



















DANKE

Wie geht es Ihnen Zeit?



- RÜCKENPROBLEME? VERSPANNUNGEN?
- MIGRÄNE? KOPFSCHMERZEN?
- OHRGERÄUSCHE? TINNITUS?

Chronische Rückenschmerzen, Muskelverspannungen oder Nackenschmerzen: Vielen von uns ist gar nicht bewusst, wie sehr wir mit unserem Gebiss auch **Stress** verarbeiten. Dabei ist es ein großer Anteil an Menschen, der seine Belastungen, Unsicherheiten und Ängste in der Nacht aufarbeitet. Wir beißen, pressen und knirschen mit den Zähnen – häufig natürlich, ohne es zu bemerken. Die Folge: Es kommt zu einer Überaktivität der Muskeln, die wiederum zu vielfältigen Beschwerden führen kann.

Wir helfen Ihnen, wenn Ihr Kausystem aus den Fugen geraten ist, unter anderem mit unseren Muskelentspannungsschienen. Profitieren auch Sie von unserer Ganzheitlichkeit! Wir nutzen die Erkenntnisse der wissenschaftlichen Zahnmedizin und ergänzen sie durch naturheilkundliche und traditionelle Verfahren, um eine herausragende Qualität in der zahnärztlichen Versorgung zu bieten.



Ihre Termine können Sie über unsere Website jetzt auch **online vereinbaren**, ganz unabhängig von unseren Öffnungszeiten!



WEIT GEDACHT. GANZ GEMACHT. SEIT MEHR ALS 25 JAHREN.



Dr. Katrin Lull Zahnärztin

PRAXIS FÜR GANZHEITLICHE ZAHNHEILKUNDE

Dr. med. Katrin Lull · Leibnizstraße 3 · 90766 Fürth Telefon 0911 731649 · kontakt@dr-lull.de · www.dr-lull.de

Husqvarna E- MTB voll im Trend Husq<u>varna</u> statt 3199 € statt 3599 € statt 3299 € nur 1999 € nur 2499 € iur **2399** Shimano Steps 7000 Mittelmotor mit 60 Nm Shimano Steps 8000 Sram NX 11-fach Schaltung Mittelmotor mit 70 Nm Shimano Steps 8000 Shimano XT 10-fach Schaltung Mittelmotor mit 80 Nm

 Mensch und Gesellschaft Natur und Umwelt Kind und Kegel Handwerk und Dienstleistung Ausbildung und Zukunft Gesundheit und Sport Feiern und Schenken **Drinnen und Daheim** Mobilität und Freizeit

Liebe Leserinnen und Leser.

lassen Sie uns nicht verharren in dem Gefühl, dass aufgrund der momentanen Krise alles sehr schlimm sei und vielleicht sogar noch schlimmer werden wird! Es ist schlimm, das steht au-Ber Frage, und wir alle trauern mit denen, die Angehörige und Freunde verloren haben. Wir sind auch mit großem Dank denen gegenüber erfüllt, die vielfach in selbstloser Weise sich in den Dienst der Allgemeinheit gestellt haben und für die Menschen da waren, die sie dringend brauchten. Das tun sie noch immer und voraussichtlich sogar noch ziemlich lange.

Lassen Sie uns aber in diesen Tagen auch den Blick nach vorne richten, denn die Zukunft stellt uns vor gewaltige Herausforderungen. In Deutschland und in der ganzen Welt muss man sich neu ausrichten und vieles überdenken.

Aber wir alle wissen, dass Krisen auch Chancen beinhalten. Es gilt, sie zu sehen und zu nutzen und die damit verbundenen neuen Möglichkeiten.

Der "Mitteldeutsche Rundfunk" hat am 04.04.2020 eine "Weltinnenpolitik" gefordert, in deren Rahmen man nun eine "internationale Solidarität" organisieren müsste. Alleine in Deutschland brauchen wir diese große Solidaritätsanstrengung, denn es gilt, die knapp 130 Milliarden Euro Schulden für diverse Hilfsprogramme wieder zu tilgen.

Aber obwohl die Krise noch nicht vorüber ist, erleben wir auch so etwas wie eine "Goldgräberstimmung". Die Wirtschaft fasst wieder Mut, entwickelt Perspektiven und schaut nach vorne, statt in Resignation und Ohnmacht zu verharren. Denken wir daran, welche enormen Leistungen nach 1945 erbracht wurden, um dieses Land wieder aufzubauen. Damals war es wahrscheinlich noch viel schwieriger, da es so gut wie nichts

Wir wünschen Ihnen neben Gesundheit auch Mut und Zuversicht, getreu dem bekannten Motto "Wir schaffen das"!

Ihr Redaktionsteam



Vermögensplanung Hofmann "Als unabhängiger Finanzfachmann helfe ich Ihnen, kluge Entscheidungen für Ihre Altersvorsorge und Ihr Geld zu treffen."



Isabella Lösel Personalleiterin Fachklinik Herzogenaurach "Unser Motto lautet: Gesundheit fördern -Lebensqualität schaffen."



Petra Braun-Lichter und Ingeborg Peter "Freuen Sie sich mit uns auf unser neues Kochbuch!"













Einsteinstraße 13 91074 Herzogenaurach Tel. 09132 / 94 77 www.radsport-nagel.com

Shimano XT DI2 11-fach Schaltung























Seite 6

Mit Kompetenz und Solidarität durch die Krise

Seite

So wirkt sich die Pandemie auf die Fachklinik und Pflegeberufe aus – Azubis ab Herbst gesucht

Das Immunsystem stärken – nicht nur in Zeiten von Covid-19

Ein gesunder Darm spielt dabei eine erhebliche Rolle, erklärt Frau Dr. med. Lowies-Skapczyk

Mit Abstand bestens beraten – im Küchenzentrum Raindorfer Mühle

Wiedereröffnung unseres Küchenstudios mit allen nötigen Hygienemaßnahmen

Sicher und schnell Medikamente in Ihrer Apotheke vorbestellen

Herz- und Stadt-Apotheke Herzogenaurach bieten Online-Bestellung und schnellen Lieferservice an

Mit Kundenkarte und App ist das Autohaus auf der digitalen Überholspur

Bei Mercedes Pickel in Erlangen kann der Kunde von

den mannigfachen Vorteilen der Neuerungen profitieren

Saunen von klassisch bis topmodern

Seite 13

Seite 12

aus der Schreinerwerkstatt Kaufmann & Hofmann

Ein Herz aus der goldschmiede stamm & speth Herzogenaurach sagt mehr als nur DANKE

Das Herz hat bei uns Menschen einen ganz besonderen Platz – nicht nur organisch, sondern auch emotional

Haareschneiden, aber sicher – in der Haarstube Herzogenaurach

Die Adressen unserer Partner finden Sie auf der Seite 34

"Wir haben trotz der Corona-Schutzmaßnahmen weiterhin richtig Spaß bei der Arbeit"

Lösungsorientiert und kreativ

Maler Rainer Kufer liebt die Herausforderung bei großen Projekten

Corona-Krise – jetzt die Weichen für die Zukunft stellen mit Frank Hofmann Vermögensplanung

Trotz Corona-Krise muss niemand um den Verlust seines Vermögens fürchten

Werden Sie Vertriebsmitarbeiter bei CHURU!

Wer träumt nicht davon, sich den Tag frei einzuteilen!

Energiefreundliche und konstruktive Zusammenarbeit mit der Sonne

Sonnen PV feiert in diesem Jahr das

Seite 17

10-jährige Firmenjubiläum

Wir sind wieder da! Seite 18

Unser Kochbuch Seite 2

CHURU. CHURU.

CHURU in Corona Zeiten Seite 27

Immer wieder

REGIONAL Seite 20

REGIONAL Seite 23

REGIONAL Seite 24

REGIONAL Seite 26

REGIONAL beschäftigt + beworben ab Seite 20

Editorial Seite 3

Partnerverzeichnis Seite 34

Impressum Seite



Seite 15





Mensch und Gesellschaft

- Mal sehen, ob es gelingt, einen Text zu verfassen, in dem die Begriffe "In diesen Zeiten", "Lock Down" oder "Pandemie" nicht vorkommen (außer in dieser Zeile natürlich). Das fällt beim ersten Artikel über die Fachklinik gleich schwer, aber auch das Thema "Generalistische Pflegeausbildung" verdient, erwähnt zu werden. Einfacher geht's dann: Eine gesunde Darmflora stärkt Immunkräfte und unterstützt beim klassischen Reizdarm. Oder beim Bericht über die Herz-Apotheke. Blistern: Eine genaue Zusammenstellung all Ihrer Medikamente nach Tag und Uhrzeit.
- Eine neue Musterküche in der Raindorfer Mühle macht Lust auf die Planung eines häuslichen Lebensmittelpunkts. Der kann allerdings auch eine Sauna sein als Wohlfühlbereich im Haus, 100 % auf die Bedürfnisse und die räumlichen Gegebenheiten abgestimmt. Ein schönes Bild: Ein Partner ist die liebe Sonne, der andere, seit 10 Jahren, Sonnen PV. Zu jeder Zeit: Nützlich ist es, sein Vermögen nicht nur auf ein Bein zu stellen.
- Wussten Sie, dass es jedes Jahr eine ganze Woche kostet, den Rutschturm im Atlantis fachmännisch neu zu streichen? Oder, dass bei Mercedes Pickel Kundenbindung ganz großgeschrieben wird? Mit der neuen Kundenkarte / App können verschiedenartigste Treuepunkte gesammelt werden. Danke schön darf immer vorkommen im Text und das geht ganz besonders gut mit einem "Herz aus Gold" oder vielleicht aus Silber oder Platin oder Quarz?
- Ein Hinweis auf unser neues CHURU-Kochbuch sei erlaubt, das mit allen Rezepten aus den vergangenen CHURU-Jahren jetzt erhältlich ist. Und zum Schluss dann doch noch mal: Auch unser CHURU Team ist von der Lage betroffen und gehört damit zu "Mensch und Gesellschaft", wie man rechts beim Homeschooling sehen kann. Beim entspannten Friseurbesuch in der Haarstube ist alles auf die "gegenwärtigen Zeiten" abgstimmt.









Mit Kompetenz und Solidarität durch die Krise

So wirkt sich die Pandemie auf die Fachklinik und Pflegeberufe aus -**Azubis ab Herbst gesucht**

in diesem Jahr bundesweit neu einge-

Die aktuelle Corona-Krise zeigt deutlich, was man eigentlich schon vorher wusste: In der Pflege zu arbeiten ist herausfordernd, aber hochrelevant. Die Wertschätzung für dieses Berufsfeld zieht sich durch Pressekonferenzen, Zeitungsartikel oder – getragen von kollektivem Applaus – sogar durch die Straßen. Währenddessen machen die Pflegekräfte das, was sie schon immer gemacht haben: Zur Stelle sein, wenn sie gebraucht werden.

Langweilig wird es nicht

Um junge Menschen für dieses zukunftssichere Berufsbild zu begeistern, bietet die Fachklinik Herzogenaurach ab Herbst Ausbildungsplätze für die generalistische Pflegeausbildung an, die führt wird. "Jeder, der im September die Ausbildung beginnt, erlebt einen ganz besonderen Start in einer spannenden Zeit", sagt Isabella Lösel, die Personalleiterin der Fachklinik Herzogenaurach. Vieles ist dort ganz anders, als es noch vor einigen Monaten war. Der große Speisesaal wird kaum mehr besucht, da das Essen vermehrt auf die einzelnen Zimmer gebracht wird. Therapeutische Anwendungen finden nur noch in Einzelstunden statt und alle Mitarbeiter wurden in mehrere Teams aufgeteilt, die sich kaum durchmischen sollen. "Wir haben unsere Abläufe komplett umgestellt und sind, anders als viele andere Häuser, mit rund 330 Patienten gut ausgelastet", berichtet Frau Lösel.

Schwerkranke werden übernommen

Die Devise, Betten freizuhalten, um sich auf mögliche Covid-19-Fälle vorzubereiten, gilt für viele Krankenhäuser. Auch in der Fachklinik Herzogenaurach hat sich das Behandlungsangebot verändert. Frau Lösel erklärt, dass sich das Pflegepensum in der letzten Zeit noch deutlich erhöht hat. "Wir haben über den Krisenstab die besondere Aufgabe zugewiesen bekommen, schwerstkranke Patienten anderer Kliniken aufzunehmen, damit dort Betten für potentielle Covid-19-Patienten frei werden." Die akutmedizinischen Stationen wurden deshalb erweitert und aufgrund der Aufnahmestopps für Pflegeheime



Personalleiterin Isabella Lösel freut sich über Bewerbungen für den Ausbildungsstart am 01.09.2020. Voraussetzungen sind mittlere Reife oder ein Mittelschulabschluss mit erfolgreicher Berufsausbildung.

Email: bewerbung@fachklinik-herzogenaurach.de,

Telefon: 09132 / 83 30 40

Unter diesen Kontaktdaten ist es auch möglich, Fragen zu stellen oder individuelle Schnupperpraktika zu vereinbaren.

verweilen mehr geriatrische Patienten in der Fachklinik. Die Folge: Ein Arbeitspensum, das nur durch eine umsichtige Planung, Flexibilität und den vollen Einsatz der gesamten Belegschaft gestemmt werden kann.

Jeder wird gebraucht

Normalerweise beherbergt die Fachklinik größtenteils Reha-Patienten, die auf dem Weg in einen selbstständigen Alltag begleitet werden und keine engmaschige Pflege benötigen. "Wir haben deshalb im Vergleich zu reinen akutmedizinischen Krankenhäusern weniger Pflegekräfte, aber mehr Mitarbeiter in den Bereichen Physio- und Ergotherapie oder Logopädie", erläutert Frau Lösel. Auch wenn es nicht ihre eigentliche Aufgabe ist, arbeiten nun auch diese Kollegen in der direkten Pflege und übernehmen wichtige Aufgaben wie die Körperpflege und die Essensverteilung. Dass dabei bisher immer genügend Schutzmaterialien zur Verfügung standen, sei das Resultat frühzeitiger Planungs- und Beschaffungsmaßnahmen.

Risiken werden minimiert

Es ist oberste Priorität, die Patienten und Mitarbeiter vor dem Coronavirus zu schützen. "Jeder Patient wird getestet, bevor wir ihn aufnehmen. Auch unsere Mitarbeiter werden sofort getestet, wenn Verdacht besteht oder sie aus



der Quarantäne zurückkehren", erklärt Frau Lösel und fügt hinzu: "Man darf nicht vergessen, dass unser Personal gut geschult ist und auch durch Infektionsschutz- und Hygienemaßnahmen kann das Risiko wirklich minimiert werden." Jeder einzelne kann dazu beitragen, die Krise zu entschärfen, wie Frau Lösel betont: "Ich denke, dass ich für jeden spreche, der in einem Krankenhaus arbeitet. Bitte, nehmt die Vorgaben ernst, verhaltet Euch umsichtig und bleibt vorsichtig."

3-in-1: die generalistische Pflegeausbildung

Die generalistische Pflegeausbildung ersetzt die drei bisher getrennten Ausbildungswege der Alten-, Kranken- und Kinderkrankenpflege. Die Fachklinik Herzogenaurach bietet mehrere Ausbildungsplätze ab September 2020 mit sehr guten Übernahmechancen an. In

ihren akutmedizinischen Bereichen der Neurologie und Orthopädie übernimmt die Klinik den größten Teil der praktischen Ausbildung, während die theoretische Ausbildung in der Berufsfachschule des Klinikums am Europakanal in Erlangen stattfindet. Außerdem absolvieren die Auszubildenden vielseitige Einsätze in anderen Einrichtungen. Nach drei Jahren sind sie qualifiziert für die Arbeit in den verschiedensten Versorgungsformen mit allen Altersgruppen. Die Bezahlung ist dabei durchaus konkurrenzfähig zu anderen Ausbildungsberufen mit 1.087 Euro im ersten Jahr, 1.151 Euro im zweiten und 1.256 Euro im dritten Jahr sowie 30 Urlaubs-



Die Adressen unserer Partner finden Sie auf der Seite 34









Ausreichend Schlaf, gesunde Ernährung, Stressmanagement und viel Bewegung sind wichtige Voraussetzungen für ein starkes Immunsystem. Darüber hinaus können wir zur Stärkung unseres Immunsystems noch einiges tun, denn in Zeiten von Covid-19 sollte man ganz besonders auf sich achten. Ein gesunder Darm spielt dabei eine bedeutende Rolle, er verdient besondere Aufmerksamkeit. "Eine gesunde Darmflora ist sehr wichtig für unser Immunsystem", erklärt Frau Dr. med. Sabine Lowies-Skapczyk, Allgemeinärztin mit langjähriger Erfahrung in der Gesund-

heitsmedizin, "viele Infektanfälligkeiten resultieren aus einer geschädigten Darmflora – eine dauerhafte Belastung des Immunsystems ist die Folge!" Hier ist sowohl präventiv als auch therapeutisch eine genetische Darmanalyse von großem Nutzen, die die sympathische Medizinerin in ihrer Privatpraxis durchführt. Anhand des Ergebnisses erstellt sie einen individuellen Therapieplan, der Ernährungsempfehlungen sowie eine Mikronährstofftherapie aus Präund Probiotika enthält. Diese Therapie ist übrigens auch beim klassischen Reizdarm sehr wirksam! Ein optimier-

ter Mikronährstoffstatus spielt neben der Darmgesundheit als Vorsorge auch eine sehr wichtige Rolle. Um gezielt therapieren zu können, ist eine Spiegelbestimmung (Blutanalyse), bei der die Defizite aufgedeckt werden, unabdingbar (v.a. von Vitamin D, C, B12, Zink und Selen). Eine Substitution ohne Spiegelbestimmung ist nicht zielführend und kann bei Über- oder Unterdosierung für den Organismus sogar schädlich sein. Der Bereich der Mikronährstoffberatung ist neben der Darmtherapie eine weitere Kernkompetenz von Frau Dr. med. Lowies-Skapczyk.

Mit Abstand bestens beraten – im Küchenzentrum Raindorfer Mühle

"Selbstverständlich haben wir vor der Wiedereröffnung unseres Küchenstudios sofort alle nötigen Hygienemaßnahmen veranlasst, so dass sich unsere Kunden wirklich sicher bei uns fühlen können", so Désirée Dietz, staatlich geprüfte Einrichtungsfachberaterin des Küchenstudios Raindorfer Mühle.

"Gleich im Eingangsbereich können sich unsere Besucher die Hände desinfizieren und da wir momentan nur nach vorheriger Terminvergabe planen, ist für ausreichend Abstand in unseren Räumen gesorgt. Die Küchenplanung erfolgt hinter einer Plexiglasscheibe. So sind Sie während der Beratung maximal geschützt", erzählt die sympathische Einrichtungsfachberaterin weiter. Sie hatten in den letzten Wochen Zeit, sich Gedanken über eine neue Küche zu machen? Ihnen fehlt aber noch die zündende Idee? Unser Tipp: Seit ein paar Wochen steht in den Ausstellungsräumen der Raindorfer Mühle eine tolle, neue Musterküche. Sie präsentiert sich ganz modern in schlichtem Grafit, puristischer griffloser Ausführung, aber mit imposanten Natursteinplatten. Die



Kochinsel ist wie aus einem Guss – dank der perfekten Verarbeitung auf Gehrung verläuft die Maserung millimetergenau über alle drei Granitplatten. Neugierig geworden? Dann machen Sie doch gleich einen Termin aus – telefonisch oder per Mail.











Sie haben keine Zeit, Ihr Rezept in der Apotheke abzugeben und später die Medikamente abzuholen? Sie wollen gerade jetzt in Corona-Zeiten aus Sorge vor Ansteckung nicht in die Apotheke gehen? Dann bestellen Sie Ihre Medikamente doch einfach online über die LINDA Apotheken App. Sie können die App kostenlos herunterladen und dort die Herz- bzw. Stadt-Apotheke Herzogenaurach auswählen. Fotografieren Sie das Rezept und senden Sie es an Ihre Apotheke. "Wenn Sie die Medikamente bei uns bis 12.00 Uhr bestellen, dann liefern wir die Medikamente noch am gleichen Tag aus oder Sie können diese ab 16.00 Uhr bei uns abholen", erklärt das Apothekerehepaar Kerstin und Stephan Wirth.

Stephan und Kerstin Wirth

Digital bestellen und individuelle Beratung vor Ort

"Durch die einfache und schnelle Übermittlung des Originalrezepts können wir die Bestellungen umgehend bearbeiten. Die Medikamente sind bei uns vorhanden, unser Warenlager ist gut sortiert. Wir fertigen zusätzlich täglich individuelle Rezepturen an. Dank der App-

Nutzung gibt es keine ungenauen oder fehlerhaften Angaben, wie es bei telefonischen Vorbestellungen vorkommt". erläutert Kerstin Wirth. "Außerdem kennen wir die meisten unserer Kunden seit vielen Jahren. Wir wissen welche Medikamente sie einnehmen und können unsere Kunden auf die Wechselwirkungen mit anderen Präparaten hinweisen oder beim Arzt gezielt nachfragen." Auch bei digitaler Bestellung erhalten Sie in der Herz- und Stadt-Apotheke Ihre gewohnt kompetente Beratung. Sie können über die App natürlich ebenfalls nicht-rezeptpflichtige Medikamente und die hervorragenden ergänzenden Gesundheitsprodukte vorbestellen.

Besonderer Service: Das Blistern

Wer viele Medikamente einnehmen muss, kann schnell den Überblick verlieren. Damit das nicht passiert, bietet das Apothekerehepaar Wirth das Blistern an: Die individuelle wochenweise Zusammenstellung aller Medikamente, genau nach Tag und Uhrzeit. Voraussetzung ist das Einverständnis des Kunden und das Vorliegen aller Rezepte. Zahlreiche Seniorenheime der Region

nutzen seit gut 20 Jahren diesen Service. Aber auch für Privatpersonen ist der individuelle Blister eine wertvolle Hilfe. Nutzen Sie den hervorragenden Service und die umfassende Beratung der Herz- und Stadt-Apotheke, digital und vor Ort.

ANZEIGE

Gut zu wissen

Sie können bei der Herz- und Stadt-Apotheke rund um die Uhr Ihre Medikamente online vorbestellen. Laden Sie die LINDA Apotheken App kostenlos in den App-Stores für Android oder iOS-Geräte herunter, wählen Sie Ihre Apotheke aus, fotografieren das Rezept und senden es. Halten Sie das Originalrezept zum Abholen oder bei der Lieferung bereit.



Die Adressen unserer Partner finden Sie auf der Seite 34



















ANZEIGE

Mit Kundenkarte und App ist das Autohaus auf der digitalen Überholspur

Bei Mercedes Pickel in Erlangen kann der Kunde von den mannigfachen Vorteilen der Neuerungen profitieren

Kundenkarte und App – das Mercedes Autohaus Pickel in Erlangen befindet sich in Sachen Digitalisierung auf der Überholspur. Nicht ohne Stolz präsentiert Geschäftsführer Frank Minnich die Neuerungen, die mannigfache Vorteile bringen, auch in finanzieller Hinsicht.

Mit der Kundenkarte möchte sich das Autohaus für die Kundentreue bedanken und ihnen gezielt einen echten Mehrwert bieten. Es wird sich also gleich mehrfach lohnen, Kunde im Autohaus mit dem Stern zu sein. So werden beispielsweise auf ausgewählte Leistungen von Pickel Bonuspunkte gutgeschrieben. Die Karte ist natürlich kostenlos und gilt für Mercedes-Benz Pkw und Smart. Der Verrechnungssatz beträgt: 100 Punkte ein Euro.

Punkte sammeln lohnt sich

Für jede Serviceleistung, für jeden Teile- oder Zubehörkauf, die bei Pickel in Auftrag gegeben werden, können Punkte gesammelt werden. Die Anzahl der Punkte ist abhängig vom Fahrzeugalter und von der Rechnungshöhe. Je älter das Auto ist, desto mehr Punkte werden pro Rechnung gutgeschrieben.

Und so funktioniert es: Kartenantrag ausfüllen oder sich im Internet unter www.autohaus-pickel.de/kundenkarte registrieren. Nach wenigen Tagen flattert die Karte ins Haus. "Bei Bezahlung einer Rechnung ist diese an der Kasse abzugeben, die Bonuspunkte werden sofort dem Konto gutgeschrieben", versichert Minnich. Zum Einlösen der Punkte muss die Karte vor Abrechnung einer Leistung an Pickel ausgehändigt werden.

Digitales Autohaus für unterwegs

Ab sofort ist das Autohaus Pickel auch als App für das Smartphone oder den Tablet-PC verfügbar. Sie ist quasi das digitale Autohaus für unterwegs. Durch den Anschluss an das Kundendatensystem sind die Fahrzeugdaten in der App hinterlegt. Mit einem einzigen Login hat man Zugriff auf die umfangreichen Online-Angebote des Autohauses, wie z. B. Werkstatttermin. Online-Probefahrt, Info zu Karriere und Events und Kundenkarten-Bonusprogramm.

Das Kundenkartenprogramm ist komplett in der App abgebildet und man kann dieses ganz bequem einsehen - mit nur einem einzigen Login. Auch

der aktuelle Fahrzeugbestand an Vorführ- und Gebrauchtwagenangeboten ist jederzeit abrufbar. Die App lädt man aus dem App Store für iOS oder aus dem Google Play Store für Android kostenlos herunter.



Saunen von klassisch bis topmodern aus der Schreinerwerkstatt Kaufmann & Hofmann

"My home is my castle" - selten hat sich dieser Satz so bewahrheitet wie in den letzten Monaten. Denn wir alle mussten lernen, dass es unser Zuhause ist, wo wir am sichersten sind. Den Trend zum sogenannten "Cocooning", dem "sich zu Hause einspinnen", hat daher die Krise noch verstärkt. Wir legen mehr Wert als früher darauf, unser Domizil zu verschönern, so dass wir uns dort noch wohler fühlen und uns gerne dahin zurückziehen. "Die Menschen lieben es, sich richtige Wellness-Oasen in ihren vier Wänden einzurichten", erzählt Bernd Hofmann, einer der Geschäftsführer und Schreinermeister der Firma Kaufmann & Hofmann aus Bad Windsheim.

"Ein ganz wichtiger Bestandteil für einen Wohlfühlbereich ist die Sauna". weiß Andreas Kaufmann zu berichten. Die Firma Kaufmann & Hofmann ist in diesem Bereich unglaublich gut aufgestellt. "Wir können unseren Kunden praktisch das ganze Portfolio im Saunabereich anbieten – vom Einsteigermodell über die Blockbohlenvariante bis hin zur Design-Sauna haben wir alles im Angebot. Bei uns bleiben keine Wünsche offen!"

Der Mehrwert: die individuelle Beratung und Planung

Was Kaufmann & Hofmann von anderen Anbietern unterscheidet, ist die ganz individuelle Planung. "Wir nehmen uns viel Zeit für unsere Kunden, filtern ihre Wünsche heraus und erstellen ein ganz persönliches Angebot. Die Sauna, die wir gestalten, ist zu 100 % auf die Bedürfnisse und die räumlichen Gegebenheiten des Auftraggebers abgestimmt", berichtet Bernd Hofmann bei einem Interview mit CHURU.

Hat der Kunde sich für eine K&H-Sauna entschieden, kann er sich über einen reibungslosen Produktions- und Montageablauf freuen, damit seine WellnessKabine von der Planung über die Produktion bis hin zum Saunieren Spaß

Eine echte Alternative: die Infrarot-Sauna

Seit einigen Jahren sind Infrarotkabinen eine echte Alternative zur Sauna. Sie erwärmen den Körper nicht über heiße Raumluft, wie zum Beispiel bei der finnischen Sauna, oder über erhöhte Luftfeuchtigkeit, wie bei der Bio-Sauna, sondern über Infrarotstrahlung. Der Vorteil ist, man wird nicht so müde wie nach einem Saunagang und kann eine Behandlung auch schnell mal zwischendurch einschieben. "Besonders empfehlen kann ich die Kombination aus Sauna und Infrarotkabine. So habe ich alle Möglichkeiten, die mir die moderne Saunatechnik momentan bietet, in einer Kabine zusammen - eine gute Alternative!", erklärt Bernd Hofmann begeistert.





Heutzutage fristen Saunen kein Schattendasein mehr im Keller. Sie haben sich von der klassischen Fichtensauna zur Design-Sauna gemausert und zeigen sich gerne in ihrer ganzen Pracht im Bad oder werden gleich als Wellness-Oase beim Hausbau mit eingeplant.



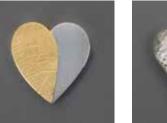


Danke – merci – thank you – grazie – hvala – multumesc – gracie – eυχαριστούμε













Ein Herz aus der goldschmiede stamm & speth Herzogenaurach sagt mehr als nur DANKE

Das Herz hat bei uns Menschen einen ganz besonderen Platz - nicht nur organisch, sondern auch emotional. Das erkennt man schon an den vielen Metaphern, die es rund um das Herz gibt, wie zum Beispiel "man sieht nur mit dem Herzen gut", "jemanden in sein Herz schließen" oder "das ist mir eine Herzensangelegenheit". Diese Liste könnte man noch lange fortsetzen, was zeigt, welchen Stellenwert das Herz in unserer Kultur hat.

Wie wäre es denn, wenn wir uns nach den harten Monaten, die hinter uns liegen, ein "Herz fassen" und einem Menschen, der uns in dieser schlimmen Zeit besonders zur Seite gestanden hat, eine Freude machen? Die beiden Goldschmiedinnen Sabine Stamm und Helga Speth haben sich zu diesem Thema viele Gedanken gemacht und diese kreativ in ihrer Werkstatt in die Tat umgesetzt. "Ein Dankeschön kann man wunderbar in Form eines Herzens aus-



drücken", findet Sabine Stamm. "Daher bieten wir unseren Kunden Herzen in allen Variationen und Materialien. Ob in Silber, Gold, Platin oder aus Quarz als Anhänger, Ohrring oder Armreif bei uns finden Sie garantiert genau das, was für Ihren "Herzensmenschen" das Richtige ist!"

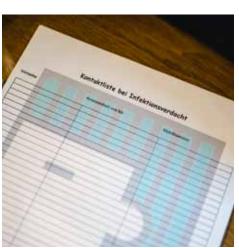
Haareschneiden, aber sicher in der Haarstube Herzogenaurach

"Wir haben trotz der Corona-Schutzmaßnahmen weiterhin richtig Spaß bei der Arbeit", erzählt Marcus Schacher, Chef der Haarstube Herzogenaurach. "Auch mit Maske – oder vielleicht gerade deswegen - gibt's bei uns viel zu lachen. Unsere Kunden*Innen dürfen sich wie bisher bei uns auf einen entspannten Friseurbesuch freuen", das ist dem Friseurmeister sehr wichtig. Selbstverständlich werden in der Haarstube alle Vorgaben akribisch eingehalten: Sämtliche Werkzeuge, der Platz des Kunden und die Handtücher werden jedes Mal gründlich desinfiziert. Der Kunde behält seine Maske während seines gesamten Besuchs auf und natürlich tragen auch Marcus Schacher und seine Mitarbeiter immer einen Mund-Nasen-Schutz.

"Die Haarstube ist ja auf drei Etagen mit insgesamt 140 m² ausgelegt. Im Moment nehmen wir nur maximal vier Kunden gleichzeitig an. Das bedeutet, die geforderten 20 m² pro Kunde sind bei uns mehr als erfüllt", berichtet Marcus Schacher. Die Zeit des Lock-Downs hat der sympathische Friseurmeister übrigens gut genutzt: Sämtliche Räume sind frisch renoviert und obendrein hat er noch an Online-Weiterbildungen teilgenommen, um seinen Kunden*Innen die neuesten Trends zu präsentieren.







Die Adressen unserer Partner finden Sie auf der Seite 34









Lösungsorientiert und kreativ

Maler Rainer Kufer liebt die Herausforderung bei großen Projekten

Sicher haben Sie auch schon schöne Stunden im Freizeitbad Atlantis in Herzogenaurach verbracht: Schwimmen. rutschen, saunieren - hier kommt jeder auf seine Kosten. Haben Sie aber schon mal darüber nachgedacht, wie aufwändig die Instandhaltung des Bades ist? Und jetzt ist nicht die Technik oder Wasseraufbereitung gemeint, sondern die Renovierungsarbeiten an Wänden, Decken, Rohren, Rutschen, Saunen, Tischen und Bänken,

Wasser und Chlor eine herausfordernde **Kombination**

CHURU hatte die Möglichkeit, sich im Mai durch den Malerbetrieb Hildel einen Eindruck zu verschaffen, was in so einem Bad jedes Jahr aufs Neue gestrichen werden muss. "Normalerweise haben wir nur eineinhalb Wochen Zeit, um alle Aufgaben hier zu erledigen", erzählt Rainer Kufer, Inhaber der Firma Hildel. "Das ist jedes Jahr aufs Neue eine große Herausforderung, denn die Kombination von Wasser, Chlor und natürlich auch Schweiß, ist

nicht ganz so einfach. Aber genau das ist meine Stärke: Ich liebe Herausforderungen und experimentiere solange. bis ich meinen Kunden eine gute Lösung präsentieren kann", so der engagierte Handwerker weiter. "Hier im Bad verwende ich seit einiger Zeit für die Wände die bekannte Sikkens Wapex 660 Farbe. Eigentlich ist sie eine Fußbodenbeschichtung, aber da sie aus den zwei Komponenten Lack und Härter besteht, hat sie sich hier im Badbereich sehr bewährt", erläutert Rainer Kufer. Es wurden aber auch andere Lacke, Dispersionsfarben, Silikatfarben, Lasuren aus dem Hause Sikkens, Herbol und Keim-Farben verwendet.

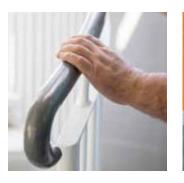
Eine Woche Arbeit. um den Rutschturm zu renovieren

Eine weitere große Herausforderung ist der Rutschturm. Er kommt ständig mit Wasser in Berührung und muss daher jedes Jahr auf Neue abgeschliffen, entrostet, grundiert und wieder neu gestrichen werden. Allein für diese Arbeit sind eine Woche lang drei Mitarbeiter

beschäftigt – eine Dimension, die man sich bei einem Besuch sicher noch nie klar gemacht hat. Auch der Handlauf des Rutschturms stellt an den Maler besondere Anforderungen: Hier stoßen die Reifen ständig an und zudem ist er immer nass. Selbstverständlich hat Rainer Kufer auch dafür eine Lösung aefunden.

Verschiedene Farbakzente kennzeichnen die unterschiedlichen Bereiche

Achten Sie bei Ihrem nächsten Besuch doch einmal auf die unterschiedlichen Farbakzente: Während der Spaßbereich mit den Rutschen in kräftigem Blau, Rot, Gelb, Grün und Orange gehalten ist, wurde für den Saunabereich, in Zusammenarbeit mit Frau Burzler von der Vitali Qi Unternehmensberatung, ein Feng Shui Farbkonzept entwickelt. Ganz frisch in Türkis und Blau erfreut dafür das Wellendesign an den Wänden des Schwimmerbeckens. Und ein echter "Eyecatcher" ist natürlich der große Elefant im Wellenbecken.





Gut zu wissen

Haben auch Sie "Problemzonen" an oder in Ihrem Haus oder Wohnung? Wenden Sie sich gerne vertrauensvoll an Rainer Kufer. Er findet garantiert auch für Ihr Anliegen die perfekte Lösung.





Corona-Krise – jetzt die Weichen für die Zukunft stellen mit Frank Hofmann Vermögensplanung

und uns zum Nachdenken gebracht. Die Finanzen spielen dabei für die meisten eine nicht unerhebliche Rolle. Auch am Finanzmarkt geht die Corona-Krise nicht spurlos vorüber, obwohl die Grundsituation – keine Zinsen fürs Geld und trotzdem Inflation – nach wie vor unverändert ist. Doch trotz Corona-Krise muss niemand um den Verlust seines Vermögens fürchten. Wer sein Vermögen erhalten und vermehren will, für den ist es gerade jetzt sinnvoll, seine finanzielle Situation vom Fachmann überprüfen zu lassen.

Diplom Betriebswirt (FH) Frank Hofmann verfügt über langjährige Erfahrung in der Finanzwelt und kann Sie bei der Realisierung Ihrer Vermögensplanung optimal unterstützen. Zusammen mit Ihnen entwickelt er eine individuelle Perspektive für Ihre persönliche Situation. Mit einem entsprechenden Fahrplan

Covid-19 hat unseren Alltag verändert und der passenden Strategie können Finanzbausteine optimal kombiniert werden. "In unsicheren Zeiten ist es wichtig, finanziell nicht nur auf einem Bein zu stehen", erklärt der sympathische Diplom Betriebswirt. Das Erstgespräch ist kostenfrei und auch online möglich (Videoberatung)! Nutzen Sie diese Gelegenheit und reservieren Sie sich einen Beratungstermin!



Werden Sie Vertriebsmitarbeiter bei CHURU!

Wer träumt nicht davon, sich den Tag frei einzuteilen! Sie wollen selbständig und eigenverantwortlich arbeiten und Ihr Einkommen selbst bestimmen? Dann überlegen Sie doch einfach einmal, ob Sie bei CHURU nicht richtig wären.

"Seit Anfang des Jahres erscheint CHURU auch in Baiersdorf, Möhrendorf, Buckenhof, Spardorf und Uttenreuth. Gerade hier suchen wir noch Menschen, die mit uns zusammen Kunden für CHURU begeistern!", erzählt



Ruthild Schrepfer, Geschäftsführerin von CHURU und ihre Kollegin Ursula Dorweiler ergänzt: "Wir suchen Menschen, die zu uns passen, die genauso angetan sind von unserem Produkt, weil es einfach anders ist als die herkömmliche Werbung." In CHURU werden ja Geschichten von Unternehmen erzählt und das ist wirklich mal etwas ganz anderes. Das braucht natürlich Beratung, die nur von Menschen vor Ort geleistet werden kann. "Wir sind Partner unserer Kunden, stehen an deren Seite. Das macht sich gerade in diesen Zeiten bemerkbar, denn unsere Kunden vertrauen uns", so Schrepfer.

Aber was muss man denn tun, wenn man in dem Team mitarbeiten will? "Jeder unserer Mitarbeiter arbeitet selbständig, sucht neue Kunden und betreut diese dann. Selbstverständlich sind für uns die Ausrüstung mit Visitenkarten und Material, um die Kunden auch gut beraten zu können", bemerkt Ursula Dorweiler und Ruthild Schrepfer fügt an: "Wir arbeiten unsere Mitarbeiter natürlich auch intensiv ein und stehen mit Rat und Tat an deren Seite."

Und was kann man verdienen? "Das hängt davon ab, wie viele Kunden man gewinnen kann und dann betreut. Da kommt es einfach darauf an, wieviel Zeit man investiert und ob man dranbleibt. Aber für ein gutes Einkommen langt es", so Ruthild Schrepfer.







Energiefreundliche und konstruktive Zusammenarbeit mit der Sonne

Sonnen PV feiert in diesem Jahr das 10-jährige Firmenjubiläum

Der eine Partner - die Sonne - leistet derzeit täglich einen soliden Beitrag. Auf den anderen Partner kann der Solar-Kunde seit nunmehr zehn Jahren absolut zuverlässig bauen. Die Spezialisten von Sonnen PV sind bei Photovoltaikanlagen und Energiespeicher eine erstklassige Adresse in der Metropolregion! Nach den Anfängen 2010 in Hammerbach kamen in Weisendorf bereits erste Mitarbeiter dazu. Seit 2015 ist der Firmensitz in Großenseebach. Im neuen Gebäude am jetzigen Standort sind mittlerweile 8 Vollzeit- und 4 Teilzeitkräfte mit den Geschäftsführerinnen Sabine Bergler und Ruth Mehler aktiv. Martin Lang, Geschäftsführer der Sonnen Service GmbH, komplettiert die Belegschaft. Sogar um einen weiteren Mitarbeiter wurde das Team ergänzt. Benjamin Hoell bringt als technischer Leiter sein Fachwissen im Bereich der regenerativen Energien ein.



In Sachen Speicher eröffnen sich interessante Möglichkeiten

Verbraucher können sich mit der Installation einer Photovoltaikanlage ein wenig von schwankenden Strompreisen unabhängig machen. Viele zögern jedoch und zweifeln an der Möglichkeit der Speicherung des aus der Sonnenenergie erzeugten Stroms. Fachmann Lang kann derartige Bedenken zerstreuen, denn seit 2012 sind bereits Speicher verfügbar. Mit dem Hauskraftwerk E3/DC gibt es ein bewährtes Tool, das bei den Planungen von Sonnen PV empfohlen und eingesetzt wird.

Ab etwa Juni 2020 wird mit dieser Technologie ein weiterer Schritt in eine energiefreundliche Zukunft möglich. Unter der Bezeichnung V2H (Vehicle2Home) besteht die Möglichkeit, das Elektroauto als Speicher zu nutzen. Getestet ist die V2H-Schnittstelle bereits mit Audi und VW, weitere werden sicherlich folgen. Die Fachleute von Sonnen PV erläutern gerne alle technischen Details rund um diese spannenden Neuerungen hinsichtlich der Speichermöglichkeiten von selbsterzeugtem Strom.

Gut zu wissen:

Regelmäßige Wartung und Überprüfung von PV-Anlagen gehören zum Service von Sonnen PV. Es empfiehlt sich deshalb, mit den Spezialisten zu sprechen und einen Wartungsvertrag abzuschließen, um einen langfristigen, störungsfreien Betrieb zu gewährleisten.

























CLARINS

Mein Spa Moment

Bei Buchung einer Auszeit oder beim Kauf eines Clarins Pflegeproduktes für den Spa Moment zu Hause erhalten Sie als Dankeschön eine besondere Überraschung.* *Solange der Vorrat reicht.



Visage & Relax Goethestraße 6 91074 Herzogenaurach Tel. 09132 / 55 59 www.visage-relax.de





Reinigerstraße 6 91052 Erlangen Tel. 09131 / 3 75 57 www.gabriela-dombos.de









18 CHURU - CHURU - 19

REGIONAL So wird's g'macht **Gesund in den Tag**



Overnight Oats

sind das ideale Frühstück für alle, die morgens keine Zeit haben. Overnight heißt ich weiche abends bereits mein Müsli ein und morgens gebe ich nur frische Früchte und eventuell einen Joghurt dazu.

Es geht schnell, ist gesund, schmeckt und macht lange satt.

Hat man morgens keinen Hunger, so kann man ein Müsli gut über Tag mitnehmen. So hast Du immer ein gesundes Essen dabei.

1 Portion:

6 gehäufte Esslöffel Sechskorn-Frischkorn-Müsli von Donath in eine Schüssel geben und mit Wasser übergießen, das Müsli sollte leicht mit Wasser bedeckt sein. Über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.

Morgens gebe ich noch einen selbstgemachten Joghurt, 1/2 TL Delifrucht von Brecht oder Zimt dazu, noch 1 TL Linusit und dekoriere mit Früchten.

Selbstgemachtes Joghurt und Kefir geht ganz einfach. Ein passendes Ferment hält Dein Reformhaus für Dich bereit.



Chiapudding

Zutaten für 2 Personen:

30 g Chiasamen, 250 ml Milch oder Pflanzendrink

Die Chiasamen mit der Pflanzenmilch übergießen und ca. 30 Minuten stehen lassen. Dann auf 2 Gläser verteilen und über Nacht in den Kühlschrank geben. Morgens Früchte draufgeben, ich nehme häufig TK-Früchte und fertig ist das Frühstück oder der Snack. Wer es etwas süßer braucht, nimmt Honig oder Agavendicksaft.



Wir bedanken uns beim Küchenstudio Prühäuser für die freundliche Unterstützung

Müsliriegel, selbstgemacht

Zutaten für 1 Auflaufform:

200 g gemischte Nüsse, 200 g Haferflocken, 125 g Cranberries, 100 g Butter oder Rapsöl, 120 g Honig oder Agavendicksaft, 1 Tüte Pistazien

Zubereitung:

Die Nüsse in der Pfanne ohne Fett rösten. Hier dabei stehen bleiben, damit sie nicht verbrennen. Auf einen kalten Teller oder in eine Schüssel geben. Cranberries grob hacken. Butter und Honig in einem Topf schmelzen. Butter-Honig zu der Nussmasse geben und verrühren und nun auch die Pistazien dazugeben. In die Auflaufform geben und über Nacht fest werden lassen. Am nächsten Tag in Müsliriegel schneiden. Vielleicht habt Ihr auch eine Müsliform, dann kann man sie natürlich dort einfüllen und spart sich das Schneiden.





Unser Kochbuch

Liebe Leserinnen und Leser, seit 6 Jahren kochen und backen wir nun für jede einzelne CHURU.

Was mal als kleine Idee begann, ist inzwischen hoch professionell, aber noch mit genauso viel Herzblut versehen.

Vielen Dank an dieser Stelle an die Köchin der ersten Jahre, Ingeborg Peter, und unsere aktuelle Gourmet-Köchin Petra Braun-Lichter sowie das Küchenstudio Prühäuser, in dem wir Monat für Monat kochen dürfen und wo wir das Regional Genießen produzieren.

Wir haben uns jetzt gedacht, dass Sie bestimmt gerne unsere Gerichte übrigens immer mit frischen Zutaten aus der Region zusammengefasst in einem Buch erleben wollen. Heraus gekommen ist ein wunderschöner Band, der sich zum selber Schmökern genauso eignet, wie zum Verschenken.

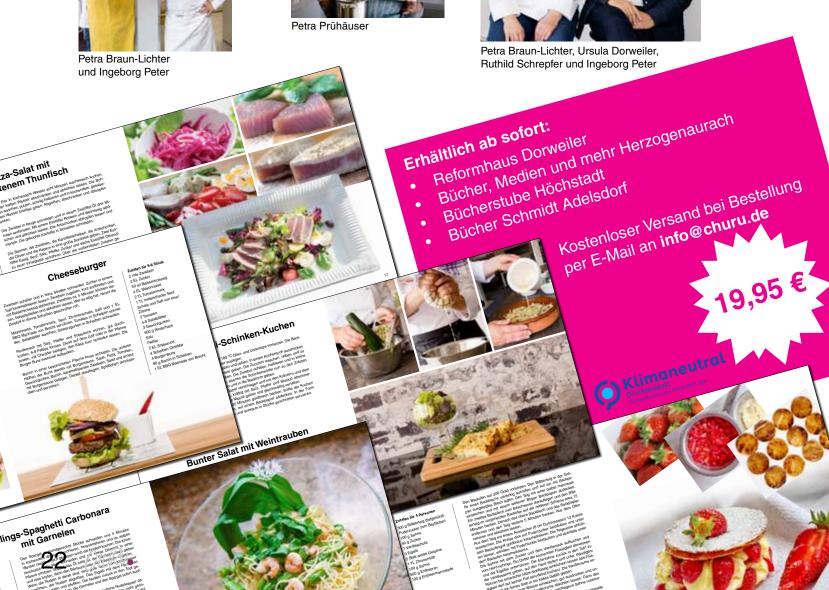
Viel Spaß damit und guten Appetit!











Entdecken Sie bei Pillenstein den Gebrauchtwagen des Monats

T-Roc 1,6 TDI Style 85 KW (115 PS) 6-Gang Schaltgetriebe EZ 02/2019, 5.650 km, Flash-Rot

Ausstattung: ACC, NAVI, KAMERA, EINPARKHILFE, SITZHEIZUNG

Zwischenverkauf vorbehalten.

www.pillenstein.de und 0911 / 9702 999

Sonderpreis 22.905,- Euro



WAREMA Pergola-Markisen -Immer voll im Trend

Traumhaft entspannen mit WAREMA Markisen. Beratung und fachgerechte Montage bei:

Raumausstattung Drebinger GmbH & Co. KG Hauptstraße 44 91074 Herzogenaurach Tel. 09132 / 46 44 www.drebinger.de



Jetzt ist Rosenzeit!

Auch ohne Rosenfest in diesem Jahr:

Bei uns finden Sie eine riesige Auswahl an Edel-, Beet-, Kletter-, Strauch- und englischen Rosen in allen Farben.

Wir beraten Sie auch zu bienenfreundlichen Sorten.

Baumschule Michael Popp Fliederweg 11 90617 Puschendorf Tel. 09101 / 21 21 www.baumschule-popp.de

GOLF.SPORT MIT HERZ

- die faszinierende fränkische Welt neu entdecken
- den Urlaub zu Hause aktiv gestalten
- die eigenen Grenzen austesten
- und das direkt vor der eigenen Haustür

Unser Tipp: Spielen Sie einfach Golf bei uns! Der 2-wöchige Kurs zur Platzreife kostet nur 159,- €.

Mitglied werden Sie ab 99,- € pro Monat, inkl. 6x Gruppentraining.

Golf-Club Herzogenaurach e.V. 91074 Herzogenaurach Tel. 09132 / 4 05 86 www.golfclub-herzogenaurach.de



REGIONAL

Original

Finden Sie die 7 Fehler

in unserem Fehlerbild...

In welcher Straße befindet sich die Firma SENSUS Möbel in Uttenreuth?

und nehmen Sie an unserem Gewinnspiel teil.

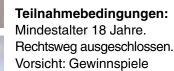
Schicken Sie die richtige Antwort bis zum 25.06.2020 mit einer Postkarte an die **CHURU-Redaktion** Höchstadter Weg 1 91074 Herzogenaurach oder per E-Mail an info@churu.de

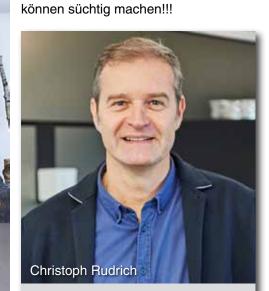
Bitte Absender nicht vergessen!

Zu gewinnen gibt es:

2 Fatboy LED Wandleuchten "Add the Wally" (kabellos, zum Aufladen)







SENSUS Möbel Schleifweg 1 91080 Uttenreuth Tel. 09131 / 50 35 05 www.sensus-moebel.de

Wir beachten die europäische Datenschutzgrundverordnung. Nähere Infos finden Sie unter www.churu.de/Datenschutz. Mit der Teilnahme erklären Sie sich damit einverstanden, dass wir Ihre Daten zur Ermittlung der Gewinner speichern und weiterverarbeiten.

Beantworten Sie folgende Frage:

SENSUS Möbel

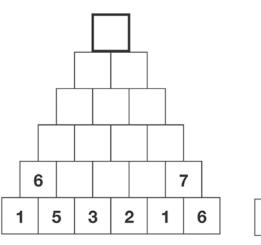


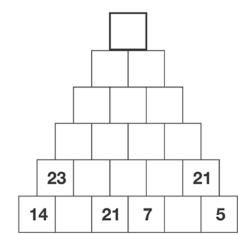
SUDOKU

		1					4	
7	8	5	9			2		
	2				3		9	7
					2			
				9			7	
4		8		7		6		
8		2		3	9	4		
		7		8	1			
<u> </u>	3		5		4		6	

Rechenpyramiden

Bei diesem Rechenrätsel musst du die beiden benachbarten Felder addieren (plus) und das Ergebnis in das darüberliegende Feld eintragen, bis du ganz oben angekommen bist.

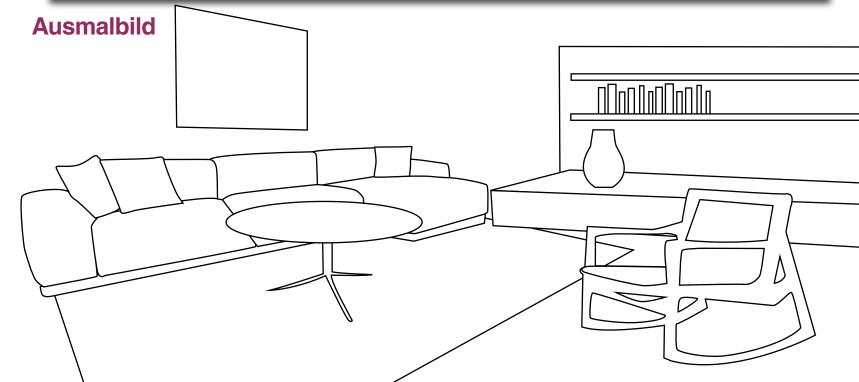




Die Auflösung finden Sie auf Seite 33

Wussten Sie schon, dass ...

- ... SENSUS Möbel seit 25 Jahren Einrichtungen nach Maß bei Ihnen zu Hause plant?
- ... SENSUS Möbel eine wunderschöne Ausstellung im Loft einer ehemaligen Konservenfabrik in Uttenreuth zeigt?
- ... SENSUS Möbel auch im Outdoorbereich schöne Möbel und Küchen anbietet?
- ... SENSUS Möbel die passenden Kissen und Decken für Ihr gemütliches Heim hat?
- ... SENSUS Möbel auch Ihren Home Office Arbeitsplatz ausstattet?
- ... SENSUS Möbel wunderschöne Betten für einen guten Schlaf präsentiert?





Fehlerbild



Mit meiner Familie und Freunden im Garten grillen und bei "meiner" Membacher Feuerwehr, da fühle ich mich am wohlsten.

Oliver Schüßler



Interessante und nennenswerte Termine aus unserer Region

Autokinosommer am Flughafen, Nürnberg

Gute Nachrichten für alle Filmfans: In Nürnberg startete das erste coronabedingte Autokino auf einer Parkfläche am Albrecht Dürer Airport.

www.airport-nuernberg.de/autokino-nuernberg

Wiedereröffnung Freilandmuseum, Bad Windsheim

Endlich ist es soweit: Aufgrund der aktuellen Hygienebestimmungen gibt es zunächst einen etwas eingeschränkten Betrieb. Auf der Homepage findet man auch einen digitalen Rundgang zum Thema "Sauberkeit zu jeder Zeit". www.freilandmuseum.de

Wiedereröffnung Museen in Nürnberg

Unter Einhaltung von Hygienemaßnahmen öffnen die Museen der Stadt Nürnberg wieder ihre Tore. Waren Sie schon einmal im Museum Industriekultur? Spannend für Groß und Klein!

www.museen.nuernberg.de

Burg Cadolzburg

Die Park- und Gartenanlagen der Schlösserverwaltung sind weiterhin für Sie geöffnet. Weiterhin gibt es in Filmen und spannenden 3D-Visualisierungen auf der Homepage viel zu entdecken. Über eine Änderung der Öffnungszeiten werden Sie hier aktuell informiert. (Voraussichtlich geschlossen bis 29. Mai)

www.burg-cadolzburg.de

Montag, 18. Mai bis Freitag, 12. Juni 2020

Freiluft-Galerie in der Innenstadt, Herzogenaurach

In dieser Zeit finden Sie in den Schaufenstern vieler Herzogenauracher Geschäfte von Kindern und Jugendlichen eingereichte Bilder zum Thema "Das macht mich glücklich!". www.herzogenaurach.de

Dienstag, 19. Mai bis Sonntag, 21. Juni 2020

Oskar Koller – Farbklänge, Erlangen

Das Kunstmuseum hat wieder geöffnet und zeigt eine Ausstellung des gebürtigen Erlangers, der in diesem Jahr 95 Jahre alt geworden wäre. Eine virtuelle Führung finden Sie auf der Homepage.

www.kunstmuseumerlangen.de

Entlas Keller, Erlangen

Der Erlanger Berg entfällt dieses Jahr, doch der Entlas Keller darf wieder öffnen. Frisch zubereitete Gerichte, gutes Bier und der Schatten alter Bäume warten auf Sie. www.entlaskeller.de

#meinhöchstadt

Die Aktion möchte interessierte (Hobby)Fotograf*innen dazu einladen, mit ihren Bildern einen persönlichen Blickwinkel auf Höchstadt zu zeigen. Alle eingesendeten Bilder nehmen automatisch an einem Gewinnspiel teil. www.hoechstadt.de

Erlebnishof Lindenhof, Hammerbach

Auch der Erlebnishof möchte wieder öffnen und strebt den 26. Mai zur Wiedereröffnung an. Nähere Informationen erhalten Sie auf der Homepage oder unter www.facebook. com/Erlebnishof-Lindenhof-186552494699754/ www.lindenhof-erlebnishof.de

Erlebnisernten Huckepack, Hüttendorf

Mit den nötigen Vorbereitungen ist der Bauernhof weiterhin für Sie geöffnet und bietet frische Kräuter, Obst und Gemüse zum Ernten an. Alle reifen Sorten werden aktuell auf Facebook veröffentlicht.

https://www.facebook.com/huckepacken/

Tiergarten, Nürnberg

Auch der Tiergarten hat seine Tore wieder geöffnet, doch nur für eine beschränkte Besucherzahl. Seit Anfang Mai hat die neue Außenanlage der Gorillas geöffnet. www.tiergarten.nuernberg.de

Schwarzwildgehege, Erlangen

Ein Besuch bei den Wildschweinen im Sebalder Reichswald ist immer wieder schön, vor allem jetzt, wenn die "Schwarzkittel" Junge bekommen haben. https://www.baysf.de/de.html

Für die Infos auf dieser Seite können wir leider keine Gewähr ük Kein Ersatz bei Ausfall der Veranstaltung.

CHURU in Corona Zeiten

Auch das Magazin CHURU hat die Corona Krise getroffen



Von einem Tag auf den anderen war die Welt plötzlich anders. Der "Lock down" betraf CHURU zwar nicht direkt – wir konnten unsere Arbeit theoretisch weiter ausüben – aber viele unserer Kunden waren von den Betriebsschließungen betroffen. In vielen Betrieben wurde Kurzarbeit angeordnet und das Home Office ist seitdem ein ganz normaler Arbeitsplatz.

Auch unsere Prokuristin Ines Geyer arbeitet seit Wochen im Home Office; sicherer und einfach auch besser mit den Kindern, die zu Hause die Tage verbringen, vereinbar. Wir haben uns an einige neue Abläufe gewöhnen müssen, aber es läuft erstaunlich gut und flüssig.

Sehr schnell trafen wir die Entscheidung, eine Ausgabe von CHURU ausfallen zu lassen. Sicher haben Sie bemerkt, dass Ende April keine neue CHURU bei Ihnen eingetroffen ist. In Zeiten der Ausgangsbeschränkungen hätten wir nicht verantworten wollen, unsere Mitarbeiter mit unseren

len, unsere Mitarbeiter mit unseren Kunden zusammenzubringen. Um so glücklicher sind wir nun, dass wir mit der jetzt vorliegenden Ausgabe endlich wieder loslegen können.

Wir haben die Zeit genutzt um unser Kochbuch, von dem wir schon lange geträumt haben, endlich fertig zu stellen. Ab sofort sind die allermeisten Rezepte aus über 70 Ausgaben von CHURU in einem – wie wir finden – wunderschönen Kochbuch zusammengefasst und im Buchhandel, im Reformhaus Dorweiler und als Lieferung (kostenlos) erhältlich.

Überhaupt ist es so manchen, die in der Vergangenheit viel im Internet gekauft hatten, in den Zeiten des Lock Down aufgefallen, wie schrecklich eine Stadt ohne ihren Handel ist. Die Ansicht der geschlossenen Läden und leergefegten Straßen konnte so mancher von uns nur schwer ertragen. Jetzt ist es umso wichtiger, dass wir den Handel vor Ort mit unseren Einkäufen unterstützen und unser Geld nicht an seelenlose Online-Dienste, die keine Steuern bezahlen, nicht ausbilden und nur wenig Arbeitsplätze stellen, geben. Wenn es schon online sein muss, dann probieren Sie doch einfach auch die vielen neuen Online-Angebote des stationären Handels aus.

Ja – und jetzt geht es also auch wieder los mit CHURU. Wenn auch mit Einschränkungen, sind wir doch froh, dass wir wieder Geschichten produzieren dürfen. Auch wir halten uns natürlich an die gebotenen Abstandsregeln, den Mund-Nasen-Schutz und alle weiteren Hygienevorschriften. Denn nichts wäre schlimmer, als wenn wir weitere Schließungen ertragen müssten. Deshalb an dieser Stelle auch eine Bitte an alle: Halten Sie sich an die angeordneten Regeln und bleiben Sie auf Abstand! Noch ist Corona nicht besiegt. Sie helfen damit nicht nur sich selbst, sondern auch all denjenigen, die besonders gefährdet sind. Wir brauchen einfach noch ein wenig Geduld, aber auch diese Krise werden wir gemeinsam meistern.













- Freundliches, aufgeschlossenes Auftreten
- Selbstmotivation
- Erfahrung in vertrieblichen Tätigkeiten von Vorteil

Für ein erstes Telefonat steht Ihnen sehr gerne Frau Schrepfer unter 0171-542 62 78 zur Verfügung.

> Ihre Bewerbungsunterlagen schicken Sie bitte an info@churu.de

Idee und los GmbH, Höchstadter Weg 1, 91074 Herzogenaurach



Team und freue dich auf einzigartige Projekte.















Am besten gleich zu DEKRA – Ihrem zuverlässigen Partner für Sicherheit und Service. Ohne Voranmeldung.

Werner-Heisenberg-Str. 6 91074 Herzogenaurach

www.dekra.de/herzogenaurach







MIT SICHERHEIT BESSER HÖREN!

Unsere **hohen Hygienestandards** haben wir zu Ihrer und unserer Sicherheit auf ein Maximum erhöht. Zusätzlich bieten wir Ihnen **Video** bzw. **Telefonberatung**, sowie Fernanpassung Ihrer Hörsysteme an.

Sie haben schon ein Hörgerät und trotzdem Probleme, wenn Ihr Gegenüber eine Maske trägt?

Wir haben für Sie das **FIEDLER Maskenprogramm** für Ihr Hörsystem entwickelt

HÖRSPECTRUM FIEDLER

Tel. 0911-81 03 370 Fax 0911-81 03 3717

info@hoerspectrum-fiedler.de

HÖRSPECTRUM FIEDLER Stadeln

Stadelner Hauptstraße 49

Tel. 0911-81 01 45 55 Fax 0911-81 01 45 57

> ... hörbar besser!



EICHT GEMACHT

■ Kompetente Beratung

Von Boden, Farben, Tapeten, Teppichen bis hin zu Vorhängen

■ Ihr Vorteil

Wir kümmern uns um Ihre Renovierung. Als zentraler Ansprechpartner koordinieren wir alle Arbeiten.

Planbar, transparent, zuverlässig und pünktlich Tiefel Raumgestaltung Nürnberger Straße 46 90579 Langenzenn Tel: 09101 / 24 45 www.tiefel-raumgestaltung.de









Gustav-Hertz-Straße 14 91074 Herzogenaurach Tel. 09132 / 7 91 89 20 www.fsz-herzogenaurach.de

CHURU. 31 30 CHURU.



Einkaufen in Herzogenaurach Nah, vertraut, rücksichtsvoll – Gemeinsam für Herzo

Geschäfte und Dienstleister in Herzogenaurach sind wieder geöffnet. Damit ist nicht nur für Sie das Einkaufen wieder nah und entspannt möglich: Auch Ihre Einzelhändler, Dienstleister und Handwerker können ihre für uns alle wichtigen Waren und Services wieder anbieten und so ihre Familienunternehmen stärken.

Die Öffnungen gehen – je nach Branche – mit ein paar geänderten Abläufen einher. Wir bitten Sie, zu Ihrer und der Sicherheit der Händler und Dienstleister, auf die entsprechenden Vorsichtsmaßnahmen zu achten – für ein solidarisches, sicheres und rücksichtsvolles Miteinander.

Danke, dass Sie für Ihren Einkauf, für gastronomische Genüsse und bei Dienstleistungen auf Ihre lokalen Anbieter setzen! Wir wissen es zu schätzen, dass Sie mit Ihrer Entscheidung für regionale Unternehmen die Vielfalt vor Ort unterstützen. Bitte beachten Sie beim Einkauf, in der Gastronomie, beim Abholen von Speisen "to go" oder bei der Inanspruchnahme von Dienstleistungen die Regeln für ein sicheres Miteinander. Weitere Informationen auf www.herzogenaurach.de/corona









Qualität bedeutet für uns:

- Individuelle, persönliche Beratung und Information
- Transparente Angebote, die keine Fragen offen lassen
- Computerplanung Ihrer Küche nach neustem Standard Verwendung bester Materialien - Ausmessen vor Ort
- Hauseigene Schreinerei & Monteure
- Zuverlässige, hochwertige Ausführung Auf Wunsch bieten wir auch Finanzierung an

itenstr. 15 · 91074 Herzogenaurach · Tel. 09132/9269 · www.kuechen









Heilpraktikerin Psychotherapie www.Psychotherapie-Kapust.de Tel.: 09101/536318



Mo-Mi 9-19 Uhi

PUMA Way 1



rlanger Straße 60

Liebfrauenhaus









Ihr Fachpflegedienst in Franken Lohmühlweg 4 a 91341 Röttenbach

HERZOgutschein

CC Care-Casa GmbH

Telefon 0 91 95-9 29 66-22 | Care Casa Fax 0 91 95 - 9 29 66 -33 E-Mail info@care-casa.com



Die nächste Ausgabe von CHURU:

Redaktions- und Anzeigenschluss: Freitag, 5. Juni 2020 Die Juli-Ausgabe erscheint am: Donnerstag, 25. Juni 2020

Natur und Umwelt

Bitte beachten Sie die Teilbeilage von Reformhaus

IMPRESSUM

Herausgeber Idee und los GmbH Auflage 50.500 Stück

Anzeigenannahme und Vertrieb

Tel. 0.91 32 / 791 88 10 Tel. 0171 / 5 42 62 78

info@churu.de

Redaktion Ursula Dorweiler Tel. 0 91 32 / 791 88 10 info@churu.de V.i.S.d.P.

Redaktionsmitglieder

Petra Braun-Lichter, Joachim Dorweiler, Ursula Dorweiler, Cornelia Eyßelein, Jutta Falk, Ines Geyer, Sylvia Herenz-Pflugbeil, Ingrid Hornof, Leo Hildel, Rainer Krugmann, Alexandra Litz, Tina Meier, Stefan Müller, Vanessa Mund, Birgit Reiners-Kursawe, Ruthild Schrepfe Wolfgang Schrepfer, Simone Somme

Joachim Dorweiler, Cornelia Eyßelein, Jutta Falk, Ingrid Hornof, Sylvia Herenz-Pflugbeil, Leo Hildel, Ruthild Schrepfer, Wolfgang Schrepfe

Bilderstolz, Cornelia Eyßelein, Sina Geerling, Yvonne Guillery,

Rainer Krugmann, Blanca Melendez, Fotostudio am Schloss, Stefan Müller, Vanessa Mund, Fotolia, Shutterstock, Florian Trykowski

Div. CHURU Fotografen Satz- und Druckvorbereitung Druck

Louis Hofmann Druck- & Verlagshaus GmbH & Co. KG

Verteilung Armin Diehl GmbH Facebook/Internet Ines Geyer

Redaktionsanschrift Höchstadter Weg 1 91074 Herzogenaurach Tel. 0 91 32 / 791 88 10 Fax 0.91 32 / 791 88 11 info@churu.de

www.churu.de www.facebook.com/churu.de Jahres-Abo (12 Ausgaben) 30.- € Auflösung Regional erraten

aus der CHURU 69: Jeweils einen Einkaufsgutschein á 25 Euro von Mode für mich

haben gewonnen: Margarete Amon, Heßdorf

Heike Stock, Aurachtal Anke Walter, Erlangen Alexandra Engl, Obermichelbach

Auflösung von Seite 24





HURU 33

32 CHURU.



m&i Fachklinik Herzogenaurach Tel. 09132 / 83 - 0 www.fachklinik-herzogenaurach.de



Vermögensplanung Frank Hofmann Grünauweg 11 91056 Erlangen-Dechsendorf Tel. 09135 / 2 10 45 48 www.vp-hofmann.de



die goldschmiede Sabine Stamm & Helga Speth Hauptstraße 28 91074 Herzogenaurach Tel. 09132 / 73 68 93 www.die-goldschmiede.de



Dr. med. Sabine Lowies-Skapczyk Michael-Vogel-Straße 1c/EG 91052 Erlangen Tel. 09131 / 6 16 68 82 www.gesundheitsmedizin-erlangen.de



Haarstube Hauptstraße 14 91074 Herzogenaurach Tel. 09132 / 47 00 www.haarstube.com



Autohaus Josef Pickel GmbH & Co. KG Frauenauracher Straße 95 91056 Erlangen Tel. 09131 / 7 94 - 0 www.autohaus-pickel.de



Herz-Apotheke Ohmstraße 6 91074 Herzogenaurach Tel. 09132 / 7 41 59 59 www.herz-apo-herzo.de Stadt-Apotheke Hauptstraße 36 91074 Herzogenaurach Tel. 09132 / 80 00 www.stadt-apo-herzo.de



Küchenzentrum Raindorfer Mühle Mühlenweg 1 90587 Raindorf/Veitsbronn Tel. 09101 / 76 71 www.raindorfer-muehle.de



Die Schreiner Werkstatt Kaufmann & Hofmann oHG Ipsheimer Straße 17 91438 Bad Windsheim Tel: 09841 / 20 54 www.dieschreinerwerkstatt.de





Sonnen PV GmbH Hannberger Weg 13 91091 Großenseebach Tel. 09135 / 7 35 77 75 www.sonnen-pv.de

Erhältlich ab sofort:

- Reformhaus Dorweiler
- Bücher, Medien und mehr Herzogenaurach
- Bücherstube Höchstadt
- Bücher Schmidt Adelsdorf

Kostenloser Versand bei Bestellung per E-Mail an info@churu.de









z.B. Audi Al Sportback S line 25 TFSI 70 kW (95 PS) 5-Gang Kraftstoffverbrauch I/100 km: innerorts 5,9 außerorts 4,2; kombiniert 4,8; CO₃-Emissionen g/km: kombiniert 110; Effzienzklasse A+ Lackierung: Gletscherweiß Metallic; Ausstattung: Sitzheizung vorn, Einparkhilfe plus, Infotainment u.v.m. Finanzierungsmöglichkeit

ehemalige UPE:

30.880,- € inkl. Überführungskosten

Audi Zentrum Fürth

Autozentrum Fürth Graf GmbH Schwabacher Straße 333 · 90763 Fürth Tel.: 0911 997160-793 · audi.fuerth@feser-graf.de www.feser-graf.de





in Höhe von 1,99 % - Viele

weitere Lagerwagen stark





sauber gelöst



Preise inkl. MwSt. – Solange Vorrat reicht



Touchless Desinfektionsspender für 500 ml Flaschen 141,50 EUR

Gerne können Sie auch verschiedene Desinfektionssäulen Nordex Händedesinfektion Gel bei uns erhalten.

Nordex Händedesinfektion Schaum 300 ml in der handlichen Sprühdose 7,99 EUR

DESINFEKTION

Nordex Händedesinfektion Spray 500 ml in der handlichen Sprühdose 6,99 EUR

200 ml in der handlichen Sprühdose 6,99 EUR

Mund-Nasen-Schutz (PPE) (1 VE á 50 Stk.) 34,00 EUR

Mund-Nasen-Schutz (PPE) (1 VE á 10 Stk.) 6,99 EUR

Einweg-Atemschutzmaske FFP2 (1VE á 10 Stk.) 33,30 EUR

Atemschutzmaske Nano-Silber, weiß, waschbar, vergleichbar FFP2 (1 VE á 2 Stk.) 16,00 EUR

Einfach vorbeikommen oder bestellen unter erlangen@mstore-hygiene.de

NORDEX

70%

SCHAUM-

DEBNIEKTI

mstore ■ Heusteg 3 ■ 91056 Erlangen ■ Tel. 09131 / 6 12 04 08 ■ www.mstore-hygiene.de















Grillfachwerk bei MAYDT Hauptstraße 40 Herzogenaurach

bei MAYDT

Tel. 09132-2035 info@grillfachwerk.de www.grillfachwerk.de