

11. APRIL 2026



NR.

772

Mein BLÄTTCHEN



TOSCANA

HOTEL - RISTORANTE - PIZZERIA

Wochenangebote

Di.: jed. Schnitzelgericht EUR 12,-

Mi.: jede Pizza EUR 9,50

Do.: jedes Pastagericht EUR 9,50

Gültig bei Verzehr im Restaurant

TOSCANA 1: Sälzerstr. 74 • BAD ORB

Tel.: 06052 9276405

Di. bis So.: 11 - 14.30 Uhr u. 17 - 23 Uhr



**Orber
Taxi UG**

Taxifahrten • Flughafentransfers
und vieles mehr

Tel.: 06052 4411

Wir suchen Fahrer (m/w/d)

Philosophenhöhe
Restaurant & Biergarten
deutsche & österreichische Küche

01523 4605 740
(auch per Whatsapp)

Mi - Fr 17.00 - 21.30
Sa + So 12.00 - 21.30 Uhr geöffnet

Haberstallstraße 5 • 63619 Bad Orb
www.philosophenhoehe.de



Autohaus ZEISSLER

☎ (06050) 90 80 40

Biebergemünd



Unter dem Motto „Gemeinsam (das Leben) genießen“ stand das jüngste Internationale Kulinarium in der Kinderinitiative Bad Orb. Eingeladen hatten das Familiencafé der Kinderinitiative und die AG Integration der Stadt Bad Orb. Auf dem Bild die über den Erfolg der Veranstaltung erfreuten Gesichter, von links: Martin Lessmann (AG Integration Asyl), Gerald Flinner (Kinderinitiative) und Mirja Jacobson (AG Integration Asyl). Video-Beitrag folgt.



Etwas sportlicher als gewohnt geht es in dieser Ausgabe zu: Gleich zwei Highlights werden auf Seite vier vorgestellt. Noch gut kann ich mich an die Zeit erinnern, als in Orb Radrennen rund um den Kurpark ausgetragen wurden. Mittlerweile über zwei Jahrzehnte dürften vergangen sein, seit die Hessenrundfahrt einmal durch Bad Orb bretterte. Und nun werden wir im August den Prolog der Deutschland-Rundfahrt vor Ort erleben. Auf die ausgewählte Strecke bin ich gespannt...

Aufwerfen möchte ich an dieser Stelle noch einmal die Frage, warum gerade Bad Orb sich nicht (wie viele Nachbarstädte und -gemeinden) an der „Stadtradeln“-Aktion beteiligt?! Hierbei geht es nicht nur darum, zwischen 9. und 29. Mai möglichst viele Kilometer mit dem Zweirad zurückzulegen und das Auto stehen zu lassen. Ganz nebenbei lässt sich auf diese Weise auch herausfinden, ob Radeln in Orb eher kinderleicht ist oder eher einem Überlebenstraining auf dem Drahtesel gleicht. Daraus lassen sich hervorragende Rückschlüsse für künftige Verkehrsplanungen ziehen und nebenbei die Umwelt schonen. Übertrieben oder überfällig, fragt Ihr **Ralf Baumgarten**

Impressum „Mein Blättche“

Stadtmagazin für Bad Orb, Kinzigtal, Spessart und Vogelsberg. Erscheint offiziell SAMSTAGS – VERTEILUNG bereits DI./MI. zweimal / Monat an ca. 80 Auslagestellen in den Städten und Gemeinden Bad Orb, Jossgrund, Biebergemünd, Bad Soden-Salmünster und Wächtersbach.

Tagesaktuelle Berichte 24/7 auf www.meinblaettche.de – der Online-Nachrichten-Plattform für Bad Orb, den Altkreis Gelnhausen, Vogelsberg und Spessart – sowie auf Facebook (Mein Blättche).



Herausgeber:

Ralf Baumgarten, Redakteur
Birkenallee 2a * 63619 Bad Orb
Telefon: 06052 34 05
Mobil: 0172 6612032

Öffnungszeiten:

Mo., Mi., Fr.: 9 bis 12 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Kontakt: info@printhouse24.de

Es gilt die Anzeigenpreisliste 2/2025.

IT-S

IT-Service
Kühlborn
GmbH

Termine nach
Vereinbarung

Hard- und Software - Sicherheit und Datenschutz

Bad Orb * Hauptstraße 22
Tel.: 06052 926-9010
Fax: 06052 926-9019
service@its-kuehlborn.de
www.its-kuehlborn.de

Netzwerke und Kommunikation
Wartung und Administration
Beratung und Planung
Reparaturen und Fernwartung
Vor-Ort-Service

Kinder- und Jugendtheatergruppe probt fleißig: Jetzt die Plätze sichern: Der Vorverkauf zum „Netzwerkfehler“ hat begonnen



Bad Orb (PvO/ez). Der Vorverkauf für die jüngste Produktion der Kinder- und Jugendtheater-Veranstaltungen der Theatergruppe „Peter von Orb“ hat begonnen. Auf die Bühne des Alfons-Lins-Hauses kommt die spritzige Jugendkomödie „Netzwerkfehler“ von Arno Boas.

In dem Stück geht es um die Mitglieder einer Schülerzeitungs-Redaktion. Jeder hat seine Vorlieben, seine Stärken und Schwächen. Streit gibt es unter anderem um die inhaltliche Ausrichtung der Zeitung. Vor allem das Projekt „Eine Woche ohne Handy“ sorgt für Wirbel. Hinzu kommt der Kampf um die Chefredaktion. Und so prallen unterschiedliche Charaktere und Überzeugungen aufeinander. Diskussionen eskalieren.

Fronten verhärten sich und persönliche Ambitionen treten in den Vordergrund.

Ein Machtspiel entsteht, Zerreißproben bleiben nicht aus. Manchmal

reicht ein kleiner Netzwerkfehler, um alles ins Wanken zu bringen. Hier auch? Die Regie führt Michaela Hähndel. Das Jugendtheaterstück wird ab zehn Jahre empfohlen. Für Snacks und Getränke wird gesorgt.

Aufführungsdaten: 19., 20., 25. und 26. September, jeweils 18 Uhr (Einlass: 17 Uhr, freie Platzwahl), katholisches Gemeindezentrum Alfons-Lins-Haus, Pfarrgasse 18

Die Eintrittspreise:

Erwachsene: 9,- Euro, Kinder und Jugendliche: 5,- Euro, Abendkassenzuschlag: 1,- Euro

Anfragen für „Freude-schenken-Tickets“ (9,- Euro), die an Personen gehen, die sich das Theaterstück sonst nicht leisten können, werden per EMail an tickets@petervonorb.de entgegen genommen.

Vorverkauf: Spessart-Buchhandlung, 63619 Bad Orb, Hauptstraße 22

Online-Tickets über <https://www.yesticket.org/event/de/netzwerkfehler>

Veranstalter: Theatergruppe „Peter von Orb“ (Abteilungsleiterin: Ann Christin Blum) im Kulturkreis Bad Orb (Vorsitzender: Werner Johanns)

Zum Probenfoto: Theatergruppe „Peter von Orb“ (Foto: ez)

Orber Naturerlebnisbad Saisonkarten ab Montag, 20. April



Bad Orb (BO/hk). Die Vorbereitungen für den Saisonstart im Bad Orber Naturerlebnisbad laufen auf Hochtouren. In wenigen Wochen öffnet das beliebte Freizeitareal am Orbgrund seine Pforten. Gute Nachrichten gibt es für die Badegäste: Schon ab Montag, 20. April, wird der Verkauf der Saisonkarten direkt an der Freibadkasse angeboten. Noch bis zum 30. April wird es auf die Saisonkarten eine Ermäßigung von fünf Prozent geben.

Der frühzeitige Verkauf der Saisonkarten hat sich bestens bewährt, um den Besuchern Unannehmlichkeiten wie längere Wartezeiten an der Freibadkasse zu ersparen.

Für einen zügigen Ablauf sind folgende Dinge mitzubringen:

- Alle vorhandenen bereits ausgegebenen Saisonkarten (Neuausstellung verursacht Mehrkosten)
- Belege zum bereits erfolgten Vorverkauf (Tourist-Information Bad Orb, Onlinekauf)
- Ausgefülltes Antragsformular für Saison-Erstkarten (Download Internetseite)

https://kd-bad-orb.de/wp-content/uploads/Antrag_Saisonkarte_ab-2023.pdf

Die Freibadkasse, Am Orbgrund 19, ist für den Verkauf sowie auch für die Freischaltung der neuen Saisonkarten wie folgt geöffnet:

- Montag, 20. April, 14 – 18 Uhr
- Dienstag, 21. April, 14 – 18 Uhr
- Mittwoch, 22. April, 7 – 11 Uhr
- Donnerstag, 23. April, 7 – 11 Uhr
- Freitag, 24. April, 10 – 14 Uhr
- Samstag 25. April, 10 – 14 Uhr

Das Team des Bad Orber Naturerlebnisbades freut sich auf eine rege Inanspruchnahme dieses Angebotes.

Weitere Informationen zu den Öffnungszeiten und Eintrittspreisen finden Interessierte auf der Internetseite des Eigenbetriebes Kommunale Dienste: <https://kd-bad-orb.de/dienstleistungen/naturerlebnisbad>.



Jan Oliver Heinz
Rechtsanwalt



**Zivilrecht
Mietrecht**

**Familienrecht
Verkehrsrecht**

Termine nur nach Vereinbarung

Sälzerstraße 92 * 63619 Bad Orb
Tel.: 06052 1823496

Mail: info@ra-heinz.de * Web: www.ra-heinz.de

VdK-Sprecher Hans Alex teilt mit:

„Wir treffen uns wie gewohnt um 14:30 Uhr im Vereinsraum in der alten Schule. Nach einer Tasse Kaffee mit einem leckeren Stück Kuchen wird uns Erich Korn – Vorsitzender vom NABU Kreisverband Main Kinzig – in einem interessanten Vortrag über den Auenverbund Kinzig und dem NABU im Allgemeinen berichten“.

Es sind alle VdK Mitglieder und solche die es werden wollen herzlich eingeladen.



Leckere Eisdesserts
und individuelle Eistorten

Hof Sonnenberg

liebevolle Handarbeit

Familie Schecke | 63619 Bad Orb | info@hof-sonnenberg.de | www.hof-sonnenberg.de

Samstags 18. April / 2. Mai Zauberhaftes im Orber Haselbachtal



Bad Orb (NHS/bs). Der Naturpark Hessischer Spessart lädt an den beiden Samstagen 18. April und 2. Mai zu einer Naturerlebnisführung mit

Perspektivenwechsel ein. Im Mittelpunkt steht der besondere Wert von Totholz im Zusammenhang mit der dazugehörigen Fauna und Flora. Anschließend wendet sich die Gruppe dem Haselbach auf einer Strecke von etwa zwei Kilometern von der Quelle bis zur Wassertretanlage zu. Dabei fokussieren sich die Teilnehmenden auf die Hörgeräusche in der Luft und im Innenleben des Bachs.

Während im ersten Teil der Führung im Wald der Schwerpunkt auf die Wissensvermittlung gelegt wird, geht es im zweiten Teil am Wasser um sinnliche Erfahrungen. Festes Schuhwerk ist erforderlich.

Start und Ziel ist der Parkplatz am Jagdhaus Haselruh in Bad Orb.

Die Veranstaltung beginnt um 14 Uhr und dauert rund zwei Stunden auf einer Wegstrecke von vier Kilometern. Die Teilnahme kostet für Erwachsene fünf Euro, für Kinder drei Euro und für Familien elf Euro.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich, und zwar in der Naturpark-Geschäftsstelle per Mail an info@naturpark-hessischer-spessart.de oder telefonisch unter 06059 906783. Weitere Infos unter www.naturpark-hessischer-spessart.de.



BOCCIA®
TITANIUM

Plagemann
Uhrmachermeister

Michael Plagemann
Hauptstraße 44 - 46
63619 Bad Orb
Tel.: 06052 5533

www.uhren-plagemann.de

Amtliche Mitteilung:

Altpapiersammlungen auf dem ehemaligen Festplatz Wemmstraße

- 11. 4.: Kaninchenzuchtverein
- 25. 4.: Tennisclub
- 16. 5.: Reitsportgemeinschaft
- 30. 5.: Geselligkeitsverein Viktoria



DANKE!

Für Ihre Stimme!

Liebe Bürgerinnen und Bürger von Bad Orb,

wir bedanken uns herzlich für Ihr Vertrauen und Ihre Unterstützung bei der vergangenen Kommunalwahl.

Ihr Zuspruch ist für uns eine Bestätigung und Verpflichtung zugleich. Er bestärkt uns darin den eingeschlagenen Weg weiterzugehen, Verantwortung zu übernehmen und unsere Stadt mit Augenmaß, Verlässlichkeit und Weitblick zu entwickeln.

Gemeinsam haben wir in den vergangenen Jahren viel erreicht. Darauf wollen wir aufbauen, mit klaren Zielen, einem offenen Ohr für Ihre Anliegen und einem festen Blick nach vorne.

Wir freuen uns darauf, die Zukunft von Bad Orb weiterhin zu gestalten!



Auf ein Wort ... mit Michael Kertel

Liebe Leserinnen und Leser,

Bad Orb verändert sich schnell und tiefgreifend. Die Neugestaltung der Bad Orber Innenstadt, zahlreiche Investorenprojekte, ein neues Gewerbegebiet und eine neue Kindertagesstätte sind Beispiele. Die positive Entwicklung bringt neue Herausforderungen mit sich. Hier seien, ebenso beispielhaft, fehlende Übernachtungskapazitäten im touristischen Sektor sowie ein steigendes innerörtliches Verkehrsaufkommen zu nennen. Ein Parkhaus soll dem „ruhenden“ Verkehr Platz geben. Über die Lenkung des Verkehrs müssen wir sprechen.

Auch ist eine Verknappung des Wohnraums zu beobachten. Die Schaffung von sozialem Wohnraum ist meines Erachtens ebenso notwendig, wie die Projektierung eines neuen Wohngebiets „Leimenkaute/Tiefenthal“ im Norden der Stadt Bad Orb. Die finanziellen Mittel der Stadt Bad Orb sind sehr begrenzt. Dies erschwert notwendige städtische Investitionstätigkeiten.

Mit diesen und vielen weiteren Herausforderungen sowie anstehenden Aufgaben muss sich die neue Bad Orber Stadtverordnetenversammlung befassen. ALLE Bad Orber Fraktionen im Stadtparlament ste-

hen in der Pflicht und in der Verantwortung, tragfähige Lösungswege aufzuzeigen.

Ich meine, dass die Bürgerschaft stärker als bisher an den politischen Prozessen beteiligt werden sollte: Informations- und Bürgerveranstaltungen zu städtischen Herausforderungen und Projekten, Bürgerstammtische, Fragestunden der Bürgerinnen und Bürger vor oder nach den Sitzungen des Stadtparlaments (wie in anderen Kommunen) sind hier mögliche Formate – ergänzend zu der einmal im Jahr stattfindenden Bürgerversammlung. Möglichkeiten und Beteiligungsformen gibt es, so denke ich, ausreichend. In diesem Sinne werde ich auch die „Bad Orber Stadtgespräche“ weiterführen.

Zusammenfassung: Bad Orb verändert sich tiefgreifend und schnell. Diese Entwicklung sollte das neue Stadtparlament konstruktiv und gemeinsam mit der Bürgerschaft gestalten.

Was meinen Sie?

Herzlichst, Ihr Michael Kertel

E-Mail: michael.kertel@web.de




Mein Blättche

ANZEIGENSCHLUSS
ist immer mittwochs
(bis 10 Uhr) in der Vorwoche
der nächsten Ausgabe

über Tel. 06052 3405 oder EMail info@printhouse24.de

Am 19. und 20. August treten die Profis in die Pedale Bad Orb eröffnet die „Lidl Deutschland Tour 2026“ mit dem Prolog



Die Lidl Deutschland Tour startet 2026 in Bad Orb: Mit einem Prolog in der hessischen Kurstadt fällt am 19. August der Startschuss für das fünftägige Etappenrennen. Die Wahl auf Bad Orb unterstreicht die Bedeutung des Auftakts für die gesamte Tour. Der Prolog verlangt den Fahrern vom ersten Meter an höchste Konzentration ab. Bad Orb bringt dafür ideale Voraussetzungen mit: eine leistungsfähige Infrastruktur, kurze Wege und eine sportbegeisterte Bevölkerung. Die Strecke des Prologs wird durch die Innenstadt und angrenzende Bereiche führen und sowohl fahrerisch anspruchsvolle als auch zuschauerfreundliche Passagen bieten.

„Der Prolog ist die erste sportliche Visitenkarte dieser Rundfahrt – hier geht es um Sekunden und den ersten Eindruck im Gesamtklassement. Bad Orb bietet eine ideale Grundlage für einen perfekten Auftakt mit einem spannenden Prolog“, sagt Maren Hopf, Head of Lidl Deutschland Tour.

Der Auftakt einer Rundfahrt hat eine besondere Bedeutung für Fahrer und Fans gleichermaßen. Entsprechend bereitet sich die Stadt intensiv auf das Ereignis vor. „Gerade für den Auftakt einer Tour ist eine besondere Atmosphäre entscheidend – und genau diese möchten wir den Radsportprofis sowie den Fans bieten. Mit viel Engagement und Begeisterung werden wir den Prolog der Lidl Deutschland Tour zu einem sportlichen Fest für die gesamte Region machen“, so Bürgermeister Tobias Weisbecker.

Mit dem Start in Bad Orb setzt die Lidl Deutschland Tour 2026 ein frühes Highlight. Der Prolog wird nicht nur die ersten Träger der Führungstrikots hervorbringen, sondern auch die sportliche Richtung für die folgenden Etappen vorgeben.

Die Lidl Deutschland Tour ist das bedeutendsten Etappenrennen in der Bundesrepublik und bringt jährlich internationale Top-Teams sowie zahlreiche Nachwuchstalente auf deutsche Straßen. Neben dem Profirennen sind die Austragungs-orte Teil von Deutschlands größtem Radsportfestival.

„Wir freuen uns sehr, dass Bad Orb Teil der Lidl Deutschland Tour sein wird und den Prolog dieses bedeutenden Radrennens ausrichten darf. Unsere Kurstadt bietet dafür beste Voraussetzungen. Ich lade daher schon heute alle Radsportbegeisterten und Besucherinnen und Besucher herzlich ein, im August nach Bad Orb

zu kommen, den Auftakt der Tour live zu erleben und gemeinsam mit uns einmalige Momente in unserer Stadt zu genießen“, sagt Tobias Weisbecker.

In diesem Jahr startet die Lidl Deutschland Tour am 19. August in Bad Orb mit einem Prolog. Auf den folgenden vier Etappen besuchen die Radsportler unter anderem Schwäbisch Hall, Offenbach an der Queich, Bad Dürkheim und Heilbronn.

Etappen der Lidl Deutschland Tour 2026:

- **Prolog** (Mittwoch, 19. August): Bad Orb
- **1. Etappe** (Donnerstag, 20. August): Bad Orb – Schwäbisch Hall
- **2. Etappe** (Freitag, 21. August): Schwäbisch Hall – Offenbach an der Queich / Südliche Weinstraße
- **3. Etappe** (Samstag, 22. August): NN – Bad Dürkheim
- **4. Etappe** (Sonntag, 23. August): NN – Heilbronn

Weitere Etappenorte werden in den kommenden Wochen bekannt gegeben.

Über die Lidl Deutschland Tour:

Die Lidl Deutschland Tour ist die größte Radsportveranstaltung in Deutschland. Als fünftägiges Etappenrennen der UCI ProSeries lockt die Rundfahrt die weltbesten Teams an und bietet darüber hinaus viele Breitensporterlebnisse wie die ADAC Cycling Tour 2026 in Heilbronn zum Selberfahren oder die „kinder Joy of Moving mini tour“ für die Jüngsten. Mit der LichtBlick Newcomer Tour am Samstag und Sonntag bekommt auch der U17 weiblich Nachwuchs eine Bühne. Die nächste Ausgabe findet vom 19. bis 23. August 2026 statt. Der Startschuss fällt in Bad Orb mit einem Prolog. Auf den folgenden Etappen führt die Strecke durch mehrere Regionen Deutschlands, bevor in Heilbronn die Entscheidung um den Gesamtsieg fällt.

Am Freitag, 8. Mai, im „Kärners“:

AWO-Jahreshauptversammlung mit Neuwahlen des Vorstands

Bad Orb (AWO/rz). Der AWO-Ortsverein Bad Orb (Arbeiter-Wohlfahrt) lädt am Freitag, 8. Mai, um 18 Uhr ein zu seiner Jahreshauptversammlung ins „Kärners“. Im Mittelpunkt stehen der Bericht des Vorsitzenden und des Kas-



Häusliche Kranken- und Altenpflege

Beratung, Information
Menüservice, Hausnotruf-Dienst
und vieles mehr...

+ Sie erreichen uns unter:
Telefon 06052.9158-0 · Mobil 0171.1608529

**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Kreisverband
Gelnhausen-Schlüchtern e.V.

**Wir sind
für Sie da.**

Ambulanter Pflegedienst
Bad Orb
Eduard-Gräf-Straße 2
63619 Bad Orb

Testlauf für neuen Kinzig-Stausee-Marathon ab 2027 Sonntag, 12. April: Trockenlauf rund um den Kinzig-Stausee

Jeder kann entscheiden, wie viele Kilometer er zurücklegt



Steinau / Bad Soden-Salmünster-Ahl (mh). Am Kinzig-Stausee zwischen Steinau und Ahl soll ab 2027 erstmals der Kinzig-Stausee-Marathon stattfinden. Als Vorbereitung auf das neue Laufevent lädt Organisator Philipp Merz, örtlicher Apotheker und Geschäftsführer der Brüder-Grimm-Apotheke in Steinau, bereits in diesem Jahr zu einem gemeinsamen „Trockenlauf“ rund um den See ein.

Der offene Testlauf findet am Sonntag, 12. April, um 9 Uhr statt. Treffpunkt ist das Bootshaus Ardeas Seenwelt am Kinzig-Stausee. Eingeladen sind alle, die Lust auf Bewegung haben – egal ob Läufer, Spaziergänger oder Radfahrer.

„Wir wollen einfach gemeinsam die Strecke testen, uns kennenlernen und schauen, wer Lust hat, dieses Projekt mit aufzubauen“, sagt Initiator Philipp Merz. „Der Stausee bietet eine wunderschöne Strecke – und gemeinsam macht Bewegung einfach mehr Spaß.“

Die komplette Marathon-Distanz entspricht sechs Runden um den

Kinzig-Stausee. Beim Trockenlauf geht es jedoch nicht um Zeiten oder Wettbewerb. Jeder kann selbst entscheiden, wie viele Kilometer er zurücklegen möchte.

„Ob eine halbe Runde, eine Runde oder mehrere – alles ist möglich“, erklärt Merz. „Wer möchte, kann auch mit dem Fahrrad teilnehmen. Uns geht es vor allem darum, gemeinsam unterwegs zu sein und ins Gespräch zu kommen.“

Der Testlauf richtet sich sowohl an ambitionierte Läufer als auch an Einsteiger. Wer beispielsweise ausprobieren möchte, ob er den Spessartheldenlauf, einen Halbmarathon im kommenden Jahr oder sogar den Brüder-Grimm-Lauf schaffen könnte, hat hier eine gute Gelegenheit, seine Form zu testen. Langfristig verfolgt das Projekt jedoch noch ein größeres Ziel:

Der geplante Kinzig-Stausee-Marathon soll ab 2027 als Benefizlauf stattfinden.

„Die Idee ist, mit dem Marathon jedes Jahr ein Projekt zu unterstützen, das unsere Region nachhaltig verbessert“, erklärt Merz. „Das können zum Beispiel neue Spielgeräte, ein Spielplatz oder auch eine Outdoor-Sportanlage wie eine Freeletics-Station sein.“

Der Trockenlauf dient daher nicht nur als sportliches Treffen, sondern auch als Gelegenheit, gemeinsam Ideen zu sammeln und Unterstützung für das neue Laufprojekt zu gewinnen.

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, am Sonntag, 12. April, um 9 Uhr am Bootshaus Ardeas Seenwelt am Kinzig-Stausee vorbeizukommen und mitzulaufen.

2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Tätigkeitsbericht des Vorsitzenden
4. Geschäftsbericht des Kassenvorstandes
5. Bericht der Kassenprüfer
6. Entlastung des Vorstandes
7. Benennung des Wahlvorstandes
8. Neu Wahlen Vorstandsitzung
9. gegebenenfalls Anträge
10. Abendessen

Szenische Lesung mit Markus Maria Winkler

Christian Morgenstern – Tummelplatz der Phantasie: 12. April im Rittersaal



Bad Orb (SBO/gh). Der Gesellschaftsverein Schlaraffia Bad Orb e.V. lädt ein zu einer weiteren Ausgabe seiner Reihe „Kunst im Keller“. Das Thema diesmal lautet: Christian Morgenstern – Tummelplatz der Phantasie.

Am Sonntag, 12. April, dient der Rittersaal in den Kellerräumen des

eine Auswahl humorvoller und nachdenklicher Geschichten sowie Gedichte des Dichters Christian Morgenstern – dessen skurril-phantastische Lyrik und Teile dessen ersten Wesens – auf eine besonders lebendige Art und Weise vor.

Beginn ist um 18:33 Uhr – der Eintritt ist frei. Um eine Spende für den Künstler wird gebeten.

Aufgrund der großen Nachfrage in den zurückliegenden Veranstaltungen, wird empfohlen, eine Platzreservierung unter krad-noch-so@orbaha-chattensis.de zu erbitten.

Was erwartet die Besucher:
„Christian Morgenstern – Tummelplatz der Phantasie“ – Die szenische Lesung mit Markus Maria Winkler

Der Theaterschauspieler Markus Maria Winkler widmet diesen Abend dem Dichter Christian Morgenstern und stellt dabei seine verschiedenen Facetten und Hintergründe in einer abwechslungsreichen szenischen Lesung vor. Er interpretiert seine Werke lustig, skurril, einfühlsam, nachdenklich und sehr anschaulich: „Freuen Sie sich auf Geschichten, Gedichte und Sprüche aus Christian Morgensterns Palmström, Galgenlieder, Muhme Kunkel, die Flamme, das Nasobem und vieles mehr aus seinen Parodien und dichterischen Spielen“.

Im Juni 1975 wurde der Schauspieler und Sänger Markus Maria Winkler in Wilhelmshaven an der Nordseeküste geboren. Er spielte beim Südbayerischen Theaterfestival, beim Tourneetheater Das Ensemble Jacob-Schwiens und am Festspielhaus in München und ist mit eigenen Theaterproduktionen in Deutschland, Österreich und der Schweiz auf Gastspielreisen.

Als Charakterdarsteller reicht sein Repertoire von Musical über klassische Gesangskonzerte bis hin zu modernen und klassischen Theaterrollen. Mit seinen Eigenproduktionen trat er in mehr als 500 Gastspielorten auf. 2026 feiert Markus Maria Winkler sein 29. Bühnenjubiläum.

Mehr: www.markusmariawinkler.de.

VIELE BESCHWERDEN ENTSTEHEN IM ZUSAMMENSPIEL VON HORMONEN, STOFFWECHSEL, DARM UND NERVENSYSTEM.

NATURHEILPRAXIS
Regina Fischer
HEILPRAKTIKERIN
Balance für Hormone, Schilddrüse & Darm
Unterstützung bei Erschöpfung & Stress

Würzburger Str. 3 - 63619 Bad Orb
Tel.: 0151 178 05919
www.hormondetektivuero.de

Gesellschaftsvereins Schlaraffia Bad Orb in der Wemmstraße 8 zum vierten Male in diesem Jahr als Kleinkunstbühne. Mit der Veranstaltungsreihe **Kunst im Keller** will der Verein nicht nur dauerhaft Beiträge zur Vielfalt des kulturellen Lebens in Bad Orb leisten, sondern dabei auch auf sich selbst aufmerksam machen. „Denn was Schlaraffen sind und was sie auszeichnet, wissen bislang nur die Wenigsten“, heißt es dazu erläuternd in einer Pressemeldung.

Der Theaterschauspieler **Markus Maria Winkler** stellt in seiner szenischen Lesung mit dem Programmtitel „Tummelplatz der Phantasie“,

Pflegedienst Heel

Professionelle Pflege in den eigenen vier Wänden!

- Kostenloses Erstgespräch
- Beratung/Schulung
- Verhinderungspflege
- Grundpflege, Betreuung
- Behandlungspflege
- Hauswirtschaft

Tagespflege Heel

Hier bin ich zu Hause!

- Betreuung werktags von 8-16 Uhr
- Fahrservice
- Frühstück, Mittagessen, Kaffee & Kuchen
- Umfangreiche Aktivitäten

Kostenloser Schnuppertag!

Seniorenheim Heel,
Sauerbornstraße 16-18,
63619 Bad Orb
Tel. 06052/92880
WWW.SENIORENDOMIZIL-HEEL.DE

NEW CHAPTER wagt den nächsten großen Schritt

Konzert-Highlight in Bad Orb am Samstag, 18. April

Bad Orb (red). Für die Band NEW CHAPTER steht in diesem Jahr eine ganz besondere Herausforderung an – und zugleich das bislang größte Projekt ihrer noch jungen Bandgeschichte: Am 18. April wollen die Musiker*innen die Konzerthalle Bad Orb füllen. Ein ambitioniertes Ziel, das Mut, Leidenschaft und eine große Portion Herzblut verlangt.

Seit ihrer Gründung im Januar 2024 schreibt NEW CHAPTER an einem eigenen Kapitel Musikgeschichte – und das mit Erfolg. Innerhalb von nur zwei Jahren hat sich die Band mit ihrem ebenso mutigen wie charmanten Konzept in die Herzen ihrer Zuhörer gespielt. Wer ein Konzert von NEW CHAPTER besucht, merkt schnell: Hier geht es um weit mehr als nur Musik. Es ist ein Erlebnis. Eine Reise. NEW CHAPTER-Konzerte sind wie gute Gespräche mit alten Freunden: vertraut, intensiv, inspirierend. Oder, wie die Band es selbst augenzwinkernd beschreibt: eine gemeinsame Klassenfahrt mit jeder Menge Emotionen im Gepäck.

Das Konzert am 18. April soll dabei etwas ganz Besonderes werden. Die Musiker haben sich einige Überraschungen überlegt – Details bleiben allerdings noch geheim. „Ein bisschen Spannung muss sein“, heißt es aus Bandkreisen. Doch so viel sei bereits verraten: Viele Freunde und Kolleg*innen werden an diesem Abend ebenfalls mitwirken. Das

Publikum darf sich auf einen Abend freuen, der emotional, lustig und kurzweilig wird. Neue alte Musik, persönliche Geschichten aus dem Leben und Momente zum Lachen wie zum Innegucken sollen den Abend prägen.

Gleichzeitig wird das Konzert auch zu einer Art Geburtstagsparty. NEW CHAPTER feiert in diesem Jahr ihr zweijähriges Bestehen – zwei Jahre voller Proben, Auftritte, Ideen und unvergesslicher Begegnungen. Was einst als Vision begann, ist inzwischen zu einem Herzensprojekt gewachsen, das Menschen verbindet und Erinnerungen schafft.

Die vier MusikerInnen Dalia Eckert (Gesang, Percussion), Matthias Basemann (Gesang, Gitarre), Sebastian Eichenauer (Gitarre, Piano und Gesang) und Patrick Klöckner (Gesang, „Pfeifer“, Percussion) laden daher alle Musikliebhaber, Freunde und Gönner ein, Teil dieses besonderen Abends zu werden. Lassen Sie sich ein auf neue alte Musik, auf ehrliche Geschichten und auf eine Atmosphäre, die für ein paar Stunden den Alltag vergessen lässt.

Tickets gibt es über den QR-Code, auf reserv.de oder bad-orb.info/veranstaltungen. Der Vorverkauf ist dabei von großer Bedeutung – er gibt sowohl der Band als auch dem Veranstalter Planungssicherheit und trägt maßgeblich zum Gelingen des Abends bei.

Haushaltsauflösungen

Entrümpelungen

Nachlass-Ankauf

Verwertbares wird angerechnet

Beratung und Festpreisangebot kostenfrei:

HAUSHALTSAUFLÖSUNG JAKOB

Ihr Haushaltsauflöser im Main-Kinzig-Kreis | MKK

Festnetz: 06053 6182193
www.haushaltsaufloesung-jakob.de
kontakt@haushaltsaufloesung-jakob.de

Mein Blättche

ANZEIGENSCHLUSS
ist immer mittwochs (bis
10 Uhr) in der Vorwoche
der nächsten Ausgabe

Kontakt Tel. 06052 3405 oder EMail info@printhouse24.de

KLASSENFAHRT

18. April 2026
KONZERTHALLE
BAD ORB

TICKETS GANZ EINFACH
ÜBER DEN QR-CODE



**Dienstleister
SKORUPINSKI**

Frankfurter Str. 8 • 63619 Bad Orb
Tel. 0 60 52 / 92 81 07 • 0176 / 821 44 523

Grabbpflege • Holzeinfassungen • Grabauflösung
Gartenpflege • Baumpflege • Baumfällung
Wildkrautentfernung • Winterdienst • Hausmeisterservice

Hallo an Alle! Ich kaufe Ihre Pelze, alt sowie neu, Damen- u. Herrenbekl., Accessoires, Schmuck, Münzen. Sofortige Barzahlung. R. Lebas; ich freue mich über jeden Anruf: 0157 57590041, 06053 7069941

GS-Lehrer bietet Nachhilfe oder Hausaufgabenbetreuung. Tel.: 06052 9194050, Mobil: 0160 91045950.

Kaufe Bilder, Musikinstrumente, Porzellan und deutsche Münzen – von privat an privat. Mobil: 0177 2573873.

Rollator zu verkaufen. 1,5 Jahre jung, VB EUR 100,-. Mobil: 0173 3410140.

3-Zi.-Wohnung Bad Orb, ca 70 m2, 2. OG, sehr hell, Kurviertel, für Wochenend-Pendler. Voll eingerichtet. 2 Schlafz., Bad m. Du., Badewanne, WC, Gäste-WC, gr. Wohn-Zi. m. Küche. KM EUR 850,- + NK EUR 300,- + 3 MM KT. Mobil: 0170 326 9999.



Kopien in DIN A4 und DIN A3? Im PRINTHOUSE Birkenallee 2a Bad Orb 06052 3405

Rüstige Rentnerin bietet Hilfe im Alltag für Senioren an. Haushalt, Einkäufe, Kochen, Korrespondenz, Gesellschaft, Arztbesuche, usw. Mobil: 0151 54653431.

Home-Trainer (EUR 70,-) und Puppen (Porzellan) zu verkaufen.

Tel.: 06052 9194050, Mobil: 0160 91045950.

Bodenleger sucht Aufträge. Ich verlege Vinyl, PVC und Lino-leum mit Sorgfalt und Präzision. Zuverlässigkeit, saubere Arbeit und faire Preise.
Mobil: 0175 2449276.

Wer hat Lust, mit mir (weiblich, 72 Jahre) einmal die Woche in die Therme (BO) zu gehen oder einfach etwas Schönes zu unternehmen?
Mobil: 0177 3314040.



**Mein BLÄTTCHEN
ANZEIGENSCHLUSS
ist Mittwoch der Vorwoche
(10 Uhr), vor Erscheinen
der neuen Ausgabe,
06052 3405 / info@printhouse24.de**

3-Zi.-Whg., in Bad Orb, an NR-Mieter, 90 m², 1 OG, Balkon, PKW Stellpl., KM EUR 825,- + EUR 200,- NKV, KT: 3 MM, Gebäude Kat=C. Mobil: 0176 47796455.

iMac 21,5 Zoll (Jahr 2019, OS Monterey), 8 GB Speicher, Grafikkarte, Maus, Tastatur, kaum benutzt, funktioniert einwandfrei, mit Libreoffice Paket, Preis: EUR 380,-; Kontakt: B. Burgthaler. Mobil: 0175 1106524.

Jakobsweg Camino Frances im September / Oktober 2026. Motto: Gemeinsam planen – getrennt laufen. Wer hat Interesse: Dann melde Dich bei mir (m, 63) unter **Chiffre MB_772_01**.



Wir führen für Sie auch Maler- und Renovierungsarbeiten aus

Josef Grauel
Tel. 37 22 • Haselstr. 8
63619 Bad Orb

Farben • Tapeten • Bodenbeläge • Bilderrahmen • Eisenwaren • Werkzeuge • Einbruchschutz • Schlüsseldienst

Maurer-, Bagger- und Pflasterarbeiten vom Meisterbetrieb (seit 1991)
Kontakt: 0171 9955661
E-Mail: mailbox@rie-bau.de

Natur- und Vogelschutzgruppe (NVSG) Bad Orb Jahresplanung für Nachwuchsarbeit vorgestellt – für die Natur begeistern

Bad Orb (NVSG/bd). Die Natur- und Vogelschutzgruppe Bad Orb blickt mit großer Vorfreude auf das Jahr 2026 und präsentiert ein vielseitiges und spannendes Jahresprogramm speziell für den Nachwuchs. Ziel ist es, Kinder und Jugendliche für die heimische Natur zu begeistern, ihr Umweltbewusstsein zu stärken und ihnen praktische Einblicke in den Natur- und Artenschutz zu ermöglichen.

Das abwechslungsreiche Programm richtet sich an alle jungen Naturinteressierten und bietet für jede Altersgruppe passende Aktivitäten. Von spannenden Exkursionen in Wald und am Bach, bis zu Einblicken in die Welt der Bienen und eines Falkners und seinen Akrobaten der Lüfte – die

Nachwuchsnaturschützer erwartet ein Jahr voller Entdeckungen und Erlebnisse.

„Uns ist es wichtig, Kinder und Jugendliche früh für die Natur zu sensibilisieren und ihnen zu zeigen, wie spannend und schützenswert unsere Umwelt ist“, betont Bertwin Dehmer, Vereinsvorsitzender. „Mit unserem Programm möchten wir Neugier wecken und langfristiges Engagement fördern.“

Weitere Informationen zu Terminen und Anmeldung werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Kontakt: Natur- und Vogelschutzgruppe Bad Orb e.V.
Web: www.nvsg-bad-orb.de
Mail: info@nvsg-bad-orb.de

Natur- und Vogelschutzgruppe Bad Orb: Jahresplanung: Die Veranstaltungen

Bad Orb (NVG/bd). Die Natur- und Vogelschutzgruppe kümmert sich mit vielen Veranstaltungen auch im laufenden Jahr um Orber Kinder und Jugendliche. Geplant sind aktuell folgende Events:

11. April: 14 Uhr: Bienenwachstücher selbst herstellen, ab 11 Jahre. Eltern sind willkommen! Ort: Ehemaliges Verkehrsbüro, Burgstraße 2

9. Mai, 14 Uhr: „Eine Biene, die summt, sticht nicht!“ Der Imker zu Gast

16. Mai, 14 Uhr: Outdoor-Abenteuer – Survival Tag

13. Juni, 14 Uhr: Auf Schatzsuche in unserem Kurpark-großartige Botanik vor der Haustür

15. August, 19:30 Uhr: Fliegende Säugetiere (Familien-Fledermaus-Exkursion)

26. September, 14 Uhr: Die Vielfalt der Pilze (für die ganze Familie!)

10. Oktober, 14 Uhr: Akrobaten der Lüfte, Falkner Walter Reinhard und seine Vögel. Ort: Wegscheide, Treffen am Eingangstor

17. Oktober, 14 Uhr: Apfelfest auf der Schubert-Ranch – gemütlicher Ausklang mit Obst und Bratwurst- im Leimbachtal

Bad Orber Ferienpass – nur über Ferienpass der Stadt Bad Orb buchbar –

14. Juli, 10 Uhr: Wassertretanlage am Wildpark (nur über Ferienpass buchbar). Der Bach, Lebensraum unbekannter Tiere; am Bachlauf der Orb. Mit Biologin Susanne Hufmann

4. August, 10 Uhr: Treffpunkt Parkplatz Friesenheiligen: Lebensraum Wald – wer, wie, wo lebt hier? Pädagogin Anke Bissert-Bendel von der GNA. Pilze, Moose, Tierspuren, Fühlen: Rinde, Früchte, z.B. Eicheln



**PRASCH
RAUMAUSSTATTUNG**
Kreative Ideen für Ihr Zuhause

Am Aubach 16
63619 Bad Orb
Telefon: 0 60 52 - 927 63 46
raumausstattung@prama.de
www.prama.de



JOKA FACHBERATER

**Bodenbeläge
Gardinen
Polsterei
Sonnenschutz
Insektenschutz**

Taxi Grill
 Fahrer gesucht
 Bad Orb und Wächtersbach
 06052 4588
 06053 600585

21. April, Heldmann-Halle Vortrag „Demenz und Prävention“

Wächtersbach (WB/sm). Der Vortrag „Demenz und Prävention“ beginnt am Dienstag, 21. April, um 15.30 Uhr (Ende 17 Uhr) in der Heinrich-Heldmann-Halle. Im Rahmen des Senioren-Programms bietet die Stadt Wächtersbach, in Zusammenarbeit mit dem Main-Kinzig-Kreis und dem Bildungspartner Main-Kinzig, diesen Vortrag an.

Geistig fit bleiben und Demenz vorbeugen, darum geht es dabei. Aber nicht nur die geistige Fitness kann dazu führen, einer dementiellen Erkrankung vorzubeugen. Es gibt eine Vielzahl weiterer Möglichkeiten zur Gesunderhaltung im Allgemeinen und zur Vorbeugung von Demenz im Besonderen. Welche das sind, darüber wird in diesem anschaulichen Vortrag informiert.

Anschließend besteht die Möglichkeit zum Klären von Fragen.

Für diesen Vortrag, der in der Heinrich-Heldmann-Halle, Main-Kinzig-Str. 21, im kleinen Saal stattfindet, ist eine **Anmeldung** bei Elke Schmidt-Habermann **erforderlich bis zum 16. April** (immer vormittags, zwischen 8 und 12 Uhr) unter Tel.: 06053 80251.

Interessierte, die nicht selbstständig zum Vortrag kommen können, haben die Möglichkeit, in der Innenstadt oder den Stadtteilen mit dem Bürgerbus zu fahren.


GOLDPRESSO
 Hauptstraße 2 * Bad Orb
 Tel.: 06052 9187239
 Geöffnet: 9 bis 18 Uhr
 (Montag Ruhetag)

NOVA HB



Exklusives Wohnen in Bad Orb

Vier hochwertige Neubauwohnungen in bester Lage im Spessart

KfW-55

Provisionsfrei

Fertigstellung 07/2026

Tiefgarage

WOHNUNGSÜBERSICHT

WE 1	EG	4 Zi	137 m²	Terrasse
WE 2	1. OG	2 Zi	81 m²	Balkon
WE 3	1. OG	3 Zi	84 m²	Garten
WE 4	2. OG	5 Zi	141 m²	Terrasse

Berliner Straße 55 • 63619 Bad Orb

info@nova-hb.de • www.nova-hb.de

NovaHB Immobilien GmbH • Bornstr. 17 • 63579 Freigericht

HRB 100528 • Amtsgericht Hanau • Geschäftsführer: Daniel Baumann & Uwe Höfler

Erbrecht | Arbeitsrecht | Familienrecht | Verkehrsrecht | Mietrecht | Baurecht


 Rechtsanwältin · Fachanwältin
Böckenhoff

Geerd Uwe Böckenhoff
 Fachanwalt für Erbrecht
 Fachanwalt für Arbeitsrecht

Julia Wahl LL.M
 Fachanwältin für Arbeitsrecht



Bleichgartenstraße 6-8 | 63607 Wächtersbach | www.boeckenhoff.de | Tel. +49 60 53 - 61 70 0

Kostenlose Beratung und Anleitung bei Ihrer Häuslichen Pflege

Friedrichstalstr. 35
63619 Bad Orb
Tel.: 0 60 52-92 86 99

Rund um die Uhr
persönlich erreichbar.
Zulassung für alle Kassen



Für Wächtersbach und die zwei Kurstädte:

„Mobile Bühne ist ein echter Meilenstein für die kommunale Zusammenarbeit!“



Wächtersbach / Bad Orb / Bad Soden-Salmünster (WB/sm). Ein wichtiger Schritt für die kulturelle Entwicklung von Wächtersbach, Bad Orb und Bad Soden-Salmünster wurde vollzogen: Nach erfolgreichem Vergabeverfahren und Suche eines geeigneten Lagerorts ist die neue mobile Kulturbühne nun geliefert und kann in Kürze offiziell in Betrieb genommen werden. Ihren Lagerort hat die Bühne in Bad Orb und steht nach Zulassung den drei Kommunen für deren kulturelle Programme zur Verfügung. Auch Vereine aus den beteiligten Städten können künftig von der neuen Infrastruktur profitieren.

Im Rahmen des Liefertermins wurden die Bauhöfe sowie technisches Veranstaltungspersonal umfassend in den Auf- und Abbau der Bühne eingewiesen. Dies soll sicherstellen, dass die mobile Bühne fachgerecht genutzt wird und langfristig in einwandfreiem Zustand bleibt.

Auch Landrat Thorsten Stolz, Bürgermeister Tobias Weisbecker (Bad Orb) und Andreas Weiher (Wächtersbach), Bad Orbs Kurdirektor Steffen Kempa sowie Tim Schneider, Hauptamtsleiter der Stadt Bad Soden-Salmünster waren zum Liefertermin erschienen, um sich ein Bild von der Investition zu machen.

Landrat Thorsten Stolz betont dabei die Bedeutung der Investition: „Die mobile Bühne ist ein starkes Signal für die kulturelle Entwicklung im Main-Kinzig-Kreis. Ich freue mich, dass der Main-Kinzig-Kreis noch vor Ablauf des betreffenden Förderprogramms das Projekt aus dem Kulturfonds unterstützen konnte, besonders weil wir dadurch auch die interkommunale Zusammenarbeit stärken konnten.“

Auch Wächtersbachs Bürgermeister

Andreas Weiher hob die Vorteile der gemeinsamen Lösung hervor: „Die Anschaffung der mobilen Bühne ist ein echter Meilenstein für unsere kommunale Zusammenarbeit. Sie ermöglicht es uns, Kulturveranstaltungen wirtschaftlicher umzusetzen und gleichzeitig das kulturelle Leben in den drei Kommunen weiter auszubauen. Mein Dank geht daher an den Main-Kinzig-Kreis ohne dessen Unterstützung dieses Projekt nicht realisierbar gewesen wäre. Gleichzeitig danke ich meinem Kollegen Nikolai Kailing vom Stadtmarketing, der Ideengeber war und das gesamte Projekt gemanagt hat. Schließlich der Stadt Bad Orb, welche bis auf weiteres die Lagerfläche kostenfrei zur Verfügung stellt.“

Anmelden bis 30. April: OrbArt 2026 im Kulturbahnhof

Bad Orb (red). Die Anmeldung für die „Bad Orber Biennale für regionale Kunst – OrbArt 2026“ ist online freigeschaltet. Interessierte Künstlerinnen und Künstler können sich über die Website www.orbart.de registrieren und am Wettbewerb teilnehmen. Die Biennale richtet sich an Kunstschaffende aus dem Main-Kinzig-Kreis sowie den Regionen Kinzigtal, Vogelsberg und nördlicher Spessart. Die Anmeldefrist läuft bis zum 30. April 2026.

Die Jury entscheidet im ersten Schritt über die digital eingereichten Werke; anschließend werden ausgewählte Arbeiten im Kulturbahnhof Bad Orb präsentiert. Die Ausstellung findet vom 19. September bis 4. Oktober statt. Infos, Teilnahmebedingungen und Anmeldeformular auf: www.orbart.de.

Bad Orber Senioren wieder unterwegs Kaffee und Kuchen beim Besuch von Adler-Moden



Bad Orb (wuh). Alljährlich im März besucht die von Wilfried und Ursula Herold betreute Seniorengruppe die Fa. „Adler-Moden“ in Aschaffenburg-Haibach. Dieser Nachmittagsausflug erinnert an frühere Kaffeefahrten.

Nach gefälliger Busfahrt mit Austausch aller möglichen Neuigkeiten (wie den altersbedingten Wehwehen) erwartete die SeniorenInnen nach der Ankunft Kaffee und leckeren Kuchen sowie einen Künstlerauftritt.

Dieses Jahr zu Gast war das Roland Kaiser-Double Gerald Gabert aus Thüringen mit Leidenschaft für Schlager und einer Stimme voller Gefühle. Seit einiger Zeit bringt er die größten

Kaiser-Hits wie „Joana, dich zu liebe“ oder „warum hast du nicht nein gesagt“ live auf die Bühne. „Die Roland Kaiser-Double-Show ist mehr als Musik – es ist ein Erlebnis fürs Herz“.

Nach verbilligten Einkaufsmöglichkeiten ging es wieder heimwärts. Erfolgte die Heimfahrt früher immer über Sailauf und Wiesen nach Orb, so wurde diesmal die Autobahn gewählt – und zwar aus Kostengründen aufgrund des stark gestiegenen Dieselpreises für den Bus. Ebenerdig auf der Autobahn verbraucht ein Bus bedeutend weniger Kraftstoff. „Bleibt zu hoffen, dass sich die Preise wieder normalisieren für zukünftige Fahrten, insbesondere die Herbstfahrt in den Schwarzwald“, so Wilfried Herold.

Die nächste Veranstaltung der Senioren ist die **Generalprobe der Theatergruppe „Peter von Orb“** für die diesjährige Aufführung. Treffpunkt ist am **Samstag, 30. Mai, um 13.30 Uhr**, dieses Jahr wieder im **Holzshof**.

... hier schreibt die Leserin ...

„HALLO HERR STRAUSS,

herzlichen Dank für die vielen wunderbaren Aktionen, die Sie für Bad Orb geleistet haben – großen Respekt.

Darf ich einen Vorschlag unterbreiten?

Könnten Sie sich evtl. auch um das Hotel an der Therme kümmern? Es ist der grösste Schandfleck Bad Orbs. Wäre das nicht ein Objekt für Sie?

Liebe Grüsse
Hannelore Weiss, Mühlheim“

Fachfußpflege
Janet Richardson

Tel. 0157 30448412

Waldstr. 9a · 63637 Jossgrund
Hausbesuch auf Anfrage.

Mein
BLÄTTCHEN

Anzeigen- und
Redaktions-
schluss 2026

**Anzeigen- und RedaktionsSCHLUSS für
„Mein Blättche 773“/ 25. April:
ist am Mittwoch, 15. April, 10 Uhr!
Verteilung ab Dienstag, 21. April**

**Anzeigen- und RedaktionsSCHLUSS für
„Mein Blättche 774“/ 9. Mai:
ist am Dienstag, 28. April, 10 Uhr!
Verteilung ab Dienstag, 5. Mai**

**Anzeigen- und RedaktionsSCHLUSS für
„Mein Blättche 776“/ 30. Mai:
ist am Mittwoch, 20. Mai, 10 Uhr!
Verteilung ab Mittwoch, 27. Mai**

„Mein Blättche“ gibt es auch als PDF
als Download sowie zum online Lesen auf
www.mein-blaettche.de.
Inklusive tagesaktuelle News (24/365).

Samstag, 11. April, Schafhof in Jossgrund-Burgjoß: Pflanzen historischer Tomatensorten im „Schaufenster Spessart“

Abgabe zum Selbstkostenpreis– Aussterben verhindern



Jossgrund (NHS/bs). „Blondköpfchen“, „Himbeerrose“, „Haubners Vollendung“ oder „Königin der Nacht“ sind Namen, die zwar irgendwie nostalgisch klingen, aber wer denkt schon daran, dass es sich dabei um historische Tomatensorten handeln könnte? Naturparkführerin Ulrike Schaufß bietet diese besonderen Pflanzen auch in diesem Jahr wieder zum Kauf an. Die Aktion findet am Samstag, 11. April ab 11 Uhr im Schaufenster Spessart im Schafhof in Burgjoß statt.

Insgesamt hat sie 16 Pflanzensorten im Gepäck. Das Sortiment umfasst Cocktail-, Salat- und Fleischtomaten, die alle aus ihrer eigenen Hobbyzucht kommen. Der Preis pro Pflanze beträgt 1,50

Euro. „Es sind ausschließlich sogenannte alte, historische Sorten, die ich zum Selbstkostenpreis abgebe, um auf diesem Weg zu verhindern, dass sie aussterben“, erklärt die Sinntalerin ihre Motivation. Alle angebotenen Sorten seien zudem samenfest, sodass sie problemlos weitervermehrt werden können.

Auf diese Weise soll die Artenvielfalt in heimischen Gärten erhalten und gestärkt werden. Gleichzeitig überzeugen die historischen Tomaten auch geschmacklich und optisch: „Diese Tomaten schmecken einfach ganz anders als die herkömmlichen Sorten und sehen dazu noch richtig hübsch aus“, schwärmt Ulrike Schaufß – „Tomaten müssen nicht rot sein.“

Rücken- & Gelenkschmerzen
REHASPORT VOM ARZT VERORDNET!

Jetzt starten im
AktiVita
Gemeinschaft | Therapie | Weiterbildung

Tel.: 06052 2204, Gewerbestr. 26, 63619 Bad Orb

Am Sonntag, 19. April:

Besonderes Wandererlebnis zwischen Jossa und Altengronau

Sinntal / Main-Kinzig (NHS/bs). Die Natur im Frühling erwacht bereits und so kann man im Tal der Sinn eine einmalige botanische Rarität entdecken. Die Wanderung mit Inge und Michael Stange führt auch über die Höhen von Jossa und Altengronau. Hier erwarten die Teilnehmenden nicht nur wundervolle Ausblicke, sondern auch eine kulturhistorische Besonderheit.

Treffpunkt ist um 10 Uhr am Sportplatz, Im Spessartgrund in Sinntal-Jossa. Die Wanderung dauert rund viereinhalb Stunden. Die Länge der Wegstrecke beträgt zwölf Kilometer.

Die Teilnahme kostet fünf Euro

pro Person.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

In der Naturpark-Geschäftsstelle, Telefon 06059 906783 oder per E-Mail an info@naturpark-hessischer-spessart.de. Weitere Infos unter www.naturpark-hessischer-spessart.de.



SHOWHIGHLIGHTS IN BAD ORB • KONZERTHALLE

One Moment In Time

The
Whitney Houston
Story

29.04.26

FOREVER QUEEN
PERFORMED BY QUEEN ALIVE

31.10.26

THE REAL COMEDIAN
HARMONISTS
Die Weihnachtsshow
Hell ist die Nacht

17.12.26

Tickets in der Touristinformation Bad Orb, an allen bekannten VVK-Stellen
sowie unter 0365 – 54 81 83 0 und www.resetproduction.de

Wenn Ihnen die Worte fehlen.
Tipps für die Kondolenz finden Sie hier:
www.nowak-bestattungen.de



06056 1420
www.nowak-bestattungen.de
Bad Soden-Salmünster · Steinhau · Bad Orb
Lössgrund · Wächtersbach · Biebergermünd

Nowak
Bestattungen

Libanesische Partnerschule von Gelnhäuser Verein Helping Hands massiv von Nahost-Konflikt betroffen „Selbst Donner klingt wie Bomben“



Schüler der NES legen am vergangenen Unabhängigkeitstag beschriftete Herzen im Umriss des Libanon ab. Foto: copyright Helping Hands e.V.

Gelnhausen / Beirut (HeH/dg). „Heute morgen schlug eine Bombe ganz in der Nähe der Schule ein“, berichtet Marlene M., Schulleiterin der NES-Schule in Beirut, mit der Helping Hands e.V., Gelnhäuser Verein für Entwicklungszusammenarbeit, seit vielen Jahren eng zusammenarbeitet. „Bisher sind wir in Sicherheit, aber es ist für alle eine extrem angespannte und emotionale Zeit und keiner weiß, wo das noch hinführt. Wir leben von einem Tag zum nächsten.“

Die neue Angriffswelle gegen den Libanon hat seit Anfang März schon über tausend Todesopfer gekostet. Eine weitere Million Menschen sind auf der Flucht in einem Land, in dem bereits jeder Dritte Flüchtling ist. Viele finden keine Bleibe und leben in ihren Autos oder auf der Straße, wo sie Starkregen und Stürmen ausgesetzt sind. Das stetige Surren der Drohnen und Donnern der Explosionen schüren Angst und Unsicherheit.



Blick über Beirut
Copyright Helping Hands e.V.

Das sind zwar keine ganz ungewohnten Szenen im Libanon, doch eins ist diesmal anders: Während die Angriffe sich bisher auf bestimmte Gebiete beschränkten und Menschen in anderen Teilen des Landes und der Hauptstadt weniger betroffen waren, sind die Einschläge nun willkürlicher, weiter verteilt – und kommen der Schule

immer näher. Keiner fühlt sich mehr sicher, und Furcht und Panik breiten sich aus.

„Die Kinder leiden wirklich sehr unter dieser Situation. Sie sind misstrauisch gegenüber unbekannten Personen, die eine Gefahr für ihre Gebäude darstellen könnten. Viele können aufgrund des Lärms der Luftangriffe nicht schlafen – selbst Donner klingt nun wie Bombeneinschläge – und das alles macht es sehr schwer, sich sicher zu fühlen oder sich auf den Alltag zu konzentrieren.“

Das Leitungsteam der NES-Schule bemüht sich, so viel Unterricht anzubieten wie eben möglich, und trotzdem die Sicherheit der Kinder zu gewährleisten. Denn eine gewohnte Routine, ein strukturierter Alltag, das ist „eine der wirksamsten Methoden, um die psychische Gesundheit von Kindern in Krisenzeiten zu fördern“, wie Sara, Schultherapeutin der NES, betont.

Vor einem Jahr begann die NES-Schule mit Förderung von Helping Hands e.V. ein speziell entwickeltes Therapieangebot mit Trauma-Beratung und Prävention für Schüler, Eltern und Lehrer, um zu ermöglichen, dass Kinder und ihre Familien Heilung erleben und die Resilienz entwickeln, künftigen Krisen mit Zuversicht zu begegnen und gestärkt daraus hervorzugehen. Das Programm hat in den letzten zwölf Monaten schon einen deutlich merkbaren Unterschied in der mentalen Gesundheit der Kinder und Eltern gemacht.

Die jüngste Eskalation des Nahost-Konflikts hat den Bedarf für dieses Angebot dramatisch verschärft. Aber noch stehen nur sehr begrenzte Mittel zur Verfügung, um das Programm über die nächsten

Jeden zweiten Donnerstag im Monat im Forum: Selbsthilfegruppe bei Fibromyalgie und chronischen Schmerzen

Bad Soden-Salmünster (SEKOS/rb). Der Umgang mit dem Fibromyalgie-Syndrom (FMS) erfordert oft Geduld und einen Mix aus verschiedenen Ansätzen, da es keine „Heilung“ im klassischen Sinne gibt. Das Ziel ist die Linderung der Symptome und der Erhalt der Lebensqualität.

- **Regelmäßige Bewegung:** Moderate Aktivität ist eine der wirksamsten Maßnahmen. Wichtig ist, langsam zu beginnen und sich nicht zu überfordern.
- **Geeignete Sportarten:** Nordic Walking, Schwimmen (besonders in warmem Wasser), Radfahren oder Tanzen.
- **Vermeidung von Inaktivität:** Zu starke Schonung kann die Schmerzen langfristig verschlimmern.
- **Stressmanagement & Entspannung:** Stress und negative Gefühle können Schübe auslö-

sen. Techniken wie Progressive Muskelentspannung, Meditation oder Achtsamkeitsübungen helfen, das Nervensystem zu beruhigen.

- **Ernährung:** Auch wenn es keine spezielle „Fibromyalgie-Diät“ gibt, berichten Betroffene von Besserungen durch den Verzicht auf schwer verdauliche, fettige oder zuckerhaltige Speisen.

Wir in der Selbsthilfe beschäftigen uns mit „schönen Gedanken“ lernen verschiedene Dinge neu und mit anderen Augen zu sehen. Du hast die Möglichkeit der Wassergymnastik über unseren Dachverein. Du brauchst Hilfe – dann bist du bei uns richtig!

Wir treffen uns am zweiten Donnerstag im Monat um 19 Uhr im Spessart Forum Bad Soden-Salmünster. Weitere Infos unter EMail: info@aktiv-trotz-schmerzen.de.

Bestattungshaus Klein Inh. Christian Hillbrecht

Wir gestalten die Bestattung, die zu Ihnen passt.

- Warme Atmosphäre - Individuelle Vorsorgen - Hausbesuche -
- Transparente Preise und Ratenvereinbarungen -

Rund um die Uhr unter 06051-4060 für Sie zu erreichen.

Barbarossastraße 7, 63571 Gelnhausen
Dr.-Herbert-Heim-Straße 10a, 63619 Bad Orb

info@pietaet-klein.de
www.pietaet-klein.de

Selbsthilfegruppe „Long COVID“ in Gelnhausen Für Betroffene von Post-Covid, Post-Vac und ME/CFS sowie Angehörige

Gelnhausen (SEKOS/rb). Long COVID ist der Oberbegriff für Langzeitfolgen nach einer Ansteckung mit dem Coronavirus. Vom Post-COVID-Syndrom spricht man, wenn Long-COVID-Beschwerden nach drei Monaten noch bestehen und mindestens zwei Monate lang anhalten oder wiederkehren.

Treten ähnliche Symptome nach einer Impfung auf, werden diese als Post-VAC-Syndrom bezeichnet. ME/CFS (Myalgische Enzephalomyelitis / Chronisches Fatigue-Syndrom) ist eine schwere neuroimmunologische Erkrankung und als eigenständiges Krankheitsbild nicht mit dem Symptom Fatigue zu verwechseln, das ein typisches Begleitsymptom vieler chronisch-entzündlicher Erkrankungen ist.

Die häufigsten Symptome sind systemischer und neurologischer Art, insgesamt sind in Studien über 200 Symptome beschrieben, u.a. Fatigue

– eine krankhafte, nicht verhältnismäßige Erschöpfung (Fatigue) mit Belastungsintoleranz, kognitiven Störungen wie Konzentrations- und Wortfindungsstörungen oder erhöhte Vergesslichkeit, Herz-/Kreislaufprobleme – hierzu zählen auch Brustschmerzen, Bluthochdruck, Schwindel, Herzmuskelentzündung, Herzrhythmusstörungen und Herzrasen, Schmerzen wie Kopf-, Nerven-, Muskel- und Gelenkschmerzen, Anhaltende Atem-Beschwerden wie Kurzatmigkeit und andauernder Husten, Störung des vegetativen Nervensystems wie Schlafstörungen und Reizempfindlichkeit.

Die Gruppe trifft sich regelmäßig am zweiten Mittwoch im Monat in der Selbsthilfekonktakstelle Gelnhausen. Interessentinnen und Interessenten für die Gruppe nehmen Kontakt auf mit Anja Sticher, mobil unter 0175 4627172 (telefonisch oder WhatsApp) oder per E-Mail: SHG-LongCovid-Gelnhausen@web.de.

Monate anzubieten und langfristig weiterzuführen.

Wenn Sie ein Zeichen der Solidarität setzen und die Kinder und Familien der NES-Schule in dieser verheerenden Situation ermutigen und unterstützen möchten, dann spenden Sie bitte mit Vermerk „**Libanon Katastrophenhilfe**“ (oder

alternativ „**NES Therapieprogramm**“ oder „**NES Studienfond**“) auf das Konto von Helping Hands e.V. (IBAN DE56 5075 0094 0000 022394) bei der Kreissparkasse Gelnhausen oder online: <https://helpinghandsev.org/spenden/>. Weitere Informationen erhalten Sie online (<https://helpinghandsev.org>) oder per Telefon (06051 832892).

Bestattungsinstitut Reinhold Bauer
Inh.: Thomas Bauer
 Erledigung aller Bestattungsformalitäten,
 Erd-, Feuer-, Sec-, Wald- und anonyme Bestattungen
 Bestattungs-Beratung - Bestattungs-Vorsorge
 Überführungen von und nach auswärts
Bad Orb, Raiffeisenstraße 1
 ☎ (0 60 52) 24 43
 Mit fachgeprüfem Bestatter
 In der dritten Generation Ihr Helfer im Trauerfall



**Individuell gestaltete
Anzeigen,
Danksagungs-
und Trauerkarten**

Auftragsannahme:
 Tel.: 06052 3405
 info@printhouse24.de
 gestaltung@printhouse24.de



Die katholischen Gottesdienste Bad Orb, Lettgenbrunn und Auenau

Katholische Gottesdienste Bad Orb, Lettgenbrunn, Auenau und Neudorf

St. Martin Bad Orb

So., 10.15 Uhr, Heilige Messe
 18 Uhr, Abendgottesdienst (mit neuen geistlichen Liedern)

Mo., 17 Uhr, Rosenkranz für den Frieden

Di., 10 Uhr, Heilige Messe - Caritas Altenpflegeheim St. Martin

Mi., 18 Uhr, Rosenkranz

18.30 Uhr, Heilige Messe

Do., 8.30 Uhr, Aussetzung - Möglichkeit zur stillen Anbetung, 18.30 Uhr, Heilige Messe, anschl. eucharistischer Segen

Fr., 8 Uhr Heilige Messe

Sa., 18 Uhr, Vorabendmesse

(in St. Martin)

Taizé-Gebet, jeden letzten Donnerstag im Monat um 20.15 Uhr in der Jugendkirche

Kinderkirche, einmal im Monat samstags um 16 Uhr

Filialkirche St. Jakobus –

Lettgenbrunn

So., 9 Uhr Heilige Messe

Zur Schmerzhafte Mutter

Gottes – Auenau

So., 10.30 Uhr, Heilige Messe

Mi., 18 Uhr, Rosenkranz

18.30 Uhr, Heilige Messe

Filialkirche St. Johannes –

Neudorf

Do., 18 Uhr, Heilige Messe

**Kopien in DIN A4 und
DIN A3? Im PRINTHOUSE**

Birken-
allee 2a
Bad Orb

06052 3405



Kirche des Nazareners W.-bach evangelische Freikirche

Mi., 8. 4., 18 Uhr, Bibel- und Gebetsstunde

Sa., 11. 4., 18 Uhr, Gottesdienst

So., 12. 4., 10:30 Uhr, Gottesdienst

Mi., 15. 4., 18 Uhr, Bibel- und Gebetsstunde

Sa., 18. 4., 18 Uhr, Gottesdienst

So., 19. 4., 10:30 Uhr, Gottesdienst

Mi., 22. 4., 18 Uhr, Bibel- und Gebetsstunde

Sa., 25. 4., 18 Uhr, Gottesdienst

So., 26. 4., 10:30 Uhr, Gottesdienst

Di., 28. 4., 15 Uhr, Kaffeenachmittag

Mi., 29. 4., 18 Uhr, Bibel- und Gebetsstunde

Sa., 2. 5., 18 Uhr, Gottesdienst

So., 3. 5., 10:30 Uhr, Gottesdienst

Wichtiger Hinweis:

Das Gebäude ist Barrierefrei!

Die evangelischen Gottesdienste Bad Orb

Gottesdienste:

Sa., 11. 4.: 10.30 Uhr, Taufgottesdienst (falls Anmeldungen vorhanden), Pfarrerin Svenja Koch

So., 12. 4.: 10 Uhr, Gottesdienst, Prädikant Henrik Neeße

So., 19. 4.: 18 Uhr, Abendgottesdienst, Pfarrerin Svenja Koch

So., 26. 4.: 10 Uhr, Gottesdienst, Pfarrerin Svenja Koch

Wochenprogramm 13. bis 26. 4. (alle Veranstaltungen der ev. Kirchengemeinde Bad Orb)

Nachmittag der Begegnung: Mo. 13. 4., 15 Uhr

Tanz mit! donnerstags, 15 Uhr

Wichtige Information: Das Gemeindebüro ist in die Gewerbestraße 14 umgezogen.

c3 Church Campus Kinzigtal Evangelische Freikirche

Wächtersbach-Neudorf (ws). Die Evangelische Freikirche c3 Church Campus Kinzigtal lädt zum **Gottesdienst mit cooler moderner Musik** jeden Sonntag um 11 Uhr in Neudorf, Am Rosengarten 5, ein.

„Was man tief in seinem Herzen besitzt, kann man durch den Tod nicht verlieren.“

In liebevoller Erinnerung haben wir Abschied genommen von meiner Ehefrau, unserer Mutter, Schwiegermutter, Oma und Schwester

Christa Moritz geb. Röder

* 1. 6. 1941 † 14. 3. 2026



Allen, die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlen und ihre liebevolle Anteilnahme auf so vielfältige Art zum Ausdruck brachten, danken wir von Herzen. Besonderer Dank gilt dem kompletten Praxisteam, Frau Dr. Laura Porumboiu und Herrn Dr. Ulrich Dehmer.

Ferner danken wir dem Team der häuslichen Pflegeservice GmbH in Bad Orb und dem Palliativ-Team Hanau für die liebevolle Betreuung sowie Frau Walk und dem Bestattungsinstitut Bauer für die würdevolle Gestaltung der Trauerfeier.

In stiller Trauer

Erich Moritz

Frank Moritz mit Familie

Manfred Moritz mit Familie

Margret Rieger

Bad Orb
im April 2026

Was bleibt, ist die Erinnerung



CHRISTEL LÖBL

geb. PRASCH

* 23. 8. 1934 † 19. 2. 2026

- D** – Euch allen für die große Anteilnahme bei der Trauerfeier
- A** – die liebevoll geschriebenen Karten
- N** – die Zuwendungen
- K** – dem Praxisteam Dr. Dehmer
- E** – Frau Pfarrerin Koch für die tröstenden Worte bei der Trauerfeier
- sowie allen, die sich mit uns verbunden fühlten.

Wir vermissen Dich!

Hans-Helmut, Elke, Helga
mit Familien

Der WALK-MÄN-PODCAST und MEIN BLÄTTCHEN VIDEO

Als Audio/Video auf Apple, Spotify und YouTube

Walk-Män-Podcast Nr. 259

Trotz COPD zurück auf die Bühne – warum weniger oft mehr ist – mit Matthias Baselmann.

„Es geht nicht ohne!“ Matthias Baselmann (61) ist im Main-Kinzig-Kreis und weit über dessen Grenzen hinaus seit Jahrzehnten ein erfolgreicher, bekannter und geschätzter Musiker. Über 150 Konzerte gab er im Schnitt pro Jahr, die meisten solo, den Rest mit unterschiedlichen Band-Projekten. 2018 beging er noch sein 40jähriges Bühnen-Jubiläum, ehe er 2021 die Diagnose COPD erhielt. Für Baselmann brach eine Welt zusammen. Wenig später kam als „Update“ der Verdacht auf Kehlkopfkrebs hinzu... Im Podcast erzählt er seine an Höhen und Tiefen reiche Geschichte.



Walk-Män-Podcast Nr. 258

Asthma und Allergien – raus aus dem Sauerstoffzelt – mit Torsten Gröll.

Mit etwa fünf bis sechs Jahren begann sein Leidensweg mit Heuschnupfen. Als er sieben Jahre alt war, sagte ein ehemaliger Professor (Kinderarzt) zu seiner Mutter: „Ihr Sohn wird vielleicht mal nur 44 Jahre alt.“ Für den kleinen Torsten Gröll war die Kindheit geprägt von Arztbesuchen und Medikamenten-Marathons. „Eigentlich hatte ich alles – außer Schimmelpilzen“. Dutzende Kur-, Krankenhaus- und Therapieaufenthalte später war keine Besserung in Sicht. Wie er sich selbst an den Haaren aus dem Allergie-Sumpf zog, erzählt Torsten Gröll in dieser Episode.

Walk-Män-Podcast Nr. 257

„Lachhormone fressen Stresshormone – mit Regina Fischer“.

Gespräch mit der Heilpraktikerin für ganzheitliche Hormon- und Darmgesundheit. „Erschöpfung und Burnout entstehen oft nicht einfach „im Kopf“, sondern haben körperlich ihre Wurzeln im Hormonsystem. Die feinen, komplexen Zusammenhänge – bei Frauen wie bei Männern – sind spannend und werden doch häufig unterschätzt“. Das sagt Regina Fischer aus Bad Orb. Im Alter von 45 Jahren durfte sie sich von einer Frauenärztin anhören: „Das sind halt Wechseljahre, stellen Sie sich nicht so an.“ Mittlerweile ist Regina Fischer Heilpraktikerin für ganzheitliche Hormon- und Darmgesundheit. Und neuerdings vertreten in Bad Orb mit einer eigenen Praxis (Hinweis: Unbezahlte Werbung).



Walk-Män-Podcast Nr. 256

Zufriedenheit durch Jonglieren mit Seifenblasen – mit Jennifer Schäfer.

Ihr beruflicher Weg führte sie zunächst zur Informatik, später zum Journalismus als freie Mitarbeiterin für eine Frankfurter Tageszeitung. Viele Jahre war sie Lehrkraft an einer Grundschule sowie Leiterin autogener Trainingskurse. Seit über 15 Jahren begleitet sie Menschen auf ihrem Weg zu innerer Balance. Mit großem Einfühlungsvermögen unterstützt sie diese dabei, ihren Weg mit Klarheit und Zuversicht zu gehen. Ihr Buch: „Zufriedenheit durch Jonglieren mit Seifenblasen“.

Walk-Män-Podcast Nr. 255

Pro-Aging statt Anti-Aging – mit Bertram Kasper.

In seinem am 7. April erscheinenden Buch „Die größte Reise Deines Lebens – mit Gelassenheit älter werden“ beschreibt Kasper den Übergang in den Ruhestand als eine fragile Bruchkante, an der das massive Mauerwerk der beruflichen Identität Risse bekommt. Über den Autor: Bertram Kasper ist Altersstrategie, Diplom-Supervisor (DGSV) und Host des erfolgreichen Podcasts „gelassen älter werden“. Er begleitet Menschen und Organisationen in Transformationsprozessen und gilt als Pionier für eine neue Sicht auf die dritte Lebensphase. Kasper lebt in Marburg.



Walk-Män-Podcast Nr. 254

Nach Covid zurück zum Marathon – mit Jochen Weigt.

Jochen Weigt ist der Prototyp des „Stehauf-Männchens“. Bereits in Episode 10 war er zu Gast im Podcast, berichtete über seinen Kampf gegen den Krebs und seine 140 kg Kampfgewicht. Weigt kämpfte sich zurück ins Leben – das Laufen war dabei seine effektivste Waffe. Corona-Virus und Post-Covid machten ihm jüngst erneut schwer zu schaffen, was Weigt aber nicht stoppte. Diese Episode wurde am frühen 31. Dezember aufgenommen, damit der Bädinger noch rechtzeitig zu seinem Silvesterlauf kam.

Walk-Män-Podcast Nr. 253

Gehirn-Fitness – Dein Training für die grauen Zellen – mit Martina Sänger.

Was genau ist eigentlich Gehirn-Fitness und wie wirkt es? Warum brauchen wir es? Wie hilft Gehirn-Fitness? *Sie stärkt die Stressregulation durch bessere Zusammenarbeit von Gehirn und Nervensystem* verbessert Aufmerksamkeit, Fokus und Gedächtnisleistung, *steigert die mentale Belastbarkeit und unterstützt die emotionale Stabilität. „Gehirnfitness bedeutet effizienter mit einem reaktionsfähigen und stressresistenten Gehirn aktiv den Alltag zu gestalten“.



Zufriedenheit durch Jonglieren mit Seifenblasen – mit Jennifer Schäfer. Episode 256 des Walk-Män-Podcasts.

Jennifer Schäfer: Ihr beruflicher Weg führte sie zunächst zur Informatik, später zum Journalismus als freie Mitarbeiterin für eine Frankfurter Tageszeitung. Viele Jahre war sie Lehrkraft an einer Grundschule sowie Leiterin autogener Trainingskurse. Seit über 15 Jahren begleitet sie Menschen auf ihrem Weg zu innerer Balance. Mit großem Einfühlungsvermögen unterstützt sie diese dabei, ihren Weg mit Klarheit und Zuversicht zu gehen. Ihr Buch: „Zufriedenheit durch Jonglieren mit Seifenblasen“.

Jennifer Schäfer wurde 1970 geboren und lebt mit ihrer Familie in der Nähe von Frankfurt am Main. Ihr Coaching konzentriert sich auf persönliche Weiterentwicklung und darauf, ein erfülltes und zufriedenes Leben zu fördern. Mit großem Einfühlungsvermögen unterstützt sie Menschen dabei, ihre individuellen Stärken zu erkennen, Selbstvertrauen zu gewinnen und ihren eigenen Weg mit Klarheit und Zuversicht zu gehen. (Hinweis: Unbezahlte Werbung)



„Die größte Reise Deines Lebens – Mit Gelassenheit älter werden“ von Bertram Kasper.

Bertram Kaspers „Die größte Reise Deines Lebens“ ist erschienen. Als Gastgeber des erfolgreichen Erfolgs-Podcasts „gelassen älter werden“ ist er vielen Menschen bereits zu einem vertrauten Begleiter geworden.

Mit wachem Blick und gelebter Menschlichkeit nimmt er uns mit auf eine persönliche, kluge und oft überraschend heitere Reise. Er spricht über Themen, die viele bewegen, doch selten offen angesprochen werden – vom Wandel der eigenen Identität über neue Formen der Lebensgestaltung bis hin zur bewussten Auseinandersetzung mit dem Tod.

Zu Gast im Walk-Män-Podcast Episode 255 (siehe links)



Walk-Män-Podcast Nr. 252

Blätterrauschen – 30 Jahre TRIGA-Verlag und Mein Blättchen – mit Christina Schmitt.

Sie ist „DIE Stimme“: Seit über 250 Episoden dieses Podcasts spricht sie das Intro: Christina Schmitt aus Biebergemünd. Neben der Verbundenheit zu Heimat und Natur haben Sie und Podcaster Ralf Baumgarten noch eines gemeinsam: Die Liebe zur Literatur. Christina Schmitt leitet seit 30 Jahren den TRIGA-Verlag, der seit einem Jahr in Bad Orb zuhause ist. Im Gespräch berichtet sie nicht nur über die wechselvolle Geschichte des kleinen – aber feinen – Heimatverlages, sondern gibt auch viele Infos zu aktuellen Entwicklungen in der Buch- und Verlagsbranche.

Walk-Män-Podcast Nr. 251

Tinnitus. Voll unterschätzt! Mit Martina Sänger.

In dieser Folge tauschen Martina Sänger und Ralf Baumgarten sich aus über die Volkskrankheit Tinnitus. Je nach Statistik leiden in Deutschland rund zehn Millionen Menschen an dieser Krankheit. Die Zuhörer und Zuschauer (auf YouTube) erfahren in dieser kurzweiligen Aufnahme in den Redaktionsräumen in Bad Orb einiges über Entstehung und Erscheinungsformen, über Warnsignale und erste Schritte, die man bei entsprechenden Symptomen anwenden kann.



Walk-Män-Podcast Nr. 250

Wild- und Heilkräuter – und ihre Wirkung auf Körper, Geist und Seele – mit Jutta Röder.

Jutta Röder aus dem Spessartgemeinde Jossgrund ist erfahrene Phytotherapeutin – im Volksmund „Kräuterfrau“. In diesem Gespräch verrät sie, wie Genuss und Umgang mit Wild- und Heilkräutern sich nicht nur auf die Gesundheit auswirken, sondern ob und wie stark es Auswirkungen für die Seele gibt. Zum Nachhören: In Episode 178 verrät sie, wie sie zur spannenden Tätigkeit einer „Kräuterfrau“ kam und welche bunte Welt sich für sie und ihre Gesundheit im Laufe der vielen Jahre eröffnete.

