

ANZEIGE

## nationale Netto-Spendenaktion: An Kassen und Pfandautomaten für Sportvereine vor Ort spenden

Die nationale Spendenaktion ist für deinen Verein ein Marken-Discount können und Kunden bundesweite Vereine aus der unterstützen. Die Kassenspenden in den 4.260 gehen vom 4. Oktober um 13. November an lokale Sportvereine engagiert sich Netto mit seinen Kundinnen aktiv für Vereine vor

Über 3.800 Pfandautomaten gespendet werden. Ganzjährig unterstützt Netto mit den Kassen- und Pfandspenden je Spendenzeitraum verschiedene nationale Nachhaltigkeitspartner. Mehr Informationen: [netto-online.de/vereinsspende](https://netto-online.de/vereinsspende).



Über 685 teilnehmenden kann mit den Wör- auf runden" der Ein- den Netto-Kassen auf 10-Cent-Betrag auf das Flaschenpfand

ANZEIGE

## Jetzt deutschlandweit bei dm erhältlich: Die neue PAEDIPROTECT Handcreme für Groß & Klein

Die Hände werden aktuell durch die Häufigkeit von Desinfektionsmittel ist anspruchsvolle Haut

Reizungen und schmerzhaften Folgen können Hauterkrankungen verursachen

Die PAEDIPROTECT Handcreme ist für rissige und zu Neurodermitis neigende Haut geeignet. Die PAEDIPROTECT Handcreme versorgt die Haut lang anhaltend mit Feuchtigkeit – ganz ohne Mikroplastik.

Die innovative Rezeptur zieht extra schnell ein und hinterlässt keinen Film. PAEDIPROTECT Handcreme ist der ideale Begleiter für alle, die zuverlässige Pflege suchen und trockenen Hautstellen vorbeugen möchten. Erhältlich bei dm-drogerie markt GmbH & Co. KG sowie online unter [paediprotect.de](https://www.paediprotect.de).



Die parfümfreie, vegane Formulierung mit Bio-Kamillenextrakt ist für rissige und zu Neurodermitis neigende Haut geeignet. Die PAEDIPROTECT Handcreme versorgt die Haut lang anhaltend mit Feuchtigkeit – ganz ohne Mikroplastik.

Die innovative Rezeptur zieht extra schnell ein und hinterlässt keinen Film. PAEDIPROTECT Handcreme ist der ideale Begleiter für alle, die zuverlässige Pflege suchen und trockenen Hautstellen vorbeugen möchten. Erhältlich bei dm-drogerie markt GmbH & Co. KG sowie online unter [paediprotect.de](https://www.paediprotect.de).

ANZEIGE

## EDEKA lädt ein: recreative Resteküche

Essen zu Hause? Dann schenke einen zweiten Blick dem Schrank. Aus Lebensmitteln sich hervorragend vielseitige Gerichte zu-

reduzieren und damit zum Schutz von Ressourcen und Klima beizutragen.

Deshalb gibt es auf [www.edeka.de/restekueche](https://www.edeka.de/restekueche) zahlreiche Tipps und köstliche Rezepte, um Lebensmittelverschwendung zu vermeiden.

Viele Lebensmittel in den Supermärkten werden auch nach Ablauf des Verfallsdatums noch abgerufen, wird der Großteil der Lebensmittel landen im Müll – das entspricht etwa 10 kg pro Person.

Lebensmittel, die nicht mehr verwendet werden können, werden gar nicht mehr, wie viele Lebensmittel in den Supermärkten, Arbeit und Zeit für die Herstellung und Transport beinhalten.

Lebensmittelverschwendung ist vermeidbar. Jeder kann etwas tun: Einkaufsplanung, Resteverwertung, Kompostieren, Schenkung. Schauen Sie vorbei – zum Beispiel auf dem Instagram-Account [edeka\\_recreative](https://www.instagram.com/edeka_recreative)



Übrigens: EDEKA beteiligte sich auch 2021 wieder an der Aktionswoche „Deutschland rettet Lebensmittel“, die jährlich im Herbst auf Initiative des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft stattfindet. Schauen Sie vorbei – zum Beispiel auf dem Instagram-Account [edeka\\_recreative](https://www.instagram.com/edeka_recreative)

# Mit Schwung aus der Corona-Pandemie

### FÜHRUNGSWECHSEL / Neuer Präsident des Kiwanis-Clubs Donauwörth

Donauwörth. Nach einem Jahr regulärer Amtszeit hat Joachim Schoser die Nachfolge von Jörg Stefanik als Präsident des Kiwanis-Clubs angetreten. „Miteinander, füreinander“ ist sein Leitgedanke. Getreu dem Motto „Serving the Children of the World“ stehen besonders Kinder und deren Umfeld im Fokus der Charity-Aktivitäten bei Kiwanis International. Einnahmen werden ohne Abzüge in voller Höhe weitergegeben.

Jörg Stefanik konnte in seinem Jahr der Präsidentschaft trotz der Beschränkungen in der Corona-Pandemie viele Akzente setzen.

### Miteinander – füreinander

Der neue Präsident Joachim Schoser dankte im Namen aller Kiwanisfreunde Jörg Stefanik für sein wertvolles Engagement unter schwierigen Pandemie-Bedingungen. Für „sein“ Amtsjahr, das bei den Kiwanis immer im Oktober beginnt, stellte er ein interessantes und ambitio-



Im Bild (von links): Jörg Stefanik, Hans-Ulrich Treyz, Fred Jansen, Joachim Schoser (neuer Präsident des Kiwanis-Clubs), Isabel Klausner und Marco Kunz. Foto: Kiwanis / Ch. Kickum

niertes Programm vor. Schoser brachte die Hoffnung und Zuversicht zum Ausdruck, dass mit der „Nach-Corona-Ära“ wieder alle Aktivitäten in Präsenz stattfinden, die Mitglieder wieder mehr zusammenwachsen und die Kiwanis weiterhin mit viel Schwung und Motivation ihren Beitrag für die Gemeinschaft leisten können. Unterstützt wird der neue Kiwanis-Präsident vom

Vorstand, dem neben ihm Fred Jansen (Vize-Präsident), Hans-Ulrich Treyz (Sekretär) und Marco Kunz (Schatzmeister) angehören.

### Neue Leiterin: Isabel Klausner

Nach vielen Jahren intensiven Engagements im Arbeitskreis Charity übergab Gertraud Appel-Helmer die Leitung weiter an Isabel Klausner. (staz/red)



## LIEBE GEHT DURCH DEN MAGEN



Foto: Hey Foodsister / Obst & Gemüse – 1000 gute Gründe

### Zubereitung:

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Möhren und Sellerie waschen, ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Das Öl in einem großen Topf erhitzen, das Gemüse darin bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten andünsten. Die Linsen zugeben und eine Minute mitbraten. Tomatenmark, Paprikapulver, Oregano und Rosmarin einrühren. Das Ganze mit dem Rotwein (oder alternativ Gemüsebrühe) ablöschen.

Die passierten Tomaten und Gemüsebrühe zusammen mit dem Lorbeerblatt zufügen. Die Soße einmal aufkochen und anschließend 25 Minuten leise köcheln lassen, bis die Linsen weich sind. In der Zwischenzeit die Spaghetti nach Packungsanweisung kochen. Die Rauchmandeln grob hacken. Die Soße mit Salz, Pfeffer und 1 TL braunem Zucker abschmecken. Mit den Spa-

### Vegane Linsenbolognese

Zutaten für 4 Personen:

- 2 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 kleine od. 1 große Möhre
- 2 St. Staudensellerie
- 150 g rote Linsen
- 2 EL Tomatenmark
- 1 TL Paprikapulver, edelsüß
- je ½ TL getrockneter

- Rosmarin und Oregano
- 100 ml Rotwein (alternativ Gemüsebrühe)
- 1 Dose (400 g) passierte Tomaten
- 400 ml Gemüsebrühe
- 1 Lorbeerblatt
- Salz, Pfeffer, brauner Zucker
- 250-300g Spaghetti
- 1 Handvoll Rauchmandeln

