

TECK

JAHRGANG 4 · AUFLAGE: 30.200

EXTRA

FREITAG, 27. FEBRUAR 2026
SAMSTAG, 28. FEBRUAR 2026

AM WOCHENENDE

Vom Bummel auf den Rummel

Das Wochenende in Kirchheim hat es in sich: Nach dem verkaufsoffenen Sonntag in der Innenstadt locken Märzenmarkt und Action auf dem Ziegelwasen.

Am Sonntag, 1. März, laden die Geschäfte der Händlergemeinschaft City Ring in Kirchheim zu einem ganz besonderen Einkaufserlebnis ein. Der verkaufsoffene Sonntag ermöglicht es den Besucherinnen und Besuchern, in entspannter Atmosphäre durch die Stadt zu bummeln und dabei von 12.30 bis 17.30 Uhr nach Herzenslust einzukaufen. Die Einzelhändler vor Ort setzen an diesem Tag mit eigenen Hausaktionen zusätzliche Anreize zum Verweilen und Entdecken. Außerdem findet wieder das Vereinsshopping statt. Diejenigen Vereine, die die meisten Bons von Einkäufen in City-Ring-Geschäften sammeln und bei der Händlergemeinschaft einreichen, haben die Chance, ihre Vereinskasse mit satten 1000 Euro aufzustocken.

Am ersten Montag im März geht es auf den Märzenmarkt

Der traditionelle Märzenmarkt verwandelt die Innenstadt dann am Montag, 2. März, in ein buntes Einkaufsparadies. Die Marktstände präsentieren eine breite Palette an Produkten – von Mode über Haushaltswaren bis hin zu Schmuck, Lederwaren und Trendartikeln. Auch kulinarische Abwechslung wird geboten: Süßigkeiten, Brat-



wurst, Backwaren aus dem Holzofen und weiteres warten auf die Besucherinnen und Besucher. Ergänzt wird das Angebot von den Händlern des Wochenmarktes. Sie bieten beispielsweise Blumen, gesteckte und -arrangements, Käse und Wurstwaren sowie frisches Obst und Gemüse an.

Rasante Erlebnisse sorgen für reichlich Nervenkitzel

Bereits am Freitag startet der Vergnügungspark auf dem Ziegelwasen mit einer Vielzahl an Attrak-

tionen und Gaumenfreuden für die ganze Familie. Bei den Fahrgeschäften sorgen der „Break Dancer“ und der „Avenger Royal“ für rasante Erlebnisse. Ergänzt wird das Angebot durch ein Kettenkarussell, das klassische Jahrmärktstimmung vermittelt. Nervenkitzel pur verspricht außerdem der Autoskooter. Für die kleinsten Besucherinnen und Besucher stehen unter anderem ein Kinderkarussell, die „Crazy Cars Buckelpiste“ und ein Baby-Flug-Fahrgeschäft bereit. Neben den aufregenden Fahrgeschäften erwarten die großen und kleinen Gäste zahlreiche Spielgeschäfte und Schießbuden, die zum

Mitmachen und Gewinnen einladen. Auch die typischen Genüsse eines Volksfestes dürfen in Kirchheim nicht fehlen: Frisch gebrannte Mandeln, Magenbrot, Zuckerwatte und viele weitere Leckereien sorgen für das leibliche Wohl der Besucherinnen und Besucher. Am Samstag, 28. Februar, findet um 12 Uhr der Schaustellergottesdienst mit Pfarrer Winfried Hierlemann und Otto Weber statt. Den Abschluss bildet am Montag, 2. März, gegen 20 Uhr ein Abschlussfeuerwerk, das den Abendhimmel über dem Festplatz wieder in ein finkelndes Spektakel verwandelt.

Der Rummel auf dem Ziegelwasen, ein verkaufsoffener Sonntag und der Märzenmarkt locken nach Kirchheim.

Archivfoto: Jörg Bächle

Ihr Immobilienexperte vor Ort mit über 35-jähriger Erfahrung!

Wir suchen ständig Häuser, Wohnungen und Bauplätze (auch Abrisshäuser) in sämtlichen Preisklassen zum Kaufen und Vermarkten

JUNGBLUT
Immobilien

Kirchheim / Teck · Rossmarkt 11 · Telefon 07021 488430
info@jungblut-immobilien.de · www.jungblut-immobilien.de

GEWINNER CAVALLUNA

KIRCHHEIM. Drei Teck EXTRA-Leserinnen und -Leser dürfen sich über jeweils zwei Karten für die Cavalluna-Show „Tor zur Anderswelt“ am Sonntag, 8. März, in der Stuttgarter Hanns-Martin-Schleyer-Halle freuen. Gewonnen haben:

Marc Ellinghaus aus Kirchheim, Cornelia Kühner aus Holzmaden und Rebekka Ampsler aus Aichelberg. Das Team vom Teck EXTRA gratuliert herzlich und wünscht allen Gewinnerinnen und Gewinnern ein tolles Erlebnis! zap

VOGT BESTATTUNGEN

„Man sieht nur mit dem Herzen gut.“
Antoine de Saint-Exupéry

Leonie Vogt
Vogt Bestattungen - Ihre Bestatterin mit Herz
Kelterstraße 69
73265 Dettingen unter Teck
Tel.: 015 566 866 603
info@vogtbestattung.de
www.vogtbestattung.de

FriedWald
Verband unabhängiger Bestatter
VUB

HERZHALT
HAUSHALTSHILFEN & MEHR

Haushaltshilfe & Alltagsbegleitung
Herzlich, zuverlässig und direkt bei Ihnen zu Hause

Neu: Gesetzlich vorgeschriebene Pflegeberatungen - Jetzt bei uns Termin sichern!

- Entlastungsbetrag ab 131 € pro Monat
- Abrechnung über alle Pflegekassen ab dem Pflegegrad 1

0711 45 14 11 43
www.herzhalt.de

„Sooowas von gut...“

30 JAHRE
Württembergs großer Polsterspezialist

Wir feiern Jubiläum!

Viele Jubiläumsangebote in unseren Online Prospekten!

JUBILÄUMSPREIS ab 1.398,-

BIG-SOFA extra großes Sofa, Bezug Cordstoff, Wählbare Sitztiefe 64 cm oder 84 cm, Sitzhöhe 43 cm. BTH 290 / 127 / 85 cm.

Polsterwelt ENGELHARDT

30% auf Neubestellungen

*Gültig nur für Neuaufträge. Basis ist der Engelhardt-Listenpreis vor Rabatt, wird sofort an der Rechnung gekürzt. Nicht gültig auf Werbepreise, Sonderpreise, reduzierte Ware sowie in Prospekten beworbene Preise und bereits getätigte Aufträge.

Polsterwelt ENGELHARDT GmbH
Mo-Fr 10-19 Uhr / Sa 10-18 Uhr
www.polsterwelt-engelhardt.de

Zollbergstr. 8-10
73734 Esslingen
Tel. (0711) 25 28 100

Ihr Qualitätsmakler

KS Immobilien-Kanzlei SOMMERER

www.ik-s.eu • verkauf@ik-s.eu
https://ik-s.eu/immobilienbewertung

UMZUG?

- mit Hausratverpackung
- mit Außenaufzug
- mit Schreinermeister

Dann: mit **THEUNER UMZUGS-SERVICE**

Telefon 07021 83603
theuner@t-online.de

Hier steht's:

Das Neueste aus der Nachbarschaft.

www.extra-wochenende.de

Hier passiert's: Im EXTRA.

www.extra-wochenende.de

Verkaufsoffener Sonntag

1. März
12:30 - 17:30 Uhr

Kirchheim unter Teck

Vereins*-Shopping in Kirchheim
Einkufen, Kassenbons sammeln, Gewinnen

*Einladung zur Teilnahme richtet sich an alle gemeinnützigen Vereine, Einrichtungen und Organisationen im Kreis Esslingen

KIRCHHEIM UNTER TECK
modern · menschlich · mittendrin

Mit freundlicher Unterstützung
Kreissparkasse Esslingen-Nürtingen

Eine gemeinsame Aktion mit der:
Volksbank Mittlerer Neckar eG

www.cityring-kirchheim.de

Was ist los in Kirchheim und Umgebung?

Von Comedy über Wissenswertes und Kurioses aus dem Ländle beim Pub-Quiz bis zu verschiedenen Konzerten, Kino und Theater und viel Musik ist am Wochenende wieder einiges geboten.

Freitag, 27. Februar

Peter Protschka lässt mit seinem Orgelquartett Organic Universe am Freitag um 20.30 Uhr ein spannendes und hochkarätiges Konzert im Club Bastion erwarten. Karten sind im Vorverkauf bei Juwelier Schairer am Rathaus in Kirchheim oder über Easyticket erhältlich.

Wissenswertes und Kurioses zum Ländle gibt es beim Pub-Quiz am Freitag um 19 Uhr in der Weilheimer Stadtbücherei. In spannenden Raterunden rund um Baden-Württemberg, seine Politik, Geschichte und Kultur treten Teams gegeneinander an und testen ihr Wissen. Neben Wissenswertem zu Landtagswahl und Landespolitik können Fragen zu Geschichte, Geografie und Kultur ebenso auf dem Programm stehen wie kuriose Schätzfragen oder Aufgaben zu Sport, Wirtschaft und unglaublichen Ortsnamen in Baden-Württemberg. Anmelden können sich Teams (vier bis maximal fünf Personen) oder Einzelpersonen, die sich mit anderen zu einem Team zusammenfinden möchten. Empfohlen ist ein Mindestalter von 16 Jahren. Für Snacks und Getränke ist gesorgt. Eine Anmeldung ist unter 070 23/1062 22 oder per E-Mail an stadtbuecherei@weilheim-teck.de möglich. Genannt werden muss der Name des Teams oder der Einzelperson.

Der Bad Bollers Bürgertreff wird am Freitag ab 20 Uhr durch die Gruppe Zisch Moll in einen Irish Pub verwandelt. Die fünf Musiker spielen Irish Folk, Bluegrass und Indie Folk. Dazu passend wird Guinness angeboten.

Im Gemeindehaus in Lindorf findet am Freitag ein Kinoabend statt. Um 17 Uhr beginnt der Kinderfilm

„Die Mucklas ... und wie sie zu Petersson und Findus kamen“. Um 19.30 Uhr startet das Kino für Erwachsene mit dem Film „Es sind die kleinen Dinge.“

Ebenfalls am Freitag um 19.30 Uhr feiert „Kassandra und die Frauen Trojas“ von Magda Woitzuck im Schauspielhaus der Württembergischen Landesbühne Esslingen Premiere. Das Stück erzählt die Geschichte der „Ilias“ aus der Sicht der Frauen und beleuchtet im Kontext des Mythos die Auswirkungen menschlicher und politischer Entscheidungen. Die Württembergische Landesbühne Esslingen zeigt die Deutsche Erstaufführung. Karten sind unter www.wlb-esslingen.de/karten erhältlich. Weitere Vorstellungen sind am 8., 14., 19. und 27. März, am 14. und 17. April sowie am 9. und 20. Mai.

Im Herzen der Esslinger Altstadt beginnt am Freitag und Samstag jeweils um 20 Uhr die Inszenierung „Quidam Faust“ im LIMA-Theater in der Landolinsgasse 1. Karten sind unter www.lima-tickets.de, bei Reservix, Eventim oder zwei Stunden vor Beginn an der Abendkasse erhältlich.

Ein Hauch Spelunken-Atmosphäre breitet sich am Freitag um 20 Uhr in der Tapasbar der Nürtinger Alten Seegrasspinnerei aus. Die Sängerin Vera Maier erweckt vertraute und auch weniger bekannte Chansons zu neuem Leben. Der Eintritt ist frei, ein Hut für die Musiker macht die Runde. Zur Musik servieren die ehrenamtlichen Köche der Kulturkantine ab 19 Uhr frisch zubereitete Tapas. Eine Reservierung wird empfohlen unter reservierung@tvfk.de oder 070 22/209 6172.

Die australische Ausnahmekünstlerin Toby Beard kommt am Freitag um 20.30 Uhr auf ihrer „Here With Me Tour 2026“ nach Nürtingen in den Club Kuckucksei. Karten gibt es im Stadtbüro der Nürtinger Zeitung, Am Obertor 15, bei Easyticket und bei Eventim.

Bei der Berufsmesse Durchstarter in der Stadthalle K3N in Nürtingen präsentieren sich am Freitag von 9 bis 16 Uhr rund 90 Aussteller den beruflichen Einsteigern und Durchstartern. Neben spannenden Gesprächen und aktuellen In-



formationen sorgt die Messe auch für ein angenehmes Ambiente mit musikalischer Begleitung. Der Eintritt ist frei.

Samstag, 28. Februar

Das Comedy-Format Comedyflash kommt erstmals nach Kirchheim. Am Samstag gastiert die Show ab 19.30 Uhr (Einlass um 18.30 Uhr) in der Eduard-Mörrike-Mehrzweckhalle, Zum Rübbholz 1. Comedyflash zählt zu den bekanntesten Comedy-Plattformen im deutschsprachigen Raum und tourt durch über 100 Städte. Das Format steht für moderne Stand-up-Comedy mit wechselnden Comedians. Tickets sind im Vorverkauf online erhältlich.

Mit ihrem neuen Best-of-Programm „Nex verkomma lassa“ gastieren Ernst und Heinrich am Samstag in Kirchheim. Veranstaltungsbeginn in der Jesinger Gemeindehalle, Im Oberhof 42, ist um 19.30 Uhr, der Einlass startet um 19 Uhr. Das vielfach ausgezeichnete Duo präsentiert eine Auswahl seiner neuesten und beliebtesten Lieder und Szenen – schwäbisch, international und mit feinem Blick für die Absurditäten des Alltags. Der Eintritt kostet 30 Euro, ermäßigt 28 Euro. An der Abendkasse wird ein Zuschlag von vier Euro pro Karte erhoben. Im Vorverkauf sind Karten bei der Kirchheim-Info sowie online über Reservix erhältlich.

Kai Bosch und Nikolai Striebel sind mit ihrer Duo-Show „Bist du be...zaubert, oder was?“ am Samstag um 20.30 Uhr im Club Basti-

on in Kirchheim zu sehen. Karten sind im Vorverkauf bei Juwelier Schairer in Kirchheim oder über Easyticket erhältlich.

Der Musikverein Lindorf lädt am Samstag ab 17 Uhr zu einer Ap-rès Ski Party mit Schirmbar und Guggenmusik von den Neckarbätschern auf den Dorfplatz Lindorf ein. Für das leibliche Wohl ist gesorgt, der Eintritt ist frei.

Die „SingTONics“ gastieren mit ihrem A-cappella-Programm „Klasse!“ am Samstag um 19.30 Uhr in der Aula der Alleenschule in Kirchheim. In einem szenisch-musikalischen Klassentreffen präsentieren sie bekannte Popsongs und berührende Balladen. Karten (15 Euro und ermäßigt 7 Euro) gibt es im Weltladen Kirchheim oder online unter www.happy-voices.com.

Die Kirchheimer Omas gegen Rechts und das Bündnis für Demokratie und Menschenrechte Kirchheim laden am Samstag um 18 Uhr zu einer Aktion auf dem Kirchheimer Marktplatz ein.

Die Musikschule Kirchheim lädt am Samstag um 17 Uhr zum Konzert der Studienvorbereitenden Abteilung der umliegenden Musikschulen ins Alte Gemeindehaus, Alleenstraße 116, in Kirchheim ein. Der Eintritt ist frei. Der Abend mit klassischen Werken wird von jungen Nachwuchstalenten bestritten.

Die „Fast Eddy's Blue Band“ wurde 1990 von dem Bluesrock-Sänger Eddy Wilkinson gegründet. Am Samstag um 20.30 Uhr gastiert die Band im Club Kuckucks-ei. Ihr unverwechselbarer Stil wird

geprägt von mitreißendem, dynamischem Blues und Rock mit Elementen aus Soul und Funk. Karten gibt es im Stadtbüro der Nürtinger Zeitung, Am Obertor 15, bei Easyticket und bei Eventim. Einlass ist ab 19.30 Uhr.

Am Samstag um 20.30 Uhr sind Torpedo Sirnau und Hau Shoo live im Musik-Café Eisele in Köngen zu Gast. Der Eintritt ist frei. Weitere Informationen sind online unter www.cafe-eisele.de zu finden.

Um Kugeln, Kirschbaum und Klavier geht es bei einer Führung in Neidlingen am Samstag um 14 Uhr. Mit der Gästeführerin Hildgard Drexler besucht man zuerst die Kugelmühle, einen Klavierbauer und eine Schreinerei. Anmeldung und Infos unter www.schwäbische-landpartie.de oder Telefon 07023/90 87 18.

„Feminismus nervt?“ – Warum Gleichberechtigung kein Wohlfühlthema ist. Am Samstag um 14 Uhr laden Die Grünen in die Evangelische Akademie, Südfügelraum 3, Akademieweg 11 in Bad Boll zu einer öffentlichen Diskussionsveranstaltung ein. Die Bundestagsabgeordnete Ricarda Lang diskutiert mit Landtagskandidat Julian Beieren bei freiem Eintritt.

Mit ihrem neuen Best-of-Programm „Nex verkomma lassa“ gastieren Ernst und Heinrich am Samstag, 28. Februar, um 19.30 Uhr in der Jesinger Gemeindehalle.

Foto: pr

Die Freiwillige Feuerwehr Hochdorf lädt am Sonntag zum 36. Tag der Feuerwehren in und um die Breitwiesenhalle ein. Fahrzeuge stehen zur Besichtigung bereit, in der Halle steigt ein Fußballturnier. Ab 10 Uhr gibt es ein buntes Programm für Jung und Alt.

Im Schwarzslingweg in Neuffen findet am Sonntag von 13 bis 18 Uhr das Winteraustreiben im Weinberg mit Glühwein, Weinen und Würstchen vom Grill statt. Gerne können Besuchende ihr eigenes Glas oder ihre eigene Tasse mitbringen.

Ebenfalls am Sonntag um 11 Uhr wird in der Reihe „Literatur im Film“ Volker Schlöndorffs Verfilmung von Max Frischs „Homo faber“ im Kommunalen Kino Esslingen (Koki) gezeigt. Frühstücksgäste sind ab 10 Uhr willkommen.

Dienstag, 3. März

Am Dienstag um 19 Uhr heißt es wieder Kultur im Keller in der Linde in Kirchheim. Das Duo „Vom Jura“ – die beiden leidenschaftlichen Gitarristen Andi und Johnny – bietet feinste musikalische Unterhaltung zwischen Pop, Rock, Songwriter und Blues. Der Eintritt ist frei, um Spenden für die Künstler wird gebeten. *gey/zap*

EXTRAWURST

Eine Nachricht von der Hauptamtsleiterin aus Weilheim: Sie musste schmunzeln, als sie meinen Artikel gelesen hatte. Mein erster Gedanke war: Wieso? So witzig war der doch gar nicht, es ging doch lediglich um einen ... Oh nein! Als ich die Zeitung aufschlug, sprang mir der Fehler direkt ins Gesicht: Ich hatte am Vortag im Sonntagsdienst aus einem „Podcast“ zu vorgerückter Stunde einen „Pocast“ gemacht. Zum Glück ist es kein „Po-Casting“ geworden, aber auch so ist es peinlich genug.

Bei einem Ex-Kollegen ist an prominenter Stelle auf dem Titel aus einer „Schießhütte“ eine „Scheißhütte“ geworden. „Shit happens“, kann man da wohl mit voller Berechtigung sagen. Aber Rückmeldungen sind in solchen Fällen meistens mit einem Schmunzeln versehen. Und überhaupt gibt es dann mal eine Reaktion, die es sonst bei fehlerfreien Storys nicht gibt. Denn es ist doch so: Das Unperfekte, der Fehler im scheinbar Fehlerlosen, ist das Salz in der Suppe.

Welche Sportinterviews aus den unzähligen mit Floskeln vollgestopften Gesprächen zwischen Journalisten und Trainern oder Spielern bleiben in Erinnerung? Da wo jemand unfreiwillig komische Sachen sagt („Das wird ja alles wieder hochsterilisiert“) oder völlig aus der Rolle fällt, weil die Emotionen mit einem durchgehen, wie einst Rudi Völler in seiner legendären Weißbier-Rede, wo er den „Scheißdreck“ über einen neuen Tiefpunkt der deutschen Fußballer nicht mehr hören wollte, schon gar nicht von Moderator Waldi Hartmann, dem er unterstellte, vor dem Interview schon drei Weißbier getrunken zu haben. Der nahm es mit Humor und gab an, kein Weißbier zu trinken. Einen Werbevertrag mit einer Brauerei brachte es ihm trotzdem ein. Ich bin mal gespannt, wann bei mir das Telefon klingelt ... *zap*

THEATER-ABSAGE

KIRCHHEIM. Die für Mittwoch, 4. März, um 19.30 Uhr in der Gemeindehalle Jesingen geplante Aufführung des Theaterstücks „Heimsuchung“ durch die Badische Landesbühne muss leider entfallen. Ein Ersatztermin kann nicht angeboten werden. Bereits erworbene Eintrittskarten werden rückerstattet oder können alternativ gegen Eintrittskarten für eine andere Veranstaltung des Kulturrings Kirchheim eingetauscht werden. Karteninhaberinnen und -inhaber werden gebeten, sich hierfür direkt an den Kulturring Kirchheim zu wenden: telefonisch unter 070 21/50 25 79 oder per E-Mail an kulturring@kirchheim-teck.de. *pm*

TREFFPUNKT 50 PLUS

Weilheim. „Fit durch Walking“ findet auf dem Trimm-dich-Pfad Nabern am Montag, 2. März, und am Donnerstag, 5. März, jeweils um 9 Uhr statt.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der „Malwerkstatt“ treffen sich am Montag, 2. März, im Bürgerhaus Weilheim um 14 Uhr.

Am Dienstag, 3. März, findet im Bürgerhaus von 15 bis 17 Uhr ein Selbstbehauptungskurs statt. Eine vorherige Anmeldung bei der Seniorenbeauftragten der Stadt Weilheim, Antje Munk, Telefon: 070 23/10 61 58, oder per E-Mail: a.munk@weilheim-teck.de, ist erforderlich.

Der offene Boule-Treff spielt am Dienstag, 3. März, von 14 bis 16 Uhr auf dem Boule-Platz bei der Hofstraße.

Ebenfalls am Dienstag, 3. März, findet ab 18.30 Uhr im Bürgerhaus der offene Schach-Treff statt für alle, die gern Schach spielen oder es lernen möchten – open end.

Am Donnerstag, 5. März, ab 14.30 Uhr treffen sich alle Spielbegeisterten beim Spiele-Treff im Bürgerhaus Weilheim – open end. *pm*

Schuhhaus Walter
Ulmer Straße 13,
Uhingen – Stadtmitte
In Uhingen bis max. 07.03.26

3 Paar Damenschuhe
zur freien Auswahl für nur

99.-

Einzelpaare
Kinderschuhe nur 25.-
Damenschuhe max. 39.-
Herrenschuhe max. 49.-
walter-schuhe.de
Mo.-Fr.: 9.30-18.30 Uhr
Samstag: 9.30-16.00 Uhr

Wissen, was geht!

www.instagram.com/teckbote_online
**TECKBOTEN-
INSTAGRAM-KANAL**

Scannen und folgen!

TECKBOTE

*Akustik
Trockenbau
Montage*

Sie haben Schimmelprobleme?

*Dabei können wir Ihnen helfen
und gleichzeitig Ihre Heizkosten senken.
Vor allem geeignet für Eigentumswohnungen.*

*Wir beraten Sie gerne und freuen uns
auf Ihren Anruf.*

ATM · Mörikestraße 15 · 73230 Kirchheim-Teck
Telefon 07021 - 976100 · atm.jesingen@yahoo.de
Mobil 0170 - 7306834

IMPRESSUM TECK EXTRA

GO Verlag GmbH & Co. KG, gesetzlich vertreten durch die Geschäftsführer Ulrich Gottlieb und Joachim Matheis, Alleenstraße 158, 73230 Kirchheim unter Teck.

Verantwortlicher für die Redaktion: Thomas Zapp (zap), Kontakt Redaktion: extra-redaktion@teckbote.de

Verantwortlicher für den Anzeigenteil: Joachim Matheis, Kontakt Anzeigen: extra-anzeigen@teckbote.de

Druck: MHS Print GmbH, Plieninger Straße 150, 70567 Stuttgart, gesetzlich vertreten durch den Geschäftsführer Johannes Degen.

Kontakt Zustellung: extra-zustellung@teckbote.de

SPORT

Rückrundenstart im lokalen Amateur-Fußball



König Fußball regiert ab diesem Wochenende auch in der Teckregion wieder das Geschehen: Der Auftakt in die Rückrunde im Bezirk Neckar/Fils beschert in den hiesigen Ligen ein abwechslungsreiches Programm. In der Bezirksliga erwartet der VfL Kirchheim (6. Platz) am Sonntag ab 15 Uhr den TSV Berkheim (15.), die beiden anderen Teckvereine,

TSV Weilheim (5., in Nürtingen) und TSV Jesingen (14., in Oberboihingen) müssen auswärts ran. Eine Etage tiefer in der Kreisliga A2 wartet der Aufgall mit zwei Nachbarschaftsduellen auf: Die SGEH erwartet den AC Catania Kirchheim im Duell um den Anschluss an die Tabellenspitze, während die SF Dettingen den TV Neidlingen im Kellerduell empfangen.

Fern der Teckregion steht zwei Skisportvereinen ein Mammut-Wochenende bevor: Der TSV Jesingen und der TSV Weilheim richten am Samstag und Sonntag bei entsprechender Schneelage am Hochhäderich den zweiten Teil der Leki Race Challenge aus. Teil eins hatten der SVL Kirchheim und der VfL Kirchheim vor vier Wochen organisiert. *pet/Foto: Brändli*

Auf Tour mit dem „hochgehberge“-Pass

Der Wanderpass des Landkreises Esslin-gen startet am 1. März in die dritte Saison. Auf den Wanderungen kann man bei den Gastrono-mien Stempel sammeln.

Der „hochgehberge“-Wanderpass im Landkreis Esslingen startet in die dritte Saison: Auch 2026 dürfen sich Natur- und Wanderbegeisterte wieder über den beliebten „hochgehberge“-Wanderpass freuen. Zum dritten Mal in Folge lädt die Aktion dazu ein, die Freude am Wandern neu zu entdecken, besondere Touren bewusst zu erleben und gleichzeitig in den kulinarischen Genuss der Region zu kommen und die Gastgeber entlang der Touren kennenzulernen. Die Idee hinter dem „hochgehberge“-Wanderpass ist einfach: Es handelt sich um eine Stempelkarte, die die teilnehmenden Gastronomen entlang der „hochgehberge“-Wanderwege repräsentiert.

Auf Wanderungen Stempel sammeln und gewinnen

Ab Sonntag, 1. März, können Wanderfreunde während der gesamten Wandersaison bis zum 31. Oktober bei den teilnehmenden Gastronomen Stempel sammeln. Eingekehrt werden kann bei insgesamt 26 Gastgebern in der Region – von Nürtingen über Beuren bis nach Münsingen und Zwiefalten. Schon



ab drei Stempeln kann der Pass an die Geschäftsstelle der „hochgehberge“ zurückgeschickt werden. Neu in diesem Jahr: Es erwarten die Teilnehmer und Teilnehmerinnen gleich fünf hochwertige Preise aus der Region. Zum Beispiel Eintritte in das Heidengrabenzentrum und Gutscheine zur Einker in die Besenwirtschaft Mostkrug in Erkenbrechtsweiler aber

auch ein Spa-Besuch mit Mittagessen im Biosphärenhotel-Gasthof Herrman in Münsingen sowie eine Übernachtung im Flair Hotel Gasthof Hirsch in Hayingen. Wer seinen Pass besonders ehrgeizig füllt, hat zudem die Chance auf den Champion-Preis: Bei 15 Stempeln oder mehr wartet die Möglichkeit, einen Gutschein für einen Wanderurlaub bei einem Biosphä-

rengastgeber im Biosphärengebiet Schwäbische Alb zu gewinnen. Ausgelost wird in einem anonymen Losverfahren. Der „hochgehberge“-Wanderpass ist bei allen teilnehmenden Gastronomen, den „hochgehberge“-Kooperationspartnern oder direkt bei der „hochgehberge“-Geschäftsstelle erhältlich. Eine Übersicht aller Einkehrmöglichkeiten ist im

Wanderpass bei jeder Wanderung aufgeführt. Es wird empfohlen, sich vorab über die jeweiligen Öffnungszeiten zu informieren. Die „hochgehberge“-Partner sind überzeugt, dass der Wanderpass eine wertvolle Ergänzung für alle Wanderfreunde darstellt, die das Biosphärengebiet Schwäbische Alb in seiner ganzen Vielfalt erleben möchten.

Wer auf den „hochgehberge“-Routen einkehrt, kann sich seinen Pass stempeln lassen und gewinnen.
Foto: Steffen Steinhäuser

KABARETT

OWEN. Die für Samstag, 28. Februar, ursprünglich in der Stadthalle Kirchheim geplante Veranstaltung „Hillu's Herzdropfa – Dr' normale Wahnsinn!“ wird an einen neuen Veranstaltungsort verlegt. Hintergrund ist die kurzfristig notwendig gewordene Schließung der Stadthalle Kirchheim. Als neuer Veranstaltungsort steht nun die Teckhalle in Owen, Rinnenweg 5/2, zur Verfügung. Die Veranstaltung findet weiterhin am Samstag, 28. Februar, um 20 Uhr statt, bereits erworbene Tickets behalten ihre Gültigkeit. Die Veranstaltung war ursprünglich bereits ausverkauft. Da die Teckhalle über eine größere Kapazität verfügt, können nun zusätzliche Eintrittskarten in den Verkauf gegeben werden. Weitere Infos sowie Tickets sind über die bekannten Vorverkaufsstellen erhältlich.

pm

TAG DER FEUERWEHREN

HOCHDORF. Die Freiwillige Feuerwehr Hochdorf lädt am Sonntag, 1. März, in und um die Breitwiesenhalle zum mittlerweile 36. Tag der Feuerwehren ein. Im Außenbereich der Halle stehen die neuesten Feuerwehrfahrzeuge aus der Umgebung zur Besichtigung bereit, ebenso nimmt das Thema Hochwasserschutz einen großen Teil der Ausstellung ein. Zusätzlich finden im Feuerwehrhaus Vorträge zu diesem Thema statt. In der Breitwiesenhalle geht es am Tag der Feuerwehren wieder sportlich zu, beim traditionellen Fußballturnier wird der diesjährige Sieger gesucht. In der Festhalle werden wieder Show und Unterhaltung geboten. Für jede Altersgruppe ist etwas dabei, was den Tag der Feuerwehren zum Familienfest macht.

pm

BAUMSCHNITTKURS

PLOCHINGEN/BEUREN. Anlässlich des Weltfrauentages am Sonntag, 8. März, bietet der Landkreis Esslingen zwei Obstbaumschnittkurse für Frauen an. Da der Weltfrauentag auf einen Sonntag fällt, werden beide Kurse bereits am Freitag, 6. März, durchgeführt. Am Vormittag findet der Kurs von 9 bis circa 12 Uhr auf dem Gelände des Landratsamtes, Außenstelle Plochingen/Stumpenhof, statt, Treffpunkt am Haupteingang. Am Nachmittag findet der Kurs von 13 bis circa 16 Uhr auf dem Gelände des Freilichtmuseums in Beuren statt. Treffpunkt ist der Haupteingang. Der Kurs ist sowohl für Anfängerinnen als auch für Fortgeschrittene geeignet. Christel Schäfer, Vorsitzende des Kreisverbandes der Obst- und Gartenbauvereine Esslingen



Obstbaumschnittkurse für Frauen am 8. März. Foto: pr

(KOV), leitet zusammen im Team mit der Obst- und Gartenbauberatung des Landkreises die Kurse und bietet neben theoretischem Grundlagenwissen vor allem auch eine praktische Anleitung, bei der die Teilnehmerinnen selbst Obstbäume auf den Flächen schneiden dürfen. Eigenes Werkzeug kann gerne mitgebracht werden. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist erforderlich bei der Obst- und Gartenbauberatung des Landkreises Esslingen, Jens Häußler, Telefon 0711/3 90 24 24 21, E-Mail: Obstbauberatung@LRA-ES.de. Weitere Schnittkurse, auch für Männer, findet man auf der Homepage der Obst- und Gartenbauberatung des Landkreises unter www.landkreis-esslingen/streu-obstbau.

pm

ANZEIGE

Positive Auswirkungen auf das Demenzrisiko untersucht. Neue Studie: Gutes Hörvermögen unterstützt die geistige Fitness.

Wussten Sie, dass gutes Hören mit einem geringeren Demenzrisiko verbunden ist? Neueste Studien zeigen, dass bei älteren Erwachsenen eine Verbesserung des Hörvermögens einen positiven Einfluss auf die geistige Fitness haben kann.^{2,3}

„Viele Menschen unterschätzen die Auswirkungen eines Hörverlusts und halten ihn für ein reines Problem des Gehörs“, erklärt Julia Marschallek, Hörakustikmeisterin bei GEERS. Doch die Anstrengung, unvollständige Informationen zu verarbeiten, kann das Gehirn ermüden und stressen.⁴ So fand eine Studie aus Dänemark heraus, dass Menschen mit unbehandeltem Hörverlust ein erhöhtes Demenzrisiko haben.¹



Julia Marschallek, Hörakustikmeisterin

Hörgeräte können helfen. Hörgeräte können bei frühzeitiger Anwendung den Hörverlust ausgleichen und somit die geistige Belastung reduzieren. Sie ermöglichen es dem Gehirn, Klänge und Gespräche besser zu verarbeiten, was die geistige Fitness unterstützen kann.^{2,3}

Hörvermögen regelmäßig testen. In diesem Zusammenhang möchten wir von GEERS Sie einladen, Ihr Hörvermögen testen zu lassen. Der Test ist kostenlos und unverbindlich, dauert nur 15 Minuten und erfordert keine Überweisung des Hausarztes. Im Rahmen einer bundesweiten Aktion zur Vorsorge bietet GEERS diesen Test auch in Ihrer Nähe ohne vorherige Terminvereinbarung an. Nutzen Sie die Gelegenheit, um Ihre geistige Fitness zu unterstützen!

Weitere Informationen erhalten Sie online auf geers.de/hoertest oder telefonisch über unsere gebührenfreie Service-Hotline 0800 724 000 222.

Besuchen Sie uns in einem Fachgeschäft in Ihrer Nähe:

Brunnenstraße 25,
73235 Weilheim an der Teck,
Tel.: 07023 7459200

Oder vereinbaren Sie bequem Ihren Wunsch-Termin online auf geers.de/ termin:



GEERS

Diese GEERS Fachgeschäfte werden betrieben von der Sonova Retail Deutschland GmbH, Otto-Hahn-Straße 35, 44227 Dortmund

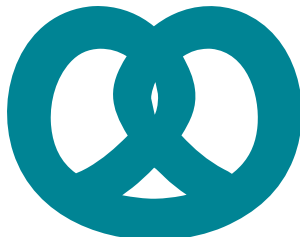
Code für Fachgeschäft



¹ Cantuaria, et al. (2024). Hearing loss, hearing aid use, and risk of dementia in older adults. JAMA Otolaryngology–Head & Neck Surgery, 150(2), 157-164. ² Sarant et al. (2024). ENHANCE: a comparative prospective longitudinal study of cognitive outcomes after 3 years of hearing aid use in older adults. Frontiers in Aging Neuroscience, 15, 1302185. <https://audiology-blog.phonakpro.com/results-of-the-enhance-study-after-3-years-of-hearing-aid-use/> ³ Lin, et al. (2023). Hearing intervention versus health education control to reduce cognitive decline in older adults with hearing loss in the USA (ACHIEVE): a multicentre, randomised controlled trial. The Lancet, 402(10404), 786-797. <https://www.achievestudy.org/> ⁴ World Health Organization. (2021). World report on hearing. Geneva: World Health Organization. Retrieved March 8th, 2021. <https://www.who.int/publications/i/item/world-report-on-hearing>

COMING SOON

WER IST SCHUBACK?

BÄCKEREI

SCHUHGESCHÄFT

LUXUS-PARFÜMERIE

QR-CODE SCANNEN. MITRATEN. GEWINNEN.*



Auflösung bei Eck Mode am Markt:
01.03.2026
12.30 – 17.30 Uhr

*Details & Teilnahmebedingungen im Quiz.



ZAHNGESUNDHEIT

TIPPS!


Anzeige

MEIN ZAHNARZT

EXPERTENTIPP

Zahnarzt Raul Popa und Kollegen

Zahnreinigung ohne Schmerzen – ist das möglich?

Viele Menschen verbinden die professionelle Zahnreinigung noch immer mit Schmerzen oder dem unangenehmem Kratzen. Besonders hartnäckige bakterielle Beläge, der Biofilm, der der Hauptauslöser von Karies und Zahnfleischentzündungen ist, bleiben bei klassischen Verfahren oft in kleinen Nischen zurück.

Unser Expertentipp:

Mit dem modernen Airflow® Verfahren lässt sich Biofilm heute gründlicher und gleichzeitig schmerzfrei entfernen. Ein fein gesteuerter Luft-Wasser-Pulver-Strahl erreicht auch Zwischenräume und schwer zugängliche Stellen zuverlässig. Diese Tiefenreinigung unterstützt die Mundgesundheit nicht nur oberflächlich, sondern reduziert die bakterielle Belastung nachhaltig. **Sanft, schmerzfrei & ohne unangenehmes Kratzen.**

In unserer Praxis **MEIN ZAHNARZT** setzen wir bewusst auf diese moderne Prophylaxe, um die Zahnreinigung so effektiv und angenehm wie möglich zu gestalten.

Jetzt unverbindlich informieren unter: www.meinzahnarzt.de

Zahnpflege im Alter wichtiger denn je

Senioren haben mehr eigene Zähne als je zuvor

Mit dem Alter werden verändert sich auch die Zahngesundheit: Zähne nutzen sich ab, die Schmelzschicht wird dünner, das Zahnfleisch zieht sich zurück. Gleichzeitig wird das tägliche Putzen oft schwieriger. Mundhygiene ist der Schlüssel für gesunde Zähne bis ins hohe Alter, aber auch für die Allgemeingesundheit.

Die Sechste Deutsche Mundgesundheitsstudie (DMS • 6) zeigt: Senioren haben heute deutlich mehr eigene Zähne als früher. Nur noch rund fünf Prozent der 65- bis 74-Jährigen sind zahnlos.

Zahnpflege hält gesund

Ein klarer Fortschritt im Vergleich zu früheren Generationen. Prof. Dr. Ina Nitschke, Spezialistin für Seniorenzahnmedizin am Universitätsklinikum Leipzig und Präsidentin der Deutschen Gesellschaft für Alterszahnmedizin (DGAZ), betont: „Zähneputzen darf im Alter keine Nebensache sein. Gesunde Zähne und gesundes Zahnfleisch bedeuten Lebensqualität und sind wichtig für die gesamte Gesundheit.“

Eine unzureichende Zahnpflege



Etwa ein Drittel der pflegebedürftigen Senioren kann die eigene Mundhygiene nicht mehr selbst bewältigen.

Foto: proDente e.V./Johann Peter Ki

verändert die Mundflora. Wurzelkaries und Parodontitis nehmen im Alter zu. Das Risiko für Entzündungen steigt. Bakterien können in den Blutkreislauf gelangen

und andere Organe belasten. Mögliche Folgen sind Herz-Kreislauf- und Lungenerkrankungen sowie Diabetes. Zunehmende Mundtrockenheit begünstigt diese Probleme.

Unterstützung bei Pflegebedarf

Etwa ein Drittel der pflegebedürftigen Senioren kann die eigene Mundhygiene nicht mehr selbst bewältigen. Angehörige und Pflegekräfte sind gefragt. Die professionelle Reinigung im Dentalla-

bor ist eine sinnvolle Ergänzung. Wertvolle Tipps für die Mundpflege (Zähne, Zahnhalteapparat, Zunge, Wangen, Lippen) liefert die Bundeszahnärztekammer (BZÄK). Sie stellt Schulungsmaterial und Erklärvideos bereit. In Pflegeeinrichtungen oder auch zu Hause hilft die aufsuchende zahnärztliche Versorgung. Prof. Nitschke erklärt: „Im Alter wird die tägliche Mundpflege oft zur Herausforderung. Eingeschränkte Beweglichkeit, nachlassende Sehkraft oder kognitive Einschränkungen wie Demenz machen das gründliche Putzen schwer.“

Deshalb brauchen viele ältere Menschen praktische Hilfe durch Angehörige oder Pflegekräfte. Nur so lassen sich Zähne, Zahnfleisch und Zahnersatz gesund erhalten – ein wichtiger Beitrag zu Gesundheit und Würde im Alter.“

Tipps für die tägliche Zahnpflege

- Zweimal täglich mit fluoridhaltiger Zahnpasta putzen – auch an Kronen und Brücken.
- Interdentalbürsten oder Zahnseide für die Reinigung der Zwischenräume nutzen.
- Fluoridgele oder -lacke schützen zusätzlich vor Karies.
- Prothesen gründlich reinigen: mit Spezialbürste und milder Seife, anschließend abspülen. Reinigungstabletten sind eine Ergänzung, ersetzen aber nicht das Bürsten.
- Mundschleimhaut und Zunge mit einer weichen Bürste säubern, um Entzündungen vorzubeugen.
- Elektrische Zahnbürsten oder Griffverstärkungen erleichtern die Pflege bei eingeschränkter Beweglichkeit.

Die DMS • 6 macht deutlich: Senioren behalten heute mehr Zähne als früher – ein erfreulicher Trend. Doch diese Zähne bleiben nur gesund, wenn sie regelmäßig und gründlich gepflegt werden.

Zähneputzen, regelmäßige, engmaschige Vorsorge beim Zahnarzt und Unterstützung bei Pflegebedürftigkeit sind entscheidend für Mundgesundheit und Wohlbefinden bis ins hohe Alter. *proDente*

Zähne schützen trotz Essstörung

Folgeschäden können gezielt behandelt werden

Essstörungen wie Bulimie oder Magersucht belasten Körper und Psyche – und die Zahngesundheit. Häufiges Erbrechen und die übermäßige Nahrungsaufnahme verändern den pH-Wert im Mund. Wichtige Mineralien fehlen, der Zahnschmelz wird zunehmend anfällig. Die moderne Zahnmedizin bietet Möglichkeiten, das Fortschreiten von Schäden zu verhindern. Spezielle Lacke und Desensibilisierungsmittel schützen empfindliche Bereiche. Fluoridbehandlungen unterstützen die Remineralisierung des Zahnschmelzes gezielt. Vorausgesetzt es liegen noch keine größeren Defekte vor und der Schmelz ist lediglich geschwächt.

„Bestehen dagegen umfangreiche Schäden oder sogar Bruchstellen, lassen sich die ursprüngliche Form und Stabilität nur mithilfe von Füllungen oder Kronen zu-

verlässig wiederherstellen“, erklärt Univ.-Prof. Dr. James Deschner, Direktor der Poliklinik für Parodontologie und Zahnerhaltung an der Universitätsmedizin Mainz. „Unter bestimmten Voraussetzungen eignen sich auch Veneers. Bei ausgeprägtem Zahnfleischrückgang kann eine Weichteiltherapie helfen.“ Zahnschäden schreiten bei Essstörungen schnell voran. Ein strukturierter Behandlungsplan ist wichtig.

Spezielle Pflegeroutine aufbauen

Die individuelle Pflegeroutine hilft, Schäden zu verringern. Viele Betroffene putzen übermäßig oder zu aggressiv. Vor allem direkt nach dem Erbrechen. Das schädigt den Zahnschmelz zusätzlich. Empfehlenswert ist es, den Mund mit



Essstörungen wie Bulimie oder Magersucht belasten Körper und Psyche – und die Zahngesundheit. Häufiges Erbrechen und die übermäßige Nahrungsaufnahme verändern den pH-Wert im Mund. Wichtige Mineralien fehlen, der Zahnschmelz wird zunehmend anfällig. Die moderne Zahnmedizin bietet Möglichkeiten, das Fortschreiten von Schäden zu verhindern.

Foto: proDente e.V./Johann Peter Kierzkowski

Wasser oder einer milden Fluoridlösung zu spülen. Das Zähneputzen sollte etwa 30 bis 60 Minuten warten. Zur sicheren Pflegeroutine gehören eine weiche Zahnbürste, sanfte Bewegungen und fluoridhaltige, desensibilisierende Zahnpasta. Interdentalreinigungen und milde fluoridhaltige Mundspüllösungen unterstützen den Schutz von Zähnen und Zahnfleisch.

Die Verbesserung der Mundgesundheit spielt eine bedeutende Rolle im Genesungsprozess. Stabile, schmerzfreie Zähne erleichtern die Nahrungsaufnahme und stärken das allgemeine Wohlbefinden. Mit einfühlsamer Betreuung, regelmäßigen Kontrollen und individuell angepasster Pflege ist Mundgesundheit trotz Essstörung möglich. *proDente*

Sofortimplantat unterscheidet sich vom klassischen Zahnimplantat

Kieferknochen und Zahnfleisch müssen gesund sein

In Sofortimplantat setzt die Zahnärztin oder der Zahnarzt direkt nach dem Ziehen des Zahns sowie nach Zahnverlust durch einen Unfall in die frische Zahnücke ein. Es wird häufig sofort mit einer provisorischen Krone versehen. Bei einem klassischen Zahnimplantat vergehen hingegen mehrere Wochen oder Monate zwischen dem Entfernen des Zahns und dem Einsetzen des Implantats. Sofortimplantate verkürzen somit die Behandlungsdauer und schließen die Lücke schnell. Vor allem im Bereich der sichtbaren Frontzähne vermeiden sie so eine unschöne Zahnücke. Allerdings sind Sofortimplantate nicht für jeden geeignet. Daher muss immer im individuellen Fall beurteilt werden, ob und in welcher Form die Versorgung mit einem Implantat möglich ist. Implantate sind künstliche Zahnwurzeln. Sie ersetzen fehlende Zähne. Die Zahnärztin oder der Zahnarzt setzt das Zahnimplantat mit einer Operation in den Kieferknochen ein. Es verwächst im Laufe der Zeit mit dem Kiefer und dem Zahnfleisch. Auf dem Implantat wird der eigentliche Zahnersatz wie beispielsweise eine Krone befestigt. Die Versorgung mit Implantaten kommt natürlichen Zähnen in punkto Ästhetik sowie Belastbarkeit sehr nah.

Zeitpunkt des Einsetzens des Implantats variiert

Bei klassischen Zahnimplantaten heilt die Knochenwunde des verloren gegangenen Zahns erst für



Bei einem klassischen Zahnimplantat vergehen hingegen mehrere Wochen oder Monate zwischen dem Entfernen des Zahns und dem Einsetzen des Implantats.

Foto: proDente e.V./Johann Peter Kierzkowski

mehrere Wochen oder Monate aus, bis das Implantat in den Kiefer eingebracht und sofort bzw. nach der Einheilzeit mit Zahnersatz versorgt werden kann. Sofortimplantate hingegen setzt die Zahnärztin oder der Zahnarzt direkt nach dem Ziehen des Zahns in den Kiefer ein und befestigt häufig sofort den provisorischen Zahnersatz hierauf. Nach einigen Monaten wird dann der endgültige Zahnersatz in einem zahntechnischen Meisterlabor hergestellt.

Kieferknochen und Zahnfleisch müssen gesund sein

Es muss immer im individuellen Fall beurteilt werden, ob und in welcher Form die Versorgung mit einem Implantat möglich ist. Grundlage für die Entscheidung sind der allgemeine Gesundheits-

zustand der Patientin oder des Patienten sowie die Ergebnisse einer klinischen und bildgebenden Untersuchung, wie z.B. Röntgenbilder, der betreffenden Stelle im Mund. „Um die Versorgung mit einem Sofortimplantat empfehlen zu können, muss insbesondere genügend Kieferknochen vorhanden sein und das Zahnfleisch muss entzündungsfrei sein“, erklärt Prof. Dr. Florian Beuer, Direktor der Abteilung für Zahnärztliche Prothetik, Alterszahnmedizin und Funktionslehre der Charité – Universitätsmedizin Berlin. „Nach der Behandlung ist es zudem wichtig, dass die Patientin oder der Patient auf gute Mundhygiene achtet und das frisch eingesetzte Implantat während der ersten Wochen schon. Nur so kann das Implantat gut in den Knochen einheilen und bleibt über Jahre erhalten.“ *proDente*

DR. ANDREA MESCHDE-ETZEL DR. DANIELA MESCHDE



Wir sind weiterhin für Ihre Mundgesundheit da

- KIDNEZAHNHEILKUNDE
- ALTERSZAHNHEILKUNDE
- INDIVIDUALPROPHYLAXE
- PARODONTITISTHERAPIE
- ÄSTHETISCHE
- PROFESSIONELLE
- ZAHNHEILKUNDE
- ZAHNREINIGUNG

PRAXISRÄUME PER AUZUG ERREICHBAR

KIRCHHEIMER STRASSE 21
73230 Kirchheim/Jesingen
Telefon 07021/55650
Telefax 07021/865889
info@meschede-zahnaerzte.de
www.meschede-zahnaerzte.de

Implantologie & ästhetische Zahnmedizin – für Ihr perfektes Lächeln

**Dr. Julian Kielkopf
Spezialist für Implantologie & Ästhetik**

DR. KIELKOPF
Ihre Zahnärzte

Wellingerstraße 1 · 73274 Notzingen
Telefon 07021 71611

E-Mail: info@zahnarztpraxis-drkielkopf.de
www.zahnarztpraxis-drkielkopf.de

Jetzt Termin vereinbaren und Beratungsgespräch sichern!





Weisheitszähne müssen nicht immer entfernt werden

Die Entfernung kann minimalinvasiv durchgeführt werden

Weisheitszähne brechen meist zwischen dem 17. und 25. Lebensjahr durch. Lange Zeit galt: lieber entfernen, bevor sie Probleme machen. Heute gehen Zahnärzte deutlich differenzierter vor. Dank moderner Diagnostik und schonender Behandlungsmethoden ist eine Entfernung längst nicht mehr in jedem Fall notwendig. Die sogenannten dritten Molaren ergänzen das Gebiss auf insgesamt 32 Zähne. Bei etwa 20 Prozent der Menschen sind sie jedoch gar nicht angelegt. Früher halfen Weisheitszähne beim Zerkleinern harter Nahrung. Mit der weicheren, verarbeiteten Kost der Moderne hat sich der Kiefer verkleinert. Weisheitszähne sind heute ein evolutionäres Erbe, das wir kaum noch brauchen. So bleibt für sie manchmal kein Platz. Ob Weisheitszähne bleiben können, hängt von ihrer Position, Form und der Größe des Kiefers ab. Haben sie genügend Raum und fügen sich problemlos in die Zahnreihe ein, dürfen sie bleiben. „Das pauschale Ziehen aller Weisheitszähne ist überholt“, erklärt PD Dr. Frank Peter Strietzel von der Charité Universitätsmedizin Berlin. „Viele Weisheitszähne können ein



Ob Weisheitszähne bleiben können, hängt von ihrer Position, Form und der Größe des Kiefers ab. Foto: proDente e.V. / Dirk Kropp

Leben lang im Mund verbleiben, wenn sie – wie alle anderen Zähne auch – regelmäßig kontrolliert werden und keine Beschwerden verursachen.“

Wann Weisheitszähne raus müssen

Müssen Weisheitszähne entfernt werden, liegt das meist an Platzmangel, Entzündungen, Karies oder einer abweichenden Wachstumsrichtung. Brechen sie nur

teilweise durch, kann sich unter der Zahnfleischhaube ein mikrobiell besiedelter Biofilm ansammeln. Dann drohen Infektionen und Entzündungen mit Schwellungen und Schmerzen. Ein Eingriff ist sinnvoll, wenn sie wiederholt Beschwerden verursachen oder absehbar ist, dass sich die Zähne später problematisch entwickeln könnten. Der optimale Zeitpunkt liegt meist vor dem 25. Lebensjahr bzw. solange die Wurzeln noch nicht vollständig ausgebildet sind. Dann ist der Eingriff einfa-

cher, die Heilung verläuft meist schneller und die Komplikationsrate ist geringer.

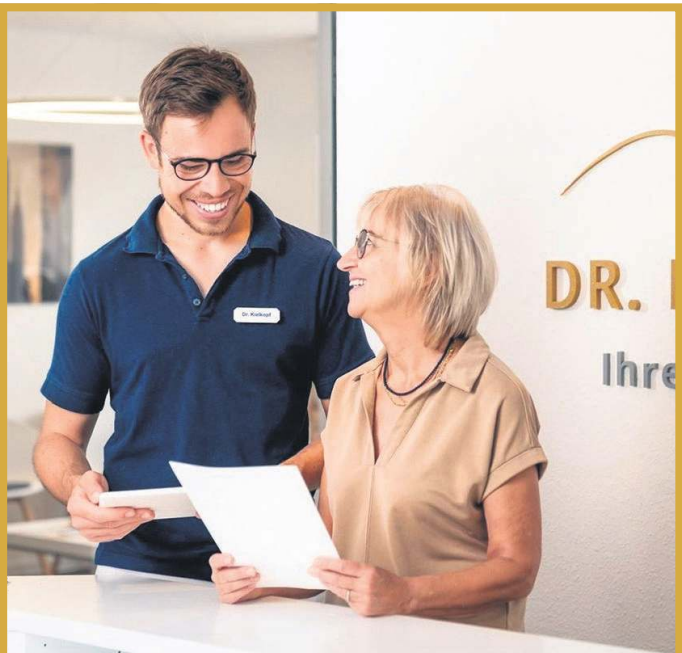
Schonendere Methoden, schnellere Heilung

Die moderne Zahnmedizin hat die Weisheitszahnentfernung grundlegend verändert. Ergänzend zu den üblicherweise angefertigten Panoramaschichtaufnahmen in bestimmten Fällen zusätzlich erforderliche 3D-Röntgenaufnahmen zeigen in mehreren Ebenen, wie die Zähne im Kiefer liegen und wo wichtige Nerv- bzw. Gefäßkanäle verlaufen. Das macht die Planung präziser und ermöglicht mitunter ein minimalinvasiveres Vorgehen mit kleineren Wundflächen, weniger Schwellungen und kürzere Genesungszeiten. Zur Unterstützung der Heilung können mitunter Kollagen-Schwämmchen nach der Entfernung des Weisheitszahnes in die Wunde zur Blutstillung eingelegt werden. Sie werden vom Körper abgebaut. Auch eine fibrin- und thrombozytenhaltige Eigenblut-Matrix kann verwendet werden. Dabei werden aus dem Blut des Patienten körpereigene Wachstumsfaktoren gewonnen,

die die Wundheilung beschleunigen und Schmerzen reduzieren können. „Eine Weisheitszahn-OP ist heute meist ein vergleichsweise kurzer, ambulanter Eingriff, der in der Regel unter lokaler Anästhesie durchgeführt wird“, sagt Dr. Strietzel. „Dank moderner Technik und Erfahrung ist der Eingriff für unsere Patienten deutlich weniger belastend als früher.“

Beobachten statt vorschnell handeln

Ob Weisheitszähne bleiben oder entfernt werden, sollte immer individuell entschieden werden. Sehr oft ist eine gemeinsame Abstimmung des Therapieplanes zwischen Zahnärzten, Oral- oder Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgen und Kieferorthopäden dabei hilfreich. Regelmäßige Kontrolluntersuchungen ab dem Teenageralter helfen, rechtzeitig zu erkennen, ob sich Probleme anbahnen. „Wichtig ist, frühzeitig zu handeln, aber nicht vorschnell“, betont Dr. Strietzel. „Manchmal reicht es, die Entwicklung zu beobachten. Und manchmal ist ein gezielter Eingriff die beste Vorsorge.“ proDente



EXPERTENTIPP VON DR. JULIAN KIELKOPF

DR. KIELKOPF – IHRE ZAHNÄRZTE
WELLINGERSTRASSE 1 IN NOTZINGEN

zum Thema „Gesunde und schöne Zähne – sorgenfrei dank moderner Technik“. Viele Patienten trauen sich über Jahre hinweg nicht zum Zahnarzt. Sie fühlen sich mit ihren Zahnproblemen allein gelassen – dabei können unbehandelte Beschwerden ernsthafte Risiken für die allgemeine Gesundheit darstellen. Umso wichtiger ist es, jedem Patienten auf Augenhöhe zu begegnen. Eine angstfreie Atmosphäre sowie eine unkomplizierte Online-Terminvergabe beispielsweise erleichtern den Weg in unsere Praxis. Dank modernster 3D-Technik können Behandlungen heutzutage sanft und präzise durchgeführt werden. Bei jedem Neupatienten führen wir eine ausführliche Diagnostik mit 3D-Darstellung der eigenen Zähne durch. Sollte dann eine Behandlung notwendig sein, ist diese in den meisten Fällen abdruckfrei möglich. Dass wir dabei auf biokompatible und ästhetische Materialien setzen, ist für unsere Patienten selbstverständlich. Auch für Zahnimplantate sind wir zertifiziert – selbstverständlich „Made in Baden-Württemberg“.

Dr. Kielkopf – Ihre Zahnärzte, Wellingerstr. 1, Notzingen

Gesunder Snack

Der Apfel ersetzt keine Zahnbürste

Knackig, saftig, gesund: Der Apfel zählt zu den beliebtesten Snacks. Gilt „an apple a day keeps the doctor away“ auch für Zahnärzte? Der Apfel punktet bei der Zahngesundheit. Aber nur im richtigen Zusammenspiel mit guter Mundhygiene. Der größte Pluspunkt ist das Kauen selbst. Dabei wird die Speichelproduktion angeregt. Speichel ist ein echter Schutzfaktor für die Zähne. Er neutralisiert Säuren, spült Speisereste weg und versorgt den Zahnschmelz mit wichtigen Mineralien. Mehr Speichel bedeutet mehr natürlichen Schutz für Zähne und Zahnfleisch. Die im Apfel enthaltenen Vitamine zahlen auf die Zahngesundheit ein. Vor allem Vitamin C. Es unterstützt ein gesundes Zahnfleisch und hilft, Entzündungen vorzubeugen. Zahnfleischerkrankungen haben so weniger Chancen.

Putzen mit Biss

„Das Kauen von festem Fruchtfleisch wirkt wie eine sanfte mechanische Reinigung. Weiche Beläge können entfernt werden. Doch Achtung: Ein Apfel ersetzt keine Zahnbürste. Dieser Mythos hält sich wie hartnäckiger Zahnbelag“, so Dr. Romy Ermler, Vorstandsvorsitzende der Initiative proDente e.V. und Präsidentin der Bundeszahnärztekammer. So gesund der Apfel auch ist. Er enthält Fruchtsäuren und Frucht-

zucker. Fruchtsäuren greifen den Zahnschmelz an, da wichtige Mineralien herausgelöst werden. Fruchtzucker kann in Kombination mit Zahnbelag eine Karies begünstigen. Langfristige Folgen sind empfindliche Zähne und sogar Zahnerosion. Deshalb gilt: Zähne nicht direkt nach dem Apfelessen putzen. Die Säure macht den Zahnschmelz kurzfristig angreifbar. Besser den Mund nur mit Wasser ausspülen und etwa 30 Minuten vor dem Zähneputzen warten.

Gesund snacken reicht nicht

Der Apfel ist grundsätzlich gut. Für gesunde Zähne braucht es jedoch mehr als clevere Snacks. Entscheidend ist die konsequente Mundhygiene: Dazu gehören das zweimal tägliche Zähneputzen mit fluoridhaltiger Zahnpasta, die gründliche Reinigung der Zahnzwischenräume mit Interdentalbürsten oder Zahnseide sowie regelmäßige Kontrolltermine und professionelle Zahnreinigungen beim Zahnarzt. Der Apfel bleibt zwar ein smarter Snack für zwischendurch und kann die Zahngesundheit unterstützen, die tägliche Zahnpflege ist jedoch unverzichtbar. Echte Zahngesundheit entsteht nicht durch einen Biss, sondern durch Routine. proDente



Das Kauen von festem Fruchtfleisch wirkt wie eine sanfte mechanische Reinigung. Weiche Beläge können entfernt werden. Doch Achtung: Ein Apfel ersetzt keine Zahnbürste. Dieser Mythos hält sich wie hartnäckiger Zahnbelag.

Foto: proDente e.V./Johann Peter Kierzkowski

Mit Zahnseide und Zwischenraumbürsten

Zahnzwischenräume täglich gründlich zu reinigen

Schon gewusst? Zahnbürsten erreichen nur 70 Prozent der Zahnoberfläche. Um auch die restlichen Flächen zu reinigen, sollten Zahnzwischenraumbürsten oder Zahnseide täglich zum Einsatz kommen. Denn je weniger Zahnbelag anhaftet, desto niedriger ist das Risiko für eine Zahnfleischentzündung. Sie kann sich zu einer Parodontitis weiterentwickeln. Laut aktueller Sechster Deutscher Mundgesundheitsstudie (DMS 6) leiden in Deutschland schätzungsweise 14 Millionen Menschen an einer schweren Parodontitis. Die fortgeschrittene Entzündung der zahntragenden Gewebe gefährdet sowohl die Zähne als auch die Gesundheit des ganzen Körpers. Zum Europäischen Tag der Parodontologie rät die Initiative proDente daher, auch die Zahnzwischenräume täglich gründlich zu reinigen, um so Entzündungen des Zahnfleischs vorzubeugen. „Zahnzwischenraumbürsten mindern das Risiko für eine Zahnfleischentzündung zwischen den Zähnen am wirksamsten. Sie sollten daher zusätzlich zu Zahnbürste und fluoridhaltiger Zahnpasta täglich Teil der Mundhygiene sein“, erklärt Prof. Dr. James Deschner, Direktor der Poliklinik für Parodontologie und Zahnerhaltung der Universität Mainz. „Sind die Zahnzwischenräume sehr eng, so dass die Zahnreinigung von Zahnzwischenraumbürsten nicht möglich ist, ist Zahnseide eine Alternative.“

Durch die bakterielle Zersetzung von Nahrungsresten entsteht ein Biofilm auf den Zähnen, am Zahnfleischrand und in den Zahnzwischenräumen. Entfernt die tägliche Mundhygiene diesen Zahnbelag nicht ausreichend, kann der bakterielle Biofilm eine Entzündung des Zahnfleisches auslösen. Das Zahnfleisch ist gerötet und kann leicht bluten. Mundgeruch kann auftreten. Breitet sich die Entzündung auch auf die anderen zahntragenden Gewebe aus, also auf den gesamten Zahnhalteapparat, entsteht eine Parodontitis mit sogenannten Zahnfleischtaschen. Unbehandelt können sich die Zähne langfristig lockern und

ausfallen. Die Zahnfleischtaschen sind zudem ein Reservoir für krankmachende Bakterien. Über die Blutbahn können die Bakterien in den gesamten Körper gelangen und dort andere Krankheiten wie Herz-Kreislauferkrankungen oder Diabetes begünstigen.

Was hilft im Zahnzwischenraum?

Knapp 14 Meter Zahnseide beträgt der jährliche Pro-Kopf-Verbrauch in Deutschland. Das entspricht 23 Verbrauchseinheiten. Zudem nutzt jeder Mensch in Deutschland pro Jahr im Durchschnitt etwa sechs Zahnzwischenraumbürsten. Die Anwendung dieser Hilfsmittel liegt somit deutlich hinter den empfohlenen Mengen von 365 Verbrauchseinheiten Zahnseide und 52 Zahnzwischenraumbürsten jährlich. Das deutet darauf hin, dass die Zahnzwischenraumpflege oft vernachlässigt wird. Anleitung zur individuellen Mundhygiene erhalten Patientinnen und Pati-

enten in ihrer Zahnarztpraxis. Sie können sich beraten lassen, welche Hilfsmittel für die Reinigung ihrer Zahnzwischenräume im individuellen Fall am besten geeignet sind und sich deren Anwendung zeigen lassen. Zahnzwischenraumbürsten, auch Interdentalbürsten genannt, gibt es in unterschiedlichen Größen. Mit ihnen lassen sich die Zahnzwischenräume durch vorsichtiges Hin- und Herschieben direkt am Zahnfleisch reinigen. Zahnzwischenraumbürsten schützen am besten vor Zahnfleischentzündungen. Bei sehr engen Zahnzwischenräumen kann die Reinigung mit Zahnzwischenraumbürsten erschwert sein. Als Alternative eignet sich Zahnseide. Diese in einem Abstand von etwa 15 Zentimetern mit beiden Händen spannen. Dann die Zahnseide zwischen die Zähne führen und u-förmig von unten nach oben entlang der gekrümmten Oberfläche der Zähne bewegen. Eine antibakteriellen Mundspülung kann zur individuelle Mundhygiene zu Hause ergänzen. ProDente.

Zahnspange?

Sichtbar oder unsichtbar.

invisalign
EXPERTE
Diamond++
Apex Praxis

FOCUS
GESUNDHEIT

REGIONALE EMPFEHLUNG
2026

Dr. med. dent. Jan Stauß
KIEFERORTHOPÄDE
Landkreis Esslingen
FOCUS-GESUNDHEIT

Dr. Grammatidis & Dr. Stauß
Fachzahnärzte für Kieferorthopädie
Telefon 07021.48 34 48
grammatidis-stauss.de
Kolbstr. 22, 73230 Kirchheim u. Teck

MEIN ZAHNARZT

Raul Popa
Zahnmedizin mit
Fingerspitzengefühl

Jetzt unverbindlich informieren.

Tel: 07021 75555
Kirchheim u. Teck

Tel: 07023 8611
Weilheim a.d. Teck

www.meinzahnarzt.de

Erledigungen:

- ☒ Einkaufen
- ☒ Post wegbringen
- ☒ Müll raustellen
- ☒ Kontrolltermin Zahnarzt

Zahnarztpraxis

Praxislabor

Frank Oliver Döppert
Zahnarzt und Zahntechniker

Ästhetische Zahnheilkunde
Professionelle Zahnreinigung
Implantate und Zahnersatz aus einer Hand
Schnarchtherapie · Angstpatienten
Laserbehandlung · Bleaching · Praxislabor
Mundgeruch-Sprechstunde · dental wellness

Wir suchen eine engagierte
Prophylaxehelferin (m/w/d)
Plochinger Straße 4 · 73230 Kirchheim/Teck
Telefon 07021 6081

Hier passiert's: **Im EXTRA.**

www.extra-wochenende.de

IMMOBILIENMARKT

Liebe Eigentümer! Ich suche für Familien 1-3 Fam.-Häuser zum Kauf. Gerne auch ein Generationenhaus oder mit ELW. Mit freundlichen Grüßen Wolfgang Fiedler, Immobilienmakler (IHK)

GARANT Immobilien 07161 98 888-34

„Perfekt für die junge Familie“
Moderne DHH in Wernau
6 Zi., ca. 142 m² Wfl., 214 m² Grdst., sonnige Terr. u. Garten. Randlage. GEG2024/LWWP/A+. Schlüsselfertig: € 769.233,-

gut Immobilien GmbH
0711 72 20 90 30
www.gutimmo.de

**MIT IHREM TESTAMENT
LEGEN SIE ZUKUNFT
IN SICHERE HÄNDE**

Geben Sie mit Ihrem Testament etwas Wesentliches weiter: Hilfe und Hoffnung. Wir beraten Sie gerne umfassend und unverbindlich zur Testamentsspende.



Jetzt Broschüre bestellen!
Tel. 030 700 130-145
www.aerzte-ohne-grenzen.de/testamentsspende

IHR TESTAMENT FÜR EINE WELT OHNE HUNGER

Bestellen Sie kostenlos und unverbindlich unseren **Testament-Ratgeber**.

Ihr Ansprechpartner: Ralf Wagner
☎ 030 279 099 785
✉ testament@aktiongegenenhunger.de
🌐 aktiongegenenhunger.de/testament



**Ihr Partner
rund um die Immobilie.**
Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Verkauf, Kauf, Finanzierung – alles aus einer Hand.

Unsere Immobilienfachberater rund um Kirchheim machen das für Sie:
0711 3909-1451 | pf-immo@v-mn.de



Markus Rosam
Immobilienberater



Daniela Di Chiara
Immobilienberaterin



Marius Macha
Immobilienberater



**Volksbank
Mittlerer Neckar eG**

**Noch mehr
Immobilien
unter:
v-mn.de/immo**



**Kirchheim unter Teck
Reihenmittelhaus
mit Terrasse und Garten**
Baujahr ca. 1958, Modernisierung in 1992, Massivbauweise, ca. 79 m² Wfl., Grdst. ca. 143 m², Kunststoff-Iso-Fenster 2-fach verglast, Gas-ZH, 3 Zimmer, Badezimmer UG, Terrasse mit Garten, Wasch- und Trockenraum, Einzelgarage.

EUR 285.000,--

Angaben lt. Energiebedarfsausweis:
• Energiebedarf: 393,8 kWh
• Energieträger: Gas
• Energieeffizienzklasse: H

Ansprechpartner: Marius Macha



**Weilheim an der Teck
Gewerbeinheit/ Büro/Verkauf/
Werkstatt**
Baujahr ca. 1930, ca. 240 m² Grundstücksfläche, Nutzfläche: EG 71 m²+ DG 52 m² (Lagerfläche), Öl-Zentralheizung. Ideal für kleinere Handwerksbetriebe (Elektro/Sanitär/etc.). Übernahme sofort möglich.

EUR 195.000,--

Angaben lt. Energiebedarfsausweis:
• Energiebedarf: 273,90 WärmekWh(m²a)
• Energiebedarf: 11,70 Strom kWh(m²a)
• Energieträger: Öl

Ansprechpartner: Markus Rosam



**Beuren – beim Thermalbad
Charmantes 1-Zimmer-Appartement
mit Balkon**
Baujahr ca. 1976, modernisiert, 2. OG im gepfl. MFH, Wohnfläche ca. 36 m², Tageslichtbad, Öl-ZH (2019), Holz-Iso-Fenster, Balkon mit Blick ins Grüne und Markise, Aufzug, voll möbliert, 1 Freistelplatz, 1 Kellerraum, kurzfristig verfügbar, da frei.

EUR 155.000,--

Angaben lt. Energieverbrauchsangabe:
• Energieverbrauch: 146,5 kWh
• Energieträger: Öl
• Energieeffizienzklasse: E

Ansprechpartnerin: Daniela Di Chiara



**Esslingen – Top-Innenstadtlage
Attraktive Gewerbefläche zu vermieten**
Baujahr ca. 1700, ca. 277 m² Gesamtgewerbefläche, Verkaufsfläche im EG ca. 204 m², modernisiert, Gewölbekeller, Gas-Etagenheizung aus 2025. Frei.

Mietpreis auf Anfrage.

Angaben lt. Energieausweis:
nicht erforderlich gemäß Baudenkmalern gem. § 79 (4) GEG

Ansprechpartner: Markus Rosam

STELLENMARKT

BAZLE
AUTOMOBILE
Inhaber Thomas Bazle

Jahreswagen
Gebrauchtwagen
Verkauf
Kundendienst
Ersatzteile
TÜV · AU
Klimaservice

Wir suchen einen
Mitarbeiter (m/w/d)
für unser Büro/Empfang in Teilzeit
(Mo. – Fr., ca. 22,5 Stunden/Woche) ab 1. Mai 2026.

Bewerbungen per E-Mail an:
guenter.bazle@t-online.de

Ansprechpartner bei Fragen:
Thomas Bazle, Stahlbrunnstraße 1,
73266 Bissingen/Teck, Telefon 07023 6425

GALERIE- & SHOP-MANAGER/-IN (m/w/d) gesucht!

Der Urweltsteinbruch Holzmaden sucht eine engagierte Person für **Warenmanagement, kreative Präsentation, Kundenberatung & Verkauf.**

Organisationsstärke und Freude am Umgang mit Menschen sind uns wichtiger als Fachwissen – dieses können Sie bei uns erlernen.

Teilzeit- oder Minijob.

Bei Interesse schreiben Sie uns an info@urweltsteinbruch.de

URWELT STEINBRUCH HOLZMADEN

Wir suchen ab sofort
Gerüstbauer (m/w/d)
mit Berufserfahrung oder als Quereinsteiger aus dem Baugewerbe

Hubrig Gerüstbau
Daimlerstraße 10 · 73105 Dürnau
Telefon 07164 801409
www.hubrig-geruestbau.de

Die Stadtverwaltung Ebersbach sucht Sie!
Ebersbach an der Fils

Koordination der Grundschul- und Mensabetreuungskräfte (m/w/d)

unbefristet, in Vollzeit
Vergütung nach EG 9b TVöD-V
Bewerbung bis 13.03.2026

[weitere Informationen unter ebersbach.de/jobs](http://ebersbach.de/jobs)

**Spenden
statt
Geschenke.**

Ihre Feier hilft!
Wildtiere und Natur danken.
040 970 78 69-0
www.DeWiSt.de/Spenden

**Die Zukunft ist
erneuerbar**
www.greenpeace.de/energiewende **GREENPEACE**

**Mit Ihrer Hilfe
finden Kinder
Platz zum
Spielen.**

Spenden Sie unter www.dkhw.de

Deutsches Kinderhilfswerk

GEMEINDE OHMDEN
Landkreis Esslingen
lebendig · liebenswert.

Die Gemeinde Ohmden (1.750 Einwohner, Landkreis Esslingen) sucht **zum nächstmöglichen Zeitpunkt** für ihren **Naturkindergarten am Bergwald** eine/n

staatlich anerkannte/n Erzieher/in – pädagogische Fachkraft (m/w/d)
unbefristet, in Teilzeit (65 %)

Der Naturkindergarten am Bergwald ist eine Kindertageseinrichtung mit naturpädagogischem Konzept. Betreut werden bis zu 20 Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren.

Wir bieten Ihnen:

- Ein unbefristetes Beschäftigungsverhältnis mit Vergütung je nach Vorliegen der persönlichen Voraussetzungen bis Entgeltgruppe S 8a TVöD-SuE
- Einen abwechslungsreichen und gesunden Arbeitsplatz an der frischen Luft mit beheizbarer Schutzhütte auf einer Wiese am Ortsrand zur Betreuung von max. 20 Kindern im Alter von 3 bis 6 Jahren
- Die Arbeit in einem kleinen, offenen und motivierten Team
- Die Möglichkeit sich fachlich und kreativ am hausinternen Entwicklungsprozess einzubringen und diesen mitzugestalten
- Die Möglichkeit zur fachlichen Weiterentwicklung durch Fortbildungen oder Seminare
- Ein betriebliches Gesundheitsmanagement mit „EGYM Wellpass“ und einem Zuschuss für ein Jobrad

Den vollständigen Ausschreibungstext mit weiteren Informationen zur Einrichtung und zu der Stelle finden Sie auf unserer Website unter <https://www.gemeinde-ohmden.de/rathauservice/stellenausschreibungen>

Interessiert?
Bei Fragen steht Ihnen Einrichtungsleitung Ellen Jahke (Tel. 0155 60145886; E-Mail: Leitung-bergwald@naturkindergarten-ohmden.de) oder Hauptamtsleiterin Frau Laura Dudium (Tel. 07023 9510-10; E-Mail: L.dudium@ohmden.de) gerne zur Verfügung.

Wir freuen uns über eine Bewerbung an die **Gemeinde Ohmden, Hauptstr. 18, 73275 Ohmden** oder gerne per E-Mail an gemeinde@ohmden.de.

Vertretungen gesucht

Wir suchen Mitarbeiter/-innen für die pünktliche und zuverlässige Zustellung des Teckboten an folgendem Ort:

OBERLENNINGEN	ab sofort b.a.W.
BRUCKEN	ab sofort b.a.W.
OWEN	ab sofort b.a.W.
SCHLIERBACH	ab sofort b.a.W.
JESINGEN	ab sofort b.a.W.
HOLZMADEN	ab sofort b.a.W.
WEILHEIM	ab sofort b.a.W.
WENDLINGEN	ab sofort bis 7.3.
DETTINGEN	ab sofort bis 16.3.
ÖTLINGEN	ab sofort bis 20.3.

Die tägliche Arbeitsdauer ist abhängig von der Bezirksgröße. Sie beträgt im Durchschnitt ca. 1,5 Stunden und sollte um 6 Uhr beendet sein.

Die Bezahlung kann größtenteils im Rahmen des Minijob-Gesetzes erfolgen. Bei Bezug von Kurzarbeitergeld wird das Arbeitsentgelt aus einem Minijob nicht angerechnet.

Bei Interesse ist eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung in Teilzeit möglich.

Interessenten melden sich gerne von Montag bis Freitag in der Vertriebsabteilung der ZSK unter der Telefonnummer 07021 9750-41.

Jetzt bewerben!

TECKBOTE
ZSK Zustell-Service Kirchheim GmbH & Co. KG
Alleenstraße 158 · 73230 Kirchheim/Teck
Telefon 07021 9750-41/-42 · zsk@teckbote.de

DUPS
ENERGIE-CENTER

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir einen zuverlässigen und einsatzfreudigen Tankwagenfahrer (m/w/d) Kl. CE

sowie Fahrer für unseren Holzpellets-Silo-Lkw

Ihre aussagefähige Bewerbung schicken Sie bitte zu Händen Frau Letsche-Dups

Walter Dups
ESSO-Vertriebspartner
Robert-Bosch-Str. 6-8
72622 Nürtingen

Telefon 07022 70891-15
E-Mail:
bewerbung@dups-energie.de

Hier passiert's: **Im EXTRA.**

www.extra-wochenende.de

Lenningen

Die Gemeinde Lenningen (Landkreis Esslingen) sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine freundliche und serviceorientierte Persönlichkeit als erste Anlaufstelle für unsere Bürgerinnen und Bürger als

MITARBEITER*IN IM BÜRGERSERVICE (M/W/D)
Teilzeit mit 32 bis 34 Wochenstunden | unbefristet | bis EG 6 TVöD

Weitere Informationen:
Für Auskünfte wenden Sie sich gerne an die Leitung des Fachbereichs Bürgerdienste, Ordnung und Verkehr Mara Edel (07026 609-15).

Wir freuen uns über Ihre Bewerbung bis zum 15.03.2026

STELLENANGEBOTE

IMMOBILIENVERKÄUFE

VERKÄUFE

HANDWERKLICHE
DIENSTLEISTUNGEN



ARBEITEN
IM HERZEN DER
DEMOKRATIE

LANDTAG VON
BADEN-WÜRTTEMBERG

Bei der Verwaltung des Landtags von Baden-Württemberg sind zum nächstmöglichen Zeitpunkt

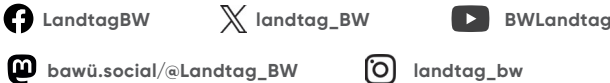
**vier Stellen (m/w/d) im Hausdienst (100 %)
(jeweils zwei Stellen im handwerklichen und hauswirtschaftlichen Bereich)**

(Entgeltgruppe 5 TV-L)

zu besetzen. Den vollständigen Ausschreibungstext (inkl. Informationen zum Aufgabenbereich und dem konkreten Anforderungsprofil) finden Sie unter <http://www.ltbw.de/jobs>.

**Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung
bis zum 23. März 2026!**

Landtag von Baden-Württemberg
Konrad-Adenauer-Straße 3, 70173 Stuttgart
jobs@landtag-bw.de, www.landtag-bw.de



Altenpflegerin mit Herz und Erfahrung sucht eine Stelle als 24 Std Senioren Betreuerin 017 662 126 926

Erfahrener Maler, Gipser und Fliesenleger. 0160 929 682 35

STELLENGESUCHE

Elektriker sucht kleine Aufträge zu günstigem Preis. ☎ 0152 -18 21 98 72

Übernehme Malerarbeiten aller Art und streiche kpl. Whg. kurzfristig, nur Anrufe ☎ 0151/20503311

Gärtner sucht Nebenbeschäftigung, Heckenrückschnitt, Baumfällungen usw., Terrassen, Pflastersteine, Sichtschutz, Zäune, Balkone, etc. ☎ 0152 - 12074869

Erf. Gärtner sucht Gartenarbeit. Gehweg, Parkplatz, Hofeinfahrt pflastern, Terrassen (Beton Pl. u. Holz), Hecke- u. Baumschnitt, Mauer- und Zaunarbeiten, komplett neue Gestaltung. Nebenbeschäftigung. Tel: 0157 - 35 26 32 85

Suche Gartenarbeit, Gartenpflege aller Art, auch Baumpflege (Nebenjob), ☎ 0178/7813143

Gärtner sucht Arbeit, Garten- und Baumpflege, Platten legen. ☎ 0172 88 11 862

Allerlei Gartenarbeit: Gartenpflege Heckenpflege und Baumpflege, Pflastersteine und Natursteine verlegen. Tel. 0173 / 2964106 (Nebenjob)

Renovierung Wohnung
☎ 0162 - 32 73 154

Erf. Handwerker sucht Arbeit, Fliesen legen, Bad, Sanitär und Altbau-sanisierung. ☎ 0159 - 01 36 46 79

Suche Arbeit als Pflege-/Haushalts-hilfe in Teil-/Vollzeit in Esslingen am Neckar. ☎ 015901220925

Professionelle - Gartenpflege, -Strauch - Heckenschnitt, -Saisonservice, (Frühjahr/Herbst) -Rasenpflege auf Minijob-Basis D. Profe ☎ 0151-61435999

Mit Vollgas
verkaufen:
Auto & Motor im
EXTRA.



EXTRA
AM WOCHENENDE

www.extra-wochenende.de

GARANT
IMMOBILIEN

IHRE IMMOBILIEN-EXPERTEN

in der Region Geislingen - Göppingen - Kirchheim/Teck - Nürtingen

Häuser

Birenbach: Reihenhaus mit Garage, 129 m² Wfl. und 323 m² Grundstück, EA: B, 156,87 kWh, EK: E, Öl, BJ 1974, modernisiert **375.000 Euro**

Zell u. A.: gemütliche Doppelhaus-hälfte in schönem Wohngebiet, 5 Zi., ca. 120 m² Wfl., ca. 389 m² Grdst., Solar-panels, ruhig gelegen, Terr., kl. Garten, Garage, kurzfristig frei, EA: B, 191,40 kWh, EK: F, Öl, BJ 1968 **425.000 Euro**

Erkenbrechtsweiler: 2 Fam.-Haus mit Garten, 2 x Balkon u. 28 m² Büro im EG. OG-Whg. 114 m², DG-Whg. 98 m², 107 m² Nutzfl. mit 2 x Rolltor im EG für Lager/Grg., 478 m² Grd., EA: B, 176,80 kWh, EK: F, Öl, BJ 1980 **450.000 Euro**

Kirchheim-Ötl.: EFH, 6 Zi., ca.176 m² Wfl., ca. 724 m² Grdst., EA: B, 187,87 kWh, EK: F, Öl, BJ 1964 **535.000 Euro**

Reichenbach/Fils: charmantes EFH mit großer Scheune, 149 m² Wfl., 1.006 m² Grdst., EA: B, 357,31 kWh, EK: H, Öl, BJ 1876 **649.000 Euro**

Was bedeutet: V Verbrauchsausweis, B Bedarfsausweis, Öl Ölheizung, Gas Erdgas/Flüssiggas, FW Fernwärme aus Heizwerk od. KWK, E Elektrische Energie/ Strommix, EA Energieausweis, EK Energieeffizienzklasse

Mehr als ein Makler.

Nürtingen-TO: Wohn- u. Geschäfts-haus, 213 m² Wfl., 345 m² Nfl., 3 Grg., 4 Stpl., **Modernisierung 2012**, EA-1 Wohnen: EA: B, 159,00 kWh, EK: E, Öl, BJ 1980, EA-2 Nicht-Wohnen: EA: B, Strom 46,50 kWh, Wärme 699,30 kWh, Öl, BJ 1980 **649.000 Euro**

Faurndau: Wohnhaus mit 2 Hallen, 133 m² Wfl., 313 m² Hallenflächen, Parkplätze, eigene Hofeinfahrt, 1.582 m² Grund, EA: B, 224,08 kWh, EK: G, Holz, BJ 1957 **670.000 Euro**

Mühlhausen im Täle: Anwesen, idyllisch gelegen mit 4.395 m² Grund, 246 m² Wfl., EA: B, 125,99 kWh, EK: D, Gas, BJ 1986, kpl. Umbau im Jahr 2000 **1.350.000 Euro**

Gewerbeimmobilien

Gingen: Halle, 688 m² Nutzfl., Grdst. 1.828 m², LKW-Laderampe + ebenerdig befahrbar, Parkplätze für PKW u. LKW, Hzg. 2024 neu, EA: B, Strom 0,10 kWh, Wärme 150,60 kWh, Holz-Schnitzel, BJ 1994 **1.150.000 Euro**

Kaufgesuche

Suche: MFH für KA – gern renov.-bed. **Biete:** Rundum-Servicepaket für den Verkauf – Herzlichst, Ihr **Drazen Kovacevic**, Tel. **0152 59 43 70 66**

Sehr geehrte Eigentümer! Ich suche **Wohn- u. Geschäftshäuser für Kapitalanleger/Investoren/Geschäftsinhaber zum Kauf**. Mit freundlichen Grüßen Angelika Staudé, Tel. **07161 98 888-31**, a.staudé@garant-immo.de

Kaufgesuch: Für die geplante kleine Familie suche ich u. a. für ein junges, sympathisches Paar das passende **Einfamilienhaus mit Garten, bis ca. 500.000 Euro**. Normale Renovierungen wären kein Problem. Bitte melden Sie sich unverbindlich bei: **Volker Plumbaum, 07161 98 888-17, v.plumbaum@garant-immo.de**

Suche: Liebe Eigentümer und Erben-gemeinschaften, für meine Kunden, die ein Erbe erhalten haben, suche ich eine 3-Zimmer-Wohnung. Ich freue mich auf Ihren Anruf. Ihr Immobilienmakler vor Ort, Johannes Nieberle. Tel. 0176 73 56 06 46 oder E-Mail j.nieberle@garant-immo.de

Liebe Eigentümer! Ich suche für Interessenten unvermietete 1- bis 2-Zimmer-Wohnungen in der Region zum Kauf, sehr gerne mit Balkon oder Terrasse. Mit freundlichen Grüßen Wolfgang Fiedler, 07161 98 888-34

Ulmer Straße 123 73037 Göppingen Tel. 07161 98 888-0 www.garant-immo.de



Immobilie verkaufen oder kaufen -
wir sind Ihr Partner rund um die Immobilie.

Ihre Fachberater für Immobilien vor Ort



Heike Hochschorner
Landkreis Esslingen,
Schwerpunkt Neckar- und Filstal
Innere Brücke 26, 73728 Esslingen
Telefon 0711 124-46538
Heike.Hochschorner@immobilienvermittlung-bw.de



Thomas Häring
Landkreis Esslingen,
Schwerpunkt Filderregion
Hauptstr. 53, 70771 L-Echterdingen
Telefon 0711 124-47240
Thomas.Haering@immobilienvermittlung-bw.de

BW-Bank Immobilienvermittlung
www.bw-bank.de/immobilien

Ein Unternehmen der LBBW-Gruppe **BW BANK**

Schnäppchenjäger aufgepasst:
Hier gibt's die besten Angebote.

Wer Anzeigenblätter liest, ist stets informiert über die besten Angebote.

EXTRA
AM WOCHENENDE

www.extra-wochenende.de

IMMOBILIENGESUCHE

WOHNUNGEN

3-ZIMMER-ETW

HÄUSER

1-ZIMMER-ETW

Studentin sucht 1-2 Zi-Whg. zum Kauf. Tel: 01573 7782478

4-ZIMMER-ETW

Ihr Mieter geht Ihnen auf die Nerven? Verkaufen Sie mir die Wohnung (privat). AB: 07025 / 8979694

Solides Ehepaar sucht in Esslingen Stadt, Oberesslingen 3,5 - 4 Zi. Whg. zum Kauf auch renovierungsbedürftig, gerne mit Gärtle, Terrasse oder Balkon. Privatangebote bevorzugt. ☎ manu62@gmx.de

2-ZIMMER-ETW

Dipl. Ing. sucht 2-3 Zi-Whg. zum Kaufen ☎ 0163 - 1611703

Suche zum Kauf von Privat: Eigentumswohnung ☎ 0711-92539919

MIETGESUCHE

Steuerberater sucht für seinen Sohn, NR, studiert in Esslingen, ab sofort möbliertes Zimmer oder kleine Wohnung ☎ 07052-5785

GRUNDSTÜCKE

Baugrundstücke/Abbruchhäuser
Bauträger kauft gegen Höchstgebot. **Notarielle Abwicklung sofort!** Zahlung innerh. von 2 Wochen mögl.!

PBI Tel.: 07023/74920 info@pbi-bissingen.de

DIES & DAS

4 Sommerreifen Michelin 205/45 R 17 H neuwertig, günstig abzugeben 0711/8892908 ab 18 Uhr

KAUFGESUCHE

Alte Märklin-Eisenbahn, altes Spielzeug dringend von Sammler zu Spitzenpreisen gesucht. Tel. 0711/9561221

500,- Euro zahlt Sammler für alte Reklame-/Emailschilder ☎ 0711/6405870

Suche Gobelin, Handarbeiten, Orientteppiche. Tel. (01 63) 6 87 25 86

Kaufe Kleidung - Bücher von A-Z, Puppen, Porzellan, Sammeltdassen, Näh-Schreibmaschinen, Münzen, Uhren, Mode-Schmuck. Von privat. Tel. 0178-6790864

Achtung liebe Leser!
Suche Porzellan, Zinn, Uhren, Tafelsilber, Bernstein, Möbel, Münzen, Antikes u. Militaria, Abendgarderobe, Lederbekleidung u. Pelze, Herr Freiwald.
☎ 0711-21958619 o. 0157-92313492 www.freiwald-antiquitäten.de

Sofort Bargeld!! Privater Sammler sucht Historisches v. 1813 – 1945, z. B. Uniformen, Orden (z. B. Eiserne Kreuze), Urkunden, Säbel, Soldbücher, Wehrpässe, Fotos. Besonders ges.: Altes Blechspielzeug, Märklin-Eisenbahnen, Militärspielzeug, Elastolin u. Lineofiguren, Autos, Dampfmaschinen. Tel. 0 71 218 97 09 16.

BARANKAUF alles vom 1. und 2. Weltkrieg ☎ 0711 / 6405870

Barankauf Gold + Schmuck
z. B. Zahngold (auch mit Zählern), Silber Ringe, Uhren, Münzen, Medaillen, Besteck. Alles auch beschädigt. Sofort Bargeld. **Briefmarken, Münzen, Banknoten, Orden.**
Aichele + Schade, T. 07 11/ 24 46 34
Stgt., Charlottenstr. 42, Ecke Alexanderstraße

Suche Kohle (Eierkohle, Briketts) und Brennholz (Baumholz, Balken, Bretter) ☎ 0152 14497305

Pelze Pelze Pelze
Kaufe Pelze aller Art: Abendgarderobe, Hüte, Antikes, Möbel, Bilder, Porzellan, Vasen, Figuren, Zinn u. Silberwaren, Puppen, Militaria, Besteck, Armband u. Taschenuhren, Briefmarken, Münzen, Schmuck aller Art. Gerne auch kompl. Nachlässe. Bitte alles anbieten. Herr Eckstein Tel. 07307-9209570 oder 0152-52151604

SUCHE: Bowleservice, Abendgarderobe, Mantel, Trachten, Handtaschen, Kristall, Kruege, Bestecke und Uhren. TEL: 0162 6727958

Suche Modelleisenbahn.
☎ 070 22 / 95 10 57

VERSCHIEDENES

3 Zi. Whg. Oberesslingen, EG 87m², EBK, Balkon, Keller, KM 990€ + NK 245€ + TG 60€ ab 15.03.2026. Anfr.: wohnung.oberesslingen@t-online.de



Edelstahlkanne 100 Liter. Kugelhahn V2A, geeignet für Speiseöl, mit Edelstahl Fußgestell. Preis: € 75,00, E-Mail: georg.weidner@gmx.de

Ruhige, freundliche und zuverlässige Rentnerin (67. NR) **sucht 2-3 Zi.-Whg. ab 60m² in Unteressingen**. Tageslichtbad, Balkon sowie Garage oder Stellplatz sind erwünscht. Kontakt: mail.liavo@gmail.com

Gartenhaus Zollberg, Hausschwamm (ungiftig) im Holzboden (16 m²). Wer reist mir den Boden raus ? ☎ ganzlangsam@web.de

Hilfe im Garten und Haus ? **Entrümpelungen+Gartenarbeiten.** **Wir packen an-schnell und sauber. Kostenlose Beratung.** **Tel. 0176-41262716**

GESUNDHEIT



Cardiostrong Ergometer BX 60. Max. Benutzergewicht 130 kg, 16 Widerstandsstufen, elektrisch verstellbare Magnetbremse, Brustgurt, 2 Jahre alt, wenig gebraucht. UVP € 1.499,00. Preisvorstellung € 650,00. E-Mail: georg.weidner@gmx.de

ER SUCHT SIE

Italiener, 47 J., aus Kirchheim-Teck su. Frau, 40-47 Jahre, für Beziehung ☎ 0172-34 97 298

Facharzt 47, attraktiv, niveauvoll, schlank 188, keine Kinder, eigene Immobilien, sucht die liebevolle, attraktive niveauvolle Akademikerin für die langfristige Beziehung **Zu-schriften bitte mit Bild an :** pr.suche@web.de

Liebevoller, einfühlsamer, vielseitiger Mann, 69, 178, sucht Dich zum Wandern, Reisen, Verlieben, Begeistern, Freude haben, Kultur genießen, weiterentwickeln. Tel.: 0711 62091994 mail: freude.jk@gmx.de

Er, 50 J. sucht eine nette Sie, Raum ES bis max. 50 J. ☎ 0179 - 4773350

Sympathischer Er, (64/175/77) sucht nette Sie. ☎ unter ZZ209296 an SWMN GmbH, Postfach 10 44 27, 70039 Stuttgart oder chiffre@swm-network.de

SIE SUCHT IHN

Elke, 71 J., verwitwet und kinderlos, sehr gutaussehend mit zierlicher Figur und schöner Oberweite, bin herzlich, ehrlich u. liebevoll. Ich habe im sozialen Bereich gearbeitet. Bitte rufen Sie an pv. Sie dürfen auch älter sein, habe ein Auto und würde am liebsten zusammenziehen. **Tel. 0157 – 75069425**

FREIZEITPARTNER

75-jährige, rüstige Rentnerin sucht gleichgesinnte Mitmenschen zwecks Freizeitgestaltung. ☎ unter ZZ209299 an SWMN GmbH, Postfach 10 44 27, 70039 Stuttgart oder chiffre@swm-network.de

KONTAKTE

365 Tage im Jahr - AUTODATE **NUR in Tamm, HJ's für € 30.-** **Telefon 01 74-887 07 06**

feine-adresse-nrt.de
07022-3 222 7
NRT- MARIENSTR. 30 bei KOSMETIK

Hausfrau (34) privat!
☎ 0174 512 09 97



Ihre Spende wirkt!

Helfen Sie, die Lebensräume bedrohter Tierarten weltweit zu schützen.
Jetzt spenden: wwf.de oder Spendenkonto: DE06 5502 0500 0222 2222 22