



AKTUELLES AUS DEM PEZ-HOHENSTADT

PEZ Journal

Nr. 84 · Januar II 2012 · www.pez.de



SPARTIPP

Wegen Räumungsverkauf (Umbau) gewährt Der SchuhProfi bis zu 70% Rabatt.

TOP-ANGEBOTE

Im Innenteil finden Sie tolle Angebote von REWE Hohenstadt, OBI, Metzgerei Hartmann etc.

RÜCKBLICK

Am 8. Januar fand ein Tag der offenen Tür zur Eröffnung der Raiffeisenbank Filiale statt.

GESUNDHEIT

Einen Überblick über das Angebot des PEZ Gesundheitszentrums erhalten Sie auf der Rückseite.

Alles auf einmal erledigen bei **JABLONSKI** Tel: 09154/2108 Mo.-Fr. 9-19 Uhr Sa. 9-14 Uhr

SCHLÜSSELDIENST **SCHUHMACHEREI** **REINIGUNG** **SCHÄRFDIENST**
GRAVUREN **STEMPEL** **SCHILDER** **BESCHRIFTUNGEN**
Sicherheitsfachgeschäft **Bau- u. Möbelbeschläge** **Schließzylinder** **Schlösser**
Schließanlagen **Briefkastenanlagen** **Türöffner und Türschließer** **Tresore**
Kassetten **Edelstahlbriefkästen** **Montagen und Türöffnungen vom Meister**



Neues aus dem Pegnitztal-Einkaufszentrum

Neueröffnung Raiffeisenbank Geschäftsstelle – Umbau Der SchuhProfi

Das Pegnitztal-Einkaufszentrum ist um eine Attraktion reicher. Die „Raiffeisenbank Hersbruck eG“ hat am 8. Januar im Rahmen eines Tages der offenen Tür ihre neue Geschäftsstelle den Bürgern vorgestellt. Zur Freude des anwesenden Vorstandes und der Mitarbeiter war das Feedback überaus positiv. Gleich am darauf folgenden Montag startete die Filiale dann in den „normalen“ Geschäftsbetrieb. Weitere Infos zur Neueröffnung finden Sie auf der gegenüberliegenden Seite ihres PEZ Journals.

Den Umbau noch vor sich hat unser Fachgeschäft „Der SchuhProfi“. Bis dahin dürfen sich aber alle Schnäppchenjäger freuen. Eingebunden in einen Räumungsverkauf erhalten alle Kunden auf das gesamte Schuhsortiment bis zu 70% Rabatt. Da heißt es nichts wie hin zu Milica Storath und ihrem freundlichen Team.



Einen weiteren Tipp haben wir für Sie: Planen Sie die Modernisierung ihrer Außenanlagen, die Anbringung von Wärmedämmung für ihr Haus oder möchten Sie Zufahrt oder Gehweg neu pflastern? Die Maisel Bauservice GmbH kümmert sich um individuelle, kleinere und größere

bis 70 % Rabatt

auf unser gesamtes Schuhsortiment

Wir werden noch besser – schöner
... und bauen für Sie um.

Ein Einkaufsvergnügen erster Güte!



FÜR SIE DA: 9-19 UHR | SAMSTAGS BIS 16 UHR | TEL. 09154/916980

Aufgaben rund um Haus, Büro, Balkon oder Außenanlage. Schnell, professionell und zuverlässig – sowohl für Privathaushalte als auch für gewerbliche Nutzer. Einfach anrufen und einen Termin für eine Vor-Ort-Besichtigung vereinbaren.

Viel Vergnügen beim Studieren der Anzeigen und Freude beim Einkufen in unseren zahlreichen Geschäften und Märkten wünscht Ihnen

Ihr PEZ Hohenstadt

04. Woche 2011. Gültig vom 23.01. bis 28.01.2012.

REWE

Jeden Tag ein bisschen besser.

Wir helfen Ihnen beim Sparen.

Happurgerstr. 14
91224 Hohenstadt



Deutschland/
Niederlande:
Champignons
Kl. I, weiss,
(1 kg = 2.42)
550-g-Schale

1.33
AKTIONSPREIS



Schweinenacken
ohne Knochen
100 g

4.99
AKTIONSPREIS



hohes C
reich an natürlichem Vitamin C

Ohne Pfand!

1Le

Ihr Preisvorteil: 37%! 0.99
AKTIONSPREIS



Nürnberger Stadt wurst
rot
100 g

0.59
AKTIONSPREIS



Ehrmann Almighurt
versch. Sorten,
(100 g = 0.19)
150-g-Becher

Ihr Preisvorteil: 40%! 0.29
AKTIONSPREIS

Druckfehler vorbehalten. Abgabe nur in haushaltstüblichen Mengen. Aktionspreise sind zeitlich begrenzt. Verkauf nur solange der Vorrat reicht.

Jahresstart-Knaller einfach günstig

Li-Ionen-Akku, 7,2 Volt/1,1 Ah



Knaller-Preis

~~59,99~~
Sie sparen **66%**
19,99

Akku-Automatik-Hammer

Max. 2.800 Schläge/Min., magnetische Nagelaufnahme, Nagellänge max. 70 mm, integrierte Arbeitsleuchte. Art.-Nr. 413184 3

750 Watt



~~17,99~~

Einhand-Winkelschleifer

Schleifscheiben 125 mm, Leerlaufdrehzahl 11.000 U/Min., Spindelarretierung. (ohne Trennscheibe) Art.-Nr. 967062 1

~~23,99~~

14,99 /m²

Feinsteinzeug

Weiß marmoriert, frostsicher. 30 x 60 cm. Poliert Art.-Nr. 917521 7

Komplett-Set

54-l-Becken



~~52,99~~

39,99 Set

Aquarien-Set

Ideal für Einsteiger: Hochwertiges Glasbecken mit sicheren Silikonnähten, Abdeckung, 15-W-Leuchtstoffröhre, leistungsstarkem Innenfilter, regelbarem Heizer. Inkl. Thermometer und Aquarienfel. B 60 x H 30 x T 30 cm. Art.-Nr. 493411 3

inkl. Handlauf

~~59,99~~

Bodentreppe

11 Stufen, Rahmen und Treppe aus massivem, unbehandeltem Fichtenholz. Weißer, wärmedämmter Lukendeckel. Für verschiedene Deckenöffnungen, z.B. 120 x 70 oder 130 x 70 cm, und Geschosshöhen bis 285 cm. Komplett mit Kunststoffschnäpper und Öffnungsstange. Art.-Nr. 909701 5 u.a.



~~19,99~~

12,99 Set

Kaminofen-Starter-Set

5-teilig: 500 ml Spezialreiniger in Sprühflasche, 50 Zündhölzer, extralang: 28 cm, 24 Anzündriegel „n-parafin“, Thermohandschuh, Brikettzange. Art.-Nr. 913327 3



~~59,99~~

39,99 Stück

Ginseng-Ficus

(Ficus microcarpa) In Bonsai-Optik. Standort sonnig - halbschattig. Höhe ca. 80 - 90 cm. Topf-Ø ca. 28 cm. Art.-Nr. 570385 5

hansgrohe



~~59,99~~

29,99 Set

Brausestangen-Set „Crometta“

Handbrause mit 2 Strahlarten und Antikalk-Funktion, Metall-Brauseschlauch 160 cm, Brausestange 65 cm, Seifenschale. Art.-Nr. 864043 5



~~49,99~~

29,99

Badewannen-Aufsatz

4-mm-Einscheiben-Sicherheitsglas, klar, mit Dekor. Profile weiß. Beidseitig schwenkbar, für Rechts- oder Links-Anschlag. B 75 x H 140 cm. (o. Brausestangengarnitur und Armatur) Art.-Nr. 295489 9

OBI Baumarkt Hohenstadt GmbH & Co. KG

Happurger Str. 17,
91224 Hohenstadt,
Tel.: 09154 / 91194-0,
Fax: 09154/10-55

Angebot gültig bis zum 28.1.12. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen und solange der Vorrat reicht. Alle Artikel ohne Dekoration. Preisempfehlungen unverbindlich. Irrtümer und Preisänderungen vorbehalten. Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung.

Schon ab € 199,- Gesamt-Einkaufswert zinsfrei Projekte mit **6 oder 12 Monatsraten realisieren!**

*Beispiel: Barzahlungspreis von z.B. € 240,- entspricht dem Nettodarlehensbetrag; Gesamtbetrag von € 240,-; Effektiver Jahreszins von 0,00% bei einer Laufzeit von z.B. 12 Monaten = 12 x € 20,-; entspricht einem gebundenen Sollzins von 0,00% p.a., Bonität vorausgesetzt. Partner ist die Santander Consumer Bank AG. Die Angaben stellen zugleich das 2/3-Beispiel gemäß § 6a Abs. 3 PAngV dar.

0%
Finanzierung



Raiffeisenbank Hersbruck eröffnet neue Geschäftsstelle im PEZ

Am 8. Januar war einiges geboten. Die Raiffeisenbank Hersbruck eG eröffnete ihre neue Geschäftsstelle im PEZ Hohenstadt. Im Rahmen eines Tages der offenen Türe konnten Kunden und alle interessierten Bürger die neue Filiale besichtigen. Diese überzeugt mit modernen, hellen Räumlichkeiten, viel Übersicht, SB-Automaten und kompetenter Beratung durch das freundliche Team vor Ort. Im extra aufgebauten Zelt, das zeitweise überfüllt war, gab es neben kulinarischen Genüssen in Form von Kassler, Bratwürsten und Popcorn auch musikalische Leckerbissen zu bestaunen, denn nicht weniger als fünf Chöre und Kapellen aus Eschenbach und Hohenstadt traten auf.

Weiterhin war ein Schnellzeichner und ein tolles Gewinnspiel geboten, für die Kids stand eine Eisenbahn zur Mitfahrt bereit. Im Vorfeld hielten im offiziellen Teil der Veranstaltung mit den geladenen Gästen Vorstandsvorsitzender Georg Mertel, Bürgermeister Jörg Fritsch sowie PEZ Vorstand Walter Maisel kurze Ansprachen, die Pfarrer Roland Klein und Georg Pilhofer segneten die neuen Räumlichkeiten. Marketingleiter Klaus Rostek führte souverän und kurzweilig durch den Nachmittag.

Weitere Bilder finden Sie auf pez.de



Angebote 23. bis 28. Januar

- RENNER**
- **Bauernstadtwurst** 1 Ring **3,00 €**
- FLEISCH AUS UNSERER HEIMAT**
- **Schweinerollbraten** v. Schweinebauch. 100 g **0,49 €**
 - **Fränkische Bratwürste** 5 Stück **3,00 €**
- WURSTGENUSS PUR**
- **So-Fit-Aufschnitt** „fettreduziert“ 100 g **0,99 €**
 - **Landleberwurst** 100 g **0,79 €**
- HSM. SALAT DER WOCHE**
- **Nudelsalat** 100 g **0,89 €**
- AUS UNSERER VESPERTHEKE**
- **Schweinebauchrolle** im Brötchen Stück **1,90 €**
- VON UNSEREM KÜCHENCHEF FÜR SIE GEKOCHT**
- **Wiener Saftgulasch** Portion **5,50 €**
-
- MITTWOCHS-TÜTE**
- **Schaschlikpfanne** 600 g **3,50 €**
entspricht 5,83 €/kg

Angebote 30. Januar bis 4. Februar

- RENNER**
- **Currywürste** 3 Stück **3,00 €**
- FLEISCH AUS UNSERER HEIMAT**
- **Suppenfleisch** (Mäusle, Beinscheibe, Brust) ... 100 g **0,99 €**
 - **Salzknöchle** 100 g **0,39 €**
- WURSTGENUSS PUR**
- **Schinkenwurst** 100 g **0,69 €**
 - **Leberkäse-Aufschnitt** 100 g **0,79 €**
- SALAT DER WOCHE**
- **Stadtwurst** mit Musik 100 g **0,89 €**
- AUS UNSERER VESPERTHEKE**
- **Pizzabrötchen** Stück **1,00 €**
- VON UNSEREM KÜCHENCHEF FÜR SIE GEKOCHT**
- **Krenfleisch** in Meerrettichsauce Portion **5,50 €**
-
- MITTWOCHS-TÜTE**
- **Schnitzel** a. d. Oberschale (roh, paniert). 3 Stk **3,50 €**

Hohenstadt (PEZ)

Happurger Str. 15
91224 Hohenstadt
Tel: 09154 - 916323

Hersbruck (Altstadt)

Eisenhüttlein 9
91217 Hersbruck
Tel: 09151 - 2109

Hersbruck (Citypark/Rewe)

Steingasse 5
91217 Hersbruck
Tel: 09151 - 907170

Hersbruck (Norma)

Nürnberger Str. 143
91217 Hersbruck
Tel.: 09151 - 9085120

Neunkirchen (Bräunleinsberg)

Seeäckerstr. 6 a
91233 Neunkirchen a. S.
Tel: 09123 - 9995190



Seit etwa 40.000 Jahren tragen Menschen Schuhe

Seit etwa 40.000 Jahren tragen Menschen Schuhe, um ihre Füße vor Kälte und Verletzungen zu schützen. Je nach Klima haben sich in den verschiedenen Kulturen die unterschiedlichsten Schuhtypen entwickelt, von der Sandale bis zum Stiefel.

Haben kleine Menschen kleine Füße und große Menschen große?

> Nein, so eindeutig kann man das nicht sagen.

Schon die Urmenschen trugen Schuhe. Das hat man festgestellt anhand von Skeletten, die nahe dem heutigen Peking gefunden wurden. In kälteren Gegenden wickelte man sich Felle oder Lederlappen um Füße und Waden. In wärmeren Regionen befestigte man beispielsweise aus Palmblättern gefertigte Sohlen mit Schnüren am Fuß.

Doch bald wurden Schuhe aufwändiger. Schon Ötzi, der gut 5000 Jahre alte Mann aus dem Eis, trug Schuhe, die aus mehreren Einzelteilen und verschiedenen Materialien zusammengenäht waren: Bärenfell, Hirschfell, Lindenbastgeflecht, Grasfasern.

Warum tragen Frauen hohe Absätze?

> Weil es die vorherrschende gesellschaftliche Mode ist. Noch im 17. Jahrhundert war es umgekehrt: Damals trugen Männer höhere Absätze als Frauen, um eindrucksvoller und mächtiger zu wirken.

Heute werden Schuhe aus westlicher Machart, also mit fester Sohle und geschlossenem Schaft, fast überall auf der Welt getragen. Schuhe, die den Füßen gut tun, sind aufwändig in der Konstruktion. Ein Schuh darf kein unflexibler

Gegenstand sein, sondern muss sich dem Fuß beim Gehen flexibel anpassen können und jede Bewegung mitmachen. Er darf den Fuß nicht einengen oder ihn beim Abrollen behindern. Gleichzeitig muss er genug Halt geben, damit man sicher laufen kann.

Stimmt es, dass Norddeutsche lange, schmale Füße haben und Süddeutsche eher kurze, breite?

> Nein.

Das ist nicht ganz einfach – und nicht jeder Schuh erfüllt diese Anforderungen. Bis zu 150 verschiedene Arbeitsschritte sind für die Herstellung eines guten Schuhs nötig.

Immer mehr Menschen wollen in Schuhen nicht nur gut aussehen, sie wollen auch gut darin gehen. Daher haben viele Schuhhersteller Sohlen mit dämpfenden

Eigenschaften oder Absätze mit Schock-Absorbieren entwickelt. Noch vor Jahren als „Omaschuhe“ belächelt, sind „Bequem-Schuhe“ inzwischen echte „Funktionschuhe“.

Sind hohe Absätze ungesund?

> Ganz klar: Ja. Wenn die Schuhe nicht dauerhaft getragen werden und der Fuß Zeit zum Regenerieren hat, kommt er damit zurecht.

Nicht alle Stoffe gehören in einen Schuh. Immer wieder machen Schadstoffe in (meist Billig-)Schuhen Schlagzeilen. Eines ist sicher: Substanzen, die die Gesundheit schädigen können, gehören nicht in Schuhe, und auch sonst nirgendwo hin.

Stimmt es, dass Schwangerschaften die Füße verändern?

> Ja.

Auf Maisel kannst du bauen!

Vereinbaren Sie heute schon einen Termin mit uns!



Maisel Bauservice

- REPARIEREN
- SANIEREN
- MODERNISIEREN

Wir bieten Ihnen den perfekten Rundum-Service

ZUM BEISPIEL:

- Abbrucharbeiten
- Fliesenlegen
- Pflasterarbeiten
- Putz- und Mauerwerksarbeiten
- Erneuerung von Kanälen
- Reparatur oder Modernisierung der Außenanlagen
- Anbringung von Wärmedämmungen



09154-180
www.maisel-bau.de

coframed-SUDOKU

Gesundheit fürs Gehirn – mittelschwer

Lösung ab dem 15.02.2012 auf unserer Homepage www.coframed.de

5			7	1	3	9		
	9	8	6	5		7		
			2				4	1
		5	9				6	
	2	6		4		3	1	
	8	7			1	2		
6	5							
					7	6	9	
2		9	4	8	6			

Der Schnee ist da! Ab in die Berge!



CEP

the intelligent sportswear

Sonderaktion 10% Rabatt
bis einschließlich 15.02.2012
CEP Skisocken nur 41,31€

anstatt regulär 45,90 €

Unbeschwert beschneite Berge befahren,
mit warmen Füßen und einer schnelleren
Erholung durch die leistungs-
steigernde Kompression.



Sanitätshaus
GesundheitsTreff
im PEZ

Happurger Straße 15
91224 Hohenstadt
Telefon: 091 54 - 911011
www.coframed.de

COFRAMED
Gesundes aus Hohenstadt

PEZ Gesundheitszentrum

12 x bestens versorgt!



- Venenkompetenzzentrum
- Lymphologisches Versorgungszentrum
- Brustprothetik
Telefon: 09154 - 91 10 11
www.coframed.de

Markgrafen-Apotheke

- große Auswahl an Arznei- und Hilfsmitteln
- Zusammenstellung der Haus- und Reiseapotheke
- Mittwoch bis 18 Uhr geöffnet
Telefon: 09154 - 91 62 53
Telefax: 09154 - 91 62 55

Zahnarztpraxis

- Christof H. Schmitt
- Alle Zahnbehandlungen
 - Eigene Röntgenabteilung
Telefon: 09154 - 91 63 45
Telefax: 09154 - 91 63 46



- Fachklinik für Lymphologie
- Lymphologisches Operationszentrum
Telefon: 09154 - 91 12 00
www.lympho-opt.de



- Krankengymnastik
- Manuelle Lymphdrainage
- Hausbesuche
Telefon: 09154/91 5555
www.schuster-rupp.de



- Ambulante Operationen
- Allgemeinmedizin - Chirurgie
- Phlebologie - Lymphologie
Telefon: 09154 - 91 11 00
www.praxis-markgrafenresidenz.de



- Praxis für Hauterkrankungen, Allergien
- Ernährungsmedizin, Lasertherapie
Telefon: 09154 - 91 40 56
www.dermallegra.de



- Kostenloser, unverbindlicher Hörtest
- Reparatur, Kontrolle und Wartung
- Modernste digitale Mess- und Anpasstechnik
Telefon: 09154 - 91 57 14
www.hoerluchs.com

PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE UND OSTEOPATHIE
WALTER REGLER

- Krankengymnastik, Osteopathie
- Manuelle Therapie, Rückenschule
- Magnetfeldtherapie
Telefon: 09154 - 91 63 00
www.praxis-regler.de



- Neueste Gerätegeneration von ergoline
- Geöffnet werktags von 10 - 20 Uhr
- Faire Preise
Telefon: 09154 - 91 59 80
info@pez-sun.de



- Rückenaufbautraining
- Herz-Kreislauf-Training
- Prävention und Rehabilitation
Telefon: 09154 - 91 57 30
www.medic-point.com



- Praxis für Ergotherapie
- Behandlung von Verhaltensauffälligkeiten
- Kurse speziell für Kinder
- ganzheitliches Förderkonzept
Telefon: 09154 / 91 54 77
www.ergolog.info