

# WEITERE EXKLUSIVE JOBANGEBOTE FINDEST DU UNTER

## ANGEL DIR DEINEN TRAUMJOB.

# KÜSTENFISCHER<sup>DE</sup>

EIN ANGEBOT DER:

### Zur Verstärkungen unseres Teams suchen wir Mitarbeiter/innen in Voll- & Teilzeit für unsere Spielothek in Lübeck

Bewerbungen: 0175 / 214 87 50

### Wir suchen Reinigungskräfte m/w/d

für eine Kita in der Lübecker Innenstadt, montags bis freitags in den Morgenstunden. Bewerbungen Montag bis Freitag 9-13 Uhr an: Deha Service & Trading GmbH Tel: 0451 47 95 443 oder 0170 788 12 32

### Putzperle für Apartmentreinigung gesucht!

Normale Reinigungsarbeiten, jeden Sonntag v. 8:00 – 13:00 Uhr Lübeck St. Lorenz Süd, deutschsprachig, mit Anmeldung. Tel.: 0171 3230252

### Suche Arbeit

im Bereich der Badezimmer-Sanierung - Fliesen, Mauern, Klempnern Malern. ☎ 0157 - 8783 8999

### Reinigungskräfte (23,50 Std./Woche)

für den Bereich Gebäudemanagement für die Unterhaltsreinigung in Schulen, Kitas und Verwaltungen.

- Nachtdienst, Tageszeitreinigung, Nachmittags- und Abenddienst sowie wohnortnaher Einsatz möglich
- mobile Teamarbeit möglich (mit Hol- und Bringservice vom Wohnort)
- mehrere Einsätze am Tag möglich wenn gewünscht
- Unterstützung beim Grundreinigerteam am Nachmittag möglich (mit höherer Entgeltzulage)
- unbefristete Einstellung nach 12 Monaten möglich
- Jahressonderzahlungen (Weihnachtsgeld) garantiert und Leistungsprämien möglich
- Mehrstundenauszahlung oder Freizeitausgleich
- Zuschuss zum NahSH-Jobticket, Mobilitätszuschuss z.B. bei Kauf eines E-Bikes Begrüßungsgeschenk, interkulturelle Arbeitsatmosphäre, Reinigungspläne in Fremdsprachen vorhanden

Entgeltgruppe 1 TVöD - Kennziffer 017 / 2023

Näheres zu den Aufgaben finden Sie unter [www.luebeck.de/jobs](http://www.luebeck.de/jobs) oder unserem Karriereportal ([stadt@luebeckjobs.de](mailto:stadt@luebeckjobs.de)).

Mehr Informationen erhalten Sie über [reinigungsdienste-gmhl@luebeck.de](mailto:reinigungsdienste-gmhl@luebeck.de) oder telefonisch unter 0451-1226271, Herr Eiring bzw. unter 0451-1221902, Frau Brummerloh.

Ausdrücklich begrüßen wir es, wenn sich Menschen mit Migrationshintergrund bei uns bewerben.

### ELEKTRIKER IM BEREICH PHOTOVOLTAIK (M/W/D)

#### HÖCHSTSPANNUNG GARANTIERT

- 1.000 € Wechselbonus
- Übertarifliche Bezahlung
- Firmenfahrzeug (auch zur privaten Nutzung)
- Keine Wochenendarbeit
- Unbefristetes Beschäftigungsverhältnis

Bewerbung per E-Mail an: Pankow Projektentwicklung, [landsberg@pankow-projekte.de](mailto:landsberg@pankow-projekte.de), 0151/64 08 94 03 [www.pankow-projekte.de](http://www.pankow-projekte.de)

### VERSCHIEDENES

#### Alte Briefmarkensammlungen/Nachlässe

v. priv. Sammler gesucht. Diskretion u. Barzahlung werden zugesichert. Gerne auch Münzen. ☎ 0171/7088641

#### Christus - für Dich gestorben

Langlaufski zu verschenken. Kontakt: ☎ 0451-622944

#### Leere Warenkartons

(klein, mittel,groß) kostenlos abzugeben, 23923 Herrnburg-Lübeck, ☎ 038821/66830

#### Help me!

Wer kann mir beim Einstieg in die Laser Cutter-Welt helfen? ☎ 0151 - 41 64 76 42

#### Kaminholz, trocken.

☎ (01 71) 30 00 406

#### Sammler sucht 5 und 10 DM Münzen.

☎ (0171) 4 721 861

#### Umzüge + Transporte aller Art

preiswert ☎ 04 51 / 80 92 099 oder ☎ 0171 / 64 33 985 [www.umzugsspedition-ratschat.de](http://www.umzugsspedition-ratschat.de)

#### Verschenke 2 gut erhaltene Schlafzimmerschränke, 2m und 3m breit. Schwebetüren u. Spiegel.

☎ 0451-392935

#### Buchen Sie Ihre Kleinanzeige unter

Tel.: 04 51/144-11 11

### KFZ ANGEBOTE

#### CITROEN

C1, blau,80Tkm,1Hd,Checkheftgepr,TÜV 10/24, Benz., 4,5L/100km, 50kW, 8fach Bereifg, VHB 2950€. Tel: 0151-44515964

#### VW

Golf VI Variant, EZ 2011, 123Tkm, 80 PS, Klima, BC, Navi, Sitz-Hzg., 8.800 € ☎ 0173-20 61 395

#### Kaufe ständig ältere PKW

☎ HL-69 09 19

#### ERSATZTEILE / ZUBEHÖR

Winterreifen 205/60/R16 auf Stahlfelgen. Guter Zustand, 120 €, ☎ (04561)528327

### KFZ GESUCHE

#### WOHNMOBILE / -WAGEN

Familie sucht ein Wohnmobil oder Wohnwagen. Freuen uns auf Ihr Angebot. ☎ (0 160) 75 89 201

#### Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen

☎ 03944-36160, [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de) Fa.

#### Wir kaufen Ihr Wohnmobil & Wohnwagen!

☎ 0800-1860000 (kostenlos) [www.ankaufwohnmobile.de](http://www.ankaufwohnmobile.de)

#### ERSATZTEILE / ZUBEHÖR

Winterräder Mercedes E-Klasse 245/40R18 u. 205/60R16 ☎ 20 92 38 60

# So gelingen feste Nägel

Apotheker empfehlen eine spezielle Nährstoffkombination.

Brüchige Nägel können schnell ungepflegt wirken und mindern unser Selbstbewusstsein. Dabei handelt es sich bei dem Problem viel häufiger um ein Ungleichgewicht im Nährstoff-Haushalt als um mangelnde Pflege...

Wer zu spröden oder brüchigen Nägeln neigt, fühlt sich in der Öffentlichkeit oft unwohl. Auch wenn die Frisur gut sitzt und das Outfit perfekt passt – die Hände werden lieber versteckt. Tatsache ist: Während die eigene Pflege (z. B. Maniküre) natürlich einen wichtigen Baustein für feste Nägel darstellt, ist es damit oft trotzdem noch nicht getan. Denn hinter brüchigen Nägeln können letztendlich zahlreiche andere äußere Einflüsse stecken. Zum Beispiel häufiges Händewaschen oder auch das regelmäßige Tragen künstlicher Fingernägel.

Meist liegt die Ursache für brüchige Fingernägel aber nicht außerhalb, sondern innerhalb

unseres Körpers. Und zwar in Form eines Ungleichgewichtes im Vitamin- und Mineralstoffhaushalt. In diesen Fällen brauchen die Nägel statt äußerlichen Maßnahmen eine optimierte Versorgung von innen.

**Das Problem an der Wurzel packen**  
Fragt man österreichische Apotheker, so ist deren klare Empfehlung Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten.\* Diese sind nun auch in Deutschlands Apotheken erhältlich und haben bereits viele Anwender überzeugt. Sie setzen mit wissenschaftlich belegten Mikronährstoffen genau dort an, wo äußerliche Pflege nicht hinkommt: direkt an der Nagelwurzel.

**Silizium reduziert Brüchigkeit**  
Bei den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten ist besonders der hohe Anteil an Goldhirse hervorzuheben. Dabei handelt es sich um einen pflanzlichen Silizium-Lieferanten. Er sorgt dafür,

dass die Nägel mehr Feuchtigkeit speichern können, wodurch sie weniger schnell austrocknen und spröde werden. Eine aktuelle Studie untermauert dies eindrücklich: Nach mehrwöchiger Einnahme von Silizium erhöhte sich die Bruchfestigkeit der Nägel deutlich.\*\*

Phase	Abnahme der Brüchigkeit
Ausgangslage	~1.3
Nach 20 Wochen	~0.6

Weitere Inhaltsstoffe sind etwa MSM (ein natürlicher Schwefel) für Bruchfestigkeit sowie das „Schönheitsvitamin“ Biotin. Letz-

teres erhöht den Keratin-Anteil im Körper, der die Nägel festigt.

**Ideal versorgt**  
Wichtig zu wissen: Während es zwar möglich ist, diese Nährstoffe auch über die Nahrung zuzuführen, sind die nötigen Mengen dafür kaum in einem realistischen Speiseplan zu verwirklichen. Die kurmäßige Einnahme eines hochwertigen Nahrungsergänzungsmittels wie Dr. Böhm® Haut Haare Nägel hingegen leistet aufgrund der hohen Dosierung der einzelnen Inhaltsstoffe einen wesentlichen Beitrag zu festen Nägeln.

**Unser Tipp:** Es empfiehlt sich eine kurmäßige Einnahme von Dr. Böhm® Haut Haare Nägel über 2–3 Monate. So lange brauchen die Nägel in etwa, um sich zu regenerieren.

\*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 10/2023.  
\*\*Barel A et al. Effect of oral intake of choline-stabilized orthosilicic acid on skin, nails and hair in women with photo-damaged skin. Arch Dermatol Res 2005; 297 (4): 147-53.

## Apotheken-Tipp bei brüchigen Nägeln

### Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Silizium aus der Goldhirse als Feuchtigkeitsspeicher für die Nägel
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM) + Biotin für bruchfeste Nägel
- ✓ Sichtbare und spürbare Ergebnisse

### Aktion 2+1 GRATIS

3 x 60 Stk. Packung zum Preis von 2 Packungen.

**Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Schönheitskur**  
Für Ihren Apotheker. 180 Stk.  
**PZN 18851135**