

Shopping | Dienstleistung | Handwerk | Automobile | Freizeit | Gesundheit



bei uns sind Sie in guten Händen!!!

- VERKAUF
- SERVICE
- REPARATUR
- UNFALL-INSTANDSETZUNG

56727 Mayen · Polcher Str. 128 · Tel. (0 26 51) 45 31





#### Liebe Fotofreunde PREISWERTE SPIEGELLOSE

kundenorien



gen gehören ebenso zu unseren obersten Prinzipien wie ein vorbildliches Preis-Leistungsverhältnis bei Neu- und Gebrauchtwaren

Kommen Sie vorbei und überzeugen Sie sich selbst - wir freuen uns auf Sie!

Herzlich willkommen bei bl FOTO - Ihrem Foto-Kompetenzpartner in Mayer

Ihr Yannik Breue

#### bIFOTO steht seit über FUJIFILM X-T100 mit XC 15-45 OIS PZ + XC 50-230

Stilvoll und leistungstark - mit der tiertes Denken und spiegellosen Systemkamera X-T100 weitert Fujifilm seine erfolreiche X-Serie um ein Modell, das der ideale Alltagsbegleiter für den Hobbyfotografen ist. Die schlanke und leichte Kamera zeichnet sich durch eine zeitlose Formensprache und innovative Features aus

- APS-C Sensor, 24 Mio Pixel • Integriertes Blitzgerät
- Elektronischer Sucher
- Bis 180° schwenkbarer Monitor Kompaktes und leichtes Gehäuse
- High ISO bis 51,200
- 4K Videofunktion
- 17 kreative Filtereffekt Bluetooth und WiFi integriert





Online in 24h: Bestellen Sie online vom PC, Tablet oder Handy auch Fotos von Facebook, Instagram und Dropbox!

mit 24+2 matten Innenseiten ✓ Ultraflache Panorama-

✓ Echtes Fotopapier

Binduna

☑ Lieferung ab 24 Stunden

✓ Kostenlose Gestaltungsblfoto.de/fotoservice



#### **AUF ALLE WANDBILDE DEINE FOTOS ALS WANDBILDER** GalleryPrint Leinwand Alu-Dibond Hartschaum-platte Alu-Dibond Acrylglas Butlerfinish<sup>6</sup>

#### DIE GRÖSSTE BILDERRAHMENAUSWAHL IN MAYEN!

#### WIR RAHMEN DEIN BILD!









- KASCHIEREN
- SOFORTEINRAHMUNGEN • INDIVIDUELLE FACHBERATUNG
- RAHMUNEN IN WUNSCHGRÖSSEN
- ANFERTIGEN VON PASSEPARTOUTS
- ÜBER 1000 BILDERRAHMEN AM LAGER

#### **WIR ENTWICKELN UND VERKAUFEN FILME** Wir sind Spezialisten für Ihre Filmentwicklung und entwickeln Ihre Filme und Bilder in profe Qualität Gerne bieten wir Ihnen dazu auch die Digitalisie rung der Daten auf einer Bei uns finden Sie ein autes Sortiment an Schwarzweißfilmen, Farbnegativfilmen

Natürlich belichten wir Ihre Bilder auf echtem Fotopapie

### SICHERE DEINE ERINNERUNGEN

Sichern Sie Ihre Familiendias in Premium-Qualität auf DVD

- oder alternativen Datenträgern! ☑ Automatische Bildoptimierung
- ✓ Auflösung > 24 Mio Pixel/Dia, 4.500dpi
- ✓ Abspielbar auf DVD-Player und PC
- ☑ 200 Dias pro DVD



- \*1) Gratis bei iedem Neukauf ab 299.— € für die ersten 3 Monate, Alle Infos bei uns oder unter: https://www.premiumpro.de/cont/prosafe
- \*2) Abzüglich 3 % Rabatt für Inhaber der PremiumCard Plus bei Online-Bestellungen mit dem Gutscheincode PPKK3.
- \*3) Beispielpreise: Größe 20 x 20 cm mit Standardaufhängung. Leinwand 20 x 20 cm ohne Aufhängung. Zuzügl. Auftragspauschale. Abzüglich 3% Rabatt für Inhaber der PremiumCard Plus bei Online-Bestellungen mit dem Gutschein-Code PPKK3.

#### WIR FREUEN UNS AUF SIE

#### bl FOTO GmbH Marktstraße 5,

56727 Mayen Tel: 02651 2968

Öffnungszeiten Mo-Fr: 9:00-18:30 Uhr Sa: 9:00-16:00 Uhr

oder Diafilmen für Ihre ana loge Kamera.



Ihr wollt mehr Infos? Dann folgt blfotomayen auf Facebook!



blfoto.de





#### Grußwort des Oberbürgermeisters zum Lukasmarkt 2019



Liebe Gäste des Mayener Lukasmarktes, liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

herzlich willkommen zum Lukasmarkt. Seitdem sich Mayen zur Stadt entwickelt hatte und ihr 1291 Stadtrechte auch schriftlich verbrieft wurden, gibt es hier über's Jahr eine Vielzahl von Wochen- und Jahrmärkten.

Mayen ist seither als regelrechter Marktstandort bekannt und gefragt. Unter den noch heute gängigen Jahrmärkten hat sich der Lukasmarkt zum zentralen Ereignis des Warenumschlags zwischen dem agrarisch geprägten Umland und der städtisch-handwerklichen Wirtschaft entwickelt. 1405 fand er erstmals innerhalb der Stadtmauern unterhalb Burg auf dem Marktplatz statt. Damals prägten Handwerker und Krämer, Landleute und Bauern das Bild des Marktes. Spielleute und Gaukler sorgten für Unterhaltung und Kurzweil.

Im Laufe von über 600 Jahren hat sich der Lukasmarkt zum größten Volksfest im nördlichen Rheinland-Pfalz entwickelt. Prägte Anfangs der Handel das Marktgeschehen, sind es heute attraktive Volksfestgeschäfte im Innenstadtbereich, die die Menschen anziehen. Eine Riesenauswahl an Spaß, der Adrenalinkick, Action und Ausgelassenheit gehören zum Lukasmarkt-Flair. Gut gelaunte Rekommandeure, die im Breakdance, Wellenflug oder Autoskooter ihr Publikum ununterbrochen mitreißen, beim Pferdederby anfeuern, beim Pfeil- und Bälle werfen, Fadenziehen oder an der Schießbude Lust und Mut machen und so für glückliche und ausgelassene Stunden, ja für Lebensfreude sorgen.

Für jeden Geschmack ist etwas dabei, jeder kommt auf seine Kosten und kann gemeinsam mit der ganzen Familie einen wunderbaren Tag erleben. Die Mischung aus Nostalgie und High-Tech schafft dabei ein besonderes buntes Flair.

Volksfeste sind lebendiges Kulturgut mit Tradition und Leidenschaft, die die Schausteller, einheimische Gastronomie und das Reisegewerbe vor allem Tag für Tag mit Herzblut erfüllen. Die Kombination der traditionellen Kramund Viehmärkte mit den modernen Fahrgeschäften zeichnet den Lukasmarkt als Innenstadtvolksfest aus.

Ich bin sicher, dass der Lukasmarkt auch in diesem Jahr für die Besucher wieder ein lohnendes Ziel ist und ich wünsche allen viel Vergnügen, Spaß und gute Laune beim 614. Lukasmarkt in Mayen! Besuchen Sie uns bald wieder.

**Wolfgang Treis** Oberbürgermeister der Stadt Mayen



12.10.: Volksfest ab 11.00 Uhr - 01.00 Uhr Samstag

> 13.10.: Volksfest ab 11.00 Uhr - 23.00 Uhr Einzelhandelsgeschäfte geöffnet ab 13.00 Uhr

Montag 14.10.: Volksfest ab 12.00 Uhr - 23.00 Uhr

15.10.: Volksfest ab 11.00 Uhr - 23.00 Uhr Dienstag

ab 7.00 Uhr Krammarkt in der Fußgängerzone ab 8.00 Uhr Pferde-, Kleintier- und Zubehörmarkt, Pferdeschauprogramm 9.30 bis 12.00 Uhr,

13.00 bis 15.00 Uhr · Eintritt 6.- €

Mittwoch 16.10.: Volksfest ab 11.00 Uhr - 23.00 Uhr ab 7.00 Uhr Krammarkt in der Fußgängerzone ab 7.00 Uhr Schafmarkt, Herdbuchschau über alle Rassen auf dem Viehmarktplatz

Donnerstag 17.10.: Volksfest ab 12.00 Uhr - 23.00 Uhr

18.10.: Volksfest ab 12.00 Uhr - 24.00 Uhr

Familientag (ermäßigte Preise)

Samstag 19.10.: Volksfest ab 11.00 Uhr - 01.00 Uhr

20.10.: Volksfest ab 11.00 Uhr - 22.00 Uhr

ab 20.00 Uhr Bodenfeuerwerk an der Genovevaburg

Bahnverbindung sonntags: Andernach-Mayen-Kaisersesch

Sonntag

**Freitag** 

Sonntag

(Regionalbahn



www.lukasmarkt.de

Veranstalter: Stadt Mayen



Am Wasserturm 6 • 56727 Mayen • Telefon (0 26 51) 7 03 55 96

Öffnungszeiten: Montag & Mittwoch bis Sonntag von 11.30 bis 15.00 Uhr u. 17.30 bis 23.00 Uhr Dienstag Ruhetag

Weihnachten 24.12. und Sylvester 31.12. haben wir für Sie geöffnet!

Chinesisches, japanisches und mongolisches Restaurant



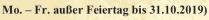
**ALL YOU CAN EAT!** 

Original mongolisches Barbecue und chinesisches warmes Buffet

2,00 € Gutschein

für Ihren nächsten Besuch

(pro Person, einzulösen von



# Dekorieren im Herbst:

### Gemütliche Atmosphäre mit Stoffen

Wenn der Regen ans Fenster prasselt, wird das Sofa mit seinen weichen Kissen zum Lieblingsplatz. Die Füße hochlegen, sich in ein Plaid einkuscheln, in der einen Hand ein Buch, in der anderen ein heißer Tee – besser geht's nicht!

So richtig gemütlich wird es zu Hause mit Stoff. Textilien erzeugen eine behagliche Atmosphäre. Dekorieren Sie jetzt mit jahreszeitlich passenden Kissen, Plaids, Tagesdecken und Vorhängen. Dazu ein Sofa mit einem warmen Stoffbezug oder einer lässigen Husse und ein Langflor-Teppich, fertig ist das "hyggelige" Zuhause. (Anregungen auf www.gibdirstoff.de)

#### Wohlfühlen mit Farbe

Die herbstliche Natur bietet eine prachtvolle Palette an Tönen, von sonnigem Gelb über leuchtendes Orange, Kupfer und Weinrot bis zu erdigem Ocker und Braun. Diese Farben wirken heimelig und machen gute Laune, sie sind ideal fürs Wohn- und Esszimmer. Später im Jahr zeigen sich draußen feinere Nuancen in Schwarz, Grau und Weiß – das erzeugt eine entspannende Atmosphäre, die gut fürs Schlafzimmer geeignet ist. Grundsätz-

**LUKASMARKT** 



Foto: Gib Dir Stoff/ADO/akz-o

lich gilt: Bleiben Sie in einer Farbwelt, dann können Sie Muster und Materialien mixen und es wirkt weiterhin harmonisch.

#### Passender Sichtschutz

Wenn es am Abend früh dunkel wird und man in die beleuchteten Wohnungen schauen kann, sieht das total gemütlich aus. Manchmal möchte man allerdings unbeobachtet sein, dann zieht man einfach den Vorhang zu. Eine Alternative oder Ergänzung sind Rollos und Plisseestores. Wer beim Schlafen empfindlich auf Licht reagiert, kann spezielle Verdunklungsstoffe wählen und bleibt ungestört von der Straßenlaterne oder der Morgen-

Es ist angesagt, Räume puristisch zu möblieren, dazu gibt es Holzdielen und verputzte Wände. Das sieht schön aus, aber es kann vorkommen, dass es ein wenig hallt. In diesem Fall verändern Textilien den Raumklang positiv, das können Vorhänge, Kissen oder ein Sofa mit Stoffbezug sein. Die Schallwellen reflektieren nicht an den glatten Flächen, sondern werden von der

Struktur des Stoffes aufgenommen, man spricht von Schallabsorption. Spezielle Akustikstoffe verstärken den Effekt alles für ein angenehmes Wohngefühl. akz-o



Foto: Gib Dir Stoff/Jab/akz-o

### SPECIAL SAMSTAG 12.10. - 22:00 UHR Lukasmarkt Opening mit DJ Ahro **DIENSTAG 15.10. - 18:00 UHR** Lukas After Work Party mit DJ Ahro **DONNERSTAG 17.10. - 22:00 UHR** Basalt Student Party mit DJ Ahro FREITAG 18.10. - 22:00 UHR 90er Party mit DJ Fosco Oper Part

LEON CUPRA SPORTSTOURER ST 4DRIVE



### GEBALLTE KRAFT. UND RAUM. AB 319 € MTL.¹OHNE ANZAHLUNG.

Der Leon CUPRA Sportstourer ST 4Drive mit 221 kW (300 PS). In 4,9 Sekunden von 0 auf 100 km/h. Aerodynamisches Design,

Doppelkupplungsgetriebe (DSG) und Allradantrieb 4Drive.

Gebaut für den entschlossenen Fahrer und ein rennsportliches Fahrgefühl. Bereit, die Geschwindigkeit zu lieben?

Leon CUPRA Sportstourer ST 2.0 TSI 4Drive, 221 kW (300 PS) Kraftstoffverbrauch Benzin: innerorts 9,0, außerorts 6,0, kombiniert 7,1 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Emissionen: kombiniert 161 g/km. CO<sub>2</sub>-Effizienzklasse: D. Abbildung zeigt Sonderausstattung.



#### SCHERER GMBH & CO. KG

Kelberger Str. 83, 56727 Mayen, T 02651 9611-0, scherer-gruppe.de

Beispielrechnung¹, berechnet für eine jährliche Fahrleistung von 10.000 km für den Leon CUPRA Sportstourer ST 2.0 TSI 4Drive, 221 kW (300 PS).

Fahrzeugpreis inkl. Überführungskosten: 0.00€ Jährliche Fahrleistung: Leasing-Sonderzahlung: 34 852 55 € 2 13 % Nettodarlehensbetrag: Effektiver Jahreszins Gesamtbetrag: 11.484.00 € Sollzinssatz (gebunden) p. a. 2.13 % 319,00€ 36 Leasingraten à

Ein PrivatLeasing-Angebot der SEAT Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für den Abschluss des Leasingvertrags nötigen Vertragsunterlagen zusami stellen. Bonität vorausgesetzt. Es besteht ein gesetzliches Widerrufsrecht für Verbraucher. Angebot gültig für den Leon CUPRA Sportstourer ST 2.0 TSI 4Drive, 221 kW (300 PS). Weitere Informationen bei uns im Autohaus und unter www.cupraofficial.de. Abbildung zeigt Sonderausstattung



**SAMSTAG 19.10. - 22:00 UHR** 



Die besten Partyhits mit DJ Jan Kattenbusch



FREIER EINTRITT FÜR DIE ERSTEN 100 GÄSTE







Die Paneele von Whisperwool sind standardmäßig in Naturweiß, Anthrazit oder Silbergrau erhältlich und passen hervorragend zu modernen Wohnstilen und -materialien. (Fotos: epr/Whisperwool/Tante Lotte Design)

# Meistens wird Prinz draws!



Jetzt Ihr Lieblingsstück wachküssen. Wir polstern für Sie.





Im Rotental 6-8 56751 Polch Telefon (0 26 54) 88 17 97-0 info@maifeld-polstermoebel.de www.maifeld-polstermoebel.de



#### Die neue "Woll-Lust" – Designstarke Akustikpaneele aus nachhaltiger Schafswolle sorgen für ruhiges Wohnen bei prima Raumklima

(epr) Immer mehr Unternehmen verfolgen das Ziel, nachhaltig und zukunftsorientiert zu wirtschaften. Vor diesem Hintergrund bietet uns Tante Lotte mit Whisperwool innovative Akustikpaneele für die private und gewerbliche Nutzung. Das Besondere: Die Platten werden aus der Wolle von Tiroler Bergschafen hergestellt. Deren Fasern sind meist zu grob für die Textilindustrie, werden aber gesammelt und finden in der Verarbeitung zu Whisperwool ihren idealen Nutzen. Dank schallabsorbierender Eigenschaften verbessern die Lösungen die Akustik im (Wohn)Raum spürbar. Daneben liefern sie uns ästhetische Qualität, wirken feuchteregulierend, selbstreinigend und antibakteriell. Toller Sound und prima Klima – die recyclebaren Platten bieten echten "Mäährwert". Mehr unter www.whisperwool.at und www.tantelotte.at.



Kraftstoffverbrauch (in l/100 km nach § 2 Nrn. 5, 6, 6a Pkw-EnVKV in der jeweils geltenden Fassung): Ford Kuga Trend: 9,1 (innerorts), 6,2 (außerorts), 7,2 (kombiniert); CO<sub>2</sub>-Emissionen: 164 g/km (kombiniert).

#### **Autohaus Hermann Barz**

#### August-Horch-Str. 2 56751 Polch Tel.: 02654/2441

info@autohaus-barz.de

#### **Autohaus Ibald GmbH**

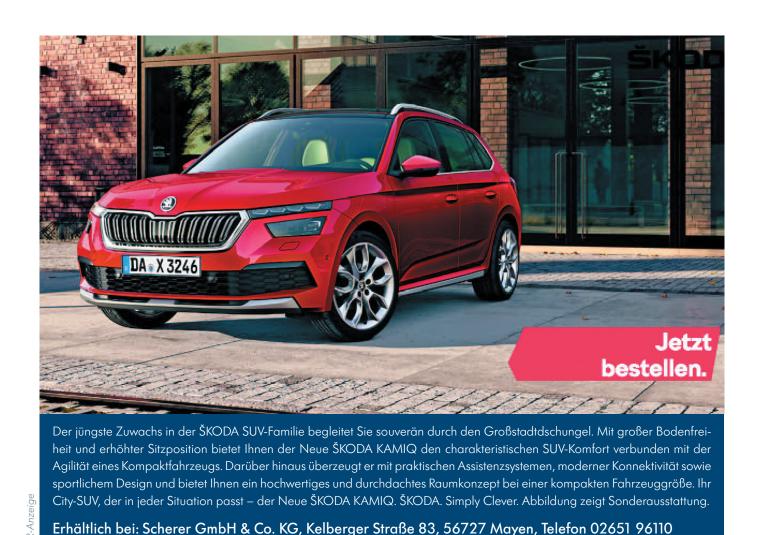
#### Nettestr. 25-27 56626 Andernach Tel.: 02632/9544-0 info@ibald.de

#### **Autohaus Helmut Wagner GmbH**

Industriegebiet Nord 56727 Mayen Tel.: 02651/4966-0

info@wagner-mayen.fsoc.de

Beispielfoto eines Fahrzeuges der Baureihe. Die Ausstattungsmerkmale des abgebildeten Fahrzeuges sind nicht Bestandteil des Angebotes. Gilt für Privatkunden. Gilt für einen Ford Kuga Trend 1,5-l-EcoBoost-"4x2"-Benzinmotor 88 kW (120 PS), 6-Gang-Schaltgetriebe, Start-Stopp-System, Euro 6d-TEMP.



Tipps für Senioren am Steuer

Vorsichtig fahren sollten sowohl junge als auch ältere Verkehrsteilnehmer. Doch ältere Menschen sollten ganz besonders auf mögliche Probleme beim Autofahren achten. Sie haben zwar zumeist viel Erfahrung am Steuer, dennoch kann das Älterwerden auch einige Herausforderungen mit sich bringen. Probleme beim Hören und Sehen sowie Bewegungseinschränkungen können eine Gefahr bedeuten. Eine Broschüre der "Alzheimer For-



Die Broschüre "Sicher Auto fahren im Alter" und weitere Informationsmaterialien können kostenfrei bestellt werden bei der "Alzheimer Forschung Initiative e.V" (www.alzheimer-forschung.de). Foto: Jan3933/mid/ak

schung Initiative" (AFI) gibt entsprechende Tipps. "Ältere Autofahrer sollten gemeinsam mit ihrer Familie und ihren Freunden über mögliche Probleme beim Autofahren nachdenken und entsprechende Strategien entwickeln", empfiehlt die AFI in ihrer Publikation.

Die wichtigsten Tipps: "Fahren Sie hauptsächlich auf Straßen, die Sie kennen. Beschränken Sie Ihre Fahrten auf Ziele, die für Sie einfach zu erreichen sind. Fahren Sie eher kurze Strecken. Nehmen Sie Fahrstrecken, auf denen Sie Gefahrenpunkte wie Autobahnauffahrten und Linksabbiegerstraßen vermeiden können. Fahren Sie nicht nachts oder bei schlechtem Wetter. Meiden Sie Hauptverkehrszeiten. Erwägen Sie, einen Wagen mit zusätzlicher Sicherheitsausstattung anzuschaffen." Und: "Nehmen Sie eine einzelne Fahrstunde oder ein Fahrtraining, um Ihre Kenntnisse aufzufrischen."

Nicht mehr Auto fahren hingegen sollten Menschen mit Alzheimer, da es mit Fortschreiten der Erkrankung neben Orientierungsproblemen zu Beeinträchtigungen der Urteilsfähigkeit, des Einschätzens von Entfernung und Geschwindigkeit, der Konzentration und Aufmerksamkeit, der Psychomotorik, der Informationsverarbeitung, des Filterns von Reizen und des Verstehens abstrakter Symbole kommt. mid/ak



#### Der Neue ŠKODA CITIGO<sup>e</sup> iV.

Perfekt für die Stadt: Der rein elektrische CITIGO<sup>e</sup> iV ist wendig und kompakt in seinen Abmessungen. Dabei ist er lokal CO<sub>2</sub>-emissionsfrei und setzt dem Großstadtlärm eine gehörige Portion Gelassenheit entgegen. Er bietet Ihnen bis zu 253 km Reichweite (nach WLTP), und nach einer Nacht an der Haushaltssteckdose, etwas über 5 Stunden an der Wallbox oder an einer öffentlichen Ladestation ist er wieder startklar. Sie haben's eilig? An der Schnellladestation ist er sogar nach nur einer Stunde wieder zu 80 % aufgeladen. Jetzt bereits **ab 145,- €** monatlich¹. ŠKODA. Simply Clever.

ŠKODA CITIGO <sup>e</sup> iV Elektromotor 1-Gang-Automatik 61 kW (83 PS)			
Sonderzahlung (inkl. Überführung)	2.899,00€	jährliche Fahrleistung	10.000 km
Nettodarlehensbetrag (Anschaffungspreis)	13.340,00€	Vertragslaufzeit	36 Monate
Sollzinssatz (gebunden) p.a.	0,26 %	Gesamtbetrag	8.119,00€
Effektiver Jahreszins	0,26 %	36 mtl. Leasingraten à	 145,00 €

<sup>1</sup>Ein Angebot der ŠKODA Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler, gemeinsam mit dem Kunden, die für den Abschluss des Leasingvertrags nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Bonität vorausgesetzt. Alle Werte inkl. gesetzlicher Mehrwertsteuer. Nach Vertragsabschluss steht Verbrauchern ein gesetzliches Widerrufsrecht zu.

 ${}^2\text{Ermittelt im neuen WLTP-Messverfahren, umgerechnet in NEFZ-Werte zwecks Pflichtangabe nach Pkw-EnVKV. N\"ähere Informationen erhalten Sie bei uns oder unter skoda. de/wltp$ 

Abbildung zeigt Sonderausstattung

#### **SCHERER GmbH & Co. KG**

Kelberger Straße 83 56727 Mayen T 02651 96110 scherer-gruppe.de



8

### Mehr Lebensqualität durch neuen Wohnraum

### Metallbau HÜRTER erfüllt Wohnträume



#### Balkonkonstruktion

aus verzinktem Stahl mit Treppe und Geländer. Die Treppenstufen sind mit Gitterrosten belegt.



#### Innentreppe

als Flachwangentreppe mit Holzstufen und Geländer.



Sommergarten mit Schiebefenster



**TERRASSENÜBERDACHUNGEN** 

- MARKISEN VON markilux
- WINTERGÄRTEN
- METALLKONSTRUKTIONEN
- **INNOVATIVE TREPPEN- U. BALKONKONSTRUKTIONEN**

Planen Sie jetzt Ihren WINTERGARTEN oder Ihre TERRASSENÜBERDACHUNG.



### **WINTERGÄRTEN**

#### Wintergarten mit Schiebe- und Drehkippfenster

Kassetten-

markilux

Terrassendächer

Markise

Zur Beschattung mit Dach- und Fenstermarkisen von Markilux ausgestattet.

Die Wintergärten können mit doppel- oder dreifach Verglasung geliefert werden.



Aluminium Terrassendach mit 45° Ecke





#### pergola

Das elegante Markisensvstem auf schlanken Säulen

markilux



Auf'm Stück 12 • 56753 Welling

Telefon: (0 26 54) 96 20 89 Telefax: (0 26 54) 96 20 99 Mobil: (0160) 94 97 91 24

METALLBAU E-Mail: info@huerter-konstruktion.de

www.huerter-konstruktion.de





### Modernisieren mit Wärmepumpe

Rund 35 Prozent des deutschen Energieverbrauchs entfällt auf die Bereitstellung von Raumwärme und Warmwasser in Gebäuden. Etwa 40 Prozent aller CO<sub>2</sub>-Emissionen entstehen in diesem Bereich. Das liegt maßgeblich daran, dass die meisten Heizanlagen in Bestandsgebäuden unzureichend effizient arbeiten oder überaltert sind.

"Heizen auch Sie CO<sub>2</sub> neutral, schonen die Umwelt und zahlen keine CO<sub>2</sub> Abgabe."

> Der Einbau einer modernen Wärmepumpen Anlage ist heute in jedem Gebäude effizient möglich.

Wir beraten Sie gerne über attraktiven Fördermöglichkeiten.

Für eine Beratung in unseren anderen Gewerken stehen wir Ihnen gerne jederzeit zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Sie!



#### **FIRMENSITZ** Anschauer Straße 10 56729 Weiler

Tel. 02656-95288 0 Fax 02656-95288 20



info@gst-wagner.de www.gst-wagner.de



56751 Polch

Tel. 02654-88225 41

Fax 02654-88225 43

**KUNDEN-INFO-CENTER** 

Hans-Baulig-Platz | Kirchstraße 5



#### > DAS ETWAS MEHR AN SERVICE <

Der Fachbetrieb für die moderne Gebäudetechnik.



#### Unsere Leistungen für Sie

- Elektrotechnik
- Sicherheitstechnik
- Videoüberwachung
- TK-Anlagen
- Netzwerktechnik
- Wärmepumpen
- Heizung | Lüftung | Sanitär
- Klimatechnik
- Photovoltaik mit Speichersystemen

11 10



Husten, Schnupfen und Stimmungstiefs sind im Herbst und Winter für viele Menschen treue Begleiter. Auch wenn wir Abgeschlagenheit und Erkältungen der kalten Jahreszeit zuschreiben – häufig mangelt es dem Körper einfach an wichtigen Nährstoffen. Neben einer ausgewogenen Ernährung und Bewegung braucht unser Körper jetzt vor allem Antioxidanzien. Besonders wirksam: Ubiquinol und Astaxanthin.

#### Unterstützung aus der Natur

Antioxidanzien schützen den Körper vor freien Radikalen. Diese aggressiven Moleküle entstehen als Abfallprodukte aus dem Stoffwechsel und verursachen oxidativen Stress – vor allem unser Immunsystem reagiert darauf empfindlich. Vitamin C galt über viele Jahre hinweg als der wichtigste Nährstoff in der kalten Jahreszeit. Doch in der Natur gibt es noch weitaus stärkere Antioxidanzien. Ubiquinol und Astaxanthin sind natürliche Antioxidanzien, die der Körper sehr gut verwerten kann. Astaxanthin ist in Meerestieren wie Krabben oder Lachs enthalten – seine leuchtend rote Farbe ist auch

der Grund für die kräftige Rotfärbung dieser Tiere. Heute gewinnt man Astaxanthin jedoch aus Algen. Das natürliche Antioxidans verbessert die Antikörperproduktion und stärkt die Abwehr. Darüber hinaus ist es entzündungshemmend und hat Studien zufolge auch einen günstigen Einfluss beispielsweise auf die Muskulatur und das Gehirn – denn oxidativer Stress betrifft alle Bereiche des Körpers.

#### Energie für den Körper

Besonders gut ergänzt sich Astaxanthin mit Ubiquinol. Dieser ebenfalls natürliche antioxidative Nährstoff ist die körpereigene Form von Coenzym Q10. Er ist für die Energieproduktion in jeder einzelnen Körperzelle unverzichtbar und wirkt ebenfalls positiv auf das Immunsystem.

Einer Studie aus den USA zufolge haben Grippegeplagte einen deutlich niedrigeren Ubiquinol-Spiegel im Blut als gesunde Menschen. Eine gezielte Nahrungsergänzung mit dem Mikronährstoff kann demnach vorbeugend wirken. Zwar sind beide Vitalstoffe

auch in Lebensmitteln enthalten, doch für eine ausreichende Menge an Ubiquinol müsste man pro Tag rund 10 Kilogramm Brokkoli oder 60 Avocados essen, für ausreichend Astaxanthin fast ein ganzes Kilogramm Lachs. Einfacher ist es, die Antioxidanzien in Form von Kapseln aufzunehmen, die in der Apotheke oder online erhältlich sind.

Fazit: Vorbeugen ist alles! Die Natur kennt viele Vitalstoffe, die uns fit durch die Erkältungszeit bringen können. Wer sich dazu noch gesund ernährt und regelmäßig bewegt, kann gut gerüstet in den Herbst starten. akz-o





#### WIR SANIEREN IHRE FEUCHTEN WÄNDE IM KELLER ODER WOHNBEREICH OHNE AUSSCHACHTEN - MIT 25 JAHREN GARANTIE

Durch Feuchtigkeit in den Wänden entstehen Schimmel,
Ausblühungen, Salpeter und Abplatzungen,
die Bausubstanz wird angegriffen. Besteht das Problem
schon länger und bleibt unbehandelt, wird die
Wohnqualität eingeschränkt. Der Wert der Immobilie
wird dadurch nachhaltig gemindert.

TROCKENE WÄNDE

### SIE SIND EIGENTÜMER UND HABEN PROBLEME MIT FEUCHTIGKEIT IM KELLER ODER WOHNBEREICH?

**S**ichern Sie sich noch heute einen kostenlosen Ortstermin zur Schadenanalyse.

Wir sind Ihr Fachbetrieb vor Ort:



Bauwerkabdichtung-Expert GmbH & Co. KG Nordstr. 3 / 56412 Niederelbert



Web: www.bkm-mannesmann.de Mail: info@bwa-expert.de

GARANTIERT

### **UNSER KOSTENFREIES ANGEBOT**

- Schadensanalyse
- Sanierungskonzept
- Unverbindliches Angebot



JETZT KOSTENLOSE SCHADENSANALYSE ANFORDERN! DIREKT ANRUFEN! 02602/106 83 53

12

## Klasse statt Masse!

### Einbauküchen für jeden Geldbeutel

### Küchen Check Up für 49,00 €

- Einstellen/Justieren aller Fronten und Schubladen
- Lose Teile befestigen, z. B. Sockel, Blenden, Griffe oder ähnliches
- Überprüfung der Dichtigkeit Kühlschrank, Geschirrspüler, Backofen
- Reinigung Ablaufsiphon und Kontrolle Geruchsverschluss
- Analyse Stromverbrauch der vorhandenen Geräte
- Ausbesserung von Mängel oder Kratzer
- Ausgezeichnet zum 1A Küchenfachhändler

Küchentreff Blotzki • August-Horch-Straße 53 • 56751 Polch Telefon (0 26 54) 88 06 50 • Telefax (0 26 54) 88 06 51 Mobil (01 74) 4 44 76 67

kuechentreff@web.de • www.kuechentreff-blotzki.de



### Gutes Licht für Zuhause

Wir verbringen immer mehr Zeit in Innenräumen, egal ob auf der Arbeit, im Büro oder Zuhause. Hier sind wir künstlichen Lichtquellen ausgesetzt, damit wir unsere täglichen Aufgaben verrichten können. Dabei stehen die Lichtfarbe und Intensität häufig im Widerspruch zum natürlichen Tageslicht, an dem sich unsere innere Uhr orientiert und unser Körper gewöhnt ist.

#### Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit

Selbst wenn wir es nicht direkt bemerken, können schwaches Licht oder Flackern die Augen belasten und ermüden, zu starkes Licht blendet uns zudem. Licht hat somit einen großen Einfluss auf unser Wohlbefinden und unsere Leistungsfähigkeit. Viele Leuchten

haben ein statisches Licht, dass sich nicht an individuelle Bedürfnisse und Aufgaben anpassen lässt. Je nach Tätigkeit können jedoch unterschiedliche Lichtstärken und Farbtemperaturen nützlich sein. So brauchen wir z.B. für Schreibtischarbeit stärkeres Licht und eine höhere Farbintensität. während warmes Licht am Ende des Spektrums die Entspannung fördert. Hersteller geben häufig die Intensität an, die in Lux gemessen wird. Beim Kauf einer neuen Leuchte sollte

man aber auch auf den

Kelvinwert achten, der die Farbtemperatur ausweist. Auch die Lanalebiakeit der Glühbirne ist ein zunehmend wichtiges Kaufkriterium im Sinne der Umwelt, denn Glühbirnen und Leuchten mit kurzer Lebensdauer verursachen viel Abfall. LED Leuchten freuen sich daher immer größerer Beliebtheit in Deutschland. Jedoch können die Farbqualität und Helligkeit von LED Lampen abnehmen, je länger sie verwendet werden.

#### Individuelle Gegebenheiten

Inzwischen gibt es Leuchten, die sich dem Tageslicht automatisch anpassen. So auch die Dyson Lightcycle Arbeitsleuchte, die sich einfach mit der App verbinden lässt und so das Tageslicht imitiert. Die Leuchte gleicht ihre Farbtemperatur und Helligkeit mittels eines uhrzeit-, datums- und ortsabhängigen Algorithmus automatisch den individuellen Gegebenheiten an. Drei eingebaute kühle und drei warme LEDs simulieren das Sonnenlicht zwischen 2.700 und 6.500 Kelvin bei einer Helligkeit bis zu 1.000 Lux und zeichnen sich zudem dank patentierter Technologie durch ihre Langlebigkeit aus. Optimal also für die Arbeit am Schreibtisch ebenso wie für ruhigere Momente auf dem Sofa. akz-o

#### IMPRESSUM

B & S Verlag & Werbeagentur GmbH Geschäftsführerin Maria Brück • Lindenweg 4 • 56751 Polch Telefon (0 26 54) 8 80 73-0 • Telefax (0 26 54) 8 80 73-10 info@bs-verlag.info • www.bs-verlag.info • HRB 15030

B & S Verlag & Werbeagentur GmbH (v.i.S.d.P.)

Layout/DTP/Webdesign: Werbeagentur Liane Schäfer • www.ls-werbeagentur.de Brühlsche Universitätsdruckerei GmbH & Co. KG www.bruehlgiessen.de

Bild- & Textnachweis:

Herausgeber:

Druckerei:

Einzelnachweis jeweils am Bild und Text.

An alle Haushalte (Andernach • Mayen • VG Maifeld VG Mendig • VG Pellenz • VG Rhein-Mosel\* VG Vordereifel • VG Weißenthurm\*) per Dialogpost und über Lesezirkelpartner in die Wartezimmer der Region. \*Teilbelegung. **Gesamtauflage: 67.000** 

### Ökologisch bauen gesund wohnen

"Gesundes Bauen" mit ökologisch einwandfreien Baustoffen ist unsere oberste Maxime. Ihr eigenes Haus soll sparsam, zukunftsorientiert und so individuell wie Sie selbst sein? Jedes ISOWOODHAUS ist ein individuelles Projekt, geplant und umgesetzt nach Ihren persönlichen Ideen und Vorgaben. ISOWOODHÄUSER werden von qualifizierten Fachleuten nach den neusten Regeln der Technik in Elementen vorgefertigt. Externe Überwachungen und Zertifizierungen garantieren unseren Bauherren höchste Qualität.

Unser ökologischer Dämmstoff **ISOWOOD** ist der Hauptbestandteil der natürlichen Klimaanlage im ISOWOODHAUS. Im Winter warm. im Sommer angenehm kühl. ISOWOOD verbindet wie kein anderer Dämmstoff die Speicherfähigkeit und Schallschutzeigenschaften eines Steinhauses mit den vielen Vorteilen des Holz-Fertighauses. Die mit ISOWOOD gedämmten Wand-, Decken- und Dachelemente garantieren einen optimalen Temperatur- und Feuchtehaushalt. Ein ganzjähriges behagliches Wohlfühlklima ist der Beweis.













Natürlich - mein Zuhause

#### Persönlicher Service von Anfang an

Planung und Beratung mit ganz persönlicher Note. Ob Bungalow, Mehrfamilien- oder Einfamilienhaus - wir sind immer für Sie da. Und so individuell wie unser Service gestaltet ist, können Sie auch mit uns

Jedes ISOWOODHAUS ist ein Unikat. Kommen Sie mit Ihrem individuellen Wunsch zu uns und wir bauen Ihnen Ihr Traumhaus.



Wir schnüren das optimale Paket nach Ihren Ideen und Ihrem Budget. Eine eventuelle Eigenleistung nach Maß hilft Ihnen, Geld zu sparen. Auf Qualität brauchen Sie dabei nicht verzichten

#### **Birgit Hoernchen**

Fachberaterin Fertighaus (IHK) b.hoernchen@holzundraum.de











#### Ihre Vorteile auf einen Blick:

- hervorragende Wärmedämmung
- hohe Speicherfähigkeit
- 100% ökologischer Baustoff • sehr gute Schalldämmung
- Brand- und Setzungssicherheit
- für Allergiker:
- Wohnen ohne Schadstoffe
- zu Ihrer Sicherheit: extern geprüfte Qualität





#### Unser Musterhaus in Mülheim-Kärlich bei Koblenz

Schon von außen zeigt das ISOWOOD- Musterhausstraße 159 Musterhaus in Mülheim-Kärlich Format und überzeugt mit durchdachten Details. Kommen Sie doch einmal vorbei und überzeugen sich selbst von den

56218 Mülheim-Kärlich Tel. 02630 9569540 vertrieb@holzundraum.de Öffnungszeiten: Mi - So · 11 - 17 Uhr (und nach Vereinbarung)

www.isowoodhaus.de







96 kW (131PS), EZ: 03/2018 - 16.285 km

Neupreis: € 27.649,00 \* Artense Grau

**AKTIONSPREIS** 

€ 16.900.nn



**3008 ALLURE GT-LINE 165 EAT6** 

132 kW (180PS), EZ: 09/2018 - 10.816 km

Perlmutt-Weiß Neupreis: € 44.850,00 \*



**5008 GT-LINE THP 165 EAT6** 

121 kW (165PS), EZ: 07/2018 - 5.302 km

Neupreis: € 48.239,00 \* Perlmutt-Weiß



100

50

#### **308 GTI PURETECH 263**

193 kW (262PS), EZ: 05/2019 - 4.120 km

Neupreis: € 40.040,00 \* Magnetic Blau



**C3 AIRCROSS SHINE PURETECH 110** 

81 kW (110PS), EZ: 04/2019 - 4.760 km

Neupreis: **€ 23.965,00** \* Sand Beige



**C4 CACTUS SHINE PURETECH 110** 

81 kW (110PS), EZ: 04/2019 - 3.180 km

Neupreis: € 26.345,00 \* Emeraude Blau



**C5 AIRCROSS FEEL PURETECH 130** 

96 kW (131PS), EZ: 07/2019 - 2.560 km

Neupreis: € 32.579,00 \* Platinum Grau



C1 URBAN RIDE VTI 72 5-TÜRER

53 kW (72PS), EZ: 04/2019 - 3.520 km

Caldera Schwarz Neupreis: € 14.630,00 \*

Ständig über 100 Geschäfts- und Gebrauchtwagen im Bestand

Unser Leistungsversprechen: • Günstige Finanzierung ab 0,99%

- Sofortige Probefahrt

  14-Tage- Umtauschrecht\*
- Inzahlungnahme
- von Fahrzeugen

   PEUGEOT Qualitäts-Versprechen



ALLE

FAHRZEUGE

EURO

**6D-TEMP** 









Moritz Lischke

Heiko Meyer

Peter Krautkrämer

**Achim Nett** 

Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers \*\*Alter Verkaufspreis \*\*\* Gemäß den Umtauschbedingungen