapsody in School“/Tonali



SO **30.4.** 18 UHR

**ROMANTIK PUR**  
PABLO BARRAGÁN (KLARINETTE)  
ARMIDA QUARTETT  
MANUEL HOFER (VIOLA)  
RAPHAEL PARATORE (CELLO)  
MAX REGER, Klarinettenquintett in A-Dur, op. 146  
PETER I. TSCHAIKOWSKY, Streichsextett „Souvenir de Florence“ in d-moll, op. 70

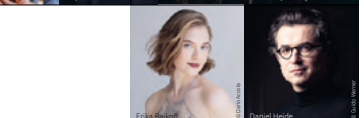
LIVE-AUFNAHME  
MEDIENPARTNER  
**BR**  
KLASSIK



MO **1.5.** 15 UHR

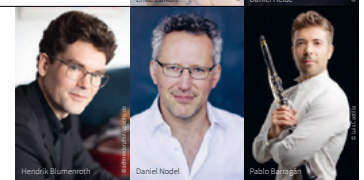
**LIEDER**  
ERIKA BAIKOFF & DANIEL HEIDE (KLAVIER)  
SERGEI RACHMANINOV  
PETER I. TSCHAIKOWSKY

LIVE-AUFNAHME  
MEDIENPARTNER  
**BR**  
KLASSIK



MO **1.5.** 19.30 UHR

**SPHÄRISCHE WELTEN**  
PABLO BARRAGÁN (KLARINETTE)  
DANIEL NODEL (VIOLINE)  
HENDRIK BLUMENROTH (CELLO)  
MARGARITA OGANESJAN (KLAVIER)  
TIGRAN MANSURIAN, Uraufführung für Klarinetten trio  
TIGRAN MANSURIAN, „Agnus Dei“ für Klarinetten trio & Violine  
CARL FRÜHLING, Trio a-moll, op. 40  
SERGEI RACHMANINOV, Werke für Klarinette & Klavier sowie Violoncello & Klavier



MODERATION: CLEMENS NICOL (BR – 28. + 29.4.23)  
ANNEKATRIN HENTSCHEL (BR – 30.4. + 1.5.23)

**TICKET-PREISE:**

1. Kategorie | 39 € 2. Kategorie | 29 € 3. Kategorie | 19 € Jugend konzertierte | 10 €

FestivalCard (alle Konzerte 1. Kategorie) 180 €

Freier Eintritt für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahren

Bei jeder zweiten oder dritten Karte für einen Besucher an einem Konzerttag reduziert sich der Preis um jeweils 5 €.

**SHUTTLESERVICE:** S-Bahn-Nutzer haben die Möglichkeit von Herrsching zum Konzert in Andechs und retour unseren **kostenlosen Shuttelservice** zu nutzen. Bitte anmelden unter info@art-musica-poetica.de

**TICKETBESTELLUNGEN/BESTUHLUNGSPLAN AB SOFORT: WWW.JUBILAEUMSFESTIVAL.DE**

oder per E-Mail: info@arte-musica-poetica.de oder telefonisch: +49 171-87 55 237

**MÜNCHEN TICKET:** www.muenchenticket.de • Tel. 089-54 81 81 81

PRÄSENTATIONSPARTNER



FÖRDERER



SPONSOREN

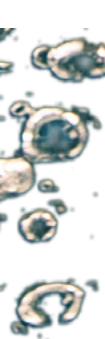


VERANSTALTER



www.jubilaumsfestival.de





# Landsberg im Zeichen des Wassers

Text: Dagmar Kübler

Wasser ist Lebensgrundlage. Um die Wertschätzung von Wasser zu erhöhen, plant die Gemeinwohl-Ökonomie, Regionalgruppe Landsberg, zusammen mit vielen Akteuren ein buntes Jahresprogramm.

Sprudelnd wie ein Quell zeigt sich auch Doro Heckelsmüller von der Gemeinwohl Ökonomie Landsberg, wenn sie über die geplanten Wasseraktionen zum Projekt „WASser brauchst DU!?“ spricht. „Am Weltwassertag, dem 22. März, wollen wir am Hauptplatz in Landsberg Wasserlieder singen. Beim Wassersymposium am 6. Mai werden wir Menschen mit viel Wissen über das Wasser zusammenbringen“, erzählt sie.

Am 9. Juli wird es dann endgültig nass, beim Big Jump an der Staustufe 15 des Lechs. „Da wollen wir für lebendige Flüsse ins Wasser hüpfen“, freut sich Heckelsmüller und berichtet auch über erste Erfolge auf kommunaler Ebene. Geht es nach den „Wasserbegeisterten“, soll Landsberg „Blue Community“ werden. Landrat Thomas Eichinger stehe der Idee positiv gegenüber, ebenso Landsbergs Oberbürgermeisterin Doris Baumgartl; im März werde im Kreistag über einen Beitritt des Landkreises Landsberg zu Blue Communities abgestimmt, erklärt Heckelsmüller. Blue Communities unterstützen die Umsetzung der Menschenrechte auf Zugang zu sauberem Trinkwasser und Sanitärversorgung. Außerdem gehen sie schonend mit den Wasserressourcen um und setzen sich für Wasserversorgung und Abwasserentsorgung in öffentlicher Hand ein.

Ziel ist es zudem, auch andere Länder bei der Bereitstellung einer funktionierenden öffentlichen Trinkwasserversorgung zu unterstützen sowie die Nutzung von Leitungswasser statt Flaschenwasser zu fördern. Wie die Gemeinwohlgruppe informiert, erzeuge die Produktion und Befüllung, der Transport und die Leergutlogistik von Wasserflaschen einen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck, der dem 1,5-fachen des innerdeutschen Flugverkehrs entspreche. Daher könne der Einsatz von Leitungswasser in Unternehmen, öffentlichen Einrichtungen, in der Gastronomie und entlang von Touristikrouten diesen reduzieren. Eine Möglichkeit für den öffentlichen Raum könnten Trinkwasserbrunnen sein, sagt Heckelsmüller, die sich auch für frei fließende Flüsse einsetzen will.



Wertvolles Gut: Unser Trinkwasser wird oft als selbstverständlich gesehen. Dabei ist unsere Wasserversorgung von sinkenden Grundwasserspiegeln bedroht – auch in Bayern.

Anzeige



## KALKPROBLEME? Wir bieten Ihnen die Lösung!

Wasser ist unser Element seit über 30 Jahren Ihr Partner

- Der Fachbetrieb in Ihrer Nähe bietet Ihnen zuverlässige und qualitativ hochwertige Anlagen aus eigener Produktion
- Für Haushalt und Industrie
- Gegen hartes Wasser, Verkalkung der Rohrleitungen, Boiler und Haushaltsgeräte
- Wir beraten Sie gerne und bieten eine saubere Lösung

memtech GmbH • Gewerbering 10 • 82272 Moorenweis  
Tel. 081 46/9 42 26 • Fax 081 46/9 42 28 • E-mail: info@memtech.de • www.memtech.de



Wir lassen Sie nicht allein



### Wir bieten folgende Leistungen

- Häusliche Kranken- & Altenpflege
- Tagespflege
- Betreute Senioren-WG
- 24-Stunden Rundum-Betreuung
- Essen auf Rädern
- Beratungseinsätze nach § 37
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Stundenweise Betreuung bei Ihnen zu Hause
- Einkaufs- und Besorgungsfahrten
- Angehörigenschulung

Münchenerstraße 1 • 86949 Windach • Tel. 08193 / 93 97 08 • Fax 08193 / 93 87 52  
info@pflegezentrum-ammersee.de • www.pflegezentrum-ammersee.de

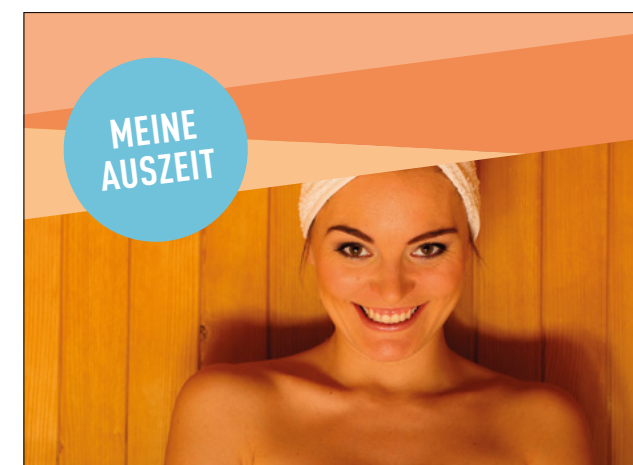


Reinigungskraft Grundreinigung (m/w/d) in Teilzeit gesucht!

Du hast kein Problem vor allen anderen aufzustehen und dann schon am Morgen Feierabend zu haben? Dann bist du bei uns richtig. Wir freuen uns auf DICH!

Bewirb dich über unsere Homepage oder per E-Mail an [bewerber@titania-neusaess.de](mailto:bewerber@titania-neusaess.de)!

managed by **GMP** [www.titania-neusaess.de](http://www.titania-neusaess.de)



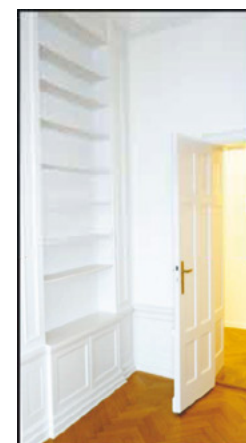
MEINE AUSZEIT

## LANGE SAUNANACHT

An jedem ersten Samstag im Monat haben Sie die Möglichkeit, bis in die Nacht hinein unser vielfältiges Sauna- und Massageangebot zu nutzen. Lassen Sie sich bis 2:00 Uhr nachts einfach mal von den abwechslungsreichen Eventaufgüssen unserer SaunameisterInnen überraschen.



Info-Telefon 08191-129 11 63  
[www.lechtalbad.de](http://www.lechtalbad.de)



## MALERBETRIEB DOLDI

BODENVERLEGUNG UND SCHIMMELPILZBESEITIGUNG

- Maler- und Lackierarbeiten
  - Tapezierarbeiten
  - Moderne Anstrichtechniken
  - Fassadenanstriche
  - Teppichböden, PVC
  - Laminat, Fertigparkett
- liefern und verlegen

Christian Doldi  
Hofgereuth 9  
86926 Neugreifenberg  
Telefon: 08192 / 997269  
Fax: 08192 / 997252  
[www.maler-doldi.de](http://www.maler-doldi.de)  
info@maler-doldi.de





# Liste regionaler Direktvermarkter, Lieferdienste, Bio-Läden, Unverpackt & Co.

Raum Landsberg Stadt/Land	
Laden	Kontaktadressen
<b>Alnatura Bio-Supermarkt</b>	Augsburger Straße 46, 86899 Landsberg, Tel. 081 91 / 4 01 98 07, Mo-Sa 8-20 Uhr
<b>Bio-Gärtnerei Schwifting</b>	Ammerseestraße 31, 86940 Schwifting, Tel. 01 60 / 189 70 37, Hofladen: Di., Do. und Fr. 9 - 18 Uhr, Sa. 9-14 Uhr <a href="http://www.gaertnerei-schwifting.de">www.gaertnerei-schwifting.de</a>
<b>Biolandhof Höpfl</b>	Dorfstr. 2, 82269 Geltendorf, Tel. 081 93 / 90 54 07 (Kartoffelkiste am Hof)
<b>Biolandhof Huber (Kartoffeln)</b>	Kirchplatz 7, 82269 Walleshausen, Tel. 081 95 / 84 41, Selbstbedienung im Hofladen 7-20h, <a href="http://www.gutkartoffeln.de">www.gutkartoffeln.de</a>
<b>Büffelhof Beuerbach Wein-Villa &amp; Hofladen</b>	Benediktstr.4, 86947 Beuerbach, Tel. 08195 - 9980999, <a href="http://www.bueffelhof-beuerbach.de">www.bueffelhof-beuerbach.de</a> , Mo + Fr 17 - 20 Uhr, Sa. 11- 18 Uhr, So 11 - 16 Uhr, Sa ab 16 Uhr frisches Holzofenbrot
<b>Der Biodandla</b>	Am Kirchsteig 10, 86911 Diessen, Tel. 0170 3824787, Wochenmarktstand rund um den See siehe <a href="http://www.biodandla.de">www.biodandla.de</a>
<b>Dorfladenbox</b>	86836 Untermeitingen: beim Edeka, Lechring 3 und 86836 Obermeitingen: Lechfelderstr. 13; Fam. Rid 0157-92452581, <a href="http://www.dorfladenbox.com">www.dorfladenbox.com</a> , 24-h geöffnet, Selbstbedienung
<b>Drexl - Biohof seit 2000</b>	Scheuringerstr.6, 86916 Kaufering, Tel. 0170/4514524, Abholung nach telefonischer Vereinbarung: Kartoffeln und Mehl
<b>Eine Welt Läden</b>	Fairtrade, Ludwigstraße 167, 86899 Landsberg, Tel. 081 91 / 30 88 09, Mo-Fr 10-18 Uhr, Sa 10-13 Uhr München Straße 2, 86949 Windach, Tel. 0 15 75 / 570 14 91, Di - Sa 10-12 Uhr u. Di., Do. & Fr. 15 - 18 Uhr, Mo. geschlossen
<b>Hofladen St. Ottilien</b>	86941 Eresing, Tel. 08193 / 71280, Mo.-Do. 8-11.30 Uhr, Fr. 8-17 Uhr, Sa. 8-11.30 Uhr. Milchautomat u. Verkaufsautomat für Produkte aus St. Ottilien, täglich rund um die Uhr geöffnet
<b>Kornblume Naturkost</b>	Hubert-von-Herkomer-Str. 24, 86899 Landsberg, Tel. 081 91 / 5 00 17, Mo.-Fr. 9-13 Uhr u. 14.30-18.30 Uhr, Sa. 9-13.30 Uhr Mi. Nachmittag geschlossen
<b>Landmann's Biomarkt</b>	Augsburger Straße 74, 86899 Landsberg, Tel. 081 91 / 973 410, <a href="http://www.landmanns.de">www.landmanns.de</a> , Mo.-Sa. 8-20 Uhr
<b>Magnushof-Bioladen</b>	Magnusstr. 1, 86859 Igling/Holzhausen, Tel. 0 82 41 / 99 92 40 (Hofladen), Mo. 12-18h, Di. 8-18 Uhr, Mi. 8-14h, Do.-Fr. 8-18h, Sa. 8-12 Uhr, Wochenmarkt LL: Mi u. Sa 7-13 Uhr, Do. 14.-18 Uhr <a href="http://www.regens-wagner-holzhausen.de">www.regens-wagner-holzhausen.de</a>
<b>Müllers Wildladen</b>	Hofladen Fam. Müller, Moorenweiserstr.13, 82299 Türkenfeld, Tel.: 081 93 / 10 30, Öffnungszeiten unter <a href="http://www.bergfestival.de">www.bergfestival.de</a>
<b>Naturmarkt Eresing</b>	Gewerbering 22, 86922 Eresing, Tel. 081 93 / 93 27 27, Mo-Fr 8-18 Uhr, Sa 8-13 Uhr, <a href="http://www.naturmarkt-eresing.de">www.naturmarkt-eresing.de</a>
<b>Olio Vero Ölmanufaktur</b>	Schönauer Ring 6, 82269 Kaltenberg, Öl- u. Muspressungen vor Ort, Ladengeschäft u. Onlineshop, Tel. 08193 - 99 84 885, <a href="http://www.olio-vero.de">www.olio-vero.de</a> Dienstag 10-13 Uhr & 15-18 Uhr, Donnerstag 15-18 Uhr Samstag 10-13 Uhr
<b>Reformhaus Merk</b>	Ludwigstraße 160, 86899 Landsberg, Tel. 081 91 / 13 27, Mo.-Fr. 9-18 Uhr, Sa 8.30-15 Uhr
<b>Riedhof</b>	Riedhof 1, 86922 Eresing, Tel. 081 93 / 2 79, Do u. Fr 9-18 Uhr, Sa 9-14 Uhr und nach Vereinbarung
<b>Sandau Forellen</b>	Sandau 5, 86899 Landsberg, Tel. 08191 50642, Di.-Sa. 9-12 Uhr, Fr. 14-17 Uhr, Mo. geschlossen, Bauernmarkt LL Do. 14-18.30 Uhr, Wochenmarkt Kaufering Fr. 8-12.30 Uhr, Dorfmarkt Schondorf Fr. 14-18 Uhr
<b>Schlemmer-Ei</b>	Bahnhofstr. 16 a, 82269 Geltendorf, Frische Eier, Eiernudeln, Eierlikör im Eierverkaufshäuschen, täglich geöffnet
<b>Tante Resi Unverpacktmobil</b>	Unverpackte (regionale) Bio-Lebensmittel, aktuelle Standorte: Apfeldorf, Dießen, Finning, Geltendorf, Kaufering, Leeder, Pitzling, Schwifting, Waal (weitere Standorte in Planung), <a href="http://www.tanteresi.de">www.tanteresi.de</a> , <a href="mailto:servus@tanteresi.de">servus@tanteresi.de</a> , 01590 6847035
<b>Tartuffli</b>	<a href="http://www.erlesene-kartoffeln.de">www.erlesene-kartoffeln.de</a> - Naturwarenversandhandel - nur Online-Shop
<b>Unverpackt Laden ULA</b>	Vorderer Anger 262, 86899 Landsberg, Tel. 081 91 / 93 72 56 7, Di - Fr 9 - 18 Uhr, Sa 9 - 16 Uhr. <a href="http://www.ula-unverpackt.de">www.ula-unverpackt.de</a>

Raum Fürstentfeldbruck Stadt/Land	
Laden	Kontaktadressen
<b>Alles in Kräutern</b>	Schöngesinger Str. 53, FFB, Tel. 08141/3873341, Mo + Mi geschlossen, Di, Do u. Fr. 9 - 13 Uhr u. 14.30 - 18 Uhr, Sa 9 - 13 Uhr, <a href="http://www.alles-in-kraeuter.de">www.alles-in-kraeuter.de</a>
<b>Bauernhof Neumair</b>	Lindach 3, 82256 FFB, Tel. 0 81 41 / 2 31 17, Di 8-12 Uhr & 14-18 Uhr, Sa 8-12 Uhr, Wochenmarkt FFB Viehmarktplatz Do. 8-12 Uhr, Geschwister-Scholl-Platz Fr. 14-18 Uhr, <a href="http://www.bauernhof-neumair.de">www.bauernhof-neumair.de</a> , 24h-Eierautomat am Hof
<b>Bio Kiss Naturkost</b>	Schöngesinger Str. 47, 82256 FFB, Tel. 081 41 / 1 08 55, Mo-Sa. 9 - 18 Uhr, <a href="http://www.biokiss.de">www.biokiss.de</a>
<b>Bio-Hof Familie Märkl</b>	Kirchenweg 1, 82290 Landsberied, Tel.: 081 41/1 89 49, Mo-Fr 9-11 Uhr u. 13-15 Uhr, Mittwoch geschlossen, Sa. 9-11 Uhr, <a href="http://www.biohof-maerkl.de">www.biohof-maerkl.de</a>
<b>Brucker Netz.de</b>	Hauptst. 1A, FFB, Tel. 0179/6959621, <a href="mailto:info@brucker-netz.de">info@brucker-netz.de</a> , Online-Shop für regionale Produkte, Bestellungen unter <a href="http://www.brucker-netz.de">www.brucker-netz.de</a> , Lieferservice für den Landkreis FFB und Gilching
<b>Dorfladen Schöngesing</b>	Sudetenstr. 2, 82296 Schöngesing, Tel. 0 81 41 / 1 27 78, Mo.-Sa.: 7.30-13 Uhr, Mo., Mi., Do. u. Fr.: 15-19 Uhr, Di Ruhetag, <a href="http://www.dorfladen-eg.de">www.dorfladen-eg.de</a>
<b>Engelsberger Hofladen</b>	Kreuth 1, 82256 FFB, Tel. 081 41/4 18 84, Do. u. Fr.: 9-13 Uhr und 15-18 Uhr, Sa.: 9-13 Uhr, Bauernmarkt FFB, Di. 9-12 Uhr, Sa. 8-12 Uhr <a href="http://www.engelsberger-hofladen.de">www.engelsberger-hofladen.de</a>
<b>Fischzucht Ertl</b>	Am Zillerhof 84, Gröbenzell, Tel 089 / 8642509, Di.-Fr. 9-18h, Sa. 9-13h, <a href="http://www.fischzucht-ertl.de">www.fischzucht-ertl.de</a>
<b>Fülosophie Unverpacktladen</b>	Feuerhausstr. 2, 82256 Fürstentfeldbruck, Tel.08141 / 890 880 0, Mo geschlossen, Di 9 - 18 Uhr, Mi 9 - 14 Uhr, Do 9 - 18 Uhr, Fr 9 - 18 Uhr, Samstag 9 - 14 Uhr, <a href="http://www.fueilosophie.de">www.fueilosophie.de</a>
<b>Geflügelhof Dinkel</b>	Dorfstraße 3, 82216 Malching, Tel. 0 81 41 / 9 45 85, Mo, Di, Do u. Fr 8-12 Uhr; 17-19 Uhr, Sa 8-12 Uhr, Automat 24h direkt am Hof, Onlineshop, <a href="http://www.schmankerlnudeln.de">www.schmankerlnudeln.de</a>
<b>Hirschvogels Hofladen</b>	Von Maisach Richtung FFB, 500 Meter nach Ortsschild rechts in den Hof, 82216 Maisach, Mo-Fr. 16-19h, Sa. 10-14h, Online-shop unter: <a href="http://www.bio-hirschvogel.de">www.bio-hirschvogel.de</a>
<b>Landmetzgerei Jais</b>	Angerstr.2, 82276 Luttenwang Tel. 0 82 02 / 81 98, weitere Filialen Mammendorf u. Olching, <a href="http://www.landmetzgerei-jais.de">www.landmetzgerei-jais.de</a> , Mo. geschlossen
<b>Metzgerei Eberl</b>	Hauptstr. 8, 82285 Hattenhofen, Tel. 08145/995700, Mo bis De 7-14.30 Uhr, Mi-Fr 7-18 Uhr, Sa 7-12 Uhr
<b>Naturkostladen Dorothea Reuter</b>	Hauptstr. 51, 82284 Grafath, Tel. 081 44 / 5 59 Mo-Fr 8-18h, Sa 8-13h, <a href="mailto:naturkoestliches@gmx.de">naturkoestliches@gmx.de</a>
<b>Naturwarenhaus FFB</b>	Auf der Lände 3, 82256 FFB, Mo-Fr 10-13 u. 15-18 Uhr; Sa 9-13 Uhr; Di. Nachm. & Mi zu., <a href="http://www.naturwarenhaus-ffb.de">www.naturwarenhaus-ffb.de</a>
<b>Paula &amp; Björn - Bioladen</b>	Feuerhausstr. 2, 82256 Fürstentfeldbruck, Tel. 08141 8908800, Mo geschlossen, Di 11-18.30 h, Mi 9-14 h, Do und Fr 9-18.30 Uhr, Samstag 8-13 Uhr, <a href="http://www.bioladen-alte-kaeserei.de">www.bioladen-alte-kaeserei.de</a>

Anzeige



**Obst & Gemüse aus ökologischem Landbau**

**Wochenmarkt Dießen Mi 8 - 14 Uhr** | Von-Eichendorff-Straße  
**Wochenmarkt Seefeld Do 8 - 13 Uhr** | Sportplatz/Jahnstraße  
**Wochenmarkt Söcking Fr 8 - 13 Uhr** | Kirche St. Ulrich  
**Wochenmarkt Herrsching Sa 8 - 13 Uhr** | Parkplatz ggb. Bahnhof  
**Wochenmarkt Starnberg Sa 8 - 13 Uhr** | Kirchplatz

Andreas Bauer | 86911 Diessen | [www.biodandla.de](http://www.biodandla.de) | [andi@biodandla.de](mailto:andi@biodandla.de)

<b>Salerbauer Fam. Rottenkolber</b>	Fam. Rottenkolber, Purk 55, 82272 Moorenweis, Tel.: 08146/ 487, mit Hanfprodukten + Getreidesorten im Selbstbedienungshäusl
<b>Unverpackt Laden Münchner Kindl Senf</b>	Liebigstr. 15, 82256 FFB, Tel. 08141 / 363 770, Werksverkauf mit Unverpacktläden: Fr 10 - 18 Uhr, <a href="http://www.muenchner-kindl-senf.de">www.muenchner-kindl-senf.de</a>
Biokisten- Lieferservices und Milchautomaten	
Laden	Kontaktadressen
<b>Bio-Gärtnerei Schwifting</b>	Ammerseestraße 31, 86940 Schwifting, Tel. 01 60 / 189 70 37, Hofladen: Di., Do. und Fr. 9 - 18 Uhr, Sa. 9-14 Uhr, <a href="http://www.gaertnerei-schwifting.de">www.gaertnerei-schwifting.de</a>
<b>Bioland Bauernhof Wernseher</b>	Burgwaldstr.11, 86911 Dießen, Tel. 0 88 07 / 16 72 Milchautomat: 7.30-18.30 Uhr, <a href="http://www.wernseher.de">www.wernseher.de</a>
<b>Brucker Netz.de</b>	Hauptst. 1A, FFB, Tel. 0179/6959621, <a href="mailto:info@brucker-netz.de">info@brucker-netz.de</a> , Online-Shop für regionale Produkte, Bestellungen unter: <a href="http://www.brucker-netz.de">www.brucker-netz.de</a> , Lieferung im Landkreis FFB und Gilching
<b>Die Rollende Gemüsebox GmbH</b>	Bgm.-Wegele-Str. 14/14a, 86167 Augsburg, Tel. 0 821 / 9997950, <a href="http://www.rollende-gemuesebox.de">www.rollende-gemuesebox.de</a>
<b>Hofladen St. Ottilien</b>	86941 Eresing, Tel. 08193 / 71280, Mo.-Do. 8-11.30h, Fr. 8-17h, Sa. 8-11.30h, Milchautomat u. Verkaufsautomat für Produkte aus St. Ottilien rund um die Uhr geöffnet
<b>Jackelhof Rieden</b>	Fam. Höpfl, Rieden 2, 86911 Dießen, Tel. 08806/658, Milchautomat u. Warenautomat mit Eiern, Wurst, Honig und Käse, rund um die Uhr geöffnet
<b>Magnushof-Bioladen</b>	Magnusstr. 1, 86859 Igling/Holzhausen, Tel. 0 82 41 / 99 92 40 (Hofladen), Mo. 12-18h, Di. 8-18 Uhr, Mi. 8-14h, Do.-Fr. 8-18h, Sa. 8-12 Uhr, Wochenmarkt LL: Mi u. Sa 7-13 Uhr, Do. 14.-18 Uhr, <a href="http://www.regens-wagner-holzhausen.de">www.regens-wagner-holzhausen.de</a>
<b>Ökokiste Amperhof</b>	Neuriesstrasse 9, 85232 Bergkirchen, Tel. 0 81 42 / 4 08 79, Bestellungen Online unter <a href="http://www.amperhof.de">www.amperhof.de</a>
<b>Regioluzzer.de</b>	Regioluzzer GmbH Talhofstr. 24B, 82205 Gilching, <a href="http://www.regioluzzer.de">www.regioluzzer.de</a> , <a href="mailto:info@regioluzzer.de">info@regioluzzer.de</a> , Online Bestellung für regionale Lebensmittel, Biokisten-Lieferservice
Raum Ammersee Ost	
Laden	Kontaktadressen
<b>Ammersee Getränke</b>	Seeblickstr. 57, 82211 Breitbrunn, <a href="http://www.natuerlichsaft.de">www.natuerlichsaft.de</a> , Online-Shop, kein Verkauf vor Ort
<b>Andechser Wildmetzgerei</b>	Stamberger Str. 2, 82346 Andechs, Tel. 081 52 / 3433 Öffnungszeiten: Saison Mitte Oktober bis Mitte März Mi-Fr 14.30 bis 18 Uhr, Sa 8 bis 12 Uhr; Warenautomat rund um die Uhr geöffnet
<b>Biowelt März Herrsching</b>	Zum Landungsteg 11, 82211 Herrsching, Tel. 081 52 / 9 89 98 50, Mo-Sa 8-20 Uhr, <a href="http://www.bioweltmarkt.de">www.bioweltmarkt.de</a>

<b>Perger Säfte</b>	Herrschinger Str. 51, 82211 Breitbrunn, Hofladen Mo-Fr. 9-12.30 Uhr und 14 - 18 Uhr, Sa 9-12.30 Uhr, Mi geschlossen <a href="http://www.perger.de">www.perger.de</a>
<b>Unverpackt Laden Herrsching</b>	Bahnhofstr. 26, 82211 Herrsching, Di. bis Fr. 9-18 Uhr, Sa. 9-14 Uhr, <a href="http://www.unverpacktamammersee.com">www.unverpacktamammersee.com</a>
<b>VITALIA Biomarkt &amp; Reformhaus</b>	Mühlfelder Str. 8-10, 82211 Herrsching, Tel. 0 81 52 / 57 04, Mo-Fr 8-20 Uhr, Sa 8-18 Uhr, <a href="http://www.vitalia-reformhaus.de">www.vitalia-reformhaus.de</a>
Raum Ammersee West	
Laden	Kontaktadressen
<b>Biohof Ammersee, Fam. Ernst, Utting</b>	an der Schondorfer Strasse, 86919 Utting, Tel. 0157-81229855, <a href="http://www.ammersee-biohof.de">www.ammersee-biohof.de</a> , Verkaufsaufomat 24/7 mit Bioprodukten aus eigenem Anbau, darunter Eier, Mehle, Nudeln, Öle und saisonal Wein.
<b>Goldammer Konditorei Café</b>	Bahnhofstr. 10, 86911 Dießen, Tel. 08807 / 331, Fr - Mo 8:30 - 17 Uhr, Dienstag, Mittwoch und Donnerstag Ruhetage, Feiertage geöffnet, <a href="http://www.diegoldammer.de">www.diegoldammer.de</a>
<b>Dorfladen Thaining</b>	Am Heßlaberg 1, 86943 Thaining, Tel. 08194/9009424, tägl. ab 6.30-13 Uhr, Mo, Do, Fr 15-18 Uhr, Sa 6.30-12 Uhr, <a href="http://www.dorfladen-thaining.de">www.dorfladen-thaining.de</a>
<b>Gärtnerei Streicher (Gemüse/Obst)</b>	Holzhauserstr. 11, 86919 Utting, Tel. 0 88 06 / 75 20, Mo, Do, Fr 8 - 18 Uhr, Mi u. Sa 8.30 - 12.30 Uhr <a href="http://www.gaertnerei-streicher.de">www.gaertnerei-streicher.de</a>
<b>Gemüselager Helga Remesch</b>	Seefelderhofweg 4, 86919 Utting, 08806-958 48 30, Mo + Do 9-12.30 Uhr und 14-18 Uhr, Sa 9-12.30 Uhr
<b>Hand &amp; Erde BioGemüseerei Windach</b>	Münchner Str. 19, 86949 Windach, Tel. 0 81 93 / 95 0 096, Mitte März bis Dezember, Freitags von 16 bis 19 Uhr, <a href="http://www.handunderde.de">www.handunderde.de</a>
<b>La Dispensa Verde</b>	Pitzeshofen 17, 86911 Dießen, Tel. 0 88 07 / 94 61 00, <a href="http://www.dispensaverde.de">www.dispensaverde.de</a> , Genuss vom Gardasee, Öffnungszeiten nach Vereinbarung, Lieferservice
<b>La Vida Biomarkt</b>	Schondorferstr.15a, 86919 Utting, Tel. 0 88 06 / 72 49; Mo-Fr 8.30 - 19 Uhr, Sa 8.30-14 Uhr <a href="http://www.biomarkt-lavida.de">www.biomarkt-lavida.de</a>
<b>Schlossmarkt Windach</b>	Am Schlosspark 15, 86949 Windach, Tel. 081 93 / 55 58, Mo-Fr 7.30-19 Uhr, Sa 7.30 bis 14 Uhr, <a href="http://www.schlossmarkt-windach.de">www.schlossmarkt-windach.de</a>
<b>Tofu Manufaktur Ammersee</b>	Wochenmarkt Schondorf: freitags 14-18 Uhr Markthalle Dießen: samstags 8-13 Uhr, sowie in den Unverpacktläden der Region, Infos: <a href="http://www.tofu-manufaktur.org">www.tofu-manufaktur.org</a>
<b>Ziegenbande Hofladen</b>	86919 Utting, Bio-Ziegenmilch u. -Käsesortiment, Wurst -u. Fleischwaren, Tel. 0 88 06 / 95 94 85 jeden Tag geöffnet 18-19.30 Uhr oder Uttinger Wochenmarkt Mai-Okt Sa 9-12.30 Uhr, Inniger Wo-Markt Do 14-18 Uhr

Unbeauftragte Einträge. Alle Angaben ohne Gewähr.

Anzeige



## Biolandhof HUBER

*Einfach gute Kartoffeln!*

### Kartoffeln aus Leidenschaft

Besuchen Sie uns im Internet, um mehr über unseren Hof, die guten Kartoffeln und biologischen Anbau zu erfahren: [www.gutkartoffeln.de](http://www.gutkartoffeln.de)



**dumsky**  
GÄRTNEREI IN HECHENWANG

An der Schweinach 1  
86949 Windach-Hechenwang  
Tel. 08806 2064  
info@gaertner-iumsby.de

**DEIN GLÜCK zum säen!**

Stauene, wie schnell  
Dein Samenkorn wächst.

www.gaertner-iumsby.de

# Gärtnereien in unserer Region

nachhaltig

bodenschonend

energiesparend



**G**ärtnereien erzeugen Gemüse und Obst, die auf unsere Tische kommen – oder Blumen und Pflanzen, die unser Zuhause schöner machen. Dabei haben sie unmittelbaren Einfluss auf die Umwelt, greifen in den Boden ein, verwenden Wasser, verbrauchen Energie und Dünger. Die Bemühungen, dies zunehmend umweltfreundlich und klimafreundlich zu gestalten, sind enorm. Das hat das *jezza!* im Gespräch mit der *Bio-Gärtnerei Schwifting* sowie *Dumbsky in Hechenwang* erfahren.

Bei beiden bekämpfen beispielsweise mit Nützlingen auftretende Schädlinge. Als Dünger setzt Dumbsky häufig Schafwollpellets ein, aus regionaler Herstellung, denn die Schafe stammen aus Bayern. „Wir verwenden fast keinen mineralischen Dünger mehr und haben auch den Anteil von Torf in unseren Erden auf 25 Prozent reduziert“, sagt Siegfried Dumbsky. Durch den Einsatz von Nützlingen sowie Effektiven Mikroorganismen, mit denen die Pflanzen wöchentlich besprüht und die auch dem Gießwasser zugesetzt werden, konnte Dumbsky den Anteil von Pflanzenschutzmitteln auf fünf Prozent verringern. Mittels einer großen Investition konnte die Gärtnerei zudem den CO<sub>2</sub>-Ausstoß massiv zurückfahren und sich vom Gas unabhängig machen: Die Wärme zum Beheizen der Gewächshäuser und Verkaufsräume bezieht Dumbsky zu 95 Prozent aus der Abwärme einer nahegelegenen Biogasanlage. Auch als Putzmittel oder zur Pflege von Grabsteinen kommen in der Gärtnerei Effektive Mikroorganismen zum Einsatz. „Das Putzwasser kann anschließend problemlos zum Gießen verwendet werden“, freut sich Monika Dumbsky, die die kleinen Helferchen auch ins Sortiment zum Verkauf aufgenommen hat.

Katharina Martyson von der *Bio-Gärtnerei Schwifting* baut nach Bioland-Richtlinien an, verzichtet also auf Gentechnik, chemisch-synthetischen Stickstoffdünger und Pflanzenschutzmittel. Bodenschonend wird – bis auf die Beetvorbereitung – der Boden von Hand bearbeitet und auf eine vielseitige Fruchtfolge geachtet.

Zudem setzt sie weniger Dünger ein, als sie nach den ohnehin strengen Bioland-Richtlinien dürfte. Pflanzenreste aus der eigenen Produktion dienen als Gründüngung, zudem kauft die Gärtnerin Pflanzenpellets, die aus Pflanzenresten hergestellt werden, zu.

Auch die *Gärtnerei Streicher in Utting* hat sich schon immer zum Ziel gemacht, im Einklang mit der Natur zu arbeiten. Verschiedenes Gemüse, Salate, Kräuter, Blumen und Pflanzen werden ökologisch-natürlich produziert – mit Nützlingen und Mikroorganismen zur Pflanzenstärkung. Das weitere Sortiment an Bio-Produkten wird in der Münchner Großmarkthalle ab drei Uhr morgens selbst probiert und ausgesucht.

Um Abfall zu vermeiden werden Gemüse und Obst unverpackt angeboten – wer mag, kann seine Einkäufe in 100-%ig kompostierbare Taschen aus Bio-Maisstärke oder wiederverwendbare „Streicher-Taschen“ einpacken.

Die Selbstverstärkungs-Philosophie des Klosters *St. Ottilien* versorgt nicht nur die Mönche des Klosters mit hochwertigen und frischen Produkten: Im *Hofladen* können die Verbraucher des Umlands direkt vor Ort hergestellte Lebensmittel kaufen – seien dies Salate, Gemüse oder Obst aus dem Klostergarten, Hühnerprodukte oder Rindfleisch aus der klostereigenen Metzgerei. Auch der Milchautomat vor dem Laden, bei dem man sich wie im danebenstehenden Automat mit Eiern, Fleisch-, Wurst- und Käseprodukten 24/7 mit Waren versorgen kann, hat seine Stammkunden.

**Bio-Gärtnerei SCHWIFTING**

**HOFLADEN**  
Öffnungszeiten  
Di 09-18 Uhr  
Do 09-18 Uhr  
Fr 09-18 Uhr  
Sa 09-12 Uhr

Bioland Bio DE-ÖKO-006

GEMÜSE, OBST, HONIG, EIER, REGIONALES, SAISONALES IN BIOQUALITÄT  
Katharina Martyson / Ammerseestr.31 / 86940 Schwifting / Tel. 0160/1897037

**Von der Kuh ins Glas!**

Erzabtei St. Ottilien

24 h MILCH-AUTOMAT

- pasteurisierte Milch, natürl. Fettgehalt, nicht homogenisiert
- regional – lokal – auf das Tierwohl achtend
- von Kühen aus St. Ottilien, gentechnikfreie Futtermittel
- Abgabemengen 0,5 l oder 1,0 l\* wählbar

\*1l-Flaschen am Automaten erhältlich

2 x vor dem Hofladen: Milchautomat & Lebensmittelautomat  
Erzabtei St. Ottilien, Parkplätze vorhanden

**MOBILE SAUNA FÜR DAHOAM**

Exklusives Saunaerlebnis Stärkung des Immunsystems  
Entspannung für Körper, Geist und Seele

www.ammerseesauna.de  
WELLNESS DAHOAM

Platz für 4 bis 6 Personen

Sie wollen auf nichts mehr verzichten? Gut so!  
Mieten Sie unsere Fass-Sauna für Ihre private Feier, für Weihnachten, Geburtstage, Junggesellenabschiede, einen romantischen Abend, Mädeltreff, Hochzeitstag oder ganz einfach so. Für sich selber.

Miet mich!  
1 Tag Sauna schon ab 60 €\*

Noch Fragen? Gerne!  
Steffi und Max von Ammerseesauna  
Badstraße 41 | 82284 Grafath | info@ammerseesauna.de  
Kundenbetreuung Service-Ruf 0176/62591891 | www.ammerseesauna.de

**bio-verde**

Obst & Gemüse aus der Region Mittagstisch

Über 4.000 Bio-Produkte

140 Käse-Sorten

Back-Shop

Cafeteria Kosmetik

Wein-Depot  
Jeden Monat attraktive Sonder-Angebote!

naturmarkt Eresing  
Bio im Ammersee-Land

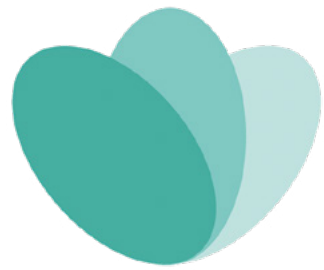
Direkt im Gewerbegebiet mit Parkplätzen vor der Haustür:  
Gewerbering 22  
86922 Eresing  
www.naturmarkt-eresing.de

Antipasti  
Feinkost-Salate  
Käse-Spezialitäten  
Frische Teigwaren  
Frische Pesto-Saucen  
Fisch-Delikatessen  
Wurstwaren & Schinken

Alles zu günstigen Werksverkaufs-Preisen!

**Direkt-Einkauf beim Bio-Produzenten**  
Die megagroße Auswahl im Landkreis





# Too Good To Go

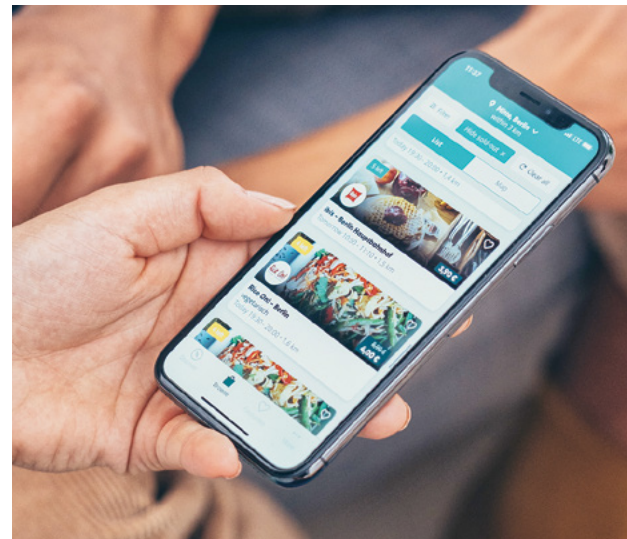
## Zu gut für die Tonne

Mit der App „Too good to go“ und einer Foodsharing-Initiative Lebensmittel vor dem Müll retten

Text: Ulrike Osman

Each year in Germany, millions of tons of food end up in the trash. According to current figures from the Federal Ministry of Agriculture, over half (59 percent) of this is from private households – that's 78 kilograms per person. A massive amount, even when you consider inedible items like nut and fruit shells, coffee grounds, bones and spoiled food. 1.9 million tons of waste are thrown away annually from food service (in restaurants, canteens and similar) and another 800,000 tons from retail.

The issue is driving more people to act. As awareness has grown, the numbers are shocking. Against the background of climate crisis, inflation and the push for sustainability, the waste of edible food, which has already produced a lot of CO<sub>2</sub>, is seen as contradictory and scandalous.



Die Too-good-to-go-App zeigt den Nutzern an, wann bei welchem Kooperationspartner Lebensmittel zur Abholung bereitstehen. Foto: Too good to go

How much or little food ends up in the trash in one's own household is up to each individual. For leftovers from gastronomy and food, which are often sold as inedible, there are now sensible concepts. Food rescue is a term that is becoming more and more common in society, and it is not only politics that is thinking about it, but also the containers, at least partially.



↑ Auch Moritz's Donuts in Landsberg ist bei Too good to go dabei.

← Die Eigentümer des Restaurants Fürstenfelder Gerhard und Uschi Kohlfürst haben ihre Küche 2003 bio-zertifizieren lassen und sind Kooperationspartner bei Too good to go. In der wiederverwertbaren Bowl werden übrige Speisen an Nutzer abgegeben. Foto: Römer-Eisele

Even in the region, the topic is more prominent than it might seem at first glance – for example, thanks to the mobile app „Too Good To Go“ (literally: too good to be thrown away). The idea comes from Denmark and has already spread to 17 countries. The principle is so simple as it is genius: food that remains in cafes, bakeries, supermarkets, hotels & Co. is not thrown away, but sold at a lower price.

Stores prepare products in so-called „Magic Bags“ (wonder bags). Each bag has a value of about twelve euros, but is sold for between four and five euros. Registered users can reserve the bags via the app and pick them up within a specified time window. Payment is also made via the app.

„I was skeptical at first, but it really works“, says Baker Master Thomas Löffler. In each of his branches in Türkenfeld, Mammendorf, Hattenhofen and Kottgeisering, a wonder bag with bread, buns and pastries or cakes, pies and plunder is ready. These are goods that are still good, but can't be sold the next day.

Previously, Löffler would have thrown away the goods. Now he even gets paid for it. And he also benefits from a marketing effect. „The app is used a lot by young people“, says Löffler. He has already received additional orders for wedding cakes. The advantage for users is also clear: they buy high-quality food at a very low price – and contribute to reducing food waste.

At the *Restaurant Fürstenfelder in Fürstenfeldbruck*, there is a bio-lunch buffet every day except on Sundays. The leftovers from the bio-lunch buffet are available via the Too Good To Go app – even in Pfandbowls, to avoid waste. Here, too, people have positive experiences with the system. „It is very well received and helps“, says a staff member.

At the *CAP-Markets in Penzing and Landsberg*, the surprise bags are also available, as are the fruit and vegetable bags (pick-up between 17-18 Uhr/booking until 17:30 Uhr) for 4€ (value 12€). Bread and bakery items from the previous day are also available in bags (value 10€, pick-up between 13-14 Uhr/booking until 13:30 Uhr) for 3,50€. „When the bags go online, they are sold within five minutes“, says staff member Bianca Günzer.

For participating businesses, it is just as important as for users to actively reduce food waste. „It is not just a small contribution, but somewhere we have to start“, says Baker Master Thomas Löffler.



„Nobody is perfect“

Die Gärtnerei Streicher in Utting wertschätzt auch Lebensmittel mit kleinen Schönheitsfehlern und bietet sie ihren Kunden zu günstigeren Preisen an. Falls Lebensmittel aus dem Verkauf übrigbleiben, kommen sie Hilfsbedürftigen und Flüchtlingen zugute, so Josef Streicher.

Gärtner helfen Menschen

### Foodsharing

Just as people do with food sharing, a voluntary initiative, which also allows for a responsible handling of food, enters. This happens with the help of public refrigerators. One of these is in Schondorf and is run by a five-person team with Eva Maria Zotter. She is the food sharing messenger for the Landkreis Landsberg. In the „Schondorfer Kühlschrank“, anyone who has bought too much food or is on vacation can leave their refrigerator empty. Zotter also gets food that is no longer for sale from a local supermarket.

The refrigerator is regularly checked by the food control. Fresh meat and fresh fish are not allowed in, if the expiration date has expired. However, products with an expired minimum shelf life can be given away – as is often the case, they are often much longer-lasting. With donating shops, there are agreements on liability. „And we say:“

**Holen Sie sich die schönsten Frühjahrsblüher aus eigenem Anbau**

Nicht vergessen,  
am Dienstag 14. Februar ist  
**Valentinstag**

Gärtnerei & Floristik  
**Josef Streicher**  
„Qualität, die schmeckt und blüht.“

Utting 86919 • Holzhauserstr. 11 • Tel. 08806/7520 • [www.gaertneri-streicher.de](http://www.gaertneri-streicher.de)

**Streicher's Wochenmarkt\***  
Im Gewächshaus.  
Samstags von 9 - 12.30 Uhr

mit Gewächshauscafe, Obst und Gemüse, Blumen, Kuchen, regionales Bio-Brot und Käsespezialitäten.

„no-perfect“-Produkte im Angebot

Natürlich unverpackt!  
Für Familien & Singles

Gärtnerei • Blumen – Obst – und Gemüseladen • Bio – Produkte • Deko- und Geschenkartikel • Grabpflege am Ammersee



Leute setzt eure Sinne ein – anschauen, riechen, schmecken“, so Zotter.

Auch im Nachbarort Utting wird diese Form der Lebensmittelrettung praktiziert. Der Bürger-Kühlschrank in der Nähe des Bahnhofs wurde vom SPD-Ortsverein initiiert und wird von diesem auch betreut. Vorsitzender Frank Grupp holt jede Woche Lebensmittelpenden von mehreren Geschäften – und trifft neuerdings schon auf eine Schlange Wartender, wenn er zum Befüllen am 500-Liter-Kühlschrank ankommt. „Viele Leute sind froh, wenn sie sich für ein, zwei Tage vom Essenkaufen entlasten können“, sagt Grupp. Lebensmittelrettung hat angesichts der stark gestiegenen Preise auch einen sozialen Aspekt.

Diese Erfahrung macht auch Eva Maria Zotter. Sobald man sie mit Ware zum Kühlschrank fahren sieht, machen sich die Abnehmer auf den Weg. „Nach einem halben Tag ist der Kühlschrank leer“, berichtet die 50-Jährige. Zotter bekommt viel positive Resonanz und hat in den mittlerweile zweieinhalb Jahren, die es das Angebot nun schon gibt, noch keinen einzigen Fall von Vandalismus erlebt.

Sowohl in Schondorf als auch in Utting werden die Kühlschränke von der Gemeinde mit der Zurverfügungstellung des jeweiligen Standorts und des Stromanschlusses unterstützt. In Landsberg-West war es das Quartiersmanagement, das gemeinsam mit der Foodsharing-Initiative eine Aktion gegen Lebensmittelverschwendung ins Leben gerufen hat. Am St.-Ulrich-Platz steht auf der Quartierterrasse ein Metallschrank für Lebensmittel, die nicht mehr benötigt werden, aber noch verwertbar sind. Ebenso wie die Kühlschränke in Schondorf und Utting ist der Schrank rund um die Uhr zugänglich und steht auch denen offen, die keinen Bedarfsnachweis haben, wie er für die Tafeln notwendig ist.

## Die Tafeln

Moment mal, die Tafeln – was ist denn mit denen? Leiden sie unter diesen neuen Angeboten, da ja prinzipiell alle die gleichen Quellen nutzen? „Wir sehen uns als Ergänzung zur Tafel“, sagt Eva Maria Zotter. Keinesfalls versuche man sich bei den Lebensmittelmärkten vorzudrängen. „Wo die Tafel abholt, ist sie die Nummer Eins.“

Auch Frank Grupp legt Wert darauf, die Supermärkte „antizyklisch zur Tafel Dießen“ anzusteuern - „drei Tage vorher oder drei Tage nachher“. Die Vorsitzende der Landsberger Tafel Marlies Klocker sagt zu dem Thema, dass sie zwar einen gewissen Rückgang frischer Ware festgestellt hat, dies aber nicht den Lebensmittelrettern anlastet. „Ich glaube, dass die Supermärkte anders disponieren als früher.“ Sprich, die Märkte achten schon beim Einkauf darauf, dass weniger übrig bleibt.

**Wir sind dabei:**



CAP-Markt, Katharinenstraße 7, Landsberg, www.cap-markt.de  
CAP-Markt, Landsberger Straße 18, Penzing, www.cap-markt.de




Konditorei Löffler, Düringstr. 7, Türkenfeld, (Filialen in Mammendorf, Kottgeisering und Hattenhofen), www.konditorei-loeffler.de



Caritas Zentrum Fürstenfeldbruck, Hauptstraße 5, Fürstenfeldbruck



Fürstenfelder Gastronomie & Hotel GmbH, Fürstenfeld 15, Fürstenfeldbruck, www.fuerstenfelder.com



Moritz Donuts, Danziger Platz 6, Landsberg, moritzs-donuts-ll.eatbu.com

**Weitere regionale Betriebe, die aktuell bei Too Good To Go mitmachen:**

**Landsberg:** Alnatura • die Rewe-Märkte in der Breslauer, Saaburg- und Augsburgs Straße • Restaurant Gourmet Tempel • Aral mit Rewe to go (Schongauer Straße)

**Fürstenfeldbruck:** • Rackl's Backstuben • Denn's Biomarkt

**Dießen:** Glonnthaler Backkultur/Viktualienmarkt Dießen • Diessener Obstladen

**Herrsching:** Vitalia Reformhaus

**Inning:** Aral mit Rewe to go

Anzeige



**Prämierte Wurstspezialitäten aus Schwäbisch-Hällischem Qualitätsfleisch**



- Fleisch mit Öko-Test-Stempel
- italienische Salami- & Schinkenspezialitäten
- "Fischerhofhähnchen" & Bio-Putenschnitzel
- große Käseauswahl & tägliche Mittagsmenüs



Metzgerei Gall · Schondorf 86938 Metzgerei Gall · Greifenberg 86926  
Landsberger Str. 17 · Tel.: 0 81 92/2 13 Hauptstr. 55 · Tel. 0 81 92/99 92 50  
Mo. – Fr.: 7:30 – 18 Uhr · Sa.: 7 – 12 Uhr Mo. – Sa.: 7 – 18 Uhr  
www.metzgerei-gall.de

## Gute Lebensmittel sollten stets oberste Priorität haben

# Sparen ja – aber nicht bei Lebensmitteln

Der Mensch ist, was er isst – gute Nahrungsmittel sind die Energie, mit der wir unseren Motor zum Laufen bringen. Keiner würde sein Diesel-Auto mit Super betanken, nur weil dieser Sprit derzeit der günstigere ist. Aus dem einfachen Grund: Das Diesel-Auto würde sofort seinen Dienst einstellen. Ursache und Wirkung liegen beim Betanken unserer Fahrzeuge also nah zusammen, korrektes Handeln wird unmittelbar belohnt – das Fahrzeug fährt.

Bei uns Menschen ist das anders: wir funktionieren auch, wenn wir schlechter „betankt“ werden, zumindest eine ganze Zeit lang. Die Folgen von Ernährung mit billig produzierten Lebensmitteln zeigen sich erst später, und zwar nicht nur an unserem Körper, sondern auch in unserer Landschaft. Wo Landwirte aufgeben, verschwinden auch Wiesen und Äcker, entstehen Wohn- und Gewerbegebiete, grau statt grün. Wollen wir das?

Mit unseren Einkaufsgewohnheiten bestimmen wir nicht nur, was auf den Teller kommt, sondern unterstützen im besten Fall auch diejenigen, die unsere Region so liebens- und lebenswert machen. Die Enthusiasten beispielsweise, die es gewagt haben, mitten in der Coronakrise einen Unverpacktladen zu eröffnen, wie ULA in Landsberg oder Füllosophie in Fürstenfeldbruck. Sie verzeichnen derzeit Umsatzrückgänge von bis zu 30 Prozent, wie auch Hofläden oder regionale Erzeuger wie die Bioland Gärtnerei Schwifting. Der deutsche Ökomarkt schrumpft zum ersten Mal in seiner Geschichte und auch bei Unverpacktläden gibt es eine Trendwende: 2022 schlossen erstmals mehr Läden als neue eröffnet wurden.

Während Bio-Läden während der Coronabeschränkungen regelrecht überrannt wurden, bleiben nun Kunden weg und kaufen vermeintlich günstig beim Discounter, die Gewinner der derzeitigen Krise. Blieben die Stammkunden nicht so treu, stünden einige kleine Läden derzeit vor der Schließung. Logisch ist diese Umkehr nicht, denn während in Supermärkten die Preise der Waren seit Sommer nochmals stark gestiegen sind, bleibt das Preisniveau bei Bio-Waren und in Unverpacktläden recht stabil. Regional produzierte Ware hält in der Regel ihren Preis. Während vor allem Markenartikelhersteller derzeit die allgemeinen Preissteigerungen nutzen, um ihre Gewinnmargen zu erhöhen, gibt es bei unseren Unverpacktläden sogar Rabattaktionen und Preiserhöhungen der Produzenten werden oft nicht vollumfänglich an die Kunden weitergegeben.

Es lohnt sich also, die Preise zu vergleichen und sich vom Klischee zu verabschieden, kleine Läden seien immer teuer und Unverpacktläden kompliziert. Wer einmal seine Gläser und Stoffbeutel beisammen hat und den Einkauf in seinen Wochenablauf einplant, hat nicht nur mehr Freude beim Einkauf, sondern unterstützt die regionale Wirtschaft. Tierwohl, der Erhalt gesunder Böden, Nachhaltigkeit und Müllvermeidung sollten uns auch in Zeiten von allgemeiner Teuerung wichtig sein. Deshalb – sparen: ja! Aber nicht am falschen Ende. Gute Lebensmittel sollten stets oberste Priorität haben, zu unserem Wohl und zum Wohl der Umwelt. Wer für die Erreichung der Klimaziele demonstriert, selbst aber Billiglebensmittel einkauft, ist unglaubwürdig.

Die derzeitigen Preissteigerungen können zum Anlass genommen werden, den eigenen Verbrauch, beispielsweise bei Sprit und Strom, zu durchleuchten, unnötige Autofahrten zu vermei-

Ein Kommentar von jezza!-Redaktionsmitglied Dagmar Kübler



den und Stromfresser im Haushalt zu reduzieren. Kleidung oder Smartphones länger nutzen, Kleidertausch, leihen statt kaufen, beispielsweise in der Bibliothek der Dinge oder auch einfach beim Nachbarn, Radurlaub statt Flugreise – an Ideen zur Schonung des Geldbeutels und der Umwelt mangelt es nicht. Eine Reduktion unseres verschwenderischen Lebensstils kann aktiv zum Umweltschutz und der Erreichung der Klimaziele beitragen. Der Kauf regionaler Waren auch, spart er doch lange Transportwege.

Lassen wir unseren Vorstellungen von einer besseren Welt also auch Taten folgen. Jeder kann mit einem auch kleinen Einkauf, es muss ja nicht der gesamte Wocheneinkauf sein, unsere Hof-, Bio- und Unverpacktläden sowie Wochenmärkte unterstützen.



Anzeige

**Ihr Markt in Schondorf mit unseren Partnern:**



**vinzenzmurr**



**KASPROWICZ** BACKEREI & KONDITOREI

Uttinger Straße 4  
86938 Schondorf  
Telefon: 08192 996486

**Wir ♥ Lebensmittel.**



# Exotisches, regional angebaut

Auf den Äckern in unserer Region wachsen längst nicht mehr nur Getreide wie Weizen und Gerste oder Mais, sondern – weitestgehend unbemerkt – auch „Exoten“ wie **Hanf, Linsen, Quinoa** oder **Soja**. Die Nachfrage nach regionalen (Bio)-Lebensmitteln sowie der Trend zu veganer und vegetarischer Ernährung eröffnen Landwirten somit auch Anbaualternativen. So bezieht die **Tofu-Manufaktur aus Riederau** ihr Bio-Speisesoja vom **Naturlandhof Drexl in Kaufering**, der von Monika und Johann Drexl geführt wird. Monika Drexl wiederum gehört zu den Mitbegründern des ULA Unverpacktladens in Landsberg, wo u. a. auch der Riederauer Tofu auch verkauft wird – ein regionaler Kreislauf ist entstanden! **Bettina Grehl und Markus Hirt (s. Bild) von der Tofu-Manufaktur** experimentierten mit Soja zuerst als Quereinsteiger. Mittlerweile verkaufen sie 16 Sorten Tofu auf den Wochenmärkten in Dießen und Schondorf sowie in Unverpacktläden in der Region. „Zuerst weichen wir die Sojabohnen über Nacht ein, dann werden sie in einer großen Mühle zermustet und zentrifugiert. Damit wird die Sojamilch vom Okra, dem Trester, getrennt“, erklären die beiden. Beim Kochen wird in die Sojamilch dann Gerinnungsmittel einge-

rührt. Die geronnene Masse wird zu Tofu verarbeitet. Neben Naturtofu gibt es lecker marinierte oder auch geräucherte Sorten. Im Sommer wird aus Sojamilch auch Mangolassi hergestellt.

Der landwirtschaftliche Betrieb der Familie **Rottenkolber in Purk** bei Moorenweis hat sich in den letzten Jahren auf den Anbau von **Hanf** und alte Getreidesorten wie **Emmer und Einkorn** spezialisiert. Hanf (unter 0,2% THC) begeistert sie nicht nur aufgrund der gesunden Körner, sondern weil die gesamte Pflanze, also auch Blätter und Stängelfasern, verwendet werden kann. Die Körner werden zu Hanföl, Hanfmehl und Hanfnüssen verarbeitet. „Aus den getrockneten, gemahlene Hanfblättern werden zusammen mit Emmermehl Hanf-Kräuter-Nudeln und aus Hanfmehl mit Emmermehl Emmer-Hanf-Nudeln hergestellt“, berichtet Franz Rottenkolber. „Für den Käse wird Kuhmilch mit Hanfblättern zu Hanf-Kräuter-Käse und mit Hanfnüssen zu Hanf-Nuss-Käse verarbeitet.“ Hanfnüsse lassen sich ideal für Salate oder Müsli verwenden, aber auch für Kuchen und Nachspeisen oder in Smoothies. Das eiweißreiche Hanfmehl kann z. B. Kuchen oder Brot in Teilmengen zugefügt werden.



Am Ortsrand von Purk (Moorenweis) wiegen sich die Hanfpflanzen kurz vor der Ernte in der Sonne. Familie Rottenkolber produziert aus der vielseitigen Nutzpflanze unterschiedlichste Lebensmittel. Foto: Eisele



Bettina Grehl (Foto) und Markus Hirt von der Tofu-Manufaktur in Riederau produzieren 16 verschiedene Sorten Tofu für den Verkauf auf Wochenmärkten und Unverpacktläden der Region.

Anzeigen

Ammersee  
**TOFU**  
MANUFAKTUR

- Tofu-Spezialitäten
- Sojabohnen aus der Region
- Bio Rohstoffe

**Unverpacktläden:** Landsberg, Weilheim, Dachau, Schwabmünchen  
**Wochenmarkt Schondorf:** Fr. 14:00 bis 18:00  
**Markthalle Dießen:** Sa. 8:00 bis 13:00

**Salerbauer**

- Emmernudeln
- Alte Getreidesorten (Mehle & ganzes Korn)
- Hanfprodukte
- Geschenkgutscheine
- Geschenkkörbe (auf Anfrage)
- Bio-Heumilcheis

**Salerbauer · Familie Rottenkolber**  
Purk 55 · 82272 Moorenweis · Telefon 081 46 / 487  
Öffnungszeiten Selbstbedienungshütte:  
Mo. – Sa. 7.30 – 19.00 · So. & Feiertag 8.30 – 19.00Uhr

# Bibliothek der Dinge



Text: Sigrid Römer-Eisele

Das man in Bibliotheken Bücher ausleiht, ist bekannt. Ebenso, dass sich das Angebot in den letzten Jahren auf weitere Medien wie DVDs, mp3-Hörbücher, E-Book-Reader, Tonie-Boxen oder Tiptoi-Stifte ausgeweitet hat.

Dass man in manchen Bibliotheken nun aber auch einen Aktenvernichter, einen Hula Hoop Reifen, eine Wildtier-Kamera, Nähmaschine oder Seifenblasenmaschine ausleihen kann, ist neu.

„Bibliothek der Dinge“ lautet das erweiterte Serviceangebot von immer mehr Büchereien – ein Trend, mit dem sie im Sinne der Nachhaltigkeit und Konsumreduzierung Artikel in ihr Angebot aufnehmen, die zwar praktisch sind, die man aber nicht häufig braucht – und deren Anschaffung also nicht wirklich lohnt. So können sich die Nutzer das Outdoor-Kinderspiel oder den Metall-Detektor für den Geburtstag von Sohn oder Tochter einfach ausleihen, statt sie eigens anzuschaffen. Zusätzliche Kosten entstehen dabei keine. Einzige Einschränkung: Für manche Artikel bedarf es eines Mindestalters.

Im Herbst 2021 eröffnete die Starnberger Bibliothek ihre „Bibliothek der Dinge“ – hierfür gab es aus dem Förderprogramm Wissenswandel auch eine Unterstützung durch den Bund. Laut der stellvertretenden Leiterin Daniela Ponholzer wird das neue Angebot sehr gut angenommen – v. a. „technische Geräte wie die Nintendo Switch, die Polaroid-Kamera und der Beamer sind ständig unterwegs und vorbestellt“, so Ponholzer. Gerne genutzt werden aber auch Sport- oder Spielgeräte.

## Blick in die Region

Während man in Gröbenzell, Geretsried und Penzberg im vergangenen Jahr dem Starnberger Beispiel folgte (in Gauting gab es das Modell sogar noch vor Starnberg), ist in Landsberg laut Referatsleitung der Stadtbibliothek Claudia Buchecker aktuell keine Bibliothek der Dinge geplant. Dies gilt laut Leiterin Diana Ruprecht auch für die Fürstenfeldbrucker Stadtbibliothek. Allerdings ist man auch in der Amperstadt auf Nachhaltigkeit bedacht und setzt dies aktuell durch Nähworkshops (z. B. Taschen nähen aus alter Kleidung) oder Kleidertauschpartys im Veranstaltungssaal der Bibliothek um.

Die Stadtbücherei Augsburg baut derzeit eine „Bibliothek der Dinge“ auf. Nach einer Nutzerumfrage, welche Dinge des täglichen Bedarfs besonders interessant wären, werden Radanhänger, Sackkarren u. ä. angeschafft, so Medienpädagoge Felix Gründer.

Bereits etabliert hat sich in der Vergangenheit der Verleih von Musikinstrumenten, der als erster Schritt hin zu einer „Bibliothek der Dinge“ etabliert wurde. Von A wie Akkordeon bis Z wie Zungentrommel sind verschiedene Instrumente ausleihbar – alles innerhalb der üblichen Jahresgebühr von 20 Euro für Erwachsene. Mit der Ausleihmöglichkeit für Musikinstrumente und der angegliederten Musikbibliothek (mit vielen Noten) will die Bücherei einen niederschweligen Zugang fürs Musizieren ermöglichen, damit Interessierte ein Instrument erst einmal ausprobieren können (Ausleihfrist vier Wochen – zweimal verlängerbar).



Die Starnberger „Bibliothek der Dinge“ verleiht an ihre Nutzer u. a. eine Ukulele (präsentiert von Bibliotheksleiterin Ilona Obermeier, links) und eine Kamera (gehalten von Daniela Ponholzer). Foto: Stadtbib. Starnberg

## Tipp: Spielgeräte leihen statt kaufen

Verschiedene Institutionen in der Region verleihen übrigens Spielgeräte und Hüpfburgen für Feste oder Vereinsfeiern, z. B.:

- Kreisjugendring Fürstenfeldbruck, Tel.: 08141/50730, www.kjr.de
- Amt für Jugend und Familie FFB, spielevleih@lra-ffb.de, Tel.: 08141/519-585, www.lra-ffb.de
- Amt für Jugend, Familie, Soziales u. Bildung Landsberg, Tel.: 08191/129-1264, Mail: koja@lra-ll-bayern.de
- Kreisjugendring Landsberg, Tel.: 08191/59262, www.kjr-landsberg.de

Anzeige



## FRITSCH ÖFEN UND KAMINE

Lohwiese 1, 86937 Scheuring  
Tel. 08195/9980771 - info@dasofenundkaminhaus.de  
www.dasofenundkaminhaus.de





# Frau & Beruf

## fit fürs Business



Team Frau und Beruf (v.l.):  
Susanne Rais Parsi, Doris Vogt-Drischberger,  
Pia Rauch, Jutta Härtig



### Arbeit 4.0 – kostenlose, berufsbegleitende Weiterbildungen bei Frau und Beruf machen fit für Beruf und Business

Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales



Nichts ist so stetig wie der Wandel. Das trifft auch auf Lebensläufe und Berufsbiografien zu. Interessen ändern sich oder Familienverhältnisse – beispielsweise, wenn sich Nachwuchs eingestellt hat. Der einmal erlernte Beruf macht keinen Spaß mehr bzw. hat sich durch technische Neuerungen stark verändert. Oder ein beruflicher Aufstieg und damit ein besseres Einkommen werden als Ziel anvisiert.

Berufsbegleitende und kostenfreie Weiterbildungen, die die Anforderungen der Zeit aufgreifen, z. B. Digitalisierung oder hybrides Arbeiten, bietet die Frau und Beruf GmbH in Landsberg. Sie verfügt über 20 Jahre Erfahrung in der Umsetzung arbeitsmarkt- und bildungspolitischer Projekte. Diese werden gefördert aus Programmen des Europäischen Sozialfonds (ESF, REACT-EU) und des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales. Die Gelder dienen zur Finanzierung der Weiterbildung von Erwerbstätigen in Bayern – übrigens jeden Geschlechts.

Seit drei Jahren ist bei Frau und Beruf das Projekt „Arbeit 4.0 – Digitale Kompetenzen“ erfolgreich etabliert. Zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben bereits davon profitiert, sich für die Digitalisierung an ihrem Arbeitsplatz fit gemacht, Geschäfts- oder Produktideen entwickelt, die professionelle Nutzung von Social Media für ihr Marketing erlernt, das Erstellen und Aktualisieren von Webseiten oder den Verkauf via Internet.

Einige der Teilnehmerinnen und ihre Erfolgsgeschichten stellt das *jezza!* nachfolgend vor. Den einen gelang der Start in die Selbstständigkeit, andere können seit den Weiterbildungen ihr Geschäft

erfolgreicher führen. So oder so – für alle hat sich die Teilnahme gelohnt, zumal auch Vernetzung und gegenseitige Befruchtung in den Fortbildungen stets eine große Rolle spielen. Ob Unternehmer oder angestellt Beschäftigte: die Teilnahme an den Kursen mit den Themengebieten Digitale Transformation, Online Präsenz, Agiles Arbeiten und Nachhaltigkeit macht aus Könnern Experten mit Fachwissen für erfolgreiches Agieren in der modernen Arbeitswelt.

Infos auf der Projekt-Homepage: [www.arbeit-viernull.de](http://www.arbeit-viernull.de)

### Die große Freiheit.

Reisen und Camping mit Zubehör von **FREIPLUSZEIT**

**Stylische Camping-Duschtasche im Wechsellook**

Nur bei uns!

Taschenkorpus

Wechseldeckel

Die perfekte Camping-Duschtasche

zum Shop

- Taschenkorpus - in versch. Farben
- große Auswahl an Designs bei den Wechseldeckeln
- wasserabweisendes Material
- Handmade in Germany

**FreiPlusZeit**  
Deine Campingmanufaktur mit Stil  
Online-Shop [www.freipluszeit.de](http://www.freipluszeit.de)



## Camping, aber mit Stil!

Elternzeit gibt Frauen die Möglichkeit, neue berufliche Perspektiven zu sondieren. Frau & Beruf bietet dazu die passenden Lehrgänge. Gut vorbereitet, so für die Erstellung von Videos und die Nutzung von Social Media zur Vermarktung, aber auch Kursen wie Design-Thinking, die aus Ideen Produkte werden lassen, wechselte Simone Drechsel aus Kaufering von ihrem Beruf als Sozialpädagogin in die Gestaltung und Vermarktung selbstentwickelter Produkte fürs Campen und gründete ihr Unternehmen *FreiPlusZeit*. Highlight ist die zweckmäßige, hochwertige Camping-Duschtasche, in deren Entwicklung die leidenschaftliche „Glamperrin“ ihre eigenen Campingerfahrungen, aber auch ihren Anspruch an Ästhetik fließen ließ. Da passt alles rein, vom Handtuch übers Duschgel bis zur Wechselkleidung. Sogar ein wasserdichter Beutel ist integriert. Mittels vieler edler Stoffdesigns kann sich jeder Kunde seine eigene Tasche aus abwaschbarem, strapazierfähigem Material kreieren, die sich auch gut für eine Einkaufstour durch die Stadt eignet.

**Simone Drechsel, FreiPlusZeit UG Campingmanufaktur mit Stil, Kaufering.**

[www.freipluszeit.de](http://www.freipluszeit.de). [Insta:freipluszeit](https://www.instagram.com/freipluszeit)



Simone Drechsel produziert individuelle Campingprodukte.

Foto: D. Kübler

## Traum vom eigenen Laden erfüllt

Social Media, Digitalisierung der Arbeitswelt, Design-Thinking – Simone Kramer von Prinz Ludwig No 6 in Dießen ist eine regelmäßige und begeisterte Besucherin von Frau & Beruf-Fortbildungen. Nachdem ein Wiedereinstieg in ihren vormaligen Beruf mit drei Kindern nicht möglich war, nutzte sie ihre Fähigkeiten und entwickelte aus ihrem Hobby, der Schmuckherstellung, ein kleines Gewerbe. „Doch wollte ich immer schon einen eigenen Laden“, erinnert sich Kramer. Nach einem Coaching bei Frau & Beruf traute sie sich, trotz der Coronakrise – und trotz mit ihrem Ladenkonzept seitdem allen Krisen. Gute Beratung auf Augenhöhe, Mode für alle Größen (36 bis 52) und jedes Alter, zu fairen Bedingungen herstellt, dazu ein Wohlfühl-Ladenambiente, damit hat Kramer Erfolg. Ihr Motto: „Guter Stil kennt keine Größe und kein Alter!“ Viele ihrer Kundinnen gewinnt sie durch Printanzeigen in *jezza!* und Social Media-Posts. Wer ihr dort folgt, sieht nicht nur die Neuheiten, sondern bekommt Infos, die einen Besuch in Dießen noch attraktiver machen. „Social Media ist mein viertes Schaufenster“, schmünzelt die sympathische Modedame.

**Simone Kramer, Prinz Ludwig No 6, Dießen.**

[www.prinzludwigno6.de](http://www.prinzludwigno6.de)



Simone Kramer führt in ihrem Geschäft Mode von Größe 36 bis 52, Geschenke und Accessoires. Foto: Udo Reinhardt

**Grosses Frühlingserwachen**  
mit tollen Farben, bezaubernden  
Schnitten und hochwertigen  
Materialien aus Europa

*Schönes für Dich!*

Mode - Geschenke - Accessoires  
Prinz-Ludwig-Strasse 6  
86911 Diessen am Ammersee  
[WWW.PRINZLUDWIGNO6.DE](http://WWW.PRINZLUDWIGNO6.DE)  
+49 8807 9495519

Dienstag-Freitag 10-18 & Samstag 10-15  
Montags nach Vereinbarung

Wir feiern Einjähriges vom 8.3.-15.3.23!

NEU: Jetzt auch Mode ab Größe 36

Prinz Ludwig No 6

©Udo Reinhardt

Bei Vorlage dieser Anzeige gibt es 10 % Geburtstagsrabatt.



## Mama und Geschäftsfrau – so geht's!

Conny Beausencourt war lange Zeit in erster Linie Mama. Jetzt möchte sie vermehrt auch als Gartengestalterin Gartenbesitzern zu ihrem Wunschgarten verhelfen. Die entscheidenden Ideen zur Realisierung und Kundengewinnung bekam sie bei Fortbildungen von Frau & Beruf. Sie lernte, wie man die sozialen Medien für sich nutzen kann, eine Webseite aufzubauen, ja sogar der Name ihres neuen, eigenen Business „Ideengarten Ammersee“ wurde dort geboren. Seit sie online und mit Printanzeigen präsent ist, steigen die Anfragen. „Mittlerweile konnte ich schon einige Projekte, vor allem mit Familien, die ihren Garten selber preiswert und nachhaltig gestalten wollen, umsetzen“, freut sich die Dießenerin. So entwickelte sie zusammen mit einer Familie kürzlich Ideen für Gartenräume eines großen Gartens, die u.a. Platz für Obstbäume, Trampolin, Strandkorb und Gemüsegarten bieten. Dabei teilt sie auch ihr großes Wissen über Pflanzenpflege und -vermehrung oder Obstbaumschnitt. Conny Beausencourt hat ihre langjährige Gartenleidenschaft nun zum Beruf gemacht. **Ideengarten Ammersee, Conny Linda Beausencourt, Dießen. [www.ideengarten-ammersee.de](http://www.ideengarten-ammersee.de)**



Conny Beausencourt hilft bei der Planung und Gestaltung des Wunschgartens. Foto: Beausencourt

## Bewährtes Unternehmen, frisch aufpoliert

Seit bereits 13 Jahren gibt es das Tapas Restaurant Thymian in Dießen. Die Weine werden handverlesen nach Verkostungen ausgesucht. Und um sich über neueste Tapas-Trends zu informieren, besucht Inhaberin Beate Seizer mit ihrem Lebensgefährten und Koch Cristian Hesselbarth oft die besten Tapas-artesanos in Barcelona. Die iberischen Spezialitäten sind mit sehr viel Herzblut frisch zubereitet und in gleichbleibend guter Qualität. Und so fehlt es nicht an Liebhabern der spanischen Kultspeisen, die auch von weiter her kommen. Beate Seizer weiß, wie es geht, ein Lokal erfolgreich zu führen – und dennoch bildete sie sich bei Frau & Beruf weiter. „Wer heute nicht in den sozialen Medien präsent ist, gilt als verstaubt“, weiß sie.

Genau wie bei der Speise- und Weinkarte geht sie nun mittels der Medienkompetenz, die sie im Social Media Kurs erworben hat, mit der Zeit. „So konnten wir uns moderner aufstellen, und immer wieder Neuigkeiten zu posten hilft mir auch dabei, nicht betriebsblind zu werden“, freut sich Seizer, die auch hofft, gutes Personal über Social Media zu gewinnen.

**Beate Seizer, Thymian Tapas Restaurant, Dießen. [www.thymian.de](http://www.thymian.de)**



Gutes Team: Koch Cristian Hesselbarth und Thymian-Inhaberin Beate Seizer.

## Erfolgsmodell – unverpackt und mobil

Theresa Kummers Geschäftsidee, ein mobiler Unverpacktladen, hat sich zum Erfolgsmodell entwickelt. Sowohl die Verkaufsstellen, sie kommt nach Geltendorf, Finning, Schwifting, Pitzling, Dießen, Kaufering, Apfeldorf, Leeder und Waal, als auch die Anzahl der Produkte haben sich stark erhöht. Mittlerweile hat „Tante Resi“ 220 Produkte, darunter viele regionale, in ihrem Wagen, neben Trockenlebensmitteln und Hygieneprodukten nun auch Wasch- und Putzmittel. „Zu meinen Kunden zählen Familien, aber auch Manager und Senioren sowie Azubis und Studenten – sie bekommen stets zehn Prozent Rabatt“, zählt Kummer auf. Um engen Kontakt mit ihren Kunden zu halten, sie z.B. über Neuheiten zu informieren, setzt sie auf die sozialen Medien. Fit für die professionelle Nutzung machte sie sich im zehnwöchigen Kurs „Social Media für Fortgeschrittene“ bei Frau & Beruf. „Der Kurs hat mir die Sicherheit im Umgang mit den sozialen Medien gegeben und die technischen Möglichkeiten aufgezeigt. Social Media ist für mich nicht mehr wegzudenken“, sagt Kummer.

**Tante Resi Unverpackt, Theresa Kummer, 86875 Waal. [www.tanteresi.de](http://www.tanteresi.de)**



Ausgewogen: Tante Resi wiegt mit ihrer Waage die individuell passende Lebensmittelmenge ab für ihre Kunden. Foto: Kroha

### DER MOBILE UNVERPACKTLADEN

Denn was in 5 Minuten gegessen ist, braucht keine Verpackung die über 200 Jahre hält.

[www.tanteresi.de](http://www.tanteresi.de)

**IDEENGARTEN**  
Ammersee

Gartenberatung und Planung  
Obstbaumschnitt

**kreativ - individuell - persönlich**

**Conny Beausencourt Tel. 0151 53180235**  
[www.ideengarten-ammersee.de](http://www.ideengarten-ammersee.de)

**Thymian**  
TAPAS & WEIN

Geöffnet  
Di - Sa ab 17.30 Uhr

Marktplatz 3  
86911 Dießen  
Tel. 08807-9494868  
info@thymian.eu  
[www.thymian.eu](http://www.thymian.eu)

Auf der Suche nach einer passenden Bluse?

Klamotten, die immer passen finden Sie bei ...

**ASAM**  
MODE

Schlossergasse 376 Landsberg/Lech

**Münchner Kaffeemensch**

### GENUSS UND QUALITÄT RUND UM DIE TASSE KAFFEE

Wir sind Ihr professioneller Ansprechpartner und um das Thema **Kaffee, Kaffeetechnik** und **Kaffee-Sensorik**.

Unser Angebot:

- Siebträgermaschinen
- Kaffeevollautomaten
- Kaffeemühlen
- verschiedene Kaffeesorten
- Wasserspender mit Hygiene-Plus-Paket
- Reinigungsmittel, Entkalker und Zubehör
- Baristakurse, Kaffeeseminare

**NEU !!!**  
Kaffee- und Softisbar für Events

Münchner Kaffeemensch  
Lindenstraße 2  
86949 Windach  
T 08193 / 998 85 50  
[www.muenchner-kaffeemensch.de](http://www.muenchner-kaffeemensch.de)



**Schülerhilfe!**  
Beste Noten. Lokal & digital.

**Jetzt die Nachhilfe Nr. 1\* testen!**  
Informationen unter:  
**08191-4017057**

\* Testsieger: Studie „Von Kunden empfohlen“, DEUTSCHLAND TEST/ServiceValue 2022, Branche Nachhilfeanbieter.

**Aktionsangebote auf unserer Homepage!**

**LANDSBERG** • Salzgasse 119 • Tel. 08191-4017057  
[www.schuelerhilfe.de/landsberg](http://www.schuelerhilfe.de/landsberg)  
**DIESSEN** • Prinz-Ludwig-Str. 1 • Tel. 08807-9009311  
[www.schuelerhilfe.de/diessen](http://www.schuelerhilfe.de/diessen)

**Vitametik®:**  
Entspannung für Muskulatur, Wirbelsäule und Nervensystem und eine Antwort auf Stress

*Ich bin für Sie da.*

Elisabeth Gall-Kaiser  
Auf der Höhe 3 - 86923 Finning  
Tel. 08806/95 64 43 - 0172/44 15 849  
Termine nach Vereinbarung

**Vita METIK**  
DIE GESUNDHEITSPFLEGE

Die Vitametik® ersetzt nicht die Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker, ist jedoch eine wertvolle Ergänzung zu Behandlungen. Laubbende ärztliche Behandlungen und Anordnungen sollen weitergeführt, bzw. klärende Nachfragen geäußert oder unterlassen werden.

**Bäckerei – Konditorei Christine Lindner**  
Landsberger Straße 49 • 86938 Schondorf am Ammersee  
Tel: 08192/231 • Email: [baeckerei-lindner@t-online.de](mailto:baeckerei-lindner@t-online.de)

Qualität aus Meisterhand in Tradition seit 1933

Hier läuft die Ware nicht vom Band, hier schafft man noch mit Herz und Hand.

**Jetzt NEU am Ammersee!** Entspannt laufen für „ALLE“

- Langsames Laufen mit Gehpausen
- Eingebettet in Gymnastik und Übungen zum Entspannen
- Reden und Freude bei der Bewegung sind Programm
- Frei von jeglichen Leistungsgedanken
- Zur Erhaltung der Gesundheit oder ...
- Zum Gesundwerden
- Kurse in Kleingruppen und Einzeltraining ab September 2022

mit **Martina Dropmann**  
Lauftherapeutin (DLZ)  
Heilpädagogin  
NLP-Practitioner  
[info@entspannt-laufen.de](mailto:info@entspannt-laufen.de)  
[www.entspannt-laufen.de](http://www.entspannt-laufen.de)

Für Entspannung und Leichtigkeit:  
[www.Entspannt-Laufen.de](http://www.Entspannt-Laufen.de)

INFO: Tel. 0171 3615273

**freitag 10.2.**

**20.00** Weißes Fest, Party, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

**20.00** Anders: Nichts für schwache Herzen, Veranstaltungsforum FFB

**samstag 11.2.**

**15.00** Der Nussknacker & Aufbruch in die Moderne, Tanzgala für große und kleine Zuschauer, Stadttheater Landsberg

**19.00** Faschingsball, Liveband Caipirinha, Gaststätte Alter Wirt, Eresing

**19.00** Terra – Gesichter der Erde, Michael Martin - Mit der Kamera um die Welt, Veranstaltungsforum FFB

**sonntag 12.2.**

**15.00** Der Bayerische Robin Hood: Märchenerzählung, Ein lustiges Musik-Abenteuer für Kinder ab 6 Jahren und alle Erwachsenen, Veranstaltungsforum FFB

**19.00** Alte Musik in Fürstentfeld, Ensemble Phoenix Munich: The Flaming Fire, Veranstaltungsforum FFB

**montag 13.2.**

**15.00** Das Dschungelbuch, Musiktheater frei nach Rudyard Kipling für Kinder ab 4 Jahren, Stadttheater LL

**19.00-21.00** Happiness Training & Blockaden lösen, Anmeld. erford. 0162 / 9250890, Studio Grün Landsberg

**mittwoch 15.2.**

**20.00** Landsberger Blechbläserensemble: „hailix bLEChle!“, Das Faschingskonzert, Stadttheater LL

**20.20** Das stolze und traurige Leben des Matthias Kneißl, Filmklassiker mit Regiegespräch, Lichtspielhaus Fürstentfeldbruck

**donnerstag 16.2.**

**14.00-17.00** Kinderfasching, mit Programm des Waldkindergartens Eresing, Gaststätte Alter Wirt, Eresing

**19.00** Geschwistertreffen erwachsener Schwestern und Brüder von Menschen mit Behinderung, Anmeld. erford. [geschwistertreffen@icloud.com](mailto:geschwistertreffen@icloud.com), Ilse-Kubaschewski-Haus/Seniorentreff, Starnberg

**19.30-22.00** DUO MODÉRÉ, Benefizveranstaltung, Pfarrsaal Windach

**20.00** Travestie-Show mit den „LadyLords“, Singoldhalle Bobingen

**samstag 18.2.**

**14.00** Kinderfestival: Kinderfasching, VA-Forum FFB

**19.00** Sportlerball TSV Türkenfeld mit der Tanz- und Partyband Hüttenpower, Anmeld. erford. 0151 / 55548389, Gasthof Hartl, Türkenfeld

**20.30** Fürstentfelder TennenRock, Rock-Party-Fasching mit Glam Gang: 70er Jahre Rock Show, Veranstaltungsforum FFB

**sonntag 19.2.**

**18.00** Supergardetreffen 2023, Faschingsveranstaltung, VA-Forum FFB

**20.00** Fasching mit der Groundlift-Band, Motto: 80er Jahre, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

**montag 20.2.**

Seminare für Führungskräfte - Strategie/Projektmanagement Agil (S-PMA) (1.3.-2.3.), Fundraising für den Schulneubau in St. Ottilien, St. Ottilien

**dienstag 21.2.**

**18.10** Ein Fisch namens Wanda, Faschingsdienstagsspecial mit frischen Bäckerkräften, Lichtspielhaus Fürstentfeldbruck

**donnerstag 23.2.**

**19.00-22.00** Konzert: Derek O'Reilly, Café bella martha, Grafrath

**20.00** Gerd Baumann & Band Parade: Cosmic Roundabout, VA-Forum FFB

**freitag 24.2.**

**20.00** Premiere "Willkommen im Hotel Mama", Theater, Stadttheater LL

**20.00** Floydside of the Moon: Time & Space, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

**20.00** Edigna: Duo-Drama von Fedir Balandin, Benefizveranstaltung, VA-Forum FFB

**samstag 25.2.**

**20.00** Sophia Jani: Music as a mirror, Konzert, Stadttheater Landsberg

**20.00** 14. Fürstentfelder Salvator: Das Starkbierfest, Veranstaltungsforum FFB

**sonntag 26.2.**

**19.00** Chor doremi: "Annes Tagebuch", Rhabanus-Maurus-Gymnasium St. Ottilien

**19.30** Neues von Früher – Dorfgeschichten und widerspenstige Musik, s'Maximilianeum, Stadttheater Landsberg

**montag 27.2.**

**16.00-18.00** Happiness Training für Schüler Happy @ School, Anmeld. erford. 0162 / 9250890, Studio Grün Landsberg

**dienstag 28.2.**

**18.00** Vogelperspektiven, Dokumentarfilm mit Einführung durch den LBV, Lichtspielhaus FFB

**20.00** Vonda Shepard: Red Light Green Light Tour 2023, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

**mittwoch 1.3.**

Seminare für Führungskräfte - Strategie/Projektmanagement Agil (S-PMA) (1.3.-2.3.), Fundraising für den Schulneubau in St. Ottilien, St. Ottilien

**samstag 4.3.**

**10.15-13.00** Frühjahrsflohmarkt der Stillgruppe Landsberg, Kleidung, Schuhe, Spielzeug, Bücher und vieles mehr, Sport- und Veranstaltungszentrum LL

**11.00** Reise in die traumhafte Tanzwelt, Ballett, Stadttheater Landsberg

**14.00-20.00** Foto-Workshop mit Mark Robertz: Mit der Kamera in die Dampfloch-Werkstatt, Anmeld. erford. [service@bahnhof-augsburg.eu](mailto:service@bahnhof-augsburg.eu), Bahnhof Augsburg

**20.00** Vera Klima, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

**20.00** Junge Stars in Fürstentfeld, Márton Bubreg, Alma Keilhack & Neue Philharmonie München, Veranstaltungsforum FFB

**montag 6.3.**

**19.00-20.30** Happiness Training - Montags gerne arbeiten!, Anmeld. erford. 0162 / 9250890, Studio Grün Landsberg

**dienstag 7.3.**

**20.00** Kitzeleien – der Tanz der Wut, Monolog von Andréa Bescond, Stadttheater Landsberg

**mittwoch 8.3.**

**20.00** Irish Spring 2023, Konzert, VA-Forum FFB

**20.00** Literatur Fürstentfeld: Michael Lentz, Und plötzlich ist am Ende Schluss – Karl Valentins Kunst der Komik, Veranstaltungsforum FFB

**donnerstag 9.3.**

**19.00-20.30** Kompaktkurs Autogenes Training, Anmeld. erford. 0179 / 4310760, slowly going, Kissing

**freitag 10.3.**

Fürstentfelder Ostermarkt, Veranstaltungsforum FFB

**19.30** Komödie "Ich liebe mich", Commedia Dießen, Stadttheater Landsberg

**20.00** Konstantin Wecker Trio, Poesie und Musik mit Cello und Klavier, VA-Forum FFB

**20.00** Paulaner Solo, 1. Runde, Wettbewerb für Newcomer aus Kabarett, Comedy und Kleinkunst, Veranstaltungsforum FFB

**samstag 11.3.**

Fürstentfelder Ostermarkt, Veranstaltungsforum FFB

**20.00** Iris Oettinger meets the „Three Wise Men“, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

**20.00** Fürstentfelder Konzertreihe: Claudio Bohórquez & Péter Nagy, L. v. Beethoven, R. Schumann und J. Brahms, Veranstaltungsforum FFB

**sonntag 12.3.**

Fürstentfelder Ostermarkt, Veranstaltungsforum FFB

**16.00** Preisträgerkonzert: „Jugend musiziert“, Veranstaltungsforum FFB

**19.00** Omer Klein Trio: Live & Fire, Konzert, Stadttheater Landsberg

**20.00** Heinrich del Core: GLÜCK g'habt, Kabarett, Veranstaltungsforum FFB

**montag 13.3.**

**18.30-19.00** Schokoladen-Meditation, Anmeld. erford. 0162 / 9250890, Studio Grün Landsberg

**dienstag 14.3.**

**15.00** "Der kleine Rabe Socke – Alles erlaubt?", Für Kinder ab 4 Jahren, Stadttheater LL

**mittwoch 15.3.**

**20.00** Martin Kälberer: Raum, Exklusive Generalprobe, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

**20.00** Jazz First: Sandro Roy Unity Trio, Metropolitan Gypsy Jazz, VA-Forum FFB

**donnerstag 16.3.**

**20.00** BluesFirst: Bad Temper Joe Duo, VVA-Forum FFB

**freitag 17.3.**

**17.30-19.00** Kinderkleidermarkt im Pfarrstadl Untermühlhausen

**19.30** Bruno Jonas "Meine Rede", Kabarett, Singoldhalle Bobingen

**20.00** Ohne Rolf "Jenseitig", Kleinkunst, Stadttheater LL

**20.00** Max von Milland: Eisack, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

**samstag 18.3.**

**14.00** Ausstellungseröffnung "Flower Power - Das Gestalt-Archiv blüht auf", Gestalt-Archiv Hans Herrmann e. V., Schondorf

**14.00-15.30** Flohmarkt rund ums Rad, Grund- und Mittelschule Türkenfeld

**16.00** "Zwerg Nase", für Kinder ab 4-5 Jahre, Stadttheater Landsberg

**19.00** Stadtkapelle Fürstentfeldbruck: Jahreskonzert, Veranstaltungsforum FFB

**20.00** "Die Geierwally" – Theaterstück nach Wilhelm von Hillern, Singoldhalle Bobingen

**21.00** Noche Latina: Tanzparty, Veranstaltungsforum FFB

**sonntag 19.3.**

**17.00** Passionsandacht "Die 7 letzten Worte Jesu" - Joseph Haydn, Candidius-Quartett, St. Stephan Geltendorf

**montag 20.3.**

**18.30-21.00** Happiness Training am Weltglückstag, Anmeld. erford. 0162 / 9250890, Studio Grün Landsberg

**19.30** Namibia : Die langen Schatten der deutschen Kolonialzeit, Vortrag und Buchpräsentation, Stadtbibliothek in der Aumühle FFB

**dienstag 21.3.**

**20.00** Chris Hopkins meets the Jazz Kangaroos, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

**donnerstag 23.3.**

**19.00** Paul Daly Band, Irish-Folk, Café bella martha, Grafrath

**20.00** Otto Lechner "The Dark Side Of The Accordion", Stadttheater Landsberg

**freitag 24.3.**

**19.00-22.00** ARTMUC - Kunstmesse, MTC Supreme Locations

**20.00-22.30** De Stiangausratschn: „pfeigrod so is“, Bayerisches Musik-Kabarett, Gasthaus Sachsenhammer, Hechenwang

**samstag 25.3.**

**13.00-15.00** Kinder-Kleider Basar, Neue Schule Weil

**14.00-16.00** Merchinger Flohmarkt für Kinderartikel, Mehrzweckhalle Merching

**19.00-20.30** Heiner Graf liest aus "Hoppla, Hochwürden!", Anmeld. erford. 0170 / 4142786, Gasthaus Dampfschiff, Grafrath

**19.30-22.00** Lauschgold, Benefizveranstaltung, Pfarrsaal Windach

**20.00** Schauspiel "Rivka", Stadttheater Landsberg

**20.00** Nina Michelle Quintet, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

**20.00** Opern auf Bayrisch, Veranstaltungsforum FFB

**sonntag 26.3.**

**19.30** Pigor & Eichhorn: „Volumen X“, s'Maximilianeum, Stadttheater Landsberg

**20.00** Hamlet, Schauspiel in englischer Sprache nach William Shakespeare, Stadttheater Landsberg

**donnerstag 30.3.**

**25.** Deutscher Ballettwettbewerb und Steptanzcup (30.3.-2.4.), Qualifikation für den World Dance Contest, Veranstaltungsforum FFB

**freitag 31.3.**

**20.00** Robert Forster: The Candle And The Flame, Konzert, Stadttheater Landsberg

**20.00** 3 Songwriters in Concert: Jakob Muehleisen, Melli Zech, Tom Hauser, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

**LA VIDA BioMarkt Utting**

**ÖKO KOSTET NICHT DIE WELT. NICHT-ÖKO SCHON.**

Gutes Einkaufen für eine bessere Welt.

Besuchen Sie auch: [oekostattego.de](http://oekostattego.de)

Schondorfer Str. 15a · 86919 Utting  
Telefon 08806 / 72 49 · [biomarkt-lavida.de](http://biomarkt-lavida.de)  
Mo.-Fr.: 8.30–19.00 u. Sa.: 8.30–14.00

**FÜRSTENFELDER OSTERMARKT**

Freitag bis Sonntag, 10. bis 12. März 2023

Freitag, 10. März von 14 bis 18 Uhr  
Samstag, 11. März von 11 bis 18 Uhr  
Sonntag, 12. März von 11 bis 18 Uhr

Eintritt 5 Euro/Person, Kinder bis 14 Jahre frei

Veranstaltungsforum Fürstentfeld-Tenne  
[www.fuerstentfelder-ostermarkt.de](http://www.fuerstentfelder-ostermarkt.de)





## Die Sonnleitner Holzbauwerke stellen vor: Der kompakte Grundstücks- Sparer für die Familie

Kompakt, zweigeschossig und an regionale Bautraditionen anknüpfend, fügt sich dieses Haus mit rund 200 m<sup>2</sup> Gesamtwohnfläche in die Natur und seine Umgebung ein.

Große Glasflächen bestimmen die Südseite mit Terrasse und Balkon. Auf der Nord- bzw. Eingangsseite geht's dagegen mit schmalen, hochformatigen Fenstern recht geschlossen zu – so vermeidet man Energieverluste.

Holzoberflächen, tragende Sichtbalken der Deckenkonstruktion und weiße Putzflächen bestimmen das Interieur der Twinligna-Bauweise der Sonnleitner Holzbauwerke aus dem niederbayerischen Ortenburg.

Die Raumaufteilung wurde auf eine fünfköpfige Familie abgestimmt mit begeh- und abtrennbarer Garderobe, platzsparender Wendeltreppe, zweitem Kinderbad und großen Kinderzimmern. Im Erdgeschoss laden die offene Küche und der großzügige Essbereich zu gemeinsamen Kochaktionen und Treffen mit Freunden ein. Bei dem durchgestylten Holzhaus auf hohem Niveau stimmt auch die Technik: Der KfW-55-Entwurf wird mit einer umweltfreundlichen Holzpellettheizung beheizt.

[www.sonnleitner.de](http://www.sonnleitner.de)



Fotos: Sonnleitner



Die gute Energie des Ammersees spüren.  
Raus aus der Stadt. Raus aus dem Alltag.  
Raus aus dem Stress.  
Ruhe, Gelassenheit und Wohlfühlen in der

### Praxis für Systemisches Coaching & Mentoring



#### Schwerpunkte:

- Zielfindung und berufliche Neu-/Umorientierung
- Life & Businesscoaching
- Stressabbau
- Angst & Druck loslassen
- Stärkung Selbstwert/-vertrauen/-bewusstsein
- Entscheidungsfindung
- Blockierende Gewohnheiten und Glaubenssätze ablegen



Entspanntes, ruhiges Ankommen.  
Kostenfreie Parkplätze direkt vor der Praxis.

Gute Energie ab dem ersten Moment.  
Räumlichkeiten in naturnaher Umgebung.  
Frische Seeluft, Sonne, Wärme und Wohlfühlen im Coaching-Garten.

Sind Sie aktuell arbeitssuchend?  
Die Praxis und Coachings sind AVGS anerkannt.  
Gerne unterstütze ich Sie dabei, Ihren Aktivierungsgutschein bei Ihrem Jobcenter zu erhalten.

Windachstr. 1 · 82279 Eching am Ammersee  
Tel. 01525 4237181  
[www.moussli.de](http://www.moussli.de) · [info@moussli.de](mailto:info@moussli.de)



Exklusiv für alle  
jezza! Leser:  
**Gratis  
Coaching  
Stunde**  
im Wert von 160 Euro  
Terminvereinbarung  
an: [info@moussli.de](mailto:info@moussli.de)  
Betreff: jezza!

[www.mn-kommdesign.de](http://www.mn-kommdesign.de)

#### Corporate Design

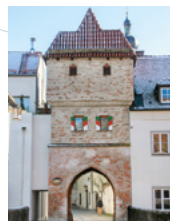
- Logo • Geschäftsausstattung
- Prospekte und Flyer • Plakate
- Anzeigen • Internetauftritt ...

#### Editorial Design

- Bücher • Zeitungen • Zeitschriften ...

Illustrationen / Grafiken / Muster

\* Bäckertor



**M. Monika Niedermair Kommunikationsdesign**  
Landsberg am Lech Tel. 08191 – 970 72 42

## Gemeinwohl-Ökonomie: Seminare und Workshops in der Region Ammersee

„VOM ICH ZUM WIR.“ Mensch, Gemeinwohl und nachhaltiges Wirtschaften – das lehrt die Everding-Akademie in Herrsching.



Everding-Akademie  
Gemeinwohl-Ökonomie

„Nichts ist so beständig wie der Wandel“ (Heraklit). Mit diesem Zitat und der zunehmenden Beschleunigung von Veränderungsprozessen in Unternehmen und Gesellschaft wird deutlich: Wir brauchen Menschen, die den Wandel begleiten und Strukturen gestalten, die weiteren Wandel ermöglichen. Corona hat diesen Wandel in verschiedenen Feldern beschleunigt und das Bewusstsein für Veränderung geschärft. Damit wächst auch das Bedürfnis nach Organisationen für Menschen, die professionell begleiten.

In ihren Weiterbildungen und Seminaren möchte die Everding-Akademie die Teilnehmenden zur Begleitung von Transformationsprozessen verknüpft mit inklusiver und partizipativer (Um-) Gestaltung in Unternehmen befähigen. Dabei werden die Grundlagen des gemeinwohlorientierten Wirtschaftens vermittelt, analysiert und neue Wirtschaftsmodelle auf persönlicher, unternehmerischer und gesellschaftlicher Ebene entwickelt. Die hohe Praxisorientierung und der Austausch mit Experten aus gemeinwohl-orientierten Unternehmen garantieren fundierte Erfahrungen und vernetztes Wissen.

Ein großer Schwerpunkt im Jahr 2023 wird das Thema Biolebensmittel und Gemeinwohl-Ökonomie sein. Als Kooperationspartner der Everding-Akademie agiert der gemeinwohl-orientierte Biolebensmittel-Fachmarkt Biowelt März GmbH in Herrsching. „Wissen, woher unsere Lebensmittel kommen, durch ökologischen Landbau und fairen Umgang mit Handelspartnern ist das Credo“ des Biofachmarkts in Herrsching, und „je weitreichender dieser Bio-Anbau geschieht, desto geringer ist die Umweltbelastung und gleichzeitig eine massive Kosteneinsparung für die Gesellschaft“, so Markus März, Inhaber der Biowelt.

Infos: [www.everding-akademie.de](http://www.everding-akademie.de)



Rieke Everding leitet die Everding-Akademie in Herrsching.

## DER SAUNA- FACHMANN

Saunen • Infrarot-Wärme



32 Jahre  
Erfahrung im  
Saunabau

- Unsere Saunen sind individuelle Einzelfertigungen. Nach Ihren Wünschen und räumlichen Gegebenheiten – für jede Grundrissvariante.
- Hergestellt in Bayern in bester Schreinerqualität
- Persönliche Beratung und Betreuung unserer Kunden



Farblicht • Zubehör

Der Saunafachmann  
Karsten Zepp

#### Büro und Vertrieb

Lindenweg 2 b · 86946 Issing  
Tel.: 08194 / 998 93 66 · Fax: 08194 / 998 93 67

#### Laden und Ausstellung

Salzstraße 32A, 82110 Germering  
Tel. 089 / 8402702 · [info@sauna-fachmann.de](mailto:info@sauna-fachmann.de)

**Termine bitte nach Absprache!**

[www.sauna-fachmann.de](http://www.sauna-fachmann.de)





# Die letzte Bastion der regionalen Subkultur

Text: Leopold Ploner

**G**ut 250 Menschen gingen Ende November 2022 in Schondorf auf die Straße und demonstrierten für den Erhalt der Kult-Kneipe KUBA („Kultur am Bahnhof“). Das Landratsamt Landsberg hatte überraschend den Betrieb wegen baurechtlicher Mängel eingestellt. Zugegeben: Die charmant improvisierten Anbauten an der Gaststätte erwartet man eher an einem Karibik-Strand als am properen Ammersee. Und so hatte Wirt Harry Wildenstein längst einen Bauantrag gestellt, um die Terrasse baurechtlich einwandfrei zu überdachen. Seit Jahren vom Schondorfer Gemeinderat genehmigt, hängt dieser nun in einem Dschungel aus Zuständigkeiten und Einwänden zwischen Gemeinde und Bahn, Denkmalschutz und Landratsamt fest.

„Die KUBA ist nicht einfach nur eine Kneipe, sondern die letzte Bastion der Subkultur in unserem Landkreis“, sagt Schondorfs Bürgermeister Alexander Herrmann (er marschierte bei der Demonstration genauso mit wie seine Greifenberger Amtskollegin Patricia Müller).

Tatsächlich ist die Gaststätte am Schondorfer Bahnhof seit 2007 ein beliebter Treffpunkt für die Szene, die man gemeinhin Subkultur nennt. Darüber hinaus ist die KUBA aber auch ein Generationen- und Klassen-übergreifender Treffpunkt.

So war der Demonstrationzug gegen die Schließung ein Spiegelbild des bunt gemischten KUBA-Publikums.

Maler Jan Davidoff, der zu diesem Termin seine Arbeiten bei der Art Miami in Florida zeigte, schickte seine Solidaritätsbekundung per Mail: „Die KUBA ist eine erhaltenswerte Institution für das selten gewordene Miteinander von Großkopferten und kleinen Leuten, Alt und Jung, Reich und Arm. Eine Kneipe, die uns gerade durch den Reiz des Imperfekten in ihren Bann zieht und in der alle so unpräzise miteinander feiern können, kenne ich kein zweites Mal.“

Bürgermeister Herrmann möchte zusammen mit dem Landratsamt eine Lösung finden für einen temporären Weiterbetrieb nach der Winterpause, bis ein gesetzeskonformer Umbau erfolgen kann.

Darauf hofft auch Wirt Harry Wildenstein, dem die Zeit davonläuft, denn die Schließung zehrt an den ohnehin schmalen Rücklagen und macht den geforderten Umbau immer schwieriger. Die vielen Unterstützer haben aber schon Hilfe angekündigt: Man erwägt ein Crowd-Funding Modell, um der KUBA unter die Arme zu greifen.

**Wirt der Kult-Kneipe KUBA Harry Wildenstein.**

Foto: Leopold Ploner



Vorerst liegt das Schicksal der letzten Bastion regionaler Subkultur in den Händen des Landratsamtes.  
Foto: Yorck Dertinger

Anzeige



## Mit Herz und Verstand – die KFZ-Werkstatt nah am Ammersee

KFZ Reparaturen | freie Werkstatt für alle Marken | HU/AU Abnahme | Reifenfachhandel mit Einlagerung | ProfiService-Werkstatt

**Tel. 08193 999580**  
[www.maysboxenstopp.de](http://www.maysboxenstopp.de)



# ART NOUVEAU

## FRISEURE

Werde Teil von uns und bleibe dennoch ganz du selbst!  
Wir vergeben ab sofort monatlich

**Arbeitsplätze für selbstständige Friseurmeister\*innen zur Miete**

Bei uns erwartet dich ein hochwertiger, trendbewusster und stilvoller Salon. Bereits funktionierende und erprobte Strukturen stehen dir für deine Nutzung zur Verfügung - genauso wie unsere regelmäßig modernisierte Top-Ausstattung. Profitiere von unserem guten Image und unserer Bekanntheit bis weit hinter die Regionen München, Augsburg und Landsberg auch für deine Arbeit.

Deine neue Wirkungsstätte ist nicht nur von fachlicher, stets wachsender Expertise um dich herum geprägt, sondern auch von einer guten Stimmung und außergewöhnlichem Teamzusammenhalt.

Und während du ganz selbstständig und eigenverantwortlich deine Ziele verfolgst, ermöglicht dir ein Umfeld von Flexibilität in vielen Punkten: Synergien in der Ausnutzung deiner Kapazitäten, Wirtschaftlichkeit, Materialbeschaffung und vieles mehr.

Mehr Informationen und Vertragsinhalte erwarten dich in einem persönlichem Gespräch.

**Wir freuen uns auf dich.**

Bahnhofstraße 15 • 86938 Schondorf am Ammersee  
Phone 08192 998 70 10 • info@artnouveaufriseure.de

Massivholz ist unsere Leidenschaft. Seine lebendige Schönheit und Natürlichkeit erfordert unsere gesamte handwerkliche Kunst, inspiriert uns, traditionelle Holzverarbeitung neu zu interpretieren und mit höchster Präzision umzusetzen.

**HolzRaum**

Wir suchen ab sofort zu besten Konditionen, in jungem motivierten Team:

**Bilanzbuchhalter mit flexibler Teilzeit (m/w/d)**

**Schreiner Geselle (m/w/d) für gehobenen Innenausbau.**

Bewerbungen direkt per Email oder Post an:  
Stefan Dosch GmbH Schönaauer Ring 26 82269 Geltendorf / Kaltenberg  
Tel.: +49 (8193) 93928-0 holzraum@stefan-dosch.de  
www.stefan-dosch.de

Kreisverband  
Landsberg am Lech



**Bayerisches  
Rotes  
Kreuz**

Das Bayerische Rote Kreuz, Körperschaft des öffentlichen Rechts, ist ein großer Wohlfahrtsverband und die führende Hilfsorganisation in Bayern. Der **BRK-Kreisverband Landsberg am Lech** beschäftigt über 400 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Darüber hinaus sind rund 1.200 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer im Einsatz.

**Sie suchen eine zukunftssichere Anstellung?  
Wir suchen Sie und Ihre Ideen!**

**Wir bieten Ihnen vielseitige Einstiegsmöglichkeiten!**

**Werden Sie ein Teil unseres engagierten Teams und unterstützen Sie uns in den Bereichen**

- Rettungsdienst
- Kindertagesstätten
- Pflegedienst
- Verwaltung
- Servicedienste
- Soziale Dienste

**Wir bieten Ihnen:**

- Moderne, helle Mitarbeiterwohnungen (Neubau, 2 Zimmer, 50 qm mit Balkon)
- Leistungsstarke Vergütung und soziale Leistungen nach dem BRK-Tarifvertrag
- Betriebliche Altersvorsorge und igb Gesundheitskarte
- Flexible Arbeitszeiten und eine abwechslungsreiche Aufgabe in unserem tollen Team
- Herzliche, familiäre Arbeitskultur
- Die Sicherheit und das Potential eines sozialen, regionalen und leistungsstarken Arbeitgebers

**Das hat Sie überzeugt? Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!**

Bewerben geht bei uns ganz einfach über das Bewerbungsformular auf unserer Homepage unter

**[www.brk-landsberg.de/stellenboerse](http://www.brk-landsberg.de/stellenboerse)**

BRK-Kreisverband Landsberg am Lech  
Max-Friesenegger-Straße 45  
86699 Landsberg am Lech



**Hier  
könnte Ihre  
Stellenanzeige  
stehen.**

Leser-Reichweite: 60.000  
mit 12 Wochen Gratis Online auf  
[www.jezza-Magazin.de/Stellenmarkt](http://www.jezza-Magazin.de/Stellenmarkt)





# Mit gutem Beispiel voran: Klimaschutz in Grafrath

## Klimaaktive Gemeinde gesucht und gefunden!

Es reicht nicht, sich als Gemeinde einen „grünen Anstrich“ zu verpassen: Wenn die Bürger nicht mitziehen, bewegt sich nichts. *jezza!* hat sich umgeschaut und mit Grafrath eine aktive Ortsgemeinschaft gefunden, wo viel für Klimaschutz und Nachhaltigkeit getan wird.  
Ein Portrait.

**Grafrath**  
Landkreis Fürstentum

## Bürgerinitiativen, Arbeitsgruppen, Ortsplanung – Politik und Bürger arbeiten Hand in Hand

Text: Andreas Daschner  
Fotos: Klimaaktiv vor Ort und Andreas Daschner

Spätestens seit der dramatischen Flutkatastrophe im Sommer 2021 im Ahrtal ist klar: Das Klima verändert sich – auch in Deutschland. Im Klimaschutzabkommen von Paris haben sich die Länder der Erde bereits 2015 auferlegt, die Erderwärmung auf 1,5 Grad gegenüber dem vorindustriellen Zeitalter zu begrenzen. Doch dieses Ziel rückt in immer weitere Ferne. Nicht wenige Experten gehen sogar davon aus, dass die 1,5 Grad nicht mehr zu halten sind.

Die Gründe für das voraussichtliche Scheitern liegen auf der Hand: Viele Länder schaffen es nicht, ihre selbst auferlegten Ziele zu erreichen. Zuletzt verging kein Jahr, in dem es nicht hieß, dass auch Deutschland seine Klimaziele deutlich verfehlt. Sogar 2022 wurde trotz Sparmaßnahmen wegen der Energiekrise zu viel CO<sub>2</sub> ausgestoßen – einer Studie des Thinktanks Agora zufolge 761 Millionen Tonnen. Das sind fünf Millionen Tonnen mehr als die selbst gesetzte Obergrenze vorsieht.

Während die Bundesregierung für diese Zahlen in der Schusslinie steht, will man sich in einer kleinen Gemeinde nahe des Ammersees noch nicht geschlagen geben. Klimaschutz fängt ganz unten an – so die Devise in Grafrath. Die traditionell ökologisch geprägte Kommune im Landkreis Fürstentum engagiert sich auf mehreren Ebenen für Umwelt- und Klimaschutz.

Nicht nur die Bürger sind in Arbeitsgruppen und Initiativen rege aktiv. Auch in der Politik will man sich der Verantwortung stellen, den nachfolgenden Generationen eine lebenswerte Erde zu hin-

terlassen. Bürgermeister Markus Kennerknecht (parteilos) gab bei einer Debatte um die Windkraft jüngst ein Motto bezüglich der kommunalen Verantwortung aus, das sich alle Gemeinden zu Herzen nehmen können: „Wegducken gilt nicht.“

## „Klimaaktiv vor Ort“ und „Grafrath klimafreundlich“

In Grafrath sind gleich mehrere Gruppen und Initiativen aktiv, die sich für gemeindliche Klimaschutzmaßnahmen einsetzen. Die jüngste wurde vom Gemeinderat ins Leben gerufen und nennt sich „Grafrath klimafreundlich“. Sie hat sich zum Ziel gesetzt, die Gemeinde zu einem Leuchtturm zu machen: zur Klimakommune.

Schon die Entstehungsgeschichte belegt den Stellenwert, den der Klimaschutz in Grafrath hat. Initiiert wurde „Grafrath klimafreundlich“ von Monika Glammert-Zwölfer. Die Grafratherin sitzt für die Grünen im Gemeinderat und ist dort auch die Referentin für Klimaschutz – ein Posten, den sich nicht jede Kommune leistet.

Vier Arbeitsgruppen mit Mitgliedern aus Gemeinderat und Bevölkerung arbeiten daran, die Ziele umzusetzen. Die dabei entwickelten Ideen werden als Anträge in den Gemeinderat eingebracht, wo sie auf politischer Ebene entschieden und vorangetrieben werden.

Aber auch ohne Einbindung der politischen Gemeinde haben

die Bürger zuletzt zahlreiche Projekte und Aktionen zum Klimaschutz ins Leben gerufen. Federführend ist dabei die Initiative „Klimaaktiv vor Ort“ – ein loser Zusammenschluss von Bürgern, denen Umwelt und Klima am Herzen liegen. Etwa 25 Menschen sind dort aktiv und regen ihre Mitbürger dazu an, etwas fürs Klima und die Natur zu tun. Aber der Reihe nach.

## Umwelt- und Klimaschutz hat in Grafrath Tradition

„Grafrath klimafreundlich“ und „Klimaaktiv vor Ort“ sind nur die jüngsten Bemühungen in der Ampergemeinde, sich für Klimaschutz, Nachhaltigkeit und Umwelt einzusetzen. Bereits seit etwas mehr als einem Vierteljahrhundert – seit 1997 – gibt es im Ort einen Ableger des Aktionsbündnisses „Agenda 21“.

Die Wiege der Agenda 21 in Grafrath steht – wie bei allen gleichnamigen Gruppierungen – in Brasilien: In Rio de Janeiro wurde das Aktionsprogramm 1992 auf der Konferenz der Vereinten Nationen von 178 Staaten beschlossen. Die dort erarbeiteten Leitlinien für eine nachhaltige Entwicklung nehmen auch die Kommunen in die Pflicht, Lösungen auf lokaler Ebene zu entwickeln.

In Grafrath sollte es noch fünf Jahre dauern, bis sich eine solche lokale Agenda-21-Gruppe gründete. „Dietlind Hagenguth hat hier als erste den Agenda-21-Prozess vorbereitet“, erinnert sich Roger Struzena, der heutige Agenda-21-Chef. Mit Unterstützung der politischen Gemeinde rief die ehemalige Grafrather Gemeinderätin und Frau des Altbürgermeisters Hartwig Hagenguth 1997 die lokale Agenda 21 ins Leben.

Seitdem wurden zahlreiche Projekte und Aktionen für mehr Nachhaltigkeit durchgeführt. Ein erster Höhepunkt war das *Bürger-Solardach auf dem Bürgerstadl*, das von der Gruppierung maßgeblich vorangetrieben wurde. Es tut mittlerweile seit 20 Jahren seinen Dienst und läuft laut Struzena „noch wie am ersten Tag“. Auch „Klimaaktiv vor Ort“ ging letztlich aus der lokalen Agenda 21 hervor. Das war um den Jahreswechsel 2018/2019.

## Bürger wollen globale Themen lokal beackern

Etwas gegen Klimawandel und Plastikmüll tun – das hatten sich seinerzeit mehr als 20 Bürger aus Grafrath sowie den Nachbargemeinden Kottgeisering und Schöngesing zum Ziel gesetzt. Sie haben sich zu einer Bürgerinitiative (BI) zusammengetan, um im Kleinen selbst Verantwortung zu übernehmen und andere zum Schutz von Klima und Umwelt zu motivieren – also wie der Name sagt: klimaaktiv vor Ort zu sein.

Auf Initiative von Maria Leiternstern-Gulden von der Agenda 21 und des damaligen Umweltreferenten der Gemeinde, Roger Struzena, hatte sich „Klimaaktiv vor Ort“ im Herbst 2018 erstmals getroffen. Globale Themen wollte man lokal beackern. Weniger Energie verbrauchen, weniger konsumieren, weniger Fleisch- und Milchprodukte verzehren, weniger Müll produzieren – die Ziele waren nicht neu. Die BI wollte diese auch nicht neu erfinden. Stattdessen galt es, Ideen zu entwickeln, wie man die Leute motivieren kann, etwas zu tun. Das kann man nach mittlerweile gut vier Jahren als gelungen bezeichnen.

Vier Kleingruppen haben bei „Klimaaktiv vor Ort“ mehr Nachhaltigkeit zum Ziel gesetzt. Allen voran ist dabei wohl das *Repair Café* zu nennen. Denn was ist nachhaltiger, als Gegenstände zu reparieren, anstatt sie wegzuworfen? Das Repair Café wurde vor

## Wir sind Grafrather



**Natur pur  
für kreatives Spielen**

Bauklötze aus Naturholz  
Das spannende Spielzeug für  
große und kleine Entdecker  
von Gürtler & Kids  
in Grafrath

**baukid.de**  
MEHR ALS BAUKLÖTZE!

www.baukid.de

## ECOVIS®



## Kompetenz und Nähe bekommen ein neues Gesicht

Die Steuerkanzlei Bernd Traut wird zum  
01.03.2023 Teil von Ecovis.

ECOVIS BLB Steuerberatungsgesellschaft mbH,  
NL München-Forstenried, Außenstelle Grafrath  
Bahnhofstr. 29, 82284 Grafrath · Tel.: 08144 92010  
E-Mail: grafrath@ecovis.com



Reparieren statt wegwerfen: Seit einem Jahr sorgen die Bastler im Repair Café für mehr Nachhaltigkeit, indem sie kaputte Gegenstände reparieren.



gut einem Jahr in Zusammenarbeit mit der Nachbarschaftshilfe ins Leben gerufen.

Sogar der bekannte Grafrather Autor Heiner Graf hat es schon in Anspruch genommen, als er eine kaputte Stichsäge dort ab-lieferte. Das Ergebnis beschreibt er, wie es sich für einen Autoren gehört, literarisch-poetisch: „Von einem wunderbaren Glücksgefühl beseelt, trug ich mein zum Leben erwecktes altes Werkzeug freudestrahlend heim.“

### Grafrath ist „essbare Gemeinde“

Die Gemeinschaft im Ort stärken, etwas für Arten- und Klimaschutz tun und dabei Spaß haben – das alles vereint das Projekt einer weiteren Kleingruppe der Initiative. Sie hat Grafrath zu einer „essbaren Gemeinde“ gemacht. Die Idee ist nicht neu: Kommunen stellen ihren Bürgern Flächen zur Verfügung, auf denen sie Lebensmittel anbauen und ernten können. Das Grafrather Bündnis hat die Initiative nach dem Vorbild von Städten wie Nürnberg und Andernach ins Leben gerufen.

Vor der Schule, auf der Wiese vor dem Kinderhaus und am Wendehammer am Ende des Schulwegs hat das Bündnis im Sommer 2021 fünf Beete angelegt. Nun haben Mitglieder von „Klimaaktiv

Mit dem Radl zum Windrad: Die Gruppe „Klimaaktiv vor Ort“ ist auch bei der Aktion Stadtradeln dabei und bietet Touren an.



vor Ort“ dort verschiedene Lebensmittel wie Erdbeeren, Stachelbeeren, Kohlrabi oder Kräuter angepflanzt. „Jeder darf dort pflücken oder sich etwas mitnehmen“, sagt Nina Faltermayr vom Bündnis „Klimaaktiv vor Ort“. Wer selbst etwas anbauen will, meldet sich beim Bündnis. Die Pflege der Beete wird ebenfalls allen Bürgern mit überlassen. „Man kann im Vorbeigehen einfach Unkraut zupfen“, erklärt Monika Glammert-Zwölfer.

Die Kleingruppe „Nachhaltiger Alltag“ gibt nicht nur Informationen, sondern will auch zu alltäglichem klimafreundlichem Handeln motivieren. Und nicht zuletzt setzt sich die vierte Kleingruppe für nachhaltige Mobilität ein – allem voran fürs Fahrradfahren. Die Teilnahme an der bundesweiten Aktion Stadtradeln ist dabei natürlich Pflicht. Unter anderem wurde in diesem Rahmen schon ein Radausflug nach Mammendorf organisiert, bei dem u. a. – passend zum Klimaschutz – das dortige Windrad besichtigt wurde.

### Windkraft im Norden und Photovoltaik im Süden

Windrad ist auch das Stichwort für einen der Bereiche, in dem sich die politische Gemeinde derzeit stark engagiert – ein wenig auch gezwungenermaßen. Das sogenannte Wind-an-Land-Gesetz der Bundesregierung sieht bis Ende 2027 vor, dass 1,1 Prozent der Flächen Bayerns als mögliche Standorte für Windkraftanlagen ausgewiesen sein sollen. Bis Ende 2032 sollen es sogar 1,8 Prozent der Flächen sein.

Dabei sind natürlich die Kommunen gefragt, die die Planungshoheit über ihre Gemeindegebiete haben. Schon jetzt ist klar: Städtische Kommunen wie München werden sich mangels geeigneter Flächen schwertun, bis zu 1,8 Prozent ihres Gebiets für die Windkraft auszuweisen. Das Umland wird einspringen müssen. Andernfalls werden die Windkraftanlagen privilegiert und dürfen im gesetzlichen Rahmen auch ohne Zustimmung der Kommunen errichtet werden – dann vielleicht auch auf Flächen, die den Städten und Gemeinden nicht recht sind.

In Grafrath ist man sich der Verantwortung bewusst, die man für die städtischen Kommunen mitträgt. In diesem Rahmen prägte Rathauschef Kennerknecht seinen Ausspruch: „Wegducken gilt nicht.“ Mit geeigneten Waldflächen im Norden der Gemeinde wird man deshalb ins Rennen gehen – voraussichtlich mit mehr als den geforderten 1,8 Prozent.

„Der Ausbau erneuerbarer Energien steht bei uns ganz oben auf der Agenda“, sagt der Bürgermeister. Neben Windkraftanlagen wird der Fokus dabei auch auf die Freiflächen-Photovoltaik gelegt. Der Grafrather Landwirt und CSU-Gemeinderat Max Riepl-Bauer aus dem Ortsteil Mauern hat bereits eine solche Anlage auf dem sogenannten „Inninger Feld“ beantragt. Im Gemeinderat wurde beschlossen, ein generelles Konzept für Freiflächen-Photovoltaikanlagen auf Gemeindegrund zu erstellen. Platz dafür ist laut Kennerknecht vor allem im Süden der Gemeinde.

### Grafrath wächst – und baut möglichst klimafreundlich

Darüber hinaus achtet der Gemeinderat auch im Rahmen der Ortsentwicklung auf eine klimafreundliche Planung. Um bis zu ein Prozent wächst die Bevölkerung des Ortes jährlich. Alleine im Neubaugebiet Amperterrasse West sollen laut Kennerknecht Wohnungen für bis zu 140 Neubürger entstehen, auf dem ehemaligen Märchenwald-Areal für 180 Menschen – vornehmlich junge Familien. Zeithorizont für beide Projekte: vier bis sieben Jahre.

Der Großteil der Bürger wird dabei wohl zur Arbeit pendeln müssen. „Mangels geeigneter Flächen gestaltet sich die Entwicklung von Gewerbe schwierig“, sagt Kennerknecht. Zwar hat die Gemeinde mit einer Senkung des Gewerbesteuersatzes auf 290 Prozent versucht, einen Anreiz für Unternehmen zu schaffen. Aber auch wenn Grafrath damit die einzige Gemeinde im Landkreis Fürstentum mit einem Satz unter 300 Prozent ist, bleibt das Problem fehlender Grundstücke, die für die Ansiedlung von Gewerbe geeignet wären.

„Wir sind auch nicht mit den ganz großen Arbeitgebern ausgestattet“, sagt Kennerknecht weiter. Der größte ist das Altenwerk Marthashofen, weshalb Kennerknecht den Schwerpunkt in der Gemeinde auch eher im sozialen als im gewerblichen Bereich sieht.

Immerhin hat die Gemeinde ein Carsharing mit einem Elektro-

auto geschaffen – ein Angebot, das in Zukunft weiter ausgebaut werden könnte. Das kann aber nicht ersetzen, dass die meisten Bürger wohl weiter mit dem eigenen Auto in weiter entfernte Arbeitsstätten fahren müssen.

Als Ausgleich fürs Klima verfolgt die Gemeinde bei den Neubaugebieten klimafreundliches Bauen. „Wir versuchen, schon in der Bauleitplanung gewisse Vorgaben zu machen – bei der Amperterrasse West zum Beispiel mit einer Photovoltaikanlage auf dem Dach des geplanten Parkdecks“, sagt Kennerknecht. Beim Märchenwald-Areal steht unter anderem Holzbauweise auf dem Plan.

### Gemeinde startet Prozess „Grafrath klimafreundlich“

Bei den weiteren klimarelevanten Punkten, die in der Gemeinde beackert werden, kommt der Prozess „Grafrath klimafreundlich“ ins Spiel. Der von Klimareferentin Glammert-Zwölfer angestoßene Versuch, Klimakommune zu werden, startete mit einem Workshop, der Anfang Januar 2021 vier Arbeitsgruppen hervorbrachte: die AGs Bau, Verkehr, Nachhaltiges Wirtschaften und Landnutzung.

In der AG Verkehr widmet man sich zum Beispiel dem Ausbau von Radwegen, der in der Gemeinde bereits große Fortschritte macht. Unter anderem realisierte sie auf Vorschlag der AG einen Fahrradschutzstreifen entlang der stark befahrenen Kreisstraße im Ort. Auch in den Gemeinderat eingebracht wurde ein Antrag auf Ausbau der Ladeinfrastruktur für E-Autos. Mit Erfolg: „Im öffentlichen Bereich sind drei Säulen am Bürgerstadl, am Rathaus und bei der Wasserwacht geplant“, berichtet AG-Sprecher Arthur Mosandl.

Grafrath digitalisieren will die AG Nachhaltiges Wirtschaften. Derzeit wird laut Sprecherin Begoña Prieto Peral die Einführung einer Grafrath-App geprüft. Diese kann später einmal dazu dienen, unter anderem lokale Anbieter und Unternehmer vor Ort zu vernetzen. Etwas ruhiger geworden ist es um die AG Landnutzung.

Dafür ist mittlerweile eine neue AG entstanden, wie Sprecherin Glammert-Zwölfer berichtet: die AG Potenzialanalyse. „Wir wollen die Potenziale für alle erneuerbaren Energien ermitteln: Was wäre maximal möglich? Wieviel PV und Windkraft brauchen wir, um wirklich klimaneutral zu werden? Was müssen wir für die städtischen Kommunen mit erfüllen?“, sagt die Klimaschutzreferentin. Die AG unterstützt damit die Gemeinde in den Bestrebungen, Windkraft und Photovoltaik auszubauen.

Spannend ist auch das derzeit laufende Projekt der AG Bau. „Raum genug“ nennt es sich, und es soll aufzeigen, wie man im Alter klimafreundlich wohnen kann. In Kooperation mit der Technischen Hochschule (TH) Rosenheim und den Architects for Future werden anhand von beispielhaften Gebäuden Möglichkeiten aufgezeigt, wie man diese klimafreundlich umbauen kann. Das soll Lösungen für Senioren bieten, deren Kinder ausgezogen sind, und die somit in einem Haus wohnen, das eigentlich zu groß für sie ist.

Entwickelt werden die Umbau-Potenziale am Beispiel von Gebäuden, die klimafreundlich umgebaut werden können. Das soll Lösungen für Senioren bieten, deren Kinder ausgezogen sind, und die somit in einem Haus wohnen, das eigentlich zu groß für sie ist.

Entwickelt werden die Umbau-Potenziale am Beispiel von Gebäuden, die klimafreundlich umgebaut werden können.

Aktiv fürs Klima: Die Grafrather nehmen auch immer wieder an Demos für den Klimaschutz teil.



### Wir sind Grafrather

**friseur.willecke**  
 Claudia Willecke  
 Hauptstr. 12 b  
 82284 Grafrath  
 Tel. 08144.98 95 91  
 friseur-willecke.de

LA BIOSTHETIQUE PARIS

Für unseren kath. Kindergarten St. Mauritius in Grafrath suchen wir ab sofort eine

**Pädagogische Fachkraft (m/w/d)** in Vollzeit (39 Wochenstd., jedoch mind. 30 Std.)  
 oder auch eine  
**päd. Ergänzungskraft (m/w/d)**

**Aufgaben der Bewerber:** Gruppenleitung einer Kindergruppe mit 25 Kindern (altersgemischt)

**Qualifikation:** Abgeschlossene (pädagogische) Berufsausbildung (päd. Fachkraft), gerne auch Berufsanfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen. Sie bringen Teamgeist, Motivation, Flexibilität und ein freundliches Auftreten mit, dann passen Sie wunderbar in unser Kindergartenenteam.

**Wir bieten:**

- ein interessantes und abwechslungsreiches Aufgabengebiet
- moderne Einrichtungen mit Außenbereichen
- Wertschätzung und Anerkennung für jeden einzelne/n Mitarbeiter/in
- attraktive Karriereperspektiven durch regelmäßige Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten einschließlich Supervision
- große Sicherheit durch eine unbefristete Teilzeit- oder Vollzeitstelle
- Vergütung nach TVöD-SuE, Jahressonderzahlung, Ballungsraumzulage, Fahrkostenzuschuss, Leistungszulage
- betriebliche Altersversorgung

Richten Sie Ihre Bewerbung bitte schriftlich oder per Email an:

**B. Beier (Kindergartenleitung)**  
 Hauptstr. 60 | 82284 Grafrath  
 Tel.: 08144-939770  
 St-mauritius.grafrath@kita.erzbistum-muenchen.de

**18 Tage für deine persönliche Weiterentwicklung und Stärkung**

NLP Practitioner Ausbildung in Grafrath ab 31. März 2023

Details: [www.nlp-fuer-dich.de](http://www.nlp-fuer-dich.de)

**Frank Rauch**  
 Training – Coaching – Beratung  
 Jesenwanger Str. 20a, 82284 Grafrath  
 e-mail: [frankrauchcoaching@gmail.com](mailto:frankrauchcoaching@gmail.com)  
 Tel: 08144 / 99 88 746



spiel von einem knappen Dutzend Häusern in Grafrath von Studenten der TH. Sie zeigen z.B. auf, wie Häuser in mehrere Wohneinheiten geteilt werden können, und welche Möglichkeiten für einen klimafreundlichen Umbau – zum Beispiel durch die Nutzung von Photovoltaik – bestehen.

Ein weiteres Team der AG hat begonnen, die vorhandenen Photovoltaik-Dachanlagen in der Gemeinde zu katalogisieren. Das Thema „Ökostrom“ konnte bereits an einem Punkt erfolgreich abgeschlossen werden, wie Sprecher Thomas Prieto Peral berichtet: „Im Zuge einer Neuvergabe der Stromversorgung wird die Gemeinde zu 100 Prozent Ökostrom beziehen.“

### Bemühungen zur Erreichung der Klimaziele gehen unvermindert weiter

Alle beschriebenen Maßnahmen sind längst nicht das Ende der Fahnenstange beim Grafrather Engagement zum Erreichen der Klimaziele. Dieses wird trotz der bereits erzielten Erfolge unvermindert weitergehen. An Ideen mangelt es den Grafrathern nicht. Gerade beim Radwegbau stehen noch diverse Projekte an – u.a. ein richtiger Radweg entlang der Bahnhofstraße, der noch mehr Sicherheit als der derzeitige Schutzstreifen bieten soll. Und auch ein Radweg entlang der Bundesstraße wird von der Gemeinde in Zusammenarbeit mit der AG Verkehr verfolgt. Ziel ist eine Umsetzung ab 2024. Auch die Realisierung einer Speichermöglichkeit für Wasserstoff als Energiespeicher gärt in der Gemeinde schon seit einiger Zeit im Hintergrund.

Vieles Weiteres soll auch in Zukunft in den AGs erarbeitet und in den Gemeinderat eingebracht werden. Und auch die Gruppierung „Klimawandel vor Ort“ wird nicht müde, sich Projekte und Ideen für mehr Nachhaltigkeit und Klimaschutz einfallen zu lassen. Graf-

**Plakataktion: Die Gruppierung „Klimaaktiv vor Ort“ versucht, die Grafrather mit ihren Plakaten zum Radeln zu motivieren.**



Garten Zwölfer GmbH & Co. KG Am Pechhölzl 1 Grafrath Tel. 08144-997151 info@garten-zwoelfer.de

rath ist damit vielleicht sogar ein Leuchtturm für Klimaschutz auf kommunaler Ebene, an dem sich andere Gemeinden und Städte ein Beispiel nehmen können. Denn, um Kennerknechts markante Worte noch einmal aufzugreifen: „Wegducken gilt nicht.“ Für keine Gemeinde.

### Seminararbeit: Fridays for future

Mit der *Fridays for Future*-Bewegung beschäftigte sich die Grafratherin Sofia Prieto Peral (18) im vergangenen Herbst im Rahmen ihrer „Klima-Ethik“-W-Seminar-Arbeit für die Oberstufe am Viscardi-Gymnasium FFB. In diesem Zusammenhang arbeitete die Zwölftklässlerin nicht nur eigene Erfahrungen aus ihrer Teilnahme an Kundgebungen der Initiative ein, sondern betrachtete die Bewegung, die aus dem Impuls der Schülerin Greta Thunberg entstanden war, auch aus verschiedenen u.a. kritischen Blickwinkeln.



Sofia Prieto Peral

**jezza!. Sofia, warum hast du dieses Thema gewählt?**

Sofia P. P.: Zum einen aufgrund meiner persönlichen Erfahrungen, aber auch, weil es ein sehr aktuelles Thema ist, das uns alle verbindet. Wir haben im Raum Fürstfeldbruck eine recht aktive Fridays-for-Future-Initiative, innerhalb derer ich auch interessante Gesprächspartner finden konnte.

**jezza!. Welchen Aspekt deiner Betrachtung fandest du besonders spannend?**

Sofia P. P.: Die aktuelle Ausrichtung der Bewegung ist ein großes Thema: Soll Fridays für future weiterhin demokratisch bleiben und so versuchen, auf polit. Prozesse zu wirken. Oder ist mit einer radikaleren Ausrichtung schneller ein Umdenken in Gesellschaft und Politik zu erreichen? Interessant fand ich auch, dass selbst eine solch weltoffene Bewegung wie Fridays for Future Probleme mit strukturellem Rassismus hat.

**jezza!. Hat sich deine Beschäftigung mit dem Thema auf dein Leben ausgewirkt?**

Sofia P. P.: Ich denke, dass ich jetzt noch mehr auf Plastikvermeidung achte und auch darauf, Bekleidung eher second hand zu kaufen. Ich habe auf jeden Fall gelernt, dass effiziente Klimapolitik aus viel Einzelarbeit besteht. Da ich mich mit Freunden bei der evang. Kirche in Grafrath engagiere, wollen wir zeitnah einen Jugendgottesdienst zum Thema Klimawandel organisieren – mit Hofflohmarkt.

Anzeige

## GARTEN ZWÖLFER

Gartengestaltung • Baumpflege • Forst

Ihre Experten für schöne Gärten - Holzbau - Wasser - Steinarbeiten und sichere Bäume.  
www.garten-zwoelfer.de

### Ehrenamtliche gesucht – für Gartenpflege und Betreuung alter Menschen

Das am Grafrather Ortsrand gelegene Marthashofen-Gelände mit stationärer Altenpflegeeinrichtung, Kindergarten, sozialtherapeutischem Wohnhaus mit Förderstätte, Kunstateliers und dem öffentlichen Café Bella Martha ist umgeben von einem parkähnlichen Gelände mit vielfältigem Baumbestand.

Im Außenbereich wird wie bei der Energieversorgung der Gebäude (Nahwärmeversorgung geplant, Erweiterung der Photovoltaikanlage) auf Nachhaltigkeit geachtet: So mähten und düngten im letzten Sommer Schafe das Gelände, es wurden alte Apfelsorten gepflanzt, im Sinnesgarten erblüht für demenzkranke Menschen die große Bienenwiese, ein kleiner Teich lockt im Frühling ein Entenpärchen an. Doch auch ein naturbelassenes Gelände will gepflegt sein. Und so freuen sich die Marthashofener über *ehrenamtliche Helfer und Helferinnen, die Spaß an der Arbeit im Freien haben, und auch in der Betreuung alter Menschen Freude finden*. Interessierte melden sich bitte gerne bei *Steffen Stern in der Altenwerk Marthashofen gGmbH unter Tel: 081 44/9985-13. Infos auch unter: www.altenwerk-marthashofen.de*



### Wir sind Grafrather

- Ergotherapie für Kinder und Erwachsene
- Handtherapie
- Systemische Beratung



### Ergotherapie

Heike Schmitt

Das Proxisteam Grafrath bedankt sich herzlich für Ihr Vertrauen in den vergangenen 15 Jahren!

Anmeldung und Information

Tel. 08144-998885  
post@ergo-grafrath.de  
www.ergo-grafrath.de

### Praxis für traditionelle Naturheilkunde

Irene Yamuna Lambert  
Heilpraktikerin

Spagyrik / Pflanzenheilkunde  
Blutegeltherapie / Schröpfen  
Baunscheidt / Injektionen  
Meridianmassage / manuelle Therapie



Tel. 081 44/ 997 87 30  
Grafrather Str. 7 · 82288 Kottgeisering



### sevhairine's

Friseursalon

### Meisterlicher Schnitt – direkt vor Ort.

Friseurmeisterin Severine Zacherl und ihr Team freuen sich auf Ihr Kommen.

Waldstraße 2, Grafrath • Tel: 08144. 20 48-12

www.sevhairines.de sevhairines sevhairinesfriseursalon



### Nachhaltige Crêpes – mit Liebe gemacht

Für Mona Ragheb, die Pächterin des Café Bella Martha, ist es eine persönliche Freude, den Crêpe-Teig mit Liebe zu verarbeiten. Sie bezieht die Zutaten regional und frisch:

Mit 5-Liter-Eimern holt sie am Milchhaus ihre Milch und besorgt die Eier ab Hof im 30-er-Pack. Mehl lässt sie regional in 25 kg-Säcken liefern. Als Abfall bleibt dann nur eine große Papiertüte vom Mehl übrig, denn die Eierschalen wandern auf den Komposthaufen.



### bella martha

Kunsthaus  
Café  
Ateliers

Donnerstag - Sonntag  
9.00 - 17.00 Uhr  
Donnerstag ab 19 Uhr  
Musik-Abend

Unsere Räume können auch für Feiern gebucht werden!

Marthashofen 6  
82284 Grafrath

bellamartha.com  
cafe\_bellamartha



# Der große [E-] Mobilitäts-Check.

## Fakten, Planungen und Trends für nachhaltigere Mobilität in unserer Region

Text: Markus Eisele

Seit Jahren steht an dieser Stelle in unserem Februar-Heft ein Artikel über die neuesten Trends beim Elektroauto. Neue Modelle wurden vorgestellt, Alltagserfahrungen mit dem E-Auto geschildert und dabei Lust gemacht aufs elektrische Fahren. Mittlerweile ist das Elektroauto kein Nischenprodukt für Öko-Freaks mehr, sondern erste Wahl für alle, die sich die höheren Anschaffungspreise leisten können. Wurden wir vor sechs Jahren mit unserem ersten „Stromer“, mit dem wir in die E-Auto-Welt eingestiegen waren, noch allerorten bestaunt, so dreht sich heute keiner mehr wegen des Summens eines E-Autos um. Unzählige Modelle sind auf dem Markt und die Transformation zum elektrischen Individualverkehr wird weiter voranschreiten. Leider entwickelt sich der Markt jedoch in eine Richtung, die wir hinterfragen sollten: Waren es anfangs vor allem ökologische Aspekte, die die Menschen zum Umstieg bewegten, so geht es heute oft um Status, Design und vor allem Leistung. So verwundert es nicht, dass das Elektroauto vor allem bei den Luxusmarken in der Oberklasse erfolgreich ist. Auch wenn es immer noch zu begrüßen ist, wenn

die ehemaligen Oberklasse-Spritschleudern künftig abgasfrei fahren, ist zu kritisieren, dass viele Autobauer wenig auf Effizienz und Nachhaltigkeit setzen, sich aber trotzdem einen grünen Anstrich verpassen. Dabei muss der Strom fürs elektrische Fahren trotzdem erst mal produziert werden. Wir werden uns in diesem Artikel deshalb vornehmlich auf die Suche nach sparsamen E-Autos machen. Und wir gehen einige Schritte weiter, indem wir Möglichkeiten und Ideen aufzeigen, wie man sich auch jenseits des Autos in unserer Region bewegen kann.

### Das effiziente Elektroauto

Es ist bezeichnend, dass ausgerechnet die Produktion des effizientesten E-Autos der Kompaktklasse (dem selbst viel kleinere Fahrzeuge in Sachen Stromgenügsamkeit nicht das Wasser reichen konnten) mittlerweile eingestellt wurde: der Hyundai IONIQ. Erfolgsrezept war hier die niedrige Baumform und der damit einhergehende niedrige Cw-Wert. Und zusammen mit dem Gewicht

ist der Luftwiderstand eben einer der entscheidenden Faktoren für die Effizienz eines Elektroautos. So konnte man mit dem IONIQ und einer lediglich 38 kWh kleinen Batterie bis zu 300 km weit kommen – gerade in Zeiten des Klimawandels und hoher Energiepreise auf jeden Fall die richtige Kombination. Doch die meisten Käufer wollen wohl lieber billigere Varianten und so hat Hyundai entschieden, statt des IONIQ, für den es mit dem IONIQ 5 und 6 mittlerweile größere (wenn auch sehr interessante, so doch auch weniger sparsame) Nachfolger gibt, künftig in der Kompaktklasse auf den **Hyundai Kona** zu setzen, dessen gelungenes Facelift 2021 auf den Markt kam und nun den Spitzenplatz bei der Effizienz eingenommen hat. Es bleibt also die Kernkompetenz der Koreaner, hochwertige Elektroautos mit überschaubarem Stromhunger und gutem Preis-Leistungs-Verhältnis anzubieten. 2023 kommt nun die neueste Version des Kona auf den Markt, der dann deutlich wachsen wird und mit allerlei Neuigkeiten aufwarten kann – ob er mit guten Verbrauchswerten weiterhin an der Effizienzspitze stehen wird, bleibt indes abzuwarten.

Unter den kürzlich neu auf den Markt gekommenen Modellen wäre der **Nissan Ariya** zu nennen. Die Japaner haben mit dem Leaf schon früh ihre Erfahrungen im E-Auto-Bereich gesammelt und legen nun mit dem Ariya durchaus beeindruckend nach. Das Auto folgt als Crossover zum Glück nicht ganz dem SUV-Trend, weiß aber mit seinen klaren Linien durchaus zu gefallen. Dies gilt auch für den durchgängig ansprechend gestalteten Innenraum. Während große, frei konfigurierbare Kombidisplays mittlerweile schon Standard sind, sticht der Ariya beim Design der Klimatisierungsbedienungen positiv hervor. Wie unsichtbare Touchflächen in ein durchgängiges Holzband eingearbeitet sind, sieht schon wirklich beeindruckend gut aus und erspart einem obendrein den nervigen Umweg über das Zentralsdisplay. Gegenüber dem Kona spielt der Ariya in einer ganz anderen Größenliga und so geht der Verbrauch von 17,6 kW / 100 km (laut WLTP) in Ordnung. Übrigens hat nun auch Nissan erkannt, dass sich in Europa der CCS-Standard fürs schnelle öffentliche Laden durchgesetzt hat und hat dem Ariya diese Schnittstelle spendiert. 130 kW (im Gegensatz zu vielen anderen Autos halbwegs verlässliche) Ladeleistung am Gleichstromlader und bis 22 kW an der Wallbox – das sind gute Werte.

Blieben wir bei den Japanern. Letztes Jahr haben wir an dieser Stelle bereits einen Ausblick auf den **Toyota bZ4X** gegeben, der mittlerweile beim Händler steht und innerhalb von nur vier Monaten lieferbar sein soll. Preis, Ausstattung und auch Verbrauch ist mit dem Ariya vergleichbar, wenngleich seine Optik sicher etwas mehr polarisiert. Wer's gerne etwas futuristischer mag, dem wird der bZ4X trotz des sehr technischen Namens gefallen. Toyota

gibt den WLTP-Verbrauch zwar mit 14,4 kW an, was ein sensationeller Wert wäre bei einem Auto dieser Größe. Vor allem auf der Autobahn erhöht sich der Stromhunger des Fahrzeugs aber überdurchschnittlich, was den guten Eindruck etwas trübt. Ähnliches gilt für den **Renault Megane electric**, den wir im letzten Sommer probefahren sind. Hier hat uns vor allem das Bedienkonzept mit der Google-Integration begeistert. Der nahtlose Übergang vom Smartphone auf den Fahrzeugscreen wird vor allem Android-Nutzern gefallen. Optik und Komfort des Megane sind stimmig, Abzüge gibt's für den recht kleinen Kofferraum und die nicht durchgängig günstigen Verbrauchswerte. Viele weitere Modelle der Kompaktklasse wären hier noch zu nennen, die Auswahl ist mittlerweile recht groß.

Ganz im Gegensatz zu zwei anderen Marktsegmenten: Bei den Kleinwagen sticht vor allem der **Fiat 500e** hervor, der trotz seines erschwingerlichen Preises eine sehr ordentliche Ausstattung, gute Reichweite und Ladewerte und ein emotionales Retro-Design bietet. Der ADAC attestiert ihm volle fünf Sterne im Ecotest, womit der Fiat 500 unbedingt hier genannt werden muss. Am anderen Ende der Größenskala setzt bei den Transportern der langerwartete vollelektrische VW-Bus ein Ausrufezeichen: Knuffig sind Optik und Namen gleichermaßen: Der **I.D. Buzz** sieht aus wie eine zu groß geratene Knutschkugel. Auch wenn es nicht alle tollen Designelemente vom Concept Car in die Serienproduktion geschafft haben, so ist den Wolfsburgern der Look des Buzz absolut gelungen. Die ersten E-Bullis sind 2022 ausgeliefert worden, vorerst nur in der Version mit fünf Sitzplätzen. Richtig interessant wird er dann in der Langversion mit sechs oder sieben Sitzen (kommt im Laufe des Jahres). Erst dann kann er nämlich seine Vorteile als geräumige Familienkutsche gänzlich ausspielen. Und wie sieht es mit dem Verbrauch aus? Nun ja, 2,5 t Leergewicht wollen erst einmal bewegt werden und so kommen wir auf einen WLTP-Verbrauch von 20,5 kWh/100 km – das ist nicht gerade wenig, aber es handelt sich halt auch um ein großes Fahrzeug.

An eines werden wir uns im Zuge des elektrischen Autofahrens wohl auch gewöhnen müssen: Die Fahrzeuge kommen nicht mehr nur aus Europa, Japan, Südkorea oder den USA. Die Chinesen drängen mit verschiedensten hierzulande noch gänzlich unbekannt Marken auf den deutschen Markt. Und sie sind durchaus gut verarbeitet, technisch auf der Höhe der Zeit und vor allem oft günstiger als die Konkurrenz. Das konnte auch unsere Probefahrt mit dem Elektrokombi **MG 5** bestätigen. Ein dünnes Händler- und Werkstattnetz sowie moralische Bedenken könnten auf der Minusseite stehen.

Anzeige

# auto-Schröder

- CITROEN Vertragswerkstatt
- Freie Meisterwerkstatt für alle Fabrikate
- Lackierung + Unfallinstandsetzung

seit

1976

KRAFTFAHRZEUGE  
GEWERBE

Meisterbetrieb  
der Kfz-Innung

• Ihre Dorfwerkstatt aller Marken in Türkenfeld in S-Bahn Nähe

• Ihr Reisemobilfachbetrieb (für Citroen+Fiat+Peugeot Chassis)

• Ihre Lackiererei + Karosseriewerkstatt

Vertragswerkstatt und autorisierter Servicepartner

Auto Schröder GmbH & Co KG • Beurer Straße 10 • 82299 Türkenfeld • Tel. 08193/8419 • www.auto-ffb.de

schnell  
persönlich  
zuverlässig

## AUTOHAUS KNOLLER GmbH & Co.KG

Werden Sie Stammkunde und profitieren Sie von unserem Stammkundennachlass!

Weitere Infos auf [www.autohaus-knoller.de](http://www.autohaus-knoller.de)

**Mehr Service durch Erfahrung**

- Neuwagen - Vermittlung
- Gebrauchtwagen
- Service - Vertragspartner
- Unfall - Komplettservice
- Eigene Lackiererei
- Haupt- & Abgasuntersuchung im Haus
- Service von Gas- u. Elektrofahrzeugen
- Textil - Autowaschanlage

VW / Audi - Servicepartner • 82272 Moorenweis • Tel. 08146/220

Anzeige



## Carsharing – günstig und nachhaltig

Elektrisches Fahren mag ein Meilenstein in Sachen Umweltfreundlichkeit, Lärmemissionen und Fahrkomfort sein. Dennoch: Die Herstellung jedes Autos verursacht einen enormen Ressourcenverbrauch, und man muss sich die hohen Anschaffungskosten ja auch erst mal leisten können. Eine Alternative für Gelegenheitsfahrer, Sparfüchse und Öko-Bewusste ist hier definitiv das Carsharing. In unserer Region stellen meist Vereine ihren Mitgliedern Autos zum Teilen bereit. Selbst wenn diese noch mit Verbrennungsmotoren unterwegs sind, ist eine gelegentliche Fahrt mit einem Carsharing-Fahrzeug sicher die umweltfreundlichste Art Auto zu fahren. Auch wenn die einzelne Fahrt teuer wirken mag – sie beinhaltet meist einen *full service* inkl. Sprit. Wer rechnen kann merkt schnell: Man müsste sehr viel fahren, bis das Pendel in die andere Richtung kippt und man mit dem eigenen Auto günstiger fährt. **Hiesige Carsharing-Anbieter und deren Info-Webseite:**

Ort	Name des Anbieters	Anzahl Autos	Webseite
Dießen	CarSharing Dießen e.V.	3	<a href="http://www.carsharing-diessen.de">www.carsharing-diessen.de</a>
Geltendorf	Carsharing Kooperative e.V.	1	<a href="http://www.carsharing-koop.de">www.carsharing-koop.de</a>
Grafrath	RassoCar	1	<a href="http://www.teilzeug.de">www.teilzeug.de</a>
Landsberg	Stattauto	2	<a href="http://www.stattauto-muenchen.de">www.stattauto-muenchen.de</a>
	ecoCars4U	3	<a href="http://www.ecocars4u.de">www.ecocars4u.de</a>
Schondorf	CarSharing Schondorf e.V.	3	<a href="http://www.mobi-ll.de">www.mobi-ll.de</a>
Schöngeising	Orlando Mobil	1	<a href="http://www.teilzeug.de">www.teilzeug.de</a>
Türkenfeld	Carsharing Kooperative e.V.	2	<a href="http://www.carsharing-koop.de">www.carsharing-koop.de</a>
Utting	CarSharing Utting e.V.	3	<a href="http://www.mobi-ll.de">www.mobi-ll.de</a>
Windach	CarSharing Schondorf e.V.	1	<a href="http://www.mobi-ll.de">www.mobi-ll.de</a>

## Öffentlicher Nahverkehr

In Großstädten wie München bewegen sich die Menschen ganz selbstverständlich mit öffentlichen Verkehrsmitteln fort. Nicht wenige Bewohner der Landeshauptstadt haben sogar ihr Auto abgeschafft, weil sie es schlicht nicht brauchen. Dass auch auf dem Land ein gut vernetzter ÖPNV möglich ist, der auch am Wochen-

ende und in den Nachtstunden noch Verbindungen ermöglicht, beweist der Landkreis Fürstentfeldbruck: Bis in den letzten Winkel fahren hier regelmäßig Busse und danach übernehmen Ruftaxis den Transport. Querverbindungen wurden geschaffen, so dass die Bewohner auch ohne Auto gut vernetzt sind. Hier hilft freilich, dass der ganze Landkreis zum Münchner Verkehrsverbund (MVV) gehört, der das Angebot im Großraum München samt klarer Preisstrukturen vereinheitlicht. Zuletzt gab es jedoch Schwierigkeiten, den Fahrplan zuverlässig einzuhalten, denn es fehlen Busfahrer. Ein Problem, das auch *Rainer Mahl vom Landkreis Landsberg* zu Genüge kennt. Der Sachgebietsleiter für Kreisentwicklung und Wirtschaftsförderung am Landratsamt, das auch den hiesigen ÖPNV beinhaltet, berichtet, dass die eigentlich geplanten Verbesserungen im Nahverkehrsnetz wegen des Fachkräftemangels teilweise nicht umsetzbar seien. Im Gegenteil, man müsse sich vielmehr darum bemühen, den Status Quo zu halten. So hätte der Stadtbuss Landsberg zwischenzeitlich nur noch im Stundentakt (statt wie üblich halbstündlich) fahren können. Die neue Buslinie von Landsberg über Holzhausen nach Buchloe soll diesen Herbst wieder eingestellt werden (trotz Erfolg) und die Buslinien 60 und 61 (Landsberg – Geltendorf) mussten faktisch auf das für die Schülerbeförderung notwendigste Maß zurückgekürzt werden. Überhaupt scheint eine Konzentration auf die Schülerbeförderung gerade auf ansonsten weniger stark frequentierten Strecken das Gebot der Stunde zu sein – „für reguläre Fahrten stehen dann die Anrufsammeltaxis (AST) zur Verfügung“, erläutert Rainer Mahl. Immerhin sollen ab diesem Frühjahr dann alle 31 Gemeinden des Landkreises ans AST angeschlossen werden, sofern die jeweiligen Gemeinderäte zustimmen. Es fährt stündlich nach Anmeldung auf der jeweils vorgegebenen Linie – allerdings gegen Aufpreis. Künftig soll auch eine App die Buchung vereinfachen. Statt regelmäßiger Busse also mehr bedarfsgerechter Individualverkehr.

Im Nahverkehrsplan, der im August 2022 verabschiedet wurde, wird die ÖPNV-Situation im Landkreis Landsberg analysiert. Ihm ist zu entnehmen, dass weniger als 30% der Bewohner mit dem hiesigen ÖPNV-Angebot zufrieden sind. Reichlich Potential für Verbesserungen also, denen Hemmnisse wie Finanzierbarkeit oder der schon erwähnte Fahrermangel entgegenstehen. Folgende im Nahverkehrsplan genannten Projekte sind von großer Bedeutung:

- Anbindung des Landkreises an den MVV-Tarif (möglich ab Ende 2024)
- Modernisierung und barrierefreier Umbau des Bahnhof Kaufering (bis 2026)
- durchgängiger 60-Minuten-Takt auf den Haupt-Buslinien des Landkreises von 6 bis 20 Uhr
- Express S-Bahn von Buchloe über Kaufering und Geltendorf in die Münchner Innenstadt (mit der 2. Stammstrecke ab 2029+x)

Anzeige

Jetzt die neue Generation Riese & Müller E-Bikes (ab 18 kg) Probe fahren und die noch größere Cargo-Bike Auswahl entdecken.



PedalGlück · Industriestraße 11a · 86919 Utting/Ammersee  
Tel.: +49 8806 538 - info@elektroraeder.com  
www.elektroraeder.com



Rainer Mahl ist auch für das Radwegenetz im Landkreis Landsberg zuständig. Hier hat sich in den letzten Jahren schon erfreulich viel getan. Zuletzt konnten die Radwege von Lengenfeld nach Stoffen und von Unterdießen zum Gewerbegebiet eingeweiht werden. Viele weitere Projekte befinden sich laut Mahl in der Planung, wegen der teils schwierigen Verhandlungssituation mit Grundstückseigentümern möchte er aber im Detail keine Auskünfte zum jeweiligen Sachstand geben. Fest steht jedoch: Das Fahrrad hat in den letzten Jahren für die Mobilität in der Region stark an Bedeutung gewonnen, weshalb wir ihm ein eigenes Kapitel widmen.

## Mit dem Fahrrad zur Arbeit

Das Fahrrad war lange Zeit mehr ein Freizeit- und Sportgerät – zumindest auf dem Land. Erst das Aufkommen der E-Bikes hat das Rad auch als generelles Fortbewegungsmittel wieder in den Fokus gerückt. Waren es zunächst vor allem Senioren, die sich mit dem Elektroantrieb den Aktionsradius erhöhten, so fahren heute selbst die ganz Jungen wie selbstverständlich E-Bike. Wer heute 10 km mit dem Rad zur Arbeit fährt, muss nicht mehr zwingend verschwitzt und ausgepowert am Arbeitsplatz ankommen. Der Motor lässt auch die steilsten Steigungen entspannt hinauf strampeln und je nach Kraft, Ausdauer und Laune wählt man die Unterstützungsstufe. Das macht nicht nur auf dem Weg zur Arbeit ungemein Spaß und hat dem Rad im wahrsten Sinne des Wortes neuen Schub verpasst. Kein Wunder, dass mittlerweile viel mehr E-Bikes verkauft werden als normale Räder. So mancher Händler hat sich gar ganz auf E-Bikes spezialisiert.

Waren früher gute Fahrräder für einen dreistelligen Betrag zu haben, muss man heute mindestens 3.000 € für ein ordentliches E-Bike investieren – nach oben sind kaum Grenzen gesetzt. Und so läuft der Fahrradkauf heute ganz anders ab als früher: Der Fokus liegt auf Beratung und der Suche nach dem idealen Bike für den gewünschten Zweck. So auch bei Sandra und Thomas Engelmann in Grafrath, die unter der Marke *vit:bikes* 2021 ihr eigenes Fahrradgeschäft eröffnet haben. Da E-Bikes immer stabiler und mit stärkeren Motoren, größeren Akkus und coolen Neuigkeiten ausgestattet werden, haben sie ihren Preis. Und da hilft das Dienstadleasing, über das bei *vit:bikes* mittlerweile ein Großteil der Räder verkauft wird: „Wer einen dafür aufgeschlossenen Arbeitgeber hat, der kann das Rad einfach in 36 monatlichen Raten über die Gehaltsabrechnung bezahlen“, weiß Thomas Engelmann. Der zu zahlende Betrag wird dabei vom Bruttolohn abgezogen und so spart man sich sowohl Steuern als auch Sozialversicherung. Selbst wenn der Arbeitgeber nichts zuzahlt, sind dadurch je nach Steuerklasse zwischen 24 und 40% Ersparnis gegenüber dem Direktkauf drin – den Zinseszinsseffekt noch gar nicht einberechnet, da man das Rad ja erst nach und nach bezahlen muss. Auf diese Weise wird auch ein 6.000 Euro-Bolide auf einmal erschwinglich. Nach drei Jahren kann man das E-Bike übrigens zu einem Restpreis von einem Fünftel des ursprünglichen Kaufpreises übernehmen oder einfach zurückgeben und ein neues Rad leasen. Viele Arbeitgeber haben schon von sich aus erkannt, dass das Dienstadleasing eine nette Möglichkeit zur Personalbindung ist und darüber hinaus die Gesundheit der Mitarbeiter fördert. Viele belohnen das Dienstadleasing deshalb sogar mit einem Zuschuss. Darüber hinaus entstehen dem Arbeitgeber keine eigenen Kosten. Es lohnt sich also unbedingt, mal nachzufragen. Wie beim Dienstauto auch, ist die Nutzung des Rads nicht an einen dienstlichen Zweck gebunden, man muss also nicht zwingend damit zur Arbeit fahren.

Jetzt informieren



Der neue vollelektrische **ID. BUZZ**

## Zeit, der Zukunft Raum zu geben.

Darauf ist Verlass\*: der neue ID. Buzz auf Wunsch mit mehr als 30 Fahrassistenzsystemen, wie automatischem Ein- und Ausparken. Zudem kann der ID. Buzz dank Car2X mit anderen vernetzten Verkehrsteilnehmenden kommunizieren und Sie so in Echtzeit über mögliche Behinderungen und Gefahren informieren.

## ID.Buzz Pro 150 kW (204 PS) 77 kWh

Stromverbrauch kombiniert in kWh/100 km: 20,8; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert in g/km: 0. Für das Fahrzeug liegen nur noch Verbrauchs- und Emissionswerte nach WLTP und nicht mehr nach NEFZ vor. Angaben zu Verbrauch und CO<sub>2</sub>-Emissionen bei Spannbreiten in Abhängigkeit von den gewählten Ausstattungen des Fahrzeugs.

**Ausstattung:** LED-Scheinwerfer, Multifunktionslenkrad mit Touch-Bedienung, App-Connect, Verkehrszeichenerkennung, u.v.m.

<b>48 Leasingraten monatlich:</b>	<b>550,00 €</b>
<b>Leasingsonderzahlung:</b>	<b>12.916,26 €</b>
<b>Laufzeit:</b>	<b>48 Monate</b>
<b>Jährliche Fahrleistung:</b>	<b>10.000 km</b>

Fahrzeugabbildung zeigt Sonderausstattungen. Gültig bis zum 28.02.2023. Stand 01/2023. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Ein Angebot der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Str. 57, 38112 Braunschweig. Gültig für Privatkunden. Inkl. Überführungskosten. Bonität vorausgesetzt. Gilt nicht in Verbindung mit Direktnachlässen aus Verträgen mit der Volkswagen AG. Es besteht ein gesetzliches Widerrufsrecht für Verbraucher im Fernabsatz.

\* Im Rahmen der Grenzen des Systems.

Die in dieser Darstellung gezeigten Fahrzeuge und Ausstattungen können in einzelnen Details vom aktuellen deutschen Lieferprogramm abweichen.



Ihr Volkswagen Partner

**Autohaus Huttner GmbH**

Hauptstraße 2, 86937 Scheuring, Tel. +49 8195 93200



## Die schnelle Variante: S-Pedelec

Wer einen längeren Arbeitsweg vor sich hat und diesen täglich mit dem Rad zurücklegen möchte, für den könnte ein S-Pedelec die richtige Wahl sein. Normale E-Bikes sind auf eine Motorunterstützung bis max. 25 km/h begrenzt, bei S-Pedelecs dagegen unterstützt der Motor bis 45 km/h. Timon Bartsch, der in Utting sein Pedalgliück betreibt, kennt sich mit den Schnellen unter den E-Bikes aus – er fährt selbst eins. „Das ist noch ein absoluter Nischenmarkt“, berichtet der Radspezialist, zeigt sich aber für manche Anwendungsbereiche überzeugt vom Konzept, weshalb er sie bei sich im Laden anbietet. Letztlich könne man ein S-Pedelec genauso fahren wie ein normales, lediglich im höheren Geschwindigkeitsbereich ergäben sich Unterschiede. „Jenseits der 25 km/h ist ein normales E-Bike nur schwer weiter zu beschleunigen. Gerade für sportliche Fahrer, die auch mal schneller fahren wollen, ist da das S-Pedelec eine gute Wahl“. Achten müsse der Käufer auf hochwertige Komponenten für Sicherheit und Stabilität und eine wartungsarme Ausstattung: „Wer ein S-Pedelec fährt, benutzt es meist täglich und bei jedem Wetter. Da möchte man nicht ständig nachölen oder den Dreck aus der Kette kratzen müssen.“ Die Übersetzung wird an die höheren Geschwindigkeiten angepasst und die Motorsteuerung anders konfiguriert. Wer lange Strecken zurücklegt, kann Doppelakkus mit zusammen über 1000 Wh wählen.

### Zu beachten wären noch ein paar Dinge:

- Fahren nur mit Führerschein
- Haftpflichtversicherung obligatorisch (Kennzeichen!)
- Helmpflicht (empfiehlt sich aber beim E-Biken ohnehin)
- darf offiziell nur auf der Straße oder auf für den motorisierten Verkehr freigegebenen Wegen fahren
- Kinder dürfen nicht transportiert werden, Anhänger sind nicht erlaubt

Und die Kosten? Grundsätzlich ist ein S-Pedelec je nach Hersteller und Modell zwischen 200 und 500 € teurer als ein vergleichbar ausgestattetes normales E-Bike. Natürlich gibt es auch für schnelle E-Bikes die Möglichkeit zum Dienstadleasing.

Weitere Trends im Fahrradbereich sieht Bartsch bei den Lastenrädern, die es übrigens auch in einer schnellen Variante gibt (dann auch für Kindertransport zugelassen). Außerdem würden vermehrt leichte E-Bikes nachgefragt, die mitsamt Motor und Akku unter 20 kg wiegen. Und schließlich würde die aktuelle Motorgeneration von Bosch neue Möglichkeiten eröffnen, wie Steuerung per Smartphone oder auch ABS fürs Fahrrad.

## Energie ernten mit Solar Carports

Die Alma Bau Systeme GmbH begleitet ihre Kunden auf dem Weg in die energetische Autarkie – von der Vision bis zur Ausführung. Als erfahrener Hersteller (aus dem Hallenbau) hat sie sich auf der Bau der Solar Carport Parks nach Eurocodes spezialisiert. Mit ihren Solar Carports, die in unterschiedlichen Varianten angeboten werden, ermöglichen sie Firmen und Privatpersonen, eine dezentrale Energiewende zu unterstützen, bis hin zur CO<sub>2</sub>-Neutralität und wirtschaftlicher Unabhängigkeit mit Planungssicherheit für den Betrieb. Die erzeugte Energie kann direkt vor Ort genutzt werden, wovon das lokale Handwerk, die Region und die Umwelt profitieren können.

Was eignet sich hier besser, als bereits überbaute Flächen zu nutzen, die für die Biodiversität ohnehin keine Funktion mehr erfüllen? Und so bieten sich gerade versiegelte Konversionsflächen ab der Größe eines Doppelcarports dafür an (z.B. Industriebrachen, Mülldeponien, Firmengelände und -Parkplätze), um mit einem Solar Carport überbaut und so einer neuen Nutzung ohne Flächenverlust zugeführt zu werden. Steuerersparnisse und För-

derungen können hier helfen, den ökologischen Fußabdruck zu verringern und zugleich wertvolle Energie zu ernten.

Die Alma Bau Systeme GmbH montiert Solar Carports nicht nur in ihrem Kerngebiet München, Augsburg, Dachau und Umgebung, sondern in ganz Deutschland, Österreich und der Schweiz. In der temporären Ausstellung in Fürstenfeldbruck (in der Philipp-Weiß-Str.1) können sich Interessierte über Konstruktion und Funktion informieren. **Infos und Kontakt: [www.alma-bau-systeme.de](http://www.alma-bau-systeme.de)**



Anzeige

## Aus dem modernen Hallenbau kommend haben wir uns auf die Produktion von Solar-Carport-Parks spezialisiert



Für Nutzung bereits versiegelter Flächen, Industriegelände, Firmenparkplätze  
Für dezentrale Netzstabilisierung | mehr Ertrag und Ihre Autarkie  
Für Ihre Firma: modernes Image | Biodiversität / Einnahmequelle u. v. m.

Speicher mit oder ohne Cloud-Lösung | App für Ertrag-Monitoring | Wallbox für eigene Ladestelle

Wir sind offen für alle Vorschläge - auch als Inhaber oder Teilhaber Ihrer Anlage.  
Sprechen Sie uns darauf an.



ALMA BAU SYSTEME GMBH

Herr Pospiech freut sich auf Ihren Anruf!

Mobil 0176 72984400  
Tel. 08141 8113060

Augsburger Str. 7 - 9,  
82256 Fürstenfeldbruck

[www.alma-bau-systeme.de](http://www.alma-bau-systeme.de)  
[info@alma-bau-systeme.de](mailto:info@alma-bau-systeme.de)



## vit:bikes Grafrath

Sandra und Thomas Engelmann haben 2021 in Grafrath unter der Marke vit:bikes ihr eigenes Fahrradgeschäft eröffnet. Das schick renovierte ehemalige Ausstellungsgebäude eines Fensterbauers unweit des Grafrather Bahnhofs gleicht eher dem Showroom einer hippen Automarke als einem herkömmlichen Radladen. Alles ist super aufgeräumt, jedes Rad kommt für sich zur Geltung, Zubehör ist Nebensache. Hier kommt man nicht einfach reingeschneit, um sich mal umzusehen – zumal sich äußerlich ohnehin viele Räder ähneln. Die Fahrradexperten kennen jedoch die Details und haben sich für nur eine Handvoll Marken entschieden, die sie selbst auch kaufen würden. Deshalb steht bei ihnen die Beratung im Vordergrund, für die man sich einen Termin geben lässt und für die man genügend Zeit mitbringen sollte. Bei einer Tasse Kaffee wird zunächst der Einsatzzweck eruiert, dann per Hightech-Laser der Körper vermessen und erst dann werden die in Frage kommenden Bikes vorgestellt. Der Enthusiasmus und die Kundenanähe der beiden endet nicht mit dem Kaufvertrag: Wer hier kauft, bekommt sein Rad auch regelmäßig gewartet und kann sich auch ganz informell via Whatsapp bei Fragen oder Problemen an seine Radexperten wenden. **Infos, Kontakt und Terminbuchung unter: [www.vitbikes.de/store/grafrath-20](http://www.vitbikes.de/store/grafrath-20)**



Anzeige

# 500€\* BONUS AKTION

- Aktion bis 28.02.2023 -

\*E-BIKE aussuchen und bis zu 500 € Bonus kassieren

Infos unter [www.vitbikes.de/bonus](http://www.vitbikes.de/bonus)

vit:bikes  
Grafrath

vit:bikes Grafrath  
Tel.: 08144 5519377  
Jesenwanger Str. 52  
82284 Grafrath

\*Aktion nur gültig bis 28.02.2023. Angebot gilt nur für lagernde E-Bikes sowie ausgewählte Modelle solange der Vorrat reicht!

## Der neue Nissan ARIYA

### Der 100% elektrische Crossover

<p><b>Nissan ARIYA</b> 63 kWh-Batterie, 160 kW (218 PS), Elektromotor</p> <p>CCS bis 130 kW, e-Pedal, Wärmepumpe, Bluetooth®, Navi, Apple CarPlay®, Android Auto™, In-Car-WiFi3, Rückfahrkamera in Farbe, Klimaautomatik, beheizbare Frontscheibe, beheizbares Lenkrad, Sitze vorne beheizbar, Einparkhilfe, Around View Monitor, ProPILOT mit Navi-Link</p>	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td>UPE</td> <td style="text-align: right;">47.490 €</td> </tr> <tr> <td>- Herstelleranteil Umweltprämie</td> <td style="text-align: right;">-2.680 €</td> </tr> <tr> <td><b>= Kaufpreis</b></td> <td style="text-align: right;"><b>44.810 €</b></td> </tr> <tr> <td>- Umweltprämie BAFA<sup>1</sup></td> <td style="text-align: right;">-4.500 €</td> </tr> <tr> <td><b>= effektive Kundenzahlung</b></td> <td style="text-align: right;"><b>40.310 €</b></td> </tr> <tr> <td><b>mtl. Leasingrate<sup>2</sup></b></td> <td style="text-align: right;"><b>419 €</b></td> </tr> </table>	UPE	47.490 €	- Herstelleranteil Umweltprämie	-2.680 €	<b>= Kaufpreis</b>	<b>44.810 €</b>	- Umweltprämie BAFA <sup>1</sup>	-4.500 €	<b>= effektive Kundenzahlung</b>	<b>40.310 €</b>	<b>mtl. Leasingrate<sup>2</sup></b>	<b>419 €</b>
UPE	47.490 €												
- Herstelleranteil Umweltprämie	-2.680 €												
<b>= Kaufpreis</b>	<b>44.810 €</b>												
- Umweltprämie BAFA <sup>1</sup>	-4.500 €												
<b>= effektive Kundenzahlung</b>	<b>40.310 €</b>												
<b>mtl. Leasingrate<sup>2</sup></b>	<b>419 €</b>												

Nissan ARIYA 63 kWh Batterie 160 kW (218 PS), Elektromotor: Stromverbrauch kWh/100 km: kombiniert 17,8-17,6; CO<sub>2</sub>-Emissionen: kombiniert 0 g/km; Effizienzklasse A+++. Kombinierte Reichweite nach WLTP liegt bei 398 - 403 km. Dieses Fahrzeug wurde den EU-Vorschriften entsprechend nach dem realitätsnäheren WLTP-Prüfverfahren homologiert. NEFZ-Werte liegen für dieses Fahrzeug deswegen nicht vor. Abb. zeigen Sonderausstattungen. <sup>1</sup>Umweltprämie-BAFA muss vom Kunden selbst beantragt werden. <sup>2</sup>Leasing über NISSAN Bank, Geschäftsbereich der RCI Banque S.A. Niederlassung Deutschland, Jägerbergstraße 1, 41468 Neuss; 4.500 € Leasingsonderzahlung (=4.500 € Umweltprämie-BAFA, die vom Kunden selbst beantragt werden muss). Laufzeit 59 Monate, Fahrleistung 10.000 km p.a. Angebot zzgl. Frachtkosten. Änderungen und Irrtum vorbehalten. Gültig bis Widerruf. Stand: Januar 2023.

**AUTOCENTER LANDSBERG**

**SCHALLER**  
Service ...mit uns kommen Sie weiter!

**Autocenter Landsberg** ZvNL d. Autohaus MKM Huber GmbH  
Graf-Zeppelin-Str. 1 | 86899 Landsberg  
Tel.: 08191 2424 | [www.autohaus-schaller.de](http://www.autohaus-schaller.de)

**Autohaus Schaller GmbH**  
Münchener Str. 96 | 82362 Weilheim | Tel. 0881 9095200



# Bauen mit Substanz – Kreislaufwirtschaft ist das Trendthema am Bau

Nachhaltig bauen, eine moderne Architektur und ein angenehmes Wohnklima – all das vereint der Holzbau bereits seit Jahrzehnten. Das Thema Kreislaufwirtschaft ist bei allen Gebäuden von Holzbau Fichtl eine Selbstverständlichkeit. Die konstruktiven Materialien, mit denen das Gebäude gebaut wurde, sind allesamt auf eine Kaskadennutzung ausgelegt. Das bedeutet, dass die Materialien nach ihrer ersten Nutzung in diesem Gebäude weiteren Nutzungen zugeführt werden können. Somit entsteht später wertvolles und wiederverwendbares Baumaterial und kein Müll, wie es bei der herkömmlichen Bauweise regelmäßig der Fall ist.

Ein Gebäude, das nachhaltig und intelligent gebaut ist, muss im gesamten Lebenszyklus betrachtet werden. Das bedeutet, nicht nur die Baukosten im Blick zu haben, sondern auch den Energieverbrauch und die Instandhaltungskosten zu berücksichtigen. „Wir sind davon überzeugt, dass nachhaltiges Bauen ein effektiver Beitrag zur Lösung der Klima- und Ressourcenprobleme ist. Auch der Betrieb des Gebäudes ist voll auf den Klimaschutz ausgerichtet. Eine hochwärmedämmende Gebäudehülle trägt dazu bei, dass

der Heizenergieverbrauch deutlich gesenkt und damit der CO<sub>2</sub>-Ausstoß nachhaltig reduziert werden kann“, so Stefan Fichtl.

Infos: [www.holzbau-fichtl.de](http://www.holzbau-fichtl.de)



Anzeige

**Müller & Mayr GmbH**  
Baugeschäft  
Baustoffe

Seit **33** Jahren  
**Ihr Baupartner**

E-Mail: [mueller+mayr@muema.de](mailto:mueller+mayr@muema.de)  
[www.muema.de](http://www.muema.de)

Zell bei Dünzelbach  
82272 Moorenweis  
Tel. 0 81 46/76 33  
Fax 0 81 46/76 72

Anzeige

# Unabhängigkeit von steigenden Energiekosten

Das Thema Energieeinsparung hat gerade in den jetzigen Krisenzeiten einen sehr hohen Stellenwert eingenommen. Zunehmend mehr Unternehmen und Privatpersonen sind bemüht, ihren CO<sub>2</sub>-Fußabdruck zu verringern.

Die **Energietechnik Hubert GmbH** aus Kaufering ist bayernweit tätig und ein zuverlässiger Partner für leistungsstarke und nachhaltige Energieversorgung für Eigenheime und Gewerbe. „Nach dem Motto ‚Nicht reden, sondern anpacken!‘ bauen wir PV-Anlagen, Stromspeicher und E-Ladelösungen und nehmen die Energiewende selbst in die Hand“, so Inhaber und Meister der Elektrotechnik Benedikt Hubert.

Dabei liegt das Hauptaugenmerk auf einer fundierten Kundenberatung. Denn für ein optimales Energieversorgungskonzept, zugeschnitten auf den individuellen Bedarf, ist eine Begehung vor Ort unabdingbar.

Benedikt Hubert empfiehlt Verbrauchern den Einbau eines Stromspeichers, mit dem man den Strom-Eigenverbrauch nochmals deutlich erhöhen und so die



Photovoltaikanlage besonders effektiv nutzen kann – auch wenn gerade die Sonne nicht scheint, ist genug Strom für Heizung und Warmwasser im Speicher.

Eine Wärmepumpe zum energieeffizienten Heizen sorgt für noch mehr Unabhängigkeit von Energieanbietern. Mit Partnerfirmen aus dem Sanitärbereich pflegt die **Energietechnik Hubert GmbH** eine langfristige und vertrauensvolle Zusammenarbeit.

Und noch ein Tipp von Benedikt Hubert: „Die eigene Stromversorgung durch Photovoltaik ermöglicht Ihnen das Laden Ihres Elektro- oder Hybridautos. Durch die Installation einer Wallbox/Ladesäule in der Garage oder auf dem Firmengelände erhöhen Sie die Rendite Ihrer PV-Anlage und leisten einen wertvollen Beitrag zum Umweltschutz.“

Infos: [www.energietechnik-hubert.de](http://www.energietechnik-hubert.de)



# Gesundes Bauen und Wohnen mit Holz.



Jetzt kostenlos anfordern!

Unser Hausbaubuch mit vielen Tipps und Impressionen!

Natürliche Baumaterialien, ein gesundes Wohnklima und spürbar mehr Qualität, dank innovativer Wandsysteme mit hohem Massivholzanteil. Das ist unser Anspruch an modernes, individuelles Bauen und Leben mit Holz.



Besuchen Sie uns doch auch in unserem Musterhaus in Eresing | Frietinger Straße 1  
[www.sonnleitner.de](http://www.sonnleitner.de)

## Terrassendach • Lamellendach • Pergolen • Sonnensegel



- Exklusiver Sonnen- und Wetterschutz für die Terrasse
- Hochwertige pulverbeschichtete Aluminiumprofile, wartungsfrei
- Größte Langlebigkeit und immer geschützt vor Sonne, Wind und Wetter

Modernste Technik in höchster Qualität

**Weingartner**



Weingartner Rolladentechnik GmbH,  
Moosstr. 2 • 82279 Eching a. A. • Tel. 08143 1056 / 57  
[info@weingartner.de](mailto:info@weingartner.de) • [www.weingartner-sonnenschutz.de](http://www.weingartner-sonnenschutz.de)



# Energieberatung und Unterstützung für den Klimaschutz

Neue Klimaagentur in Türkenfeld: Drei Nachbarlandkreise schließen sich zusammen

Die drei Landkreise Starnberg, Fürstentfeldbruck und Landsberg am Lech haben im September 2022 eine Klima- und Energieagentur gegründet und als Kompetenzzentrum mit Dienstleistungsfunktion konzipiert. Und bereits kurz vor Weihnachten hat der Wirtschaftsingenieur Andreas Weigand seinen Arbeitsvertrag als Geschäftsführer der gemeinnützigen GmbH unterschrieben. „Ich freue mich sehr, in diesen turbulenten Zeiten mein Wissen und meine Leidenschaft für Klimaschutz und Energiegewende in die Region einbringen zu dürfen“, sagt der frisch gebackene Geschäftsführer. Er wird seinen Dienst am 1. März 2023 antreten. Bis dahin führt Josefine Anderer, Klimaschutzbeauftragte für den Landkreis Starnberg, kommissarisch die Klima- und Energieagentur.

Das junge Unternehmen hat seinen Geschäftsbetrieb im Oktober in Türkenfeld, Zankenhausener Str. 3, aufgenommen. Die Adresse ist seit dem 1. Februar 2023 der neue Energiestützpunkt der Verbraucherzentrale und bietet Energieberatung für private Hauseigentümer und Mieter an. Anfragen können per Mail an [klimaundenergie@outlook.de](mailto:klimaundenergie@outlook.de) gerichtet werden.

Interessierte können sich auf der Webseite der Klima- und Energieagentur [www.klima-agentur.bayern](http://www.klima-agentur.bayern) über die diversen Online-Angebote informieren.

Der Vorsitzende der Gesellschafterversammlung, die amtierende und die künftige Geschäftsführung nach der Vertragsunterzeichnung von links:



Landrat Stefan Frey, Josefine Anderer und Andreas Weigand. Bildquelle: Landratsamt Starnberg

## Klimaschutzmanagement im Landkreis Fürstentfeldbruck

Das Klimaschutzmanagement im Landkreis Fürstentfeldbruck setzt aktuell die zehn Maßnahmen des CO<sub>2</sub>-Aktionsplans um, der 2020 im Energie- Umwelt- und Planungsausschuss des Landkreises beschlossen wurde. Im Aktionsplan werden die Maßnahmen, die 2018 in der CO<sub>2</sub>-Bilanz vorgestellt wurden sowie Maßnahmenvorschläge aller Fraktionen gebündelt. Der Landkreis Fürstentfeldbruck hat sich ambitionierte Ziele gesteckt wie u. a. die Umstellung auf 100 % erneuerbare Strom- und Wärmebereitstellung. Möglich wird dies durch den weiteren Ausbau der Erzeugung von erneuerbarem Strom und Wärme sowie deren Integration in wasserstoffbasierte Speichertechnologien. Darüber hinaus konzentrieren sich die Maßnahmen auf die Weiterentwicklung von alternativen Mobilitätsangeboten mit besonderem Augenmerk auf Fußgänger und Radverkehr. Bei der Realisierung fast aller Maßnahmen ist jedoch der Landkreis nicht alleine verantwortlich. Dementsprechend werden im Zuge der Umsetzung immer auch weitere Akteure miteinbezogen. Ein großer Erfolg ist aktuell die Gründung der Klima- und Energieagentur zusammen mit den benachbarten Landkreisen Landsberg am Lech und Starnberg.



Die Klimaschutzmanagerinnen des Landkreises FFB von links: Katrin Ziewers, Dr. Malgorzata Krobán und Aneta Höfler

Neues Klimabildungsprogramm „MoorTastisch!“ im Landkreis Landsberg am Lech

## MoorTastisch!

Zusammen mit dem LBV Kreisgruppe Landsberg möchte die Fachstelle Klimaschutz in der Kreisverwaltung das neue Klimabildungsprojekt „MoorTastisch!“ im Landkreis Landsberg vorstellen: Mit den thematischen Schwerpunkten Klima- und Moorschutz können Schulklassen der Jahrgänge vier bis elf im Rahmen dieses Bildungsprojekts vor Ort (im Mooregebiet Breiten Moos bei Apfeldorf) durch erfahrene Moorexperten Praxiserfahrungen bei der Moorpflege sammeln und dabei wichtige Informationen über die hohe Artenvielfalt im Moor und die hohe Bedeutung des Moors für das Klima erhalten.

Weitere Infos zum kostenlosen Bildungsprojekt „MoorTastisch!“ sowie Anmeldung: [www.klimaschutz-landkreis-landsberg.de](http://www.klimaschutz-landkreis-landsberg.de)  
**Veranstaltungshinweis: Earth Day 2023 am 22. April 2023 im Steinzeitdorf Pestenacker**

Mit dem Motto „Klein starten – Schluss mit warten! Invest in our Planet“ laden die Fachstelle Klimaschutz und das Steinzeitdorf Pestenacker zu einem spannenden Nachmittag mit vielen Tipps und Mitmach-Aktionen zum Thema Nachhaltigkeit ein.

Weitere Infos unter [www.klimaschutz-landkreis-landsberg.de](http://www.klimaschutz-landkreis-landsberg.de) oder [www.steinzeitdorf-pestenacker.de](http://www.steinzeitdorf-pestenacker.de)

## Klimafreundlich leben im Landkreis Starnberg

Für Interessierte, die im Landkreis Starnberg ihre persönliche Klima- und Energiegewende im eigenen Haus anpacken möchten, gibt es folgende Angebote:

- Laufend: Online-Vorträge über Sanierungsthemen, Förderung, Solarnutzung und Elektromobilität: [www.lk-starnberg.de/energieveranstaltungen](http://www.lk-starnberg.de/energieveranstaltungen)
- Klimafit-Kursreihe „Klimawandel vor der Haustüre – Was kann ich tun?“ in der VHS Starnberger See [www.vhs-starnberger-see.de](http://www.vhs-starnberger-see.de) Information und Beratung am Telefon sowie unter: [www.lk-starnberg.de/energieberatung](http://www.lk-starnberg.de/energieberatung).

Außerdem: Kostenlose Energieberatung der Verbraucherzentrale einmal im Monat, 45 Min. am 2.3. und 6.4.2023. Terminvereinbarung unter [Tel. 081 51/148-77442](tel:0815114877442).

**STA**  
Landratsamt Starnberg

### Vortrag „Solarstrom für alle!“ PV-Kleinkraftwerke für Balkon, Fassaden und Dächer

**am 9. März 2023 von 17:00 - 18:30 Uhr**  
im Veranstaltungssaal der VR-Bank, Bahnhofplatz 4 in Herrsching

- Technik von Balkonkraftwerken, rechtliche Aspekte, Statik und mehr
- Fahrplan für die Umsetzung in Mehrparteienhäusern
- Erfahrungen aus der Praxis

Anmeldung erforderlich an [nordeck@starnbergammersee.de](mailto:nordeck@starnbergammersee.de)

**17ziele-seidabei.de**

**KLIMASCHUTZ**  
LANDKREIS FÜRSTENTFELDBRUCK

**Termine zum Vormerken und Mitmachen:**

**11.06.23 - 01.07.23 STADTRADELN im Landkreis Fürstentfeldbruck!**

**11. Juni:** landkreisweite Radtour nach Olching  
**18. Juni:** Sternfahrt mit den benachbarten Landkreisen STA und LL zur neu gegründeten Klima- und Energieagentur nach Türkenfeld  
 Um Anmeldung bis zum 12. Juni wird gebeten.  
**Alle Infos ab April unter:** [www.stadtradeln.de/landkreis-fuerstentfeldbruck/](http://www.stadtradeln.de/landkreis-fuerstentfeldbruck/)

**10.09.23 HOFLADEN RADTOUR im Rahmen des Autofreien Sonntags**

Die Hofladen Radtour wird von Agenda 21, Ernährungsrat und dem Klimaschutzmanagement organisiert.  
**Weitere Infos unter:** [www.lra-ffb.de/bau-umwelt/klimaschutz/termineundveranstaltungen](http://www.lra-ffb.de/bau-umwelt/klimaschutz/termineundveranstaltungen)

**verbraucherzentrale**  
Energieberatung

**STA**  
Landratsamt Starnberg

## Heizungstausch Solarenergie Sanierung

**Beratung - Vorträge - Besichtigungen**

**[www.sanierungstreff.de](http://www.sanierungstreff.de)**

## STADTRADELN 2023 - Der Landkreis Landsberg am Lech ist wieder am Start!

Egal ob zur Arbeit, zur Schule oder beim Wochenendausflug mit der Familie - Vom 18. Juni 2023 bis einschließlich 8. Juli 2023 heißt es wieder: **Radeln für ein gutes Klima!**

**Tipp:** Schauen Sie doch unter [www.stadtradeln.de/landkreis-landsberg](http://www.stadtradeln.de/landkreis-landsberg) vorbei! Ab Anfang April finden Sie dort die wichtigsten Infos zum STADTRADELN-Zeitraum 2023 und können sich für die STADTRADELN-Aktion anmelden.

Schon gewusst?  
 Unser Landkreis ist 2023 bereits zum 10. Mal beim STADTRADELN mit dabei!

Landratsamt Landsberg am Lech  
 Fachstelle Klimaschutzmanagement  
 Tel.: 08191-129 1571 Fax: 08191-129 5571  
 E-Mail: [stadtradeln@lra-ll.bayern.de](mailto:stadtradeln@lra-ll.bayern.de)



# Fasten – Frühjahrsputz für den Körper

Text und Fotos: Sandra Böhm

Das beginnende Frühjahr ist der perfekte Zeitraum, um dem Körper etwas Gutes zu tun und ihn mal ordentlich von innen aufzuräumen und zu säubern. Das gelingt am besten mit einer Fastenkur. Denn wenn der Körper nicht mit Verdauen beschäftigt ist, entlastet das den Stoffwechsel. Wichtige Zellreinigungsprozesse gehen leichter vonstatten, die körpereigene Abwehr wird gestärkt und auch auf verschiedene Krankheiten kann Fasten einen positiven und heilsamen Effekt haben – zeitweiser Nahrungsentzug wirkt nämlich verjüngend und regenerierend.

Fasten gehört natürlicherweise zu unserem Leben. Als die Menschen noch Jäger und Sammler waren, gab es manchmal schlichtweg nicht ausreichend zu essen. Der Körper musste lernen, sich darauf einzustellen und gleichzeitig leistungsfähig zu bleiben.

Nahrungsentzug wirkt wie ein heilsamer Schock für den Körper. Angesammelter „Müll“ wird abtransportiert und die Zellen verjüngt. Fasten wirkt zudem blutdrucksenkend, hemmt Entzündungen, und nach neuesten Erkenntnissen soll es sogar den Verlauf von Krebserkrankungen positiv beeinflussen.



Dabei ist es, gemäß jüngster Studien, gar nicht nötig, lange und intensiv zu fasten, um von den positiven Effekten zu profitieren. Es genügen schon kurze Phasen, beispielsweise ein Fastentag in der Woche.

Außerdem muss man beim Fasten nicht unbedingt komplett auf Nahrung verzichten, denn es gibt verschiedene Arten des Fastens, die wir im Folgenden vorstellen möchten.

## Heilfasten

Wie der Name schon vermuten lässt, geht es beim Heilfasten nicht primär um eine Gewichtsreduktion, sondern vielmehr um die Gesundung des ganzen Organismus – sowohl körperlich als auch auf geistiger Ebene. Heilfasten ist sicher die anspruchsvollste aller Fastenarten und erfordert einen starken Willen. Und dennoch kommen Menschen, die eine solche Kur schon einmal absolviert haben, immer wieder darauf zurück. Während des Heilfastens greift der Körper auf seine Reserven zurück. Gewichtsabnahme ist die Folge, gleichzeitig werden Ablagerungen abgebaut und der Blutkreislauf in den kleineren Blutgefäßen verbessert. Zudem hat Heilfasten Einfluss auf die Transportstruktur des Glückshormons Serotonin, was zur Stimmungsverbesserung beiträgt.

## Saftfasten

Eine etwas abgemilderte Form des Heilfastens ist das sogenannte Saftfasten. Neben Wasser und Kräutertees darf man hier Frucht- oder Gemüsesäfte und Brühe zu sich nehmen. Bewegung im Freien, Saunagänge und Massagen tun ihr Übriges zum allgemeinen Wohlempfinden.

## Basenfasten

Beim Basenfasten steht eine basische Ernährung im Mittelpunkt. Bei dieser Art des Fastens wird zwar nicht gehungert, aber es wird darauf geachtet, dass nur basische Lebensmittel gegessen werden. Das heißt, Obst, Gemüse, Nüsse, Saaten und Pilze sind erlaubt, auf Getreide und tierisches Eiweiß wird verzichtet. So soll der Säure-Basen-Haushalt im Körper wieder ins Gleichgewicht kommen. Ergänzt wird diese Kur durch täglich drei Liter Flüssigkeitsaufnahme.

## Intervallfasten

Wer sich für das Intervallfasten entscheidet, muss auf keine bestimmten Nahrungsmittel verzichten. Entscheidend ist vielmehr die Einhaltung genauer Zeiträume, in denen gegessen wird. Das alltagstauglichste Modell dabei ist der 16:8 Rhythmus. Hier wird 16 Stunden am Tag gefastet, in den restlichen 8 Stunden darf ganz normal gegessen werden. Optimalerweise lässt man hier entweder das Frühstück oder das Abendessen ausfallen. Beim 20:4-Rhythmus wird lediglich in einem Zeitfenster von vier Stunden feste Nahrung aufgenommen. Bei den Varianten 1:6, 2:5 oder 3:4 wird beispielsweise an einem Tag gefastet, die restlichen Tage darf man normal essen.

## Fasten mit Kitchari

Eine recht angenehme Art des Fastens kommt aus dem Ayurveda: Fasten mit Kitchari. Kitchari ist eine einfache, leckere Reis-Mung-



Das nach ayurvedischen Gesichtspunkten zusammengestellte Kitchari kombiniert die Nährstoffe in idealer Weise.

bohnen-Mahlzeit, die ausgleichend und entgiftend auf den gesamten Körper wirkt. Die Nährstoffe werden ideal kombiniert und versorgen den Körper, ohne ihn oder den Darm zu belasten. Die enthaltenen Gewürze regen die Verdauung und den Stoffwechsel an. Das Gericht eignet sich für alle Konstitutionstypen gleichermaßen.

### Zutaten für Kitchari:

1 Tasse Reis, ½ Tasse Mung Dal (im Bioladen erhältlich), 3 Tassen Wasser, 2 TI Öl, 1 rote Zwiebel, 2 Msp Fenchelsaat, 1 Msp. gelbe Senfsaat, 2 Msp. Kurkuma, 1 Msp. Kreuzkümmel, Salz, dazu Gemüse der Wahl

### Zubereitung:

Das Mung Dal für mindestens sechs Stunden in Wasser einweichen. Dann Mung und Reis waschen. Senfkörner in einer Pfanne erhitzen, bis sie anfangen zu springen. Nun kleingehackte Zwiebel und 2 TI Öl zugeben und glasig braten. Wasser, Reis und Gewürze dazugeben und aufkochen lassen. Auf mittlerer Stufe etwa 35 Minuten köcheln lassen. Jetzt das Gemüse beimischen und ein paar Minuten weiterköcheln.

Eine Kitchari-Kur ist empfehlenswert für drei bis sieben Tage. An diesen Tagen wird ausschließlich Kitchari gegessen – morgens, mittags, abends. Damit es nicht langweilig wird, kann man verschiedene Gewürze (z.B. auch Koriander und Ingwer) oder Gemüse verwenden.

Egal für welche Art des Fastens man sich entscheidet, unser Körper freut sich auf jeden Fall, und es ist eine tolle Art zu regenerieren.

**Dr. med. dent. Ute Maier**  
Zahnarztpraxis

**Sanfte Zahnmedizin mit Herz**

- Individual-Prophylaxe
- Ästhetische Zahnkorrekturen
- R.E.S.E.T - zur Entlastung des Kiefergelenks
- Zahnersatz mit Teilkronen, Kronen, Brücken u. a.
- barrierefrei mit Parkplätzen direkt vor dem Haus

Dr. med. dent. Ute Maier  
Waldstr. 5 · 82269 Geltendorf · Tel.: 081 93 / 9 37 1481  
www.zahnarzt-geltendorf.de

„Unter jedem Dach ein Ach...“  
Sie sind nicht allein.  
Zusammen lösen wir den Knoten.

**Paartherapie-Ammersee**  
Herz · Hand · Fairstand

Paartherapie  
Familientherapie  
Elternberatung

Ralf Bürger | Paartherapeut und systemischer Coach (anerkannt DBVC)  
Paartherapie Ammersee | info@paartherapie-ammersee.de  
Fon 0 81 44 - 99 99 96 9 | Mobil 0 17 2 - 86 86 46 6  
Online und Hausbesuche möglich | Termine nach Vereinbarung

**RENTENBERATER CARL**

Unabhängig & Professionell  
Rechtsberatung & Rechtsvertretung Sozialrecht

www.mein-rentenberater.de

Ihr Experte in:  
Renten- und Krankenversicherung  
Betriebsprüfung · Betriebsrente  
Unfallversicherung · Versorgungsausgleich

Burgstraße 16 · 86932 Pürgen/Ot Stoffen · Telefon: 0 81 96 / 9 98 90 52

Seit 1992

Ihr Experte für Lösungen bei Konflikten

- unter Nachbarn
- in der Familie
- in der Ehe
- in der Schule
- zwischen Arbeitgebern und Arbeitnehmern
- unter Führungskräften
- zwischen Unternehmen

Mediation | Konfliktmanagement  
Moderation von Gruppen  
Teamentwicklung & Coaching

jetzt auch **Online Mediationen**

Mario Pascalino, Dipl. Math. Zertifizierter Mediator  
Am Bahnhof 23  
82269 Geltendorf  
Tel: 081 93 / 63 14  
mobil: 0171/9541004

www.mediation-pascalino.de  
mario.pascalino@mediation-pascalino.de

**MEILENSTEIN**  
Therapie | Training

**BERGAUF MIT MEILENSTEIN**  
Therapie | Training

Du möchtest wieder Spaß am Wandern haben, mit Deinen Enkelkindern mithalten können, nach der Reha mit professionellem Plan weitermachen oder einfach etwas für Deine Gesundheit und Fitness tun?

Dann sicher Dir unser Eröffnungsangebot oder vereinbare ein kostenfreies Probetraining!  
**ERÖFFNUNG IM FEBRUAR**

Iglinger Straße 27 • 86899 Landsberg am Lech  
**WWW.MEILENSTEIN-LANDSBERG.DE**  
+49 (0)176 57605114 | info@meilenstein-landsberg.de  
meilenstein-landsberg | Meilenstein Therapie | Training



# Kampf dem Kalk: Die Knoblauch-Zitronen-Kur putzt den Körper durch

Text und Fotos: Sandra Böhm

Die Knoblauch-Zitronen-Kur ist ein altbekanntes Heilmittel, das wie ein Jungbrunnen wirken soll, denn man geht davon aus, dass es Kalkablagerungen im Körper auflöst. Dies wirkt sich positiv auf das Herz-Kreislauf-System, aber auch das Gehirn und die Gelenke aus.

Fans der Knoblauch-Zitronen-Kur schwören auf die gesundheitsfördernden Effekte. So soll die Kur gegen Müdigkeit und Abgeschlagenheit wirken, manche berichten sogar von einem positiven Effekt auf das Seh- und Hörvermögen. Wissenschaftlich erwiesen ist die Wirkung des in der Kur enthaltenen Wirkstoffes Allicin. Dieser löst Verkalkungen in Gelenken, Gehirn und Arterien. Auf den Magen wirkt Allicin entsäuernd und bekämpft schlechte Bakterien im Darm.

Darüber hinaus soll die Kur auch die Blutfettwerte senken, vernarbtes Bindegewebe auflösen und Parodontitis verringern.

Unklar ist allerdings, ob mit einer Knoblauch-Zitronen-Kur eine Gefäßverkalkung sogar verhindert werden könnte.

Die Knoblauch-Zitronen-Kur (empfohlen wird, die Trinkkur, ein- bis zweimal im Jahr durchzuführen), ist denkbar einfach, schnell zubereitet und besteht aus gerade einmal drei Zutaten.

## Zutaten für Kitchari:

- 5 Bio-Zitronen
- 30 Knoblauchzehen (ca. 2-3 Knollen)
- 1 Liter Wasser

## Zubereitung:

Die Zitronen waschen und vierteln. Knoblauchzehen schälen und zusammen mit den Zitronenstücken und etwas Wasser in einem Mixer zerkleinern.

Diesen Mix in einem Liter Wasser in einem Topf verrühren und erhitzen. Aufkochen lassen, anschließend vom Herd nehmen. Durch ein Sieb in eine Schüssel abseihen und schließlich mit einem Trichter in eine Flasche abfüllen und abkühlen lassen. Die Trinkkur im Kühlschrank aufbewahren.

Die Kur sollte drei Wochen durchgeführt werden. Dabei wird täglich ein Schnapsglas (2 cl) davon getrunken. Am besten nach dem Mittag- oder Abendessen. Gerne mit Wasser nachspülen. Möchte man die Kur weiterführen, wird nach dieser Zeit eine einwöchige Pause empfohlen. Danach kann die Trinkkur für weitere drei Wochen fortgesetzt werden. Die besten Erfolge werden erzielt, wenn die Kur zweimal im Jahr durchgeführt wird.

Und: Keine Angst vor einer Geruchsbelästigung unserer Mitmenschen, denn die Zitrone neutralisiert den Knoblauchduft.



jezza!-Vitalredakteurin Sandra Böhm hat die Knoblauch-Zitronen-Kur selbst getestet und bewertet sie als „überhaupt nicht schlimm. Wir machen das jetzt seit einigen Tagen und es kostet keine Überwindung“, so Sandra.



Drei Wochen lang sollte man täglich ein Schnapsglas der Knoblauch-Zitronen-Trinkkur trinken.

Anzeige

GOLDAMMER



Ihr  
bio-zertifiziertes  
Wohlfühlcafé mit eigener Konditorei  
in  
Dießen am Ammersee



Markus Dieffenbach

Fr - Mo 08:30 - 17:00 Uhr

Dienstag, Mittwoch und  
Donnerstag Ruhetag

Feiertage geöffnet

Café | Konditorei | Bistro | Hotel garni  
Bahnhofstr. 10  
86911 Dießen a. Ammersee  
Telefon 0 88 07 - 331  
www.diegoldammer.com

## Feinste Öle aus der Ölmanufaktur

olio vero.  
Ölmanufaktur Kaltenberg

Tropfen für Tropfen höchste Qualität liefert die Ölmanufaktur Olio Vero nicht nur mit diesem reinen Kürbiskernöl, hergestellt auf einer wassergekühlten Ölmühle. Schonend produziert bei max. 37°C erhält der Verbraucher höchste Rohkostqualität. Mit seinem typisch fein-nussigen Geschmack verfeinert das Kürbiskernöl Salate, Saucen, Suppen, Gemüse und Süßspeisen.

100 ml: 8 €  
250 ml: 17,50 €  
Köstlich!



Mehr Öle & Muse im  
Ladengeschäft Olio Vero,  
Schönauer Ring 6,  
86922 Kaltenberg  
(Gewerbegebiet)  
www.olio-vero.de

10%  
jezza!  
Rabatt

beim Kauf eines Olio  
Vero Produktes  
Gültig bis 31.03.23  
(nicht auf Gutscheine)

Ausschneiden und beim Kauf vorzeigen

Anzeige

## Traumdeutung nach C. G. Jung

fortlaufende Gruppe 1 x monatlich  
montags 19:30 - 21:00 via Zoom  
Anmeldung erforderlich  
Präsenzgruppe in Schondorf auf Anfrage

Email: praxis@hgeorg.de • Tel.: 08192 - 997151  
Dr. med. Hildegunde Georg  
Dipl. analyt. Psych. (C. G. Jung-Institut Zürich)  
Psychotherapie, Supervision, Lehranalyse





# Imagine

Ein Jahr Krieg in der Ukraine. Längst haben wir uns an diesen Zustand gewöhnt, erleben das tägliche Leid im Kriegsgebiet mit einer Mischung aus Betroffenheit, Ohnmacht und Apathie. Phlegma und Abstumpfung sind zutiefst menschliche Reaktionen auf nicht enden wollende Schreckensnachrichten.

Erstaunt sehen wir zu, wie erfolgreich sich das ukrainische Volk gegen den Aggressor aus Russland wehrt. Um es zu unterstützen schicken wir immer neue Waffen an die Front. Jeden Erfolg der ukrainischen Arme bejubeln wir innerlich, sodass auch auf der vor allem Menschen diesen Krieg nicht sterzum Einsatz einfache Rechner der richtige Weg? befindet sich in Wer möchte über alle Frage ent-



Immerhin: Die westliche Hilfe hat dazu geführt, dass Russland diesen Krieg nicht gewinnen kann. Damit am Ende nicht ein ewig schwelender Konflikt, der jederzeit wieder aufflammen kann, die Region dauerhaft destabilisiert, sollten jetzt die maximalen Bemühungen auf einen Friedensvertrag gelegt werden. Henry Kissinger hat einen Plan dazu vorgelegt. Der gebürtige Franke ist 99 Jahre alt. Vielleicht braucht es gerade jetzt ein solches Diplomatie-Urgestein, um die Kriegsparteien an den Verhandlungstisch zu bekommen: Der Hundertjährige, der sich noch einmal aus dem Fenster lehnte, und einen Krieg beendete. Auch wenn es schwerfällt, mit einem Kriegsverbrecher wie Putin zu verhandeln – um weiteres Blutvergießen zu vermeiden, sollten jetzt alle zu Kompromissen bereit sein.

Auch wenn John Lennons zeitloses Anti-Kriegs-Lied, das ich als Titel für diesen Text gewählt habe, eine Utopie besingt: Ist es nicht unendlich traurig, dass unsere ach so hoch entwickelte Spezies Lichtjahre davon entfernt ist, sich vom archaischen Reflex zu befreien, sich bei Konflikten gegenseitig die Köpfe einzuschlagen? Um mit Bob Dylan noch einen weiteren entschlossenen Kriegsgegner zu zitieren: „Die Antwort, mein Freund, weiß ganz allein der Wind.“

Ihr Markus Eisele

## Impressum

**jezza!** Verlag GmbH, Neuenstr. 6a, 82269 Geltendorf  
Geschäftsführer: Markus Eisele, verlag@jezza.de



**V.i.S.d.P.:** Sigrid Römer-Eisele

**Redaktion:** Sigrid Römer-Eisele, Markus Eisele, Neuenstr. 6a, 82269 Geltendorf, redaktion@jezza.de, Tel.: (081 93) 21 23 18  
**Freie Mitarbeiter:** Dagmar Kübler, Ulrike Osman, Sandra Böhm, Renate Greil

**Layout und Satz:** Gerald Risch, www.risch-grafik.de

**Heftverteilung:** Lorenz Wittmann, wittmann@jezza.de, Tel.: 081 93 / 2 04 44 02

## Anzeigen und Mediadaten:

**Tina Jehle**, Anzeigenleitung, Tel.: (081 93) 20 44 160  
E-Mail: jehle@jezza.de  
Zuständig für die Gebiete: Fürstenfeldbruck, Mammendorf, Adelshofen, Jesenwang, Landsberied, Eching, Egling, Weil, Scheuring, Geltendorf, Moorenweis, Eresing, Türkenfeld, Penzing, Schmiechen, Schwifting, Windach, Finning, Utting, Fuchstal, Dießen und Landsberg.

**Elke Tumbach**, Anzeigenberatung, Tel.: (081 93) 28 99 872  
E-Mail: tumbach@jezza.de  
Zuständig für: Prittriching, Kaufering, Merching, Fuchstal, Kottgeisering, Grafath, Greifenberg, Inning, Schondorf, Pürgen, Hofstetten und Landsberg, Seefeld, Schöngesing, Issing, Vilgertshofen, Pflugdorf, Rott und Fürstenfeldbruck.

**Erscheinungsweise:** 2-monatliche Verteilung über Geschäftsauslage sowie bei Behörden, Banken und öffentlichen Auslagestellen.

Auslagestellen nach Orten sortiert siehe www.jezza-magazin.de/auslage

**Auflage:** 23.000 Exemplare, mit „Regionalteil Nord“ bzw. „Regionalteil Süd“.

**Leserzuschriften:** Bitte an untenstehende Anschrift oder per E-Mail an: leserforum@jezza.de

**Anschrift:** jezza!-Redaktion, Neuenstr. 6a, 82269 Geltendorf

**Internet:** www.jezza-magazin.de

**Druck:** EOS Verlag u. Druck, Erzabtei St. Ottilien, 86941 Sankt Ottilien

Das nächste **jezza!** April/Mai 2023 erscheint am **1. April 2023**.

Redaktions- und Anzeigenschluss ist der **10. März 2023**.

Die Themen des nächsten Heftes:  
**Home & Garden**  
**Gesundheitsführer A bis Z**



Anzeige

# WERTE schaffen

bedeutet für uns Wertschätzung und Respekt für unsere Umwelt. Wir arbeiten regional, nachhaltig und energieautark.



## ÖKOLOGISCHE HOLZHÄUSER von

**höfle**  
www.zimmerei-hoefle.de

Zimmerei höfle GmbH  
Am Heßlaberg 8 • 86943 Thaining  
08194 9984377  
info@zimmerei-hoefle.de



# Mit grüner Energie Kosten sparen!



**PHOTOVOLTAIK**  
**STROMSPEICHER**  
**E-MOBILITÄT**

INVESTIEREN SIE JETZT IN IHRE NACHHALTIGE ZUKUNFT

- Innovativer Meisterbetrieb am Puls der Zeit
- Zuverlässige, zeitnahe Realisierung Ihres Vorhabens
- Perfekte Dienstleistung durch hochmotiviertes Team
- Einbau von Premium-Produkten
- Maßgeschneiderte Lösungen für höchste Effizienz
- Kein Einsatz von Subunternehmern



86916 Kaufering  
info@energietechnik-hubert.de  
@energietechnik-hubert.de  
www.energietechnik-hubert.de

Machen Sie sich unabhängig von steigenden Energiekosten: Tel. 08191 3314460

**Feuchte Häuser? Nasse Keller? Modergeruch?**

Kellerabdichtung • Sperr- u. Sanierputze - schnell • dauerhaft • preiswert  
Wohnklimaplaten gegen Schimmel und Kondensfeuchte  
VEINAL®-Kundenservice • E-Mail: BAUCHEMIE@veinal.de  
**kostenloses Info-Telefon 0800/8346250**

**Fordern Sie unsere kostenlose Info-Mappe an!** **www.veinal.de**

VEINAL Horizontalsperre 20 Jahre Garantie  
FREIWILIGE-SELBSTKONTROLLE QUALITÄT AM BAUEY





## Eröffnet bis zu 600 km<sup>2</sup> neue Momente.

Entdecken Sie die neuen, rein elektrischen Audi Q8 e-tron Modelle<sup>1</sup> mit einer Reichweite von bis zu 600 km<sup>2</sup> (WLTP).

**Future is an attitude**

Die Zukunft fährt vor – und sie fährt Audi Q8 e-tron<sup>3</sup>. Prägendes Designmerkmal ist die neu gestaltete Fahrzeugfront. Besonders markant: die Vier Ringe in der neuen, zweidimensionalen Optik sowie die neue Modellkennzeichnung am Heck. Ein weiteres optionales Highlight ist das Projektionslicht Singleframe. Genießen Sie die Welt von morgen – bestellbar bei uns, Ihrem Audi Partner.

Ein attraktives Leasingangebot für Businesskunden<sup>4</sup>:  
**z. B. Audi Q8 e-tron 50 quattro\***.

\* Stromverbrauch (kombiniert) in kWh/100 km: 20,3 – 20,3; CO<sub>2</sub>-Emissionen (kombiniert) in g/km: 0 – 0. Für das Fahrzeug liegen nur Verbrauchs- und Emissionswerte nach WLTP und nicht nach NEFZ vor.

2-Zonen-Komfortklimaautomatik, Audi connect Navigation & Infotainment, Audi virtual cockpit  
Digitaler Radioempfang, Doppelspeichen-Lederlenkrad mit Multifunktion und Schaltwippen, Kamerabasierte Verkehrszeichenerkennung, LED-Hauptscheinwerfer, MMI Navigation plus mit MMI touch response, uvm

Leistung:	250 kW (340 PS)
Vertragslaufzeit:	36 Monate
Jährliche Fahrleistung:	15.000 km
Leasing-Sonderzahlung:	€ 3.000,-

**Monatliche Leasingrate**  
**€ 699,-**

Ein Angebot der Audi Leasing für Businesskunden<sup>4</sup>, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig. Zzgl. Überführungskosten und MwSt.. Bonität vorausgesetzt.

Etwaige Rabatte bzw. Prämien sind im Angebot bereits berücksichtigt.

<sup>1</sup> Stromverbrauch (kombiniert) in kWh/100 km: 24,4 – 19,5; CO<sub>2</sub>-Emissionen (kombiniert) in g/km: 0. Angaben zu den Kraftstoff-/Stromverbräuchen und CO<sub>2</sub>-Emissionen bei Spannweiten in Abhängigkeit von der gewählten Ausstattung des Fahrzeugs. Für das Fahrzeug liegen nur Verbrauchs- und Emissionswerte nach WLTP und nicht nach NEFZ vor.

<sup>2</sup> Je nach Derivat haben die Audi Q8 e-tron Modelle eine Reichweite zwischen ca. 410 und 600 km (WLTP).

<sup>3</sup> Stromverbrauch (kombiniert) in kWh/100 km: 24,4 – 20,1; CO<sub>2</sub>-Emissionen (kombiniert) in g/km: 0. Angaben zu den Kraftstoff-/Stromverbräuchen und CO<sub>2</sub>-Emissionen bei Spannweiten in Abhängigkeit von der gewählten Ausstattung des Fahrzeugs. Für das Fahrzeug liegen nur Verbrauchs- und Emissionswerte nach WLTP und nicht nach NEFZ vor.

<sup>4</sup> Zum Zeitpunkt der Leasingbestellung muss der Kunde der berechtigten Zielgruppe angehören und unter der genannten Tätigkeit aktiv sein. Zur berechtigten Zielgruppe zählen: Gewerbetreibende Einzelkunden inkl. Handelsvertreter und Handelsmakler nach § 84 HGB bzw. § 93 HGB, selbstständige Freiberufler / Land- und Forstwirte, eingetragene Vereine / Genossenschaften / Verbände / Stiftungen (ohne deren Mitglieder und Organe). Wenn und soweit der Kunde sein(e) Fahrzeug(e) über einen gültigen Konzern-Großkundenvertrag bestellt, ist er im Rahmen des Angebots für Audi Businesskunden nicht förderberechtigt.

Abgebildete Sonderausstattungen sind im Angebot nicht unbedingt berücksichtigt. Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

# AUTOHAUS HUTTNER

Autohaus Huttner GmbH, Graf-Zeppelin-Str. 2, 86899 Landsberg am Lech, Tel.: 0 81 91 / 9 85 15-0, audi@autohaus-huttner.de, www.huttner-landsberg.audi