

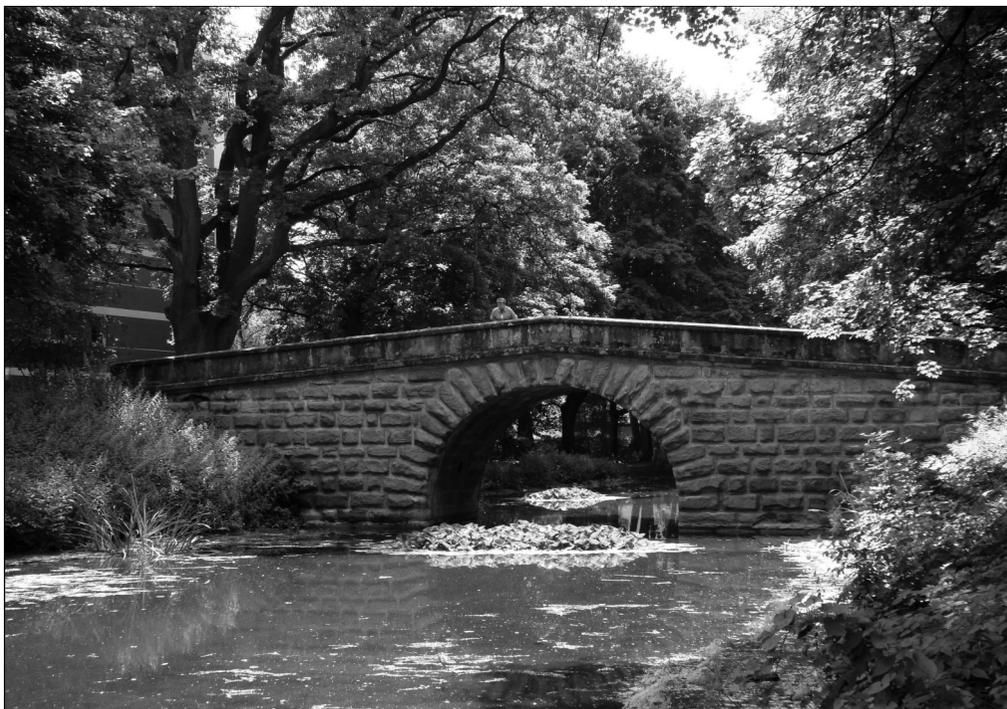
Einladungen • Rückblicke • Stellungnahmen • Termine • Tipps & Tricks



> *info*

Das Info-Magazin des Deutschen Familienverband - Ortsverband Nürnberg Süd

*Juli, August,
September 2024*



Inhaltsverzeichnis 03/2024

> *Berichte*

Ausflug mit der Bahn nach Forchheim	05 - 07
Abendführung im Tiergarten Nürnberg	08
Frühjahrswanderung am/zum Geländer	09 - 10
Steinbrüchlein Kirchweih	11 - 13

> *Einladungen*

Stadtteilstadt Gartenstadt	16 - 17
Sommerfest im Gemeindezentrum Arche in Zabo	18
Mitgliederversammlung im September	19

> *Sonstiges*

Geburtstagsgrüße / Veranstaltungskalender	03 / 04
Urlaubs- und Feriengrüße	17
Inserate	07 / 14
Ratgeber	21 / 22
Impressum	19
Spruch, Humor	15 / 18 / 20 / 23
Beitrittserklärung	24

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag *(streng nach DS-GVO)*

Boick Stefanie
Bornemann Martin
Brunner Frank
Ceylan Maria
Dörflein Petra
Dörflein Thomas
Endres Anita
Endres Henry
Engelhard Margit
Engelhard Patrick
Fieger Eveline
Fleischmann Annedore
Frenzel Jürgen
Frenzel Renate
Glatzel Andreas
Hahn Hermann
Händler Wolfhard
Herbig Karl
Herbig Ulrike
Herzog Heidrun

Holzberger Angelika
Kirschner Heidemarie
Kittelt Wolfgang
Kraus Klaus
Kraus Rolf
Müller Harald
Probst Peter
Rippa-Reichardt Alexandra
Sammetinger Margarete
Schaller Ingrid
Schimeck Ilse
Schmidt Barbara
Schubert Claudia
Schubert Thomas
Sieber Carolin
Urlinger Ursula
Veitengruber Hans-Jürgen
Veitengruber Karin
Weigel Dagmar



**Übersendet Ihnen
Ihre Vorstandschaft**

Unsere nächsten Veranstaltungen auf einen Blick

(Unter Vorbehalt, Änderungen jederzeit möglich)



28.06.2024
Mitgliederversammlung
Genossenschaftssaal Bauernfeind



13.07.2024
Stadtteilstadt Gartenstadt
Sportplatz a.d. Regenbogenschule



03.08.2024
Sommerfest
im Gemeindezentrum
Arche in Zabo



27.09.2024
Mitgliederversammlung
Genossenschaftssaal Bauernfeind



30.09. - 04.10.2024
5-Tagesfahrt mit dem Bus
ins Sauerland



11. - 13.10.2024
Landesverbandstagung
in Ortenburg



23.11.2024
Adventsfeier
im Gutmann



Nachruf

Wir trauern um unser Verbandsmitglied

Frau Eleonore Valsamis

die am 04. April 2024 im Alter von 88 Jahren verstorben ist. Wir danken Frau Valsamis für ihre Treue zum deutschen Familienverband.

Unser Mitgefühl gilt Ihrem Mann Mayk und ihrer ganzen Familie.

In stiller Trauer

Deutscher Familienverband

OV Nürnberg-Süd

Linda Crummenauer

1. Vorsitzende



Ausflug mit der Bahn nach Forchheim

Wie seit vielen Jahren, hieß es auch heuer wieder am 13.04.2024: Wir fahren mit der Eisenbahn, wer mit will, der meldet sich an. So traf sich wieder eine fröhliche Runde am Info-Point im Hauptbahnhof. Nachdem wir alle wieder pünktlich waren, sind wir zum Bahnsteig hoch und konnten gemütlich in die S-Bahn einsteigen und beieinandersitzen. Pünktlich ging es los Richtung Forchheim, das wir nach einer Stunde Fahrt erreichten.



Hier schlenderten wir zuerst alle gemeinsam Richtung Innenstadt. Auf den Weg teilten wir uns immer mehr auf, jeder nach seinem Gusto. Konstanze und ich spazierten gemütlich durch die schöne Altstadt, bestaunten die schönen Häuser und Läden. Wie vereinbart trafen wir uns vor unserem Lokal um gemeinsam



Mittag zu essen. Hierhin kamen auch die, die mit dem Auto gefahren sind.

Im Restaurant „Stadtlokal“ wurden wir freundlich empfangen und ins Separee geleitet. Hier fanden wir an zwei langen Tischen Platz. Die Bedienung war nicht nur schnell mit der Aufnahme unserer Getränke- und Essenswünsche, sondern diese wurden auch zügig gebracht. Die Speisekarte bot für jeden Geschmack etwas.



Nun waren wir gestärkt und erwartungsvoll für die Stadtführung. Frau Arnold-Gahl war zwar nicht aus Forchheim, doch sie konnte uns die Geschichte der Stadt sehr gut nä-

herbringen. Vor allem die Festungsanlage mit den Kasematten war Hauptthema der Führung. Beim Rundgang durch die Altstadt zeigte sie uns einige Besonderheiten. Beim schiefen Haus war die Führung zu Ende. Jetzt konnte wieder jeder den Tag ausklingen lassen wie er wollte. Ob Kaffee und Kuchen, ein Gläschen oder ein Eisbecher.

Die Heimfahrt konnte jeder selber bestimmen.

Für mich war es ein sehr schöner Tag, danke den Organisatorinnen

Bis bald

Eure Ingrid Schaller



Margit's Kosmetik-Treff



Margit Engelhard

Pirmasenser Straße 118

90469 Nürnberg

Telefon: 0911 / 480 79 61

Telefax: 0911 / 480 79 60

margit.engelhard@t-online.de

Termine nach Vereinbarung

Ich biete Ihnen:

- * Kosmetikbehandlungen und -beratung
- * Wellness für Körper und Seele
- * Farblichttherapie mit Spektralfarbenfilter
- * Med. Fußpflege
- * Fußreflexzonenmassage
- * Nagelentlastung mit Nagelkorrekturspangen

Abendführung durch den Tiergarten am 26.04.2024



Dass unser Tiergarten besonders und wunderschön in die Natur rund um den Schmausenbuck eingebettet ist, wissen wir alle, aber am Abend bei einem Spaziergang unter fachlicher Leitung ist nochmal etwas anderes. Eine große Gruppe an Teilnehmern traf sich am Eingang des Tiergartens und freute sich auf viele neue Eindrücke und Informationen.

Bei den meisten liegt ein Besuch im Tiergarten schon so einige Zeit zurück. Trotzdem erinnerten

wir uns an frühere Besuche und Erlebnisse. Viele der nachtaktiven Tiere konnten wir beobachten und einige Arten auch beim Schlafen gehen. Sehr spannend waren auch die Erzählungen unseres Begleiters.



Nach ca. 2½ Stunden hatten wir den Ausgangspunkt wieder erreicht und kamen zu einem gemeinsamen Fazit: „Es war wunderschön den Tiergarten mal zu einer ganz anderen Zeit zu erleben, besonders mit so vielen Freunden. Wir Nürnberger können stolz auf unseren Tiergarten sein.“



Danke für das Angebot und die Organisation.

Auf ein baldiges Wiedersehen

Ihr Schreiberling

Elke Lachowicz

Liebe Mitglieder,

Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass der DFV Bundesverband zu aktuellen familienpolitischen Themen Newsletter und auch einen Pressedienst bereitstellt. Hierzu können Sie sich auf folgender Seite mit Ihrer email-Adresse registrieren:

<https://www.deutscher-familienverband.de/newsletter/>

Die Vorstandschaft des DFV OV Nürnberg-Süd



Rückblick auf die Frühjahrswanderung am 09.05.2024



Am Morgen um 09:00 Uhr haben sich 15 gut-gelaunte Wanderer des Familienverbandes pünktlich am Parkplatz Worzeldorferstraße getroffen und sich gemeinsam mit ihren Autos auf den Weg zum „Waldgasthof Geländer“ ins schöne Altmühltal gemacht. Kurz vor unserem Ziel gab es auch noch eine Straßenabsper- rung, wir fuhren also eine Umleitung und kamen so gut am Parkplatz vom Waldgasthof an.

Unser erster Rundwanderweg durch den nahen Wald war wunderbar. Wir kamen schnell ins Gespräch und sind dabei ganz entspannt ge- laufen. Am Waldgasthof angekommen, mach- ten wir es uns auf den reservierten Plätzen auf



der Terrasse erst einmal gemütlich. Es gab ein leckeres Mittagessen mit einigen fränkischen Spezialitäten.

Frisch gestärkt ging es nun wieder in den Wald auf den zweiten Rundwanderweg. Am Wildschweingehege kamen wir erstmal nicht so schnell weiter, denn der kleine Hund „Blairé“ von Inge und Günter erwischte ein Loch im Drahtzaun, schlüpfte durch und rannte zur Wildsau. Die beiden rannten hin und her, es war sehr aufregend für uns, dabei zuzuschauen. Nach mehrmaligem Rufen von Frauchen schlüpfte der Ausreißer zurück und kam dann schnell an die Leine.

Nach dem zweiten Rundwanderweg gab es am Waldrestaurant noch Kaffee und Kuchen, sehr lecker. Bei

herrlichem Sonnenschein und so einem schönen Ausblick ins Grüne war das ein sehr erholsamer Tag. Gegenüber vom Waldgasthof befand sich auch noch ein kleines Museum mit präparierten Tieren der Gegend und ein sehr schöner Kinderspielplatz.

Dieser Ausflugsort ist ein Spaß für die ganze Familie, sehr schön und empfehlenswert. Da fährt man gerne wieder einmal hin.

Ein großes Dankeschön an die beiden Wanderwarte Margit und Rolf, die das „Geländer“ zum Wandern ausgesucht und für uns alle die Tische reserviert haben.

Einen schönen Sommer wünscht Euch

Marion Brasche





Nachruf

Wir trauern um unser Verbandsmitglied

Frau Gerda Boick

die am 15. Mai 2024 im Alter von 85 Jahren im Krankenhaus verstorben ist.

Wir danken Frau Boick für 10 Jahre Treue zum deutschen Familienverband.

Unser aufrichtiges Mitgefühl gilt ihrer ganzen Familie.

In stiller Trauer

Deutscher Familienverband, OV Nürnberg-Süd
Die Vorstandschaft



Steinbrüchlein Kärwa

Am Sonntag, den 09.06.2024 war es wieder so weit: die jährliche Steinbrüchlein Kärwa des Gasthauses Grüner Baum (aus Kornburg) fand bei hervorragendem Wetter statt. Es war nicht zu warm, nicht zu kalt und vor allem **nicht nass**.

Aufgebaut war flott, alle Teilnehmenden wussten sofort, wo hingelangt werden muss.

Die Aktionen des Familienverbandes kamen sehr gut



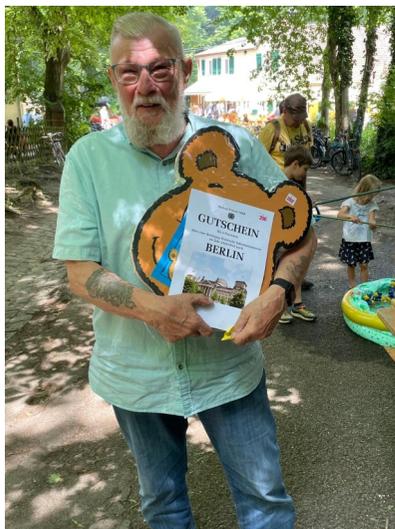
an. Ob Tombola, die schnell geleert war, Fische angeln mit Belohnung, oder Kinderbasteln mit der spannenden Idee eines selbst bemalten Bechers, wo ein Knopf an einem Seil befestigt wieder eingefangen werden sollte, oder Kinderschminken und natürlich die selbstgebastelte Gummibären-Geschenk-Maschine, bei der ein großer roter Gummibär mit einem Softball umgehauen werden muss, um an das heiß begehrte Ge-



schenk zu gelangen. Die Kinder waren voll dabei; manche kamen gefühlt hundertmal um ihr Wurfglück zu belohnen. Einige Kids konnten sich sogar erinnern und fragten nach den eigentlichen Gummibärchen. Diese gab es



diesmal leider nicht, dafür aber Witziges, wie ein kleines aufziehbares Äffchen, das Saltos ausführte, oder ein Faultier, das nach dem Aufziehen schnell davonrannte. Selbst unsere Linda war hellauf begeistert.



Den Hauptgewinn der Tombola - eine dreitägige Berlinreise mit Besuch einer politischen Veranstaltung - gewann ein DFV-Mitglied und ratet mal, wer: na klar, der Dieter Schaller, mit seinem ebenfalls wiederholten Glücksgriff. Herzlichen Glückwunsch und viel Vergnügen.

Nach fleißigem Tun gehört natürlich als krönender Abschluss ein gemütliches Beisammensein dazu, was sicherlich viel Spaß machte, mein Mann Günter und ich radelten jedoch heim zu unseren wartenden Wauzi's.

Dann hoffentlich bis 2025 zur nächsten Steinbrüchlein Kärwa

Eure Inge



Verehrte Berichterstatter und Fotografen

Sie würden uns sehr damit helfen, wenn Sie uns Berichte - und natürlich auch (unbearbeitete) Fotos - von unseren Veranstaltungen zwecks einer Veröffentlichung zur Verfügung stellen.

Diese bitte per e-Mail an folgende Adresse senden:

redaktion.nuernberg-sued@dfv-bayern.de

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!

Ihre Redaktion





Historische Orte virtuell erleben

Erlebt mit der ersten **Bus VR Tour** über das ehem. Reichsparteitagsgelände in Nürnberg, Geschichte in einer neuen Dimension.

Tickets & weitere Informationen unter:

blickwinkeltour.de

oder



Bequeme ca. 90-minütige
Rundfahrt mit dem Bus



Teilnahme mit bereitgestellten
VR-Brillen oder Tablets



Sachliche & moderierte
3D und 360° Darstellungen



Begleitet & moderiert von
professionellen Tour Guides



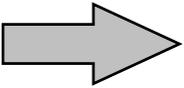
Interaktives & innovatives
Gruppenerebnis für alle



Bildung & Geschichte
direkt vor Ort erleben

Harte Arbeit

Ein Malerlehrling soll die Markierungen auf der Autobahn erneuern. Am ersten Tag schafft er mehr als zwei Kilometer, am zweiten Tag nur noch 500 Meter, am dritten sogar nur noch 200 Meter. Fragt ihn sein Chef: „Warum schaffst du nicht mehr so viel wie am Anfang?“ Darauf antwortet der Lehrling: „Naja, der Weg zum Farbeimer ist inzwischen echt weit geworden.“



**Bitte berücksichtigen Sie bei Ihrem
Einkauf unsere Inserenten!
Ihre Vorstandschaft**

Verehrte Mitglieder,

um unsere Druckkosten und mittlerweile doch recht hohen Portogebühren zu reduzieren und auch um unsere Umwelt von Papiermüll zu entlasten, wäre es begrüßenswert, wenn Sie sich dazu entschließen könnten, das Infoheft in elektronischer Form zu beziehen.

In diesem Falle senden Sie bitte einfach eine e-Mail mit dem Betreff „Heftversand als pdf“ an:

redaktion.nuernberg-sued@dfv-bayern.de

Herzlichen Dank.

Die Vorstandschaft des DFV OV Nürnberg-Süd

Herzliche Einladung zum

40. Stadtteilstfest in der Gartenstadt am 13.07.2024 - Beginn 13:30 Uhr

Das Fest findet erstmalig auf dem **Sportplatz der Regenbogenschule, Regenbogenstraße 73**, statt. Das Programm für das 40. Jubiläum steht schon und klingt sehr vielversprechend.

Neben den diversen Tanz, Gesangs- und Sportdarbietungen konnte der Kulturladen als Vorband das Ray Hautmann Trio und als Hauptband die Coverband groove necessities gewinnen.

Wir, die Mitwirkenden des Festes, werden an diesem Tag ein gemeinsames Zeichen im Rahmen der Initiative „Zamrüggn im Nürnberger Süden“ setzen.

Der OV ist wieder mit Cocktailbar und Weinstadt vertreten und wir würden uns freuen wenn ihr uns besucht.

Beginn um 13:30 Uhr mit Kaffee und Kuchen.

Bis dahin grüßen Euch

Markus, Sylke und Linda

Bühnenprogramm Stadtteilstfest Gartenstadt

Moderation: Josef Braun

14:00 Uhr Auftakt und Begrüßung

14:05 Uhr Aufmarsch Tanzgruppe „Pffifer“, Kulturladen Gartenstadt

14:10 Uhr Dancekids Bozz Dance Academy

14:30 Uhr Grußworte der beteiligten Stadtratsfraktionen

14:40 Uhr Tanz- und Gesangsgruppe „Sternchen“
Gemeinschaftshaus Langwasser

15:15 Uhr Guy Palumbo (Liedermacher), Familienkonzert

16:00 Uhr Cheerleading und Showtanz
Leitung: Daniela & Stephan Friedrich

16:05 Uhr Crowdsinging für den Frieden
Ilona Christl (Leitung AWO MGH) & Thomas Hinze
zur Vorbereitung auf den Weltfriedenstag am 21.09.2024

16:20 Uhr Plädoyer für Demokratie und Menschenrechte

16:30 Uhr Golden Girls (Kinder & Erwachsene)
Traditionelle türkische Volkstänze

16:45 Uhr Bollywood-Gruppe, Leitung: Monika Spahn

16:55 Uhr Mitsingaktion mit Karin Falke (Akkordeon)
Seniorenbegegnungsstätte Gartenstadt e.V.

17:15 Uhr Zarumba-Gruppe, Kulturladen Gartenstadt

17:25 Uhr Flamenco, Andalusia Viva, Kulturladen Gartenstadt
17:40 Uhr Umbaupause / Soundcheck
18:00 Uhr Ray Hautmann Trio, Mitmachkonzert
20:00 Uhr groove necessities, Abendband: Funk und Soul
22:00 Uhr Ende

14:00 - 18:00 Uhr im Schulgarten:
Mitmachprogramm für Kinder & Hula-Hoop Disco



Endlich Urlaub !

Wir wünschen allen Mitgliedern und ihren Angehörigen recht schöne Ferien und eine geruhsame Erholung.

Ihre
Vorstandschaft



**MIT
MA
CHEN**

www.elternklagen.de

Machen Sie mit bei unserer Kampagne

„Wir jammern nicht - wir klagen!“

Zu unserer Seite:

www.elternklagen.de



Einladung zum Sommerfest am 03.08.2024

Wo: Gemeindezentrum Arche
Kötztlinger Str. 88
90480 Nürnberg

Wann: ab 14:30 Uhr

Teilnehmerbeitrag 5 € pro Person oder einen essenstechnischen Beitrag (siehe Spendenaufruf) zum Fest. Liste liegt an der Versammlung aus.

Getränke, Fleisch und zwei, drei Grillsoßen besorgen wir.

Um besser planen zu können bitten wir um Vorbestellung von Fleisch und Bratwürsten. Bitte bei der Anmeldung gleich mit angeben!

- Fränkische Bratwürste
- Putensteaks
- Nackensteaks

Getränke gibt es - wie immer - zum kleinen Preis, Fleisch und Bratwürste spendiert der OV.

Wir bitten um Salat- und Kuchenspenden!

Bitte tragt bei eurer Anmeldung neben der Personenzahl auch ein, was ihr mitbringen wollt. Anmeldung entweder in der Juni-Versammlung oder danach bis zum 20.07.2024 über WhatsApp oder Email.

Wir hoffen auf viele gut gelaunte Teilnehmer und super Grillwetter.

Eure Sylke

*Aus einem "bald" sollte man viel öfter ein
"jetzt" machen, bevor ein "nie" daraus wird.*

Autor unbekannt



Deutscher Familienverband
Ortsverband Nürnberg-Süd

Einladung zur Mitgliederversammlung am Freitag, den 27.09.2024

Beginn: 18:00 Uhr

Veranstaltungsort: Genossenschaftssaal Bauernfeind
Matthäus-Herrmann-Platz 2
90471 Nürnberg

Versammlungsleitung: Sylke Hopp u. Markus Glatzel, stellv. Vorstände

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Vorschau
3. Anträge / Verschiedenes
4. Verabschiedung

Nürnberg, den 22.06.2024

.....
Linda Crummenauer
1. Vorstand

Impressum:

Herausgeber: Deutscher Familienverband • Landesverband Bayern e.V.
Ortsverband Nürnberg-Süd

1. Vorstand: Linda Crummenauer • Georg-Strobel-Str. 44 • 90489 Nürnberg
☎ 0911 - 55 04 55
✉ nuernberg-sued@dfv-bayern.de

Redaktion: Michael Lachowicz ✉ redaktion.nuernberg-sued@dfv-bayern.de

Internet: <https://www.dfv-bayern.de/ortsverbaende/nuernberg-sued>

Die mit Namen bezeichneten Beiträge geben ausschließlich die Meinung der Verfasser wieder, nicht die des Vereins oder der Redaktion. Jede Art von Nachdruck oder Kopie ohne vorheriger Erlaubnis der Redaktion ist unzulässig.

5-Tagesfahrt ins Sauerland

Erinnerungsservice:

Bitte denken Sie daran, dass die Restzahlung für unsere diesjährige Reise bis spätestens **20.08.2024** bei Familie Glatzel einzubezahlen ist.

Herzlichen Dank

Linda Crummenauer

1. Vorstand

Fußball ist hart

Ein Mann sitzt im eigentlich ausverkauften Stadion des EM-Finales und hat neben sich einen leeren Sitz. Irritiert fragt er den Zuschauer auf der anderen Seite des leeren Platzes, ob der Platz jemanden gehöre. „Nein“, lautet die Antwort, „Der Sitz ist leer“. „Aber das ist unmöglich! Wer in aller Welt hat eine Karte für das EM-Finale, dem größten sportlichen Ereignis überhaupt und lässt dann den Sitz ungenutzt?“ „Nun, der Sitz gehört zu mir. Meine Frau wollte mitkommen, aber Sie ist kürzlich verstorben. Es ist das erste EM-Finale, das wir uns nicht gemeinsam ansehen können, seitdem wir geheiratet haben.“ „Oh, das tut mir leid. Aber wollte niemand Ihrer Verwandten oder Freunde an Ihrer Stelle mitkommen?“ Der Mann schüttelt den Kopf: „Nein. Die sind gerade alle auf der Beerdigung meiner Frau.“

Liebe Mitglieder,

ich bitte um Verständnis, dass bei Anmeldung zu einer Veranstaltung auch deren Bezahlung fällig wird. Bei rechtzeitiger Abmeldung bzw. wenn der Platz neu besetzt werden kann, wird der Betrag selbstverständlich voll zurückerstattet.

Linda Crummenauer

1. Vorstand

Reiseübelkeit, mit Kind auf Reisen: Ursachen, Symptome und Vorbereitung

Was ist Reiseübelkeit?

Die Sinnesorgane und das Gleichgewichtsorgan senden Signale an das Gehirn, die über Bewegung und Lage des Körpers informieren. In bestimmten Situationen passen diese Eindrücke nicht zusammen, beispielsweise wenn man während einer kurvigen Autofahrt ein Buch liest oder wenn man unter Deck eines schwankenden Schiffes sitzt. Das Gleichgewicht registriert, dass der Körper sich bewegt, die Augen nehmen die Bewegung gar nicht wahr. Das Gehirn reagiert auf solche widersprüchlichen Informationen mit einer Ausschüttung verschiedener Stresshormone. Diese können dann zu Reiseübelkeit führen.

Symptome der Reiseübelkeit

Zu den Symptomen zählen Übelkeit, die oft von einem flauen Gefühl im Magen begleitet wird, bis hin zu Erbrechen, wenn die Beschwerden zunehmen. Auch Schwindel, Schweißausbrüche, Kopfschmerzen und beschleunigtes Atmen (Hyperventilation) können auftreten. In diesem Zustand fällt meist der Blutdruck ab, der Herzschlag beschleunigt sich. Bringt das Hirn die verschiedenen Sinneseindrücke wieder in Einklang, geht es den meisten Betroffenen wieder besser.

Wer ist betroffen von Reiseübelkeit?

Selbst wenn ein Mensch noch nie davon betroffen war – Reiseübelkeit kann jederzeit und bei jedem Fortbewegungsmittel auftreten. Bei einigen machen sich die typischen Symptome auch nur phasenweise bemerkbar. Häufiger leiden Kinder über zwei Jahren, Personen mit Migräne und Frauen daran. Mediziner gehen davon aus, dass der Hormonhaushalt bei Frauen eine Rolle spielt, denn während ihrer Regelblutung und in der Schwangerschaft zeigen Frauen oft schneller als sonst Symptome.

Was kann man tun gegen Reiseübelkeit?

Oft senken einfache Verhaltensmaßnahmen das Risiko einer Reiseübelkeit oder lindern Beschwerden. Bei Reisen mit Bus und Bahn nicht gegen die Fahrtrichtung und besser am Fenster sitzen. Während der Fahrt zu lesen oder sich mit dem Handy zu beschäftigen, kann die Symptome der Reisekrankheit verstärken. Auf Schiffen an Deck bleiben. Im Flugzeug besser auf Höhe der Tragfläche sitzen und einen Platz am Gang wählen, um zwischendurch mal aufzustehen und sich zu bewegen. Schon bei ersten Anzeichen wie leichten Kopfschmerzen und verstärktem Speichelfluss gegensteuern: Blick aus dem Fahrzeug in die Ferne richten. Das bietet den Augen eine feste Orientierung. Oder versuchen, zu schlafen.

Wenn alles nichts hilft...

Lassen sich die Symptome der Reiseübelkeit trotz vorbeugender Maßnahmen nicht lindern, sollten Arzt oder Apotheker aufgesucht werden. Damit sich die typischen Symptome gar nicht erst entwickeln, helfen Medikamente, ein spezielles Pflaster oder auch Reisekaugummi.

Text: Debeka Krankenversicherungsverein

Taschendiebe schlagen im Gedränge zu

Taschendiebe kennen viele Tricks. So rempeln sie ihre Opfer zum Beispiel in öffentlichen Verkehrsmitteln an oder nehmen sie mit Komplizen in die Zange. Und während das Opfer auf diese Weise abgelenkt ist, greifen sie oder ihre Mittäter in die Tasche. Die Kamckets" der Bundespolizei klärt auf.



© Bundespolizei

pagne "Stop Pickpo-

Auch der sogenannte Beschmutzer-Trick ist einer von vielen, den Taschendiebe bei Großveranstaltungen im Gedränge gerne anwenden. Dabei bekleckern sie ihre Opfer "versehentlich", zum Beispiel mit Eis, Bier, Kaffee oder Senf. Beim wortreichen Reinigungsversuch verschwindet das Geld des Opfers aus dessen Tasche.

Meist arbeiten die Diebe in Kleingruppen: Während ein Täter oder eine Täterin zum Beispiel eine Person ablenkt, begeht ein anderer den Diebstahl, der dritte verschwindet mit der Beute in der Menge. Die Methoden sind vielfältig, doch wer aufmerksam ist und einige Tipps beachtet, kann verhindern, Opfer eines Taschendiebstahls zu werden.

So schützen Sie sich vor Taschendiebstahl

- Nehmen Sie nur so viel Bargeld und Zahlungskarten mit wie nötig.
- Tragen Sie Bargeld und Zahlungskarten in verschiedenen, verschlossenen Innentaschen.
- Tragen Sie Ihre Tasche immer mit der Verschlussseite zum Körper.
- Achten Sie vor allem im Gedränge besonders auf Ihre Wertsachen und Ihre Tasche.

Mehr Info's finden Sie unter:

<https://www.polizei-beratung.de/themen-und-tipps/diebstahl/taschendiebstahl/>

Quelle:

Polizeiliche Kriminalprävention der Länder und des Bundes, umfangreiches Informationsangebot unter <http://www.polizei-beratung.de/>.

Frankentest

Hier zeigt sich, wer ein waschechter Franke ist!

1. Shower mall hair - doe left a eagel.
2. In day show dammer my face way.
3. Sea, bringer's a mall dry sidely beer.
4. Day wise washed is hide fie diar.
5. Broader, is day blowed washed fed.
God sigh dunk hammer fill sower crowd.
6. Mere hum blows crowd wiggle hide.
7. Dare red can died net.
8. Hide is a hits - doe most fie shower,
dust net I gazed.
9. Gainer hair, no hower deny dusty spiced.
10. In mine show main shines a bore braisle sigh.
11. Low me in row, drumple.
12. Hide Kennedy a mall Ford gay.
13. Adds since queeze nash won, delight?
14. Up'n people reader dry egg wars hide fry.
15. Is shift - shanner hair, doe lefty bray no.
16. Im boat constitution.
17. Show a mole my nice masquerade.

**Deutscher Familienverband
Landesverband Bayern e.V.**
Ortsverband Nürnberg-Süd
Linda Crummenauer, 1. Vorstand
Georg-Strobel-Str. 44
90489 Nürnberg
Telefon: 0911 - 55 04 55
e-Mail: nuernberg-sued@dfv-bayern.de



Mitglieder-Kenn-Nr.:		
LV	KV	OV
11	74	03
KD		
DFV Ortsverband Nürnberg-Süd		
Jahresbeitrag:		42,- €
W.:		

Beitrittserklärung (Bitte in Blockschrift ausfüllen.)

Ich/Wir, der/die Unterzeichner(in), werde(n) die Bestrebungen des Deutschen Familienverbandes für eine familiengerechte Wirtschafts- und Sozialordnung durch meine/unsere Mitgliedschaft unterstützen.

Name: _____ Vorname: _____

Geburtstag: _____ Beruf: _____

Tel.: _____ eMail: _____

Ehe-/Lebenspartner: _____ Vorname: _____

Geburtstag: _____ Beruf: _____

Tel.: _____ eMail: _____

PLZ Wohnort: _____ Straße Hs.Nr.: _____

Kind: _____ geb. am: _____ Kind: _____ geb. am: _____

Kind: _____ geb. am: _____ Kind: _____ geb. am: _____

Die Mitgliedschaft beträgt zwei Kalenderjahre. Sie verlängert sich jeweils um ein weiteres Jahr, wenn nicht bis zum 30.09. eine schriftliche Kündigung und der Mitgliedsausweis vorgelegt werden.

SEPA-Lastschriftmandat

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE49ZZZ00000260308

Ich ermächtige (Wir ermächtigen) den Deutschen Familienverband, Ortsverband Nürnberg-Süd, Zahlungen von meinem (unserem) Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein (weisen wir unser) Kreditinstitut an, die vom Deutschen Familienverband, Ortsverband Nürnberg-Süd auf mein (unser) Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann (Wir können) innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem (unserem) Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Für dadurch entstehende Kosten komme ich (kommen wir) auf.

Einwilligungserklärung nach dem Bundesdatenschutzgesetz:

Mir (Uns) ist bekannt, dass alle obigen Daten elektronisch gespeichert werden (§6 Abs. 1b DS-GVO). Diese Einwilligung kann jederzeit widerrufen werden.

IBAN: _____ BIC: _____

Bank: _____ Kontoinhaber: _____

Ort, Datum _____ Unterschrift(en) _____