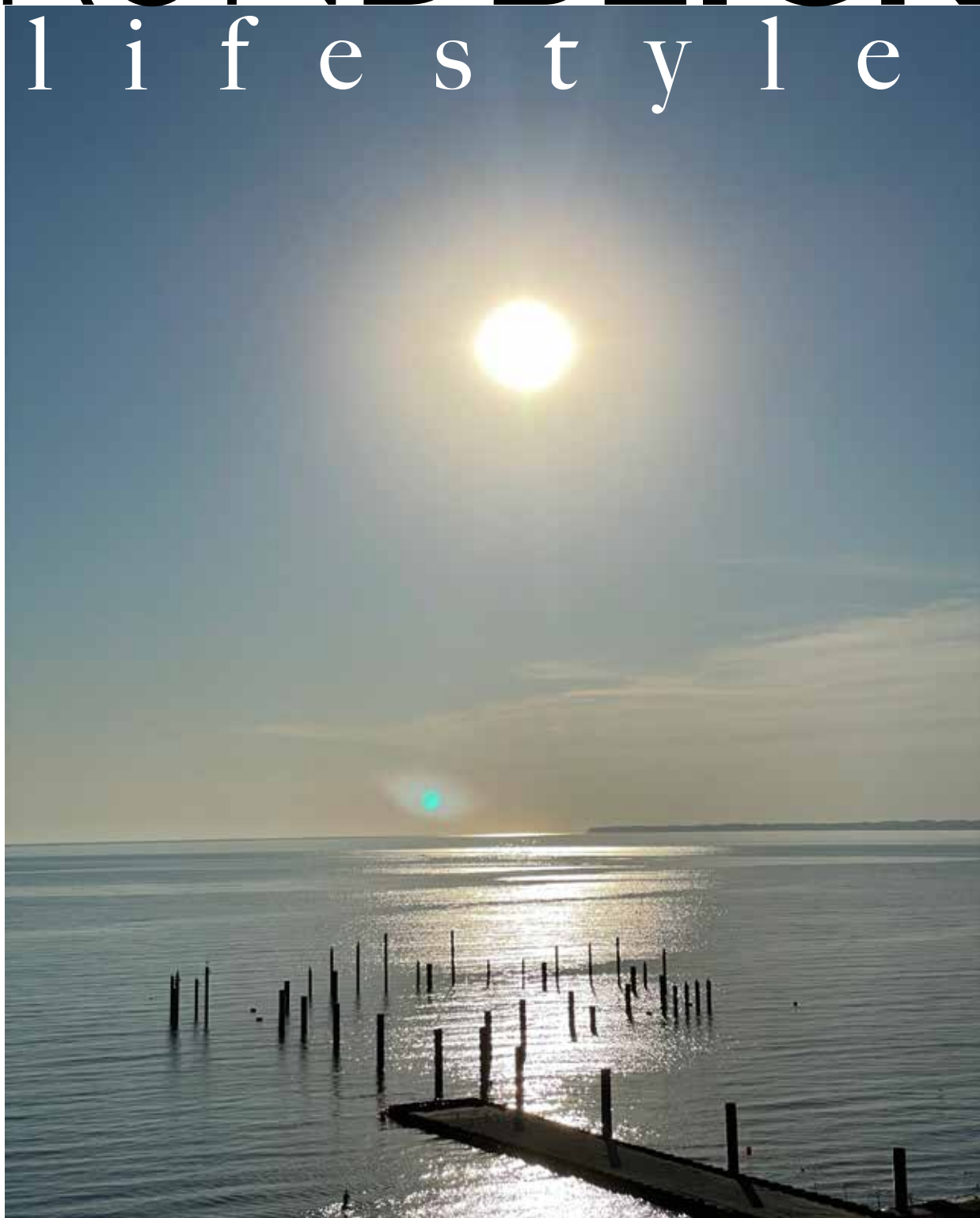


RUNDBLICK

l i f e s t y l e



Kamener Str. 37 · 59425 Unna-Königsborn

Tel. 023 03 - 77 1490 · Fax 023 03 - 77 14 91 · Mail: info@edeka-harhoff.de

Geschäftszeiten: Montag - Samstag 7.00 bis 21.00 Uhr



**Lassen Sie sich überraschen
und freuen Sie sich auf frische
Vielfalt und tolle Angebote!**

DAS NEUE EINKAUFSERLEBNIS:

- neue Marktgestaltung
- neue Bedientheken Fleisch/ Wurst, Käse und Fisch
- neue Obst- und Gemüseabteilung
- umweltschonende Kühltechnik
- energiesparende LED- Beleuchtung

Genießen Sie mit uns den Sommer in all' seinen Facetten!
Erfrischende Getränke vieles mehr finden Sie bei Ihrem Edeka Harhoff!

EDITORIAL

Liebe Leserinnen,
Liebe Leser,

die zweite Ausgabe unseres Lifestyle-Magazins liegt vor Ihnen.

Wieder einmal haben wir versucht, aus unterschiedlichen Bereichen interessante Themen für Sie heraus zu suchen und freuen uns, wenn Ihnen diese gefallen.

Des Weiteren wünschen wir Ihnen einen schönen Sommer sowie einen erholsamen Urlaub, egal ob zu Hause oder „in der Ferne“.

Das Team vom Rundblick Lifestyle wünscht Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Ihr Team vom Rundblick Lifestyle

IMPRESSUM

Herausgeber (V.i.s.d.P.)

Rundblick Kommunikation GmbH
Geschäftsführer:
Frank Kuhlmann
Katharina Nehlmeyer
Akazienweg 2, 59423 Unna

Verleger
Rundblick Kommunikation GmbH
Akazienweg 2, 59423 Unna

Redaktion dieser Ausgabe
Frank Kuhlmann, FK
Sebastian Suttrop

Grafik & Layout
Rundblick Kommunikation GmbH

Druck
mediaprint solutions GmbH
Eggertstraße 28, 33100 Paderborn

Mediadaten
Erscheinung 2x im Jahr
Die Auslage erfolgt zur kostenlosen Mitnahme für den Leser an frequentierten Orten in Unna, Kamen, Kamen-Herren, Bönen, Fröndenberg, Holzwickede.

Es gilt die Anzeigenpreisliste
Nr.2 von 01.01.2019

Fotoquellen:
Titelbild: by FK
Bild Seite 2: lookstudion on magnific
Bild Seite 4: by freepik
Bild Seite 5 links: FK
Bild Seite 5 rechts: by marymarke
vich on freepik

IN HA LT



GESUNDHEIT

- 06 Wir finden nichts- das ist psychosomatisch
- Dr. Ghiassi
- 08 Wenn Superhelden Zähne retten – das Zahn-
team Pelkum- Christian Nehlmeyer
- 10 Atlasfehlstellung
- 12 Minimalinvasive Implantologie – Schonend zu
festen Zähnen (Teil I)- Lutz Gerland
- 13 Cuxhaven- für jung und alt und pelzig
- 15 Pflegedienst Busch- seit 25 Jahren für den
Menschen da
- 16 Sonne auf der Haut. Keine Kompromisse für
dein Wohlgefühl.



26

LIFESTYLE

- 20 Drei Fragen an Joachim Döring, Juwelier Pletzsch
- 22 Restauration Luftgekühlter Porsche
- 25 Hundetafel Unna- Mitglied werden
- 26 Aktuelle Ausstellung Galerie Troner: Salome Berger
- 30 Von Nizza nach Monaco und zurück
- 34 Interview mit Manel in Motion
- 38 Summerfeeling mit vielen tollen Top-Bikes...
- 40 Rezept: Bananen- cookies



42

RECHT, FINANZEN & WIRTSCHAFT

- 42 Vintage Schmuck ist heute angesagt!
- 44 Immobilien-Abschreibung bei kürzerer Nutzungsdauer: BMF setzt BFH-Rechtsprechung nun um (Teil I)- René Zeps
- 45 Minijob 2026: Höherer Verdienst- Udo Speer
- 47 Realistische Kaufpreisfindung in einem sich wandelnden Markt- worauf Käufer achten sollten
- 48 Die ganze Welt in einer Tasse II- Schirmer

Wir finden nichts- das ist psychosomatisch



„Viele Beschwerden entstehen nicht durch einen einzelnen Auslöser, sondern durch das Zusammenspiel verschiedener Faktoren. Genau deshalb braucht Medizin manchmal einen ganzheitlichen Blick.“

Dr. med. Ardeshir Ghiassi

Volles Haus im Silbersaal der Westfalenhallen Dortmund: Dr. med. Ardeshir Ghiassi erklärte Zusammenhänge zwischen oberer Halswirbelsäule, Nervensystem und Beschwerden wie Schwindel oder Nackenschmerzen, demonstrierte Untersuchungen vor Publikum und wurde parallel live über Social Media übertragen.



Bild: Dr.Ghiassi

Text : Dr.Ghiassi

WARUM HUNDERTE MENSCHEN FÜR EINEN VORTRAG ÜBER SCHWINDEL UND DEN ATLAS NACH DORTMUND KAMEN

DORTMUND. Es ist ein Satz, den viele Betroffene irgendwann nicht mehr hören können: „Organisch ist alles unauffällig.“ Trotz Schwindel. Trotz Hinterkopf- und Nackenschmerzen. Trotz Sehstörungen, Ohrgeräuschen, Schlafproblemen oder Herzstolpern. Viele Betroffene leiden trotz zahlreicher Untersuchungen weiterhin unter Beschwerden, deren Zusammenhänge für sie häufig schwer nachvollziehbar bleiben.

WENN UNTERSUCHUNGEN KEINE ERKLÄRUNG LIEFERN

Genau darüber sprach der Dortmunder Orthopäde Dr. med. Ardeshir Ghiassi am 6. Mai 2026 im Silberaal des Kongresszentrums Westfalenhallen Dortmund. Sein Vortrag „Atlas-Fehlstellung: Mythos oder Wahrheit?“ sorgte für eine außergewöhnlich große Resonanz.

Bereits ab 17:00 Uhr füllte sich der Eingangsbereich des Kongresszentrums. Der Vortrag begann um 17:30 Uhr und dauerte mit einer kurzen 20-minütigen Pause bis etwa 21:00 Uhr.

Die rund 220 Sitzplätze waren nahezu vollständig ausgebucht. Zusätzlich standen laut Veranstalter etwa 400 weitere Interessenten auf der Warteliste. Parallel dazu wurde der Vortrag live auf TikTok übertragen und erzielte während der Übertragung rund 40.000 Aufrufe.

Bemerkenswert war auch: Die Teilnahme war für Besucher kostenlos. Trotz erheblicher Kosten für Saal, Organisation, Technik und Sicherheitspersonal sollte der Abend nach Angaben des Veranstalters vor allem der Aufklärung dienen.

Aufgrund des großen Andrangs wurde die Veranstaltung organisatorisch zusätzlich von Sicherheitspersonal begleitet.

EIN VORTRAG MIT AUSSERGEWÖHNLICHER RESONANZ

Viele Besucher reisten aus verschiedenen Städten Deutschlands an. Im Publikum saßen Menschen, die seit Jahren unter Beschwerden leiden und häufig bereits zahlreiche Fachrichtungen durchlaufen haben. Während des Vortrags machten sich zahlreiche Besucher ausführliche Notizen. Immer wieder kam es während des Abends zu spontanen Reaktionen und Applaus aus dem Publikum.

Der Vortrag war bewusst interaktiv aufgebaut. Im Rahmen mehrerer Symptomabfragen meldeten sich nach Angaben des Veranstalters teilweise etwa 30 bis 40 Prozent der Besucher bei bestimmten Beschwerdebildern.

Im Mittelpunkt des Vortrags standen Symptome wie Stirn-, Schläfen- und Hinterkopfschmerzen, Nackenschmerzen, Sehstörungen, Augenschmerzen, Schwindel, Ohrgeräusche, Zähneknirschen, Erschöpfung, Ein- und Durchschlafstörungen, Herzstolpern sowie Magen-Darm-Beschwerden.

Doch anders als viele erwarten würden, ging es nicht darum, „alles auf den Atlas zu schieben“.

EIN VORTRAG MIT AUSSERGEWÖHNLICHER RESONANZ

Viele Besucher reisten aus verschiedenen Städten Deutschlands an. Im Publikum saßen Menschen, die seit Jahren unter Beschwerden leiden und häufig bereits zahlreiche Fachrichtungen durchlaufen haben. Während des Vortrags machten sich zahlreiche Besucher ausführliche Notizen. Immer wieder kam es während des Abends zu spontanen Reaktionen und Applaus aus dem Publikum.

Der Vortrag war bewusst interaktiv aufgebaut. Im Rahmen mehrerer Symptomabfragen meldeten sich nach Angaben des Veranstalters teilweise etwa 30 bis 40 Prozent der Besucher bei bestimmten Beschwerdebildern.

Im Mittelpunkt des Vortrags standen Symptome wie Stirn-, Schläfen- und Hinterkopfschmerzen, Nackenschmerzen, Sehstörungen, Augenschmerzen, Schwindel, Ohrgeräusche, Zähneknirschen, Erschöpfung, Ein- und Durchschlafstörungen, Herzstolpern sowie Magen-Darm-Beschwerden.

Doch anders als viele erwarten würden, ging es nicht darum, „alles auf den Atlas zu schieben“.

NICHT DER ATLAS ALLEIN, SONDERN EIN KOMPLEXES ZUSAMMENSPIEL

Dr. Ghiassi erklärte vielmehr ein ganzheitliches Modell aus biomechanischen und psychosozialen Faktoren. Im Zentrum stand die obere Halswirbelsäule im Bereich C0 bis C3 sowie der sogenannte trigeminovaskuläre Komplex im Hirnstamm. Dabei handelt es sich um funktionell eng miteinander verbundene Nervenzentren, in denen Reize aus der oberen Halswirbelsäule und dem Kopfbereich verarbeitet werden.

Besonders ausführlich erklärte der Dortmunder Orthopäde das sogenannte psychosoziale Modell. Chronischer Stress, innere Anspannung oder eine dauerhafte Aktivierung des Nervensystems können die Atmung verändern. Viele Menschen wechseln dadurch unbewusst von einer ruhigen Bauchatmung in eine flache Brustkorb atmung.

Dadurch wird die Atemhilfsmuskulatur im Hals- und Schulterbereich stärker beansprucht.

Und genau dort beginnt laut Vortrag häufig ein Kreislauf, den viele Betroffene nie erklärt bekommen.

WIE STRESS, ATMUNG UND MUSKULATUR ZUSAMMENHÄNGEN KÖNNEN

Die dauerhaft erhöhte Spannung im Bereich der oberen Halswirbelsäule kann funktionelle Reizzustände begünstigen. Diese Reize können im trigeminovaskulären Komplex verarbeitet werden und dort die Wahrnehmung von Kopf- und Nackenbeschwerden mit beeinflussen. Nach aktuellen neurophysiologischen Modellen könnten auch Schwindel, Benommenheit, Sehstörungen oder bestimmte Kopfschmerzformen durch veränderte Signalverarbeitung im Zusammenspiel von Nacken, Gleichgewicht und visueller Wahrnehmung funktionell mit beeinflusst werden.

Auch biomechanische Faktoren spielten im Vortrag eine wichtige Rolle. Fehlhaltungen, muskuläre Dysbalancen, Bewegungsmangel, Kieferprobleme oder Einschränkungen des Brustkorbs können die natürliche Atemmechanik verändern und die Belastung der oberen Halswirbelsäule langfristig verstärken.

Im praktischen Teil des Vortrags demonstrierte Dr. Ghiassi verschiedene Untersuchungen an freiwilligen Teilnehmern. Unter anderem zeigte er, wie sich durch gezielte Reize im Bereich der oberen Halswirbelsäule bei manchen Betroffenen bekannte Beschwerdemus-

ter reproduzieren lassen. Ziel der Demonstrationen war es, funktionelle Zusammenhänge für das Publikum nachvollziehbar zu erklären.

FUNKTIONELLE BESCHWERDEN VERSTÄNDLICH ERKLÄRT

Gleichzeitig betonte Dr. Ghiassi mehrfach, dass Beschwerden nicht pauschal auf den sogenannten Atlaswirbel reduziert werden dürften.

„Der Körper funktioniert nicht isoliert“, erklärte der Dortmunder Orthopäde während des Vortrags. „Viele Beschwerden entstehen durch das Zusammenspiel verschiedener Faktoren.“

Gleichzeitig machte Dr. Ghiassi deutlich, dass funktionelle Beschwerden häufig Zeit, Geduld und die aktive Mitarbeit der Betroffenen erfordern.

„Viele dieser Prozesse entwickeln sich über einen längeren Zeitraum und benötigen daher oft auch einen ganzheitlichen und langfristigen Ansatz“, erklärte der Dortmunder Orthopäde.

Im Anschluss an den Vortrag blieb Dr. Ghiassi noch längere Zeit vor Ort, um Fragen aus dem Publikum zu beantworten. Viele Besucher nutzten die Gelegenheit zum persönlichen Austausch.

Genau dieser Ansatz scheint derzeit einen Nerv zu treffen.

MILLIONENREICHWEITE FÜR EIN THEMA, DAS VIELE BETRIFFT

Auch in den sozialen Medien stößt das Thema auf enorme Resonanz. Auf TikTok folgen Dr. Ghiassi aktuell über 112.000 Menschen, auf Instagram über 70.000.

Im Zeitraum vom 7. April bis 4. Mai 2026 erzielten seine Inhalte auf TikTok über 4,3 Millionen Aufrufe. Innerhalb der vergangenen zwölf Monate wurden seine Inhalte dort insgesamt rund 25 Millionen Mal angesehen. Auf Instagram erreichten seine Inhalte im Zeitraum vom 6. April bis 5. Mai 2026 zusätzlich rund 3 Millionen Aufrufe.

Für Oktober 2026 ist nach Angaben des Veranstalters bereits eine weitere Informationsveranstaltung geplant. Dabei sollen funktionelle Untersuchungs- und Analyseverfahren erneut praxisnah demonstriert und medizinische Zusammenhänge verständlich erklärt werden.

ORIENTIERUNG STATT SCHNELLER ANTWORTEN

Das erklärte Ziel des Dortmunder Orthopäden sei vor allem Aufklärung. Gerade in Zeiten langer Wartezeiten auf Facharzttermine wolle er medizinische Zusammenhänge verständlich erklären und Betroffenen helfen, ihre Beschwerden besser einzuordnen. Es gehe nicht darum, aus der Unsicherheit von Patienten Profit zu schlagen, sondern ihnen Orientierung, Verständnis und konkrete Hilfestellung zu geben.

Denn genau das sei laut vieler Besucher das eigentliche Problem: Nicht nur die Symptome selbst, sondern die Belastung durch anhaltende Beschwerden ohne nachvollziehbare Erklärung.

ÜBER DR. MED. ARDESHIR GHIASSI

Dr. med. Ardeshir Ghiassi ist Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie und tätig im Centrum Vitae MVZ GmbH Dr. Ghiassi und Kollegen in Dortmund-Brackel. Neben seiner klinischen Tätigkeit beschäftigt er sich intensiv mit funktionellen Beschwerden der Wirbelsäule sowie der verständlichen Vermittlung medizinischer Zusammenhänge über soziale Medien und öffentliche Vorträge.

Weitere Informationen: www.Centrum-Vitae.de

Wir suchen MFA (m/w/d) zum Soforteinstieg!

Jetzt Bewerbung per E-Mail senden an: bewerbung@centrum-vitae.de

Brackeler Hellweg 121 · 44309 Dortmund
Tel. 0231-590756 (Centrum Vitae)
Tel. 0231-17727035 (Privatpraxis)
E-Mail: mail@centrum-vitae.de

Termine auch bequem online buchen:
www.centrum-vitae.de

Vorstellung von Christian Nehlmeyer & dem Zahnteam Pelkum



Zahnteam Pelkum

Am Pelkumer Bach 13
59077 Hamm
02381 99 22 33

info@zahnteam-hamm.de
www.zahnteam-hamm.de

Sprechzeiten:

Montag, Dienstag & Donnerstag
8–12 Uhr und 14–18 Uhr
Freitag & Freitag
8–12 Uhr
Und nach Vereinbarung

Notfall?

Notdienstnummer:
01805-986700



Wenn moderne Zahnmedizin den Unterschied macht. Das Zahnteam Pelkum.

Wer denkt, ein Zahnarztbesuch bestehe aus angespannter Stille, piependen Geräten und dem berühmten „Mund bitte auf“, war noch nicht beim Zahnteam Pelkum. Denn hier trifft moderne Zahnmedizin auf eine gute Portion Humor.

Im Zentrum des Geschehens steht Praxisinhaber Christian Nehlmeyer.

Kein klassischer Zahnarzt mit erhobennem Zeigefinger, sondern eher der Typ: ruhig, direkt, lösungsorientiert – und immer mit einem trockenen Spruch parat, wenn die Situation es erlaubt. Unterstützt wird er von einem eingespielten Team, das genau weiß, wann Professionalität gefragt ist – und wann ein lockerer Kommentar die Nervosität eines Patienten deutlich besser löst als jede sterile Atmosphäre.

Angst vorm Zahnarzt? Nicht hier.

Hand aufs Herz: Viele Patienten kommen nicht unbedingt freiwillig. Aber genau hier zeigt sich die Stärke der Praxis. Statt Druck oder erhobenem Ton setzt man auf Verständnis, Aufklärung und eine entspannte Kommunikation.

Das Ergebnis: Patienten, die eigentlich „nur mal kurz gucken lassen wollten“, verlassen die Praxis oft mit dem Gedanken: „War ja gar nicht schlimm.“ Und das ist vermutlich das größte Kompliment, das man in dieser Branche bekommen kann.

Hightech trifft Bodenständigkeit

Neben aller Lockerheit wird eines schnell klar: Hier wird auf höchstem Niveau gearbeitet. Digitale Technik, moderne Implantologie und durchdachte Behandlungskonzepte gehören zum Alltag.

Oder anders gesagt: Während im Hintergrund High-End-Medizin läuft, fühlt sich der Patient vorne auf dem Stuhl einfach gut aufgehoben – ohne Fachchinesisch, ohne unnötige Dramatik.

Ein bisschen Unna, ein bisschen Pelkum

Wer genau hinschaut, entdeckt in der Praxis kleine Details, die man so nicht erwartet: außergewöhnliche Deko, ein Hauch Popkultur und ein Stil, der bewusst anders ist als das klassische „weiß auf weiß“.

Das hat Methode. Denn Ablenkung ist oft der beste Weg, um Anspannung zu reduzieren – gerade bei Patienten, die dem Zahnarztbesuch sonst eher skeptisch gegenüberstehen.

Fazit: Mehr als nur Zähne

Das Zahnteam Pelkum ist keine Praxis, die einfach nur Behandlungen „abarbeitet“. Es ist ein Ort, an dem moderne Zahnmedizin auf Menschlichkeit trifft – und wo man merkt, dass ein Zahnarztbesuch auch anders funktionieren kann.

Hier werden nicht nur Zähne behandelt – sondern auch ein bisschen das Gefühl, das man vorher im Bauch hatte.



**Ihr Lächeln liegt
uns am Herzen.**



Atlasfehlstellung

Mythos oder medizinische Realität?

Der medizinische Informationsabend von Dr. Ghiassi, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie und Leiter des Medizinischen Versorgungszentrums Centrum Vitae in Dortmund Brackel, stieß am 11. März im Silbersaal des Kongresszentrums der Westfalenhallen Dortmund auf außergewöhnlich große Resonanz. Mehr als 400 Anmeldungen gingen im Vorfeld ein. Um den Besuchern ausreichend Raum zu bieten, wurde die Bestuhlung im Silbersaal bewusst auf 160 Plätze begrenzt. Auch digital war das Interesse bemerkenswert. Der Vortrag wurde live über Social Media übertragen. Zeitweise verfolgten bis zu 800 Menschen gleichzeitig die Veranstaltung online, und innerhalb der zweistündigen Übertragung wurde der Vortrag insgesamt 12.986 Mal aufgerufen. Während der Veranstaltung gingen über 900 Fragen ein, die Dr. Ghiassi sowohl während des Vortrags als auch in einer Pause und am Ende der Veranstaltung ausführlich beantwortete. Die große Aufmerksamkeit überrascht kaum. Denn Dr. Ghiassi erreicht auch außerhalb seiner Praxis ein stetig wachsendes Publikum. Seit etwas mehr als einem Jahr ist er auf Social Media aktiv und erklärt dort unter dem Namen *HerrDoktor_G* komplexe orthopädische und neurophysiologische Zusammenhänge verständlich und zugleich unterhaltsam. Inzwischen folgen ihm rund 40.000 Menschen auf Instagram und über 90.000 auf TikTok. Seine Beiträge wurden innerhalb dieses Zeitraums mehr als 24 Millionen Mal angesehen. Allein auf Instagram erreichen seine Inhalte mittlerweile über 1,5 Millionen Aufrufe pro Monat.



NÄCHSTER VORTRAG IM MAI

Aufgrund der großen Nachfrage lädt Dr. Ghiassi am 6. Mai erneut in das Kongresszentrum der Westfalenhallen Dortmund ein. Der Vortrag findet wieder im Silbersaal der Westfalenhallen statt. Das Thema des Abends lautet: „Atlasfehlstellung. Mythos oder medizinische Realität?“

Im Mittelpunkt steht die obere Halswirbelsäule zwischen Schädelbasis und dem dritten Halswirbel. Dieser Bereich gehört zu den sensibelsten Abschnitten der gesamten Wirbelsäule, da hier wichtige Verbindungen zwischen Gehirn, Nervensystem und Körper verlaufen.

Im Vortrag wird der Frage nachgegangen, welche Rolle dieser Bereich möglicherweise bei Beschwerden spielen kann, die viele Betroffene häufig über lange Zeit nicht richtig einordnen können. Dazu gehören unter anderem Sehstörungen, Kopfschmerzen im Stirn-, Schläfen- oder Hinterkopfbereich, Nackenschmerzen, Ohrgeräusche, Schwindel, Erschöpfung, Ein- und Durchschlafstörungen, Herzstolpern sowie Magen-Darm-Beschwerden.

Gleichzeitig wird erläutert, welche verbreiteten Begriffe medizinisch tatsächlich haltbar sind. Dazu gehören beispielsweise Atlasblockade, Faszienverklebung, Muskelverkürzung oder Beckenverschiebung. Ebenso wird der Frage nachgegangen, ob Bezeichnungen wie Atlasfehlstellung oder Atlasblockade medizinisch korrekt sind und was im Bereich der oberen Halswirbelsäule tatsächlich geschieht.

Großes Interesse im Silbersaal:
Dr. Ghiassi während seines Vortrags am 11. März in den Westfalenhallen Dortmund.



Um diese komplexen Zusammenhänge verständlich zu machen, arbeitet der Vortrag erneut mit Animationen und anschaulichen Darstellungen, damit die Funktionen des Nervensystems und die Zusammenhänge im Bereich der oberen Halswirbelsäule nachvollziehbar erklärt werden können. **Der Informationsabend ist kostenfrei.** Aufgrund der Lage im Kongresszentrum der Westfalenhallen können jedoch Parkgebühren anfallen. **Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, bitten wir um eine frühzeitige Anmeldung per E-Mail an vortrag@centrum-vitae.de.**



CENTRUM VITAE
DORTMUND · BERLIN

Medizinisches Versorgungszentrum GmbH
Dr. Ghiassi & Kollegen

Brackeler Hellweg 121
44309 Dortmund
Tel. 0231-590756
Buchung von Onlineterminen
direkt auf www.centrum-vitae.de

[centrumvitae](https://www.instagram.com/centrumvitae)

ArthroSynex wurde entwickelt, um die normale Funktion von Gelenken, Knochen, Knorpel, Bindegewebe und Muskeln gezielt zu unterstützen.

Die Kombination aus Strukturstoffen, Vitaminen, Mineralstoffen und pflanzlichen Bestandteilen begleitet den Bewegungsapparat bei Alltag, Sport und körperlicher Belastung.

Gezielt ausgewählte Mikronährstoffe unterstützen die Kollagenbildung, die normale Knochen- und Muskelfunktion sowie den zellulären Schutz vor oxidativem Stress und tragen damit zu einer ganzheitlichen Versorgung des Bewegungsapparates bei.

- ✓ Erhaltung normaler Knochen
- ✓ Normale Bindegewebsbildung
- ✓ Erhaltung von Bindegewebe
- ✓ Antioxidativer Schutz



Ideal für Menschen ab 35, Sportler und alle, die Ihre Beweglichkeit unterstützen wollen.

BaseSynex wurde zur gezielten Mineralstoffergänzung im Alltag entwickelt und unterstützt den Säure-Basen-Stoffwechsel, den Energiestoffwechsel sowie den Elektrolythaushalt.

Ausgewählte Mineralstoffe und Spurenelemente tragen zur Verringerung von Müdigkeit, zur normalen Funktion von Nerven und Immunsystem sowie zum zellulären Schutz vor oxidativem Stress bei.

Begleitet den Alltag bei einseitiger Ernährung, erhöhter körperlicher oder mentaler Belastung und eignet sich zur langfristigen, kontinuierlichen Basisversorgung.

- ✓ Reduzierung von Müdigkeit
- ✓ Muskelfunktion und Elektrolyte
- ✓ Immunsystem-Unterstützung
- ✓ Antioxidativer Zellschutz



Ideal für Menschen ab 30 und alle, die sich im Alltag belastet fühlen oder den Körper gezielt unterstützen möchten.

NeuroSynex wurde entwickelt, um das Nervensystem, den Energiestoffwechsel und die mentale Leistungsfähigkeit gezielt zu unterstützen.

Die durchdachte Kombination aus Magnesium, einem vollständigen Vitamin-B-Komplex sowie den Nukleotiden Uridinmonophosphat und Cytidinmonophosphat begleitet den Körper bei geistiger Belastung, Stress und erhöhter Alltagsanforderung.

Die enthaltenen Mikronährstoffe sind auf eine funktionelle Unterstützung von Nervenfunktion, Energiehaushalt und psychischer Balance im Alltag ausgerichtet.

- ✓ Unterstützt die normale Nervenfunktion
- ✓ Fördert Energiestoffwechsel
- ✓ Reduziert Müdigkeit
- ✓ Unterstützt Blutbildung & Zellteilung



Ideal für Menschen ab 30 und alle, die sich im Alltag gestresst fühlen oder die Nerven gezielt unterstützen möchten.

VSX[®]
VITASYNEX

Hergestellt in

Deutschland



Nahrungsergänzungsmittel nach Zusammenstellung von einem Facharzt für Orthopädie & Unfallchirurgie

Der menschliche Organismus ist durch das koordinierte Zusammenspiel verschiedener physiologischer Funktionen geprägt, einschließlich Nervenfunktion, Energiestoffwechsel und mentaler Prozesse.

VitaSynex verfolgt einen funktionellen Ansatz. Unsere Nahrungsergänzungsmittel basieren auf ausgewählten Mikronährstoffen und sind so konzipiert, dass sie den Körper im Alltag sinnvoll begleiten können, im Rahmen einer ausgewogenen Ernährung und eines bewussten Lebensstils.

KUNDENSTIMMEN ★★★★★

Peter A. über ArthroSynex:

"Ich habe schon lange Arthrose in den Knien und viele Mittel ausprobiert, aber kaum etwas hat geholfen, seither hat sich meine Beweglichkeit spürbar verbessert."

Birgit F. über BaseSynex:

"Seit ich Base 2 Mal täglich einnehme, fühle ich mich nicht mehr so müde und ausgelaugt."

Thomas K. über NeuroSynex:

"Bei mir wirkt es in stressigen Phasen angenehm ausgleichend. Ich fühle mich mental ruhiger und weniger schnell erschöpft."

Jetzt online bestellen auf

vitasynex.de

**VERSANDKOSTENFREIE LIEFERUNG
AB 50 EURO BESTELLWERT!**

Hinweis: Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und gesunde Lebensweise. Die aufgeführten Health Claims entsprechen den zugelassenen Angaben der EFSA gemäß Verordnung (EG) Nr. 1924/2006. Andere Inhaltsstoffe werden auf Basis ihrer natürlichen Herkunft oder traditionellen Verwendung beschrieben. Bei Unsicherheiten zur Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln wird empfohlen, vorab einen Arzt oder Apotheker zu konsultieren.

Dr. med. dent.

LutzGerland

Praxis für innovative und ästhetische
Zahnheilkunde in Unna-Königsborn



*...und Ihre Zähne
werden lachen!*



Parodontologie

Gesundes Zahnfleisch sorgt
für besten Halt Ihrer Zähne



Moderne Zahnästhetik

Inlays und Kronen aus Vollkeramik;
Immer da, aber unsichtbar



Implantatversorgung

Als wären es die eigenen Zähne



Prophylaxe

Professionelle Zahnreinigung;
Empfehlen wir 2-4 mal im Jahr



Barrierefreie Praxis

für unsere Patienten mit Rollstuhl



Zahnarztpraxis Dr. med. dent. Lutz Gerland

Mo+Di: 8–12 Uhr & 14.30–18 Uhr

Mi: 8–12 Uhr • Do: 8–12 Uhr und

14.30–19 Uhr, Fr: 8–14 Uhr

Schützenstraße 33

59425 Unna-Königsborn

Tel. 02303-69469

Cuxhaven- für jung und alt und pelzig

Auszeit zwischen Meer, Watt und maritimem Flair



Wer dem Alltag entfliehen möchte, findet in Cuxhaven den perfekten Ort für eine erholsame Auszeit. Die Stadt an der Nordsee begeistert mit frischer Seeluft, langen Sandstränden und der einzigartigen Landschaft des Wattenmeers. Ob bei einem Spaziergang am Strand, einer Wattwanderung oder einer Fahrradtour entlang der Küste – hier stehen Entspannung und Natur im Mittelpunkt.

Zu den bekanntesten Sehenswürdigkeiten zählt die „Alte Liebe“, die historische Aussichtsplattform am Hafen. Von hier aus lassen sich vorbeiziehende Schiffe auf der Elbe aus nächster Nähe beobachten. Ebenfalls sehenswert ist die Kugelbake, das Wahrzeichen Cuxhavens und einst wichtige Orientierungshilfe für die Schifffahrt.

Ein besonderes Naturerlebnis bietet das Wattenmeer, das zum UNESCO-Weltnaturerbe gehört und bei geführten Wattwanderungen entdeckt werden kann. Schön für die gesamte Familie und ein wirklich besonde-

res Erlebnis ist die Fahrt mit der Kutsche bei Ebbe durch das Wattenmeer zur Insel Neuwerk. Dort kann man bei einem kurzen Aufenthalt ein Stück Kuchen im Kaffee genießen oder sich die Beine vertreten und die Insel kennenlernen.

Hunde sind gerne gesehene Besucher solange man sich an die Strandabschnitte hält, die für die Vierbeiner freigegeben sind.

Auch der Hafen mit seinen Fischkuttern und Ausflugschiffen lädt zum Bummeln ein. Von dort starten Fahrten zur Insel Helgoland oder zu den Seehundbänken. Museen, gemütliche Cafés und fangfrischer Fisch runden den Aufenthalt ab und machen Cuxhaven zu einem vielseitigen Reiseziel für Erholungssuchende, Naturfreunde und Familien gleichermaßen.

25

Wir haben gefeiert!

**EIN FAMILIEN-
UNTERNEHMEN IN UNNA**

JAHRE



PFLEGEDIENST BUSCH

25 Jahre Pflegedienst Busch – Ein Familienunternehmen mit Herz feiert Jubiläum

Ein besonderes Jubiläum gab es jetzt in Unna zu feiern: Der Pflegedienst Busch blickt auf 25 erfolgreiche Jahre zurück. Gemeinsam mit Mitarbeitenden, langjährigen Wegbegleitern, Partnern und Gästen wurde dieses Ereignis in festlicher Atmosphäre begangen – ein schöner Anlass, um Danke zu sagen und auf eine bewegte Unternehmensgeschichte zurückzublicken.

Seit der Gründung steht der Pflegedienst Busch für eine ambulante Pflege, die den Menschen in den Mittelpunkt stellt. Als Familienunternehmen prägen Werte wie Vertrauen, Verantwortung, Respekt und persönliche Nähe bis heute das tägliche Handeln. Diese familiäre Unternehmenskultur spiegelt sich nicht nur im Umgang mit den Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen wider, sondern auch im Miteinander des Teams. Viele Mitarbeitende sind dem Unternehmen seit vielen Jahren verbunden – ein Zeichen für gegenseitige Wertschätzung und Zusammenhalt.

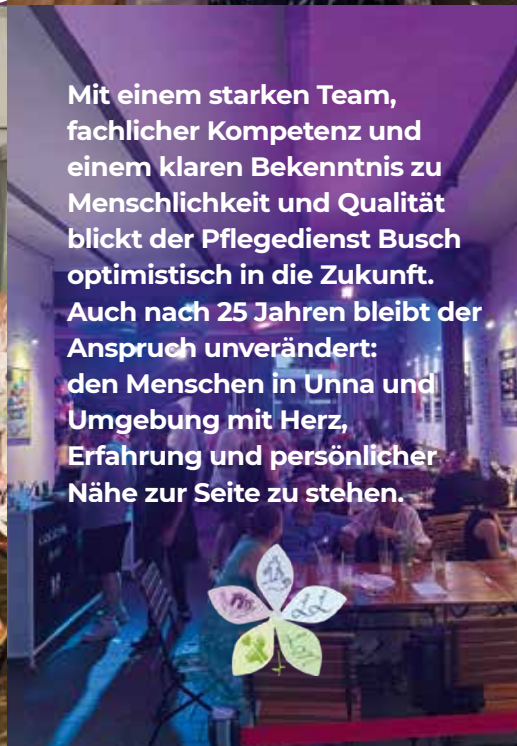
Vielen herzlichen Dank!

Die Jubiläumsfeier war vor allem ein Fest des Dankes. Gewürdigt wurden die Menschen, die den Erfolg des Unternehmens möglich gemacht haben – engagierte Mitarbeitende, treue Partner und alle, die den Pflegedienst Busch über viele Jahre begleitet haben.

26.6.26



Schön war's



Mit einem starken Team, fachlicher Kompetenz und einem klaren Bekenntnis zu Menschlichkeit und Qualität blickt der Pflegedienst Busch optimistisch in die Zukunft. Auch nach 25 Jahren bleibt der Anspruch unverändert: den Menschen in Unna und Umgebung mit Herz, Erfahrung und persönlicher Nähe zur Seite zu stehen.



Sonne auf der Haut. Keine Kompromisse für dein Wohlgefühl.

Der erste Kaffee auf der Terrasse. Ein Spaziergang mit der Familie. Ein Wochenende am See. Die schönsten Momente des Sommers haben eines gemeinsam: Sie fühlen sich leicht an.

Genau so sollte sich auch dein Sonnenschutz anfühlen.

Mit den RINGANA FRESH Sunscreens für Gesicht und Körper schützt du deine Haut nicht nur vor UVA- und UVB-Strahlen, sondern pflegst sie gleichzeitig mit ausgewählten Pflanzenölen und hochwertigen Pflanzenextrakten. Im Mittelpunkt steht dabei mineralischer Sonnenschutz auf Basis von Zinkoxid. Dieser legt sich wie ein feiner Schutzschild auf die Haut und reflektiert die Sonnenstrahlen, anstatt sie chemisch umzuwandeln.

Mineralische UV-Filter gelten besonders bei empfindlicher Haut als bewährte Alternative und werden von vielen Dermatologen geschätzt. Zinkoxid schützt unmittelbar nach dem Auftragen und bietet zuverlässigen Schutz vor UVA- und UVB-Strahlung.

Doch guter Sonnenschutz ist heute mehr als nur ein Lichtschutzfaktor.

Es geht um das gute Gefühl, deiner Haut jeden Tag etwas Gutes zu tun. Um die Freiheit, draußen aktiv zu sein. Um die Sicherheit, dass Schutz und Pflege Hand in Hand gehen.

Während andere Sonnencremes oft als notwendiges Übel empfunden werden, wird Sonnenschutz mit RINGANA zu einem selbstverständlichen Teil deiner täglichen Beauty-Routine. Morgens nach der Pflege im Gesicht. Vor dem Spaziergang. Vor dem Sport. Vor dem Urlaub.

Weil schöne Haut nicht erst morgen beginnt. Sondern heute.

Scanne jetzt den QR-Code und entdecke den Sonnenschutz, den deine Haut den ganzen Sommer lieben wird.



Katharina Nehlmeyer,
Telefon: 015114980816
E-Mail: Katharina.nehlmeyer@yahoo.com

AKTION!

**AUF SCHUHE FÜR LOSE EINLAGEN
GIBT ES BEI UNS 20%**

Solange der Vorrat reicht



Ihre
Spezialistin für
**Spangenbehandlung
und eingewachsene
Fußnägel in
Unna!**



**Podologische Praxis
Beate Suttrop**

staatl. geprüfte med. Fußpflege • alle Kassen & Privat

Holbeinstraße 10a • 59423 Unna
Ärztelhaus am Ev. Krankenhaus

Tel. 0 23 03 / 98 63 99

www.podologie-unna.de

Allpresan®
Gut zu Fuß

KINDER WACHSEN AUS VIELEM HERAUS, KURZSICHTIGKEIT
MUSS JEDOCH SOFORT BEHANDELT WERDEN

RODENSTOCK MYCON, UM DIE AUGENGESUNDHEIT IHRES KINDES LANGFRISTIG ZU SCHÜTZEN

WIR PRÄSENTIEREN:

RODENSTOCK MYCON

Rodenstock MyCon Gläser sind darauf ausgelegt,
Kurzsichtigkeit, auch Myopie genannt, zu korrigieren.
Sie gewährleisten scharfes Sehen und wirken dem
Fortschreiten der Myopie bei Kindern entgegen.

Wulfkühler & Ader GbR
Morgenstr. 5 | 59423 Unna
Tel. 02303/773484 | www.wulfkuehler-ader.de


Wulfkühler & Ader
... die Optikermeister


RODENSTOCK

DIE NÄCHSTE GENERATION SMART GLASSES

Auch in Ihrer Sehstärke!

Ray-Ban

∞ Meta

Wulfkühler & Ader 
... die Optikermeister





PORSCHE DESIGN

EXKLUSIVE KONDITIONEN

Bis zu **40% Rabatt**
auf alle vorrätigen
Porsche Design Uhren
bei Juwelier Pletzsch.

Wir freuen uns auf Sie!

Westenhellweg 7
Dortmund

Pletzsch
JUWELIER SEIT 1897

dortmund@pletzsch.de
0231 52 54 91

3 FRAGEN an

Joachim Döring

Geschäftsleiter von Juwelier Pletzsch
in Dortmund



Herr Döring, warum lohnt sich ein Besuch bei Juwelier Pletzsch auch dann, wenn man noch gar nicht genau weiß, wonach man sucht?

Bei uns finden Sie ein breites Sortiment an Schmuck, Trauringen, Verlobungsringen und exklusiven Uhrenmarken. Dazu kommen persönliche Beratung, besondere Angebote und immer wieder kleine Überraschungen vor Ort.

Juwelier Pletzsch ist weit mehr als ein klassisches Fachgeschäft. Was erwartet Ihre Kunden über das Einkaufserlebnis hinaus?

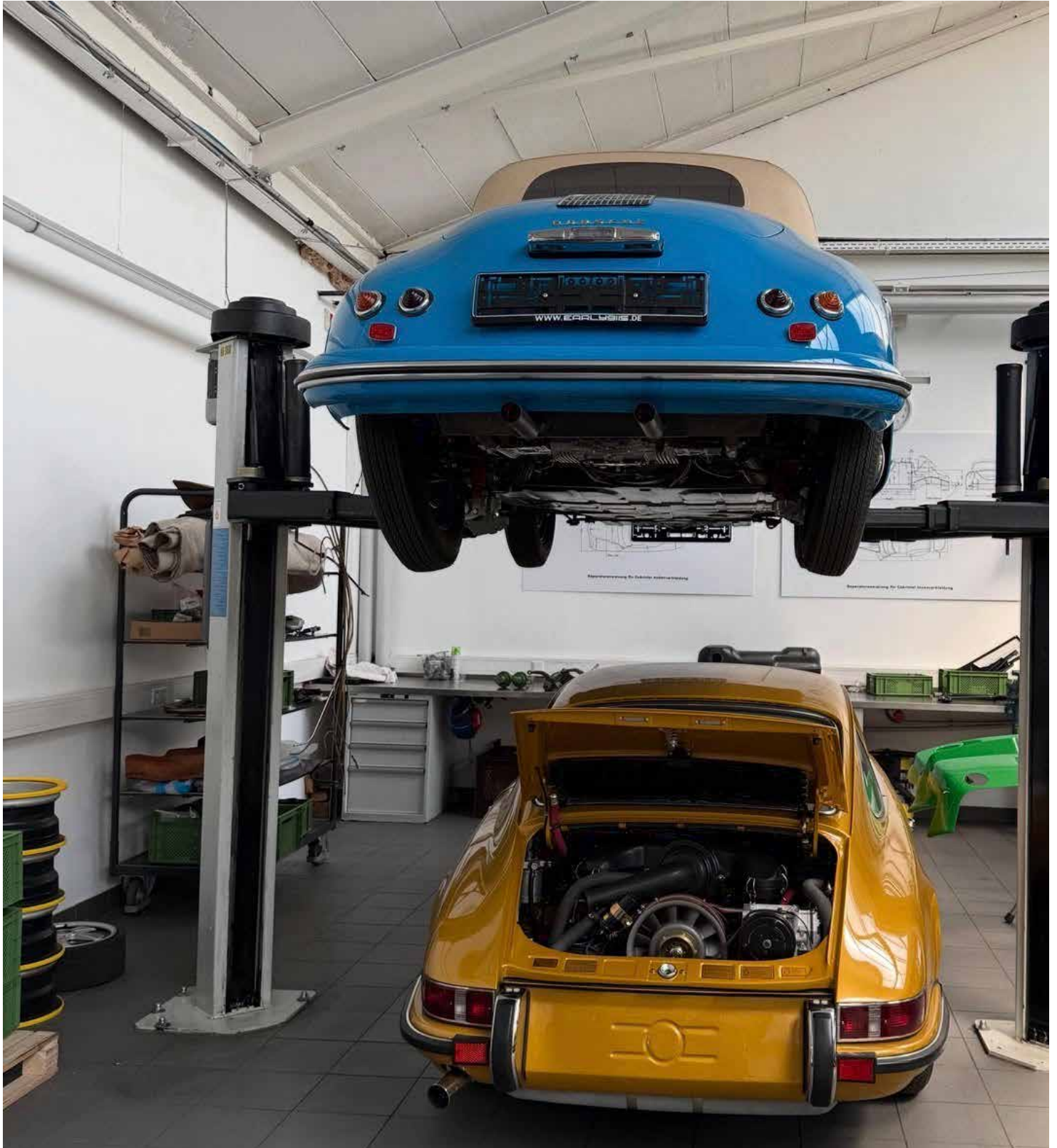
Mit exklusiven Veranstaltungen, Neuheiten führender Marken und spannenden Kooperationen schaffen wir immer wieder besondere Anlässe für einen Besuch.

Viele Kunden wissen gar nicht, dass hinter Juwelier Pletzsch eine besondere Geschichte steht. Was macht Ihr Unternehmen einzigartig?

Juwelier Pletzsch ist eine 100-prozentige Tochter der Gold-Kraemer-Stiftung. Damit verbindet unser Unternehmen exklusive Schmuck- und Uhrenkultur mit gesellschaftlicher Verantwortung.

Restauration Luftgekühlter Po

„Luftgekühlt“ - Aber Bitte Original!



Porsche



Die Faszination ‚Porsche‘ beginnt oftmals bereits im zarten Kindesalter und das sicherlich nicht nur beim männlichen Geschlecht.

Insbesondere die luftgekühlten 911er gelten für zahlreiche Fahrer/innen und Sammler/innen als die ikonischen Modelle schlechthin.

Angefangen beim 356 über F- und G- Modell und 964 bis zum letzten luftgekühlten Elfer, dem 993, begeistern diese Autos durch ein ursprüngliches Fahrgefühl, wo weder überladene Elektronik noch unzählige technische Helferlein das reine Fahrerlebnis und die Beziehung zum Gefährt und zur Straße „verwaschen“.



Wer zum ungefilterten Fahrspaß zusätzlich ein Fahrzeug als Invest kaufen möchte, sollte in jedem Fall wichtige Punkte beim Kauf eines vintage 911'ers beachten.

Essenzielle Faktoren sind zum Beispiel die Originalität des Kfz, ein lückenloses Scheckheft und Historie, sowie Unfallfreiheit, um nur Einige zu nennen.

Wer auf Nummer sicher gehen will, schaut nach einem Händler, der eine 1A Seriosität und Verlässlichkeit nachweisen kann.

Wir hatten die Gelegenheit, in Wuppertal die Firma Early911s besuchen zu dürfen und Informationen zum Unternehmen, der Firmenphilosophie sowie den dort angebotenen Fahrzeugen zu erhalten.

Wer einen außergewöhnlichen luftgekühlten Porsche mit Wertsteigerungspotential sucht oder sein Fahrzeug von Grund auf von



Top-Experten restaurieren lassen möchte, ist hier genau richtig.

Erste Informationen gibt es auf der Homepage und im Video „Die Porschemeister“, welches im Internet leicht zu finden ist.

Eine weitere Top-Adresse für Restauration, Lackierungen und spezielle Arbeiten am Fahrzeug ist die Firma Rump GFK Formbau in Geseke.

Auch dort kann man sein Fahrzeuge von Grund auf neu aufbauen und lackieren lassen und das nach alten Techniken, wie sie damals bei Porsche üblich waren.

HILFE, DIE ANKOMMT – FÜR PFOTEN IN NOT.

Wir von **Hände für Pfoten – Hundetafel Unna e.V.** unterstützen Hunde und ihre Menschen, wenn Hilfe dringend gebraucht wird.

FÖRDERMITGLIED WERDEN

Ja, ich möchte Hände für Pfoten – Hundetafel Unna e.V. als Fördermitglied unterstützen.

Name, Vorname _____

Straße, Hausnummer _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____

E-Mail _____

Geburtsdatum _____

☐ Ich erkenne die Satzung von Hände für Pfoten – Hundetafel Unna e.V. an.
Die Satzung kann auf Anfrage eingesehen werden.



Mit einem Jahresbeitrag von nur 15,00 € unterstützen Sie unsere Arbeit. Die Mitgliedschaft kann jederzeit auch telefonisch gekündigt werden.

Ort, Datum _____

Unterschrift _____

SO KANNST AUCH DU HELFEN:



Mitgliedschaft
Jahresbeitrag nur 15,00 €



Die Mitgliedschaft kann jederzeit auch telefonisch gekündigt werden.

Als Hände für Pfoten Mitglied erhältst du:



einen persönlichen Mitgliederausweis



direkten Zugang zu allen tierschutzrelevanten Informationen

Spendenkonto:
Hände für Pfoten –
Hundetafel Unna e.V.

IBAN:
DE52 4435 0060 1001 0144 38
oder per PAYPAL



Hände für Pfoten – Hundetafel Unna e.V. | Postfach 10 28 10 | 59448 Unna
Telefon: 0160 96338352 | E-Mail: info@haendefuerpfoten-unna.de

www.haendefuerpfoten-unna.de

Aktuelle Ausstellung/en ^{Anzeige} Troner Galerie

SALOME BERGER - VERFLECHTUNGEN





Mit Verflechtungen präsentiert die Galerie Anna Troner die erste Einzelausstellung von Salome Berger und führt damit eine künstlerische Position ein, die sich mit großer Sensibilität und zugleich analytischer Präzision dem Verhältnis von Körper, Bild und Transformation widmet. Im Zentrum von Bergers Arbeiten steht die Frage nach der Darstellbarkeit von Körperlichkeit – nicht als stabile Form, sondern als Prozess, als Übergang, als Zustand ständiger Veränderung.

Ausgangspunkt ihrer Werke ist häufig das fotografische Bild. Berger nutzt eigene Fotografien als Material, das sie in Collagen überführt und anschließend in Malerei transformiert. Diese Übertragung ist kein bloßer medialer Wechsel, sondern ein komplexer Vorgang der Verschiebung und Neuorganisation: Das fotografische Fragment verliert seine dokumentarische Eindeutigkeit und wird zum offenen Bildträger, der im malerischen Prozess überarbeitet, überlagert und neu codiert wird. Die Künstlerin arbeitet dabei vornehmlich mit Ölfarbe, deren spezifische Eigenschaften – von opaker Verdichtung bis hin zu transluzenten Schichtungen – sie gezielt einsetzt, um unterschiedliche Grade von Sichtbarkeit und Verbergung zu erzeugen.

Gerade im Übermalen liegt ein zentrales Moment ihrer Praxis. Berger folgt hier einem Prinzip, das sich programmatisch als „Kill your darlings“ beschreiben lässt: Bildteile werden nicht bewahrt, sondern bewusst wieder infrage gestellt, überdeckt und transformiert. In diesem Spannungsfeld zwischen Zeigen und Verbergen entstehen Bildräume, die sich einer eindeutigen Lesbarkeit entziehen. Die Oberfläche wird zur Zone des Übergangs, in der frühere Zustände noch als Spur vorhanden sind, ohne sich vollständig rekonstruieren zu lassen. Malerei erscheint hier nicht als abschließendes Medium, sondern als offener Prozess, in dem sich Bildentscheidungen kontinuierlich verschieben.

Formal manifestiert sich dieses Verfahren in einer vielschichtigen Bildsprache, die zwischen Fragmentierung und Verbindung oszilliert. Körper werden nicht als abgeschlossene Einheiten dargestellt, sondern als fragile Konstellationen aus Teilformen, Überlagerungen und Übergängen. Haut, Gliedmaßen und Bewegungsansätze verschränken sich miteinander, lösen sich auf und bilden neue, hybride Figurationen. Der Titel der Ausstellung, Verflechtungen, verweist genau auf dieses Ineinander von Formen, Zuständen und Bedeutungen, ohne eine eindeutige narrative Struktur vorzugeben.

Ein wichtiger Bezugspunkt ist dabei Bergers Interesse an Bewegung und Körperlichkeit im Kontext des Tanzes. Diese Herkunft ist in den Arbeiten spürbar, ohne explizit dargestellt zu werden: Die Figuren erscheinen nicht statisch, sondern als Momente im Fluss, als Verdichtungen von Bewegung. Besonders in den großformatigen Arbeiten wird dies deutlich, in denen fragmentierte Körper, Hautpartien und gestische Spuren in ein komplexes Beziehungsgefüge treten. Die Übergänge sind hier weich, beinahe fließend, wodurch sich die einzelnen Elemente nicht klar voneinander trennen lassen. Stattdessen entstehen Zwischenzonen, in denen Körper ineinander überzugehen scheinen und sich gegenseitig durchdringen.

Im Gegensatz dazu arbeiten die kleineren Formate stärker mit Verdichtung und Schichtung. Hier entstehen intime, oft geheimnisvolle Bildräume, in denen sich einzelne Fragmente überlagern und zu farbindensiven, schwer greifbaren Kompositionen verbinden. Die Nähe der Bildteile zueinander verstärkt den Eindruck einer inneren, beinahe psychischen Körperlichkeit, die weniger auf äußere Form als auf Wahrnehmung und Empfindung verweist.

Kunsthistorisch lassen sich vielfältige Bezüge herstellen. Die fragmentierte Körperlichkeit evoziert surrealistische Bildstrategien, wie sie etwa bei Max Ernst angelegt sind, während die collageartigen



Strukturen in ihrer Plastizität und Farbigkeit zugleich Parallelen zu James Rosenquist erkennen lassen.

Gleichzeitig verweist die intensive Auseinandersetzung mit dem Körper auf skulpturale Fragestellungen, wie sie etwa bei Camille Claudel angelegt sind. Berger führt diese unterschiedlichen Referenzen jedoch nicht als Zitat zusammen, sondern überführt sie in eine eigenständige, zeitgenössische Bildsprache.

So entsteht eine Malerei, die sich zwischen Figuration und Abstraktion bewegt, ohne sich eindeutig einer der beiden Kategorien zuordnen zu lassen. Der Körper ist präsent, aber nie vollständig fassbar; er erscheint als Spur, Fragment oder Übergang. Verflechtungen beschreibt damit nicht nur das formale Prinzip der Arbeiten, sondern auch ihr inhaltliches Anliegen: die Darstellung von Körperlichkeit als ein offenes Gefüge, das sich ständig verändert und neu organisiert.



Anna Maria Troner



Adresse:

Altstadt 10,
40213 Düsseldorf

Telefon:

0211 666020

Web:

www.Troner.com

E-Mail:

troner@troner.com

Öffnungszeiten:

Di - Fr 11 - 18 Uhr
Sa Terminvereinbarung

EIGENHEIM VERKAUFEN.

WOHNUNG MIETEN.

KONZEPT60+



PRÄSENTATION & VERMARKTUNG IHRER IMMOBILIE

Wir setzen Ihre Immobilie gezielt in Szene und entwickeln eine maßgeschneiderte Präsentationsstrategie. Das Vermarktungskonzept inkl. Präsentation auf reichweitenstarken Kanälen legen wir gemeinsam mit Ihnen fest.



MIETWOHNUNGEN AUS EIGENEM BESTAND

Mit dem Konzept60+ können Sie exklusiv von unseren Mietwohnungen aus eigenem Bestand profitieren. Unsere Neubauwohnungen sind durchdacht konzipiert und barrierefrei gestaltet, damit Sie sich rundum wohlfühlen.



PROFITIEREN SIE VON UNSERER EXPERTISE

Mit praxisorientierter Expertise und einem breiten Netzwerk begleiten Sie Maike Köhler und Longinus Jaeger bei dem Verkauf Ihrer Immobilie diskret und professionell. Sie vertreten Ihre Interessen zuverlässig und zielführend.

**JETZT
ANFRAGEN!**



INFO@HSI-IMMOBILIEN.COM

02301 9690050 | WWW.HSI-IMMOBILIEN.COM

HSI
IMMOBILIEN

Von Nizza nach Monaco und zurück

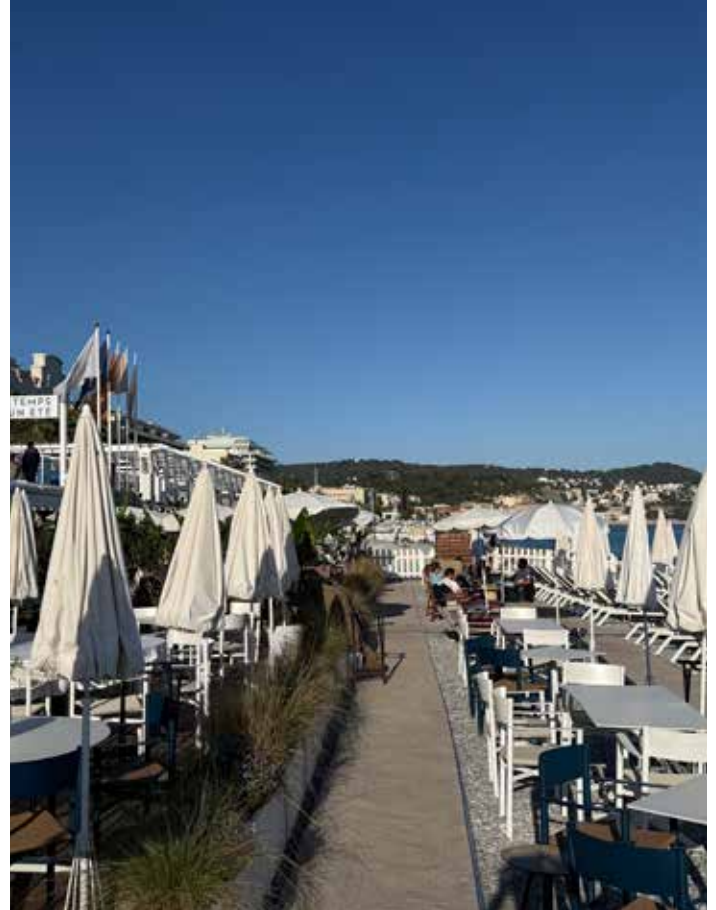


Wer schon mal in Nizza war, wird vermutlich nicht zum letzten Mal dort gewesen sein.

So erging es auch mir und ich nehme es vorweg, weitere Besuche dieser Stadt und seiner Umgebung werden folgen.

Nachdem ich bereits vor zwei Jahren erstmalig dort ankam - bei Starkregen - dachte ich mir: Das alles muss man nicht wirklich haben!

Aber bereits nach einigen Stunden, fing mich der Charme dieses wunderbaren Ortes ein.



Ob nun die zahlreichen Lokale, die sich draußen aneinander reihen und zum Abend hin leider schnell überfüllt sind oder aber die herrliche Architektur und die vielen, schönen Geschäfte, das alles - zusammen mit dem unschlagbaren Blick aufs Meer - sowie die gute Laune, die überall herrscht, lassen sehr schnell ein unvergessliches Urlaubsfeeling aufkommen.

Ausfahrten in die nähere Umgebung - mit dem Bus oder dem Auto - vertiefen dieses Gefühl und man möchte eigentlich gar nicht mehr weg.

Zu der näheren Umgebung zähle ich bewusst

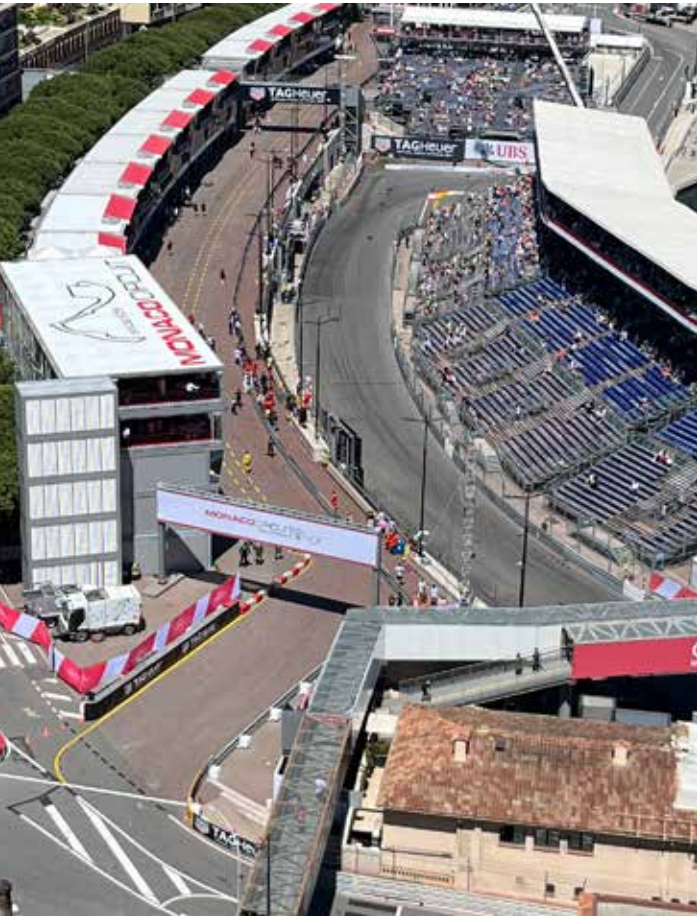


auch Monaco, welches von Nizza nur ca. 20 Kilometer entfernt liegt und mit dem PKW relativ schnell zu erreichen ist. Die Fahrt dorthin belohnt einen mit einer fantastischen Landschaft, die man gesehen haben sollte.

Monaco selbst - und man kann sagen, die Stadt der „Schönen & Reichen“ - ist völlig anders wie Nizza, fasziniert aber eben durch diesen Luxus und die Menschen, die dort leben.

Wer auf Autos und insbesondere Rennen steht, sollte versuchen Monaco an einem Formel 1 -





oder Klassik - Event zu besuchen.
Letzteres durfte ich zum zweiten mal erleben
und erneut war es etwas ganz Besonderes.
Ein Hotel frühzeitig zu buchen, ist natürlich Voraussetzung.

Wer luxuriös in Nizza wohnen möchte, findet dort zahlreiche Hotels mit Blick auf's Meer und wer es besonders haben möchte und gleichzeitig außergewöhnliche Kunst liebt, der bucht sich im Negresco ein.

Ich sage nur: Viel Spaß bei Ihrem nächsten Urlaub in Nizza!



DRANBLEIBEN STATT DAUERKAMPF

Endlich **dranbleiben** auf dem Weg
zu deinem Wunschkörper – mit
Leichtigkeit im Kopf und Alltag.

Bei mir findest du:



WORKSHOPS

Wissen, Motivation und
Austausch.



TRAINING

Stärker werden statt
ständig neu anfangen.



REZEPTE

Einfach, lecker und
alltagstauglich.



INSPIRATION

Impulse für mehr Leichtigkeit
im Alltag.



*Dein Weg.
Dein Tempo.*



www.manel-in-motion.de



[@manel_in_motion](https://www.instagram.com/manel_in_motion)


Manel in Motion

Interview mit Manel in Motion

Frau Wladyka, wenn Sie unseren Leserinnen und Lesern heute einen Gesundheitsimpuls mitgeben könnten – welcher wäre das?

Bleibt in Bewegung!

Wir alle wünschen uns, möglichst lange gesund, mobil und selbstständig zu bleiben. Genau dabei spielt Bewegung eine entscheidende Rolle. Sie stärkt unsere Muskeln, unser Herz-Kreislauf-System und unsere Knochen. Was besonders in unserer modernen, schnelllebigen Welt besonders zählt: Bewegung fördert unser mentales Wohlbefinden und baut Stress ab!

Warum ist regelmäßige Bewegung gerade mit zunehmendem Alter so wichtig?

Unser Körper folgt einem einfachen Prinzip: Was wir nutzen, bleibt erhalten. Was wir vernachlässigen, baut er nach und nach ab.

Muskelkraft, Gleichgewicht, Beweglichkeit und Ausdauer sind keine Selbstverständlichkeit. Sie möchten regelmäßig trainiert werden. Wer in Bewegung bleibt, hat oft länger die Möglichkeit, alltägliche Aufgaben eigenständig zu erledigen – sei es Treppensteigen, Einkäufe tragen, vom Boden aufstehen oder mit Enkeln spielen. Dabei geht es nicht darum, Höchstleistungen zu erbringen. Viel wichtiger ist Regelmäßigkeit. Schon kleine Bewegungseinheiten im Alltag können einen großen Unterschied machen. Genau deshalb ist Bewegung für mich ein wichtiger Baustein für Lebensqualität.

Viele Menschen wissen das, bleiben jedoch trotzdem nicht dran. Woran liegt das?

Meine Beobachtung: Weil Bewegung häufig als Pflichtprogramm verstanden wird. Viele denken sofort an schweißtreibende Workouts, perfekte Trainingspläne oder mehrere Stunden Sport pro Woche. Das wirkt schnell überfordernd.

Dabei darf Bewegung viel alltagstauglicher sein. Ein Spaziergang, eine kurze Kräftigungseinheit, Treppen statt Aufzug oder zehn aktive Minuten zwischen zwei Terminen können bereits

einen Unterschied machen. Dranbleiben entsteht nicht durch Perfektion, sondern durch Regelmäßigkeit. Und wer dann einmal Blut geleckt hat, steigert seine Leistung meist von ganz allein bzw. viel selbstverständlicher.

Was würden Sie Menschen empfehlen, die heute anfangen möchten?

Klein starten. Viele Menschen warten auf DEN perfekten Moment, auf DIE große Motivation. Beides kommt und geht. Darauf zu hoffen, lässt uns unser sportliches Vorhaben oft bis ins Unendliche schieben.

Deshalb: Einfach starten! Bewegung darf sich gut anfühlen. Wer einen Weg findet, der zum eigenen Alltag passt, hat deutlich bessere Chancen, langfristig dranzubleiben.

Ihr Motto lautet „Dranbleiben statt Dauerkampf“. Was bedeutet das für Sie persönlich?

Für mich bedeutet es, Gesundheit als ein langfristiges Gut zu betrachten. Es geht nicht darum, für ein paar Wochen alles perfekt zu machen. Jeder kennt das: Lebensumstände ändern sich ständig. Deshalb geht es mir vielmehr darum, Gewohnheiten aufzubauen, die auch in stressigen Lebensphasen funktionieren. Und genau deshalb ist Dranbleiben wertvoller als jede Perfektion.

Zum Abschluss: Welche Botschaft möchten Sie unseren Leserinnen und Lesern mit auf den Weg geben?

Dass wir unseren Körper bewegen können, wird uns oft erst in Momenten von Krankheit oder Einschränkung bewusst. Mein Wunsch ist, dass Menschen Bewegung nicht als weiteren Punkt auf ihrer To-do-Liste betrachten, sondern als Geschenk.

Also: Lasst uns in Bewegung bleiben – Schritt für Schritt, Tag für Tag!

MITMACH-ELEMENT MIT QR-CODE

Jetzt seid ihr dran: Bewegungsimpulse von Manel

1. Sit-to-Stand-Test:

Wie fit ist dein zukünftiges Ich? Der einfache Alltagstest gibt dir einen spannenden Hinweis auf deine Kraft, Mobilität und Selbstständigkeit.

QR-Code scannen und direkt ausprobieren.



2. Vollgas:

10 Power-Minuten für Herz, Kreislauf und Energie
Kurz, effektiv und perfekt für alle, die Bewegung unkompliziert in ihren Alltag integrieren möchten. Ein hochintensives Training, dass dich in kurzer Zeit ins Schwitzen bringt.

QR-Code scannen und mitmachen.



Innovativ, bezahlbar und klimafreundlich Wohnen

UKBS
Ihr guter Nachbar

Klimaschutz ist für uns bei der UKBS eine Herzensangelegenheit. Ressourcen zu schonen und für eine saubere Umwelt zu sorgen - das alles ist uns genauso wichtig wie bezahlbarer Wohnraum.



Hier wohne ich schlau 👆

Enttechnisiert & energieautark

Weniger Technik ist mehr - wir denken an die Zukunft und entwickeln Neubauten mit möglichst hohem Grad an Energieautarkie.

Unabhängig von steigenden Strom-, Gas- oder Ölpreisen können hier unsere Mieter*innen kostengünstig mit Energieflat wohnen - nachhaltig, kalkulierbar, umweltfreundlich und zukunftsorientiert. So zum Beispiel bei unseren fünf Mehrfamilienhäusern in der Heinrichstraße in Unna-Königsborn. Photovoltaik-Anlagen erzeugen die notwendige Energie, Infrarot-Heizungen sorgen für wohlige Wärme. In der Praxis bedeutet das: kein Gasverbrauch, kein CO₂-Ausstoß.



Bezahlbarer Wohnraum - frei finanziert & öffentlich gefördert

Unser Ziel ist es, bezahlbaren und zugleich qualitativ hochwertigen Wohnraum zu schaffen. Wir sorgen für ein ansprechendes Wohnumfeld, fördern die Gemeinschaften in den Wohnquartieren und bieten unseren Mieter*innen einen umfassenden Service.

Ob unsere Mehrgenerationen-Wohnprojekte, Betreuungsangebote oder die vergünstigten haushaltsnahen Dienstleistungen - der Gründungsgedanke der sozialen Verpflichtung gegenüber den Menschen der Region ist für uns aktueller denn je. Mit einem Anteil von rund 50 % öffentlich gefördertem Wohnraum halten wir zudem für Menschen ohne oder mit nur geringem Einkommen ein breites Wohnungsangebot bereit. Aktuelles Beispiel ist unser Projekt „Am Auenpark“ in Selm. 31 der 61 Wohnungen sind hier öffentlich gefördert.



Heizen mit Eis - unser Solarhaus

Herzstück des Solarhauses in Kamen ist die intelligente Kombination einer umweltfreundlichen Solaranlage mit dem Eisspeicher-Heizsystem. Zusammen versorgen sie 30 komfortable Wohnungen mit Wärme und heißem Wasser. Im Zusammenspiel mit der Flächenheizung wird der Eis-Energiespeicher im Sommer zusätzlich genutzt, um dem Gebäude Wärme zu entziehen und es zu kühlen. Dieses Natural Cooling verschwendet keine fossile Energie und erfolgt CO₂-frei.

Ein innovatives Projekt, über das sogar bereits der WDR in seiner „Lokalzeit“ berichtet hat.



Neugierig oder interessiert?

Dann sprechen Sie uns gerne auf unsere Wohnungen, Wohnanlagen sowie Neubauprojekte an!

UKBS
Ihr guter Nachbar



UKBS | Unnaer Kreis-Bau- und Siedlungsgesellschaft mbH
Friedrich-Ebert-Straße 32, 59425 Unna



02303 2827-0



info@ukbs.de



www.ukbs.de

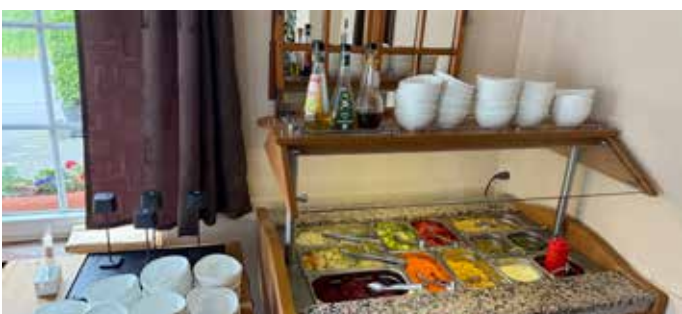


ukbs_unna

Haus Mersmann - Mehr Als Nur Gut Essen!



Danke für 10 Jahre gute Zusammenarbeit!




Spezialitäten-Restaurant
HAUS MERSMANN
Hertingerstraße 158
59427 Unna
Telefon: 02303 80 46 0

Summerfeeling mit vielen tollen Top-Bikes...

...von Eurem Radhaus Gerhardt in Dortmund Aplerbeck!
Wir freuen uns auf Euren Besuch!

Neben unserem umfangreichen und vielseitigen Sortiment an Fahrrädern und Zubehör, bieten wir Ihnen mit unserer eigenen Werkstatt stets bestmöglichen Service.
Zu unseren Leistungen zählen:

Click & Collect

Notreparatur

Bike-Leasing

Miet-, Servicebike

Bike- Versicherung



Utopia Velo Möwe

Die Möwe von Utopia Velo ist ein gut zu kontrollierendes Reisefahrrad für alle, die Komfort und Dynamik verbinden möchten und das auch auf längeren Strecken, da sie sich den unterschiedlichsten Fahrstilen anpasst.



Der leichte & schlanke Rahmen unterstützt ein agiles, dynamisches Fahrgefühl und eignet sich bestens auch für kleinere Rahmengrößen. Dadurch ist die Möwe ideal für Fahrerinnen und Fahrer, die ein ausgewogenes Reiserad suchen.

Alle weiteren Informationen zu diesem außergewöhnlichen Bike findet Ihr im Video mit Klaus Gerhardt vom Radhaus Gerhardt!

Scannt mit Eurem Handy den QR-Code und schon geht's hier zum Video:



rundblick



Riese & Müller Nevo Core

Das Nevo Core von Riese & Müller kann getrost als Alltagsallrounder bezeichnet werden und das zu einem moderaten Preis. Es ist extrem komfortabel und einfach zu handhaben, egal auf welchem Untergrund, egal ob man schnell oder langsam fährt. Dafür sorgt u.a. die gefederte Sattelstütze, der tiefe Durchstieg für leichtes Auf- und Absteigen und der steife Rahmen. Zuverlässig unterstützt werden Sie dabei von dem kraftvollen Bosch Performance Motor mit 85 Newtonmeter.

Weitere Details zu diesem coolen Bike gibt es im Video mit Klaus Gerhardy vom Radhaus Gerhardy!

Hier geht es zum Video:



Kontakt:
Radhaus Gerhardy,
Köln-Berliner Str. 34, 44287 Dortmund,
Tel. 0231-445803, www.radhaus-gerhardy.de,
Öffnungszeiten: Mo-Fr. 9-18 Uhr und Sa. 9-13 Uhr.



BANANEN-COOKIES

Ein Mix aus natürlicher Süße, der Kernigkeit von Haferflocken und einer sanft-weichen Textur: So darfst du dir den Geschmack dieser Frühstücks-Cookies vorstellen.

Reife Bananen sind echte **Energie-Booster**. Durch ihre natürlichen Kohlenhydrate schenken dir diese Cookies einen sanften Energieschub – ideal für einen kraftvollen Start in den Tag. Dazu **Kalium** für dein Herz und deine Muskeln sowie wertvolles **Vitamin B6** für deinen Stoffwechsel.

Das Beste an diesem Rezept: Es kommt komplett **ohne Mehl, Mixer und Wartezeit** aus. Super, oder?

Auf einen Blick



6 STÜCK



FERTIG IN 25 MINUTEN



CA. 150 KCAL PRO COOKIE



Nüsse & Chiasamen liefern gesunde Fette und Eiweiß



pflanzliche Omega-3-Fettsäuren aus Weizenkleien



nur natürliche Süße, kein Industriezucker nötig

ZUBEREITUNG

1. Bananen vorbereiten

Bananen schälen und in einer Schüssel mit einer Gabel zu einem Mus zerdrücken. Nach Geschmack dürfen einige Bananestückchen erhalten bleiben.

2. Teig anrühren

Weizenkleie, Haferflocken, Chia- und Hanfsamen, Nüsse, Zimt und Kardamom zum Mus geben. Alles gründlich zu einer gleichmäßigen, feuchten Masse verrühren.

3. Formen

Mit zwei Esslöffeln 6 gleich große Häufchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Etwas flachdrücken, damit sie cookie-förmig werden.

4. Backen

Bei 170 °C Umluft etwa 15 Minuten goldbraun backen. Nach der Backzeit sind die Cookies noch etwas weich und werden beim Auskühlen fester.

Mein Genusstipp: Schoko-Drops oder gehackte Datteln bringen extra Geschmack!

GUTEN APPETIT!

ZUTATEN



2 REIFE, MITTLERE BANANEN



25 G WEIZENKLEIE



50 G ZARTE HAFERFLOCKEN



50 G KERNIGE HAFERFLOCKEN



1 EL CHIASAMEN + 2 EL HANFSAMEN



25 G GEHACKTE NÜSSE, Z. B. WALNÜSSE ODER HASELNÜSSE



1/2 TL ZIMT + 1 PRISE KARDAMOM



KH ~23 g | EW ~5,3 g | F ~6 g | Werte können je nach verwendeten Zutaten leicht variieren



frisch verspeisen oder 4 Tage
luftdicht verpackt haltbar



Die Cookies eignen sich super als gesunder
Energie-Snack vor dem Sport



Lust auf mehr Rezepte, Einblicke in meinen Alltag und kurze
Trainingseinheiten? Dann folge mir auf Instagram

MANEL_IN_MOTION

Vintage Schmuck ist heute angesagt!



Ein einzigartiges, handgefertigtes Armband aus 18-karätigem Gold mit einer Breite von 22 mm, einem Gesamtgewicht von 105 Gramm und besetzt mit 35 Edelsteinen wie Amethysten, Opalen, Saphiren, Smaragden, Turmalinen, Rubinen, Tigeraugen und Malachiten.

Wer, wie wir, mit Vintage Schmuck aus den 50 er bis 80 er Jahren handelt, empfiehlt seinen Kunden, möglichst nie neuen Schmuck zu kaufen, da bei neuem Schmuck die Kosten des Juweliers für seine handwerkliche Tätigkeit, Design, Marketing, Ladenmiete und Personal eingepreist werden müssen. Deshalb kalkuliert der Juwelier bei neuem Schmuck mindestens mit

dem dreifachen des aktuellen Materialwerts!

Dagegen sind diese Kosten bei Vintage-Schmuck bereits abgeschrieben, sodaß sich der Preis stärker am Materialwert orientiert.

Besonders gefragt sind heute die breiten und schweren „Wirtschaftswunder-Armbänder“ in Gold, eine

Mode nach dem Krieg aus den 50 er und 60 er Jahren, als man mit dem Tragen dieser auffälligen Armbänder dokumentieren wollte, „wir haben es geschafft!“

Ebenfalls im Trend und besonders favorisiert in adeligen Kreisen, liegen auch die eleganten Panzerarmbänder in Gold und besetzt mit farbenfrohen Edelsteinen.

Diese Schmuckstücke sind aufgrund des damals weitaus günstigeren Goldpreises viel massiver gearbeitet, als heutige Stücke, denn z.B. kostete 1960 ein Gramm 750 er Gold ca. 1,80 €, währenddessen heute ein Gramm 750 er Gold ca. 90,- € kostet, d.h., heutzutage würde es ein kleines Vermögen kosten, Schmuck in der massiven Qualität von damals zu fertigen!

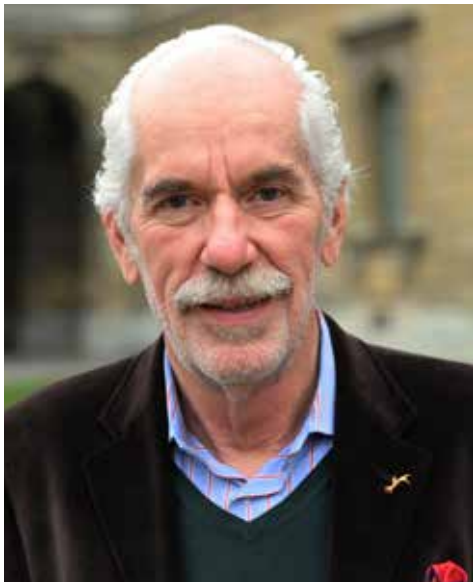
Somit empfiehlt es sich, qualitativ hochwertigeren Schmuck aus den 50 er und 60 er Jahren zu einem Preis zu kaufen, der, je nach Schmuckstück, oft nur 50% über dem heutigen Materialwert liegt!



Manschettenknöpfe: 18-karätiges Gold mit zwei quadratischen Saphiren und zwei runden Smaragden mit einem Gesamtgewicht von fast 16 Gramm.



Dieses Armband aus 18-karätigem Gold mit einem Gesamtgewicht von 55 Gramm ist mit 10 Diamanten und einem oval geschliffenen Citrin, Aquamarin, Amethyst, Mondstein, grünem und rosa Turmalin besetzt.



REYGERS
VINTAGE TIMEPIECES

Widenmayerstrasse 49
D - 80538 München ·
Germany

galerie@reygers.com
<http://www.reygers.com>

Telefon +49 (0) 89 - 220 370
Telefax +49 (0) 89 - 220 620
Mobil +49 (0)171 - 810 58 98



Offener, flexibler Armreif aus 18-karätigem, gebürstetem Gold, an jedem Ende mit einem fein ziselierten Widderkopf mit Filigranarbeit verziert.



Ein sehr feines Armband aus 18-karätigem Roségold mit einer Breite von 35 mm und einem Gewicht von ca. 75 Gramm in perfektem Zustand.



Immobilien-Abschreibung bei kürzerer Nutzungsdau- er: BMF setzt BFH-Recht- sprechung nun um

René Zeps, Steuerberater Teil 1

Nach jahrelanger Diskussion sorgt ein aktuelles Schreiben des Bundesministeriums der Finanzen (BMF) endlich für Klarheit bei der Abschreibung von Immobilien. Die Finanzverwaltung setzt damit die Rechtsprechung des Bundesfinanzhofs (BFH) zur verkürzten tatsächlichen Nutzungsdauer um und erleichtert Steuerpflichtigen künftig den Nachweis einer höheren Abschreibung. Für viele Eigentümer von vermieteten Immobilien eröffnet sich damit erhebliches steuerliches Gestaltungspotenzial.

Ausgangspunkt ist § 7 Abs. 4 Satz 2 EStG. Danach kann anstelle der typisierten linearen Abschreibung von regelmäßig zwei Prozent pro Jahr eine kürzere tatsächliche Nutzungsdauer zugrunde gelegt werden, wenn diese nachgewiesen wird. In der Praxis wurde dieser Nachweis bislang von der Finanzverwaltung jedoch äußerst restriktiv behandelt. Häufig verlangten die Finanzämter detaillierte Bausubstanzgutachten oder lehnten pauschal vorgelegte Sachverständigengutachten ab.

Der Bundesfinanzhof hatte dieser Praxis bereits in mehreren Entscheidungen eine klare Absage erteilt. Nach der höchstrichterlichen Rechtsprechung genügt es, wenn der Steuerpflichtige substantiiert darlegt und nachweist, dass die tatsächliche Restnutzungsdauer des Gebäudes kürzer ist als die gesetzlich typisierte Nutzungsdauer. Dabei ist keine technische Restlebensdauer im Sinne eines Totalausfalls maßgeblich, sondern die wirtschaftliche Nutzungsdauer. Entscheidend ist, wie lange das Gebäude objektiv noch sinnvoll zur Einkünfteerzielung eingesetzt werden kann.

Das nun veröffentlichte BMF-Schreiben übernimmt diese Grundsätze. Es stellt ausdrücklich klar, dass eine verkürzte Restnutzungsdauer durch ein Gutachten eines öffentlich bestellten und vereidigten Sachverständigen oder vergleichbar qualifizierten Gutachters nachgewiesen werden kann. Die Finanzämter dürfen den Ansatz einer kürzeren Nutzungsdauer nicht mehr mit pauschalen Argumenten zurückweisen. Maßgeblich sind die konkreten Verhältnisse des Einzelfalls, insbesondere Bauzustand, Modernisierungsgrad, wirtschaftliche Verwertbarkeit und gegebenenfalls bestehende strukturelle Mängel.



RZ CONSULTA UNNA
Steuerberatungsgesellschaft

RZ CONSULTA Unna GmbH Steuerberatungsgesellschaft
René Zeps, Steuerberater

Hertinger Str. 45 · 59423 Unna (alte VHS)
Tel.: (02303) 90 29 530
Fax (02303) 90 29 559
r.zeps@rz-consulta-unna.de
www.rz-consulta-unna.de

Minijob 2026: Höherer Verdienst



Udo Speer, Rechtsanwalt

Am 29.10.2025 hat das Bundeskabinett die 5. Mindestlohnanpassungsverordnung beschlossen. Damit steigt der gesetzliche Mindestlohn zum 01.01.2026 zunächst auf 13,90 EUR je Zeitstunde und ein weiteren Schritt ist zum 01.01.2027 auf 14,60 EUR je Zeitstunde geplant.

Die Berechnung der Verdienstgrenze erfolgt nach der Formel:

Mindestlohn x 130 : 3. Das Ergebnis wird jeweils auf die vollen Eurobeträge aufgerundet. Mit der Anhebung des Mindestlohns zum 01.01.2026 erhöht sich die Verdienstgrenze für Minijobs auf monatlich 603,00 EUR bzw. 7.236,00 EUR jährlich.

Viele Minijobber arbeiten in ihrem Beruf mal mehr, mal weniger Stunden. Das kann verschiedene Gründe haben: kurzfristige Vertretung, Auftragsschwankungen, saisonale Belastung oder flexible Einsatzzeiten nach Absprache mit dem Arbeitgeber. Solche Schwankungen sind zulässig. Entscheidend ist dabei nicht jeder einzelne Monat, sondern der Durchschnitt über das ganze Jahr. Das bedeutet: Auch wenn in einzelnen Monaten mehr verdient wird, liegt ein Minijob vor, solange die Jahresverdienstgrenze von 7.236,00 EUR (2026) eingehalten wird.

Vorsicht ist jedoch geboten, wenn eine erhebliche Schwankung des Verdienstes vorliegt. Arbeitet ein Minijobber nur wenige Monate mit hohem Verdienst und reduziert sich dieser danach stark, liegt eine erhebliche Schwankung vor. Dieses Schwankungen verändern den Charakter seiner Beschäftigung. Es handelt sich dann nicht mehr durchgehend um dieselbe Beschäftigung. Die Tätigkeit wird deshalb nicht einheitlich als Minijob beurteilt, auch wenn der Jahresverdienst die Minijobgrenze nicht übersteigt.

Beispiel: Eine Aushilfe verdient im Jahr 2026 in einem Eiscafé in den Monaten Oktober bis März 100,00 EUR, in den Monaten April bis September 1.000,00 EUR, so dass der zwölfte Anteil dieses Betrages in Höhe von 550,00 EUR unter der Verdienstgrenze von 603,00 EUR liegen würde. Dennoch liegt hier nur für den Zeitraum von Oktober bis März ein Minijob vor. Für die Zeit von April bis September handelt es sich dagegen um eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung.

Aus diesem Grunde sollten Arbeitgeber und Arbeitnehmer von diesem vorhersehbaren erheblichen Schwankungen Abstand nehmen, um ein sozialversicherungspflichtiges Arbeitsverhältnis zu vermeiden.

Udo Speer
Rechtsanwalt

Arbeits-, Miet- & Wohnungseigentumsrecht
Familien-, Erb-, Verkehrs- & Vertragsrecht

Vinckestr. 48, 59439 Holzwickede
Telefon: 02301-94 67 603
Fax: 02301-94 67 604
ra.udo.speer@t-online.de
www.udo-speer-rechtsanwalt.de



**Ihr Profi-Beraterteam in den Bereichen
Marketing, Recht, Finanzen & Versicherungen**



**Gehen Sie mit uns
einen Schritt weiter!**

**Ein Beraterteam, welches
Hand in Hand für Sie da ist.**

www.das-beraterhaus.de



Realistische Kaufpreisfindung in einem sich wandelnden Markt- worauf Käufer achten sollten

Der Immobilienmarkt hat sich in den letzten Jahren deutlich verändert. Während die Preise zwischen 2018 und 2022 stetig stiegen, hat sich die Situation seit dem Zinsanstieg spürbar beruhigt. Käufer prüfen heute genauer, Verkäufer müssen sich stärker am tatsächlichen Marktwert orientieren. Hierzu helfen vor allem Immobilienmakler und Sachverständige, die den Markt und das Objekt objektiv und ohne Emotionen bewerten.

In vielen Regionen ist der starke Preisanstieg gestoppt. Besonders Immobilien mit Sanierungsbedarf oder ungünstiger Lage erzielen heute niedrigere Preise als noch vor zwei Jahren.

Auch zu beachten ist das Banken wesentlich strenger, sowohl die Kreditnehmer als auch das Objekt prüfen. Hier wird vor allem ein besonderes Augenmerk auf das Eigenkapital und die Bonität gelegt.

So ist es auch zunehmend wichtiger das Preis im Markt zu finden als außerhalb des Marktes.

Der Markt wird sich 2025 weiter stabilisieren. Gut bewertete, energieeffiziente Immobilien in gefragten Lagen bleiben gefragt. Wer jetzt ehrlich kalkuliert und fachkundig beraten ist, trifft die richtigen Entscheidungen – egal ob Kauf oder Verkauf.



Mandy Semmelmann

zertifizierte Immobilienmaklerin (ILS)
zertifizierte Sachverständige für bebaute-
und unbebaute Grundstücke (DESAG)

JAYKS[®] IHRE CAR-HIFI- LOUNGE



Unser „Projekt 911 G-Modell aus 1981“ wurde erfolgreich beendet! Neue Technik in einem Klassiker, ganz zur Freude des Besitzers!

Einbau-/ Reparatur-Service Vor-Ort-Verkauf – Online-Shop

- Verstärker & Sound-Systeme
- Lautsprecher, Subwoofer
- Dashcams
- Rückfahrkameras
- CarPlay Auto-Radios

Hertingerstraße 45 - Unna
Mo-Fr: 13.00 bis 18.00
Samstag: 10.00 bis 16.00

Telefon: 02303 9676-0
E-Mail: info@jayks.de
Website: www.carhifi-onlineshop.com





Die ganze Welt in einer Tasse

Seit mehr als 160 Jahren steht der Name Schirmer Kaffee für Kaffeegenuss und ein gutes Stück Lebensqualität.

1854 gründete Hermann Schirmer sein Kolonialwaren- geschäft in Leipzig, in dem er neben Tee und Tabakwaren auch Kaffee verkaufte. Daraus entwickelte sich in nur wenigen Jahren die Kaffeerösterei, die dann über Bamberg im Jahr 1965 ihren Weg nach Dortmund fand.

Am Rande von Dortmund wurde im Jahr 2002 eine hoch moderne Kaffeerösterei in Betrieb genommen, die mit gut 100 Beschäftigten aus der Region, modernster Technologien, einer ausgewiesenen langjährigen Erfahrung in der Kaffeeröstung und einem hochqualifizierten und weltweit geschul- ten Rohkaffeeimporteur hochwertige Kaffeemischungen und feinsten Kaffeegenuss garantieren! Vom Produktionsstandort

Dortmund aus wird der geröstete Kaffee weltweit verladen, dem Motto entsprechend „Die ganze Welt in einer Tasse“.

Die umfangreiche Präsenz im deutschen Kaffeemarkt wird zudem durch die Mitgliedschaft des Unternehmens im Deutschen Kaffeeverband verdeutlicht.

Geschäftsführer Markus Zombek – selbst im Präsidium aktiv – bringt so seine langjährige Erfahrung ein und nimmt nachhaltigen Einfluss. Schirmer Kaffee steht für verantwortliches und nachhaltiges Handeln. Permanente Produktentwicklung, Investitionen in Maschinen und Energiemanagement stellen seit langem die Basis für Wachstum, Sicherung von Arbeitsplätzen sowie das Angebot von Ausbildungsplätzen dar.

Die Verantwortung für nachhaltigen Kaffeehandel wurde bereits 1992 besiegelt.





Das Unternehmen gehört zu den ersten FairTrade Lizenznehmern und lieferte bereits 1992 nachhaltigen Kaffee. Schirmer Kaffee unterstützt benachteiligte Produzentenfamilien in den Kaffeeursprungsländern und verbessert durch „fair gehandelte Produkte“ die dortigen Lebens- und Arbeitsbedingungen. Ebenso werden durch gezielte Projekte die Nachhaltigkeit des Rohkaffeeanbaus und die Lebensbedingungen der Bauern direkt vor Ort gefördert. Mit kontinuierlich wachsendem Erfolg produziert Schirmer Kaffee heute über 14.500 Tonnen Kaffee pro Jahr und macht

das Unternehmen somit nicht nur zu einer überaus attraktiven Marke im Lebensmittelhandel und in der Gastronomie, sondern auch zu einer der modernsten und leistungsfähigsten Kaffee-Großröstereien – mit Exportgeschäften weltweit!





Kaffeegenuss aus Dortmund



Die ganze Welt in einer Tasse.
www.schirmer-kaffee.de



**SOFORT
VERFÜGBAR**



JETZT OHNE ANZAHLUNG

Abbildungen zeigen Sonderausstattung.

z.B. **Swift Comfort+ Hybrid** 1.2, 61 kW/83 PS, Orange met., Navi, Smartphone-Anb., Abstandstemp., 16" LMF, Klimaautom., Multif.-Lenkrad, KeylessGo, **Rückfahrkamera**, Verkehrszeichenerk., Spurhalte- & Spurwechselsel., LED-Hauptscheinw., u.v.m. Tageszul. **Preisvorteil¹ 5.200 €**

Aktionspreis **17.990 €** **OHNE ANZAHLUNG** **mtl. Rate^{2,3} 149 €**

z.B. **Swift Comfort+ Hybrid** 1.2, 61 kW/83 PS, **Automatik**, Beige met., Navi, Multif.-Lederlenkr., Smartphone-Anb., Abstandstempom., Klimaautom., KeylessGo, **Rückfahrkamera**, modernste Assistenzsysteme, LED-Tagfahrl., Sitzhgz., 16" LMF, ZV, u.v.m. Tageszul. **Preisvorteil¹ 6.290 €**

Aktionspreis **19.490 €** **OHNE ANZAHLUNG** **mtl. Rate^{2,4} 159 €**

z.B. **Vitara Comfort Hybrid** 1.4, 95 kW/ 129 PS, Silber, LED-Hauptscheinw., **Rückfahrkamera**, Sitzhgz., Abstandstempom., 17" LMF, Klimaautom., Verkehrszeichenerkenn., Smartphone-Anb., Multif.-Lederlenkr., KeylessGo, Navi, u.v.m. Tageszul. **Preisvorteil¹ 8.530 €**

Aktionspreis **21.990 €** **OHNE ANZAHLUNG** **mtl. Rate^{2,5} 169 €**

Kraftstoffverbrauch in l /100 km kombiniert/CO₂-Emission in g/km kombiniert/CO₂-Klasse:

Vitara 95 kW: 5,3/119/D; Swift 61 kW Autom.: 4,7/106/C; Swift 61 kW: 4,4/99/C.

¹ gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung des Herstellers am Tag der Erstzulassung. ² Leasingbeispiel der Creditplus Bank AG, Augustenstr. 7, 70178 Stuttgart, für die wir als ungebundener Vermittler tätig sind, zzgl. 990 € Fracht. ³ Kaufpreis 17.990 €, Finanzierungsbetrag 16.614,19 €, **Leasing-Sonderzahlung 0 €**, Laufzeit 48 Monate, effektiver Jahreszins 4,79 %, Sollzins gebunden 4,69 %, Laufleistung p.a. 5.000 km, Mehr-/Minderkilometerbeträge: 6,66 Ct/4,00 Ct bei 2.500 km Kilometertoleranz, Gesamtbetrag 7.152 €. ⁴ Kaufpreis 19.490 €, Finanzierungsbetrag 18.228,68 €, **Leasing-Sonderzahlung 0 €**, Laufzeit 48 Monate, effektiver Jahreszins 4,79 %, Sollzins gebunden 4,69 %, Laufleistung p.a. 5.000 km, Mehr-/Minderkilometerbeträge: 7,44 Ct / 4,46 Ct bei 2.500 km Kilometertoleranz, Gesamtbetrag 7.632 €. ⁵ Kaufpreis 21.990 €, Finanzierungsbetrag 20.936,35 €, **Leasing-Sonderzahlung 0 €**, Laufzeit 48 Monate, effektiver Jahreszins 4,58 %, Sollzins gebunden 4,49 %, Laufleistung p.a. 5.000 km, Mehr-/Minderkilometerbeträge: 8,85 Ct/5,31 Ct bei 2.500 km Kilometertoleranz, Gesamtbetrag 8.112 €.

JONAS

Unna · Werl · Menden

Unna-Indupark B1 · Max-Planck-Str. 15-19 · Tel. 023 03 / 30 10 08-0
Werl · Hammer Straße 92 · Telefon 029 22 / 50 18-0
Menden · Böisperder Weg 65 · Tel. 02373 / 91 53 88

Wilhelm Jonas GmbH & Co. KG



www.auto-jonas.de