

SPD Augsburg gratuliert Alt-OB Hans Breuer zum 90. Geburtstag am 16.9.2020

Die Vorsitzende der SPD Augsburg, Ulrike Bahr, gratuliert dem ehemaligen Augsburger Oberbürgermeister Hans Breuer zu dessen 90. Geburtstag. „Wir alle denken gerne an die Zeit zurück, als Du als Oberbürgermeister Augsburg führtest und prägtest“, so die Bundestagsabgeordnete. „Du hast es verstanden, ausgleichend zu wirken und alle mit ihren verschiedenen Meinungen mitzunehmen. Dafür wurdest Du auch von der politischen Konkurrenz geschätzt“.

Hans Breuer war nach Wolfgang Pepper der zweite SPD-Oberbürgermeister der Stadt Augsburg. Er hatte das Amt von 1972 bis 1990 inne.

Als oberschlesischer Heimatvertriebener hatte er wie viele Flüchtlinge und Vertriebene in Schwaben mit Vorurteilen zu kämpfen. Er machte eine Lehre als Elektroinstallateur und wechselte später zur Gewerkschaft Textil-Bekleidung, wo er Sekretär wurde.

Eng verbunden mit seinem Amt in Augsburg ist die prachtvolle 2000-Jahr-Feier im Jahr 1985, das Entstehen des Zentralklinikums und der Universität Augsburg sowie der B 17 als Entlastungs- und Umgehungsstraße für die Innenstadt.

Als Sportreferent war es ihm gelungen, den olympischen Kanuwettbewerb 1972 nach Augsburg zu holen.

**„Wir alle wünschen Dir
Gesundheit und noch viele schöne Jahre“, so Bahr.**



Das Foto zeigt Sieglinde und Hans Breuer sitzend, dahinter stehend von links den ehemaligen Bürgermeister Klaus Kirchner, den ehemaligen Bildungsreferenten Sieghard Schramm und die Vorsitzende der SPD Augsburg Ulrike Bahr. © Angelika Lonnemann

Wir trauern um Werner Schwendner



Der gemeinnützige Verein zur Förderung der Jugendarbeit in Schwaben e.V. hatte im Jahr 1973 begonnen an der Neuburger Straße neben dem Sportplatz des SV Hammerschmiede einen neuen Spielplatz für Kinder und Jugendliche einzurichten.

Der Platz sollte in einer neuen Form hergestellt werden und pädagogisch betreut werden.

Werner Schwendner hatte sich für diese Art des Spielplatzes beworben.

Er kam aus der Jugendarbeit der SJD, die Falken und war vorher bereits in der Jugendbetreuung tätig.

Er und die Stadt Augsburg betraten mit dieser Art von Jugendarbeit absolutes Neuland.

Der Platz wurde mit einem Kinderfest feierlich eröffnet.

Wegen seiner besonderen Ausstattung und der Art der Betreuung wurde der Platz in der Öffentlichkeit liebevoll „Abenteuerspielplatz Hammerschmiede“ genannt.

Augsburg und Schwaben hatten damit den 1. pädagogisch betreuten Spielplatz.

Der damalige Stadtrat Klaus Kirchner konnte erreichen, dass durch Spenden ein ausgedienter Schnellzugwagen der Deutschen Bundesbahn aufgestellt

wurde, der die besondere Attraktion des Platzes wurde und der 1. Spielplatzleiter Werner Schwendner hatte es geschafft, dass der Abenteuerspielplatz in kürzester Zeit bundesweite Anerkennung fand.

In einer Broschüre des Bundesfamilienministeriums wurde er als nachahmenswertes Modell dargestellt.

Nach zwei Jahren brannte das Spielhaus ab, und damit hatten die Kinder während der schlechten Witterung keine Möglichkeit mehr, ihre Spielgeräte aufzubewahren oder selbst in größerem Rahmen zu spielen.

Deshalb wurden zwei größere Spielhäuser gebaut.

Oberbürgermeister Hans Breuer war davon so angetan, dass er spontan die 14.000 DM, die Augsburg beim Spiel „Einer gegen alle“ für sich verbuchen konnte, dem ASP zur Verfügung stellte.

Werner Schwendner verstarb heuer am 23. August 2020 – eine Woche vor seinem 77. Geburtstag.

*Vielen Hammerschmiedler
Bürgerinnen
und Bürger wird
er in liebevoller
Erinnerung bleiben.*

KK



Lachende Kinder, die Spaß haben und Spaß machen – die Bilder überzeugen sicher jeden, der etwa Zweifel an der Notwendigkeit eines Abenteuerspielplatzes gehabt hätte. Hier werkeln, hämmern, töpfeln, malen, bauen und formen Kinder schöne Sachen aus alten Dingen. Sie können alles brauchen, haben ein Baumhaus, sitzen um Kartoffel Feuer, feiern Kinderfeste.



Gratulation zum 95. Geburtstag

Gemeinsam mit dem ehemaligen Bürgermeister Klaus Kirchner hat die Vorsitzende der SPD Augsburg Ulrike Bahr der Genossin Maria Eberle aus der Hammerschmiede zum 95. Geburtstag gratuliert. Maria ist seit über 70 Jahren in der SPD. „Als ich meine Lehre bei Kutscher und Gehr angefangen habe, bin ich am nächsten Tag gleich in die SPD eingetreten – das gehörte bei uns in der Familie einfach dazu“, erzählte die Jubilarin.

Eine ihrer Kindheitserinnerung ist die, wie sie auf dem Fahrrad ihres Vaters vorne am Lenker auf dem Kindersitz sitzt und ihn begleitet, wie er von Parteimitglied zu Parteimitglied fährt, um den Monatsbeitrag abzukassieren. „Wir haben mit Sekt auf ihren Geburtstag angestoßen und wünschen Dir, dass Du noch viele weitere Jahre so fit Dein Leben genießen kannst!“, so MdB Ulrike Bahr.



Altbürgermeister Klaus Kirchner gratuliert Alfred Kuhnlein zum 85. Geburtstag

Namens der SPD Augsburg überbrachte er die Glückwünsche und feierte mit Ihm und seiner Ehefrau den besonderen Ehrentag.




Druckmanufaktur Dewitz GmbH
 Donaustraße 14 | 86165 Augsburg

Tel 0821 - 72 0 61 - 0
 Fax 0821 - 72 0 61 - 60

druckerei@dewitz.de
 www.druckmanufaktur.de



Wir bauen Ihr Zuhause in den Top-Lagen von Augsburg



- Eigentumswohnungen und Penthäuser
- attraktive Gewerbeflächen
- Kapitalanlagen

tfm Wohnbau GmbH & Co. KG
 Kobelweg 85
 86156 Augsburg

☎ 0821 440170-0 · www.tfm-wohnbau.de · info@tfm-wohnbau.de

Erfolgreiche Fachkonferenz „Zukunft der Kinder- und Jugendhilfe“

Noch in dieser Wahlperiode soll das Kinder- und Jugendhilferecht reformiert werden. Besserer Kinderschutz, wirksame und nachhaltige Hilfen für Kinder und Jugendliche in Pflegefamilien und Heimen und Hilfen aus einer Hand für Kinder mit und ohne Behinderung sind zentrale Elemente des Vorhabens. Über die ersten konkreten Entwürfe haben knapp 50 Fachleute aus ganz Bayern gestern im Augustanaaal in Augsburg auf Einladung der Bundestagsabgeordneten Ulrike Bahr hin diskutiert. Für die Pläne von Familienministerin Giffey gab es viel Zustimmung, aber eine inklusive Umgestaltung weckt auch Befürchtungen. „Es wird in jedem Fall eine Herausforderung, Behindertenhilfe und Jugendhilfe vor Ort zusammenzuführen“, so Bahr. Dr. Mike Seckinger vom Deutschen Jugendinstitut in München stellte seine Forschungen zu Care Leavern vor, das sind junge Volljährige aus Pfl-

gefamilien und Heimen, die oft sehr früh und schnell selbstständig werden sollen und dabei mehr Unterstützung und Rücksicht auf das individuelle Entwicklungstempo brauchen. In einem dritten Teil der Konferenz wurde zum Stand des Ombudtschaftswesens für die Jugendhilfe in Bayern diskutiert, über Konzepte, Praxisbeispiele und die Pläne des Freistaats für Modellprojekte. „Es war schön, sich nach einer langen Zeit virtueller Treffen endlich einmal wieder persönlich zu sehen und auszutauschen, auch wenn wir mit Masken, Abstand, viel Desinfektionsmittel und corona-konformer Bewirtung noch keine Tagungsnormalität haben konnten. Mich hat es dennoch sehr gefreut, dass so viele Fachleute meiner Einladung gefolgt sind. Denn das persönliche Gespräch und der direkte Austausch sind kaum zu ersetzen“, resümierte die Bundestagsabgeordnete.



© Angelika Lonnenmann

Der Hammerschlag

Impressum:
 Verantwortlich:
 SPD Ortsverein Hammerschmiede
 Ibrahim Yarasir
 Spicherer Straße 47, 86157 Augsburg
 Redaktion: Klaus Kirchner
 www.spd-hammerschmiede.de

Zukunft
angeschaltet



S * P * D

Ein Schritt voraus



**Das wussten unsere Ahnen schon:
Der Hase steht für
TRADITION!**



Nach guter alter Art gebraut!



Bereits seit 1464 ist die Hasen-Brauerei in Augsburg ansässig. In unserer Braustätte in der historischen Käberhalle wird mit aller handwerklichen Sorgfalt gebraut – und braufrisch ausgeschenkt.

Einfach, ehrlich, echt.

www.hasen-braueri.de

Gemeinnütziger Verein zur Förderung der Jugendarbeit in Schwaben e.V.

Liebe Förderer, Unterstützerinnen und Unterstützer, Freundinnen und Freunde des Abenteuerspielplatzes Hammerschmiede, sicher habt ihr vom Brand auf dem Abenteuerspielplatz Hammerschmiede gehört. Wir möchten euch über den Sachstand zum jetzigen Zeitpunkt informieren. Vorrangig sind wir natürlich außerordentlich froh, dass zu keinem Zeitpunkt Kinder, Personal oder Tiere gefährdet waren.

Die „alte Werkstatt“, mit dem Schafstall, dem Heu- und Strohlager, der Werkzeugausleihe für den Hüttenbau- platz und dem großen Materiallager ist komplett abgebrannt.

Wir danken den Einsatzkräften der Berufsfeuerwehr und der freiwilligen Feuerwehren, dem THW, den Kräften von Rettungsdienst und Polizei, dem Sportverein Hammerschmiede und allen anderen, die am Brandabend vor Ort geholfen haben. Auch erreichen uns von vielen Seiten Nachrichten der Anteilnahme und Angebote zur Unter-

stützung beim Wiederaufbau – darüber freuen wir uns sehr! Der erste Schreck ist nun langsam verdaut und nun sind wir dabei technische Fragen zu klären. Anschließend soll zügig die Räumung erfolgen. Bis zum Winter werden wir zumindest teilweise Ersatz für die Gebäude schaffen müssen, vor allem für den Schafstall, das Strohlager und eine Möglichkeit Materialien unterzubringen. Der Spielplatzbetrieb kann nach Räumung der Brandstelle wieder aufgenommen werden, zum Glück sind unser schönes Kinderhaus und das vordere Spielgelände nicht betroffen.

Vielen Dank für eure Verbundenheit und mit freundlichen Grüßen,

Inge Deutsch und Ruth Knöpfle
Abenteuerspielplatz

Lutz Fischer
Trägerverein

**Abenteuerspielplatz
Hammerschmiede**
Neuburger Straße 299
86169 Augsburg

**Spenden an
ASP Hammerschmiede:**
Stadtparkkasse Augsburg

IBAN:
DE95 7205 0000 0000 1585 27
BIC:
AUGSDE77XXX



Braucht es ein Tierversuchszentrum in Augsburg?

Wir als Tierschutzverein sagen ganz klar nein. Wir unterstützen die Petition der Organisation „Ärzte ohne Tierversuche“ und wollen mit gemeinsamen Aktionen erreichen, dass Augsburg tierversuchsfrei bleibt. Das Thema wird in Augsburg gerade akut: Bis 2028 soll auf dem neuen Medizin Campus ein Tierversuchszentrum für 35 Millionen Euro gebaut werden. Auf der 1.640 qm großen Fläche für die Tierhaltung sollen bis zu 23.400 Mäuse in 7.800 Käfigen untergebracht werden. Es darf aber auch an anderen Tierspezies (außer an Primaten) geforscht werden.

Auf europäischer und auch auf nationaler Ebene ist als Ziel formuliert, weniger Tierversuche durchzuführen. Allerdings sinkt die Zahl nur schleichend. Deutschlandweit wurden allein im letzten Jahr drei Millionen Tiere für Tierversuche „verbraucht“. Oftmals wird angeführt, in der Medizin gehe es

ohne Tierversuche nicht. Studien an Tieren führen aber nicht zwangsläufig zu verlässlichen Ergebnissen, die ohne weiteres auf den Menschen übertragbar sind. Ein sehr prominentes Beispiel hierfür ist das Mittel Contergan, das bei Tieren keine Fehlbildungen ausgelöst hat, beim Menschen jedoch schon. In vielen Bereichen gibt es Alternativen, wie die Arbeit mit Zellkulturen oder computergestützten Modellen. Diese machen Tierversuche auch für die Medikamentenforschung mittelfristig völlig überflüssig. Das gilt auch für die Fachbereiche, die in Augsburg erforscht werden sollen.

Leider wird in die Erforschung derartiger Alternativen noch zu wenig Geld investiert. Das Ziel muss sein, Tierversuche konsequent zu reduzieren und sie langfristig überflüssig zu machen. Das Versuchszentrum soll erst 2028 eröffnet werden. Bis dahin wird die



Welt eine völlig andere sein. Wir setzen uns als Tierschutzverein daher dafür ein, dass die 35 Millionen Euro für alternative Forschungsmethoden eingesetzt werden und Augsburg in diesem Bereich mit seiner neuen Uniklinik Vorreiter wird.

Am 17. Oktober ist eine Großdemonstration von 11 – 16 Uhr in der Augsburger Innenstadt geplant. Den Termin sollten sich alle Tierfreunde*innen schon mal vormerken!

Stephanie Schuhknecht

NEUES AUS DEUTSCHLAND – Panorama

Das Baugewerbe hofft auf Aufträge durch die öffentliche Hand, etwa im Straßenbau – Weniger Aufträge

Das Baugewerbe meldet bei den Auftragsengängen ein Minus von 10,6%.

Bereits seit Mai seien die neuen Aufträge rückläufig.

Dieses werde die Bautätigkeit in den kommenden Monaten bremsen.

„Derzeit arbeiten die Unternehmen immer noch die hohen Auftragsbestände vom Jahresbeginn ab“, erklärt Felix Pakleppa, Hauptgeschäftsführer des Zentralverbands Deutsches Baugewerbe.

Insbesondere der Rückgang der Order im Wirtschaftshochbau im Mai um 35% im Vergleich zum Vorjahresmonat zeigt die Investitionszurückhaltung der Unternehmen aus der Industrie und dem Dienstleistungsbereich infolge der Corona-Pandemie sehr deutlich.

Auch im Wohnungsbau verzeichnen wir im Mai mit minus 4,6%, nach fast minus 13% im April, deutlich weniger Auftragsengänge als im Vorjahr.“

Aufträge der öffentlichen Hand könnten den Einbruch nicht kompensieren, sie erreichten selbst gerade das Vorjahresniveau.

Paleppka hofft dennoch gerade auf diese Aufträge.

Die Unternehmen hätten im Vertrauen auf den vom Bund initiierten Investitionsschub ihre Kapazitäten aufgebaut.

Nun müssten die entsprechenden Aufträge auf den Markt kommen.

Zum Beispiel bräuchte der kommunale Straßenbau dringend Impulse.

11,8 Milliarden – Pauschaler Ausgleich

Der Bund gewährt den Gemeinden



Das Baugewerbe hofft auf Aufträge durch die öffentliche Hand, etwa im Straßenbau

über die Länder einen Betrag in Höhe von 50% der auf der Grundlage der Mai-Steuerschätzung zu erwartenden Gewerbesteuermindereinnahmen.

Die Länder zahlen den Betrag für die insgesamt zu erwartenden Gewerbesteuermindereinnahmen an die Gemeinden aus.

Die Verteilung orientiert sich an den zu erwartenden Mindereinnahmen und obliegt im Einzelnen den Ländern.

Die Gemeinden erhalten im Jahr 2020 einen pauschalen Ausgleich in Höhe von ca. 11,8 Milliarden Euro als Kompensation für die Gewerbesteuermindereinnahmen.

Feiern Sie Ihren Geburtstag bei uns!

Mieten Sie die schönen neuen barrierefreien Räume der AWO-Begegnungsstätte, Marienbader Straße 27, in der Hammerschmiede für Ihre Feier. Kostengünstig. Bis zu 100 Personen. Parkplätze ausreichend vorhanden.



Informationen: Telefon (0821) 70 24 90



Schwaben Apotheke

Der kompetente Partner rund um Ihre Gesundheit!

Mitglied der Gemeinschaft
meine apotheke
Gesundheit maßgeschneidert

Schwaben-Apotheke
M. Pfeifer · Neuburger Straße 254
86169 Augsburg-Hammerschmiede
Tel. 70 73 22 · Fax 70 73 73
Öffnungszeiten:
Mo-Fr. 8-13 Uhr & 14.30-18.30 Uhr
Sa. 8-12 Uhr



AWO AUGSBURG

Sozialzentrum Hammerschmiede/ Firnhaberau

Marienbader Straße 29a
86169 Augsburg
Telefon 08 21 / 700 21-0
Telefax 08 21 / 700 21-40

eMail: awo.sz.hammerschmiede@awo-augsburg.de
Internet: www.awo-augsburg.de

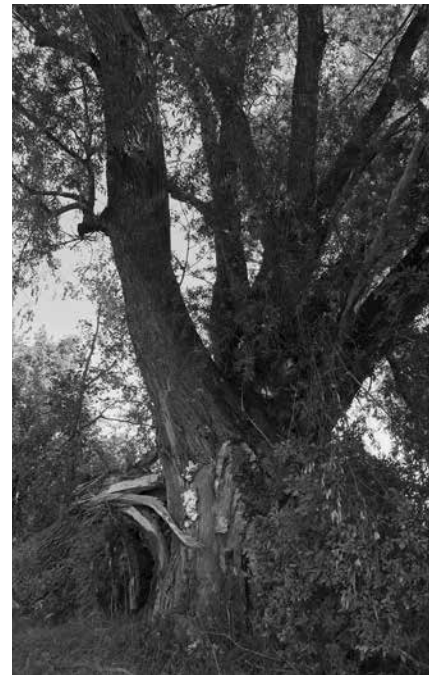
Sehenswertes in der Hammerschmiede – unsere Landwirte am Hammerschmiedweg



Ein Sonnenblumenfeld mit Hiazinthen sorgt für ein gesundes Kleinklima und als Rückzugsgebiet für Kleintiere wie Hasen oder andere Wildtiere.



Kartoffelernte in der Flur zwischen Hammerschmiede und Firnhaberau.



Ein uralter Weidenbaum nördlich der Autobahn mit einem Stammdurchmesser von mind. 4,50 Meter an der Uferböschung des vertrockneten Brandweibach wartet auf eine Sanierung durch die Stadt.



Großvögel wie Milanpärchen überwachen das Treiben.



Obst- und Gemüseverkauf

Montag bis Freitag von 15.00 – 18.00 Uhr

Gärtnerei **UHL**

86169 Augsburg - Hammerschmiedweg 15 - Telefon 0821/703130 - Telefax 0821/497632



Augsburgs größte Auswahl an Bodenbelägen!

Wir verlegen, renovieren, reinigen und pflegen verbrauchte Beläge, sanieren Unterböden fachmännisch, günstig und pünktlich!



**Parkett • Laminat • Lino • Kork • Teppichboden
CV-Designbeläge • Teppiche**

Augsburg-Hammerschmiede
Neuburger Str. 217 · Tel. 0821-7471955



BALTEx
Bodenbeläge

www.baltex.net

Mit freundlicher Genehmigung des Augsburgers Tierschutzvereins

Unerwünschtes Angel-Glück – Schwan verschluckt Angelhaken, Altbürgermeister organisiert Hilfe



Klaus Kirchner ist ein erfahrener Angler ...

Einen ebenso ungewöhnlichen wie unbeabsichtigten Fang machte vor einigen Tagen Altbürgermeister Klaus Kirchner.

Der passionierte Angler und Fischer hatte seine Angel am Augsburgers Autobahnsee ausgeworfen – und staunte nicht schlecht, als er plötzlich statt eines Hechts einen Schwan am Haken hatte.

Einfach die Schnur durchzuschneiden, kam nicht infrage. Kirchner war sofort klar, dass dem Tier geholfen werden musste. Der „war aber ganz und gar nicht leicht heranzudrillen“, so Kirchner.

Das eigentliche Einfangen des aufgeregt fauchenden Schwans übernahmen dann in Ufernähe die zwischenzeitlich herbeigerufenen Feuerwehrleute. Die kennen sich auch mit solch ungewöhnlichen Fällen aus und brachten ihren „Fang“ auf direktem Wege ins Tierheim.

Glücklicherweise steckte der Angelhaken an einer günstigen Stelle im Hals des Tieres. Das machte es möglich, den Fremdkörper in einer eiligen, aber unkomplizierten Operation problemlos zu entfernen.

Schon nach einem Tag Beobachtung konnte der Schwan wieder in sein eigentliches Element entlassen werden.

Er kam also mit dem Schrecken davon, worüber sich niemand mehr freut als Klaus Kirchner.

S



... hatte aber noch nie einen Schwan gefangen.

© Sue Wall - stock.adobe.com

AUSBILDUNG
2013

DIE WICHTIGSTE ROLLE
SPIELT MAN IM LEBEN
ANDERER

SPIEL DIE HAUPTROLLE IM
LEBEN ÄLTERER MENSCHEN
BEWIRB DICH JETZT



Aylin Wagner ist
AUSZUBILDENDE zur
**ALTENPFLEGE
FACHKRAFT**
JETZT NUR IM ECHTEN LEBEN!



Zukunft pflegen
www.awo-ausbildung.de

AWO Augsburg
Fachstelle für Qualitätsmanagement
und Ausbildung · Lisa Monzingo
Kirchbergstraße 15 · 86157 Augsburg
Tel.: 0821 227 92 7000
L.Monzingo@awo-augsburg.de
www.awo-augsburg.de
Weitere Infos: www.awo-ausbildung.de

Augsburgs größte Lampenschau im Riegel-Center

bietet Ihnen auf über 1000 m² bis zu 10000 ausgestellte Lampen

Neuburger Straße 217
Telefon 0821/705761

Reis und Erbsen für eine gesteigerte Fettverbrennung mit freundlicher Genehmigung von **BODYFOKUS – EINFACH GESÜNDER LEBEN**

Reis und Erbsen für eine gesteigerte Fettverbrennung

Hätten Sie gedacht, dass Sie mit Reis und Erbsen nicht nur effektiv Fett verbrennen, sondern gleichzeitig auch schlanke und attraktive Muskeln aufbauen können? Gerade bei Reis denken die meisten Menschen wohl eher an Kohlenhydrate und nicht ans Abnehmen. Und tatsächlich: Reis besteht zu etwa 80 % aus Kohlenhydraten.

Wie also funktioniert damit ein Gewichtsverlust? Das Geheimnis ist folgendes: In dem asiatischen Getreide steckt besonders hochwertiges Protein.

Zwar macht sein Anteil im Reiskorn für gewöhnlich nur knapp 7 % aus, doch es ist möglich, durch natürliche Keim- und Fermentationsprozesse Reis mit einem erstaunlich hohen Proteinanteil herzustellen. Dieses Reisprotein ist für uns äußerst wertvoll, da es essentielle Aminosäuren enthält, die unser Körper nicht selbst herstellen kann.

Insbesondere die drei verzweigtkettigen Aminosäuren (BCAA), die für den Muskelaufbau überaus wichtig sind, sind in Reisprotein in hoher Konzentration vorhanden.

Zahlreiche wissenschaftliche Studien bestätigen, dass Reisprotein vergleich-

bar mit Molkenprotein die Trainingsleistung und die Körperzusammensetzung verbessert. So lässt sich durch die Integration von Reisprotein in den Ernährungsplan Fettmasse reduzieren, und die fettfreie Körpermasse, das Wachstum der Muskulatur sowie Kraft und Stärke lassen sich erhöhen.

Zudem wurden durch den Verzehr von Reisprotein bei gleichzeitig fettreicher Ernährung eine geringere Gewichtszunahme sowie niedrigere Leberfettwerte festgestellt. Darüber hinaus liefert Reis auch noch wertvolle Ballaststoffe und Mineralstoffe wie Eisen, Magnesium, Zink und Kalium, wobei Letzteres den Körner entwässert und entschlackt, wodurch zusätzlich der Stoffwechsel gefördert wird.

Erbsen wiederum gehören zu den proteinreichsten Gemüsesorten überhaupt und verfügen ebenfalls über die für den Muskelaufbau so wichtigen BCAA. Ein weiterer Vorteil von Erbsen ist, dass sie zahlreiche Vitamine und eine nennenswerte Menge an Eisen enthalten.

Damit eignet sich der Verzehr nicht nur für Sportler, Veganer und Vegetarier, sondern auch für ältere Menschen, die einen Muskelabbau verhindern möchten. Studien haben gezeigt, dass das in Erbsen enthaltene Protein ergänzend zu einem entsprechenden Trai-

ning eine Zunahme an Muskelmasse fördert, insbesondere bei Menschen, die mit einer Muskelkräftigung beginnen oder zu einer solchen zurückkehren. Gleichzeitig haben Erbsen einen größeren Sättigungseffekt als tierische Mahlzeiten, die zwar einen mit Erbsen vergleichbaren Energie- und Proteingehalt, aber einen geringeren Ballaststoffgehalt aufweisen.

Des Weiteren ist bei Erbsen der Anteil der Aminosäure L-Carnitin sehr hoch – und diese ist maßgeblich für den Fetttransport und damit für die Fettverbrennung mitverantwortlich.

Erbsen bestehen im Vergleich zu vielen anderen Proteinquellen aus einer sehr hochwertigen Kombination von essentiellen und nicht essentiellen Aminosäuren. Deshalb ist Erbsenprotein in Kombination mit anderen pflanzlichen Proteinquellen besonders effektiv, da man so ein vollständiges Aminosäurenprofil erhält.

Nun ist es sicherlich wenig abwechslungsreich, jeden Tag Unmengen an Erbsen und Reis zu verzehren, um den Proteinbedarf auf pflanzlicher Basis zu decken und gleichzeitig die Fettverbrennung anzukurbeln.

Zudem besteht gewöhnlicher Reis aus dem Supermarkt fast nur aus Kohlenhydraten und enthält eben nicht das

Begegnungsstätte Hammerschmiede



Wir sind für Sie da !

Wir vermitteln:

- Mittagstisch/Essen auf Rädern (täglich)
- Mobiler sozialer Hilfsdienst

Wir bieten an:

- Freizeitangebote für Senioren
- Räumlichkeiten für private Festlichkeiten
- gemütlichen, überdachten Biergarten

Begegnungsstätte Hammerschmiede

Marienbader Straße 27

86169 Augsburg

Tel.: 70 24 90

Auskunft:

Mo – Fr 10:00 – 18:00 Uhr

hochkonzentrierte Protein, da es zu dessen Gewinnung spezieller Herstellungsverfahren bedarf.

Es gibt jedoch eine Möglichkeit, wie Sie hochwertiges Erbsen- und Reisprotein sowie viele weitere pflanzliche

Proteinquellen in isolierter und konzentrierter Form zu sich nehmen können, sodass Sie ein perfektes Aminosäureprofil für einen schnellen Gewichtsverlust und effektiven Muskelaufbau erhalten, ohne dabei Ihren Speiseplan auf den Kopf zu stellen: „Jetzt Fett-

verbrennung auf Hochtouren laufen lassen mit einer einzigartigen Kombination der besten Pflanzenproteine“

*Auf Ihre Gesundheit!
Ihr BodyFokus-Team*



© Smileus

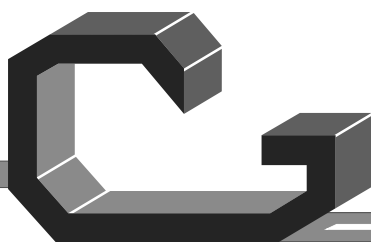
**Als Eigentümer vermieten
wir provisionsfrei:**

- **Wohnungen**
- **Appartements**
- **Büros**
- **Gewerbe- und Lagerflächen**



Grundstücks GmbH

Untere Jakobermauer 11
86152 Augsburg
Telefon (0821) 5025 70
Telefax (0821) 5 02 57 30



GRUBER BAU

GRUBER BAU GMBH

**Am Grünland 4
86169 Augsburg**

Tel.: 0821/703031

Fax: 0821/703311

Straßen- Tief- Pflasterbau

Reststoffe verwerten – Bakterien im Einsatz

ANZEIGE

Wohin mit dem Klärschlamm? Ein neues Modell soll Entsorgungskosten senken und die Umwelt schonen.

Mit einem gemeinsamen, nachhaltigen Verfahren wollen die Unternehmen Entrenco und Mutec die Entsorgungs- und Energiekosten von Klärwerken um bis zu 50 Prozent senken.

Entrenco entwickelt mit Blockheizkraftwerken (BHKW) Lösungen für nachhaltige Energieversorgung aus biogenen Reststoffen. BHKW erzeugen Strom und Wärme. Eine patentierte Technologie erreicht durch gleichmäßige, feingesteuerte Gasifizierung eine hohe Effizienz. Die 24/7-Fernüberwachung bietet ein hohes Maß an Selbstregulierung.

So können bei Schwankungen der Brennstoffqualität schnelle Anpassungen der Betriebsparameter vorgenommen werden. Der Aerobe Thermo-Tockner (ATT) von Mutec reichert den



Immer im Blick, immer gut gewartet: Die Anlagen regulieren sich weitgehend selbst.

Klärschlamm mit Nährstoffen an, so dass den Mikroorganismen ein optimaler Lebensraum ermöglicht wird. Diese Mikroorganismen erzeugen Wärme und sorgen dafür, dass Substrate ab- und umgebaut werden. Die Wärme trocknet den Schlamm; die Or-

ganismen lassen keine Fäulungsprozesse oder -gerüche entstehen.

Der Schlamm – geruchsneutral, trocken, gut stapelbar – wird einer stofflichen oder thermischen Verwertung zugeführt.



© Alexander Rath - stock.adobe.com

HOTEL ADLER

Neuburger Straße 238f
 Zufahrt über Feuertornweg
86169 Augsburg
Telefon 0821/7405-0
www.hotel-adler-augsburg.de

- reichhaltiges Frühstücksbuffet für Genießer ab 6.00 Uhr bis in die Mittagsstunden
- das Restaurant im Hause bietet Spezialitäten und gutbürgerliche Küche
- mit Sonnenterrasse
- Konferenz- bzw. Veranstaltungsräume für Seminare, Hochzeit, Geburtstag etc.

**Veranstaltungen und Angebote der
ARBEITERWOHLFAHRT
Ortsverein Hammerschmiede e.V.**

Telefon 702490
Telefax 74 79614
E-Mail: AWO-Hammerschmiede@t-online.de



**BEGEGNUNGSSTÄTTE
Marienbader Straße 27**

Neue Öffnungszeiten:
täglich 10.00 Uhr – 14.00 Uhr
Sonderveranstaltungen
ausgenommen!

Oktober 2020

**Wir machen Musik
ab Freitag, 19. Juni 2020
Beginn ab 18.00 Uhr!!
auf der großen Terrasse!**

November 2020

**Vorerst keine Veranstaltungen
aus Gesundheitsgründen!**

**Bitte beachten Sie die aktuellen
Aushänge zur Veranstaltungen**

Regelmäßige Angebote

**Täglich: Vermittlung
Mobiler Sozialer Hilfsdienst**

**Täglich: Vermittlung
Mittagstisch und
Essen auf Rädern mit DPWV**

**Beratung: jeden Montag
von 10.00 bis 12.00 Uhr**

Heilpraktiker: nach Vereinbarung

Feiern: www.feiern-in-augsburg.de

Info: www.awo-hammerschmiede.de

Elektroschrottannahme

Abgabe beim AWO-Heim nicht mehr möglich!

Annahmestelle:
Stadt Augsburg – Elektroschrott,
in der Johannes-Haag-Straße 26!!

Freizeit-Aktionen monatlich

**jeden Sonntag
geschlossener
Seniorentanz** mit Live-Musik von Harry
ab 14.00 Uhr
in den AWO-Stuben

**jeden Freitag
geschlossener
Musik-Treff** – Wir machen Musik –
ab 18.00 Uhr
in den AWO-Stuben

**jeden Mittwoch
Gymnastik für jedes Alter**
ab 8.45 Uhr
in der Waldorfschule

**jeden 2. Mittwoch
gemütlicher Kaffeeratsch**
mit Bruni Zimmermann
ab 15.00 Uhr
in den AWO-Stuben

**jeden 3. Donnerstag
Seniorenachmittag** aktuelle Themen
ab 15.00 Uhr
in den AWO-Stuben

**tfm
WOHNBAU**

**Wir bauen Ihr Zuhause
in den Top-Lagen
Neusäß und Göggingen**

- Eigentumswohnungen und Penthäuser
- Kapitalanlagen

tfm Wohnbau GmbH & Co. KG
Kobelweg 85 · 86156 Augsburg
☎ 0821 440170-0 · www.tfm-wohnbau.de