

Fuldaer Land-Bote



Heimat im Blick
mit Ihrem
lokalen Mitteilungsblatt



Was flattert da?
App hilft beim Erkennen
heimischer Insekten



KW 35, Samstag, 31. August 2024

Das lokale Mitteilungsblatt

Ausgabe F 2

*Hallo,
liebe Leser*

Pläne und Anleitungen sind zum Lesen da – theoretisch. Aber wer hat dafür schon Zeit? Bei meiner letzten Kanutour mit Freunden jedenfalls nicht wir. „Wird schon klappen“, dachten wir uns, bis da plötzlich eine Abzweigung kam. Links oder rechts? Ein kurzer Blick in die fragenden Gesichter, ein schneller Entschluss: rechts. Und dann wurde es steinig – im wahrsten Sinne des Wortes. Statt also auf dem Fluss zu gleiten und zu paddeln, standen wir auf einmal mit-tendr in und schleppten unser Kanu über die Steine. Hätten wir den Plan gelesen, hätten wir das sicherlich vorher gewusst. Aber mal ehrlich, wo bleibt da der Spaß? Ein bisschen Abenteuer war doch genau das, was wir wollten. Und beim nächsten Mal? Da holen wir den Plan ganz sicher aus der Tasche. Also wirklich, ganz sicher ... vielleicht.

Euer Boto

Floh-, Trödel- und Sammlermärkte

Fulda. Der nächste Floh-, Trödel- und Sammlermarkt des DAFKS KONTAKT Fulda findet am Samstag, 31. August und Sonntag, 1. September auf dem Fuldaer Messegelände, Wolf-Hirth-Straße statt. Die beliebten Märkte des DAFKS werden Samstag in der Zeit von 9 bis 16 und Sonntag in der Zeit von 8 bis 16 Uhr durchgeführt. Weitere Aussteller die Trödel oder Antiquitäten anbieten möchten, sind willkommen. Wie Winfried Jäger, Präsident des DAFKS, mitteilte, bietet der Verein im Rahmen seiner sozialen Kinder- und Jugendarbeit für Kinder bis 11 Jahren wieder kostenfreie Flächen an. Es dürfen hier kindertypische Spielsachen von Kindern verkauft werden – statt einem Tisch oder einem Stand wird eine Decke verwendet – eine Reservierung ist auch hierfür unbedingt erforderlich. Anmeldungen sind über die Homepage des Vereins [Homepage www.Flohmkt-Osthessen.de](http://www.Flohmkt-Osthessen.de) möglich. Weitere Informationen gibt es unter der Rufnummer 0162-8250389 oder 0661-928980. Natürlich ist der Eintritt für die Besucher kostenfrei.

Ihr Draht zu uns:

**Druck- und Pressehaus
Naumann GmbH & Co. KG**
Gutenbergstraße 1
63571 Gelnhausen

Redaktion: (06051) 833-202
E-Mail: redaktion@bote.de
Zustellung: (06051) 833-299
E-Mail: zustellung@bote.de
Anzeigen: (06051) 833-244
E-Mail: anzeigenabteilung@bote.de
Internet: www.bote.de

Bühne frei für junge Talente aus der Region

Fuldaer Musikwettbewerb 2024 / Anmeldung ab sofort möglich bis 15.10.



Foto: Musikschule der Stadt Fulda/Marzena Seidel

Fulda. Die Stadt und der Landkreis Fulda laden auch in diesem Jahr wieder zum Fuldaer Musikwettbewerb ein, der am 16. und 17. November in der Musikschule der Stadt Fulda, Buseckstraße 4, stattfinden wird. Der Wettbewerb richtet sich an musikalische Talente, die in Fulda oder dem Landkreis wohnhaft sind und die nicht in einer professionellen Musikausbildung stehen. Anmeldungen sind ab sofort möglich, der Anmeldeschluss ist der 15. Oktober.

Der Fuldaer Musikwettbewerb bietet jungen Musikerinnen und Musikern eine Plattform, um ihr Können in der Öffentlichkeit zu präsentieren und sich einer fachkundigen Jury

zu stellen. Der Wettbewerb ist in verschiedene Kategorien unterteilt, darunter Tasten-, Streich-, Blas-, Zupfinstrumente, Schlagzeug, Gesang sowie verschiedene Ensem-

bleformen. Besonders hervorzuheben ist die Kammermusik-Kategorie, in der verschiedene Ensembles mit bis zu sechs Musici antreten können. Die Teilnehmerinnen und Teil-

nehmer werden in fünf Altersgruppen bewertet, beginnend bei den Jüngsten bis 10 Jahre bis hin zu jungen Erwachsenen bis 21 Jahre. Die Kammermusik-Ensembles sind von dieser Altersgrenze ausgenommen, um das gemeinsame Musizieren in der Region zu fördern. Die öffentliche Endrunde des Wettbewerbs wird gefolgt von einem Preisträgerkonzert am 8. Dezember 2024 im Fürstensaal des Stadtschlösses, bei dem die Gewinnerinnen und Gewinner ihre musikalischen Leistungen einem breiten Publikum präsentieren werden. Der Eintritt ist frei.

Weitere Informationen und Anmeldung: www.fulda-musikwettbewerb.de

Zum 1. Mal seit 2019 wieder Lange Nacht der Museen

Zahlreiche Veranstaltungen an insgesamt 15 Standorten



Foto: Stadt Fulda

Fulda. Seit dem Jahr 2002 gibt es in Fulda das Format der „Lange Nacht der Museen“ beziehungsweise der „Fuldaer Museumsnacht“. Zunächst wurde sie jährlich ausgerichtet, dann im zwei-Jahres-Turnus und später unregelmäßig, zuletzt unter dem Titel „Kulturtausch“ im Rahmen des Jubiläums „1275 Jahre Fulda“ im Jahr 2019. Nach fünfjähriger Pause ist es nun endlich wieder soweit: Am Samstag, 21. September, können Interessierte wieder zu nächtlicher Stunde (von 18 Uhr bis Mitternacht) die beteiligten Museen und Galerien in Fulda besuchen. Ein umfangreiches Programm wird geboten, ein Pendelbusverkehr bringt die Gäste auf zwei Linien im 30-Minuten-Takt von Schauplatz zu Schauplatz. Erstmals findet die Lange Nacht der Museen an insgesamt 15 Standorten mit mehr als 50 Events mit Führungen, Musik, Performances, Ausstellungen, Filmen und Mitmachaktionen zur Geschichte, Kunst, Technik und Natur Fuldas statt. Dabei sind fünf Museen, Galerien und Institutionen zum ersten Mal mit von der Partie, darunter das 2022 eröffnete Fastnachtsmuseum und die VILLA Franz Erhard Walther sowie die Galerie & Kabinett.

Bei einem Pressetermin gestern (Mittwoch) im Konzeptkaufhaus Karl (ehemals Kaufhof/Kerber) präsentierten Oberbürgermeister Dr. Heiko Wingenfeld, der Leiter der städtischen Museen, Dr. Frank Verse, sowie Projektleiterin Katja Galinski (Vonderau-Museum) im Beisein zahlreicher Vertreterinnen und Vertreter der übrigen Museen und Galerien die Besonderheiten des „Programms für die ganze Fa-

milie“. So gibt es z.B. eine Wissenschaftsshow im Vonderau-Museum, eine Bonifatius-Spuren-suche im Dommuseum, Livemusik auf der Gartenterrasse des Kunstvereins, Blaulichtgewitter im Deutschen Feuerwehr-Museum, Führungen in den illuminierten Räumen von Schloss Fasanerie oder auch alte Handwerkstechniken zum Ausprobieren im Konzeptkaufhaus Karl, angeboten von der Propstei Johannesberg. Apropos Karl: Das Konzeptkaufhaus ist diesem Jahr ebenfalls Teil der Lange Nacht – nicht nur bei der Mitmachaktion der Propstei Johannesberg, sondern auch mit verschiedenen Ausstellungen, Führungen, Improtheater-Shows, regionalen Produkten und Kulturdachgarten etc. Der Eintritt ins Karl ist frei, für die übrigen Institutionen ist ein Ticket erforderlich, dieses gilt dann auch für die Shuttle-Busse. OB Wingenfeld dankte allen beteiligten Institutionen sowie insbesondere dem Vonderau-Museum für die Federführung bei der Organisation. Er zeigte sich besonders erfreut, dass die Zahl der involvierten Museen und Galerien seit dem „Kulturtausch“ 2019

noch einmal kräftig gestiegen sei. Trotz des Shuttle-Bus-Angebots sei es auch mit sportlichem Ehrgeiz kaum zu schaffen, allen 15 Museen und Galerien an diesem Abend einen längeren Besuch abzustatten. „Gleichwohl kann dieser besondere Abend auch eine Initialzündung sein, sich die ungeheure Vielfalt der Fuldaer Museumslandschaft wieder einmal vor Augen zu führen und sich andere weitere Museums- und Galeriebesuche für die Zukunft vorzunehmen“, ermunterte der OB.

Dr. Frank Verse und Katja Galinski vom Vonderau-Museum wiesen unter anderem noch einmal auf die Unterstützung des städtischen Kulturamts bei der Gestaltung des Rahmenprogramms sowie auf die schon bewährte Kooperation mit der RhönEnergie Fulda bei der Gestaltung des Pendelbusverkehrs hin. Museumsleiter Verse betonte, dass die Neuaufgabe einer Lange Nacht der Museen nicht zuletzt ein Ergebnis der engeren Zusammenarbeit der unterschiedlichen Häuser seit Gründung der Dachmarke „Fuldaer Museen“ vor zwei Jahren sei. Zu den gemeinsamen Projekten

der Dachmarke gehört auch die Sonderausstellung „Unter einem Dach – 12 Museen entdecken“, die noch bis Januar im Konzeptkaufhaus Karl zu sehen ist und die auch den passenden Rahmen für die Programmpräsentation für die Lange Nacht der Museen bot. Dort zeigte Michael „Shaggy“ Schwarz auch eine Kostprobe seines Impro-Theaters, das auch Teil des Programms in der Museumsnacht sein wird.

Preisinformation: 12 Euro regulär, 6 Euro ermäßigt (Schülerinnen und Schüler, Studierende, Auszubildende, Menschen mit Behinderung nach Vorlage der Berechtigung). Kinder bis einschließlich 6 Jahre zahlen keinen Eintritt und erhalten ein kostenfreies Ticket. Im Eintritt ist die kostenfreie Nutzung der Shuttle-Busse enthalten. Der Eintritt im Konzeptkaufhaus Karl ist frei. Tickets gibt es in allen teilnehmenden Museen und Galerien sowie der Tourist-Information Fulda (Bonifatiusplatz 1) und im Konzeptkaufhaus KARL im Vorverkauf und an der Abendkasse.

Programm online unter: www.tourismus-fulda.de/langenachtermuseen



Backhausfest in Schweben

Flieden. Der Bürgerverein Schweben feiert am 1. und 2. September wieder sein traditionelles Backhausfest beim DGH in Schweben. Die Besonderheit bei diesem Fest ist, dass traditionell (fast) alle angebotenen Speisen im Backhaus hergestellt werden: Der Hubertusbraten am Sonntagmittag, der Zwibbelsplotz am Sonntagabend ebenso wie die Pizza am Montag. Und selbstverständlich auch das gute Backhausbrot nach traditionellem Rezept. Daneben bietet der Verein natürlich auch die üblichen Grillspezialitäten und leckeres Fassbier an. Am Montagabend wird wieder eine Brotversteigerung für einen guten Zweck veranstaltet.

Anfängerkurs Gesellschaftstanz

Schlüchtern. Der Tanzclub Saltatio Schlüchtern bietet einen neuen Anfängerkurs in Gesellschaftstanz an. Auf dem Programm stehen Walzer, Cha Cha Cha, Rumba, Tango und Foxtrott. Tanzen ist eine ideale Bewegungsform, um Körper und Geist fit zu halten. Dabei stehen Spaß und Geselligkeit im Vordergrund. Es finden ab dem 19. September immer donnerstags zehn Termine von 18.00 bis 19.00 Uhr unter der Leitung von Ines Herbert statt. Übungsort ist das Dorfgemeinschaftshaus in Breitenbach.

Informationen

Nähere Informationen finden sie auf der Homepage des TSC Saltatio Schlüchtern, www.tanzsportclub-saltatio.de.

Endlich wieder mehr Planeten: Herbstanfang am Nachthimmel

Himmelsvorschau für den Monat September

Landkreis Fulda. Am 22. September ist es wieder so weit: Auf ihrer Jahresreise um die Sonne erreicht die Erde den Punkt, an dem Tag und Nacht gleich lang sind – nämlich jeweils 12 Stunden. Das ist der Zeitpunkt des Herbstanfangs. Was uns die Sterne im ersten Herbstmonat September bringen, erklären Sabine Frank, Sternenpark-Beauftragte beim Landkreis Fulda, und Hobby-Astronom Dr. Franz-Peter Schmidt in ihrer monatlichen Himmelsvorschau. Schon jetzt ist deutlich zu spüren, dass es früher dunkel wird, und die nächtliche Luft wird kühler. Während die einen noch den hellen Sommer Nächten nachtrauern, freuen sich andere auf frühere Sternensicht. Denn zu Mitte des Septembers ist es schon um 21 Uhr sternreich genug, um sich auf die Himmelsreise zu begeben. Das Sommerdreieck – bestehend aus den Sternen Atair im Sternbild Adler, Wega im Sternbild Leier und Deneb im Sternbild Schwan – hat schon etwas den Zenitbereich Richtung Westen überschritten. Die Milchstraße wölbt sich von Nordost bis Südwest. Das Aufsuchen des Sternbilds Schwan eignet sich nicht nur, um eines der prachtvollsten Sternbilder zu finden. Der Schwan gleitet auch majestätisch inmitten der Milchstraße über den Himmel, als wären die schier unendlich weit entfernten Sterne der galaktischen Ebene das Federkleid der Vögel. Apropos Galaxis: Die Septem-

ber-Nächte sind noch geeignet, um tief im Süden die wunderschöne Ansammlung funkelnder Sterne zu sehen, die das Sternbild Schütze ausmachen. Dort liegt in 26.000 Lichtjahren Entfernung das Zentrum unserer Galaxie mit dem Schwarzen Loch, das ein „Gewicht“ von vier Millionen Sonnenmassen hat. Um dieses Schwerfeld sausen alle Sterne, die wir am Himmel sehen – einschließlich unserer Sonne. Es lohnt sich, mit einem Fernglas die dahinterliegenden Gas- und Staubwolken zu beobachten. Es ist erstaunlich, was sich alles zeigt und auch, was man nachts in beleuchteten Siedlungen mit viel Lichtverschmutzung am Himmel verpasst! Deshalb: Licht aus, Milchstraße an! Im Südosten hat schon das Herbstquadrat – ein Teil des Himmelspferdes Pegasus – seinen Platz eingenommen und wiehert: Der Herbst ist Realität!

Partielle Mondfinsternis und wieder mehr Planeten

Der Vollmond am 18. September besticht nicht nur durch seine Erdnähe von 357.634 Kilometern Abstand, wodurch er uns besonders groß erscheint. Er beschert uns in den frühen Morgenstunden auch eine partielle Mondfinsternis, die in Mitteleuropa sichtbar ist. Nach gefühlter ewiger Abwesenheit von Planeten betreten diese nun wieder die Himmelsbühne. Saturn hat den Anfang



Die Blaue Stunden im Spätsommer in der Rhön.

Foto: Karl-Friedrich Abe

gemacht und ist die ganze Nacht zu sehen. Auch Jupiter kehrt zurück und ist im September der hellste Planet am Nachthimmel; er geht am Monatsanfang schon um 23.45 Uhr auf, Mars folgt im kurze Zeit später. An Frühaufsteherinnen und Frühaufsteher ist auch gedacht – denn der flinke Merkur bietet eine gute Morgen-sichtbarkeit am Monatsanfang. An periodischen Sternschnuppenströmen sind die Alpha-Aurigiden erwähnenswert, die schon am 1. September ihr Maximum erreichen und auf den Kometen C/1911 N1 (Kiss) zurückzuführen sind. Sie „fallen“ wie Tautropfen vom Himmel. Dort, wo die Straßenbeleuchtung ausgeschaltet wird, können all diese Himmelsschätze vom Balkon und Garten aus beobachtet werden. Hinweis: Bitte daran denken, zum Schutz der wildlebenden Tiere Kunstlicht zu vermeiden bzw. rücksichtsvoll zu nutzen.

Die Beobachtung des Sternenhimmels ist bereits an den Ortsrändern möglich – Schutzgebiete sind tabu.

Infos zum Sternenpark

Die monatliche Himmelsvorschau, ausführliche Informationen zum Sternenpark, zum Thema Schutz der Nacht und umweltverträgliche Beleuchtung sowie Erlebnisangebote und Veranstaltungen im Sternenpark Rhön findet man auf der Webseite des Biosphärenreservats: www.biosphaeren-reservat-rhoen.de/sternenpark

Hintergrund: Sternenpark Rhön

International Dark Sky Reserve: Dieser Titel wurde dem länderübergreifenden UNESCO-Biosphärenreservat Rhön auf Antrag der Regionalen Arbeitsgemeinschaft der Rhöner Landkreise (ARGE Rhön) im

Sommer 2014 verliehen. Die International Dark Sky Association (IDA) vergibt den Titel an Schutzgebiete mit einem sternreichen Himmel und einer weitgehend intakten Nachtlandschaft, die wegen ihres ökologischen, wissenschaftlichen und kulturellen Werts beziehungsweise ihrer Bedeutung für Bildung und Erholung großräumig geschützt werden. In Deutschland heißen diese Gebiete Sternenpark. Die Kulisse des Sternenparks Rhön erstreckt sich im Wesentlichen über das Gebiet des Biosphärenreservats. Mehr als 40 Kommunen in Hessen, Bayern und Thüringen haben freiwillig die Sternenpark-Beleuchtungsrichtlinien unterzeichnet. Aber auch Kommunen außerhalb der Gebietskulisse beteiligen sich am Schutz der Nacht. Ziel ist, Lichtverschmutzung bestmöglich zu reduzieren – also zu verhindern, dass künstliche Beleuchtung des Nachthimmel und somit wiederum die Natur und Schutzgebiete aufhellt. Rechtliche Grundlagen liefert unter anderem das Bundesnaturschutzgesetz. Zu den Maßnahmen im Sternenpark zählen die Umrüstung von Beleuchtungsanlagen unter Beachtung von Parametern wie zielgerichtete Lichtlenkung, warme Lichtfarben mit geringem Blauanteil und bedarfsorientierte Beleuchtung und Intensität, aber auch zeitweise Abschaltung in der Nacht, für die sich Kommunen und Unternehmen freiwillig

entscheiden. Das Projekt Sternenpark ist aber nicht nur ein relevanter Bestandteil im Klima- und Artenschutz in der Region, sondern die Region profitiert auch im Bereich Tourismus und Erholung von der Auszeichnung. Im Sinne einer umweltfreundlichen Besucherlenkung und der Umweltbildung wurden Angebote wie Sternenparkführungen und Himmels-schauplätze entwickelt. Die Auszeichnung der IDA ist nicht auf Dauer verliehen, sondern die Maßnahmen werden jährlich evaluiert. Der Sternenpark Rhön ist somit ein Gemeinschaftswerk der Kommunen, Unternehmen und den Menschen, die in der Region leben. Rund um das Thema Beleuchtung erhalten Kommunen, Vereine und Gewerbetreibende, aber auch Privatleute Beratung. Auch Fördermittel stehen unter bestimmten Voraussetzungen zur Verfügung. Ansprechpartner sind die Fachstelle Sternenpark beim Landkreis Fulda sowie die Verwaltungsstellen des Biosphärenreservats in Hessen, Bayern und Thüringen.

30 Jahre Bürgerladen Rommerz

Neuhof. Der Bürgerladen Rommerz feiert am Sonntag, 1. September sein 30-jähriges Bestehen. Nachdem im Sommer 1994 das letzte von ehemals fünf Lebensmittelgeschäften schloss, fanden sich annähernd hundert Rommerzer Bürgerinnen und Bürger innerhalb weniger Wochen bereit, mit einer Einlage von damals jeweils 300 DM die Grundlage für die Einrichtung eines bürgerschaftlich organisierten Dorfladens zur Sicherung der Grundversorgung besonders der älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger zu sorgen. Am 1. September 1994 wurde der Bürgerladen eröffnet und konnte mit viel Idealismus, hohem Einsatz und tatkräftiger Unterstützung trotz vieler Widrigkeiten über den langen Zeitraum von 30 Jahren durchgängig erhalten werden. Besonderes, und in der Region einzigartiges Merkmal des Bürgerladens in Rommerz ist das außerordentlich hohe Maß sozialen Engagements für das Gemeinwohl, durch das er getragen wird. Alle Mitwirkenden des Bürgerladenteams arbeiten – bis auf die Verkäuferinnen – völlig ehrenamtlich. Die Feier findet am Sonntag, 1. September im Bürgerhaus Rommerz statt. Um 12 Uhr gibt es einen Mittagstisch, um 14.30 Uhr Kaffee und Kuchen, ab 16 Uhr „Wurst und mehr“ bei Zerrwanstmusik und ein Offenes Singen mit der Volkslieder-Singgruppe Rommerz.

Exklusive

Neue Zeitung + Mittelhessen-Bote

Leserreise

Die Lokalausgabe für den Main-Kinzig-Kreis

★ ★ ★ ★ ★

AMINESS KHALANI BEACH

KROATIEN – 5-STERNE-LUXUS IN MAKARSKA

In herrlicher Strandlage, umgeben von Palmen und duftenden Pinienwäldern, erwartet Sie mit dem Aminess Khalani Beach Hotel ein Haus der Spitzenklasse. Im Sommer 2022 eröffnet, zählt das luxuriöse Resort zu den eindrucksvollsten Hotels in Dalmatien. Großzügig und auf höchstem Niveau sind die Einrichtung der Restaurants, die Poollandschaften und vor allem der umfangreiche Wellnessbereich. Dezent unterhalten, gemütliche Bars und zuletzt der spektakuläre Dachgarten sorgen dafür, dass bestimmt keine Langeweile aufkommt. Zusammen mit einer Auswahl kurzer Ausflüge erleben Sie auch die nähere Umgebung dieser einzigartigen Küstenlandschaft zu einem **SENSATIONELLEN PREIS!**

Tip!

Besuchen Sie den Markt oberhalb vom **Kašić-Platz**. Dort gibt es **kroatische Spezialitäten** wie **hausgemachtes Olivenöl** und **frische Feigen**. Der Markt hat täglich geöffnet und ist auf jeden Fall einen Besuch wert!

UNSERE LEISTUNGEN:

• Flug mit renommierter Fluggesellschaft von Frankfurt nach Split und zurück

• Alle Transfers vor Ort

• 7x Übernachtung im 5-Sterne AMINESS KHALANI BEACH HOTEL in Makarska

• Willkommensgetränk

• 7x reichhaltiges Frühstücksbuffet (auch warme Speisen und frische Säfte)

• 7x Abendessenbuffet (Themenbuffet, Show-Cooking)

• **Ausflugsprogramm:**

– Stadtführung Makarska inklusive Heimatmuseum und Murano-Glasmosaik in der Franziskanerkirche

– Fachvortrag zum Thema „Dalmatinische Kräuter in der Körperpflege“

– Panoramabootsfahrt zur Insel Brač inklusive Führung durch den Fischerort Povlja mit Besuch der frühchristlichen Wehrkirche, Mittagessen mit Fisch, Salat, Brot, Wein und Wasser

► GUTE GRÜNDE FÜR DIESE REISE:

✓ Gepflegte Uferpromenade bis zur Altstadt

✓ Neues Hotel in privilegierter Lage direkt am Meer in Makarska

✓ Große Außen- und Innenpools, Fitnessraum und hervorragend ausgestattetes Wellness-Center mit Hamam

✓ Erstklassiges Gourmetangebot mit Schwerpunkt auf lokaler Küche

✓ Dachterrasse mit traumhaftem Blick und Roofbar

✓ Weitere Ausflüge vor Ort buchbar!

17.04. – 24.04.2025

15.05. – 22.05.2025*

29.05. – 05.06.2025**

8 Tage

OSTERN

UNSER TOP-PREIS:

ab €1099,- p.P.

EZ-Zuschlag: € 179,-

reisewelt

TEISER & HÜTER GMBH

Beratung & Buchung: 06655 9609-0

reisewelt Teiser & Hüter GmbH | Fuldaer Str. 2 | 36119 Neuhof

www.reisewelt-neuhof.de

Saisonzuschläge: * + € 170,- p.P. / ** + € 300,- p.P.

Zuschlag Meeresseite: ab € 89,- p.P.

Kaffee, Kuchen und Graffiti Mehrgenerationenprojekt „Hand in Hand“ in Neuhof

Neuhof. Das Mehrgenerationenprojekt „Hand in Hand“ in Neuhof lädt alle Bürgerinnen und Bürger ganz herzlich zu einem gemütlichen Nachmittag bei Kaffee und Kuchen das Gemeindezentrum Neuhof ein. Nach dem Kaffeetrinken will das Team mit den Besuchern, die mitkommen wollen, die Graffiti-Bilder in der Bahnunterführung besichtigen. Dazu gibt es Informationen. Bei Bedarf kann der Bürgerbus eingesetzt werden. Wer nicht mitgehen möchte kann bei Brett- und Karten-

spielen im Gemeindezentrum bleiben. Der gemütliche Nachmittag findet am Mittwoch, 4. September, ab 14.30 Uhr statt. Das Team aus ehrenamtlichen Bürgerinnen und Bürgern mit Unterstützung der Gemeinde Neuhof freut sich auf die Begegnungen mit Ihnen, die an jedem ersten Mittwoch im Monat stattfinden. Bei Bedarf kann der Bürgerbus in Anspruch genommen werden. Koordinator: Hubert Möller, Tel. 0152 07732677 oder 06655 4141.

Zeltkirmes in Heubach TSV Heubach feiert am Wochenende

Kalbach. Am ersten Septemberwochenende feiern die Häwicher wieder Kirmes im Festzelt beim Bürgerhaus Heubach und laden alle herzlich dazu ein. Los geht es am Freitag, 30. August um 21 Uhr mit einer Discoparty präsentiert von hr3-Ikone Peter Lack, auch bekannt als Lackenegger und DJ Erwin. Am Samstag, 31. August, startet der Festbetrieb ab 15 Uhr mit Aufstellen des Kirmesbaums. Im Anschluss abends ist wieder Discoparty mit DJ Erwin. Der Sonntag startet mit Frühschoppen, ab 11 Uhr mit musikalischer Unterhaltung durch Lyra Kerzell und die Hoffreier sind unterwegs. Es gibt Mit-

tagstisch und danach leckeren, selbstgebackenen Kuchen und Kaffee. Die Almusklänge Büchenberg unterhalten ab 14 Uhr und begleiten die Abholung des Kirmesstrauß. Gegen 17 Uhr erwartet uns die Kirmesrede, anschließend ist Musik und Tanz mit den Festeseln. An allen Tagen gibt es frisch gezapftes Bier, für Essen und kalte Getränke ist bestens gesorgt. Krönender Abschluss wird der Montag. Um 17.30 Uhr ist der traditionelle Tanz der Kirmespaare um die Linde, begleitet von den Kirmesmusikanten Uttrichshausen. Ab 18 Uhr gibt es Schlachtschüssel. Danach klingt die Kirmes mit den Festeseln aus.

MediaBerater

Mario Burkard

Telefon: 0176-11 833 329
E-Mail: m.burkard@gnz.de

Kirche

Gottesdienste

Ev. Kirchengemeinde Am Landrücken Kinzigtal
Sonntag, 1.9.:
Wallroth Gottesdienst
11.00 Uhr Backhausfest

St. Peter Mernes
Sonntag, 1.9.:
9.00 Uhr heilige Messe
Montag, 2.9.:
19.00 Uhr Friedensgebet
Mittwoch, 4.9.:
19.00 Uhr heilige Messe
Donnerstag, 5.9.:
18.30 Uhr gestaltete Eucharistische Anbetung mit Eucharistischem Schlußsegen

Kath. Kirchengemeinde St. Peter und Paul Bad Soden-Salmünster
Samstag, 31.8.:
15.30 Uhr Bad Soden heilige Messe in poln. Sprache
18.00 Uhr Salmünster heilige Messe
Sonntag, 1.9.:
9.00 Uhr Kath. Willenroth heilige Messe
9.00 Uhr Marborn Wortgottesdienst mit Kommunionausteilung, Pfarrfest anl. 50 Jahre Maximilian-Kolbe-Haus
10.30 Uhr Bad Soden heilige Messe für die Pfarrgemeinde mit Einführung der neuen Messdiener, es singt der Chor St. Laurentius (Max.-Kolbe-Haus)
18.00 Uhr Romsthal heilige Messe
Montag, 2.9.:
8.30 Uhr Salmünster Laudes (Bildungshaus)
Dienstag, 3.9.:
18.30 Uhr Romsthal heilige Messe
Mittwoch, 4.9.:
9.00 Uhr Bad Soden heilige Messe (MKH)
Donnerstag, 5.9.:
18.30 Uhr Salmünster heilige Messe
Freitag, 6.9.:
9.00 Uhr Marborn heilige Messe

Pastoralverbund Steinau-Schlüchtern-Sinntal
Schlüchtern - Herolz - Sannerz - Weiperz - Sterbfritz - Mottgers - Züntersbach
Samstag, 31.8.:
Mottgers
17.00 Uhr heilige Messe
Herolz 18.00 Uhr heilige Messe
Schlüchtern 18.00 Uhr heilige Messe
Sonntag, 1.9.:
Sterbfritz 10.00 Uhr heilige Messe
Schlüchtern 10.00 Uhr heilige Messe
Dienstag, 3.9.:
Sannerz 9.00 Uhr heilige Messe
Mittwoch, 4.9.:
Herolz 9.00 Uhr heilige Messe
Donnerstag, 5.9.:
Weiperz 18.00 Uhr heilige Messe
Freitag, 6.9.:
Herolz 8.30 Uhr Herz-Jesu Andacht
9.00 Uhr heilige Messe
anschl. Hauskommunion
Sannerz 18.00 Uhr heilige Messe (in der Hauskapelle)



» Bei der Kirchweihmesse konnte Pfarrer Daniel Göller zwei neue Messdiener für die Pfarrkuratie Mernes aufnehmen: Vlad Ilea und Fabian Arnold verstärken dort die Schar der Ministranten. Auch die Kierburschen und Kiermädeln aus Mernes freuten sich über die neuen Messdiener - viele von ihnen versehen selbst jahrelang nach der Erstkommunion diesen besonderen Dienst am Altar. Nach der Kirchweihmesse erfolgte vor der Kirche die gereimte Kierrede der Kierburschen - hier wurde wieder in launiger Art auf das Geschehen im Ort und in der Pfarrgemeinde eingegangen. Neben dem Traditionellen Kierkuchen gab es auch einen Schwartemagen als Präsent für Pfarrer Göller, wissen seine Schäfchen doch um seine Vorliebe für fleischliche Genüsse. Das Foto zeigt Pfarrer Göller mit den Ministranten und den Kierburschen. Bei den Ministranten steht Vlad Ilea auf der linken Seite außen und Fabian Arnold ganz rechts.

Radtour entlang der Jossa
Natur – Kultur – Genuss

Sinntal-Jossgrund. Am letzten Sonntag im September lockt der Europäische Kulturradweg „Perlen der Jossa“ mit einem besonderen Event: Auf der circa 25 Kilometer langen Strecke wird eine Radtour veranstaltet, bei der die Teilnehmenden nicht nur die farbenfrohe Natur des herbstlichen Spessarts erleben, sondern auch etwas über die regionale Kulturgeschichte erfahren und heimische Köstlichkeiten genießen können. Unter dem Motto „Perlen der Jossa - Häppchen erfahren“ geht es am 29. September auf eine Reise durch den Nordosten des Spessarts, immer entlang des Flüsschens Jossa, an dem die Dörfer des Jossgrundes sich aneinanderreihen wie die Perlen einer Kette. Der Start ist in Lettgenbrunn, wo sich die Radler ab 8.30 Uhr im neuen Jossagarten zunächst bei Kaffee und Mohnstriezeln stärken können, be-

vor sie sich auf die Strecke begeben. In Pfaffenhausen wird der Ortskern besichtigt und frisches Brot aus dem Backhaus serviert. Der nächste Halt ist in Oberndorf: Hier erfahren die Teilnehmenden, was „Schlaffe“ ist, und leckere „Perlen der Jossa-Pralinen“ locken zum Probieren. Mittags wird Station im Burgwiespark in Burgjöß gemacht, hier steht das Spessart-Rind auf der Speisekarte. Über Mernes mit dem neuen Naturschwimmbad und der Kneippanlage führt der Weg weiter nach Marjöß: In der Dorfscheune stehen Kaffee und Kuchen und eine Ausstellung zu den Keramikfunden vom Beilstein bereit. Bevor die Radtour mit einer Abschlussvesper in Jossa endet, geht es noch an den Barackenhöfen, wo die Radler ein kleiner Snack erwartet, vorbei. Ein Shuttle-Bus bringt die Teilnehmenden gegen 17.30 Uhr zurück nach Lettgenbrunn. Dort

können die Radler ihr Auto abholen und nach Jossa fahren, um ihr Fahrrad abzuholen. Die Genuss-Radtour wird vom Geschichtsverein Jossgrund mit Unterstützung durch das Archäologische Spessartprojekt e.V. (ASP) - Unterfränkisches Institut für Kulturlandschaftsforschung an der Universität Würzburg, die Gemeinde Jossgrund und die Gemeinde Sinntal veranstaltet und wird vom Main-Kinzig-Kreis im Rahmen des 50-jährigen Kreisjubiläums gefördert. Anmeldungen für die Fahrradtour nimmt die Gemeinde Jossgrund unter der Rufnummer 06059 / 9026-120, E-Mail: verwaltung@jossgrund.de, entgegen. Die Kosten betragen 20 Euro pro Person. Hierin sind alle „Jossa-Häppchen“ an den verschiedenen Stationen sowie die Beförderung im Shuttle-Bus enthalten. Anmeldeschluss ist der 12. September.

Veranstaltungen

GALA-KONZERT

Blasmusikfestival

SA 07. SEPTEMBER 2024
19:30 UHR
KONZERTHALLE

BAD ORB
SALZ DES SPESSARTS

▼ KONGSBERG VÄPENFABRIKKS MUSIKKORPS (Norwegen)
▼ FILARMONICA SESTRESE GENUA (Italien)
▼ unter Mitwirkung von SCHIRMHERR JACOB DE HAAN

TICKET-HOTLINE
06052 83-14

[bad-orb.info](#)

„Demokratie und Toleranz im Bergwinkel“ – Treffen im KadDeBe

Schlüchtern. Mitaktive und Interessierte im Bündnis „Demokratie und Toleranz im Bergwinkel“ treffen sich zum monatlichen Austausch am Dienstag, 3. September, um 18 Uhr im KadDeBe (Kaufhaus des Bergwinkels, früher VR Bank), 2. Stock (im Hintereingang), Obertorstraße 18 - 20 in Schlüchtern. Dabei werden laufende Aktivitäten und Projekte aktualisiert und besprochen, einschließlich einer Nachbesprechung zur SingAlong-Veranstaltung am Stadtplatz in Schlüchtern am Sonntag, 1. September um 17 Uhr.

Mit der Frau Königin durch Steinau
Offene Märchenstadtführung

Steinau. „Frau Königin, ihr seid die Schönste hier, aber Schneewittchen ist tausendmal schöner als Ihr“, sagte der Spiegel ... Gehen Sie mit der Frau Königin aus dem Märchen „Schneewittchen“ am Sonntag, 1. September um 14 Uhr auf eine 90-minütige Entdeckungstour durch Steinau. „Frau Königin“ wird dargestellt von der charmanten Gästeführerin und Märchen-erzählerin Mariéle Syllwaschy. Sie präsentiert bei diesem Stadtrundgang die Schönheiten der Brüder-Grimm-Stadt Steinau und verknüpft diese mit den Ereignissen aus dem Märchen Schneewittchen. Die Führung mit der Frau Königin startet um 14 Uhr am Märchenbrunnen auf dem Marktplatz „Am Kumpen“. Die Teilnahme kostet für Erwachsene 10 Euro und für Kinder 5 Euro. Infos und Tickets gibt es im Verkehrsbüro Steinau, Brüder-Grimm-Straße 70, 36396 Steinau an der Straße, Tel. (0 66 63) 973 88 (direkt gegenüber dem Marktplatz).

Ich bin Öonline,
weil ich mit wenig Aufwand im Netz sichtbar bin.

Für alle Branchen!

Unser Service macht es Ihnen ganz leicht

Gehen Sie Öonline! Vereinbaren Sie jetzt einen Termin und lassen Sie sich zu Ihrem digitalen Auftritt auf [dasoertliche.de](#) und in unserer App beraten. Gemeinsam finden wir eine passgenaue Lösung, mit der Sie alle Vorteile einer erfolgreichen Werbepräsenz nutzen können – ganz egal, in welcher Branche Sie tätig sind.

Mehr Infos auf [sellwerk.de/produkte](#)

Das Örtliche
[www.dasoertliche.de](#)

SELLWERK Ihr Verlag Das Örtliche



Vorfahrt für Radfahrer; am Sonntag, 8. September, sind viele Straßen im Kreis für Autos gesperrt.

FOTO: Archiv MKK

Radlersonntag als beliebtes Straßenfest

Am Sonntag, 8. September, heißt es bereits zum 30. Mal „Kinzigtal Total“

Am Anfang war es eher eine verrückte Idee: 80 Kilometer Straße komplett sperren für den Autoverkehr. Wo sonst Hunderte Fahrzeuge durch das Kinzigtal unterwegs sind, sollten an diesem zweiten Sonntag im September die Fahrräder uneingeschränkte Vorfahrt genießen. Was 1993

unter kritischen Blicken mutig auf die Beine gestellt wurde, ist inzwischen eine feste Größe im Veranstaltungskalender der Region und findet am 8. September nun schon zum 30. Mal statt. Der organisatorische Aufwand für „Hessens längstes Straßenfest“ ist groß, denn vor

allem muss die Sicherheit der Teilnehmenden gewährleistet werden. Zahlreiche Genehmigungen sind einzuholen und alljährlich zu überprüfen. Personal in großer Zahl wird benötigt, damit schließlich alles reibungslos funktioniert. Zudem sorgen viele Vereine und Gruppen dafür, dass ein unterhaltsames Rahmenprogramm entsteht und ausreichend Verpflegungsstellen vorhanden sind.

Bereits am frühen Morgen ist die Strecke durch das Kinzigtal entlang der A 66 abgesichert. Die ersten Radler huschen über die leeren Kreuzungen und genießen ab 9 Uhr die freie Fahrt. Sie kommen scheinbar aus allen Ecken und Winkeln und es werden immer mehr. Bei guter Witterung durchzieht schließlich ein lebendiges Band bewegter Menschen das Kinzigtal. Diesen Zuspruch erhoffen sich die Organisatoren nun auch wieder für das Jubiläumsjahr. Und nicht nur Fahrräder sind an diesem Tag unterwegs. Auch immer mehr Skater fühlen sich von den freien Landes- und Kreisstraßen angezogen. Parallel zur Strecke verkehrt ein Sonderzug,



der die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an den gewünschten Ausgangspunkt befördert und in diesem Jahr auch wieder bis Sterbfritz durchfährt. So bleibt völlig frei, welche Distanz man an diesem Tag unter die Räder nehmen möchte. Die offizielle Eröffnung wird auch in diesem Jahr um 9.30 Uhr in Sinntal durch Landrat Thorsten Stolz erfolgen. Zu beachten ist in diesem Jahr eine veränderte Streckenführung zwischen Bad Soden-Salmünster und Wächtersbach. Doch auch diese Passage wird gut ausgeschildert sein. Aber ohnehin sind an diesem Tag Aufmerksamkeit und Rücksicht geboten, damit das Freizeitvergnügen

nicht durch unerwünschte Zwischenfälle getrübt wird. Das Programm bietet in diesem Jahr wieder unterhaltsame Abwechslung mit Hüpfburgen, musikalischer Unterhaltung, Essens- und Getränkeständen, Kartfahren (e-Drenalin), Familienrallyes, Geschicklichkeitssparcours, Ausstellungen und Märkten. Besonders hervorzuheben sind die AOK Hanging Challenge auf dem Tegut Parkplatz in Gelnhausen-Roth, der Geschicklichkeitssparcours des Polizeipräsidiums Südosthessen auf dem LIDL Parkplatz in Gelnhausen sowie das Kirchenstraßenfest in Wächtersbach mit Hüpfburg und Parcours, bei dem der Staplerführerschein gemacht werden kann.

Damit das umfassende Angebot mit Sonderzug, Unterhaltung und Streckensicherung, Pannenhilfe und Sanitätsdienst auf die Beine gestellt werden kann, braucht es ein großes Netz an Sponsoren und Förderern. Seit 2013 ist hier der regionale Telekommunikationsanbieter M-net ein zuverlässiger Partner, der zum Beispiel die Stempel-Rallye ermöglicht: Hier winken attraktive Preise wie ein Gutschein der Bikeschmiede Ahl über 750 Euro. Zudem beteiligen sich die EAM und die Stadtwerke Gelnhausen als Unterstützer und auch die Main-Kinzig-Gas GmbH sowie die Sparkassen im Main-Kinzig-Kreis engagieren sich als Sponsoren.



IHR BRÖTCHENBURSCHE

KOMM AUF DIE GENIEßERSEITE!
KOSTENLOS und UNVERBINDLICH
 Probebrötchen anfordern!

Backfrisch direkt zu Ihnen nach Hause
 Wir liefern Montag - Freitag bis 6:30 Uhr
 Samstag, Sonntag und an Feiertagen bis 8.30 Uhr

Petra Pfeiffer
 Bahnhofstr. 42c
 63579 Freigericht
 Gebührenfreie Hotline:
 0800-1015356
www.broetchenbursche.de




Die Kultur-, Sport- und Sozialförderung.
 Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg mit!

Gemeinsam mehr erreichen

VR Bank
 Main-Kinzig-Büdinger eG

vrbank-mkb.de



08. SEPT. - AUF DAS RAD, FERTIG, LOS! - KINZIGTAL TOTAL!

Besucht uns in der Barbarossastraße 26 in Gelnhausen!

Wir sind mit tollen Bastelaktionen, gemütlicher Chillout-Lounge mit Popcornmaschine und der Gelegenheit zur unverbindlichen Beratung rund um unsere Produkte für euch von 9 bis 18 Uhr vor Ort.

Wir freuen uns auf Euch!



2M2R
 IHR ZWEIRAD-FACHHANDEL IN STEINAU



Hier sind wir am 08.09.24

Wir sind für Euch da! Alle Pannen unter Kontrolle bei 2M2R bei Kinzigtal-Total.

Alles im Griff! Am Kumpen in Steinau an der Straße.



RIESE & MÜLLER
 Erlebnis-Store



ARGON 18 **WILIER** **STEVENS**

VeloZeit

Dein Bike. Dein Style. Deine Velozeit.
 E-Bikes | Trekkingräder | Mountainbikes
 Renn- und Triathlonräder | E-Lastenträger
 Zubehör | Service, Inspektion & Reparatur

Di. bis Fr. 10.00–13.00 Uhr | 14.00–18.00 Uhr
 Nordstraße 86 | 63450 Hanau | 06181 502 99 88
info@velozeit.de | fb.com/velozeit

www.velozeit-hanau.de

Angebote gültig vom 02.09. – 07.09.2024

Jede Woche erfrischende Angebote!



Unser neues Wein Sortiment

Italien • Deutschland • Frankreich • Spanien • Chile • USA • Österreich



Pfalz

Vier Jahreszeiten
Chardonnay, Blanc de Noir,
Spätburgunder,
Grauburgunder,
0,75 l - Flasche,
11 = 5,32 €

-20%
3,99



Italien

Contessa Marina
Primitivo di Marina,
Primitivo Salento,
Primitivo Negroamaro,
0,75 l - Flasche,
11 = 7,99 €

-25%
5,99

Käfer Wein
Chardonnay,
Montepulciano
d'Abruzzo, Pinot Grigio,
Negroamaro Rosé,
0,75 l - Flasche,
11 = 3,99 €

-33%
2,99



Italien

Manieri
Vermentino,
Montepulciano d'Abruzzo,
Primitivo Puglia,
Negroamaro Primitivo,
0,75 l - Flasche,
11 = 5,32 €

-20%
3,99



Frankreich

Expression du Sud
Grenache, Syrah,
0,75 l - Flasche,
11 = 7,32 €

-21%
5,49



Deutschland & Frankreich

Bree
Chardonnay, Merlot, Riesling,
Spätburgunder,
0,75 l - Flasche,
11 = 4,65 €

-34%
3,49



Deutschland

Maybach
Grauer Burgunder,
Riesling, Sauvignon Blanc,
Weisser Burgunder,
0,75 l - Flasche,
11 = 3,99 €

-40%
2,99



Frankreich

Grand Sud
Chardonnay, Merlot,
Merlot Rosé,
Sauvignon Blanc,
1 l - Flasche,
11 = 3,49 €

-30%
3,49



Spanien

Fauno
Merlot Bio,
0,75 l - Flasche,
11 = 5,99 €

-25%
4,49



Frankreich

Château Genetau
Bordeaux, Merlot,
0,75 l - Flasche,
11 = 5,32 €

-20%
3,99



Erdinger Brauhaus, Weißbier
diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,70 €

-25%
14,99



Chiemseer Hell
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,70 €

49,99
16,99 **15,99**



Veltins Pilsener
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
11 = 1,20 €

-29%
11,99 **10,99**



top frisch Mineralwasser

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,42 €

ANGEBOT
3,49



Hirschbräu Holzar-Bier
Bierspezialität,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,80 € Pfand,
11 = 1,70 €

19,99
16,99



Veltins Helles Lager
Pack = 6 x 0,275 l,
zzgl. 0,48 € Pfand,
11 = 2,72 €

4,99
4,49



top frisch Apfelsaft

diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 2,55 € Pfand,
11 = 1,13 €

ANGEBOT
6,79



Heil Apfelsaft, Apfelwein*

diverse Sorten,
Kasten = 6 x 1 l,
zzgl. 1,42 €

ANGEBOT
8,49



pepsi Kombikasten
teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
11 = 0,83 €

ANGEBOT
9,99



Mit der
logo Getränke App
sparen & gewinnen.

Jetzt downloaden!



Beim Einkauf mit der App Punkte sammeln,
in Lose tauschen & mit Glück gewinnen!



1x 2 Tickets für das Musical
König der Löwen in Hamburg
mit 1x Übernachtung i. DZ.



1x Weinkühlschrank
der Marke Klarstein



Rauch EisTee

diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig,
1,5 l - Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
11 = 0,99 €

ANGEBOT
1,49



Gorbatschow MIXED

diverse Sorten, alkoholhaltiges
Mischgetränk mit Chinin,
0,33 l - Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
11 = 6,03 €

-33%
1,99 **1,88**



*Nicht in allen Filialen verfügbar. Lieblingsmarkt in der logo App wählen und Aktionsteilnahme der Filiale einsehen. Für Druckfehler keine Haftung!
** Nur in Verbindung mit einem Coupon der logo Getränke App. Alle Bedingungen dazu finden Sie in unserer logo Getränke App.
Alle Artikel und Zugaben solange der Vorrat reicht.

Heurich GmbH & Co. KG • Landwehr 20-26 • D-36100 Petersberg



www.logo-getraenke.de

UFFGEBASST!

Es ist wieder so weit ...

... unser regionaler Markt „Dehaam im Main-Kinzig-Kreis“ findet zum zweiten Mal in Bad Orb statt.

Hier könnt ihr mich besuchen. Ich habe für euch viele tolle Marktstände, Livemusik, eine Mobilitätsausstellung und weitere Unterhaltung vorbereitet.

Da ist sicher für jeden Geschmack etwas dabei. Auch für unsere kleinen Gäste gibt es vieles zu entdecken.

Ich freue mich auf euch!

EUER SCHORSCH

PROGRAMM

- | | |
|-----------|---|
| 10.00 Uhr | OFFIZIELLE ERÖFFNUNG |
| 11.00 Uhr | DIVISION 42
DIE Coverrockband
aus dem Kahlgrund |
| 12.30 Uhr | UNITED4MUSIC
Jeder Auftritt einfach anders |
| 14.15 Uhr | MUTTIS GANZER STOLZ
Den Groove immer mit dabei |
| 16.30 Uhr | LOSING GRAVITY
American Rock 'n' Roll
trifft Frankfurt Rock City |

LIVE AUF DEM DEHAAM-MARKT



Division 42



United4music



Muttis ganzer Stolz



Losing Gravity



Dehaam

IM MAIN-KINZIG-KREIS

1. SEPT. 24 IN BAD ORB

Kurpark und Gartensaal

10–18 UHR

Regionaler Verbrauchermarkt mit
zahlreichen Anbietern und Livemusik

**+ Mobilitätsausstellung
im Kurpark**



ab 196 EUR¹
mtl. Finanzierungsrate

Top-Angebote für Top-Modelle.

Die Hyundai Specials

Fahrzeugabbildung beispielhaft und zeigt ggf. aufpreispflichtige Zusatzausstattung.

Viele Hyundai-Specials warten auf Sie und Ihre Entscheidung für Ihr neues Wunsch-Modell. Lassen Sie sich bei uns unverbindlich beraten und überzeugen Sie sich von unseren elektrifizierten Modellen. Vom futuristischen KONA EV, über den preisgekrönten IONIQ5, bis hin zum stromlinienförmigen IONQ6 – alle stehen für Sie und eine erlebnisreiche Probefahrt bereit.

Hyundai KONA Elektro Advantage (SX2) MY24, 48,4 kWh Batt., Frontantrieb, 1-stufiges Reduktionsgetriebe (115 kW/156 PS), 5-Sitzer	Hyundai IONIQ 5 Elektro MY23, TECHNIQ-Paket, 77,4 kWh Batt., Heckantrieb, 1-stufiges Reduktionsgetriebe (168 kW/229 PS)	Hyundai IONIQ 6 Elektro MY23, UNIQ-Paket, 77,4 kWh Batt., Allradantrieb, 1-stufiges Reduktionsgetriebe (239 kW/325 PS)
Einmalige Sonderzahlung Laufzeit Gesamtlauflistung	Einmalige Sonderzahlung Laufzeit Gesamtlauflistung	Einmalige Sonderzahlung Laufzeit Gesamtlauflistung
4.064 EUR 48 Monate 10.000 km	6.299 EUR 48 Monate 10.000 km	6.566 EUR 48 Monate 10.000 km
mtl. Finanzierungsrate ab 196 EUR¹	mtl. Finanzierungsrate ab 291 EUR¹	mtl. Finanzierungsrate ab 250 EUR¹
Energieverbrauch kombiniert: 14,6 kWh/100 km; CO ₂ -Emissionen kombiniert: 0 g/km; CO ₂ -Klasse: A, Max. Reichweite: 377 km	Energieverbrauch kombiniert: 18 kWh/100 km; CO ₂ -Emissionen kombiniert: 0 g/km; CO ₂ -Klasse: A, Max. Reichweite: 476 km	Energieverbrauch kombiniert: 15,1–16,9 kWh/100 km; CO ₂ -Emissionen kombiniert: 0 g/km; CO ₂ -Klasse: A, Max. Reichweite: 519–583 km

RIES

AUTOZENTRUM

Autozentrum Ries

Berliner Straße 38

63628 Bad Soden-Salmünster

www.autozentrum-ries.de



8

JAHRE

Garantie

inklusive Batterie*

* Sämtliche Informationen zum Umfang der Herstellergarantie finden Sie unter: www.hyundai.de/garantien.
¹ Ein unverbindliches Leasingbeispiel der HYUNDAI Finance, ein Geschäftsbereich der Hyundai Capital Bank Europe GmbH, Friedrich-Ebert-Anlage 35-37, 60327 Frankfurt am Main. Verbraucher haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Verpflichtung zum Abschluss einer Vollkaskoversicherung. Kostenpflichtige Sonderausstattung möglich. Überführungskosten in Höhe von 990 EUR enthalten. Alle Preise inkl. gesetzlicher MwSt. Angebot gültig bis 31.12.2024 und je nach Verfügbarkeit.

Natürlich süß und sauer

Auch Zucker im Naturjoghurt: Wie kommt der da rein?



Zu süß, zu viel Zucker: Ernährungswissenschaftler und Verbraucherschützer preisen immer wieder den Naturjoghurt als gesunde Alternative zu fertigen Fruchtjoghurts an. Doch auch der Naturjoghurt ist nicht frei von Zucker.

Das hat einen Grund, den die Verbraucherzentrale Bayern erklärt: Die Milch, aus der Joghurt ja hergestellt wird, enthält von Natur aus Milchzucker. Er diene den zugesetzten Bakterienkulturen als Nahrung für den Fermentationsprozess. Dabei wird aber nur ein Teil des Milchzuckers in Milchsäure umgewandelt. Ein wichtiger Schritt, denn dadurch bekommt der Na-

turjoghurt laut der Verbraucherschützer seine typische Konsistenz und seinen sauren Geschmack.

Unterschiede im Zuckergehalt verrät Zutatenliste

Allerdings bleibe auch immer ein Rest des Milchzuckers im Joghurt erhalten. Zudem werde die Ausgangsmilch für Joghurt eingedickt oder mit Milchpulver versetzt. Das wirkt sich günstig auf die Konsistenz des Endprodukts aus: Sie wird cremiger und angenehmer. Aber das erhöht auch den Eiweiß- und Zuckergehalt, weil der Wasseranteil reduziert wird.

Wie viel Zucker genau noch im Naturjoghurt enthalten ist, lasse sich in der Nährwerttabelle auf der Verpackung nachlesen. Je nach Herstellungsverfahren liegt der Zuckeranteil so zwischen 3,7 bis 6 Gramm pro 100 Gramm.

Im Vergleich zu den Fruchtjoghurts ist das natürlich extrem wenig, so die Ernährungsexperten. Denn dieser enthalte neben Milchzucker auch meist noch Haushaltszucker oder andere Zuckerarten wie Glucose-Fructose-Sirup.

Foto: Zacharie Scheurer/dpa-mag

Anzeige

Seit 25 Jahren wird bei Maxworx IT immer wieder neu gedacht

Jubiläumsfeier am Montag, 9. September, im Spessartforum

1.500 Quadratmeter in bester Lage in Bad Soden-Salmünster. Cooles Ambiente, junge Leute an Bildschirmarbeitsplätzen, eine Küche mit Slushie-Automat und frisch zubereitetem Mittagessen, ein großer Tisch, an dem viele Platz finden: Das ist der Firmensitz der Maxworx GmbH. Das Unternehmen hat sich als Partner von Microsoft und weltweit führenden Technologieanbietern wie Cisco etabliert. Gegründet wurde Maxworx im Jahr 1999 von den Brüdern Holger und Ralph Göbel, gebürtige Bad So-

den-Salmünsterer, die sich sowohl ihrem Heimatort als auch der Region verbunden fühlen. Holger Göbel besuchte das Berufliche Gymnasium in Gelnhausen, sein Bruder Ralph das Ulrich-von-Hutten-Gymnasium in Schlüchtern. Auf den Zivildienst folgte bei beiden ein BWL-Studium an der Goethe-Uni in Frankfurt. Holger Göbel schloss das seine 1999 ab, Ralph Göbel, dessen Schwerpunkt wie der seines Bruders auf Wirtschaftsinformatik lag, legte seine Abschlussprüfungen 2002 ab.

Bereits im Studium arbeitete Holger Göbel als Werkstudent bei der Deutschen Lufthansa AG, außerdem in renommierten Beratungs- und Marketingunternehmen. „In unserer Firma sehe ich mich als Coach für die Mitarbeitenden und unsere Kunden, auch als Moderator.“ Er behält den Überblick, ist für Personal, Finanzen und Vertrieb verantwortlich. Sein Bruder ist für das operative Geschäft zuständig. „Direkt nach meinem Studium, wollte Lufthansa mich weiter beauftragen. Darauf-

hin habe ich gemeinsam mit meinem Bruder eine GmbH gegründet. Das war der Startschuss für Maxworx. Der reibungslose Betrieb der IT eines Unternehmens in seiner Gesamtheit ist kurz gefasst das Geschäftsmodell von Maxworx. „Unsere Kunden müssen sich um nichts kümmern. Wir machen das“, so der ältere der Brüder. Die Mitarbeitenden des jeweiligen Kunden werden umfassend geschult. Die Stabilität und die Sicherheit der Netzwerke, der Endgeräte, der Apps und der Infrastruktur sind den



Die Brüder Holger (links) und Ralph Göbel haben die Maxworx GmbH vor einem Vierteljahrhundert gemeinsam gegründet.

Brüdern besonders wichtig. „Wir betreiben den modernen Arbeitsplatz. Nach unserer Erfahrung sind Firmen mit standardisierten Lösungen und Cloud-Umgebungen von Global Playern zukunftsicher aufgestellt. Zum 25-jährigen Bestehen des Unternehmens richtet die Maxworx GmbH am Montag, 9. September, eine große Jubiläumsfeier im Spessart Forum in Bad Soden-Salmünster aus, zu der ein Festakt und ein Tech-Day mit spannenden Vorträgen für geladene Gäste gehören. Für alle, die am Firmenjubiläum teilhaben und mitfeiern möchten, hat Maxworx am Montag von 15 Uhr bis 19 Uhr im Kurpark vielfältige Attraktionen organisiert. Neben dem kunterbunten Kinderzelt erwartet die Besucher ein Glücksrad mit vielen Gewinnen, Torwandschießen und einiges mehr. Außerdem kommt Attila, das Maskottchen der Eintracht Frankfurt, für eine Stunde vorbei.

25 JAHRE maxworx

LASST UNS GEMEINSAM FEIERN!

9. September ab 15 Uhr im Kurpark am Spessart FORUM

Alkoholarm und prickelnd

Feine Unterschiede beim Apfelwein

Die Franzosen sprechen vom Cidre, die Engländer nennen ihn Cider und die Spanier Sidra. Sind das einfach nur landessprachliche Übersetzungen für unseren deutschen Apfelwein, regional auch Ebbelwoi genannt? Oder gibt es da Unterschiede?

Für Martin Heil sind das alles Übersetzungen für das Wort Apfelwein. „Aber jedes Land hat seine ganz eigene Tradition, wie man aus Äpfeln ein alkoholisches Getränk macht“, sagt der Vorstandsvorsitzende des Verbandes der Hessischen Apfelwein- und Fruchtsaft-Keltereien. Das sind die Unterschiede:

Apfelwein: wenig Restsüße

„Beim hessischen Apfelwein wird der Fruchtzucker des Apfelsaftes nahezu vollständig zu Alkohol vergoren. Heraus kommen Produkte mit rund 5,5 bis 6 Prozent Alkohol und wenig Restsüße“, erklärt Heil. Es bliebe nur noch eine leichte Kohlensäure von der Gärung im Getränk oder sie wird bei der Füllung zugesetzt.

Cidre: die süßere Schwester

Französischer Cidre habe selbst in der trockenen Variante deutlich mehr Restsüße. „Es steckt also noch Apfelsaft drin und die milde Variante, die nach deutschen Leitsätzen ab 2 Prozent Alkohol beginnt, schmeckt dann wie eine leicht säuerliche Apfelschorle“, so Heil. Es gelten in allen Teilen Frankreichs für Cidre ähnliche Regeln, die in manchen Regionen noch mit der Herkunft der Äpfel ergänzt werden.

Cider: Mit Aromen angereichert

Ein britischer Cider müsse

dort nur zu 25 Prozent aus Apfelsaft gemacht werden. Den restlichen Alkohol könne man auch durch das Vergären klassischen Zuckers gewinnen, so der Fachmann. Vor dem Abfüllen wird die entstandene „Cider Base“ noch mit Zucker, Saft oder Aroma angereichert.

Sidra: das (Un-)Ding mit der Essignote

Martin Heil will auch den spanischen Sidra erwähnen, der meist in Asturien im Norden des Landes getrunken wird. „Apfelwein herzustellen, ist



gar nicht so einfach“, schickt er als Basis-Information vorweg. Da der Alkoholgehalt

relativ gering ist, müsse man noch mehr auf einen sauberen Gärverlauf achten als etwa

bei Wein. Passe man nicht auf, kann der Apfelwein flüchtige Säure erhalten. „Er schmeckt dann etwas nach Essig“, so Heil.

In Deutschland dürfe der Wert der flüchtigen Säure für Apfelwein nicht über 1 Gramm sein. „Der Spanier reibt sich über sowas verwundert die Augen. Dort mag man nämlich genau den Ton“, sagt der Verbandsschef und berichtet von Produkten, die mit 3 Gramm bei uns längst nicht mehr verkauft werden dürften.

Foto:
Andreas Arnold/dpa/dpa-mag



MAUL WINTERGÄRTEN BIETET DAS BESONDERE ETWAS:

ENTDECKEN SIE UNSERE HOCHWERTIGEN SOMMERGÄRTEN, TERRASSENDÄCHER UND ANBAUBALKONE

Maßgefertigt, individuell und außergewöhnlich: Freuen Sie sich auf handgefertigte und hochwertige Aluminium-Konstruktionen sowie qualitätsvolle Metallbau-Projekte – passgenau auf Ihre Wünsche ausgerichtet. Mit Sitz mitten im Herzen Deutschlands betreut das Team von MAUL Wintergärten GmbH & Co. KG seit mehr als vier Jahrzehnten seine vielseitige Kundschaft: Im Industriepark Rhön in Eichenzell-Welkers entstehen alle Produkte. „Von hier aus betreut unser kompetentes Team sämtliche Projekte und ist Ansprechpartner von der ersten Wunschvorstellung bis hin zum endgültigen Produkt und der Montage“.

KOMPLETTER RUNDUM-SERVICE: VIELSEITIGE ÜBERDACHUNGSMÖGLICHKEITEN NACH MASS

Außer hochwertigen Winter- und Sommergärten zählen Überdachungen aller Art wie beispielsweise Terrassenüberdachungen, Vordächer, Kellerabgangsüberdachungen, Vorbauten und Carports, Zäune, Geländer, Türen und Fenster zum Leistungsspektrum des Fachbetriebes. Als Hersteller mit eigener Produktion ist es somit eine Selbstverständlichkeit den Kunden einen kompletten „Rundum-Service“ anzubieten. Um der wachsenden Nachfrage hierbei gerecht zu werden, hat sich die Firma Maul Wintergärten mittlerweile auf den individuellen Sonderbau spezialisiert. Sie können Ihre Vorstellungen nach Wunsch und Maß angeben. Das Team garantiert Ihnen einen hohen Qualitätsanspruch und bietet vielseitige hauseigene Profile an, welche sie von anderen Mitbewerbern seit Jahren abhebt.

MIT EXPERTISE, ENGAGEMENT UND HERZBLUT

Rund 15 Mitarbeiter kümmern sich mit Expertise, Engagement und Herzblut um Ihre Projekte und sorgen dafür, dass Kundenanliegen zeitnah und zu deren Wünschen umgesetzt



werden. Als zertifizierter Schweißfachbetrieb sind sämtliche Konstruktionen hierbei wartungsfrei, Qualität steht bei Maul Wintergärten an oberster Stelle.

JETZT SCHON VORMERKEN: SOMMERGÄRTEN IM TREND

Freuen Sie sich beispielsweise auf moderne und schicke Sommergärten, die die Outdoor-saison bei Ihnen zuhause verlängern. „Sie liegen aktuell sehr im Trend und können über acht Monate im Jahr von den Kunden genutzt werden. Auch zuhause lässt es sich schön machen und es entsteht ein Gefühl von Urlaub.“

INDIVIDUELL AUF BEDÜRFNISSE EINGEHEN: MIT EINEM BERATUNGSTERMIN VOR ORT

Maul Wintergärten berät Sie individuell auf Ihre Bedürfnisse hin: Nach Ihrer Kontaktaufnahme vereinbart der jeweilige Ansprechpartner einen Beratungstermin mit Ihnen – am besten direkt vor Ort. Dabei erfahren Sie alles über Qualität und Dauerhaftigkeit der Materialien und mehr. Sie sind auf der Suche nach dem passenden Partner für besondere und außergewöhnliche Konstruktionen? Dann sind Sie bei Maul Wintergärten an der richtigen Adresse. Gerne können Sie anrufen, oder sich online bereits einen Überblick über das breit gefächerte Leistungsspektrum des Unternehmens verschaffen. Das Team freut sich darauf, gemeinsam Ihr Projekt in die Wirklichkeit umzusetzen.

Erlebnisreiche Gassigänge

Mit gemeinsamen Erlebnissen auf dem täglichen Gassigang können Hundehalter die Beziehung zu ihrem Tier stärken. „So bleibt der Hund ansprechbar und ist nicht nur nach außen orientiert“, empfiehlt Hundetrainerin Sabrina Fruth, Inhaberin einer Hundeschule im bayrischen Erding. Doch häufig macht jeder sein eigenes Ding – der Mensch telefoniert oder unterhält sich, der Hund sucht sich seine eigene Beschäftigung wie Buddeln oder Jagen. Die Hundetrainerin empfiehlt, immer wieder kleine Erlebnisse einzubauen. So können Mensch und Hund etwa gemeinsam auf einem Baumstamm balancieren, Slalom zwischen Bäumen laufen oder einen Bach überqueren. Oder der Mensch versteckt unauffällig ein Spielzeug oder einen Leckerbissen, dann „sucht“ er es gemeinsam mit seinem Tier.

dpa

MAUL
WINTERGÄRTEN



kostenfreie Telefonnummer:
0 800 / 336 2 336

MAUL Wintergärten GmbH & Co. KG
Am Märzrasen 10
36124 Eichenzell
Telefon: (06659) 96120
Website: www.maul-wintergarten.de
Mail: info@maul-wintergarten.de

Über Heilige und Menschen, die Spuren hinterlassen

Bonifatius-Gottesdienst im Fuldaer Dom – mit Bischof Gerber und Musik aus dem Musical

Fulda. Vor dem Fuldaer Dom das Bonifatius-Musical, im Dom die Grablege des Heiligen: Bonifatius stand im Zentrum des Gottesdienstes mit Bischof Dr. Michael Gerber am Mittwochabend im Fuldaer Dom. Die Kernbotschaft: Heilige sind Menschen, die sich aktiv engagieren, auch schwierige Herausforderungen annehmen und im Leben Spuren hinterlassen.

Dass Heilige aus dem wirklichen Leben kommen, das wird im Bonifatius-Musical in einem Dialog gleich zu Beginn der Aufführung deutlich: „Wir sind Menschen – und keine Heilige, das macht es manchmal etwas kompliziert“, sagt Bonifatius zu Sturmius – und

damit auch zu einem weiteren späteren Heiligen.

Heilige sind nicht irgendwann fertig

In dem Musical zeigen die Heiligen ihre besondere Begnadung nicht schon im Kindesalter, betonte Fuldas Bischof Dr. Michael Gerber in seiner Predigt. Sie seien auch nicht unbedingt von Jugend auf mit einem hohen Maß an Tugendhaftigkeit und religiöser Bildung ausgestattet. „Heilige sind keine Schablonen, sondern Ringende – und damit uns sehr nahe“, machte Gerber deutlich: „Sie sind nicht irgendwann fertig. In der Auseinandersetzung mit den Herausforderungen entwi-



Bonifatius (Thomas Borchert, rechts) und Sturmius (Friedrich Rau, links) im Dialog. Foto: Bistum Fulda / M. Engel

ckelt sich ihre Persönlichkeit. Was sie erleben, hinterlässt Spuren in ihrem Leben.“

Ein Musical, das provoziert

Die Handlung des Bonifatius-

Musicals zeige dies unter anderen in der Figur des Sturmius, der nach dem Tod seines Mentors Bonifatius zu einer Lebensentscheidung kommen muss – nämlich wie es mit ihm weitergeht. Im Musical wird diese Entscheidung angestoßen durch seine Geliebte Al-run, die merkt, dass der Weg des Sturmius ohne sie weitergeht. „Der Heilige, damals wie heute, ist ein Ringender im Dialog. Er findet sich ringend vor im Dialog mit seinen eigenen Grundkräften und mit den Mitmenschen“, so der Bischof. Und im Musical deute es sich an: „Zur Entscheidung gehört auch, dass angesichts dessen, was Sturmius und Al-run miteinander erlebt haben, eine Verantwortung füreinan-

der bleibt.“

„Gib mir Kraft“

Im Anschluss an die Predigt sang Bonifatius-Hauptdarsteller Thomas Borchert „Gib mir Kraft, Herr“, eines der zentralen Liedelemente aus dem Musical. „Darin hallt für mich das wider, was heute unsere Sendung ist“, betonte Bischof Gerber: „Für uns als Kirche, für mich als Person, aber auch Bischof hier in Fulda, wie für alle Menschen, die heute um heilende und heiligende Wege ringen.“ Nach dem Gottesdienst gab es im Domgarten bei einem kleinen Abendimbiss Gelegenheit zu Begegnung und Austausch. www.bistum-fulda.de

Tag der offenen Tür am Ort der Meditation

Am Samstag, 7. September in Katholisch-Willenroth

Bad Soden-Salmünster. Die gemeinnützige Stiftung und der Verein „Samarpan Meditation Deutschland“ laden alle Interessierten ganz herzlich, nun bereits zum dritten Mal, zum „Tag der offenen Tür“ am Samstag, 7. September in die ehemalige Waldschule ein. An diesem Tag wird in der Zeit von 11 bis 17.30 Uhr wieder ein buntes Rahmenprogramm für Groß und Klein stattfinden -

mit Unterhaltung für Kinder und Erwachsene, Musikprogramm, Yoga und natürlich der Möglichkeit, die Samarpan Meditation kennenzulernen. In einer kleinen Ausstellung kann mehr über das Projekt „Ort der Meditation“, die gemeinnützige Organisation, aber auch über die Geschichte der Waldschule erfahren werden. Desweiteren werden auch

Führungen über das Gelände angeboten. Um 14 Uhr findet das offizielle Begrüßungsprogramm mit unserem Stiftungs- und Vereinsvorstand statt. Auch für das leibliche Wohl wird bei Kaffee, Kuchen und Herzhaftem gesorgt sein. Besonders für Kinder hat das ehrenamtliche Team ein abwechslungsreiches Programm unter anderem mit Basteln,

Puppentheater, Sportturnier, Geschichtenecke, Kinderschminken, Limonadenbar und Eisstand zusammengestellt. Die NABU Ortsgruppe Brachtal/ Birstein wird Naturaktivitäten anbieten und Wissen über Tiere in der Region vermitteln. Kinder können hierbei unter anderem Vogelhäuschen bauen und mehr über Insektenhotels erfahren.

Die Stiftung erwarb die ehemalige Waldschule im Jahr 2022. Am Ort der Meditation kann Meditation kostenlos erlernt und praktiziert werden. Es gibt einfache Übernachtungsmöglichkeiten zum Selbstkostenpreis. Die Programme sowie der Übernachtungsbetrieb werden vom Verein getragen. Die Samarpan Meditation kommt ursprünglich aus dem Himalaya und ist

offen für Menschen aller Anschauungen und Religionen. Die Adresse lautet: Ort der Meditation, Waldschulstraße 50, 63628 Bad Soden-Salmünster Der Ort ist gut mit den öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar (Bedarfs-Bushaltestelle „Bad Soden-Salmünster - Katholisch-Willenroth - Waldschule“). Für weitere Informationen: info@samarpan-meditation.de

Medizin

ANZEIGE

Schwindelbeschwerden?

So kommen Sie natürlich wieder ins Gleichgewicht

Schwindelbeschwerden sind meist harmlos. Doch das Gefühl zu wanken oder dass sich um einen herum alles dreht, kann sehr belastend sein. Ein natürliches Arzneimittel aus der Apotheke verspricht wirksame Hilfe.

Schwindel tritt mit zunehmendem Alter immer häufiger auf und kann die Betroffenen stark in ihrer Lebensqualität einschränken. Die gute Nachricht: Ein natürliches Arzneimittel namens Taumea (rezeptfrei, Apotheke) kann bei Schwindelbeschwerden helfen.

Wie Schwindelbeschwerden entstehen

Die Nerven senden ständig Gleichgewichtsinformationen an das Gehirn. Kommt es zu Störungen im Nervensystem, kann die Übertragung dieser Informationen behindert werden und Schwindel entstehen.

Exklusiver Tipp für Sie

Jetzt Taumea auf pureSGP.de bestellen und bis zu **13% sparen!**
*gilt beim Kauf von mehreren Packungen

pureSGP.de

Wichtig: Bei akuten, plötzlichen Schwindelbeschwerden sollte ein Arzt die Ursache abklären.

Bereits unsere Vorfahren wussten, dass sie Schwindelbeschwerden mit natürlichen Wirkstoffen lindern können. Dieses Wissen machten sich auch die Entwickler des Arzneimittels Taumea zunutze: Sie kombinierten zwei natürliche Arzneistoffe, die sich bei Schwindelbeschwerden bewährt haben.

Natürlich wieder im Gleichgewicht

In Taumea steckt ein spezieller Dual-Komplex aus Anamirta cocculus und Gelsemium sempervirens. Anamirta cocculus wird laut Arzneimittelbild die Wirkung zugeschrieben, Schwindelbeschwerden zu lindern. Gelsemium sempervirens kann gemäß Arzneimittelbild typische Begleiterscheinungen wie z. B. Kopfschmerzen oder Benommenheit lindern. Neben- oder Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln sind nicht bekannt.

Abbildung Betroffenen nachempfunden, Name geändert

TAUMEA. Wirkstoffe: Anamirta cocculus D11, D4, Gelsemium sempervirens D11, D5. TAUMEA wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Besserung der Beschwerden bei Schwindel. www.taumea.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Schmerzen in der Schulter oder den Fingern?

Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

So hat Petra K. ihre Gelenkschmerzen bekämpft

Zupacken und den Alltag meistern war für Petra K. jahrelang nur mit Schmerzen in den Gelenken möglich. Heute kann sie das Leben wieder genießen – dank spezieller Arzneitropfen namens Rubaxx!

Als „nagend“ und „stechend“ beschreibt Petra K. ihre Gelenkschmerzen, mit denen sie sich ständig herumplagen musste. Vor allem ihre Finger waren betroffen, sodass ihr selbst einfache Dinge wie Greifen und Zupacken schwerfielen. Auf der Suche nach einer wirksamen Schmerzlinderung entdeckte Petra K. die

Arzneitropfen Rubaxx in der Apotheke – und war schnell begeistert!

Natürlicher Wirkstoff überzeugt

Glücklich berichtet Petra K.: „Nach kurzer Zeit war eine Linderung der stechenden Schmerzen spürbar und ich konnte wieder viel besser anpacken.“ Die Arzneitropfen Rubaxx basieren auf einem natürlichen Wirkstoff mit dem Namen Rhus toxicodendron. Dieser wirkt nicht nur schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen, sondern verschafft auch Linderung

bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen.

Gut verträglich, individuell dosierbar

Die Rubaxx Tropfen sind gut verträglich. Schwere Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt. Außerdem können Betroffene Rubaxx je nach Stärke ihrer Schmerzen individuell dosieren.

DAS STARKE GELENK-DUO

Rubaxx Tropfen (PZN 13588561)

Rubaxx Schmerzgel (PZN 18709526)

In Ihrer Apotheke

Starkes Duo bei rheumatischen Gelenkschmerzen

Mit den Arzneitropfen von Rubaxx bekämpfen Sie Ihre rheumatischen Gelenkschmerzen von innen heraus. Bei akut schmerzenden Gelenken empfiehlt sich jedoch eine zusätzliche Behandlung mit dem Rubaxx Schmerzgel zur äußeren Anwendung. Dieses kann direkt auf das betroffene Gelenk aufgetragen werden und somit seine Wirkung unmittelbar an der schmerzenden Stelle entfalten.

Name geändert

RUBAXX. Wirkstoff: Rhus toxicodendron D11, D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. • RUBAXX SCHMERZGEL. Wirkstoff: Rhus toxicodendron D11, D6. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

35 Enjoyhotels in
den Niederlanden, Belgien
und Deutschland.

enjoyhotels.de

All-Inclusive-Urlaub



5 Tage All-Inclusive
mit eigenen PKW!

5 Tage All-Inclusive-Urlaub

Unterkunft + Essen + Trinken + Unterhaltung



Für alle Enjoyhotels gilt:

- ✓ Empfang mit warmen Mittagessen oder Kaffee und Kuchen
- ✓ Tägliches Enjoy Frühstücksbuffet, warmes Mittagessen oder Lunchpaket
- ✓ 4 x Drei-Gänge-Dinner oder Abendbuffet
- ✓ Täglich alle Getränke kostenlos von 17:00 bis 24:00 Uhr (Erfrischungsgetränke, Fruchtsäfte, Bier, Wein, Schnaps, Apfelkorn)
- ✓ Freie Nutzung aller Hoteleinrichtungen
- ✓ Jeden Abend Entertainment, einschließlich Wandern / Musik / Quiz (oft mit Snacks)
- ✓ Keine Buchungs- oder Reservierungskosten

All-Inclusive-Urlaub, der sein Geld wert ist,
das wird Ihnen gefallen!



Wohin reisen Sie dieses Jahr? Enjoyhotels begann vor 30 Jahren mit einem All-Inclusive-Hotel in Deutschland. Jetzt, 30 Jahre später, können Sie aus 35 Hotels wählen. Unsere All-Inclusive-Hotels befinden sich in den schönsten Urlaubsregionen der Niederlande, Belgiens und Deutschlands.

Lassen Sie sich beraten oder buchen Sie direkt unter 03222-1096089



Der Ausgangspreis ist der niedrigste Preis für ein bestimmtes Ankunftsdatum. Die Preise variieren je nach Ankunftsdatum.

Weitere Enjoyhotels finden Sie unter www.enjoyhotels.de oder rufen Sie an: 03222-1096089

Alle Fehler vorbehalten und exklusive aller lokalen Gebühren. 🚗 Keine Buchungskosten

Ängste abbauen, Möglichkeiten aufzeigen, Teilhabe schaffen: Demenzforum lädt zu Informationstag

21. September, 10 bis 14 Uhr, in Fulda / Für Betroffene, Angehörige und alle Interessierten

Landkreis Fulda. Demenz verändert das Leben von Grund auf – nicht nur für die erkrankte Person, sondern auch für ihr Umfeld. Sie stehen vor Fragen wie: Wie gehen wir als Familie mit der Diagnose um? Was muss jetzt alles geregelt werden? Wer kann helfen? Orientierung gibt seit elf Jahren das Demenzforum Fulda: Ein freier Zusammenschluss zahlreicher Akteure, die gemeinsam die Verbesserung der Versorgung von Menschen mit Demenz und deren Angehörigen voranbringen wollen. Am 21. September lädt das Forum alle Interessierten zu einem Infotag in die Aula der Alten Universität in Fulda ein. Das Datum der Veranstaltung ist bewusst gewählt: Vor 30 Jahren haben der Verband Alzheimer's Disease International und die Weltgesundheitsorganisation (WHO) den Welt-Alzheimerstag ins Leben gerufen. Seitdem finden am 21. September weltweit vielfältige Aktivitäten statt, um die Öffentlichkeit auf die Situation von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen aufmerksam zu machen. 2024 steht der Aktionstag unter dem Motto „Demenz – Ge-

meinsam. Mutig. Leben“. Demenz als Oberbegriff bezeichnet Krankheiten, die mit einem zunehmenden Verlust des Gedächtnisses, der geistigen Fähigkeiten und der Orientierung verbunden sind. Häufigste Form ist die Alzheimer-Demenz. Auch wenn eine Demenz in jeder Altersgruppe auftreten kann, betrifft sie besonders häufig Menschen höheren Alters. Mit zunehmender Lebenserwartung steigt daher auch die Zahl der Betroffenen. Nach Hochrechnungen der WHO werden im Jahr 2030 mehr als zwei Millionen Menschen in Deutschland mit Demenz leben. Im Landkreis Fulda sind nach Angaben der Kassenärztlichen Vereinigung in den vergangenen fünf Jahren jedes Jahr etwa 870 Menschen über 65 Jahren wegen einer Alzheimer-Demenz im Krankenhaus behandelt worden. Hinzu kommen Betroffene von weiteren Formen dementieller Erkrankungen: Im Jahr 2023 waren das im Landkreis Fulda 3.323 Personen. Ein Großteil der an Demenz erkrankten Menschen – laut Pflegestatistik des statistischen Bundesamts 85 Prozent



Vertreterinnen und Vertreter des Demenzforums Fulda bei der jüngsten Sitzung im Juni 2024. Das Forum, in dem 35 Organisationen vernetzt sind, lädt am 21. September zu einem Demenz-Infotag in der Alten Universität in Fulda ein.

Foto: Sebastian Mannert

– wird in der eigenen Häuslichkeit gepflegt. „Ziel muss daher sein, Ängste abzubauen, das Thema in die Mitte der Gesellschaft zu bringen und für Betroffene und deren Angehörige Beratungs- und Unterstützungsangebote vor Ort aufzubauen und weiterzuentwickeln“, sagt Erster Kreisbeigeordneter Frederik Schmitt. „Das Demenzforum Fulda leistet hier eine sehr wichtige Arbeit.“ Das Forum hat sich im Mai 2013 auf Initiative von Land-

kreis Fulda und Stadt Fulda gegründet. In dem Netzwerk haben sich Aktive aus professioneller Hilfe und Pflege, Mitarbeitende kommunaler Beratungsstellen sowie Ehrenamtliche zusammengefunden. Elf Jahre nach der Gründung gehören dem Demenzforum mittlerweile 35 Institutionen an. Die Koordination liegt beim Pflegestützpunkt des Landkreises Fulda. Eine wesentliche Aufgabe des Demenzforums ist die öffentliche Aufklärung und das Auf-

zeigen von Möglichkeiten der Behandlung und Hilfe – insbesondere zur individuellen Entlastung der Angehörigen, die bei der Pflege und Betreuung oft an ihre Grenzen stoßen. „Langfristiges Ziel ist, regionale Perspektiven für ein weitestgehend selbstständiges Leben im Alter und mit Demenz zu entwickeln“, sagt Christina Marg, Koordinatorin des Demenzforums. Bereits 2014, 2016 und 2018 organisierte das Forum Informationstage, die großen Anklang fanden. Nach einer Pause, unter anderem bedingt durch die Corona-Pandemie, wird das Erfolgsformat am Samstag, 21. September, fortgesetzt. Das Demenzforum lädt von 10 bis 14 Uhr in die Aula der Alten Universität, Universitätsstraße 1 in 36037 Fulda, ein. Mit Fachvorträgen, Info- und Beratungsangeboten sollen an diesem Tag viele wichtige Fragen beantwortet werden: Wer bietet Demenzdiagnostik an? Welche pflegerischen Hilfen gibt es? Auf welche Möglichkeiten der Alltagsbetreuung und der finanziellen Unterstützung kann man zurückgreifen? Wo findet man im Landkreis Fulda Beratungsangebote? Welche Beschäftigungsmöglichkeiten gibt es für Demenzkranke? Wohin können sich Angehöri-

ge für Hilfestellungen wenden? Der Infotag bietet auch Zeit für zwanglose Gespräche und den Erfahrungsaustausch mit anderen Angehörigen, Experten und Expertinnen. Mitglieder des Netzwerks stehen für Fragen zur Verfügung. Mit dabei sind: Amadeus ambulanter Pflegedienst GmbH, Caritasverband Fulda e. V., Compass private Pflegeberatung GmbH; DRK Fulda e. V., Gemeindepflege (Landkreis Fulda), Herz-Jesu-Krankenhaus Fulda, Immanuel Haus Bethanien, Malteser Hilfsdienst e. V., Miteinander Füreinander Oberes Fuldataal e. V., Pflegeprofis Hauneland gGmbH, Pflegestützpunkt (Landkreis Fulda), Sozialpsychiatrischer Dienst (Landkreis Fulda), Betreuungsvereine Sozialdienst katholischer Frauen e. V. und VdK Hessen-Thüringen e. V. sowie der VdK Sozialverband Hessen Thüringen e. V. Umfangreiche Informationen zur Demenz, zur rechtlichen Vorsorge und Vertretung, Tipps für den Alltag und Hilfsangebote hat das Forum unter www.demenzforum-fulda.de zusammengestellt. Koordinatorin und Ansprechpartnerin ist Christina Marg. Kontakt unter Telefon (0661) 6006-8782 oder pflegestuetzpunkt@landkreis-fulda.de

Sonderausstellung wandelt auf den Spuren des Heiligen Bonifatius

Im Fuldaer Dommuseum zu sehen bis Ende November

Fulda. Zum 1.280-jährigen Jubiläum der Klostergründung in Fulda zeigt das Fuldaer Dommuseum die Sonderausstellung „Der Heilige Bonifatius – eine Spurensuche“. Aufbauend auf einer vorangegangenen Sonderausstellungsreihe des Dommuseums Fritzlar, wurden die dort erarbeiteten Inhalte aufgegriffen, vertieft und weiterentwickelt. Die Ausstellung begleitet das Musical „Bonifatius“, das noch bis 31. August auf dem Fuldaer Domplatz zu erleben ist.



den. Der erste Teil folgt in seiner Chronologie dem Lebensweg des heiligen Bonifatius, während der zweite Teil der Rezeption des heiligen Bonifatius vom Mittelalter bis ins 21. Jahrhundert gewidmet ist. Die Sonderausstellung führt die Besucherinnen und Besucher mittels eines spannungsreichen Zusammenspiels zwischen den Exponaten der Dauerausstellung und den Medien der Sonderausstellung (Leihgaben, Bild- und Texttafeln, Wand- bzw. Bodengestaltung und Modellen) anhand einzelner Stationen durch die gesamte Schau. Dies wiederum ermöglicht eine auf dem Boden des Museums entlangführende Spur, welche die Stationen/Raumbereiche durch Icons markiert.

Die einzelnen Ausstellungsstationen wurden zudem durch farblich gestaltete Texttafeln von der übrigen Dauerausstellung hervorgehoben. Auch kann eine entsprechende Wandgestaltung – visuell bzw. atmosphärisch – einen „Ausstellungsraum im Ausstellungsraum“ kreieren. Das Spannende ist der Entdeckercharakter, der kleine und große Besucher einlädt.

Die Ausstellung, kuratiert von Stefanie Cossalter-Dallmann, ist bis Ende November zu sehen. Sie ist Teil der Gesamtschau, die sowohl das Grab des Heiligen Bonifatius in der Krypta des Domes als auch die Ausstellung der Bibliothek umfasst. www.dommuseum.bistum-fulda.de www.bistum-fulda.de

Domdechant Weihbischof Prof. Dr. Karlheinz Diez hatte in seiner Begrüßung den Heiligen Bonifatius als „Brückenbauer“ bezeichnet, der die geistige und kulturelle Basis für das Europa gelegt habe, wie wir es heute kennen. „Bonifatius war ein Mann des Glaubens und zugleich kluger Diplomat“, sagte Diez. Das Musical „Bonifatius“ zeige den Heiligen nicht als Mann der Vergangenheit, sondern als Figur, die noch heute begeistern könne. Eine Einführung gaben Dr. Alessandra Sorbello Staub, Bibliotheksdirektorin, und Astrid Schlegel von der Fach-

stelle Kunst/Kultur/Museum des Bistums Fulda, die allen Beteiligten für ihren großen Einsatz dankten. Dies galt neben Grafikerin Marita Prieur besonders den Leihgebern Dompfarrer Patrick Prähler (Fritzlar), Thomas Fuß (Stadt Fulda) und Rainer Siebert. Den Anstoß zu der Sonderausstellung hatte Dr. Peter Zürcher gegeben, Persönlicher Sekretär von Bischof Gerber, der vor gut einem Jahr die Frage aufgeworfen hatte, mit welchen Ideen das

„Bonifatius“-Musical begleitet werden könne. Musikalisch umrahmten Martin Matl sowie Dorothee und Johannes Haubs die Feierstunde. Zur offiziellen Eröffnung war auch Fuldas Bischof Dr. Michael Gerber gekommen. Peter Scholz, Geschäftsführer der „spotlight musicals GmbH“, zeigte sich angetan von der Ausstellung, die eine herausfordernde Entdeckungsreise für kleine und große Besucher bedeutet. Mit einer gültigen Musical-Karte gibt es während der üblichen Öffnungszeiten freien Eintritt.

„Bonifatius“-Musical begleitet werden könne. Musikalisch umrahmten Martin Matl sowie Dorothee und Johannes Haubs die Feierstunde.

Zur offiziellen Eröffnung war auch Fuldas Bischof Dr. Michael Gerber gekommen. Peter Scholz, Geschäftsführer der „spotlight musicals GmbH“, zeigte sich angetan von der Ausstellung, die eine herausfordernde Entdeckungsreise für kleine und große Besucher bedeutet. Mit einer gültigen Musical-Karte gibt es während der üblichen Öffnungszeiten freien Eintritt.

Spannungsreiches Zusammenspiel

Die Schau wurde als sogenannte Intervention konzipiert, d.h. die Sonderausstellung ist – inhaltlich wie räumlich – in die bestehende Dauerausstellung integriert wor-

Geschäftsleben

- Anzeige -

Der neue Reisekatalog „Urlaubsträume 2024 / 25“ ist da

Auch wenn für viele der Sommerurlaub gerade erst zu Ende geht und man hoffentlich noch ausreichend von den wunderbaren Erinnerungen zehren kann, ist es ratsam, sich schon jetzt Gedanken um den nächsten Urlaub zu machen und mit den Planungen zu starten. Vor wenigen Wochen ist der neue Katalog „Urlaubsträume 2024-25“ des Veranstalters reisewelt Teiser & Hüter GmbH aus Neuhofer erschienen. Auf 220 Seiten gibt es viele bunte Reiseideen und Angebote für den Herbst und Winter sowie von Frühling bis Frühsommer 2025. Einen weiteren Schwerpunkt bilden die Adventsreisen mit Besuch der schönsten Weihnachtsmärkte und die Festtagsreisen zu Weihnachten und Silvester. Wer bereits jetzt seinen Urlaub bucht, kann bares Geld sparen, da auf eine große Auswahl an Reisen Frühbucherrabatte gewährt werden, die je nach Reiseterrain, teilweise bis Ende des Jahres gültig sind. Ein Blick ins Inhaltsverzeichnis verrät wie vielfältig das Angebot ist. Von Busreisen über Kur- und Wellnessreisen, Flug- und Fernreisen, Pilgerreisen, Wander- und Radreisen bis zu Fluss- und Hochseekreuzfahrten ist für jeden etwas dabei. Besondere Schwerpunkte nehmen die Winterreisen, Busrundreisen, Fernreisen sowie Fluss- und Hochseekreuzfahrten ein. Neben Altbewährtem findet man auch einige neue Reiseziele, wie Geschäftsführer Dennis Krug betont, „wir haben

eine neu ausgearbeitete Busreise in den Südwesten Frankreichs, nach Périgord im Programm, die von unserem Frankreich-Spezialisten Claude Cendre ausgearbeitet wurde, aber auch Südschweden mit den berühmten Schären steht für nächstes Jahr auf dem Programm. Für alle Fernreisen-Enthusiasten gibt es die seit vielen Jahren beliebten Rundreisen nach Sri Lanka mit unserem Reiseleiter Ivor Vancuylenburg, der unseren Kunden sein Heimatland zeigt aber auch im Bereich der Fluss- und Hochseekreuzfahrten kann man neue Ziele und Routen entdecken, wie zum Beispiel eine Flussreise auf der Seine ab/bis Paris oder eine Reise entlang der Mosel zu romantischen Winzerorten. Bei den Hochseekreuzfahrten dürfen sich Reisefans auf die schönsten Juwelen Südostasiens oder Inselträume in der Karibik freuen, aber auch klassische Norwegen- und Mittelmeerkreuzfahrten findet man für das nächste Jahr im Reiseprogramm.“ Der Katalog kann telefonisch unter 06655/9609-0 oder per E-Mail über info@reisewelt-neuhof.de kostenlos angefordert werden. Weiterhin ist der Katalog auch online verfügbar. Am 12. September findet ein Infotag im Gemeindezentrum Neuhofer zu ausgewählten Fluss- und AIDA-Kreuzfahrten statt. Die Teilnahme ist kostenfrei eine Anmeldung jedoch erforderlich, telefonisch unter 06655 9609-0 oder über die Internetseite.

MANNY'S GARTEN SERVICE

Der Ansprechpartner für Ihren Garten



S. Bach

Unsere Leistungen:

- Rasen mähen
- Hecken schneiden
- Feinschnitt
- Unkrautentfernung
- Baumfällung

Bei weiteren Fragen Manny fragen:
Tel.: 06053/6207793 oder 0178/9049472
Kostenlose unverbindliche Besichtigung

Kurzfristig Termine frei!

Teichreinigung
Rosenschnitt
Neupflanzung u. v. m.
inkl. Entsorgung kostenfrei

aus der Region

E-Autos

Klimaanlage im Hundemodus verspricht Abkühlung

An Sommertagen im auf-geheizten Auto warten - das kann ziemlich schnell unangenehm werden. Und schlimmstenfalls gefährlich. Gerade auch für Hunde, die immer wieder im Auto gelassen werden, wenn ihre Besitzer kurz was besorgen müssen. Elektroautos haben hier einen Vorteil: Dem ADAC zufolge haben fast alle eine Standklimatisierung und lassen sich deshalb auch im abgestellten Zustand temperieren. Hersteller wie Tesla, Smart oder Nio gehen sogar noch weiter und erweitern die Klimaanlage um einen sogenannten Haustier- oder Hundemodus. Das abgestellte Fahrzeug hält laut dem ADAC dann nicht nur die Temperatur, sondern informiere Passantinnen und Passanten über eine Anzeige auf dem großen Zentralsdisplay darüber, dass das Tier in einem klimatisierten Auto sitze – so dass sie nicht die Polizei rufen oder kurzerhand die Scheibe einschlagen. Keine Frage: Für Menschen mit Hund, die nur kurz einen Einkauf erledigen wollen, kann diese Klimaanlage



Im Testlabor haben die Experten des ADAC-Technikzentrums getestet, wie gut der spezielle Klimaanlagenmodus in der Praxis funktioniert. Foto: Uwe Rattay/ADAC/dpa-mag

genfunktion nützlich sein. Aber funktioniert sie auch? **Hundemodus im Test – nicht überall gleich kühl** Dafür hat der ADAC ei-

nen exemplarischen Test gemacht: Dabei wurde das Auto nach einer acht Kilometer langen Fahrt in einer auf 35 Grad auf-geheizten Klimakammer

geparkt – mit aktiviertem Hundemodus. Ergebnis: Die Innentemperatur blieb konstant – auch bei zusätzlichem künstlich simulierten Sonnenlicht. Ohne Klimaanlage habe sich der

Innenraum bei der Sonnensimulation hingegen innerhalb von 30 Minuten auf fast 40 Grad aufgeheizt. Auch einen Spaltbreit geöffnete Fenster halfen hier nichts.

Allerdings könne es auch im Hundemodus immer vor-kommen, dass die Wunsch-temperatur nicht überall im Auto gleichmäßig erreicht werde, so der ADAC. Bei den Versuchen sei die Klimaanlage auf 20 Grad eingestellt gewesen. Trotzdem haben die Tester bei aktiviertem Hundemodus während der Simulation mit Sonnenlicht auf der Rücksitzbank und in einer Hundebox im Kofferraum zwischen 25 und 29 Grad gemessen. Der Rat lautet deshalb: Bei eingeschalteter Klimaanlage sollte man die Temperatur dort messen, wo das Tier im Auto sitzt. Ist es dort deutlich wärmer, sollte man die Klimaanlage lieber noch etwas kühler stellen. Trotz der technischen Möglichkeiten bei E-Autos rät der Verkehrsclub übrigens, auch den Hundemodus nur im Ausnahme-fall zu benutzen und Tiere grundsätzlich nicht alleine im Auto zurückzulassen. Denn wenn etwa ein Hund im Auto durch Hitze oder ihre Folgen sterbe, drohe unter Umständen eine Strafe nach dem Tier-schutzgesetz.



Hyundai NEXO (Vfw.)
Antriebsart: Brennstoffzelle
Energieverbrauch (kombiniert): 1 kg/100 km
CO₂-Emissionen (kombiniert): 0,0 g/km
CO₂-Klasse – Auf Grundlage der CO₂-Emissionen (kombiniert): A
UVP: 84.420 € Hauspreis: **59.990€**



Hyundai IONIQ 6 (Vfw.)
Antriebsart: Brennstoffzelle
Energieverbrauch (kombiniert): 1 kg/100 km
CO₂-Emissionen (kombiniert): 0,0 g/km
CO₂-Klasse – Auf Grundlage der CO₂-Emissionen (kombiniert): A
UVP: 64.989 € Hauspreis: **48.990€**



Hyundai IONIQ 6 (Vfw.)
Antriebsart: Brennstoffzelle
Energieverbrauch (kombiniert): 1 kg/100 km
CO₂-Emissionen (kombiniert): 0,0 g/km
CO₂-Klasse – Auf Grundlage der CO₂-Emissionen (kombiniert): A
UVP: 62.080 € Hauspreis: **49.990€**



Hyundai IONIQ 6 (Vfw.)
Antriebsart: Brennstoffzelle
Energieverbrauch (kombiniert): 1 kg/100 km
CO₂-Emissionen (kombiniert): 0,0 g/km
CO₂-Klasse – Auf Grundlage der CO₂-Emissionen (kombiniert): A
UVP: 66.729 € Hauspreis: **53.990€**



Hyundai IONIQ 6 (Vfw.)
Antriebsart: Brennstoffzelle
Energieverbrauch (kombiniert): 1 kg/100 km
CO₂-Emissionen (kombiniert): 0,0 g/km
CO₂-Klasse – Auf Grundlage der CO₂-Emissionen (kombiniert): A
UVP: 66.199 € Hauspreis: **49.990€**



Hyundai IONIQ 6 (Vfw.)
Antriebsart: Brennstoffzelle
Energieverbrauch (kombiniert): 1 kg/100 km
CO₂-Emissionen (kombiniert): 0,0 g/km
CO₂-Klasse – Auf Grundlage der CO₂-Emissionen (kombiniert): A
UVP: 67.739 € Hauspreis: **52.990€**



Autohaus am Hafen GmbH
Kinzigheimer Weg 117
63450 Hanau
www.autohausamhafen.de



5 Jahre Garantie
ohne Kilometerlimit*

8 Jahre Batterie Garantie*

* Sämtliche Informationen zum Umfang der Herstellergarantie finden Sie unter: www.hyundai.de/garantien.

aus der Region

Verkehr

Schon bei Probefahrt auf Assistenzsysteme achten

München – Da, ein Ball rollt auf die Straße und ein Kind läuft hinterher. Können Sie rechtzeitig notbremsen? Hoffentlich. In solchen gefährlichen Situationen können auch Assistenzsysteme helfen. Damit es für Autofahrer und andere Verkehrsteilnehmer sicherer wird, sind ab 7. Juli 2024 für neu zugelassene Fahrzeuge in der EU weitere Assistenzsysteme Pflicht, so der ADAC. Unter anderem sind das:

- Intelligenter Geschwindigkeitsassistent (ISA): warnt akustisch, optisch oder haptisch vor Überschreiten der erlaubten Höchstgeschwindigkeit.
- Notbremslicht: Nachfolgende werden bei starkem Bremsen gewarnt.
- Rückfahrassistent: Vor Personen und Objekten hinter dem Auto wird gewarnt.
- Notbremsassistent: Er erkennt allein Gefahrensituationen und kann ein Abbremsen des Autos einleiten, um einen Unfall zu vermeiden oder dessen Folgen abzumildern.
- Spurhalteassistent: Verlässt ein Auto die Fahrspur, greift er etwa mit Lenkeinflüssen ein, wenn dadurch ein Zusammenstoß drohen könnte.



Moderne Fahrzeugsysteme erhöhen die Sicherheit im Straßenverkehr. (zu dpa: „Schon bei Probefahrt auf Assistenzsysteme achten“) Foto: Christin Klose/dpa-mag

Doch in bisherigen Tests hat der ADAC auch regelmäßige Schwächen solcher Systeme festgestellt. Blind verlassen sollte man sich daher nicht auf sie. So berichtet der Autoclub, dass etwa Spurhaltesysteme in manchen Situationen gegen den Wunsch des Fahrers arbeiten oder

aber Rückfahrassistenten Objekte wie Begrenzungs-pfosten nicht erkannt oder zuweilen notwendige Notbremsungen eben nicht einleiteten. Wichtig: Von den genannten sind bis auf das Notbremslicht alle abschaltbar. «Sie müssen allerdings nach

einem Neustart des Fahrzeugs wieder aktiv sein», so ADAC-Sprecher Micha Gebhardt.

Viele Systeme sind abschaltbar – was aber auf Kosten der Sicherheit geht

Wer die Systeme beim Los-

fahren routinemäßig abschalte, verschenke „trotz mancher Schwächen“ nach Ansicht des ADAC Sicherheitspotenzial. Und grundsätzlich können alle Systeme, die in das Fahrgeschehen eingreifen, wie etwa ein Spurhalteassistent, übersteuert wer-

den. Bei anderen geht das nicht - etwa beim Notbremslicht oder beim ebenfalls zu den Assistenten zählenden Event Data Recorder (EDR), der «Blackbox» fürs Auto.

Beim Kauf sich mit den neuen Systemen genau vertraut machen

Wer ein neues Auto kauft, sollte sich – wie das auch schon für die normale Ausstattung und Funktionen gilt – umfangreich auch über die Funktionen der Assistenzsysteme informieren. Welche sind nun serienmäßig, welche sind noch Sonderausstattung? Wie funktionieren sie? Wo liegen ihre Grenzen und wie lassen sie sich übersteuern und abschalten?

Idealerweise sollten die Systeme bei einer Probefahrt getestet werden, so Sprecher Gebhardt: „Natürlich nur, sofern sicher möglich. Niemand sollte einen Unfall provozieren, um den Notbremsassistenten zu testen.“

Quelle: Deutsche Presse-Agentur GmbH Copyright: dpa

WEBER AUTOMOBILE

Ihr Auto – unsere Leidenschaft seit 1975

Renault • Dacia • Honda • Kia

Die Zufriedenheit unserer Kunden liegt uns seit fast 50 Jahren besonders am Herzen und prägt unser tägliches Handeln. Gemäß unserem Motto „Ihr Auto – unsere Leidenschaft“ vertrauen unsere Kunden bereits seit 1975 auf unsere mehrfach ausgezeichnete Beratungs- und Servicequalität.

Überzeugen Sie sich selbst!

- 4 starke Marken unter einem Dach
- Vertragshändler der Marken Renault, Dacia, Honda und Kia
- Persönlicher Service durch unser professionelles Team
- Zertifizierter Gebrauchtwagenhändler mit ständig über 150 Fahrzeugen im Angebot
- Mehr als 25.000 zufriedene Kunden

„Hier finden Sie unsere Gebrauchtwagenangebote!“

seit 1975

WEBER Automobile GmbH

Martin-Luther-King-Straße 10 • 63452 Hanau
Tel. (0 61 81) 98 09 0 • info@weberautomobile.de
www.weberautomobile.de

Wenn das Auto streikt

Mit Sicherheit durch jede Panne

Ob mitten auf der vollen Autobahn oder auf einer ruhigen Landstraße: Eine Panne kommt nie gelegen. Besonders in der Feriezeit laufen die Leitungen der Pannendienste heiß. Wenn das Auto nicht mehr tut, was es soll, ist gut überlegtes Handeln gefragt. Denn sonst kann es stressig und auch schnell mal gefährlich werden. Für den Ernstfall gibt der Automobil-Club Verkehr (ACV) ein paar hilfreiche Tipps.

1. Erste Schritte bei einer Panne

Komische Geräusche oder aufleuchtende Warnleuchten: Schon bei den ersten Anzeichen einer Panne ist Vorsicht geboten. Nun gilt es, Ruhe zu bewahren und die Warnblinkanlage einzuschalten, um andere Verkehrsteilnehmer frühzeitig zu warnen. Wählen Sie einen sicheren Ort zum Abstellen des Fahrzeugs.

Hier bietet sich der nächste Parkplatz oder eine Pannenbucht an. Sind diese nicht zu erreichen, können der Seitenstreifen oder der rechte Fahrbahnrand angesteuert werden. Richten Sie die Reifen nach rechts aus, damit das Fahrzeug im Falle eines Auffahrunfalls nicht auf die Fahrbahn gerät. Außerdem sollte bei Dunkelheit auch das Standlicht zur Verbesserung der Sichtbarkeit eingeschaltet werden, so der ACV.

2. Vorsichtsmaßnahmen: So schützen Sie sich und andere

Bevor man das Fahrzeug verlässt, ist es wichtig, zuerst eine Warnweste anzuziehen. Neben dem gesetzlich dazu verpflichteten Fahrer oder der Fahrerin empfiehlt es sich, auch alle weiteren Insassen mit Warnwesten auszustatten. So lässt sich die Unfallgefahr nach dem Verlassen des Fahrzeugs verringern. Sind Haustiere mit an Bord, sollten diese nicht allein im Wagen zurückgelassen und angeleint werden. Wählen Sie zum Ausstieg nach Möglichkeit stets die vom Verkehr abgewandte Seite der Fahrbahn.

Der Schlüssel kann dabei im Zündschloss stecken bleiben, um den Helfern später die Arbeit zu erleichtern. Falls das Fahrzeug, verlorene Ladung oder Fahrzeugteile eine Gefährdung für den Verkehr darstellen, muss zudem die Polizei über die Notrufnummer 110 alarmiert werden. Ist das Auto einmal abgestellt und sind alle Insassen in Sicherheit, wartet schon die nächste Aufgabe: das Warndreieck. Dieses muss laut Straßenverkehrsordnung (StVO) in „ausreichender Entfernung“ vom Fahrzeug aufgestellt werden. Hierfür empfiehlt der ACV einen Abstand von mindestens 50 Metern innerorts, 100 Metern auf Landstraßen

3. Hilfe holen: die richtige Vorgehensweise

Nachdem die Pannenstelle ausreichend gesichert wurde, ist umgehend ein Pannendienst oder der Automobilclub zu verständigen. Dafür kommen mehrere Optionen infrage: verschiedene Pannemeldungs-Apps, die Notrufsäulen, welche alle zwei Kilometer entlang der Autobahn installiert sind, oder ein Anruf mit dem Handy. Halten Sie Informationen zum Fahrzeug und Ihrem genauen Standort bereit. Zur besseren Orientierung erweisen sich Straßenschilder, Kilometerangaben oder auch die GPS-Funktion des Handys als hilfreich.

Auch wenn die Rettung unterwegs ist, rät der ACV dringend davon ab, sich dem Fahrzeug zu nähern oder gar einzusteigen. Halten Sie sich an einem sicheren Ort wie zum Beispiel hinter der Leitplanke auf und warten Sie auf das Eintreffen der Helfer. Um dem Pannendienst das Auffinden des Fahrzeugs zu erleichtern, ist es außerdem ratsam, in Sichtweite des Autos zu bleiben. dpa-mag



Angebotsdetails siehe Rückseite

Mitsubishi Space Star



Ihr Traumwagen direkt zum Mitnehmen!
Jetzt in vielen Ausstattungsvarianten als Tageszulassung oder Vorführwagen sofort Verfügbar

BIS ZU
2.330
EUR¹
SPAREN

Bei uns gibt's noch viele weitere Tageszulassungen und Vorführwagen zu attraktiven Mitnahmepreisen. Im Internet oder live im Autohaus. **Schauen Sie vorbei!**

Autohaus MORKEL
Linsengericht

AUTOHAUS SIEGFRIED MORKEL GMBH
Stadtweg 1
63589 Linsengericht
Tel.: 06051/71155
www.autohaus-morkel.de

Unsere Öffnungszeiten:
Verkauf
Mo – Fr 9:00 – 13:00 Uhr
14:00 – 18:00 Uhr
Sa 10:00 – 13:00 Uhr
Kundendienst / Teile und Zubehör
Mo – Fr 8:00 – 13:00 Uhr
14:00 – 18:00 Uhr
Sa 10:00 – 13:00 Uhr

Außerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten keine Beratung, kein Verkauf und keine Probefahrtvereinbarung.

¹ Im Vergleich zu unserem regulären Verkaufspreis für ein Neufahrzeug, gültig bis 30.09.2024. Weitere Infos zum Angebot, siehe Rückseite. Angaben zu Verbrauch und CO₂-Emission findest Du auf der Rückseite. Alle Angebote gültig bis 30.09.2024. Farbabweichungen sind drucktechnisch bedingt. Für Druckfehler wird keine Haftung übernommen.

Unsere aktuellen Fahrzeug-Angebote für Sie:

Angebotsdetails zur Vorderseite



Space Star Select+

GEBRAUCHTWAGEN
17.000 EUR

EZ 03.2024 1290 km Titan-Weiß

Space Star Select+ 1.2 52 kW (71 PS) 5-Gang Energieverbrauch 5,0 l/100 km Benzin; CO₂-Emission 116 g/km; CO₂-Klasse D; kombinierte Werte.**

- Klimaanlage
- 6,2" Infotainment-System
- Regensensor
- Zentralverriegelung und Funkfernbedienung

SIE SPAREN
2.330
EUR¹



COLT BASIS

TAGESZULASSUNG
17.250 EUR

EZ 06.2024 20 km Antarktis-Weiß

COLT BASIS 1.0 49 kW (67 PS) 5-Gang Energieverbrauch 5,3 l/100 km Benzin; CO₂-Emission 119 g/km; CO₂-Klasse D; kombinierte Werte.**

- Tempomat
- LED-Scheinwerfer
- Klimaanlage
- 7" Infotainment-System

SIE SPAREN
2.090
EUR¹



ASX PLUS Hybrid

TAGESZULASSUNG
27.900 EUR

EZ 04.2024 18 km Onyx-Schwarz

ASX Hybrid PLUS 1.6 69 kW (94 PS), Elektromotor vorn 36 kW (49 PS), Systemleistung 105 kW (143 PS) Energieverbrauch 4,7 l/100 km Benzin; CO₂-Emission 105 g/km; CO₂-Klasse C; kombinierte Werte.**

- Tempomat
- LED-Scheinwerfer
- Einparkhilfen
- Rückfahrkamera

SIE SPAREN
5.140
EUR¹



Eclipse Cross Plug-in Hybrid Select

GEBRAUCHTWAGEN
33.990 EUR

EZ 09.2022 2.400 km Dynamik-Rot

- 18" Leichtmetallfelgen
- Rückfahrkamera
- Sitzheizung vorn
- Serienmäßiges Allradsystem „Super All Wheel Control“

SIE SPAREN
14.810
EUR¹



Eclipse Cross Plug-in Hybrid TOP

GEBRAUCHTWAGEN
35.950 EUR

EZ 12.2022 4 km Platinum-Grau

- 18" Leichtmetallfelgen
- Rückfahrkamera
- Sitzheizung vorn
- Serienmäßiges Allradsystem „Super All Wheel Control“

SIE SPAREN
14.650
EUR¹

Eclipse Cross Plug-in Hybrid 4WD 2.4 72 kW (98 PS), Elektromotoren vorn 60 kW (82 PS) / hinten 70 kW (95 PS), Systemleistung 138 kW (188 PS) Energieverbrauch 17,5 kWh/100 km Strom & 2,0 l/100 km Benzin; CO₂-Emission 46 g/km; CO₂-Klasse B; gewichtet kombinierte Werte. Bei entladener Batterie: Energieverbrauch 7,3 l/100 km Benzin; CO₂-Klasse F; kombinierte Werte. Elektrische Reichweite (EAER) 45 km.**

¹ Im Vergleich zu unserem regulären Verkaufspreis für ein Neufahrzeug Space Star Select+ 1.2 52 kW (71 PS) 5-Gang / COLT BASIS 1.0 49 kW (67 PS) 5-Gang / ASX Hybrid PLUS 1.6 69 kW (94 PS) / Eclipse Cross Plug-in Hybrid Select/TOP gültig bis 30.09.2024.

** Die nach PKW-EnVKV angegebenen offiziellen Werte zu Verbrauch und CO₂-Emission sowie ggf. Angaben zur Reichweite wurden nach dem vorgeschriebenen Messverfahren WLTP ermittelt. Weitere Infos unter mitsubishi-motors.de

SPEED-DATING!

Bereit für deinen neuen Car-panion?
Komm vorbei.



DIREKT VERLIEBEN. GLEICH MITNEHMEN.

In unsere ORA 03 Modelle kann man sich einfach nur verlieben. Hochwertige Ausstattung und modernste Technologien mit enormen Preisvorteilen. Komm vorbei und verliebe Dich in deinen neuen Car-panion.



Angebotsdetails siehe Rückseite

GWM ORA 03 GT

* 360° Kamera

* 10.25" Dual Screen



Du sparst
17.340 €¹

* 18" Leichtmetallfelgen

* 5 Jahre Garantie*

* Sprachassistent



Der vollelektrische GWM ORA 03 als Tageszulassung oder Vorführwagen mit Riesen-Preisvorteil.



Bei uns gibt's noch viele weitere Tageszulassungen und Vorführwagen zu attraktiven Mitnahme-Preisen. **Schau vorbei!**
AUTOHAUS SIEGFRIED MORKEL GMBH

Stadtweg 1
63589 Linsengericht
Tel. 06051 71155

Verkauf
Mo – Fr 9:00 – 13:00 Uhr; 14:00–18:00 Uhr
Sa 10:00–13:00 Uhr

Kundendienst/Teile und Zubehör
Mo – Fr 8:00 – 13:00 Uhr; 14:00–18:00 Uhr
Sa 10:00–13:00 Uhr

Außerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten keine Beratung, kein Verkauf und keine Probefahrtvereinbarung.

¹ Im Vergleich zu unserem regulären Verkaufspreis für ein Neufahrzeug, gültig bis 30.09.2024. Weitere Infos zum Angebot, siehe Rückseite.
² Quelle: Euro NCAP, Stand: 22.12.2022; weitere Informationen unter euroncap.com ³ Quelle: Green NCAP, Stand: 25.10.2023; weitere Informationen unter greenncap.com
Angaben zu Verbrauch und CO₂-Emission findest Du auf der Rückseite. Alle Angebote gültig bis 30.09.2024. Farbabweichungen sind drucktechnisch bedingt. Für Druckfehler wird keine Haftung übernommen.
* 5 Jahre Fahrzeuggarantie ohne Kilometerbegrenzung und 8 Jahre Garantie auf die Hochspannungsbatterie (bis 160.000 Kilometer) – ab Erstzulassung. Details unter ora-motor.de/garantie

Angebotsdetails zur Vorderseite

GWM ORA 03 GT



Max. Leistung 126 kW (171 PS) Lackfarbe Mars Red
Kilometerstand 2.200 km Erstzulassung 07/2023

Das bringe ich mit: 18" Leichtmetallfelgen im GT-Design, Stoßfänger, Grill und Dachspoiler im GT-Design, Sitzbezüge aus hochwertiger Ledernachbildung im GT-Design, Autobahnassistent (HWA), Launch-Control-Modus, 360° Kamera

Vorführwagen - unser Mitnahme-Preis: 33.990 €

GWM ORA 03 400 Pro WP



Max. Leistung 126 kW (171 PS) Lackfarbe Moonlight White/ Starry Black
Kilometerstand 15 km Erstzulassung –

Das bringe ich mit: 18" Leichtmetallfelgen, Privacy Glass, Navigationssystem, 360° Kamera, Induktive Smartphone-Ladefunktion, Sprachassistent, Vordersitze beheizbar

Unzugelassen - unser Mitnahme-Preis: 31.100 €

GWM ORA 03 400 Pro+



Max. Leistung 126 kW (171 PS) Lackfarbe Aurora Green/ Moonlight White
Kilometerstand 18 km Erstzulassung –

Das bringe ich mit: 18" Leichtmetallfelgen, Privacy Glass, Navigationssystem, 360° Kamera, Induktive Smartphone-Ladefunktion, Sprachassistent, Vordersitze beheizbar/mit Ventilation und Massage-Funktion, Glasschiebedach

Unzugelassen - unser Mitnahme-Preis: 33.750 €

GWM ORA 03 300 Pro



Max. Leistung 126 kW (171 PS) Lackfarbe Aurora Green
Kilometerstand 3.200 km Erstzulassung 03/2023

Das bringe ich mit: 18" Leichtmetallfelgen, Privacy Glass, Navigationssystem, 360° Kamera, Induktive Smartphone-Ladefunktion, Sprachassistent, Vordersitze beheizbar

Vorführwagen - unser Mitnahme-Preis: 26.490 €

GWM ORA 03 300/300 Pro, 48 kWh Batterie, 126 kW (171 PS) Energieverbrauch 16,7 kWh/100 km Strom; CO₂-Emission 0 g/km; CO₂-Klasse A; kombinierte Werte. Elektrische Reichweite 310 km. **GWM ORA 03 400 Pro/400 Pro+, 63 kWh Batterie, 126 kW (171 PS)** Energieverbrauch 16,5 kWh/100 km Strom; CO₂-Emission 0 g/km; CO₂-Klasse A; kombinierte Werte. Elektrische Reichweite 420 km. **GWM ORA 03 GT, 63 kWh Batterie, 126 kW (171 PS)** Energieverbrauch 16,8 kWh/100 km; CO₂-Emission 0 g/km; CO₂-Klasse A; kombinierte Werte. Elektrische Reichweite 400 km.**

** Die nach PKW-EnVKV angegebenen offiziellen Werte zu Verbrauch und CO₂-Emission sowie ggf. Angaben zur Reichweite wurden nach dem vorgeschriebenen Messverfahren WLTP ermittelt. Weitere Infos unter ora-motor.de

Bekanntschaften

VER MISST DU KRÜMEL IM BETT, KÜSSE IM REGEN, SONNENAUF-GÄNGE ZU ZWEIT UND KISSEN-SCHLACHTEN ?!

ARCHITEK H A R A L D , 79 Jahre jung geworden, alleinst., Architekt mit eig. Büro hier aus der Region und immer noch beruflich tätig, weil es mir Spaß macht und mich jung hält. Bin finanziell abgesichert, aber kein Angeber, sondern ein ehrlicher, lieber, treuer u. sanfter Mann – jedoch kein „Weichei“! Sehr romantisch ... würde gerne eine liebe Frau glücklich machen + lieben. Ich bin etwas sportlich, gut aussehend, 187cm groß, ein Gentleman u. ein Mann von Welt in jeder Beziehung. Ich interessiere mich für viele Sachen u. lache gern, kann Spiegeleier schwarz braten, „SIE“ charmant unterhalten und meine es absolut ehrlich. Ich wünsche mir über pv eine Partnerin voller Vertrauen und Ehrlichkeit, die nicht die Maße einer Heidi Klum haben muss, so dass wir einfach nur glückl. werden, lachen, händchenhaltend die Sommertage genießen, u. dass Vertrauen, Harmonie, Zärtlichkeit in unsere Herzen einzieht. „Wohin dein Herz dich trägt“, zu mir ... bitte rufen Sie an: täglich unter handy 0151 – 56196728, aber bitte nicht nach 21:00 Uhr, bin ein Frühaufsteher.

SONNE AUF MEINER HAUT + IM HERZEN ODER KENNENLERN-URLAUB AUF EINER SONNENINSEL ... FLIEG MIT !

Weiblich, 61 Jahre, heiße S O P H I E , höre aber mit meinen 163 cm auch auf den Namen Engelchen. Bin eine zierliche, modebewusste, niveauvolle ganz alleinstehende Dame und habe einen schönen Beruf (Dipl. Betriebswirtin) der mich erfüllt. Ich lebe in guten finanz. Verhältn., schönes Haus hier in der Gegend u. doch traurig – so alleine. Ich gehe gerne in Galerien spazieren, mag Musicals und interessiere mich für die politische Lage auch wenn das ein schwieriges Thema zurzeit ist. Ich liebe spazieren gehen, kann Standard Tänze, aber auch Kastanien suchen oder einen gemütl. Feierabend zu zweit – das wäre mein Wunsch. EIN SONNTAG IM BETT UND DAS „GROSSE GLÜCK“ RICHTIG GENIESSEN. Welcher ehrl. Engel wünscht sich Liebe für immer mit einer lieben, ehrlichen Partnerin?! Bitte rufe an. Tel. 01520 – 7866545 od. E-Mail an PV: SophieEngel2@inserat-wz.de. Bis gleich!

EIN GLAS ROTWEIN UND TRÜFEL-SPAGHETTI ESSEN IN VENEDIG ... UNSERE GONDELFAHRT INS GLÜCK !

C O N S T A N T I N , 72 J, alleinstehend und mit meinen 192 cm ein gutaussehender, schlanker „ganzer“ Mann mit fröhlichem Lachen, natürl. Wesen, wünscht sich über pv „SIE“ zu finden. Lebe in guten finanz. Verhältnissen, bin humorvoll, zärtlich, zuverlässig u. treu; mit kleinen Fehlern ... die Sie event. mögen?! Ich mag die Natur, Tanzen, Radfahren, gehe gerne „CHIC“ aus, liebe aber auch kuschelige Abende zu Hause – kurz, ein Mann für alle Fälle ... MIT DEM ES SICH LACHEN, LIEBEN UND TRÄUMEN LÄSST, FÜR IMMER. Ich brauchte etwas Mut für diese Annonce, bitte haben Sie auch Mut zu „UNS“. Ich habe kein „Beuteschema“ – nur ein fröhliches Lachen solltest du haben. Lass uns an oder von weißen Sandstränden träumen, auf Hawaii angeln, in Rom Spaghetti essen oder in meinem schönen Zuhause auf der Terrasse entspannen. Bitte rufen Sie an: Tel. 0151 – 59897641, od. Mail: Constantin2211@inserat-wz.de

KOMM MIT AUF EINE KLEINE MOTORRADTOUR ... WIR GENIESSEN DIE NATUR UND UNSER GLÜCK !

T H O M A S , 63 J / 1,80, NR, verwitwet, als Dipl. Ingenieur war ich durchaus erfolgreich und nun genieße ich ein wenig die Freizeit, da ich immer viel Unterwegs bin, dachte ich mir, ich versuche es mal mit einer pv Anzeige, Tinder war nicht so meins. Ich bin ein natürl., dynam., Mann u. lebe in besten finanz. Verhältn., doch was nützt es? Ich super Mann bin alleine und an manchen Wochenenden fühle ich mich trotz guter Freunde einsam. Bin fröhl., treu, feinfühlig, kann Natur, Stille, Zweisamkeit genauso genießen wie spontane Reisen, egal wohin, wilde Wasserfälle in Kanada oder Safari durch Afrika. Darf ich Sie so richtig verwöhnen? Ich meine es ernst und suche kein Topmodell, oder Super Sportlerin, sondern eine entspannte Frau die wirkliche, echte, tiefe, harmonische Beziehung für ein ganzes Leben möchte. Bitte rufe an: Tel.: 0151 - 68535162 auch Sa. u. So., o. schr. eine E-Mail an: ThomasLenz@wz-mail.de.

ÄRZTIN Ich bin G R E T A , Anfang 80, war Humanmedizinerin und jetzt Pensionärin. Ich spiele in einem Chor noch Klavier, falls Du mitkommen möchtest. Ich bin 1,86 m groß und schlank mit sehr weiblicher, attraktiver Figur und man sagt, ich habe sehr schöne Augen. Ich habe keine Ansprüche ans Aussehen, und ob im Schlafzimmer noch was geht, ist mir auch egal, auch musst Du kein Theater- oder Reiseonkel sein, ich bin viel lieber zu Hause. Ich koche sehr gerne, nur nicht gerne für mich alleine. Was ist Deine Leispeise, was sind deine Hobbys und Interessen? Dein Alter ist mir egal, wenn im Herzen jung. Bitte melden Sie sich, um Gemeinsamkeiten zu finden und sich bei einer Tasse Kaffee und Kuchen auszutauschen. Da ich gerne und gut Auto fahre, können wir getrennt oder zusammenwohnen, das ist mir egal. Es ist doch für uns beide nicht schön, alleine zu sein, daher bitte ich Sie um einen Anruf unter pv tel. 0170 - 6113731. Gerne auch am Wochenende.

Uschi, 62 J., gutauss., schlank u. ganz natürlich. Habe Spaß an der Hausarbeit u. am Kochen, mag kl. Ausflüge mit meinem Auto, aber auch kuschelige Fernsehabende. Sehne mich so sehr nach e. ehrl., treuen Mann für immer u. warte sehnsüchtig auf Ihren Anruf üb. pv u. auf das Ende unserer Einsamkeit. ☎ 0152-24910120

Irmgard, 75 J., verwitwet, mit schöner, etwas vollbusiger Figur u. viel Lebensfreude. Reichtum habe ich nicht zu verschenken, dafür ein gutes Herz u. viel Zärtlichkeit. Mag Volksmusik, kochen/backen, spazieren u. Auto fahren. Suche einen anständigen Mann, dem eine gepflegte u. ordentliche Frau fehlt. pv ☎ 0176-34488463

Bärbel, 70 J., hüb., fraulich, natürl. u. zärtlich. Wer auch verwitwet ist u. die Einsamkeit kennt, wird mich verstehen. Alles würde ich aufgeben für e. lieben Mann, der mich braucht. Ein Auto für uns zwei ist auch vorhanden. Kostenl. Anruf, Pd-Seniorenglück ☎ 0800-7774050

Ein Junger Mann von 55 Jahren, schlank, humorvoll und bodenständig, sucht einen neuen Sonnenschein an seiner Seite. Wenn du zwischen 40 und 52 Jahren bist, mit oder ohne Kinder, für einen Neustart bereit bist, Nationalität egal, dann melde dich gerne. Chiffre 92003

Wer hat Lust auf einen Sommerspaziergang im Bad Nauheimer Kurpark? Bewegung ist für die Psyche und den Körper gut. In der Gruppe drehen wir unsere gemütliche Runde (ca. eine Stunde) durch den Park. Anschließend kehren wir noch in ein schönes Café ein. ☎ 06034/4049464

Vertrauensvoll u. aktiv das Leben gestalten. Partnerschaft auf Augenhöhe. Gute Gespräche, Herumalbern, Schweigen, Lachen u. Entdecken z.B. mit dem E-Bike. Bin Anfang 70 J. Hast du Lust? dr.sommer.22@gmail.com

Anständiger, italienischer Witwer, 83 J., NT, NR, finanziell unabhängig, 1,68 gr., 73 kg, nach erfolgreicher LWS-OP wieder fit, aber immer noch einsam sucht Partnerin für das weitere Leben. Alles andere beim Cappuccino. Chiffre 91908

Noch jugendl., gutauss. Geschäftsmann, 1,80, vermögend, sucht entspr., hübsche, schlanke, deutschsprechende, ausländische Dame, ohne Anhang, bis ca. 40 Jahre für fest! Bis bald. ☎ 06032/31141

Peter 66/168 sucht sportliche und offene Sie für angenehme Gespräche und Unternehmungen, die zu zweit mehr Spaß machen. Einfach Whats-App ☎ 0163/1757677

Wo finde ich (weiblich) einen sympathischen Partner, 71+, für eine gemeinsame Zeit. ☎ 0176/87520884

Camping/Freizeit

Dauercamping-Stellplatz, Neumühle/Hasselroth, 225 m², mit Mobilheim (10 x 3m) u. Vorbau, 30m², zu verkaufen. FP 25.000,- €, Pacht monatlich 250,- €. ☎ 0179/1353276

Dienstleistungen



Service rund um Haus und Garten: Hausmeisterservice, Gartenpflege u. Umgestaltung, Baumpfällung, Obstbaum- u. Gehölzschnitt, Mäharbeiten, Brennholzaufarbeitung, Kleinreparaturen etc., seit über 30 Jahren Problemlös. aller Art ☎ 06058-6216

Sie wollen renovieren? Maler- und Tapezierarbeiten, Fußbodenverlegung, Alles aus einer Hand. Schnell, sauber u. preiswert. Persönliche Beratung vor Ort ist selbstverständlich. ☎ 06183-928475 o. 0179-2108959

Hoti Malermeister: Innen/Außen Anstrich/Putz, Tapezier-/Lackierarbeiten, Trockenbau, Vollwärmeschutz, Badsanierung (auch barrierefrei), Bodenbelag: Fliesen, Laminat, Vinyl. ☎ 0160-96687594

Handwerker Gert übernimmt für Sie Trockenbauarbeiten, Fliesen/Laminat verlegen, tapezieren/streichen, Fassadendämmung/Außenputz, Gerüst stellen, Demontagarbeiten, Renovierungen aller Art. ☎ 0171/5140161

R. Hoti Garten- u. Landschaftsbau Pflasterarbeiten aller Art, Holzbau, Garten u. Gestaltung. ☎ 0160-99189945, 63584 Gründau, Wiesenstr. 20d.

Wir sind für Sie da! Vinyl, Fliesen, Tapezierer/ Maler/ Trockenbau/ Sanierungsarbeiten. ☎ 0177/3142944 od. 06181/4358764

Flohmarkt

Vorankündigung: Großer Flohmarkt am So. 8.9. in Gründau-Liebos am Höffner-Möbelhaus - trödeln, schleppen und genießen - Jeder kann mitmachen! Info: lampert-marke.de und bei facebook, ☎ 02473-20596-50

Haushaltsauflösungen

Die Ameisen: Entrümpelungen, Haushaltsauflösung, Umzüge, Renovierung, Garten- u. Abrissarbeiten, Gewerbe, Haus-, Messi- und Problemwohnungen ☎ 06053-7775, 06184-905729, 01522-2038811 www.ameisen-heimerl.de

Die Fa. Klemens aus Wächtersbach bietet Ihnen zum Sparpreis Umzüge, Haushaltsauflösung, Entsorgungen, Entrümpelungen an. Wir erstellen Ihnen ein kostenloses Angebot. ☎ 0157/88711778 + 06053/7069134

Kaufgesuche

Frau Danna sucht und kauft Pelze aller Art, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernstein, Schmuck, Perücken, Puppen, Ledertaschen und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silber, Bestecke, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Wohnungs- und Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskrete Barabwicklung vor Ort von Mo. - So., 8 - 21 Uhr. ☎ 06031-7768934

Herr Kunzmann kauft an: Pelze aller Art, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernstein-schmuck, Perücken, Puppen, Leder- u. Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo.-So 8-20 Uhr ☎ 06104/9879935

Kaufgesuche

Herr M.Schleibniz bittet um Kontaktaufnahme! Ankauf von Briefmarken, Pelzen, Nerzen, Porzellan, Nähmaschinen, Uhren, Trachten, Perücken, Puppen, Ferngläser, Bleikristall, Krüge, Persianer, Modeschmuck, Silberbesteck, Bernstein, Teppiche, Möbel, Gardinen, Goldschmuck alt, Bruchgold, Zahngold. Münzen, auch Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung u. Anfahrt und Werteschätzung. Zahle Höchstpreise 100% seriös und diskret Barabwicklung vor Ort Mo.-So, 8-20 Uhr. ☎ 069/13876000

Antiquitäten- und Kunstankauf zu Höchstpreisen. Möbel, Gemälde, Porzellan, Krüge, Figuren, Reliquies, Taschen, Musikinstrumente, Uhren, Puppen, Blechspielzeug, Zinn, Silber, Modeschmuck, Briefmarken, Münzen, sowie komplette Nachlässe. ☎ 06051/9071099 o. 0172/4097614

Suche Rennräder und E-Bikes, Alter und Zustand egal, auch defekte, alles anbieten. ☎ 0157/58470107

Reinigung

Blitz Blank! Fenster/Rahmen, Wintergartenreinigung gefällig od. Grundreinigung Ihrer Wohnung? Wir reinigen auch Ihre Wohnung alle 14 Tage, auch Teppiche/Teppichböden, Polstermöbel u. Matratzen, antiallergisch, farbfrisch wie neu mit Geruchsbeseitigung und Langzeit Imprägnierung. 52 Jahre Ralf Hüber Meisterbetrieb: ☎ 06101-3132

Rund ums Haus

Maler-/Tap.-Arb. m. allen Nebenarb., Parkett/Laminat/Fliesen, Teppbo., Sie brauchen nicht auszuräumen! Auch Holz/Rigips, Sanitär, neue Bäder, auch fugenlos, Hzg./Klima, Elektr., Verputz (auch Lehmputze), Fe./Dachfe. + kpl. Dachausb. + Altbausanierung (auch Abbrucharb. u. Neuaufbau), sowie Fassadenarbeiten. (52 J. Erfahrung) Meisterbetrieb Ralf Hüber, ☎ 06101-3131 www.hueber-innenausbau.de

RJL Haus u. Garten. Wir bieten an: Maler- u. Tapezierarbeiten, Putz u. Anstrich außen, Trockenbau, Badsanierung, Fliesenarbeiten, Dachrinnen, Kellersanierung innen u. außen, Pflasterarbeiten. ☎ 0155/10736733

Umzug

Umzüge
seit über 50 Jahren
H. Schilling
Nah und fern – Lagerung
Gelnhausen ☎ 060 51/88 74 58
Hanau ☎ 06181/2 17 00
www.umzuege-schilling.de

Verkäufe

Rasanter Herbststart! Neueste Modelle! Jetzt nagelneue Modelle bei Küchen/ Tischen/ Betten/ Polstermöbel, alles neu zu Tiefpreis-/Discountpreisen. Mehr als 1000e Teile zur Auswahl. Neu: kostenfreier Hausbesuch zur Planung und zum Ausmessen. Neu: bei Kauf einer Küche 1 E-Gerät geschenkt z.B. Backofen, Ceranautarkochfeld, Schräghaube, Kühl-/ Gefrierschrank etc. Alles was sonst teuer macht, bei uns zum K.o. Preis. PS Auch Neu: Schnelllieferküchen! Neu: Essgruppe sofort! Möbel-landhallen Neuberg, Im Unterfeld 2, 63543 Neuberg, Mo.-Fr. 10-18 Uhr, Sa. bis 16 Uhr. ☎ 06183/8991911

Trapezbleche 2. Wahl: 2 m u. 3 m ab 7,99 €/m². Trapezbleche 1. Wahl: versch. Längen, Farben, Profile, ab 12,99 €/m², ca. 20.000 m² auf Lager. Birstein: ☎ 06054/9071127

Achtung Brennholz! Jetzt bestellen, frisch od. trocken, 1 m lang od. offenfertig, keine Schüttmeter-Raumeter (Ster), Lieferung möglich. ☎ 0160-93018661

Kontakte

Tina, Massage, Hausb., 0162-6733502

Bauen & Wohnen

Wohnraumerweiterung leicht gemacht

Vielseitiger Kaltwintergarten

Viele Hausbesitzer träumen davon, im Eigenheim mehr Platz zu schaffen. Eine klassische Hauserweiterung ist jedoch mit hohen Kosten und bürokratischem Aufwand verbunden. Neben einer Baugenehmigung sind auch die Auflagen aus dem Gebäudeenergiegesetz zu beachten.

Thema

Gutes Handwerk

Deutlich weniger Aufwand verursacht der Anbau eines Kaltwintergartens. Ein nicht beheizter Annex ist aus einem Glasdach und modularen Gaselementen leicht umzusetzen und bietet vielfältige Nutzungsmöglichkeiten, zum Beispiel als Wohnraum zum Essen, Entspannen oder Feiern oder im Winter als Orangerie.



NATURSTEIN & BAUSTOFFSERVICE
Main-Kinzig-Str. 30
63607 Wächtersbach
Telefon: 06053 6189-0
Montag-Freitag
07:00 bis 12:30 Uhr
13:00 bis 17:00 Uhr
Samstag
08:00 bis 13:00 Uhr
(April bis Oktober)
Für Privat & Gewerbe
Drive-in & Lieferservice
Musterausstellung
Betonankstelle
WWW.MHI-NBS.DE



Mehr Platz für die ganze Familie: Ein unbeheizter Kaltwintergarten lässt sich fast das ganze Jahr nutzen.

Foto: DJD/www.Lewens-Markisen.de

gerie. Ein Glasdach- und Markisenprofil gewährleistet den fachgerechten Aufbau und die Einhaltung der regional geltenden Regeln.

StellenMarkt



Das Druck- und Pressehaus Naumann ist ein renommiertes Unternehmen in der Medienbranche, das sich den Herausforderungen einer digitalen Zukunft stellt. Am Firmensitz in Gelnhausen treiben wir die Transformation in einer sich wandelnden Medienlandschaft voran, um zu einem führenden, modernen Mediendienstleister in der Region zu werden.

Für unsere gemeinsame zukünftige Entwicklung suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

Volontär (m/w/d)

für die Lokalredaktion unserer Tageszeitung „Gelnhäuser Neue Zeitung“

Das erwartet Sie:

- eine spannende zweijährige Ausbildung zum Redakteur
- zwei mehrwöchige Kurse und eine Hospitanz in einer überregionalen Nachrichtenredaktion
- der Umgang mit journalistischen Themen im Internet und Social Media

Sie bringen mit:

- erste journalistische Erfahrung im Online- oder Printbereich
- ein ausgeprägtes Sprachgefühl und einen Blick für Fotomotive
- Kenntnisse unserer Region
- Begeisterungsfähigkeit und Belastbarkeit
- idealerweise ein abgeschlossenes Studium

Die vollständige Ausschreibung finden Sie unter www.dpn-media.de/karriere-volontaer-lokalredaktion.

Ihre Bewerbung senden Sie bitte an unsere Personalabteilung.



DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN

Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Telefon: 06051 833 104 · E-Mail: personal@gnz.de

BESTELLSCHHEIN FÜR EINE PRIVATE KLEINANZEIGE

☐ Mittelhessen-Bote am Samstag	inklusive Neue Zeitung	Preis pro Erscheinung Gesamtausgabe	bis zu 5 Zeilen 27,50 €	jede weitere Zeile 4,70 €
Anzeigentext Rubrik ▶				
Name, Vorname				
Straße, Hausnummer				
PLZ/Wohnort				
Telefon (für evtl. Rückfragen)				
DE IBAN				
BIC				
Bank				
Datum, Unterschrift				
☐ Chiffre-Anzeigen ZUSÄTZLICH Chiffre-Gebühr von 5,- € (eingehende Zuschriften werden Ihnen zugestellt)				
☐ Rechnung Bei Rechnungsstellung werden 7,50 € Bearbeitungsgebühr zzgl. MwSt. berechnet				
☐ sollen abgebucht werden (bitte Bankverbindung eintragen)				

Wenn eine Bankverbindung eingetragen ist, ermächtige ich den Verlag mit meiner Unterschrift zum Bankenzug mittels Sepa-Basislastschrift (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE 53 222 00000 415339). Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen · Tel. (060 51) 833 244 · Fax (060 51) 833 255 · E-Mail: anzeigenabteilung@gnz.de



MAIN-KINZIG-KREIS

Geschäftszeichen: 11.1/2/84/2024

Für das **Amt für soziale Förderung und Teilhabe**, mit Sitz im Main-Kinzig-Forum in Gelnhausen, suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine

Abteilungsleitung
Existenzsicherung (m/w/d)

Den vollständigen Ausschreibungstext mit allen relevanten Informationen finden Sie im Internet unter:
www.mkk.de > Kreisverwaltung > Karriere im MKK > offene Stellen



Stellenausschreibung

Die Stadtverwaltung Langenselbold sucht für das Amt 40 – Soziales, Familie, Kultur ab sofort

eine pädagogische Fachberatung (d/m/w)
(unbefristet, in Teilzeit)

sowie

eine Verwaltungsmitarbeiter/in (d/m/w)
(befristet bis 31.03.2027)

und

Erzieher/innen (m/w/d)
für unsere Kindertagesstätten
(unbefristet in Teil-/ oder Vollzeit).

Des Weiteren haben wir noch zu vergeben:

Friedhofsgärtner/in (m/w/d)

Mitarbeiter/innen für den städtischen Bauhof (m/w/d)

Rettungsschwimmer/innen (m/w/d)

Nähere Informationen erhalten Sie auf unserer Homepage unter www.langenselbold.de

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Dann senden Sie bitte Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen unter Angabe des Geschäftszeichens an:

Magistrat der Stadt Langenselbold,
Dezernat I – Zentrale Dienste und Personal,
Schloßpark 2, 63505 Langenselbold
oder per E-Mail an: bewerbung@langenselbold.de

Sollten Sie sich per E-Mail bewerben, so sind alle Unterlagen im PDF-Format einzureichen. Bewerbungsunterlagen können leider nicht zurückgeschickt werden.

Stellenanzeigen bringen Erfolg!



Das Druck- und Pressehaus Naumann ist ein renommiertes Unternehmen in der Medienbranche, das sich den Herausforderungen einer digitalen Zukunft stellt. Am Firmensitz in Gelnhausen treiben wir die Transformation in einer sich wandelnden Medienlandschaft voran, um zu einem führenden, modernen Mediendienstleister in der Region zu werden.

Für unsere gemeinsame zukünftige Entwicklung suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

kaufmännischen
Controller (m/w/d)

Sie werden eingesetzt für

- Kosten- und Leistungsrechnung
- Produktionscontrolling
- Budgetierung
- Kalkulationserstellung

Sie bringen mit

- ein abgeschlossenes Studium in Betriebswirtschaft, Finanzen oder eine vergleichbare Qualifikation
- mehrjährige Berufserfahrung im Controlling, idealerweise im Produktionsumfeld
- analytische Fähigkeiten und einen sicheren Umgang mit Zahlen, MS Office und ERP-Systemen
- gute Kommunikationsfähigkeiten und Teamgeist
- idealerweise Kenntnisse in EGECO von CSS

Die vollständige Ausschreibung finden Sie unter www.dpn-media.de/karriere-controller.

Ihre Bewerbung senden Sie bitte an unsere Personalabteilung.





DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN

GmbH & Co. KG

Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Telefon: 06051 833 104 · E-Mail: personal@gnz.de



MAIN-KINZIG-KREIS

Geschäftszeichen: 11.1/2/79/2024

Der Main-Kinzig-Kreis ist mit rund 431.000 Einwohnern der einwohnerstärkste Kreis Hessens. Das Amt für Gesundheit und Gefahrenabwehr hat zahlreiche medizinische Aufgaben im Rahmen des Hessischen Gesetzes für das öffentliche Gesundheitswesen.

Der Amtsärztliche Dienst berät die Bürgerinnen und Bürger und unterschiedliche Institutionen im gesamten Main-Kinzig-Kreis bei allen medizinischen Fragestellungen und ist insbesondere gutachterlich tätig.

Zur Verstärkung des Teams im **Amtsärztlichen Dienst** sucht das **Amt für Gesundheit und Gefahrenabwehr** mit Sitz im Main-Kinzig-Forum in Gelnhausen zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

Medizinische/n Fachangestellte/n (m/w/d)
bzw.
Arzthelfer/in (m/w/d)

Den vollständigen Ausschreibungstext mit allen relevanten Informationen finden Sie im Internet unter: karriere.mkk.de



Ausbildung bei der Gemeinde Biebergemünd:
„Deine Chance, Zukunft zu gestalten“



Biebergemünd
...natürlich im Spessart

Wir bilden mit Ausbildungsstart **1. September 2025** aus:

Duales Studium zum Bachelor of Arts – Digitale Verwaltung (m/w/d)

Duales Studium zum Bachelor of Eng. – Bauingenieurwesen (m/w/d)

Praxisintegrierte vergütete Ausbildung (PivA) zum/zur Erzieher/-in (m/w/d)

Ausbildung zum/zur Umwelttechnologen/-in für Abwasserbewirtschaftung (m/w/d)

Wenn wir Dein Interesse geweckt haben, dann besuche uns für weitere Informationen online auf www.biebergemuend.de/ausbildung und bewirb Dich bis zum **30. September 2024** per E-Mail an bewerbung@biebergemuend.de

Stellengesuche

Ich suche ab sofort Putzjob für spätmittags 2-3h im Raum Hasselroth, Freigericht, Langenselbold, Neuberg, Hailer, Meerholz, Roth, Haitz. Info unter ☎ 0152-28467700

Nette, deutschsprachige Frau möchte ältere oder behinderte Personen rund um die Uhr betreuen. ☎ 06053/8099809

Buchhalter sucht stundenweise Nebentätigkeit. Keine Versicherungen oder Ähnliches. ☎ 06048-1009

Stellenangebote

Beschichtungsfachmann oder Maler mit Erfahrung in Bodenbeschichtungen und Bauhelfer mit Führerschein bei bester Bezahlung ab sofort gesucht. Rödling Beschichtungssysteme, Lohmühlenweg 20, Gelnhausen. ☎ 0170/8245185 oder 06051/471982

Suche deutschsprachige Putzhilfe nach Ronneburg-Hüttengesäß, vorerst alle 14 Tage für 3 Stunden. ☎ 0170/5482124

Putzfrau gesucht, 4 Std. pro Woche, 20,- € pro Std., flexible Arbeitszeit. Chiffre 92117

Gemeinnützige Wohnungsbau-Genossenschaft Wächtersbach eG

Poststr. 53a, 63607 Wächtersbach, Tel. 06053-1809



Unsere Genossenschaft wurde im Jahr 1949 gegründet. Wir sind tätig im Sinne des Genossenschaftsgedankens. Aktuell verwalten und unterhalten wir 346 Wohn- und Gewerbeeinheiten im eigenen Bestand und bieten unseren Mitgliedern seit über 75 Jahren eine gute, sichere und sozialverantwortliche Wohnungsverorgung.

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir zur Ergänzung unserer Verwaltung, unbefristet in Vollzeit / Teilzeit (30 Wochenstunden), eine/n

Mitarbeiter/in für unsere Verwaltung/
Immobilienverwaltungsfachkraft/
Immobilienkauffrau/-mann (w/m/d)

Wir freuen uns auf Ihre vollständigen und aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen per E-Mail. Eine ausführliche Stellenbeschreibung finden Sie auf unserer Homepage unter: <https://gewobau-waechtersbach.de>

WIR SUCHEN für den Standort Hungen:
Dipl.-Ing. / Master / Bachelor
Landschafts-, Kultur- oder Wasserbau
oder vergleichbarer Qualifikation (m/w/d)



Jetzt
bewerben!

AUFGABENSCHWERPUNKTE:
➢ Übernahme der Planung und Überwachung von Unterhaltungsarbeiten und Baumaßnahmen an Gewässerstrecken und im Bereich der Talsperren zur Gewährleistung und Sicherstellung eines geordneten Wasserabflusses.
Nähere Informationen unter: www.wasserverband-nidda.eu

Wasserverband Nidda,
Hanauer Straße 9-13,
61169 Friedberg/Hessen
Tel. 06402-511 8843
info@wasserverband-nidda.de

Mittelhessen-Bote

Personal finden!



Telefon 06051 833-241

NORMA®

+++ Breaking News +++ Breaking News +++ Breaking News +++ Breaking News +++ Breaking News

NEU

BIO-GESAMTSIEGER!

zur aktuellen
DLG Bio Prüfung

2024

Zum
15. Mal
in Folge

ab Montag, 2. September

Bio-Kerne XXL
Kürbiskerne 300-g-Beutel (1 kg = 9,30) oder Sonnenblumenkerne 1-kg-Beutel (1 kg = 2,79)
je Beutel

billiger
zum Vergleich: z.B. Sonnenblumenkerne 650-g-Beutel = 1,89

2,79*

XXL

DLG

GRÜNE QUALITÄT

Bio-Getreide XXL
Buchweizen oder Haferkleie 1,2-kg-Beutel (1 kg = 3,33)
je Beutel

3,99*

1,2 kg

XXL

DLG

GRÜNE QUALITÄT

WEITERE SORTEN
Quinoa, Sesam, Getreidebrot 800-g-Beutel (1 kg = 4,99) oder Bulgur 1,5-kg-Beutel (1 kg = 2,66)

Bio-Saft
Zitrone 2x250-ml-Flasche, ohne Pfand (1 l = 5,98)

2,99*

2er-Pack

VEGAN

DLG

GRÜNE QUALITÄT

WEITERE SORTE
Bio-Saft Limette

Bio-Sirup
Ahorn 250-ml-Flasche (1 l = 15,-) je Flasche

3,75*

VEGAN

DLG

GRÜNE QUALITÄT

Premium Pfirsiche
Spanien/Italien Kl. I, Kal. A/AA, weiße oder gelb-fleischige ausgewählte, große Früchte, 1,5-kg-Schale (1 kg = 2,33)
je Schale

XXL

1,5 kg!

3,49*

Bio-Hülsenfrüchte XXL
Berglinsen 1-kg-Beutel (1 kg = 2,99)

2,99*

1 kg

XXL

DLG

GRÜNE QUALITÄT

ÖKO-TEST
sehr gut
Ausgabe 02/2024

WEITERE SORTEN
Rote Linsen oder Kichererbsen 1-kg-Beutel (1 kg = 2,99)

Bio-Gewürze XXL
Pfeffer schwarz ganz, Paprika edelsüß, Kümmel ganz oder Kurkuma gemahlen 145-g-Beutel (1 kg = 20,62)
je Beutel

2,99*

XXL

DLG

GRÜNE QUALITÄT

Bio-Bouillon
Gemüse 540-g-Dose, ergibt 27 Liter (1 l = -,14)
je Dose

3,79*

ergibt 27 Liter

DLG

GRÜNE QUALITÄT

WEITERE SORTEN
Rind, Huhn oder 7-Kräuter

Bio-Leinsaat XXL
geschrotet 800-g-Packung (1 kg = 3,74), Goldleinsaat 850-g-Packung (1 kg = 3,52)
oder ganz 1-kg-Packung (1 kg = 2,99)
je Packung

2,99*

XXL

DLG

GRÜNE QUALITÄT

Premium Speisekartoffeln
„Pom'Alliance“, Frankreich, Sorte: Jazzy, festkochende, gelbfleischige Premiumkartoffel mit glatter Schale und angenehm vollen Geschmack, 2,5-kg-Beutel (1 kg = 1,60)
je Beutel

2,5 kg!

3,99*

Neue Ernte!

Capri-Sun
Jungle Drink oder Kirsche 10x0,2-l-Packung, ohne Pfand (1 l = 1,65)
je 10er-Pack

23% billiger

10er-Pack

UVP 4,29

3,29*

Original englische Marmelade
Lemon Curd 320-g-Glas (1 kg = 7,78), Ginger Jam oder English Orange Marmelade 340-g-Glas (1 kg = 7,32)
je Glas

28% billiger

320 g/340 g

UVP 3,49

2,49*

Italienische Pralinen XXL
verschiedene Sorten 800-g-Packung

800 g

6,99*

Würze
das gewisse Tröpfchen Etwas 1-kg-Flasche (1 kg = 3,99)

54% billiger

zum Vergleich: 250-g-Flasche = 2,19

1 kg

3,99*

Premium Tafeltrauben Mix
Italien Kl. I, Sorten: Crystal/Sweet Celebration • Kernlos • Große schmackhafte Früchte • Hell/dunkel • Saftig und aromatisch, 1,5-kg-Packung (1 kg = 3,19)
je Packung

1,5 kg!

4,79*

➔ BIS ZU 54% SPAREN

Feinbiber-Bettwäsche in 2 Größen
• 100 % Baumwolle • Mit Marken-Reißverschluss
• Besonders weiche und warme Biberqualität
je Bettwäsche

Terra Gold

Made in Germany

ÖKO-TEST

NEUE Designs

TOP PREIS-LEISTUNG
11% billiger
statt 8,99*
ca. 90-100x200 cm
7,99*

TOP PREIS-LEISTUNG
16% billiger
statt 11,99*
ca. 140-160x200 cm
9,99*

TOP PREIS-LEISTUNG
13% billiger
statt 14,99*
ca. 180-200x200 cm
12,99*

24 Auch online

Taupe Plum

Anthrazit Raspberry

Lime Purple

Lagoon

TOP PREIS-LEISTUNG
11% billiger
statt 8,99*
ca. 90-100x200 cm
7,99*

TOP PREIS-LEISTUNG
16% billiger
statt 11,99*
ca. 140-160x200 cm
9,99*

TOP PREIS-LEISTUNG
13% billiger
statt 14,99*
ca. 180-200x200 cm
12,99*

24 Auch online

SILBER

MINT

GRÜN

CREME

TERRA

ANTHRAZIT

SANFOR KNIT

24 Auch online

ORTHOMAT

Kopfkissen
• Bezug: 100 % Baumwolle
• Füllung: ca. 1.000 g weiße, neue Federn und Daunen (90 % Federn, 10 % Daunen, Klasse 1 nach DIN EN 12934)
ca. 80 x 80 cm
12,99*

24 Auch online

ORTHOMAT

Kassettbett
• Bezug: 100 % Baumwolle • Füllung: ca. 1.600 g weiße, neue Federn und Daunen (90 % Federn, 10 % Daunen, Klasse 1 nach DIN EN 12934)
ca. 135 x 200 cm
29,99*

24 Auch online

Made in Germany

Ronley Jogg-Jeans für Herren
• 63 % Baumwolle, 36 % Polyester, 1 % Elasthan
• Elastikband mit Kordelzug
• Mit trendigen Wascheffekten
• Größen M (48/50) – XXL (60/62)
je Jogg-Jeans

12,99*

24 Auch online

Dark Denim

Blue Denim

Modischer 5-Pocket-Style

Jogg-Jeans
Dark Denim

TREKK'X STAR Outdoor Schuhe für Herren
• Obermaterial aus robustem Nylon kombiniert mit Nubuk-PU
• Atmungsaktive Coolmax®-Einglegesohle • Größen 42-45
Schwarz/Rot
Braun/Multi
UVP 39,95
je Paar
19,99*

49% billiger

3M Scotchlite

COOLMAX

Slipper für Damen
• Obermaterial aus hochwertigem, gewebtem Textil mit Applikationen aus strapazierfähigem PU
• Waschbar bei 30°C
• Größen 38-41
je Paar
Navy/Multi
Schwarz/Rose
UVP 39,95
19,99*

49% billiger

EXTRA BREITE LEISTEN

MEMORY LATEX SCHÄUM

LEISTEN

TOVHILF

Hochwertige Filzclogs
aus italienischem Nadelstich
• Damen-Größen 38-41
• Herren-Größen 42-45
je Paar

Damen
Hellgrau/Petrol

Herren
Anthrazit

Hochwertige Schnalle

je Paar

9,99*

Trendige Applikation

Praktischer Klettverschluss

KRAFT Nietmuttern-Zangen-Set
151-tlg.

je Set

29,99*

24 Auch online

Umfangreiches Zubehör
• 5x auswechselbare Spannverlängerungen mit Box in den Größen M5, M6, M8, M10, M12
• 5x Mundstücke • 150x Muttern (je 30 Stk. M5, M6, M8, M10, M12)

KRAFT Fächerscheiben-Set
5-teilig Ø 115 mm
3 Jahre Garantie

5,99*

24 Auch online

KRAFT Trennscheiben-Set
Ø 125 x 1,1x 22,23 mm, 12-teilig
3 Jahre Garantie

5,99*

24 Auch online

KRAFT Diamant-Trennscheibe
Ø 230 mm
3 Jahre Garantie

5,99*

24 Auch online

* Keine Mitnahmegarantie! Sofern der Artikel in unserer Filiale nicht vorhanden ist, können Sie diesen direkt in der Filiale innerhalb von 2 Tagen ab o.g. Werbebeginn bestellen und zwar ohne Kaufzwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an www.norma-online.de/aktionsartikel. Es ist nicht ausgeschlossen, dass Sie einzelne Artikel zu Beginn der Werbeaktion unerwartet und ausnahmsweise in einer Filiale nicht vorfinden. Wir helfen Ihnen gerne weiter. Schuhe und Textilien teilweise nicht in allen Größen erhältlich. Alle Preise in Euro. Bei Druckfehlern keine Haftung. Letzter gezeigter Preis aus KW 48/23 / KW 36/23.

Artikel mit „Auch online“ sind ab sofort in dieser oder anderer Ausführung unter www.norma24.de/bestellbar (Preis inkl. MwSt., zzgl. Versandkosten)

Stiftung Warentest
Ausgabe 08/2024

SEHR GUT (1,5)

test

24 Auch online

Mineralwasser
Classic 1,5-l-Flasche (1 l = -,19)

Ständig im Sortiment

-,29

24 Auch online

floriola
80-Tampons

Ständig im Sortiment

2,75

24 Auch online

floriola
Tampons Normal 80-Stück-Packung

Ständig im Sortiment

2,75

24 Auch online

floriola
Tampons Normal 80-Stück-Packung

Ständig im Sortiment

2,75

24 Auch online

ÖKO-TEST
Floriola Tampons normal 80 Stück
Schwermetalle in Tampons
sehr gut
ÖKO-Test Online 08/2024
oekotest.de/TE14826

GESUNDHEITSFESTIVAL

DAS KURPARK EVENT ZUM MITMACHEN!



8. SEPTEMBER 2024

KURPARK BAD SODEN-SALMÜNSTER



MIT STARGAST
**PATRIC
HEIZMANN**

Spessart FORUM Kultur
14:30 Uhr
S.11



Mitmachangebote

Spinning®, Tanzworkshops, Yoga, Klang Qi-Gong, Functional Training u.v.m.

Seite 4

Podiumsdiskussion

“Diagnose Krebs – und dann?” unter Moderation von Constanze Angermann

Seite 13

Informative Fachvorträge

Zu Themen wie Diabetes, Arthrose, Polyneuropathie und mehr

Seite 16

Über 20 Aussteller aus dem Gesundheitsbereich

Gewinnspiel
Seite 14

Netzwerk für Gesundheit

Ein starker Verbund aus Gesundheitsakteuren in der Region mit vielfältigem Angebot

Das Netzwerk für Gesundheit des Main-Kinzig-Kreises versteht sich als Zusammenschluss aus gesundenheitlichen Einrichtungen des Main-Kinzig-Kreises. Dazu zählen Fach- und Rehakliniken,

Pflegedienste, gesundheitsorientierte Fitnessstudios, Physiotherapiepraxen, (Fach-)Ärzte, Apotheken und weitere gesundheitsfördernde Institutionen.

Durch den Zusammenschluss der einzelnen Institutionen bildet das Netzwerk einen starken Verbund aus Gesundheitsakteuren mit hochqualitativ ausgebildetem medizinischem und gesundheitlichem Fachpersonal, die es als soziale Verantwortung sehen, Menschen auch außerhalb ihres hauptberuflichen Engagements bei dem Thema Gesundheit zu unterstützen.

Zu den Zielgruppen des Netzwerks zählen gesundheitliche Einrichtungen im Main-Kinzig-Kreis, die sich in der Verantwortung sehen, das Thema Gesundheit über ihren beruflichen Alltag hinaus an die Menschen weiterzugeben – an Firmen, die das Thema Gesundheit fest in

ihrer Corporate Identity verankern möchten und damit für ihre Mitarbeiter als gesundheitsbewusster Arbeitgeber in die Verantwortung gehen, an gesundheitsbewusste Bürger, die gerne bis ins hohe Alter fit und vital sein möchten, aber auch an Menschen mit typischen Volkskrankheiten wie zum Beispiel Rückenleiden, Gelenkbeschwerden, Diabetes, Übergewicht etc., die dankbar sind für Tipps und Tricks, um mit ihrer Krankheit besser umzugehen, ebenso an Pflegebedürftige und pflegende Angehörige sowie Reha-Patienten, die ihren Aufenthalt so angenehm wie möglich gestalten möchten.

Gesundheit bewegen

Ziel des Netzwerks ist es, Menschen aller Altersgruppen für Gesundheitsthemen zu begeistern und sie dabei zu unterstüt-



Rezepte

Ihr Ansprechpartner für Werbung

Lukas Amberg

Telefon: 0176-11 833 240

E-Mail: key-account@gnz.de



Impressum



Verlag und Herstellung

Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1
63571 Gelnhausen
Telefon: 06051 833 100
E-Mail: geschaeftsfuehrung@gnz.de

Geschäftsführer: Oliver Naumann, Jochen Grossmann
Anzeigenleitung: Johanna Röder, Kai Wagener
Chefredakteur: Thomas Welz
Vertriebsleitung: Manuela Hoyer

Zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum Genannten.

Copyright und Autorenschutz sowie Idee und Konzept liegen bei der Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG. Für Druckfehler sowie den Inhalt der Anzeigen übernehmen wir keine Haftung. Nachdruck auch auszugsweise nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlages.



zen, ein aktives und gesundes Leben zu führen. Aus diesem Grund wird ein vielfältiges Angebot an Aktionen und Veranstaltungen zu folgenden Themenbereichen angeboten: Gesundheit erhalten – durch Prävention, soziale Verantwortung und Aufklärung; Gesundheit wiederherstellen – durch top ausgebildetes medizinisches und gesundheitli-

ches Fachpersonal; Gesundheit fördern – als Gesundheitsplattform #1. Für die jüngsten Mitglieder unserer Gesellschaft wurde der „Club der Kochmützen“ ins Leben gerufen, eine spannende und interaktive Kooperation unserer Rehabilitationskliniken mit der Grundschule an der Salz in Bad Soden. Hier lernen Kinder spielerisch, wie wichtig eine aus-

gewogene Ernährung für ihre Gesundheit ist und wie viel Spaß es machen kann, gemeinsam zu kochen und zu essen. Außerdem werden spannende Vernetzt!-Workshops und Präventionskurse angeboten, bei denen Interessierte neue Sportarten wie Aqua-Fitness oder Regenerationsmethoden wie das Muskel-Taping kennenlernen können.

Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittener – das Netzwerk für Gesundheit steht mit Rat und Tat zur Seite, damit jeder seine Ziele erreichen und seine Gesundheit stärken kann. Das vielfältige Vortragsprogramm trägt dazu bei, Interessierte in medizinischen, therapeutischen und sozialrechtlichen Fragestellungen weiterzubilden.



FACHKLINIK FÜR ONKOLOGISCHE (ANSCHLUSS-)REHABILITATION

BEHANDLUNGSSCHWERPUNKTE

- Brust und weibliche Geschlechtsorgane
- Atmungsorgane, Mund-, Rachen- oder Gesichtsbereich
- Nieren, Harnblase, Prostata und Hoden
- Verdauungsorgane (Darm, Magen, Bauchspeicheldrüse, Speiseröhre, Gallenwege und Leber)
- Maligne Systemerkrankungen (lymphatische und blutbildende Systeme)
- Haut
- Sarkome
- Internistische Erkrankungen

**JOB GESUCHT?
KOMM' IN UNSER
HAMMERSTARKES
TEAM!**

**DEN MENSCHEN SEHEN,
DEN PATIENTEN BEGLEITEN.**

Brüder-Grimm-Straße 20
63628 Bad Soden-Salmünster

www.hamm-kliniken.de
bellevue@hamm-kliniken.de



Gesundheitsbewusstsein im Wandel

Einblicke in Präventionskurse mit Michael Weisbecker

Herr Weisbecker, welche Funktion haben Sie im PhysioVitamed?

Ich habe die Leitungsfunktion des PhysioVitamed in der Spessart Therme. Wir sind eine therapeutische Praxis. Ich bin unter anderem verantwortlich für alle Kurse, die hier im Haus stattfinden, insbesondere für die Präventionskurse.

Warum ist es aus Ihrer Sicht wichtig, einen Präventionskurs zu absolvieren?

Ein Präventionskurs sollte eigentlich immer einen vorbeugenden Charakter haben. Das

ist in der Realität nicht immer so, weil die Teilnehmer meistens schon ein paar kleinere Beschwerden haben, wenn sie einen Kurs besuchen. Aber grundsätzlich gilt: Zielführend für die Teilnehmer ist eine bessere Lebensführung und die körperliche Fitness wird verbessert. Eventuell kann auch eine drohende Erkrankung abgewendet werden.

Wie läuft die Antragstellung für einen Präventionskurs ab?

Man meldet sich beim Anbieter an – das kann man in der Regel online machen, oder auch per-

sönlich. Dann absolviert man den Kurs. Am Ende des Kurses bekommt man eine Teilnahmebescheinigung. Diese reicht man bei der Krankenkasse ein und bekommt im besten Fall zwischen 80 und 100 % der Kurskosten von der Krankenkasse erstattet. Voraussetzung: Der Kurs ist bei der zentralen Prüfstelle für Prävention gelistet. Das ist für die Erstattung der Kosten zwingend notwendig.

Welche Kontraindikationen gibt es zur Teilnahme an einem Kurs?

Besonders im Aqua Fitness

muss man darauf achten, dass die Teilnehmenden keinen zu hohen Blutdruck und keine starken Herz-Rhythmus-Störungen haben. Eine Herzinsuffizienz würde auch als Ausschlusskriterium zählen. Aber auch andere Erkrankungen wie zum Beispiel Asthma, eine Pilzkrankung oder offene Wunden zählen zu den Kontraindikationen.

Eine Studie der Pronova BKK aus dem Jahr 2022 besagt, dass vor allem in der jungen Generation, der „Gen Z“, das Gesundheitsbewusstsein stetig an Bedeutung zunimmt. Kön-

ÜBERSICHT MITMACHANGEBOTE

OUTDOOR CAMPUS

12:00 - 12:30 Uhr
Five meets Yoga

13:00 - 13:30 Uhr
Klangschalen
Entspannung I

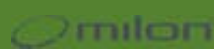
13:30 - 14:00 Uhr
Progr. Muskelrelaxation

14:00 - 14:30 Uhr
Fit & Vital I

15:30 - 16:00 Uhr
Klangschalen
Entspannung II

16:00 - 16:30 Uhr
Fit & Vital II

11:00 - 13:00 Uhr
14:00 - 16:00 Uhr

 milon

Zirkelberatung &
Ganzkörperanalyse

AKTIV ZONE 1

11:00 - 12:00 Uhr
Barfußpfad &
Fühl-Parcours

12:30 - 13:30 Uhr
Klang Qi-Gong

13:30 - 14:30 Uhr
Drums Alive I

15:00 - 15:30 Uhr
Drums Alive II



MUSIKPAVILLON

11:30 - 12:30 Uhr
Spinning® I

15:30 - 16:30 Uhr
Spinning® II

ANMELDUNG
ERFORDERLICH!*

 FITNESSlife
Gesundheit Fitness Wellness

*Um an den Spinning® Kursen teilzunehmen, ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Bitte melden Sie sich mit Ihrem Vor- und Zunamen unter 06051 9166990 (FITNESSlife) oder 06181 490 20 1400 (Westpark) an.

AKTIV ZONE 2

10:00 - 10:30 Uhr
Faszien Yoga I



12:00 - 12:30 Uhr
Faszien Yoga II



15:30 - 16:00 Uhr
Functional Training

SPESSART FORUM SPORT

13:30 - 14:00 Uhr
Tanzworkshop I

14:00 - 14:30 Uhr
Tanzworkshop KIDS

15:30 - 16:00 Uhr
Tanzworkshop II



Änderungen vorbehalten

nen Sie das auch bei der älteren Generation beobachten?

Ja, das kann ich absolut bestätigen, denn die ältere Generation ist durch die mediale Präsenz, durch die Informationspolitik und die Krankenkassen wesentlich besser informiert, nimmt das an und versucht, das Ganze umzusetzen. Da ist ein anderes Bewusstsein in den Köpfen der Menschen angekommen.

Hat sich das Bewusstsein, etwas für die eigene Gesundheit zu tun, in den letzten Jahren verändert?

Meiner Meinung nach ja, die Leute sind körperlich bewusster und versuchen das letztendlich in Aktivitäten umzusetzen. Das sieht man ganz besonders im Bereich Bewegung, da hat sich das wirklich stabilisiert in den letzten zwei Jahren. Wünschenswert wäre, das Thema

Ernährung noch mehr in den Vordergrund zu stellen. Es gibt sehr viele übergewichtige Personen – nicht nur im jungen Alter, sondern auch bei den Älteren. Da ist noch mehr Aufklärung notwendig und es wäre schön, wenn wir dazu noch weitere Angebote hätten.

Können Sie aktuelle Trends in Bezug auf Gesundheitskurse erkennen?

Ja, deutlich. Im Bereich Bewegung sehen wir eine stabile Teilnahme bei den Bewegungstherapiekursen. Erkennbar ist, dass die Teilnahme im Bereich Stressbewältigung zugenommen hat. Das betrifft hauptsächlich Yogakurse, Progressive Muskelrelaxation, Autogenes Training oder Qi Gong – in diesen Bereichen merkt man eine ansteigende Zahl der Teilnehmenden und die Nachfrage ist wesentlich größer geworden.



Projektmanagerin Mirjam Freund im Interview mit Michael Weisbecker, Leiter PhysioVitamed, zum Thema Präventionskurse

WESTPARK HANAU

Inklusiv, ganzheitlich, gemeinsam: Im Westpark trainieren Menschen mit und ohne Behinderung – ganz selbstverständlich. Beraten und betreut werden sie von Menschen mit und ohne Behinderung – auch ganz selbstverständlich. Auf 1.400 Quadratmetern leben wir im Westpark Inklusion im doppelten Sinn.

Unser ganzheitlicher Ansatz von Fitness- und Gesundheitsleistungen umfasst neben dem Bereich Fitness einen sehr großzügig gestalteten Wellnessbereich, der zum Entspannen nach einem anstrengenden Tag oder einem kräftezehrenden Work-out einlädt. Unsere Physiotherapeuten versorgen Sie im rehabilitativen Bereich bei Verletzungen oder Erkrankungen in der eigenen, gesetzlich zugelassenen Physiotherapiepraxis. Zertifizierte Präventionskurse und Rehasport runden das Bewegungsangebot ab.

JUMP!

Die Westpark GmbH bietet Unternehmen mit dem Programm JUMP! ein Betriebliches Gesundheitsmanagement, das ein vielseitiges Sport- und Gesundheitsprogramm sowie umfangreiche Trainingsmöglichkeiten umfasst. Mit dem JUMP!-Programm entwickelt der Westpark für die Unternehmen ein individuelles und auf die Strukturen vor Ort zugeschnittenes Gesundheitskonzept.

Gerne unterstützen wir Sie dabei, ganzheitliche und effektive Angebote für Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu entwickeln und bei Ihnen im Betrieb zu etablieren.



Westpark Hanau

Otto-Hahn-Straße 13 - 63456 Hanau

06181 490 20 1400

info@westpark-hanau.de

www.jump-bgm.de

„Wir heißen Sie herzlich willkommen an unserem Stand Nr. 5 auf dem Gesundheitsfestival in Bad Soden-Salmünster! Lassen Sie sich von unserem ganzheitlichen Angebot inspirieren und nutzen Sie die Gelegenheit, uns näher kennenzulernen. Wir freuen uns auf Sie!“

Tanzworkshop mit Enzo aus der Motsi Mabuse Tanzschule

Seit 2017 begeistert die erfolgreiche „Let's Dance“-Jurorin Motsi Mabuse zusammen mit ihrem Mann Evgenji Voznyuk und einem fantastischen Team professioneller Tänzer in der „Motsi Mabuse-Tanzschule“ Kinder, Jugendliche und Erwachsene für Tanz, Bewegung und Rhythmus. „Motsi Mabuse die Tanzschule“ bietet über 75 Kurse wöchentlich an. Egal ob Hip-Hop oder Bal-

lett, Salsa oder Lady Latin – hier findet man das perfekte Programm für seine Wünsche und Altersklasse.

Zwei professionelle Tänzer, die ihre Passion zum Beruf gemacht haben und in ihren jeweiligen Disziplinen zur absoluten Leistungsspitze gehören, übertragen ihre Leidenschaft für das Tanzen auf die Kursteilnehmer und vermitteln so auf einfache Art und



Weise das nötige „Know-how“ und die Freude am Tanzen, an der Bewegung und das Körperbewusstsein.

Über Enzo

Enzo Greco tanzt bereits seit seinem zweiten Lebensjahr. Seine familiären Wurzeln liegen in Süditalien, weshalb er bilingual aufgewachsen ist. Schon in jungen Jahren bemerkte er seine Passion für das Tanzen. Er nahm an verschiedenen Wettbewerben in den Bereichen Hip-Hop und Lateinamerikanische Tänze teil, bei denen er sehr gute Ergebnisse erzielte. Im Sommer 2018 schloss er seine 3-jährige Tanzlehrerausbildung ab und durfte im Anschluss mehrere Einsätze als Tanzlehrer und Tänzer auf Kreuzfahrtschiffen erleben. Bereits beim Hören der lateinamerikanischen Rhythmen fühlt er sich hineinversetzt in eine Ku-

lise aus weißen Stränden, die an Sommerurlaub und Erholung erinnern. Dadurch gelingt es ihm, sich und seine Kursteilnehmer aus dem stressigen Alltag zu entführen.

Ein besonderes Highlight des Gesundheitsfestivals am 8. September ist der Tanzworkshop mit Enzo. Von 13.30 bis 14 Uhr oder von 15.30 bis 16 Uhr können Festivalbesucher zu rhythmischen Beats das Tanzbein schwingen und eine coole Choreo einstudieren.

So viel dürfen wir schon mal verraten: Es wird eine Überraschung geben. Es lohnt sich, bis zum Ende auf dem Festivalgelände zu bleiben.



Effektives Home-Workout mit Loop Mini Band



Wiederholungen: 12-16
Sätze: 2-3



Front Back Lunges

- Loop Mini Band um die Knie binden
- Hüftbreit aufstellen, aufrechter Oberkörper, Rumpf anspannen
- Einen Schritt nach vorne und dabei tief gehen, anschließend mit demselben Bein nach hinten, der Oberkörper bleibt aufrecht
- Nach 12-16 Wiederholungen das Bein wechseln



Squat Walk

- Loop Mini Band oberhalb der Knie platzieren
- In die Knie gehen, Oberkörper aufgerichtet lassen
- Rücken gerade halten, Rumpf anspannen
- Vier Schritte zur Seite und anschließend wieder zurück, dabei immer in der Kniebeuge bleiben



Glute Spride Bridge

- Loop Mini Band oberhalb der Knie platzieren und in Rückenlage begeben
- Füße hüftbreit aufstellen
- Becken anheben und Gesäß aktiv anspannen
- Knie nach außen drücken, kurz halten und wieder zusammenführen. Dabei das Becken wieder senken

10er Karte

@AKTIVITA

Unser Sommerangebot

10x Trainieren - 3 Studios zur Auswahl

Moderne und einladende Trainingsbereiche für jeden Geschmack

einmalig 39,-€
Angebot pro Person einmalig einlösbar

bis 30.09.

AktiVita
Gesundheit | Fitness | Wohlbefinden

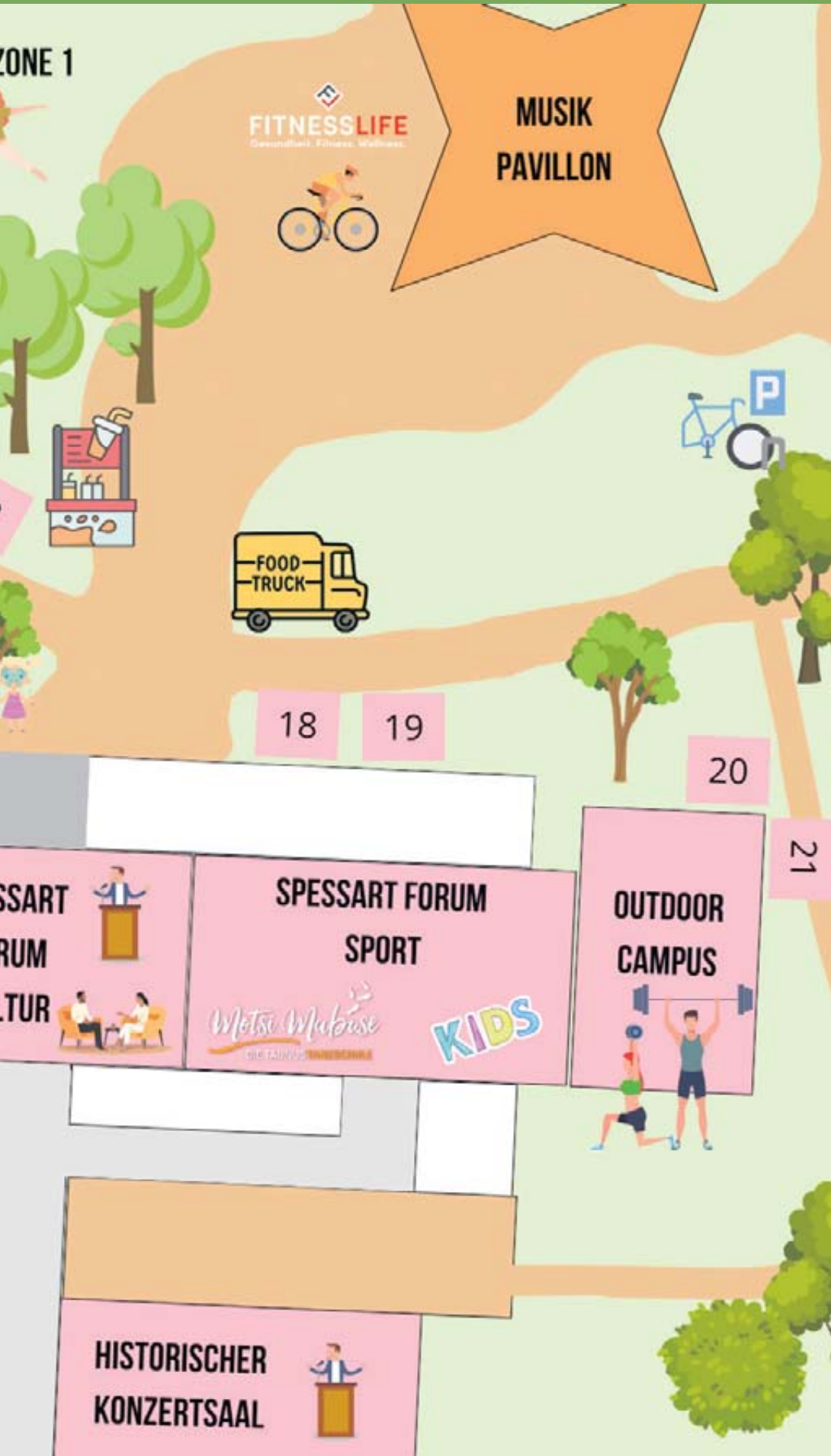
Bad Orb | Wächtersbach | Bad Soden-Salmünster
Tel.: 2204 | 1517 | 9 12 99 99
www.aktivita.de

LAGEPLAN GESUNDHEIT



FESTIVAL 2024

Änderungen vorbehalten



- 1 Hamm Klinik Bellevue
- 3 Sanitätshaus Kaphingst
- 3 Median Kinzigtal Klinik
- 4 Salztal Klinik
- 5 Westpark
- 6 Orthomedica
- 7 Deut. Rentenversicherung Bund
- 8 Knappschaftsklinik
- 9 Kalinka Pflegedienst
- 10 FSH Frauenselbsthilfe Krebs
- 11 Hausärzte MKK
- 12 SEKOS Selbsthilfe Kontaktstelle
- 13 Home Instead
- 14 SHG für Krebsbetroffene
- 15 Seven Sundays Schlafsysteme
- 16 Athera Physiopraxis
- 17 MVZ Diabeteszentrum Dr. Tews
- 18 Vivenso Wasserstaubsauger
- 19 EAR Hörsysteme
- 20 AktiVita
- 21 Spessart Therme/Stadt BSS
- 22 Trainerin mit Herz
- 23 Agentur für Haushaltshilfe



Patric Heizmann



Podiumsdiskussion



Spinning®



Tanzworkshop



Fachvorträge



Fahrradabstellplatz



NFG Infopoint Netzwerk

Foodtruck



Getränkestand



Cocktailstand



Kinderschminken by Sunny Faces



Kindertanzworkshop



Vorbeugen und gut fühlen

In einer Welt, die immer schneller und anspruchsvoller wird, ist es wichtiger denn je, auf seine Gesundheit zu achten. Präventionskurse bieten die perfekte Möglichkeit, aktiv etwas für sein Wohlbefinden zu tun und Krankheiten vorzubeugen. Ein Präventionskurs ist ein zertifizierter und von Krankenkassen anerkannter Gesundheitskurs, der sich auf eines der folgenden Handlungsfelder konzentriert: Bewegung, Ernährung, Stressbewältigung & Entspannung sowie Suchtmittelkonsum.

Das grundlegende Ziel eines Präventionskurses ist es, das Gesundheitsbewusstsein der Menschen schrittweise zu sensibilisieren und zu stärken, um dauerhaft einen gesunden Lebensstil zu entwickeln und

Krankheiten, wie zum Beispiel Diabetes Typ 2 oder Herz-Kreislauf-Beschwerden vorzubeugen. Viele gesetzliche Krankenkassen erkennen die Bedeutung von Präventionskursen für die Gesundheit an und übernehmen daher einen Großteil der Kosten. Informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse über die genauen Konditionen und profitieren Sie von dieser Unterstützung!



Hier gehts zur Übersicht der aktuellen Präventionskurse unserer Netzwerkpartner.

ORTHOMEDICA

RV Fit

Kostenfreies Trainingsprogramm der Deutschen Rentenversicherung für Berufstätige

- 24x Medizinische Trainingstherapie
- Flexible Termingestaltung
- 5 € Fahrtkostenzuschuss je Trainingseinheit

„Sie möchten mitmachen?“

Nutzen Sie unseren kostenfreien Antragservice und reservieren sich jetzt per WhatsApp Ihren Platz für RV Fit.



WhatsApp
„Click To Chat“

Orthomedica Reha GmbH

Hans-Streif-Straße 4 · 63628 Bad Soden-Salmünster

Spinning® im Freien

Fitness und Spaß beim Gesundheitsfestival

Melden Sie sich jetzt für unseren Outdoor-Spinning®-Kurs am Gesundheitsfestival an und heben Sie Ihr Fitnesslevel auf die nächste Stufe! Ob Anfänger oder Fortgeschrittene – alle sind herzlich willkommen, sich in den Kursen von 11.30 bis 12.30 Uhr und 15.30 bis 16.30 Uhr auf dem Außengelände des Festivals auszupeinern.

Unter der Leitung des erfahrenen Instructors Hans Peter Geist erwartet Sie ein intensives Ausdauertraining auf stationären Fahrrädern. Spinning® ist mehr als nur Radfahren – es ist ein Erlebnis! Mit motivierender Musik und gezielten Fahrtechniken simulieren wir Bergfahrten, Sprints und Ausdauerstrecken, die Sie an Ihre Grenzen bringen und dabei jede Menge Spaß machen.

Die Vorteile von Spinning® sind vielfältig: Es verbessert die Ausdauer, verbrennt bis zu 600 Kalorien pro Stunde, stärkt Ihre Bein- und Gesäßmuskulatur und hilft dabei, Stress abzubauen. Darüber hinaus bietet das Training in der Gruppe ein starkes Gemeinschaftsgefühl, das Sie zusätzlich motiviert.

Eine Anmeldung ist erforderlich, um an unserem Kurs teilzunehmen. Sichern Sie sich Ihren Platz und melden Sie sich unter Telefon 06051/9166990 (FITNESSlife Gelnhausen) oder unter 06181-490 20 1400 (Westpark Hanau) mit Ihrem Vor- und Zunamen an. Wir freuen uns auf Sie!

Vortrag: Gesundheit einfach gemacht!

Humorvoller Gesundheitsimpuls mit Stargast Patric Heizmann

Live auf dem Gesundheitsfestival kann man den Top-Speaker, Experte und Coach für humorvolle Gesundheitsimpulse, Patric Heizmann, erleben. Zum Thema „Gesundheit einfach gemacht“ wird er am 8. September um 14.30 Uhr im Spessart FORUM Kultur einen Vortrag halten.

Gesund zu leben, liegt im Trend. Doch wer folgen will – aufgepasst! Denn hier kursieren auch viele irreführende und falsche Informationen. Wie man richtig ansetzt und einen tatsächlich gesunden Lebensstil entwickelt, weiß Patric Heizmann. Er behält den Überblick in der Flut an Tipps, Studien, Strategien & Co. zum Thema „Gesundheit“. In seinem Vortrag bringt er das

Thema auf den Punkt. Dabei geht es dem sympathischen Ernährungsentertainer nicht nur darum, die Funktionen unseres Körpers und die Wirkweise einer gesunden Ernährung verständlich zu machen. Ihm ist vor allem die einfache Umsetzung dieses Wissens im Alltag wichtig. Denn für ihn gilt: Gesundheit einfach gemacht!

Patric Heizmann ist einer der bekanntesten Gesundheitsexperten im deutschsprachigen Raum. Mit seinen humorvollen Gesundheitsimpulsvorträgen und seiner einzigartigen Bühnenpräsenz begeisterte er bei seinen Liveauftritten bereits mehr als 400.000 Menschen. Über 10 Millionen Zuschauer ver-



folgten die Übertragung seiner Bühnenshow „Ich bin dann mal schlank!“ bei RTL, seine TV-Auftritte, u. a. in der NDR-Talkshow, bei ZDF „Volle Kanne“ und „Markus Lanz“, sowie bei Pro 7 „Galileo“, Vox, Kabel 1 und Sat 1.

Er ist fünffacher Bestsellerautor

und für diverse Magazine, Zeitschriften, Zeitungen, TV- und Radiosender tätig. Mit seinem Onlinemagazin, Podcast und über seine Social-Media-Kanäle erreicht Patric Heizmann viele Hunderttausende gesundheitsmotivierte Menschen.



Knappschaft Bahn See
Knappschafts-Klinik BSS
Partner des Netzwerk
für Gesundheit MKK



Die Knappschafts-Klinik Bad Soden-Salmünster ist eine moderne orthopädische AHB- und Rehabilitationsklinik mit 161 Einzelzimmern. Wir sind zugelassen für alle Kostenträger und Beihilfestellen.

- Behandlung von Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates
- Anschlussheilbehandlungen nach Operationen an den Gelenken und Wirbelsäule
- MBOR (Medizinisch beruflich orientierte Reha)
- CASPAR multimodulare Tele-Reha-Nachsorge

Knappschafts-Klinik
Bad Soden-Salmünster
Knappschaftsweg 2
63628 Bad Soden
Telefon 06056 982-0
knappschafts-klinik-soden.de

Sie suchen eine neue berufliche Herausforderung? Werden Sie Teil unseres starken Teams.



QR Code zu
unseren Jobs



FACHKLINIK FÜR ORTHOPÄDISCHE UND RHEUMATOLOGISCHE REHABILITATION



Besuchen Sie uns an unserem Stand beim Gesundheitsfestival!

WIR FREUEN UNS AUF SIE!

STATIONÄR:

- Anschlussheilbehandlungen (bei orthopädischen und entzündlich-rheumatischen Erkrankungen)
- Stationäre Heilmaßnahmen
- Beihilfekuren und Vorsorgemaßnahmen
- Privataufenthalte und Pauschalkuren
- Vorsorge- und ambulante Badekuren

AMBULANT:

- Sporttherapie
- Stoßwellentherapie
- Eigenbluttherapie (bei Arthrose und Sportverletzungen)
- Hydro-Jet (Massageliege)

Salzthal Klinik GmbH · Parkstraße 18 · 63628 Bad Soden-Salmünster
Telefon 06056/745-0 · Fax 06056-745-4446

E-Mail: info@salztalklinik.de · www.salztalklinik.de

Foodtrucks



BBQ-Zirkus

Napoletanische Pizza
mit Vollkornteig
Knackige Salate



NiCe Mocktails

Mocktails
frisch
zubereitet



Crêpissimo

Süße und
herzhafte
Crêpes



Fachria72

Hausgemachte
Eintöpfe
Arancini



Slümaika

Kulinarische Burger
&
Bowls

Podiumsdiskussion mit Experten



Diagnose Krebs – und dann?

Eine Krebsdiagnose stellt das Leben der Betroffenen und ihrer Angehörigen oft von einem Moment auf den anderen auf den Kopf. Es sind nicht nur medizinische, sondern auch emotionale und soziale Herausforderungen, denen sich die Patienten und ihr Umfeld stellen müssen. Im Rahmen des diesjährigen Gesundheitsfestivals findet am 8. September eine hochkarätige Podiumsdiskussion zum Thema „Diagnose Krebs – und dann?“ statt. Die Veranstaltung beginnt um 12.30 Uhr im Spessart FORUM Kultur und verspricht, ein wichtiger Anlaufpunkt für Betroffene, Angehörige und Interessierte zu werden.

Unter der kompetenten Moderation der bekannten Journalistin und TV-Moderatorin Constanze Angermann werden namhafte Experten aus verschiedenen Bereichen der Krebsbehandlung und -bewältigung zu Wort kommen. Ziel der Diskussion ist es, den Zuhörern einen umfassenden Einblick in alle Stationen der Krankheitsbewältigung von der Diagnose bis hin zur Nachsorge zu geben. Besonders Betroffene und ihre Angehörigen sollen wertvolle Impulse und Unterstützung im Umgang mit der Krankheit mitnehmen können.

Auf dem Podium werden folgende Experten vertreten sein: Prof. Dr. Ulf Seifart, Ärztlicher Direk-

tor der Klinik Sonnenberg Marburg und ärztlicher Berater der DRV Hessen; Dr. Timo Schmitt, Chefarzt der Hamm Klinik Nahe-tal; Dr. Anne Hopprich, Oberärztin der Strahlentherapie Uni-Klinik Mainz; Kerstin Kriesche, Dipl.-Psychologin, Psychoonkologin, Leiterin der psychosozialen Abteilung der Hamm Klinik Bellevue; Raymond Grant, Geschäftsführer der Hamm Kliniken und des Netzwerks für Gesundheit und Christin Just, Lebenskrafttrainerin und Betroffene.

Die Diskussion verspricht, nicht nur fachlich fundierte Informationen zu vermitteln, sondern auch emotionale Unterstützung und praktische Tipps für den

Alltag mit einer Krebsdiagnose zu bieten. Die Experten werden über ihre Erfahrungen und ihr Wissen berichten und auch Fragen aus dem Publikum beantworten.

Die Veranstaltung bietet eine wertvolle Gelegenheit, sich über aktuelle Entwicklungen und bewährte Methoden in der Krebsbehandlung zu informieren und in den Austausch mit Fachleuten und anderen Betroffenen zu treten.

Wir laden alle Interessierten herzlich ein, an dieser wichtigen Diskussion teilzunehmen. Lassen Sie uns gemeinsam Wissen teilen, Erfahrungen austauschen und neue Wege im Umgang mit der Diagnose Krebs finden.

KALINKA
Ihr Pflegeteam

Ambulante Kranken- Kinder-
Alten- und Intensivpflege

... mehr als Pflege

- **Behandlungspflege**
- **Grundpflege**
- **Intensivpflege**
- **Hauswirtschaft**
- **Pflegeberatung**
- **Menüservice**
- **Hausnotruf**

Menüservice

 Individuelle Essensversorgung zu Hause

Pflegeartikel

 Der Vergleich mit dem Mitbewerb lohnt sich allemal

Hausnotruf

 Das beruhigende Gefühl, nicht alleine zu sein



KALINKA - Ihr Pflegeteam GmbH
 Hilpertswiese 7
 63633 Birstein

weitere Informationen unter:
06054 - 70 696 0
www.kalinka-team.de




HAMMERSTARK
 DER KREBS PODCAST DER HAMM KLINIKEN

**Krebs hinterlässt
Spuren: körperlich,
seelisch, existenziell.**

Wir machen Mut und zeigen euch vor allem, dass ihr mit euren Gedanken und Herausforderungen mit und nach Krebs nicht allein seid.

Ihr seid
HAMMERSTARK

überall wo es Podcasts gibt






Gewinnspiel beim Gesundheitsfestival

2 x 50 Euro Gutschein der Spessart Therme zu gewinnen

Teilnahme am **GEWINNSPIEL**

- Wie viele Netzwerkpartner hat das Netzwerk aktuell?

- Wie heißen die Geschäftsführer des Netzwerks?

- Zum wievielten Mal findet das Gesundheitsfestival in dieser Form statt?

- Wie heißt unser Stargast in diesem Jahr?

sponsored by

HAUPTGEWINN
2x Gutschein der
Spessart Therme
im Wert von
50 €

Mitmachen lohnt sich!
Alle Teilnehmenden
erhalten zudem ein
Loop Mini Band* als
prima Ergänzung für
das eigene Training.

Vorname, Name _____

E-Mail Adresse _____

*Solange der Vorrat reicht. Wir erheben Ihre Daten ausschließlich zum Zweck des Gewinnspiels. Ihre Daten werden nach dem Gewinnspiel vernichtet und nicht gespeichert.

Mit etwas Glück haben die Sie die Chance, einen Gutschein der Spessart Therme im Wert von 50 € zu gewinnen. Die Teilnahmebedingungen sind einfach: Zunächst müssen die Fragen auf dem Teilnahmeabschnitt korrekt beantwortet werden. Anschließend tragen Sie ihren vollständigen Namen und ihre E-Mail-Adresse ein. Der ausgefüllte Abschnitt wird dann zum Gesundheitsfestival mitgebracht und am „NfG Infopoint“ abgegeben. Alle Abschnitte, bei denen die Fragen richtig beantwortet wurden, kommen in den Lostopf. Nach dem Festival wird das Gewinner-Los gezogen, und die glückliche Gewinnerin oder der glückliche Gewinner wird umgehend per E-Mail benachrichtigt.

PhysioVitamed Spessart Therme & AktiVitamed

Rückenprobleme? *milon*-YOU-Physiotest



Während des Gesundheitsfestivals 2024 führen die Teams des Fitnessstudios AktiVita med und PhysioVitamed der Spessart Therme gemeinsam am Outdoor-Campus (Stand Nr. 20/21) professionelle Analysen der persönlichen Fitness und muskulären Defizite mithilfe des milon YOU durch. Viele kennen den milon-Zirkel aus dem Fitnessstudio.

Das neue milon-YOU-Gerät führt gezielte Tests durch und erkennt so die Schwächen des Körpers sowie wichtige Parameter zu Beweglichkeit und Fitness. Diese professionelle Analyse des Ist-Zustandes dient als messbare Basis für punktgenaue und somit besonders effektive Trainingseinheiten im Fitnessstudio oder an den Dr. Wolff-Trainingsgeräten.

Training an Dr. Wolff-Fitnessgeräten im Outdoor-Campus

Die vielfach ausgezeichneten Dr. Wolff-Geräte sind speziell für das präventive sowie therapeutische Training der Rücken- und Bauchmuskulatur inklusive Dehnung konzipiert. Beim Training an den Geräten wird dabei gezielt mit dem eigenen Körpergewicht gearbeitet.



Dr. Wolff-Geräte stehen sowohl im AktiVita med also auch im Outdoor-Campus im Kurpark Bad Soden-Salmünster zur Verfügung. Im Anschluss an die milon-YOU-Analyse können somit am Gesundheitsfestival direkt vor Ort unter fachkundiger Anleitung passgenaue Übungen an den Dr. Wolff-Trainingsgeräten probeweise ausgeführt werden.

www.aktivita.de
www.spessart-therme.de



ANERKANNTE PRÄVENTIONSPROGRAMME

Entspannungstraining in der Totes-Meer-Salzgrotte

8 Einheiten à 45 Minuten
Preis inkl. Grotte | 120 €

- **Progressive Muskelrelaxation (PMR)**
Auflösung, u.a. stressbedingter muskulärer Spannungszustände
ab Do., 31.10., 18.30 Uhr
- **Autogenes Training**
Technik zur effektiven Selbstentspannung
ab Do., 31.10., 19.30 Uhr

Bereit für den Frischekick? icelab -110 °C Kältetherapie

Anti-Stress. Mehr Power im Sport. Den Schmerz besiegen.

Ohne Kursbindung.

Test-it icelab-Tickets zum Gesundheitsfestival

Gelenkschonendes Fitness-Training im Solewasser

8 Einheiten à 45 Minuten
Preis inkl. 2,5 Stunden Bad | 130 €

- **Aqua-Fitness Jumping**
ab Mo., 28.10., 17.30 Uhr
- **Aqua-Fitness Lymphaktiv**
ab Mi., 04.09., 10 Uhr
- **Aqua-Fitness Power**
im 25-Meter-Schwimmbecken
ab Mo., 28.10., 18.30 Uhr
- **Aqua-Fitness Fat-Burner**
ab Do 31.10., 18 Uhr
ab Fr., 01.11., 17 Uhr



Dr. Wolff Muskeltraining im Outdoor-Campus

Effektives Training der Bauch- und Rückenmuskulatur inkl. Dehnung | 120 €

- 8 Einheiten à 45 Minuten,
ab Do., 12.09., 17 Uhr

8.9. am Outdoor-Campus:
Individueller milon-YOU-Test

Alle aufgeführten Kurse sind anerkannte Präventionsprogramme. Viele Krankenkassen übernehmen bis zu 80 % der Kosten.

Weitere Kurse und Anmeldung: shop.spessart-therme.de

Kur und Freizeit GmbH | Spessart Therme
Frowin-von-Hutten-Str. 5 | 63628 Bad Soden-Salmünster | Telefon 06056 744-162
spessart-therme.de



Spessart
Therme
Bad Soden-Salmünster



VORTRAGSÜBERSICHT

TAUBE FÜSSE, NERVENSCHMERZEN – URSACHEN UND BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

11.00–11.45 Uhr Dr. med. Frank Schlegel
Chefarzt Hamm Klinik Bellevue
Ort: Spessart FORUM Kultur

DIABETES – TIPPS UND TRICKS FÜR EIN SELBSTBESTIMMTES LEBEN MIT ZUCKER

11.45–12.30 Uhr Dr. med. Dietrich Tews
MVZ Diabeteszentrum Dr. Tews GmbH
Ort: Historischer Konzertsaal

PODIUMSDISKUSSION „DIAGNOSE KREBS – UND DANN?“

12.30–13.30 Uhr Moderation: Constanze Angermann
Teilnehmende:

- Prof. Dr. Ulf Seifart: Ärztlicher Direktor der Klinik Sonnenberg Marburg, Ärztlicher Berater der DRV Hessen
- Dr. Timo Schmitt: Chefarzt der Hamm Klinik Nahetal
- Dr. Anne Hopprich: Oberärztin in der Strahlentherapie der Uni-Klinik Mainz
- Kerstin Kriesche: Dipl.-Psychologin, Psychoonkologin, Leiterin der psychosozialen Abteilung der Hamm Klinik Bellevue
- Christin Just: Lebenskrafttrainerin und Betroffene
- Raymond Grant: Geschäftsführender Gesellschafter der Hamm Kliniken GmbH & Co. KG und des Netzwerks für Gesundheit

Ort: Spessart FORUM Kultur

MODERNE ARTHROSE: BEHANDLUNG OHNE OPERATION – WAS IST MÖGLICH?

14.00–14.45 Uhr Prof. Dr. Jürgen Grasmück
Ärztlicher Direktor und Chefarzt Salztal Klinik
Ort: Historischer Konzertsaal

„GESUNDHEIT EINFACH GEMACHT“ – MIT STARGAST PATRIC HEIZMANN

14.30–15.30 Uhr Gesund zu leben, liegt im Trend. Doch wer folgen will – aufgepasst! Denn hier kursieren auch viele irreführende und falsche Informationen. Wie man richtig ansetzt und einen tatsächlich gesunden Lebensstil entwickelt, weiß Patric Heizmann. Er behält den Überblick in der Flut an Tipps, Studien, Strategien & Co zum Thema „Gesundheit“. In seinem Vortrag bringt er das Thema auf den Punkt. Dabei geht es dem sympathischen Ernährungs-Entertainer und 5-Sterne-Redner nicht nur darum, die Funktionen unseres Körpers und die Wirkweise einer gesunden Ernährung verständlich zu machen. Ihm ist vor allem die einfache Umsetzung dieses Wissens im Alltag wichtig. Denn für ihn gilt: Gesundheit einfach gemacht!
Ort: Spessart FORUM Kultur

OSTEOPATHIE BEI RÜCKENSCHMERZEN

15.30–16.15 Uhr Christiane Billen-Mertes
Osteopathin und Heilpraktikerin, Physiotherapeutin, Sportwissenschaftlerin M.A.
Praxis für Osteopathie und Physiotherapie
Ort: Historischer Konzertsaal

RAD DES ERFOLGS – WAS SPORT FÜR UNSEREN KÖRPER TUT

16.00–16.45 Uhr David Scholz
Lizenztrainer, Rehasporttrainer & Triathlet
Ort: Spessart FORUM Kultur