

# FORUM

*kostenlos*

*Informativ*

**Juli 2020**

**DAS MONATSMAGAZIN FÜR  
KULTUR, VERANSTALTUNGEN,  
HANDEL UND GEWERBE**

**MAGAZIN • RIED**

www.forum-magazin.de • 24. Jahrgang • Ausgabe 07/2020



**Ried 06158**  
**Taxi 5252**

**Funk-Taxi Riedstadt GmbH seit 1980**

Stahlbaustraße 15, 64560 Riedstadt

**www.funk-taxi-riedstadt.de**

Personenbeförderung jeder Art  
Kranken- und Dialysefahrten  
Rollstuhl- und Liegendbeförderung  
Elektrischer Treppensteiger  
Spedition und Kurierfahrten  
Flughafen- und Urlaubsfahrten  
Großraum-Taxen (bis 8 Personen)

Mitglied der Handwerkskammer  
Frankfurt Rhein-Main



Riedhäuserhofstr. 8  
64560 Riedstadt-Leeheim

**Tel. 0179 / 79 29 665**

Mail: Malermeisterschuldt@gmail.com

- Verputz- und Anstrich von Fassaden und Innenräumen
- Tapeten
- Spachteltechniken
- Lackierungen
- Ökologische Materialien, Kalk und Lehm



Salvatore Aragona  
Hauptstraße 65  
64560 Riedstadt  
Tel. 06158/73547  
Fax. 06158/73578  
Funk 0171/7401115

**Leben ist schön.**

Ich finde Sachen gut, die funktionieren. Die was bringen.

Ein Piks und ein bisschen Zeit.

Einfacher geht's doch nicht.

Termine und Infos 0800 - 11 949 11

**SPENDE  
BLUT**  
beim Roten Kreuz



Bertha-von-Suttner-Straße 3  
64560 Riedstadt-Wolfskehlen  
Tel.: 06158 - 975296  
E-Mail: info@ecr-feyh.de  
www.ecr-feyh.de

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 9.00 - 12.30 Uhr  
14.00 - 18.00 Uhr  
Samstag 9.00 - 13.00 Uhr

## Elektronik Center Ried

TV · HIFI · VIDEO · SAT · HAUS- u. ELEKTROGERÄTE

über 25 Jahre Qualität vor Ort!

telering

- Fachberatung
- Lieferservice
- Altgeräteentsorgung

SIEH, DAS GUTE  
LIEGT SO NAH!



Sie möchten mehr erfahren? Wir beraten Sie gerne



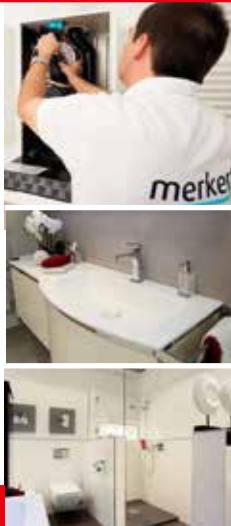
**merkert**

Alles rund um Ihr Bad & Heizung  
[www.merkert-bad.de](http://www.merkert-bad.de)

- Komplettbad oder Teilsanierung
- Festpreis & Terminalsicherheit
- Moderne Heizsysteme
- Kundendienst & Kleinreparaturen
- Schnell, zuverlässig & kompetent

Bäder zum Wohlfühlen · Heizen mit System  
Sudetenstr. 23 · 64521 Groß-Gerau · Tel. 06152/9252-0

Besuchen Sie unsere BäderGalerie!



[www.forum-magazin.de](http://www.forum-magazin.de)

**Fliesen karch GmbH**  
Beratung - Verkauf - Verlegung

Fliesen karch GmbH  
Pfüzenstraße 73 · 64347 Griesheim · Tel. 06155 - 3991 · Fax - 2873  
fliesen-karch@gmx.de · [www.fliesen-karch.de](http://www.fliesen-karch.de)

- Planung - Wellnessbereiche - Fliesen-, Platten- u. Mosaikverlegung - Seniorenbäder
- Bodenbeläge - Raumgestaltung - Balkon- und Terrassensanierung
- Dauerelastische Verlegungen
- Reparaturen - Natursteinverlegung



**Badrenovierung  
aus einer Hand!**

Thomas Klein und Orlando Medo

Große Ausstellung mit  
Verkauf und Fachberatung  
Alle Arbeiten werden durch  
eigene Fachkräfte ausgeführt

**IHR KÜCHEN PARTNER im Ried**

Küchenstudio



Robert- Bunsen- Str. 11  
64579 Gernsheim

Tel: 06258 - 55 98 208

[www.meinekueche-gernsheim.de](http://www.meinekueche-gernsheim.de)

**Ihr Fachbetrieb für Kühlung,  
Klima und Wärmepumpen**

**Fragen  
hierzu?  
Wir beraten  
Sie gerne!**

**HERMESDORF**

Kälte- Klima- Wärmepumpen GmbH  
Horst Fabritius & Christian Kürschner

Römerstraße 20 · 64560 Riedstadt  
Tel. 0 61 58 / 97 50 97 · Fax 0 61 58 / 97 50 98

[kontakt@hermesdorf-klima.de](mailto:kontakt@hermesdorf-klima.de)  
[www.hermesdorf-klima.de](http://www.hermesdorf-klima.de)

- Gewerbekühlung
- Industriekühlung
- Klimaanlage
- Wärmepumpen

**Heizungs- und Warm-  
wasser-Wärmepumpen**  
mit energiesparender  
Inverter-Technologie.

**MITSUBISHI FUJITSU Panasonic**

**0 61 58 / 97 50 97** Beratung - Verkauf - Montage

**FORUM**  
MAGAZIN · RIED

Tel. 06151 3929811  
Fax 06151 3929899  
[info@udvm.de](mailto:info@udvm.de)

Impressum . . . . .Seite 3  
Auto-Mobil. . . . . Seiten 4 - 5  
Gesund und Fit . . . . . Seiten 6 - 9  
Kirchentermine . . . . .Seite 14  
Tierheim Gernsheim . . . . .Seite 18

## Impressum

**Herausgeber:** Ulrich Diehl Verlag und Medienservice GmbH  
Marktplatz 3, 64283 Darmstadt  
Tel. 06151 3929811, Fax 06151 3929899  
Forum@udvm.de

**Redaktion:** Arlene Bortoli

**Anzeigen:** Angelika Giesche (Tel. 06158 917433)

**Titelfoto:** HIM Biebesheim, Foto: Arlene Bortoli

**Auflage:** 22.000 Exemplare

**Druck:** Unterleider Medien GmbH  
Max Planck-Straße 16, 63322 Rödermark

Das FORUM erscheint zwölfmal im Jahr und wird kostenlos an alle Haushalte in Groß-Gerau/Dornheim, Leeheim, Wolfskehlen, Erfelden, Goddelau, Philipphospital, Crumstadt, Stockstadt, Biebesheim, Gernsheim, Klein-Rohrheim und Allmendfeld verteilt.

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Für unverlangt eingesandtes Text- und Bildmaterial übernehmen wir keine Haftung. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Verlages gestattet.

**Falls Sie mal kein FORUM in Ihrem Briefkasten oder Zeitungsrohr finden, wenden Sie sich bitte direkt an die Ulrich Diehl Verlag und Medienservice GmbH, Telefon 06151 3929811**

In folgenden Geschäften liegen die neuesten Ausgaben des Forum zur Abholung bereit:

- Crumstadt:** Schuhhaus Reubold, Modaustraße 67  
Omnibusbetrieb Müller, Industriestraße 3  
Euro-Shop, Friedrich-Ebert-Straße 40
- Goddelau:** Stadt Riedstadt, Rathausplatz 1  
bft Tankstelle, Starkenburger Straße 1  
Hofladen Bauer Rupp, Starkenburger Straße 61  
Total Station, Römerstraße 1
- Erfelden:** Hofladen Schaad, Wilh.-Leuschner-Straße 29
- Leeheim:** Calpam-Tankstelle, Geinsheimer Straße 2  
Bäckerei Hinnerbäcker, Hauptstraße 40  
BüchnerBühne, Kirchstraße 16  
Volksbank, Hauptstraße 49  
Apotheke Leeheim, Hauptstraße 55
- Wolfskehlen:** Hotel Hammann, Ernst-Ludwig-Straße 11  
Kiosk, Ernst-Ludwig-Straße 5  
Buchhandlung FAKTOTUM, Marie-Curie-Straße 4  
Jet Tankstelle, Oppenheimer Straße 4
- Stockstadt:** Niewiera, Südstraße 23  
MAZ, Odenwaldring 33 (Mo.-Fr. 9 - 12 Uhr)
- Biebesheim:** Gemeinde Biebesheim, Rathausplatz 1  
Atelier Lothar Reinhardt, Heinrichstraße 32  
Buchhandlung B 44, Gernsheimer Straße 29
- Gernsheim:** OIL-Tankstelle, Mainzer Straße 22

**Der Erscheinungstermin der August-Ausgabe des FORUM Magazins ist am 1. August 2020**



**Der Anzeigen und Redaktionschluss für die nächste Ausgabe ist am Mittwoch, 15. Juli 2020**

## Von Ackerschmalwand bis Zimbelkraut

Fotoaktion der Büchnerstadt Riedstadt geht in die Verlängerung

Unter dem Titel „Quer durch die Botanik“ ruft die Büchnerstadt Riedstadt 2020 wieder zur Einsendung von Fotos auf, die im Herbst in einer Ausstellung im Rathaus präsentiert werden sollen. Die Einsendefrist wurde nun bis zum 17. Juli verlängert.

In den letzten Jahren standen kleine und große, krabbelnde oder fliegende Tiere im Mittelpunkt, in diesem Jahr sollen es heimische Pflanzen aus dem Hessischen Ried sein. Von Acker-Schmalwand bis Zimbelkraut gibt es viel zu entdecken. Gefragt sind Aufnahmen vom Charakter der ganzen Pflanze oder von besonderen Details. Der Pflanzename sollte möglichst zum Foto angegeben werden. Zierpflanzen, Ackerfrüchte, Gemüse oder „Exotisches“ bleiben ausgeschlossen. Die Chancen auf Veröffentlichung steigen, wenn nicht alle die gleichen Motive wählen. Die bisherigen Renner sind

zum Beispiel Klatschmohn und Wiesen-Bocksbart.

Einsendungen dürfen maximal sechs Fotos enthalten und müssen mit den vollständigen Kontaktdaten versehen sein. Die Größe der einzelnen Dateien sollte maximal 2 MB betragen. Teilnehmerinnen und Teilnehmer erklären sich einverstanden, dass für die Abwicklung der Fotoaktion und die folgende Ausstellung ihre Daten bei der Stadt elektronisch verarbeitet und gespeichert werden. Außerdem erlauben die Urheber die Verwendung der eingeschickten Fotos für Informationen der Stadt Riedstadt unter Nennung ihres Namens.

Einsendungen sind bis zum 17. Juli an die folgende Emailadresse möglich: [b.stowasser@riedstadt.de](mailto:b.stowasser@riedstadt.de)

Die Stadt behält sich die Auswahl für die Ausstellung vor.



Blüten des Gamander-Ehrenpreises

Foto: Stadt Riedstadt

## Noch mehr Radfahren möglich

Stadtradeln auf August verschoben

Gerade entdecken viele, dass man beim Fahrradfahren gesundheitlich besonders gut vorankommt. Genügend Abstand und frische Luft ist garantiert. Vielleicht kann man den Ansturm auf zwei Räder in diesem Jahr beim Stadtradeln besonders deutlich sehen. Der ursprünglich geplante Zeitraum im Mai wurde verschoben. Nun treten die Kommunen im Kreis Groß-Gerau vom 17. August bis zum 6. September in den Wettbewerb.

Man kann bereits jetzt Teams bilden oder bestehenden Teams beitreten. Nähere Informationen gibt es unter [www.stadtradeln.de](http://www.stadtradeln.de) Gewinner sind nicht nur die sportlichen Langstreckenradler\*innen. Besonders die Fortbewegung im Alltag trägt zum guten Klima für Jung und Alt bei. Es zählt jeder Kilometer, auch der Weg zur Kita mit dem Laufrad oder Roller. Zusätzlich nimmt Riedstadt an der Aktion des Landes Hessen teil, die den kostenlosen Verleih von Elektro-Fahrrädern anbietet. Unter dem Titel „Radfahren neu entdecken“ werden in Riedstadt zwischen dem 1. Juli

und dem 23. September jeweils für vierzehn Tage sogenannte Pedelecs verliehen. So kann man ausprobieren, ob der elektrische „Rückenwind“ den Einen oder die Andere zum Umsteigen bewegt. Ziel ist es, Autofahrten zu ersetzen und langfristig mehr Wege mit dem Fahrrad zurückzulegen. Natürlich zählen auch die Kilometer auf dem Leihrad beim Stadtradeln mit. Wer Interesse an einem Leihrad hat, kann sich unter [www.radfahren-neu-entdecken.de](http://www.radfahren-neu-entdecken.de) registrieren. Voraussetzung ist ein Wohnsitz in Riedstadt.



Auch Roller haben zwei Räder und können beim Stadtradeln mitmachen.

Foto: Stadt Riedstadt



# AutoMobil

## Keine Reibereien, bitte!

Jetzt brummt es wieder in der Luft. Viele Milliarden Insekten kennen nur ein Ziel: In selbstmörderischer Absicht fahrende Autos anzugreifen. Wobei das mit dem Angreifen wörtlich zu nehmen ist. Denn Enzyme und Säuren aus den Verdauungsapparaten der kleinen Flieger schädigen den Lack, verursachen winzige Löcher. Und zwar umso mehr, je länger sie Zeit zum Einwirken haben. Pralle Sonne verstärkt das Problem zusätzlich. Aber auch von Scheiben und Scheinwerfern sollten die winzigen Leichen so schnell wie möglich entfernt werden. Fragt sich nur, wie? Bei Scheinwerfern auf keinen Fall reiben und rubeln, denn das beschädigt die Kunststoff-Abdeckscheiben. Sie sind mit einer hauchdünnen Lack-schicht gegen UV-Strahlen versiegelt. Wird diese zum Beispiel mit einem groben Schwamm beschädigt, vergilbt der Kunststoff, wird rissig und milchig. Vergessen sollte man auch den Tipp, zum Einweichen des Insektenfriedhofs eine nasse Zeitung aufs Auto zu legen. Denn wenn's dumm läuft, kann man

diese anschließend in Spiegelschrift auf der Motorhaube lesen; außerdem führt das Fett aus der Druckerschwärze zu schmierenden Scheibenwischern. Was dagegen wirklich hilft: Ein guter, säurefreier Insektenlöser, nach Herstellervorschrift angewendet, ein weicher Schwamm und viel Wasser zum Nachspülen. Auf der Windschutzscheibe und wirklich nur dort kann ein spezieller Insektenschwamm die Reinigung unterstützen, auf Lack und Kunststoff-Scheinwerfern ist der jedoch ebenfalls tabu. Am einfachsten ist es, die Insektenbeseitigung mit einem Besuch in der Waschanlage zu kombinieren. Die meisten bieten im Sommer einen Insektenlöser an, der vor der Einfahrt aufgesprüht wird und in Verbindung mit einer Hochdruckvorwäsche die meisten der unglückseligen Tierchen restlos beseitigt. Zumindest solange, bis sich der nächste Insektenschwarm aufs Auto stürzt.

(Quelle: ProMotor)



Mit einem säurefreien Insektenlöser, etwas Wasser und einem Schwamm lassen sich die Überreste kleiner Tierchen gut entfernen.

Quelle: ProMotor



## Kommt ein Möbel geflogen!

### ADAC Crashtest: Ungesicherte Einkäufe aus Bau- oder Möbelmarkt bei Unfall lebensgefährlich

Schwere Gegenstände aus Baumarkt oder Möbelhaus können ungesichert im Auto transportiert zu einem echten Risiko für die Insassen werden. Das ist das Ergebnis eines Crashtests mit handelsüblichen Möbelpackungen und Kleinteilen. Im Test hatte der ADAC einen Crash mit einem vollbeladenen VW Golf V Variant bei Tempo 45 simuliert: Einmal mit gesicherter und einmal mit ungesicherter Ladung. Bei ungesicherter Ladung hätten die Insassen keine Chance gehabt, das Fahrzeug ohne schwere Verletzungen zu verlassen. Die Möbelpakete reißen die Vordersitze teilweise aus den Verankerungen und treffen Fahrer und Beifahrer. Herumfliegende Kleinteile prallen im Crashtest so hart auf den Kopf des Fahrers, dass dieser im Ernstfall lebensbedrohlich verletzt worden wäre. Die Ladung von 145 kg wird bereits bei der Crashgeschwindigkeit von nur 45 km/h zum lebensgefährlichen Geschoss. Werden alle schweren Gegenstände hingegen mit Gurten fixiert und die Kleinteile richtig platziert, haben Fahrer und Beifahrer durch die Ladung im Crashtest kein erhöhtes Risiko. Im Crashtest halten die Spanngurte die Ladung sicher zurück, auch Kleinteile können durch die sinnvolle Platzierung nicht zum Geschoss werden. Zusätzlich hätte das verwendete Gepäcknetz Kleinteile von der ersten Sitzreihe ferngehalten. Der ADAC empfiehlt Autofahrern, sich nach einem Einkauf in Baumarkt oder

Möbelhaus ausreichend Zeit für die Ladungssicherung zu nehmen. Schwere Gegenstände sollten im Kofferraum möglichst weit unten verstaut werden, bei passender Größe ggfs. im Fußraum. Jede Ladung muss mit geeigneten Spann- und Zurrgurten fixiert werden. Die Rücksitzlehne kann durch diagonal geschlossene Gurte zusätzlich abgesichert werden. Lose Teile sollten in Boxen verstaut werden. Produkte wie Gläser oder Teller, die bei einem Unfall zerbrechen können, können in Decken eingewickelt werden. Ladung, die aufgrund ihrer Länge nicht vollständig in den Innenraum passt, sollte immer nur in einem geeigneten Anhänger oder Transporter transportiert werden. Aus Sicherheitsgründen sollte Ladung nie in den Bereich der vorderen Sitzreihe hineinragen. Autofahrer, die mit ungesicherter Ladung im Verkehr erwischt werden, müssen mit einem Verwarnungsgeld von 35 Euro rechnen. Bei einer Gefährdung anderer Verkehrsteilnehmer oder einem Unfall werden ein erhöhtes Bußgeld und ein Punkt in Flensburg fällig. Bei einem Unfall mit Verletzungen oder gar Todesfolge, die auf unzureichend gesicherte Ladung zurückzuführen sind, können sich Verkehrsteilnehmer sogar der fahrlässigen Körperverletzung oder Tötung schuldig machen.

(Quelle: ADAC)

Foto: ADAC/Uwe Rattay


## Zweirad-Shop ENGLER

Meisterbetrieb

**Motorroller • Schaltmopeds • Mofas • Mokicks  
Elektro-Bikes • Fahrräder • Kinderfahrzeuge**

ständig große Auswahl an Fahrrädern am Lager  
- Verkauf, Reparatur, Ersatzteile, Finanzierung -

64579 Gernsheim, Alte Landstraße 14, Tel. 06258-2296  
Fax 06258-52146, zweiradshopengler@t-online.de  
**Wir reparieren auch woanders gekaufte Motorroller, Fahrräder usw.**



**Kfz.-Meisterbetrieb**

**Herbert Brandt**

- **Kfz-Reparaturen** aller Fabrikate
- **Reifenservice**
- **HU/AU-Service** jeden Mo., Mi., Fr. im Haus

Römerstr. 20  
(Nähe McDonald's)  
64560 Riedstadt-Goddellau  
Telefon 0 6158/9158 96  
Telefax 0 6158/9158 97  
Montag-Freitag 8.00 - 18.00 Uhr

## Schon ein kurzer Stopp kann teuer werden

Ein kurzer Stopp vor der Bäckerei oder am Zeitungskiosk ist für viele Autofahrer eine liebgewonnene Routine. Nicht selten bleibt das Fahrzeug dabei kurz in der zweiten Reihe, im Parkverbot oder auf dem Schutzstreifen für Radler stehen. Doch davor warnen die Verkehrsexperten von DEKRA – zum einen mit Blick auf die Verkehrssicherheit, zum anderen auf den Geldbeutel und aufs Flensburger Punktekonto. Schon ein kurzer Halt kann teuer werden. Das gilt erst recht, nachdem die am 28. April 2020 in Kraft getretene Novelle der Straßenverkehrsordnung (StVO) die Bußgelder auch für einige Halt- und Parkverstöße drastisch angehoben hat.

- Wer länger als drei Minuten hält, der parkt
- An gefährlichen Stellen ist Halten prinzipiell untersagt
- Verlassen des Fahrzeugs gilt als Parken

Wer in der zweiten Reihe hält, für den können statt bisher 15 Euro jetzt bis zu 100 Euro Bußgeld und ein Punkt im Flensburger Fahreignungsregister fällig werden. Denn Halten in der zweiten Reihe ist in der Regel unzulässig. Für Ausnahmen braucht es triftige Gründe, wie zum Beispiel das Ausladen eines schweren Gegenstandes ohne nahe gelegene Parkmöglichkeit.

### Halten im Parkverbot

Die StVO schreibt an vielen Stellen ein generelles Parkverbot fest. Das gilt zum Beispiel im Kreuzungs- und Einmündungsbereich, vor abgesenkten Bordsteinen, vor und hinter Bahnübergängen, vor und hinter Bushaltestellen, im Bereich von Fußgängerüberwegen etc. Wer hier sein Fahrzeug stoppt, sollte wissen, dass Halten allzu schnell in Parken übergeht. „Wer sein Fahrzeug verlässt oder länger als drei Minuten hält, der parkt“, heißt es dazu in § 12 der StVO. Verschwindet der Fahrer kurz im Bäckladen, verlässt also sein Auto und verliert es aus dem Blick, dann parkt er bereits, auch in-

nerhalb von drei Minuten. Wenn der Stopp länger als drei Minuten dauert, dann parkt das Fahrzeug – egal, wo der Fahrer ist. Das kostet 20 Euro, wenn andere behindert werden 35 Euro.

### Eingeschränktes Halteverbot

Etwas anders verhält es sich, wenn für einen Bereich ein „eingeschränktes Halteverbot“ angeordnet ist (Verkehrszeichen 286, mit einem Querbalken). Dann darf das Fahrzeug dort bis zu drei Minuten halten, unabhängig davon, ob es sich um Ein- oder Aussteigen, Be- oder Entladen oder den Brötchen- oder Zeitungskauf handelt. Der Fahrer darf das Fahrzeug innerhalb dieser Zeit auch kurz verlassen. Bei Verstößen sind auch hier bis zu 35 Euro zu berappen.

### Absolutes Halteverbot

Im „absoluten Halteverbot“ (Zeichen 283 mit zwei gekreuzten Balken) ist dagegen überhaupt keine gewollte Fahrtunterbrechung erlaubt. Als Ausnahmen gelten lediglich eine entsprechende Verkehrslage oder ausdrückliche Anweisungen der Polizei. Halten auf Schutzstreifen für Radler jetzt verboten  
Auch auf Radwegen und Radfahrstreifen ist das Halten (oder Parken) für Kraftfahrzeuge grundsätzlich untersagt. Seit neuestem gilt ein generelles Halteverbot auch auf Schutzstreifen für den Radverkehr, die durch eine gestrichelte Linie von der Fahrbahn getrennt sind. Bei Verstößen geht es auch hier zur Sache: Es können bis zu 100 Euro Bußgeld fällig werden.

### Gefährliche Stellen

Außerdem ist das Halten – selbst ohne explizite Verkehrszeichen – an bestimmten Stellen aus Gründen der Sicherheit grundsätzlich strikt untersagt, erinnern die Experten von DEKRA. Dazu zählen aufgrund der akuten Unfallgefahr enge und unübersichtliche Stellen, wie etwa Kuppen, scharfe Kurven sowie Ein- und Ausfädelungstreifen. (Quelle: DEKRA)

## Kühler Kopf am Steuer

Standheizungen erhöhen die Sicherheit zu jeder Jahreszeit

Angenehme Temperaturen und frische Luft im Auto, selbst wenn es draußen stickig und heiß ist: Eine Fahrzeugklimatisierung bietet nicht nur viel Komfort, sie trägt auch zu mehr Sicherheit im Straßenverkehr bei. Denn die persönliche Wohlfühltemperatur sorgt dafür, dass der Fahrer nicht ermüdet und jederzeit am Steuer voll konzentriert ist. Einen zusätzlichen Nutzen bringen Standheizungen mit sich – und das keineswegs nur im Winter. Während die Anlagen in der kalten Jahreszeit das Auto zur gewünschten Uhrzeit eisfrei machen und vorwärmen, können sie im Sommer einem Hitzestau vorbeugen. Dazu verfügen einige Modelle über eine sogenannte Standlüftung.

### Schluss mit dicker Luft im Auto

In Fahrzeugen, die über Stunden in der prallen Sonne standen, steht auch die Luft. Standheizungen mit Lüftungsfunktion lassen sich vom Fahrer so programmieren, dass sie rechtzeitig vor der geplanten Abfahrt frische Luft in den Fahrzeuginnenraum transportieren. Somit kann eine Standheizung zu jeder Jahreszeit den Komfort und die Sicherheit am Steuer steigern. Die Nachrüstung ist in fast allen Autos möglich, erfahrene Fachleute brauchen dafür nicht mehr als einen Tag. In den Sommermonaten haben viele Betriebe zudem preislich attraktive Angebote. Wer sich etwa zwischen 1. August und 31. Oktober 2020 für eine Standhei-



**Autohaus Ganß**  
Autorisierter Ford Service Betrieb

Autohaus Ganß Service GmbH  
Oberstraße 39 · 64589 Stockstadt/Rh. · Tel. 06158 - 8 32 07  
info@ah-ganss.de · www.ah-ganss.de



**AUTOGLAS WUTZKE**  
Ihr Partner für Fahrzeugverglasung

Mobile Scheiben-Montage  
Scheibentönungen  
Steinschlag-Reparaturen

**06158-918173**  
www.autoglas-wutzke.de

**Nicht die Größten, aber riesig im Service!**

**AUTOHAUS SCHLIESSER GMBH**  
OPEL-Service-Partner

**24h-Notdienst**  
Wilh.-Leuschner-Str. 5  
64579 Gernsheim  
Tel. 0 62 58 / 33 88  
Fax 0 62 58 / 26 57  
www.opel-schliesser.de




**Ein kurzer Weg zum guten Service!**  
**Ihr Renaultpartner vor Ort**

**AUTOHAUS Gescheidle GMBH**  
Christoph Gescheidle GmbH  
Odenwaldstraße 15 · 64521 Groß-Gerau  
Tel.: 06152-54948  
www.gescheidle.de · info@Gescheidle.de

**SACHSENCAR AUTOVERMIETUNG**

z. B. Opel Corsa ab 35 €/ Tag  
Nutzen Sie unser günstiges Wochen- oder Monatsangebot  
Beispiel: 7 Tage ab 159 € incl. 1111 km  
28 Tage ab 379 € incl. 2222 km  
Transporter ab 57 €

Griesheim,  
Wilhelm-Leuschner Str. 270  
Ecke Nordring  
Telefon 0 61 55 - 62 0 49  
www.sachsenar.de

**Alle Fahrzeuge sind desinfiziert!**

**FORUM**  
MAGAZIN • RIED

www.forum-magazin.de  
Tel. 06151 3929811  
forum@udvm.de



So macht Autofahren zu jeder Jahreszeit Spaß: Eine angenehme Klimatisierung erhält die Konzentration und sorgt für ein angenehmes, sicheres Fahren.

Foto: djd/Webasto/Getty Images/Elitsa Deykova

zung von Webasto entscheidet, erhält das Wunsch-Bedienelement zum Basispreis dazu. Das bedeutet einen Preisvorteil von bis zu mehreren Hundert Euro. Unter www.standheizung.de gibt es mehr Details zu der Aktion sowie Adressen von Fachwerkstätten in der Nähe.

### Alexa, mach die Scheiben frei

Die Bedienung der Standheizung ist unkompliziert per Fernbedienung oder Smartphone möglich. Die Ther-

moConnect-App zum Beispiel macht mobile Endgeräte zu intelligenten Fernbedienungen und bietet zusätzlich praktische Komfort- und Monitoring-Funktionen rund ums Auto. So lassen sich etwa regelmäßig wiederkehrende Abfahrtszeiten bequem programmieren. Einige Standheizungen hören sogar aufs Wort: Sie lassen sich mit Sprachassistenten wie Alexa bedienen. (Quelle: djd)

# Für Ihren Schlaf sind wir hellwach!



## Unser Service für Sie:

- **Fachkundige Beratung durch medizinisch geschultes Personal auf Wunsch auch bei Ihnen zuhause!**
- **Bio-Matratzen aus unserer Region**
- **Bettdecken, Kissen, Bettwäsche**
- **Sonderanfertigungen in jeder Größe**
- **Zuverlässiger Lieferservice**
- **Entsorgung der Altteile**
- **Hervorragende Qualität zu vernünftigen Preisen**
- **Große Auswahl an Seniorenbetten**



KOHLPAINTNER'S  
**Betten-  
und  
Matratzenwelt**

Waldstraße 55 · Groß-Zimmern

Tel: (0 60 71) 4 28 25 · www.matratzenwelt.net

Offen: Mo.–Fr. 9.30–19 Uhr · Sa. 9.30–16 Uhr

[www.forum-magazin.de](http://www.forum-magazin.de)



## Gesund & Fit

### Trotz Diabetes den Sommer unbeschwert genießen

Die Hitze im vergangenen Sommer dürfte vielen Diabetikern in Deutschland in Erinnerung geblieben sein. Denn wenn die Temperaturen steigen, kann bei ihnen der Blutzuckerspiegel leicht außer Kontrolle geraten. Wer Diabetes hat, sollte im Hochsommer deshalb besonders auf sein Wohlbefinden achten und Ernährung und Bewegung entsprechend anpassen.

#### Chaostage für den Blutzuckerspiegel

Rund 7,6 Millionen Menschen in Deutschland leiden an Diabetes. Sie sind auf die regelmäßige Gabe von Insulin angewiesen. Da sommerliche Temperaturen die Durchblutung im Körper anregen, gelangt das Insulin schneller in den Körperkreislauf und das Risiko einer Unterzuckerung steigt. Umgekehrt kann im Sommer der Blutzuckerspiegel aber auch schneller ansteigen, nämlich dann, wenn es aufgrund der Hitze im Körper zu einem Flüssigkeitsmangel kommt. „Heiße Tage sind für den Blutzuckerspiegel wie Chaostage. Damit Diabetiker sicher durch den Hochsommer kommen, sollten sie öfter als sonst ihren Blutzuckerspiegel messen“, rät Dr. Ursula Marschall, leitende Ärztin bei der BARMER. Wer bei Ernährung und körperlichen Aktivitäten ein paar Hinweise befolgt, kann auch mit Diabetes den Sommer unbeschwert genießen.

#### Sportliche Betätigung auf die Morgen- und Abendstunden verlegen

Wenn es der gesundheitliche Allgemeinzustand zulässt, dann sind Nordic Walking, Fahrradfahren oder Schwimmen ideale Sportarten für Diabetiker. Denn mit einer Mischung aus Kraft- und Ausdauertraining lässt sich nicht nur der Blutzuckerspiegel senken, sondern auch die Insulinempfindlichkeit der Zellen verbessern. Da dieser Effekt nach 48 Stunden wieder nachlässt, ist es wichtig, regelmäßig Sport zu machen. Im Hochsommer sollten körperliche Anstrengungen allerdings auf die Morgen- oder Abendstunden verlegt werden, um Flüssigkeitsverlust und Unterzuckerung zu vermeiden.

#### Zum Badeausflug Insulinbesteck mitnehmen

Wer Erfrischung in einem Badesee sucht, sollte seinen Blutzuckerspiegel besonders sorgfältig im Blick haben. „Die meisten unterschätzen, wie hoch der Energieverbrauch beim Schwimmen ist. Symptome wie zum Beispiel Zittern werden irrtümlicher Weise der niedrigen Wassertemperatur zugeschrieben, dabei sind sie ein Zeichen für Unterzuckerung“ warnt Marschall. Mit Snacks oder Traubenzucker kann

einer spontanen Unterzuckerung entgegengewirkt werden. Wichtig ist aber, dass Diabetiker Mess- und Insulinbesteck mit zum Badeausflug nehmen, um ihren Blutzuckerspiegel kontrollieren und sich dadurch sicherer zu fühlen. Da Insulin hitzeempfindlich ist, sollte es immer in einer Kühlbox, Kühltasche oder Thermosflasche transportiert werden. Auch Insulin-Pens, Blutzuckermessgeräte oder Teststreifen sollten vor Hitze geschützt und keinesfalls im Auto liegengelassen werden. Beschädigtes Insulin ist meistens an einer Eintrübung oder Ausflockung zu erkennen.

#### Mit richtiger Ernährung Zucker –und Wasserhaushalt im Gleichgewicht halten

Den Tag am Grill mit einem brutzelnden Steak und einem kalten Bier ausklingen lassen mag für viele eine schöne Vorstellung sein. Alkohol sorgt jedoch für zusätzlichen Wasserverlust. Außerdem ist bereits ab einem Blutzuckerspiegel von 0,45 Promille die Zuckerveratung aus der Leber gestört, so dass eine Unterzuckerung drohen kann. „Ob Diabetiker oder nicht, Mineralwasser, ungesüßte Kräuter- und Früchtetees oder Saftschorlen sind im Sommer die besten Durstlöscher“, sagt Marschall. Fisch und Geflügel sind eine gute Alternative zu Rinder- und Schweinefleisch, das schwerer zu verdauen und deshalb für den Körper belastender sei. In jedem Falle sollte im Sommer reichlich Salat, Obst und Gemüse auf dem Speiseplan stehen. Sie haben einen hohen Wassergehalt und sorgen dafür, den Flüssigkeitsverlust durch Schwitzen auszugleichen.

(Quelle: BARMER)



Foto: Pexels auf Pixabay

## Wichtige Notrufnummern

<b>Polizei Notruf</b>	<b>110</b>
<b>Feuer/Notarzt/Rettungsdienst</b>	<b>112</b>
<b>Krankentransport</b>	<b>1922</b>

## Apotheken Notdienst

(Bei Inanspruchnahme der Apotheke außerhalb der allgemeinen Ladenöffnungszeiten wird der gesetzliche Zuschlag von 2,50 Euro erhoben.)

01.07.2020	Apotheke Büttelborn, Mainzer Str. 6	06152/55721
	Sonnen-Apotheke, Pfungstadt, Eberstädter Str. 24	06157/2230
	Turm-Apotheke, Weiterstadt, Ernst-Ludwig-Str. 3	06150/2797
02.07.2020	Gänse-Apotheke, Trebur-Geinsheim, Treburer Str. 7	06147/7995
	Brunnen Apotheke, Pfungstadt, Am Römer 1	06157/990619
03.07.2020	Apotheke am Markt, Groß-Gerau, Elisabethenstr. 3	06152/711100
	Löwen Apotheke, Pfungstadt, Eberstädter Str. 40	06157/2939
04.07.2020	Kühkopf-Apotheke Erfelden, Bahnstraße 71A	06158/2442
	Igel-Apotheke, Trebur, Alt-Astheim 12	06147/7371
	Konrad Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Rodauer Str. 37	06257/3402
05.07.2020	Apotheke Büttelborn, Mainzer Str. 6	06152/55721
	Kirschberg-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 156	06155/62044
	Rolands Apotheke, Pfungstadt, Frankensteiner Str. 28	06157/2453
06.07.2020	Altrhein-Apotheke Stockstadt, Oberstraße 4	06158/83444
	Bären-Apotheke im Helvetia-Parc, Groß-Gerau, Helvetiastr. 5	06152/1875740
	Hermis-Apotheke, Zwingenberg, Bahnhofstr. 4	06251/73006
07.07.2020	Löwen-Apotheke, Dornheim, Bahnhofstr. 7	06152/59696
	Grafen-Apotheke, Weiterstadt, Darmstädter Landstr. 51-53	06150/51377
	Eichhorn Apotheke, Seeh.-Jugenheim, Heidelberger Str. 29	06257/82177
08.07.2020	Kreis Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Hauptstr. 25	06257/2226
09.07.2020	Viktoria-Apotheke im real, Groß-Gerau, Mainzer Str. 50	06152/187540
	Engel Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Bergstr. 14	06257/81256
	Liebig Apotheke, Biblis, Darmstädter Str. 51	06245/90180
10.07.2020	Linden Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 48	06155/2350
	Wolfsberg Apotheke, Nauheim, Waldstr. 49	06152/660188
	Ring Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Am Grundweg 10	06257/84366
11.07.2020	Wilckens'sche Apotheke Goddelau, Büchnerstraße 1B	06158/2233
	Löwen-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 19	06152/92280
	Engel Apotheke, Bickenbach, Darmstädter Str. 11	06257/2958
12.07.2020	Gänse-Apotheke, Trebur-Geinsheim, Treburer Str. 7	06147/7995
	Konrad Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Rodauer Str. 37	06257/3402
13.07.2020	Apotheke am Gesundheitszentrum Goddelau, Frh.-v.-Stein Str. 9	06158/915097
	Falken-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 6	06155/2933
	Apotheke auf Esch, Groß-Gerau, Bernhardt-Lüdecke-Str. 6	06152/54081
	Sonnen Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Alte Bergstr. 79	06257/64264
14.07.2020	Apotheke Leeheim, Hauptstr. 55	06158/748951
	Mühlen Apotheke, Pfungstadt, Mühlstr. 53	06157/7676
	Apotheke im Kaufland, Weiterstadt, Rud.-Diesel-Str. 26a	06151/9068647
15.07.2020	Phönix-Apotheke, Crumstadt, Friedrich-Ebert-Straße 31	06158/86201
	Linden-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 33a	06152/4317
	Stadt Apotheke, Zwingenberg, Darmstädter Str. 32	06251/73021
16.07.2020	Rolands Apotheke, Pfungstadt-Hahn, Kirchweg 8	06157/9459888
17.07.2020	Schindler Apotheke, Wolfskehlen, Lise-Meitner-Str. 8	06158/9413245
	Rhein-Apotheke, Biebesheim, Gernsheimer Str. 29	06258/98120
	Neue Apotheke, Biblis, Darmstädter Str. 50	06245/99903
18.07.2020	Sonnen-Apotheke Biebesheim, Albert-Hammann-Str. 1A	06258/6205
	Bären-Apotheke im Helvetia-Parc, Groß-Gerau, Helvetiastr. 5	06152/1875740
19.07.2020	Bären-Apotheke im Helvetia-Parc, Groß-Gerau, Helvetiastr. 5	06152/1875740
	Eulen-Apotheke Gernsheim, Karlstraße 28	06258/51269
	Apotheke Groß-Rohrheim, Bahnhofstr. 7	06245/7277
20.07.2020	Gänse-Apotheke, Trebur-Geinsheim, Treburer Str. 7	06147/7995
	St. Hildegardis-Apotheke, Gernsheim, Magdalenenstr. 65	06258/3319
21.07.2020	Apotheke am Markt, Groß-Gerau, Elisabethenstr. 3	06152/711100
	Stadt Apotheke Gernsheim, Wallstr. 9	06258/2103
	Franken Apotheke, Weiterstadt, Darmstädter Str. 54	06150/188518
22.07.2020	Berchermann'sche Apotheke, Pfungstadt, Eberst. Str. 63	06157/82071
	Igel-Apotheke, Trebur, Alt-Astheim 12	06147/7371
23.07.2020	Spitzweg-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 19	06155/87850
	Rathaus-Apotheke, Groß-Gerau, Frankfurter Str. 1	06152/910739
	Sonnen-Apotheke, Pfungstadt, Eberstädter Str. 24	06157/2230
24.07.2020	Bären-Apotheke im Helvetia-Parc, Groß-Gerau, Helvetiastr. 5	06152/1875740
	Brunnen Apotheke, Pfungstadt, Am Römer 1	06157/990619
	Engel Apotheke, Weiterstadt, Darmstädter Str. 34	06150/10910
	Liebig Apotheke, Biblis, Darmstädter Str. 51	06245/90180
25.07.2020	Löwen-Apotheke, Dornheim, Bahnhofstr. 7	06152/59696
	Löwen Apotheke, Pfungstadt, Eberstädter Str. 40	06157/2939
26.07.2020	Kühkopf-Apotheke Erfelden, Bahnstraße 71A	06158/2442
	Turm-Apotheke, Weiterstadt, Ernst-Ludwig-Str. 3	06150/2797
	Melibokus Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Hauptstr. 7	06257/93310
27.07.2020	Viktoria-Apotheke im real, Groß-Gerau, Mainzer Str. 50	06152/94890
	Rolands Apotheke, Pfungstadt, Frankensteiner Str. 28	06157/2453
28.07.2020	Altrhein-Apotheke Stockstadt, Oberstraße 4	06158/83444
	Wolfsberg Apotheke, Nauheim, Waldstr. 49	06152/660188
	Hermis-Apotheke, Zwingenberg, Bahnhofstr. 4	06251/73006
29.07.2020	Löwen-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 19	06152/92280
	Eichhorn Apotheke, Seeh.-Jugenheim, Heidelberger Str. 29	06257/82177
	Kirschberg-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 156	06155/62044
	Rathaus-Apotheke, Trebur, Hauptstr. 50	06147/439
	Kreis Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Hauptstr. 25	06257/2226
31.07.2020	Apotheke auf Esch, Groß-Gerau, Bernhardt-Lüdecke-Str. 6	06152/54081
	Engel Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Bergstr. 14	06257/81256

## Ärztlicher Notdienst

Ärztliche Notdienstzentrale Ried, Philipppshospital, bundesweite Tel.: 116 117 Mo., Di., Do. 19.00 bis 7.00 früh, Mi. 14.00 bis 7.00 früh, Freitag 14.00 bis Montag 7.00 Uhr früh. Zu allen anderen Zeiten wenden Sie sich bitte an Ihren Hausarzt, oder dessen auf seinem Anrufbeantworter benannten Vertreter. An Feiertagen ab dem Vorabend, 19.00 bis zum nächsten Werktag 7.00 Uhr früh.

- Anzeige -

### Schonende Behandlungsmethoden. Ganzheitliche Zahnmedizin. Praxis mit Wohlfühlfaktor.



Gabriele Bernhard  
& Kollegen

- ✓ Cerec
- ✓ 3D-Röntgen
- ✓ Laserbehandlung
- ✓ Dental Spa
- ✓ CMD-Therapie
- ✓ Endodontie
- ✓ Eigenes Praxislabor

Von Patienten bewertet mit

Note  
1,4

jameda



**Gabriele Bernhard & Kollegen**  
Bioästhetische Zahnarztpraxis

Die Zahnexperten

Brunnenweg 7 · 64331 Weiterstadt · Tel. 06150 – 4710  
www.Zahnarztpraxis-Bernhard.de

## Auf den richtigen Biss kommt es an!

Wer häufig unter **Kopf-, Nacken- oder Rückenschmerzen** leidet, kommt meist nicht auf die Idee, diese Beschwerden mit den Zähnen in Verbindung zu bringen. Wenn die Zähne nicht richtig aufeinanderpassen, hat das gravierende Auswirkungen auf unseren Körper. Wer kennt das nicht? Jemand der „verbissen“ dreinschaut, hat wohl gerade eine harte Nuss zu knacken. Wer andauernden Stress oder emotionale Ausnahmesituationen zu bewältigen hat, greift nur allzu oft zu der meist unbewussten Bewältigungsstrategie, sich „durchzubeißen“. Nächtliches Knirschen oder Pressen auf den Zähnen führt nicht nur zu Muskelverspannungen der Kaumuskulatur, sondern auch der angrenzenden Muskelketten im Nacken-, Schulter- und Rückenbereich. Im weiteren Verlauf können auch Knacken oder Schmerzen in den Kiefergelenken auftreten. Selbst Beinlängendifferenzen resultieren nicht selten aus einer fehlenden Abstützung der Kiefer. Das Ausmaß dieser Fehlfunktion des Kausystems, auch Craniomandibuläre Dysfunktion (**CMD**) genannt, ermitteln wir in unserer Praxis durch eine funktionsdiagnostische Untersuchung der Kiefergelenke und des Kausystems sowie der Körperhaltung. Exakte Modelle der Kiefer sowie eine elektronische Vermessung der Kieferbewegungen gehören ebenso zur Befunderhebung wie die Analyse der Körperhaltung. Mit Hilfe von herausnehmbaren Schienen, die der Patient auf seine Ober- oder Unterkieferzähne aufsetzt, kann die verlorene Bissabstützung wieder aufgebaut werden. Damit es der Muskulatur leichter gelingt, wieder locker zu werden, ist die begleitende Behandlung durch einen erfahrenen Physiotherapeuten oder Osteopathen hilfreich. Wie häufig und wie lange eine solche Schiene getragen werden muss, hängt vom individuellen Patientenfall ab. Interessant ist, wie schnell eine Schiene oft zu einer deutlichen Besserung bis hin zum völligen Verschwinden von ehemals hartnäckigen Schmerzen führen kann. Wenn die Bisslage sich durch die Schienenbehandlung stabilisiert hat, kann die Tragedauer der Schiene unter Umständen reduziert werden. In schwierigeren Fällen muss vielleicht über einen Aufbau der Kauflächen mit Keramik nachgedacht werden, um das Behandlungsergebnis auch ohne Schiene zu stabilisieren. Das Ziel ist in jedem Fall wieder „richtig“ zubeißen zu können ohne dass es zu Verspannungen in der Muskulatur kommt. Und darüber hinaus: „Biss“ haben bedeutet auch im übertragenen Sinne, seinen Standpunkt gegenüber seinem beruflichen oder privaten Umfeld zu behaupten, mit beiden Beinen im Leben zu stehen!

### Gabriele Bernhard - Zahnärztin

Master Univ. en Homeopatia der Univ. Sevilla

Brunnenweg 7 · 64331 Weiterstadt  
Tel. 06150 – 4710 · Fax 06150 – 18 99 93  
G.Bernhard@Zahnarztpraxis-Bernhard.de  
www.Zahnarztpraxis-Bernhard.de

### Öffnungszeiten:

Mo – Do 08:00 – 20:00 Uhr , Fr 08:00 – 18:00 Uhr  
Termine am Samstag auf Anfrage



(Quelle: AOK)

### Gefährliche Drogen mit harmlosen Namen

„Kräutermischungen“, „Pflanzendünger“ oder „Badesalz“: Die Bezeichnungen klingen harmlos und sollen verschleiern, dass es hier eigentlich um gefährliche Rauschmittel geht. Tatsächlich kann der Konsum der sogenannten „Legal Highs“ oder „Neuen psychoaktiven Stoffe“ (NPS) auch tödliche Folgen haben. Doch auch ohne Todesfolge kann die Einnahme haben. Nach dem Konsum kann es zu Kreislaufzusammenbrüchen, Herzrasen, Ohnmacht, Psychosen und Wahnvorstellungen bis hin zu drohendem Nierenversagen kommen.

## Gehirnerschütterung: Da hilft nur schonen

Kinder häufiger betroffen als Erwachsene

Die Treppe heruntergefallen, vom Rad gestürzt, beim Sport einen Ball an den Kopf bekommen – eine Gehirnerschütterung kann man sich schnell zuziehen. Sie ist die leichteste Form eines Schädel-Hirn-Traumas und geht typischerweise einher mit kurzer Bewusstlosigkeit, Kopfschmerzen, Übelkeit und Gedächtnislücken. Manchmal machen sich die Symptome erst nach Stunden bemerkbar.

„Schlägt der Kopf mit großer Geschwindigkeit auf einen harten Gegenstand, prallt das in einer Flüssigkeit schwimmende Gehirn auf den Schädelknochen, wodurch es zu einer kurzzeitigen Funktionsstörung des Hirns kommen kann“, erklärt Thomas Ebel, Arzt im AOK-Bundesverband. Nach Angaben des Kindernetzwerks Deutschland e. V. erleiden in Deutschland jährlich 200.000 Menschen ein Schädel-Hirn-Trauma, rund ein Drittel davon sind Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren. In bestimmten Altersstufen ist das Risiko besonders hoch: So kommt es in den ersten beiden Lebensjahren häufiger zu Stürzen, weil das Körpergewicht in diesem Alter noch ungünstig verteilt ist und kleinere Kinder schnell mit dem Kopf aufschlagen. Ein höheres Risiko haben außerdem Jugendliche im Alter zwischen 14 und 18 Jahren, da sie meist vielen Freizeitaktivitäten und riskanteren Sportarten nachgehen und generell mehr unterwegs sind.

Immer den Arzt rufen  
Zu den klassischen Anzeichen einer Gehirnerschütterung wie kurzzeitige Bewusstlosigkeit (einige Sekunden bis zu wenigen Minuten), Erbrechen und Gedächtnislücken können auch weitere kommen, etwa Teilnahmslosigkeit, Kreislaufversagen oder unkontrollierte Bewegungen. „Bei möglichen Symptomen einer Gehirnerschütterung muss sofort ein Arzt aufgesucht oder der Notarzt gerufen werden“, so Mediziner Ebel. „Bis der Arzt kommt, sollten Betroffene mit erhöhtem Oberkörper gelagert und nicht allein gelassen werden.“ Vor allem bei kleinen Kindern

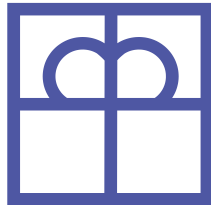
können diese Symptome auch erst nach mehr als sechs Stunden auftreten: Kinder sollten daher in den ersten zwölf Stunden nach dem Unfall genau beobachtet werden.

Bettruhe ist angesagt  
Nach einer Gehirnerschütterung (in der Fachsprache „Comotio cerebri“ genannt) ist es vor allem wichtig, sich zu schonen. Manchmal empfiehlt der Arzt oder die Ärztin auch ein paar Tage Bettruhe. Ratsam ist, auf Sport vorübergehend zu verzichten. Auch Fernsehgucken sollte nicht sein, denn das Flackerlicht kann Kopfschmerzen und, wenn auch sehr selten, Krämpfe hervorrufen. Ungünstig ist auch eine intensive Sonneneinstrahlung. Nach ärztlicher Rücksprache empfiehlt sich die Einnahme von Medikamenten gegen Kopfschmerzen oder Übelkeit. Meist klingt eine Gehirnerschütterung innerhalb von wenigen Tagen bis Wochen ohne Folgeschäden ab. Manchmal können die Beschwerden aber über einen längeren Zeitraum hinweg anhalten (postkommotionelles Syndrom), sie werden jedoch nur selten chronisch.

Tipps zur Vorbeugung  
Damit es gar nicht erst zu einer Gehirnerschütterung kommt, gibt es eine Reihe von Möglichkeiten vorzubeugen: So ist beim Rad- und Skifahren, Bergsteigen, Klettern, Inline-Skaten, Skateboarden oder Reiten ein gutsitzender Helm unverzichtbar. Kinder sollten im Auto immer einen passenden Kindersitz haben, auch bei kurzen Strecken oder im Mietwagen am Urlaubsort. Ebel: „Wenn kleinere Kinder im Haus sind, sollten Fenster-, Treppen- und Balkonbereich auf mögliche Gefahrenquellen überprüft werden.“ Das heißt, Fenster möglichst nur kippen, Treppen und Balkone mit Geländern oder Gittern sichern. Säuglinge auf einer Wickelkommode darf man zudem nie unbeobachtet lassen, sondern sie im Zweifel lieber kurz auf den Boden legen. (Quelle: AOK)

## Diakoniestation Stockstadt am Rhein und im Ried

### ambulanter Pflegedienst



Wir pflegen zu Hause in Stockstadt - Riedstadt - Biebesheim

Telefon (0 61 58) 8 47 34

[www.stockstadt.gfds-ambulant.de](http://www.stockstadt.gfds-ambulant.de)

[info-stockstadt@gfds-ambulant.de](mailto:info-stockstadt@gfds-ambulant.de)

### Hätten Sie's gewusst?

#### Was ist eigentlich eine passive Immunisierung

Wer sich heutzutage impfen lässt, beispielsweise gegen Tetanus oder Masern, erhält in der Regel eine sogenannte aktive Immunisierung. Dabei werden der Person abgeschwächte Erreger oder Erreger-Bestandteile verabreicht, damit das eigene Immunsystem Antikörper und Abwehrzellen entwickeln kann. Diese Art der Impfung ist vorbeugend und benötigt einige Tage bis Wochen, bis der Impfschutz vollständig aufgebaut ist. Dieser hält dann meist mehrere Jahre. Mit der passiven Immunisierung, oft auch passive Impfung genannt, werden dagegen Menschen behandelt, die sich bereits mit einem Krankheitserreger infiziert haben. Ihnen werden direkt Antikörper gegen den entsprechenden Erreger gespritzt. Diese stammen meist von Personen, die die Krankheit bereits durchlaufen und deshalb schon Antikörper gebildet haben. Der große Vorteil einer passiven Immunisierung ist, dass sie sofortigen Schutz bietet. Allerdings hält dieser nur solange, bis die Antikörper wieder im Blut wieder abgebaut worden sind, also etwa drei Monate. Auf diese Weise wirkt die passive Impfung beinahe wie ein Medikament. Das Prinzip der passiven Impfung wird derzeit neben der Entwicklung einer aktiven Impfung als ein Ansatz im Kampf gegen das Coronavirus verfolgt. In einer klinischen Studie wird untersucht, ob aus dem Plasma von Menschen, die eine Covid-19-Erkrankung überstanden haben, Antikörper gewonnen und diese an schwer Erkrankte weitergegeben werden können.

Dr. Utta Petzold, Medizinerin bei der BARMER



## Qigong: Sanftes Training für Kraft und Gesundheit

Mehr Energie, Harmonisierung von Körper und Geist, mehr innere Ruhe – Qigong gilt als ein wichtiger Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Der Name setzt sich aus den Begriffen „Qi“ (Lebensenergie) und „Gong“ (Üben) zusammen. Die Meditations-, Bewegungs- und Konzentrationsform ist besonders schonend, aber dennoch effektiv. Trotzdem sind ein paar Dinge zu beachten. Die Wurzeln des Qigong (alternative Schreibweisen: Qi Gong oder Chi gong) liegen zwar mindestens tausend Jahre zurück, trotzdem ist diese Bewegungsform angesagter denn je. Wobei Bewegungsform zu kurz gefasst ist, Qigong ist viel mehr als das. Es gilt als eine besonders sanfte Trainingsmethode, durch die sich Gesundheit und Wohlbefinden fördern, Immunsystem und Kreislauf stärken und die Beweglichkeit verbessern lassen. Und das sind nur einige der positiven Aspekte, die dem Qigong zugeschrieben werden. Das Besondere an diesem Training: Qigong kombiniert Atem- und Konzentrations- und Bewegungsübungen und ist zudem sehr effektiv. „Die Übungen des Qigong können präventiv wirken, aber auch gegen akute Beschwer-

den helfen“, sagt Klaus Möhlendick, Sportwissenschaftler bei der BARMER. Somit können selbst gesundheitlich angeschlagene Menschen – fast jeden Alters – die Übungen praktizieren. Doch es gibt dabei auch einiges zu beachten. Die Wirkung, die Qigong nachgesagt wird, kann sich nur entfalten, wenn die Übungen regelmäßig praktiziert werden. Empfohlen wird, sich möglichst täglich oder zumindest mehrmals wöchentlich dafür Zeit zu nehmen. Je nachdem, wie viel Zeit man erübrigen kann, sollte es schon mindestens eine halbe, besser aber eine dreiviertel Stunde sein. „Bei den Qigong-Übungsformen ist es wichtig, keinen Zeitdruck zu haben. Es ist wichtig, dass man sich voll und ganz auf die Übungen konzentriert“, rät Möhlendick. Sie vereinen Atmung und nach innen gerichtete Konzentration mit fließenden, präzisen Bewegungen. Nach traditionellem Verständnis haben diese Übungen das Ziel, dass die Lebensenergie – das sogenannte Qi – frei fließen kann und äußere Bewegung und innere Ruhe miteinander verschmelzen. Um das zu erreichen, eignen sich unterschiedliche Übungs-

**AMBULANTES PFLEGETEAM** im Ried



# Hausnotruf

**Wir schauen persönlich vorbei!**

**Ab 19,- €/Monat**  
(42,- €/Monat, abzüglich 23,- € Pflegekassenzuschuss)



Mehr Infos unter: 0 61 58 - 99 99-100 - [www.pflege-im-ried.de](http://www.pflege-im-ried.de)

formen, etwa zur Körperhaltung, zur meditativen Konzentration und Atemübungen. Grundsätzlich gibt es Übungen, die im Liegen, Sitzen, Stehen oder Gehen ausgeführt werden. Die Grundpositionen sind leicht zu erlernen und können fast überall praktiziert werden. „Bei Qigong ist es wichtig, die Bewegungsabläufe genau zu erlernen und auf die Atmung abzustimmen“, so Möhlendick. Gerade weil es auf Präzision ankommt, empfiehlt es sich für Anfänger, zunächst mit einem Lehrer zu arbeiten. Dazu gibt es zahlreiche zertifizierte Präventionskurse mit qua-

lifizierten Trainern. Diese Kurse werden auch von den Krankenkassen bezuschusst und dürfen inzwischen auch als Online-Kurse angeboten werden. Nebenwirkungen und Gegenanzeigen sind bei Qigong nicht bekannt. Die Übungen ersetzen zwar keine medizinische Behandlung, können aber eine Therapie unterstützen. Weitere Hintergrundinfos und Übungsbeispiele finden sich unter anderem im Taiji-Forum.

(Quelle: BARMER)

## STÄRKEN SIE IHRE ABWEHRKRÄFTE

Thomas Kasperek empfiehlt Ernährungsanalyse und Personal-Training

Da viele von uns seit ein paar Wochen im Homeoffice sind, von zu Hause arbeiten müssen und sich dabei wenig oder kaum bewegen wissen wir alle schon. Langsam zwick der Rücken und die Hüfte. Viele von uns haben zur Zeit keine gesunde und ausgewogene Ernährung, und vor allem abwechslungsreiche Ernährung. Eine gesunde, abwechslungsreiche Bewegung und Ernährung spielen in der Corona Zeit eine große Rolle für unser Immunsystem. Ein starkes Immunsystem ist die beste Voraussetzung und zwar nicht nur in Zeiten des Coronavirus sondern auch um gegen Krankheitserreger gewappnet zu sein.

Ist Abnehmen unmöglich? Bis zu 70 % Ihres Erfolges hängen von Stoffwechsel und der Ernährung ab! Jetzt Ernährung testen,



**Thomas Kasperek**

Gepürfter und zertifizierter Personal Trainer (BPT e.V.), Inhaber eines exklusiven Boutique Personal Training Studio in Darmstadt mit Zweigniederlassung in Riestadt/Leesheim, Ernährungscoach und Fachberater für Ernährungsmedizin, Ehem. Coach/Masseur der deutschen Radfahrer Nationalmannschaft (Equipe Nürnberger)

optimieren und erfolgreicher trainieren! Nur die richtige Kombination aus Training und bedarfsgerechter Ernährung wird Dich ans Ziel bringen. Ganz gleich welches Ziel Du verfolgst: Abnehmen, Muskelaufbau, Leistungssteigerung oder Straffung des

Körpers. Die Grundbausteine und Erfolgsfaktoren der Ernährung sind maßgeblich an Deinem Erfolg beteiligt. Des Weiteren können eine Übersäuerung oder versteckte Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten Deinen Erfolg behindern. Machen Sie Ihre ers-

te Stoffwechsel-Ernährungsanalyse und testen Sie gleich dazu Ihren pH-Wert. Als zertifizierter Personal Trainer mit über 20 Jahren Erfahrung biete ich Ihnen folgende Bereiche an: Personal Functional Training, Live Online Personal Training (im Ausland, im Urlaub oder im Homeoffice), Ernährungsberatung und Analyse, Firmenfitness, Stoffwechseltraining, Mobility & Flexibility Training. Je nach Ziel dauert eine Einheit zwischen 30 und 60 Minuten.

## IMMUNSYSTEM ABNEHM-STUDIE





In 4 Wochen bis zu 6 Kilo abnehmen!\*

Stärke dein Immunsystem durch Gewichtsreduktion!

Jetzt bei:

Personal Training Lounge

by Thomas Kasperek

[www.premium-body-lounge-da.de](http://www.premium-body-lounge-da.de)  
Tel: 0170-7329322

\*Die Abnehmerfolge können bei jedem Teilnehmer variieren!

# VOLLE ÖKOENERGIE\* VORAUSS.

Ob Kulturvereine, Sportvereine oder Soziales. Wir unterstützen unsere lebenswerte Region bei unzähligen Festen und Veranstaltungen.

**EINFACH  
KLIMAFREUNDLICH  
FÜR ALLE.**

FÖRDERER  
VON KULTUR  
UND SPORT



## Keine Kerb in Riedstadt

Wegen der Corona-Pandemie fallen im gesamten Kreisgebiet die Traditionsveranstaltungen aus

Die Kerb in den Riedstädter Stadtteilen hat eine lange Tradition und ist im Spätsommer und Herbst eine der lang erwarteten Höhepunkte des Jahres. Doch wie im gesamten Kreis Groß-Gerau werden auch die Kerb in Crumstadt (6. September), in Wolfskehlen (4. Oktober), in Goddelau (11. Oktober), Leeheim (18. Oktober) und Erfelden (25. Oktober) in diesem Jahr wegen der Corona-Pandemie ausfallen. Die Bürgermeister der Kreiskommunen haben sich zu diesem einheitlichen Schritt entschlossen.

Bürgermeister Marcus Kretschmann als Alt-Kerweborsch als diese Entscheidung nicht leichtgefallen, doch hält er sie wie seine Amtskollegen für unumgänglich. „Die Tanzveranstaltungen, die Umzüge, die Kerweplätze und alle weiteren mit den Kerwen verbundenen Traditionen würden unter den gegebenen Umständen keinen Spaß machen. Vor allem aber wären sie nicht zu verantworten“, erklärt der Bürgermeister. Traditionell schließt die Erfelder Kerb Ende Oktober stets den Reigen der Kerwen im Kreisgebiet.



## „Der Kreis rollt“ am 30. Mai 2021

Der Kreis Groß-Gerau hatte aufgrund der notwendigen Einschränkungen des öffentlichen Lebens zur Eindämmung der Coronavirus-Pandemie seine Großveranstaltung „Der Kreis rollt“ vom 17. Mai ins kommende Jahr 2021 verschoben. Kreis und die teilnehmenden Kommunen verständigten sich nun auf den 30. Mai 2021 als geeigneten Nachholtermin. „Es ist wichtig, das Datum frühzeitig an die Vereine vor Ort zu übermitteln, damit diese wieder in die Planung ihrer vielfältigen

Aktionen und Verkaufsstände bei ‚Der Kreis rollt‘ einsteigen können“, so die Organisatoren.

Der Kreis Groß-Gerau veranstaltet „Der Kreis rollt“ seit 2012 in Kooperation mit dem Sportkreis Groß-Gerau und den Städten und Gemeinden. Bei der fünften Auflage des Spektakels bleibt es am 30. Mai 2021 bei der für 2020 ausgewählten Strecke von Königstädten bis Stockstadt am Rhein.

Weitere Informationen im Internet unter [www.der-kreis-rollt.de](http://www.der-kreis-rollt.de).

## Seniorenfahrten und Seniorenfeier abgesagt

Auch die Fahrten für das zweite Halbjahr müssen ausfallen

Die Entscheidung war unumgänglich: Nachdem wegen der Corona-Pandemie bereits der Tagesausflug nach Saarbrücken am 12. Mai und die Fahrt Ende Mai nach Dresden ausfallen mussten, hat die Büchnerstadt Riedstadt auch die weiteren für dieses Jahr geplanten Seniorenfahrten abgesagt. Sowohl der Tagesausflug am 18. August nach Miltenberg als auch die Fahrt vom 1. bis 6. September nach Frammersbach im Naturpark Spessart können aus Sicherheitsgründen nicht stattfinden.

Aus demselben Grund muss auch die zentrale Seniorenfeier für alle Stadtteile ausfallen, die für Samstag, 7. November in der Heinrich-Bonn-Halle in Leeheim geplant war und für die in diesem Jahr die Crumstädter Vereine

ein abwechslungsreiches Programm auf die Bühne bringen wollten.

„Es ist sehr schade, dass auch die übrigen Fahrten und die Seniorenfeier abgesagt werden müssen. Doch die Sicherheit gerade unserer besonders gefährdeten älteren Mitbürger hat absoluten Vorrang“, erklärt Bürgermeister Marcus Kretschmann. Da insbesondere die Seniorenfeier einen langen organisatorischen Vorlauf benötigte, habe man sich bereits jetzt zu der Absage entschlossen.

Bereits gezahlte Beiträge für die Tagesfahrten werden zurückerstattet. Dafür bitte an das Kulturbüro wenden unter einer der beiden Telefonnummern 06158 930 84 -1/-2, oder per E-Mail [kultur@riedstadt.de](mailto:kultur@riedstadt.de)



[www.baumann-gaerten.de](http://www.baumann-gaerten.de)

## Erfrischend anders

Naturpool-Lösungen auch für kleinere Gärten

Ein Pool kann in vielfacher Weise die ideale Lösung für einen Garten sein: Erfrischendes Vergnügen in der Hitze des Sommers, zentrales Gestaltungselement und gut für Ihr Mikroklima. Die wohlliche Gartenfläche um den Pool kann bei Bedarf mit Sichtschutz, Nischen, Trockenmauern, Sonnendeck und Terrasse gestaltet werden. Unsere Naturpools können als technisch ausgefeilte Einstückbecken verwirklicht werden – lange Bauzeiten sind vermeidbar. Das ökologisch aufbereitete, hautfreundliche Nass überwintert wassersparend im Becken. Mit technischen Zusatzoptionen wie Gegenstromanlage, automatischer Roll-Abdeckung und Pool-Beleuchtung kann jedem Bedürfnis entsprochen werden. Mit Ideen und Erfahrung entsteht eine zauberhafte Garten-Wasser-Landschaft: In der Nacht wirkungsvoll beleuchtet und pure Lebensfreude am Tag.

**Unser Ziel sind Gärten, deren Wohnwert eine spürbare Steigerung der Lebenslust ihrer Bewohner bewirkt.**

**Baumann**  
Gärten & Freiräume



## Die gute Adresse für Wasser und Wärme

**REINHARDT** GmbH  
Heizungen · Sanitäranlagen · Bauspenglerei

Riedhäuserhofstr. 16 a · 64560 Riedstadt-Leeheim · Tel. 061 58/7 36 34

## M.S. Dach- und Wandmontage



Inhaber: Milan Sljivic  
Krönckestraße 2 · 64589 Stockstadt  
Tel. 01 71 3 19 25 00 · Fax: 0 61 58 87 83 78  
E-Mail: [milan.sljivic@t-online.de](mailto:milan.sljivic@t-online.de)

- Isolierungen, Abdichtungen und Verkleidungen
- Einbau von genormten Dachrinnen und Fenstern
- Montagen von Carports

Schnell und zuverlässig zum Pauschalpreis · Kostenlose Beratung · Keine Anfahrtkosten

**06258-81516**  
**Willius**  
 Rohr- und Kanalreinigung  
 Inh. A. Peters  
 24-Stunden-Notdienst  
 Kanal TV  
 www.kanalreinigung-willius.de  
 06251-9449177

- ♦ Große Fliesenausstellung
  - ♦ Individuelle Beratung
  - ♦ Fachgerechte Verlegung
  - ♦ Meisterbetrieb
- [www.fliesen-boettiger.de](http://www.fliesen-boettiger.de)



**BÖTTIGER**  
 Das Fliesenhaus  
 Gerh.-Hauptm.-Str. 1  
 64589 Stockstadt/Rh  
 Tel.: 0 61 58 - 84 378

**BUCHHANDLUNG**



**B-44**  
 Inh. Thomas Bröning  
 Gernsheimer Str. 29 · 64584 Biebesheim  
 Tel. 06258/972324 · Fax 06258/972325  
 Buchhandlung@B44.de · www.B-44.de



*Das Wetter im Juli*  
 nach dem original 100jährigen Kalender  
 Der Monat beginnt am 1. mit Nebel, vom 2. bis 5. herrscht unbeständiges Wetter mit Regem, vom 7. bis 13. ist es windig, kühl und bewölkt mit Sonnenschein. Am 14. geht ein großer Platzregen nieder, danach ist es schwül und schön warm bis zum 31., an welchem Tag es zwei Stunden regnet.

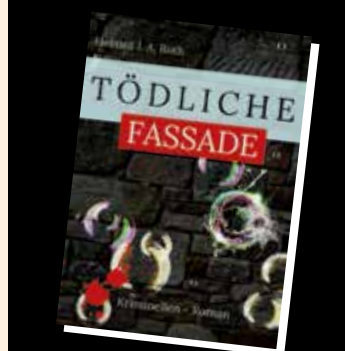
**FAKTOTUM**  
 Die Riedstädter Buchhandlung  
 Marie-Curie-Str.4 (Nähe B26/B44)  
 Gewerbegebiet-Wolfskehlen  
 www.buchhandlung-faktotum.de  
 Tel.: 06158/747333

**baustoff kramer**

Friedrich-Ebert-Straße 24  
 64560 Riedstadt-Crumstadt  
 Telefon: 0 61 58 / 99 09 0  
 Telefax: 0 61 58 / 99 09 98  
 www.baustoff-kramer.de  
 mail@baustoff-kramer.de

**Wir sind für Sie da**  
 Mo.-Fr. 7.00 - 18.00 Uhr  
 Sa. 7.30 - 12.30 Uhr

## Der neue Helmut J. A. Roth



„Tödliche Fassade“ **14,90 €**  
 Bei der Ulrich Diehl Verlag und Medienservice GmbH  
 (Tel. 06151 3929844, Fax - 3929847, krimi@udvm.de), oder im Buchhandel  
 284 Seite, Softcover (Paperback)  
**Auch als e-book erhältlich!**

Werbung im FORUM - in bester Qualität - jeden Monat neu - in über 22000 Haushalten. 06151 3929811.

[www.forum-magazin.de](http://www.forum-magazin.de)

## Kulturpanorama statt Kulturprogramm

Sonderformat über Leben in Riedstadt während Corona-Pandemie

Von der Dynamik der Corona-Pandemie wurde auch die Produktion des Kulturprogramms der Büchnerstadt Riedstadt für die Monate April, Mai und Juni überrollt – als es erschien, waren die darin enthaltenen Termine für das zweite Quartal bereits Makulatur. Da nach wie vor eine Vorausplanung für drei Monate nicht möglich ist, wurde aus dem Kulturprogramm für das dritte Quartal 2020 das „Kulturpanorama. Das Sonderformat in Corona-Zeiten“.

Statt der gewohnten Terminübersicht mit Beschreibung der einzelnen Veranstaltungen für die Monate Juli, August und September wird ausführlich geschildert, wie in Corona-Zeiten das kulturelle und öffentliche Leben in Riedstadt weiterging. Der vom Bürgermeister eingesetzte Verwaltungsstab wird vorgestellt und beschrieben, wie die politischen Gremien Online gingen, Feuerwehr, Kitas, Jugendbüro, Kulturbüro, BüchnerHaus und BüchnerBühne sowie die Städtische Bücherei auf die Krise reagierten. Den Vereinen und Organisationen in Riedstadt wird besonderer Raum gegeben, haben sie doch mit vielen kreativen Lösungen dafür gesorgt, dass ihre Mitglieder weiter aktiv bleiben und sich austauschen konnten.

Mit dabei sind natürlich auch das neu gegründete Helfernetzwerk für Riedstadt, die Stiftung Soziale Gemeinschaft Riedstadt, der Hospizverein Wegwarte und die Tafel Riedstadt.

„Das Kulturpanorama ist für mich auch ein bewegender Ausdruck dafür, mit wie viel Zusammenhalt, Vernunft und Kreativität in unserer Stadt auf diese Krise reagiert wurde. Dafür möchte ich mich an dieser Stelle herzlich bedanken“, schreibt Bürgermeister Marcus Kretschmann in seinem Vorwort.



Die Titelseite des Kulturpanoramas.

Foto: Stadt Riedstadt

## Kurze Sommerpause in der Städtischen Bücherei

Die fünf Stadtteilbüchereien sind drei Wochen geschlossen

In den Sommerferien machen die fünf Stadtteilbüchereien in Riedstadt eine kleine Pause. Wer sich vorher noch mit Büchern, Zeitschriften, Spielen, DVDs oder CDs versorgen möchte, hat dazu letztmals Gelegenheit am Mittwoch, dem 8. Juli, in Erfelden von 16.00 - 18.00 Uhr.

In den übrigen Stadtteilen sind die Büchereien letztmals am Donnerstag, dem 9. Juli, geöffnet: in Goddelau,

Leeheim und Crumstadt von 16.00 - 18.00 Uhr und in Wolfskehlen von 10.00 - 12.00 Uhr.

Alle Stadtteilbüchereien sind ab Montag, 3. August (Erfelden von 10.00 - 12.00 Uhr, Goddelau von 16.00 - 18.00 Uhr) bzw. Dienstag, 4. August (Crumstadt und Leeheim von 10.00 - 12.00 Uhr, Erfelden 15.00 - 17.00 Uhr und Wolfskehlen 16.00 - 18.00 Uhr) wieder geöffnet.

**Sichert**  
 Meisterfachbetrieb  
 www.Sichert-Bedachungen.de

**Bedachungen**  
**Dachspenglerarbeiten**  
**Zimmermannsarbeiten**  
**Innenausbau**  
**Holzbau**  
**Gerüstbau**



**Sichert Bedachungen GmbH**  
 Dachdeckermeister Horst Sichert  
 Dachdeckermeister Ron Sichert  
 Rathausstr. 8a  
 64521 Groß-Gerau  
 Tel.: 0 61 52 - 36 33  
 Tel.: 0 61 52 - 93 98 67  
 Fax: 0 61 52 - 93 98 65  
 E-Mail: [Info@Sichert-GG.de](mailto:Info@Sichert-GG.de)



## Sonntagsmatinee im Biergarten vom Kulturcafé

Die erfolgreichen Sonntagsmatineen werden auch 2020 fortgesetzt. In Zusammenarbeit mit dem Wirt Rocco Farruggia und unterstützt von der Kreissparkasse Groß-Gerau hat der Verein Kulturcafé für die Sommermonate qualitativ hochwertige Musiker verpflichtet und wird etwa alle drei Wochen eine Sonntagsmatinee bei freiem Eintritt anbieten. Die Matineen beginnen jeweils um 11.00 Uhr und dauern bis gegen 13.00 Uhr. Spenden für die Musiker sind erwünscht.

Am Sonntag, dem 12. Juli 2020, ist Love on the Rocks zu Gast im Biergarten am Alten Amtsgericht Groß-Gerau. Feurige Popmusik, mal klassisch, mal rockig oder jazzig, mit zwei Gitarren und zweistimmigem Gesang – das ist das Gitarrenduo Love on the Rocks der beiden Musiker Gerhard und Barbara Wiebe aus Groß-Gerau.



Sie präsentieren Coversongs aus Pop, Rock, Folk, Blues der letzten Jahrzehnte und eigene Kompositionen im Duett. Bei den Gästen meist besonders beliebt ist ihre Rubrik „peinliche Lieblingslieder“.

Die beiden Musiker sind seit Jahrzehnten in Formationen von Rock bis Jazz mit Gitarre und Saxophon unterwegs. Am Sonntag, dem 26. Juli 2020, präsentieren Blues Alley ganz einfach Blues.



Blues - das ist es, was die junggebliebenen Oldies von „Blues Alley“ zusammenschweißt. Nichts neu erfinden, sondern Altbewährtes am Laufen halten. Ehrlich, geradeaus, Live Musik, die gute Laune macht.

Manche Dinge brauchen einfach Zeit. Manchmal auch mehrere Jahrzehnte. Fünf Jungs die sich teilweise schon in den 60ern gekannt haben und in verschiedenen Gruppierungen schon zusammenspielten. Auch über internationale Erfahrung verfügen die in Blues verliebten Musiker. In den USA, Kanada, Japan und auf dem europäischen Kontinent haben sie ihre Zuhörer mit ihrer Musik begeistert. Durch verschiedene Musikrichtungen und eigene Projekte hatte man sich aus den Augen verloren, und entschied sich bei einem Zufallstreffen 2009 spontan für einen Neuanfang.

2010 wurde ein neues Kapitel ihrer musikalischen Laufbahn aufgeschlagen. Mit 'Blues und Rhythm' n' Blues hatte man genau den gemeinsamen musikalischen Nerv getroffen um den Weg erfolgreich weiter zu gehen und an alte Zeiten anzuknüpfen.

Ziel ist es, mit guter Laune auf der Bühne einer breiten Zuhörerschaft den Spaß am Blues zu vermitteln.

Der Name „Blues Alley“ steht für erfrischenden Blues und Rhythm' n' Blues. Jazz, Funk, Rock, auch ein bisschen von Country und Soul, aber stets Blues.

Bei Regen fallen die Konzerte aus. Sie findet zu den Bedingungen der Corona-Verordnung statt. Abstand halten, Mund-Nase-Maske sofern man nicht einen festen Sitzplatz eingenommen hat, Desinfektion von Händen und Tischen. Die Zahl der Gäste im Garten sind auf 80 Personen begrenzt.

Fotos: Veranstalter

**FORUM**  
MAGAZIN • RIED  
[www.forum-magazin.de](http://www.forum-magazin.de)

**Brückmann**  
Reisen

Wir bringen Ihren Urlaub ins Rollen



Pfungstädter Straße 176-180 · 64297 Darmstadt  
Telefon 061 51 55271 · [info@brueckmann-reisen.de](mailto:info@brueckmann-reisen.de)

### Wir rollen wieder!

**5 Tage Thüringer Wald /Suhl 23. - 27.06.20**  
4x Ü/HP zentrales Hotel, geführte Wanderungen  
**390,- €**

**4 Tage Leipzig-Kulturgenuss 02. - 05.07.20**  
3x Ü/HP im 4\* Hotel, Ausflugsprogramm  
**299,- €**

**5 Tage Spreewald & Lausitz 05. - 09.07.20**  
4x ÜF in Cottbus, 1x HP, Ausflugsprogramm  
**399,- €**

**5 Tage Chiemgau/Obing a. See 08. - 12.07.20**  
4x Ü/HP im 3\* Hotel, Ausflugsprogramm  
**399,- €**

**5 Tage Kleinwalsertal 12. - 16.07.20**  
4x Ü/HP, Ausflüge, Bergbahnen inklusive  
**349,- €**

[www.brueckmann-reisen.de](http://www.brueckmann-reisen.de)

### Wo seid Ihr Urlaubs-Hungrigen?

Dieses Jahr ist alles anders...

auch der geplante Urlaub an fernen Stränden ist Geschichte.

Warum nicht mal eine Alternative wählen, die möglich ist - eine Busreise zu den „coolsten“ Regionen in Deutschland (und unseren Nachbarländern)?

Wer sagt, dass diese Reiseart „verstaubt“ ist?

✓ Wir fahren mit unseren Reisebussen umweltfreundlich wie kein anderes Verkehrsmittel!

✓ Wir bieten super Komfort von Anfang an: kostenlose Parkplätze, Wunsch-Sitzplätze im Bus, moderne Ausstattung für bequemes Reisegefühl, einen Chauffeur mit langjähriger Berufserfahrung, der unterwegs und vor Ort Ihr Ansprechpartner ist

Ob Single, Pärchen oder Familie mit Kindern - wir sind für alle da!

✓ Entscheiden Sie: Teilnahme am ausgeschriebenen Programm wie Ausflüge, Wanderungen, Besichtigungen, Radtouren oder einfach selbst den Tag gestalten - individueller geht's nicht!

### Haben wir Ihr/Euer Interesse geweckt?

Gut so - dann nichts wie ran an die Reiseplanung mit uns!

Aktuelle Reiseideen finden Sie unter [www.brueckmann-reisen.de](http://www.brueckmann-reisen.de) oder in unserem Reiseprogramm

**Wir freuen uns, Sie bald bei uns „an Bord“ begrüßen zu dürfen - natürlich unter Einhaltung aller aktuellen Reglements**

Ihr Brückmann Reisetem

**LIDÖ** LINZING & DÖRR  
HEIZUNG- UND SANITÄRFACHHANDEL GMBH



[www.lidoe.de](http://www.lidoe.de)

**Sanitär ▪ Heizung ▪ Schwimmbad ▪ Berechnungsanlagen**

**Kompetente Fachberatung aus der Region**

Am Winkelgraben 11 ▪ 64584 Biebesheim ▪ Tel. 06258 - 98 02 0 ▪ [info@lidoe.de](mailto:info@lidoe.de)



# Kirchentermine

## MITTWOCH, 1. JULI 2020

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Kontemplative Meditation.
- Stockstadt; Seniorenzentrum, 10.00 Uhr, kath. Andacht.

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Amt.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

## DONNERSTAG, 2. JULI 2020

- Stockstadt; ev. Kirche, ev. Kirche, 18.00 Uhr, Konfi-Elternabend.

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Muttergottesamt.

- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugendtreff nach Absprache (ab 13 Jahren).

## Freitag, 3. Juli 2020

- Biebesheim; ev. Freikirche, 18.00 Uhr, Teen (ab 16 Jahren).

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Amt.

## Samstag, 4. Juli 2020

- Biebesheim; kath. Kirche, 9.00 Uhr, Muttergottesamt.
- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, Vorabendmesse.

## Sonntag, 5. Juli 2020

- Riedstadt; Hospitalkirche, 9.00 Uhr, ev. Gottesdienst.
- Goddelau; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

- Crumstadt; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

- Leeheim; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

- Stockstadt; kath. Kirche, 10.00 Uhr, HI. Amt zum Patrozinium.

- Stockstadt; ev. Kirche, ev. Kirche, 11.00 Uhr, Sonntags-Andacht.

- Biebesheim; kath. Kirche, 9.00 Uhr, Festochamt im Patrozinium (Äußere Feier).

- Biebesheim; neuap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.

- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

- Biebesheim; kath. Kirche, 11.00 Uhr, Festochamt im Patrozinium (Äußere Feier).

- Gernsheim; ev. Kirche, 10.15 Uhr, Gottesdienst.

## Montag, 6. Juli 2020

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, Festhochamt zum Patrozinium.

## Dienstag, 7. Juli 2020

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.

## Mittwoch, 8. Juli 2020

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Kontemplative Meditation.

- Biebesheim; Seniorenzentrum, 10.00 Uhr, kath. Andacht.

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

## Donnerstag, 9. Juli 2020

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugendtreff (ab 16 Jahren).

## Freitag, 10. Juli 2020

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

## Samstag, 11. Juli 2020

- Crumstadt; ev. Kirche, 19.00 Uhr, Gottesdienst.

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, Vorabendmesse.

## Sonntag, 12. Juli 2020

- Riedstadt; Hospitalkirche, 10.00 Uhr, Heilige Messe.

- Goddelau; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

- Leeheim; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

- Stockstadt; kath. Kirche, 10.00 Uhr, HI. Amt.

- Stockstadt; ev. Kirche, ev. Kirche, 11.00 Uhr, Sonntags-Andacht.

- Biebesheim; kath. Kirche, 9.00 Uhr, HI. Amt.

- Biebesheim; neuap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.

- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

- Biebesheim; kath. Kirche, 11.00 Uhr, Hochamt.

- Allmendfeld; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

## Montag, 13. Juli 2020

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

## Dienstag, 14. Juli 2020

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.

## Mittwoch, 15. Juli 2020

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Zen-Meditation.

- Biebesheim; Seniorenzentrum, 10.00 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

## Donnerstag, 16. Juli 2020

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugendtreff (ab 16 Jahren).

## Freitag, 17. Juli 2020

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

## Samstag, 18. Juli 2020

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, Vorabendmesse.

## Sonntag, 19. Juli 2020

- Riedstadt; Hospitalkirche, 9.00 Uhr, ev. Gottesdienst.

- Goddelau; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Riedstadtweiter Gottesdienst „Sommerkirche“.

- Crumstadt; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

- Stockstadt; ev. Kirche, ev. Kirche, 11.00 Uhr, Sonntags-Andacht.

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; kath. Kirche, 9.00 Uhr, HI. Amt.

- Biebesheim; neuap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.

- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

- Biebesheim; kath. Kirche, 11.00 Uhr, Hochamt.

- Gernsheim; ev. Kirche, 10.15 Uhr, Gottesdienst.

## Montag, 20. Juli 2020

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Amt.

## Dienstag, 21. Juli 2020

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.

## Mittwoch, 22. Juli 2020

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Zen-Meditation.

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

## Donnerstag, 23. Juli 2020

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugendtreff (ab 16 Jahren).

## Freitag, 24. Juli 2020

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Amt.

## Samstag, 25. Juli 2020

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, Jakobusamt.

## Sonntag, 26. Juli 2020

- Riedstadt; Hospitalkirche, 10.00 Uhr, kath. Gottesdienst.

- Leeheim; ev. Kirche, 18.00 Uhr, Gottesdienst.

- Stockstadt; kath. Kirche, 10.00 Uhr, HI. Amt.

- Stockstadt; ev. Kirche, ev. Kirche, 11.00 Uhr, Sonntags-Andacht.

- Biebesheim; kath. Kirche, 9.00 Uhr, HI. Amt.

- Biebesheim; neuap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.

- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

- Allmendfeld; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

- Gernsheim; ev. Kirche, 10.15 Uhr, Gottesdienst.

## Montag, 27. Juli 2020

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

## Dienstag, 28. Juli 2020

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.

## Mittwoch, 29. Juli 2020

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Kontemplative Meditation.

## Trauerreise für Frauen

Der Landesverband Evangelische Frauen in Hessen und Nassau e.V. lädt Frauen, die trauern, ein zu einer Reise ins Tannheimer Tal vom 6. bis 13. September 2020.

Der Verlust eines Menschen durch Tod oder Trennung ist eine einschneidende Erfahrung. Mit dieser Reise wollen wir neue Schritte wagen: Sie können ausprobieren, wie es ist, in einer Gruppe unterwegs zu sein, sich auf Unbekanntes einzulassen und Neues zu entdecken.

Das Tannheimer Tal liegt auf 1.100 m in Tirol und ist ein romantisches, einzigartig weites Hochtal mit atemberaubender Landschaft. Ob Spaziergänge oder Wanderungen, Baden im

- Biebesheim; Seniorenzentrum, 10.00 Uhr, kath. Andacht.

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

## Donnerstag, 30. Juli 2020

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugendtreff (ab 16 Jahren).

## Freitag, 31. Juli 2020

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.30 Uhr, HI. Messe.

Bergsee oder einfach nur die Ruhe und Annehmlichkeiten des Vier-Sterne-Wellnesshotels Ritter genießen: unsere Aktivitäten planen wir direkt vor Ort, je nach Wetter und Wünschen der Mitreisenden. Wir schöpfen neue Energie und lernen verschiedene Wege kennen, mit Verlust umzugehen. So entwickeln wir Verständnis für individuelle Formen von Trauer und Trauerbewältigung.

Einzelausschreibung, Anmelde-möglichkeiten und weitere Informationen gibt es bei Mechthild Köhl, Telefon 06151 6690155, E-Mail: frauenreisen@EvangelischeFrauen.de oder unter [www.EvangelischeFrauen.de](http://www.EvangelischeFrauen.de)

## Weitere „Barrierefrei“-Schilder in Riedstadt

Baustoff Kramer hat eine Rampe für Rollstühle und Rollatoren in die höher gelegenen Räumlichkeiten errichtet

Nach dem Start Ende Februar mit den ersten angebrachten Hinweistafeln an Geschäften, Arztpraxen und Bankfilialen gibt es nun weitere „Barrierefrei“-Schilder in der Büchnerstadt Riedstadt. „Wir sind barrierefrei. Sie sind herzlich willkommen“ heißt es nun auch bei Baustoff Kramer, Friedrich-Ebertstraße 24 in Crumstadt. Denn bei der Umgestaltung der Ausstellungsräume für Fliesen und Bauelemente wurde eine Rampe in die höher gelegenen Räumlichkeiten errichtet. Auch der Getränke-Abholmarkt Trollst in der Darmstädter Straße 37 in Crumstadt hat mittlerweile einen „Barrierefrei“-Aufkleber, freut sich Andrea Kliegl, Leiterin des Sozial- und Integrationsbüros, die die Aktion im Riedstädter Rathaus koordiniert.

Entstanden ist die Idee für die Aufkleber und Plakate bei einem Treffen des Bürgermeisters und der städtischen Behindertenbeauftragten mit den Ortsverbandsvorständen des Sozialverbandes VdK: Riedstädter Geschäfte können bei der Büchnerstadt Riedstadt kostenlos einen Aufkleber oder ein Plakat bestellen, auf dem mobilitätseingeschränkte Menschen darauf hinge-

wiesen werden, dass und wie sie Hilfe bekommen, um in das betreffende Geschäft zu kommen. Auf Anregung von Wohner wurden auch Riedstädter Ärzte hinzugenommen. Doch auch, wer bereits barrierefrei ist, kann die Initiative unterstützen und auf seinem Schild darauf hinweisen.

Die Aufmachung der Aufkleber oder Plakate mit den Schriftzügen der Initiative Barrierefreies Riedstadt, des Sozialverbandes VdK Hessen-Thüringen und der Büchnerstadt Riedstadt ist immer gleich, doch kann der Text in der Mitte ganz individuell je nach den Gegebenheiten vor Ort gestaltet werden.

In der ersten Runde haben 22 Firmen und Arztpraxen mit 28 Aufklebern mitgemacht, von Blumenläden und Metzgereien über eine Schreinerei und einen Optiker bis zum Reisebüro und einem Schneider, auch Filialen von Kreissparkasse und Volksbank sind dabei, berichtet Andrea Kliegl. „Nachmeldungen sind aber jederzeit möglich“, betont sie. Telefonisch ist Andrea Kliegl unter der Nummer 06158 181-413 und unter der E-Mailadresse [a.kiegl@riedstadt.de](mailto:a.kiegl@riedstadt.de) zu erreichen.

## BüchnerBühne im Büchnersaal

Wiedereröffnung mit kleinen Produktionen im Theatersaal und größeren Veranstaltungen im Landratsamt Groß-Gerau

Mit kleinen Formaten im kleinen Theatersaal und größeren Veranstaltungen unter anderem im Georg-Büchner-Saal im Landratsamt hat die BüchnerBühne Riedstadt von Ende Mai bis Ende Juni den Neustart nach der durch die Corona-Pandemie bedingten Schließung gewagt. Im Juli geht das Profitheater in die Theaterferien. Je nachdem, wie die Situation sich weiterentwickelt, soll es dann ab August mit einem der aktuellen Lage angepassten Spielplan weitergehen, informiert der künstlerische Leiter Christian Suhr.

Für die Wiedereröffnung des kleinen Theaters in der Kirchstraße 16 in Riedstadt-Leeheim wurde ein ausgeklügeltes Hygienekonzept erarbeitet. Es sieht unter anderem ein Einbahnstraßensystem für die Besucherlenkung vor. Maximal 17 Zuschauer können im Theatersaal Platz nehmen, gezeigt wurden dort im Juni Produktionen mit höchstens drei Mitwirkenden wie etwa die komödiantische Paarberatung „Die Wunderübung“. Auch traditionell im Theatercafé beheimatete Formate wie die „Piano Bar“ oder der „Club der Dichter“ wurden wegen der Abstandsregeln in den Theatersaal verlegt. Da von diesen kleinen Formaten für einen kleinen Zuschauerkreis das professionelle Theater nicht leben kann, waren die Schauspieler um Suhr dem

Kreis Groß-Gerau sehr dankbar, dass sie mit der „Bettleroper“ frei nach John Gay im Georg-Büchner-Saal des Landratsamtes an zwei Terminen auftreten konnten. In der Inszenierung der BüchnerBühne wurde die Musik für die Bettleroper, die Bert Brecht und Kurt Weill als Vorlage für die „Dreiroschenoper“ diente, komplett neu arrangiert und komponiert. Temperamentvoll dargeboten wird sie von den Musikern des „Absinto Orkestra“. Im Landratsamt wurde bei der Gelegenheit auch eine Spende von 1 160 Euro an die BüchnerBühne übergeben. Diesen Betrag hatte Iris Isler vom Freundeskreis Flüchtlinge Riedstadt mit dem Nähen und Verkaufen von Alltagsmasken zugunsten des Theaters eingenommen. Für Suhr und den Vorsitzenden des Vereins BüchnerBühne, Werner Schmidt, ein besonders beeindruckendes Beispiel für die Leidenschaft und Kreativität, mit der sich Fans des kleinen Theaters in der Kirchstraße 16 in Riedstadt-Leeheim für die durch die Corona-Krise schwer gebeutelte BüchnerBühne eingesetzt haben. „Ohne die Förderung des Kreises und die unglaubliche Spenden-solidarität unserer Zuschauer wären wir jetzt schon nicht mehr da“ erklärt Theaterleiter Suhr.



Die Bettleroper der BüchnerBühne mit dem Absinto Orkestra im Büchnersaal des Landratsamtes. Foto: haza-foto



Der Vorsitzende des Vereins BüchnerBühne, Werner Schmidt (links) bedankte sich am Rande der Aufführung der „Bettleroper“ im Landratsamt mit einem Blumenstrauß bei Iris Isler vom Freundeskreis Flüchtlinge Riedstadt. Sie hatte mit dem Nähen und dem Verkauf von Alltagsmasken 1 160 Euro zugunsten der BüchnerBühne eingenommen. Auch der künstlerische Leiter der BüchnerBühne Christian Suhr und Landrat Thomas Will (rechts) würdigten die tolle Initiative. Foto: haza-foto

Dachstühle · Holzrahmenbau · Innenausbau  
Dachstuhlusbau · Balkon/Terrassengeländer  
Exklusive Treppen aus Holz mit gedrechselten  
Geländerstäben · Holztreppeinstufen zum  
Selbsteinbau · Pergolen · Holzbrücken  
Wintergärten · Vordächer

**MK-HOLZBAU GMBH · Michael Käßmann**  
Tel. 06158 185688 · Fax 06158 7472160 · Mobil 0178 6767214  
E-Mail: mk-holzbau-gmbh@t-online.de

**INGO HOLZADT**   
Gabelstapler & Industriebedarf

- Gabelstapler neu / gebraucht · Service und UVV · Miete
- Leasing und Mietkauf · Industriebedarf · Ankauf

**Hauptstraße 24 · 64560 Riedstadt**  
Tel.: 06158 1886441 · Fax: 06158 1886444  
[www.holzadt-stapler.de](http://www.holzadt-stapler.de)

Stapeln Sie doch mit uns...

**Der Elektro-Pabst**

**Rainer Pabst**   
Elektromeister

**Elektroinstallationen aller Art**

Weidstr. 23 · 64560 Riedstadt-Godd. · Tel. 06158/184991  
Mobil 0175/8 50 4600 · Fax 0 6158/184992  
[www.der-elektro-pabst.de](http://www.der-elektro-pabst.de) · [info@der-elektro-pabst.de](mailto:info@der-elektro-pabst.de)

[www.forum-magazin.de](http://www.forum-magazin.de)

**Südhessen  
Krimi**

**Helmut J. A. Roth**

**„Tödliche Fassade“**

**14,90 €**

284 Seite, Softcover (Paperback)

Als e-book überall erhältlich

... und auf Vorrat in vielen Buchhandlungen in Darmstadt und Umgebung.  
Sollte Ihre Buchhandlung gerade keinen Krimi vorrätig haben, melden Sie uns dieses „Verbrechen“... wir kümmern uns dann um die Buchhandlung...

Ulrich Diehl Verlag und Medienservice GmbH  
(Tel. 06151 3929844, Fax - 3929847, [krimi@udvm.de](mailto:krimi@udvm.de))

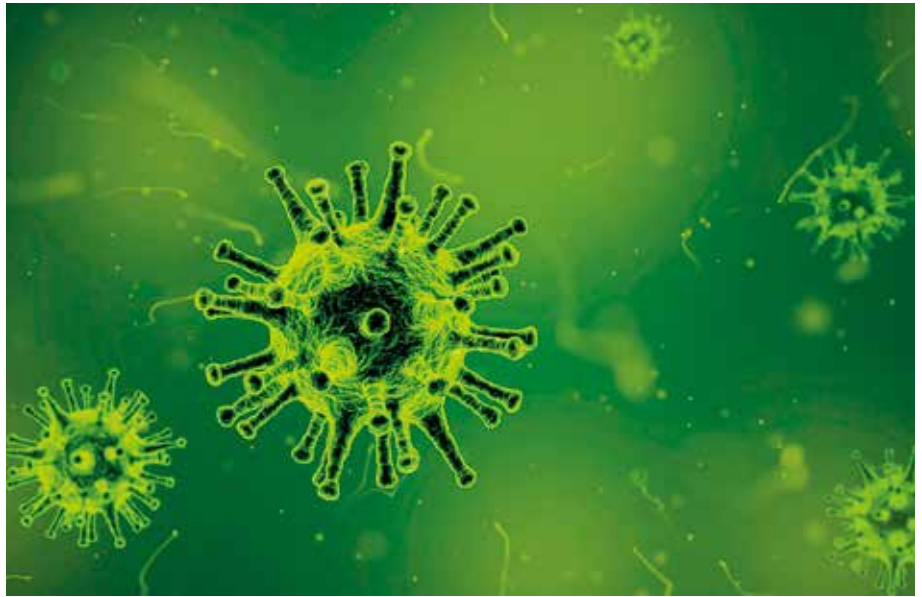
## Mit Ozon Viren und Sporen bekämpfen

- Anzeige -

Wenn wir den Begriff „Ozon“ hören denken wir zuallererst an das Ozonloch über dem Nordpol. Es handelt sich um ein Gas, das etwa durch Sonneneinstrahlung in der Atmosphäre entsteht.

Über den Polkappen unserer Erde ist es schädlich, in unserer aktuellen Situation kann es aber gezielt sehr nützlich eingesetzt werden. „Mit Ozon ist es möglich, Viren und Sporen zu bekämpfen“ sagt Richard Bierbaum von GB GmbH – BSS in Groß-Umstadt. Das Unternehmen ist spezialisiert auf Mauertrockenlegungen und Schimmelsanierung und ist deshalb mit Bekämpfung von Viren und Sporen gut vertraut.

Ozon ist ein Stoff, der auch die menschliche Lunge angreift, deshalb ist Vorsicht geboten, nur ausgewiesene Fachleute dürfen damit arbeiten. Die Wirkung beruht darauf, dass das Gas sowohl positiv als auch negativ geladen ist, Bakterien aber immer negativ, sie somit keine Abwehrmöglichkeit haben. Auch Viren und Sporen werden angegriffen.



Dieses Prinzip machen sich auch die Abwehrzellen unseres Organismus zunutze, wie Forscher herausgefunden haben.

Die Firma GB GmbH – BSS kann mit flexibel einsetzbaren Geräten in Räumen und auch Fahrzeugen arbeiten. Das Gas verteilt sich in Minutenschnelle und erreicht unzugängliche Stellen, die sonst nur schwer zu reinigen sind. Auch an Textilien ist es wirksam. Selbst antibiotikaresistente Keime werden so vernichtet.

Bei Fragen steht Richard Bierbaum gerne zur Verfügung, dessen lange Erfahrung mit Bedrohungen durch Viren und Sporen auch in der aktuellen Krise einen sicheren Arbeitsablauf garantiert. „Was unsere Kunden auch wissen sollen: Außer Bakterien und Viren kann man mit Ozon auch Moder- und Brandgeruch bekämpfen“.

as/PR

**Weitere Informationen gibt es unter 06078 – 967 9495**

## Feuchte Mauern, Viren und **SCHIMMEL** müssen nicht sein!



Ein Altraum für jeden Haus- und Wohnungsbesitzer, Feuchtigkeit im Mauerwerk. Setzrisse und Schimmelbefall können die Folge sein. **Viele Menschen sind oft krank und leiden unter Lungen- und Bronchialerkrankungen, Asthma, Allergien und Kopfschmerzen. Schimmel kann die Ursache sein; aber in jedem Fall werden Erkrankungen dadurch verschlechtert, Schimmelsporen befinden sich auch in der Luft. Auch Ihre Haustiere können unter Schimmel leiden.**

Nach einer kostenlosen Analyse führen wir mittels modernster Technik die Mauertrockenlegung und Schimmelsanierung durch. **Es ist nicht mehr nötig, ein Haus von Außen auf zu graben!** Mittels Injektionstechnik wird das Mauerwerk abgedichtet.

**Vereinbaren Sie noch heute einen Termin - es geht um Ihre Gesundheit!**

**GB GmbH – BSS Groß-Umstadt  
Tel. 06078/9 67 94 95**

**Schimmelsanierung  
TÜV-zertifiziert**

# TUK TUK Heinerfest 2020 – das andere Heinerfest

Ein Sommer ohne Heinerfest? Wie soll das gehen? Ohne Heinerfest keine Treffen auf der Weinbastion im Schloss oder im Biergarten auf der Karolinenplatz mit alten Freunden, keine gemütliche Riesenradfahrt mitten in der Stadt, kein paradiesisches Kleines Heinerfest für Kita-Kids und Menschen mit Handicap, kein AlleWeltTreff mit den Freunden aus den Partnerstädten, kein Jazz und Mundart im Schlossgraben, keine Musik in der City ...

Auch wenn das Heinerfest nicht in gewohnter Weise mit 700.000 Besuchern gefeiert werden kann, so schlägt das Herz dieses liebenswerten Heinerfestes weiter. Davon ist der Heimatverein Darmstädter Heiner e.V. zutiefst überzeugt, und dies möchten er in seiner Aktion „TUK TUK Heinerfest“ zeigen: Die Organisatoren haben ein Konzept entwickelt, das die Grundidee und Vielseitigkeit des Festes auch oder gerade in Corona Zeiten deutlich macht. Mit dem Heinerfest TUK TUK, eine kleine, rote Ape, gebrandet mit dem Logo dem Herz und den Heinerfest-Männchen von Helmuth Lortz, starten an fünf Heinerfesttagen verschiedene Aktionen, die noch geheim sind. Begonnen wird natürlich mit einem kleinen Bieranstich auf der Ladefläche des TUK TUKs, das sich wie ein roter Faden durch alle unsere Aktionen zieht und zum Schauplatz, Motor und Sympathiegefährt wird.

Geplant ist unter anderem ein kleiner

Festplatz auf der Ladefläche des TUK TUKs mit Modellen von Karussells, Riesenrad etc., ein Kaspertheater des Kikeriki Theaters, das an Hildenbrandts Puppenbühne bei den ersten Heinerfeste erinnert, ein TUK TUK Jazz Konzert im Schlossgraben und vor dem Staatstheater, TUK TUK besucht die Lilien im Merck Stadion, eine ergreifende Grußbotschaft an die Partnerstädte im AlleWeltTreff und vieles mehr. Die Ideen gehen, in Anbetracht der Vielseitigkeit des Festes, nicht aus.

Ein „DaHeimerfest“ soll es am am Freitag, 3. Juli, um 18.30 Uhr, geben, bei denen die Heiner zu Hause ihr Heinerfest feiern. Geplant ist ein Rudelsingen mit allen Heinern, die gemeinsam das für diese Zeit so passende Lied singen „Die Gedanken sind frei“.

Interviews mit bekannten Heinern und Heinerfestfreunden an ihren Lieblingsorten machen deutlich, dass das Heinerfest für die Darmstädter und die Region Identifikation und Herzensangelegenheit ist. Das „TUK TUK Heinerfest“ endet natürlich mit dem Feuerwerk, dem Finale seit dem ersten Heinerfest. Allerdings in diesem Jahr ein Miniatur auf der Ladefläche des TUK TUKs.

Auf [www.darmstaedterheinerfest.de](http://www.darmstaedterheinerfest.de), Facebook, Instagram, Youtube, im Darmstädter Echo – und manchmal auch live direkt auf dem Heinerfestkann der Heimatverein Darmstädter Heiner e.V. besucht werden.



## Historie des Darmstädter Heinerfests

Vor 70 Jahren wurde das erste Heinerfest 1951 gefeiert, sechs Jahre nach dem vernichtenden Bombenangriff auf Darmstadt. In einer Zeit der Zerstörung, Entbehrung und Not entstand die Idee ein Heimatfest zu feiern, endlich wieder fröhlich das Leben gemeinsam zu begehen. „Triumph der Lebensfreude über die Tristesse der Nachkriegsjahre“ lautete damals beim ersten Heinerfest die Devise. Es wurde zu einem Fest der Erinnerung und der Trauer, aber auch der ausgelassenen Freude darüber, nach jahrelanger Entbehrung endlich wieder einmal miteinander feiern zu können. Wer damals mit der Luftwerbung „Aero“ für 25 DM über Darmstadt flog, der sah nicht nur die durch den Krieg verursachten Wunden. Er konnte überall auch den unbändigen Aufbauwillen der Darmstädter Bevölkerung entdecken: Ihren ungebrochenen Optimismus demonstrierten sie in einem Heinerfest-Triumphbogen, gebastelt aus Holzstangen eines Baugerüsts.

## Dachdeckermeister Frank Oehme GmbH



Schützenstr. 13  
64521 Groß-Gerau  
Tel. 0 61 52 / 3 99 05  
Fax 0 61 52 / 70 88

Dacharbeiten  
Dachspenglerei  
Flachdachsaniierung  
Fassadenbekleidung  
Reparaturen  
Gerüstbau

[www.dachdeckermeister-oehme.de](http://www.dachdeckermeister-oehme.de)



## Second-Hand-for-Dogs

gebrauchtes & neues Hundezubehör

Ludwigstr. 2 A • 64584 Biebesheim  
Telefon: 01520 6 92 02 15  
[secondhandfordogs@gmail.com](mailto:secondhandfordogs@gmail.com)

Ihr Händler für preisgünstiges Hundezubehör  
[www.second-hand-for-dogs.com](http://www.second-hand-for-dogs.com)

## Schmitt & Scalzo GmbH



Die Allmen 12-14 · 64589 Stockstadt am Rhein · Telefon 06158 / 94 18 20-0  
Fax 06158 / 94 18 20-29 · [info@schmitt-scalzo.de](mailto:info@schmitt-scalzo.de) · [www.schmitt-scalzo.de](http://www.schmitt-scalzo.de)

## Terrazza Pure

Das kubische Glas-Terrassendach

NEU!



Markisen Terrassendächer Glasoasen®

Ihr weinor Fachhändler

weinor

Mehr Infos:  
[wulf-berger.de](http://wulf-berger.de)

## WULF & BERGER

64572 Büttelborn · Hessenring 11 · Telefon 06152 97909-0



## Liebe Tierfreunde,

heute stellen wir einige unserer Vermittlungshunde vor.

Da wir im Moment keine allgemeinen Öffnungszeiten mehr anbieten, bitten wir die Interessenten für die Tierversmittlung um telefonische Terminvereinbarung: 06258 3184

Die Termine erfolgen flexibel nach den Möglichkeiten der Interessenten.

Unsere Mitarbeiterinnen sind täglich zu folgenden Zeiten im Dienst:

8.00 Uhr bis 11.00 Uhr und 16.00 Uhr bis 18.00 Uhr.

Zu diesen Zeiten können wie gewohnt Pensions-/ Abgabetierräte geholt bzw. gebracht werden.

Ihre

*Martina Grundmann*  
Martina Grundmann



## Poldi, das „kleine“ Sensibelchen

Poldi ist ein gutmütiger, verschmuster Kerl, manchmal vielleicht etwas dickköpfig. Er gruselt sich noch vor vielen Dingen, die er nicht kennt und fühlt sich momentan auf dem Tierheimgelände am wohlsten.

Ein Platz als Zweithund bei einem souveränen Artgenossen, an dem er sich orientieren kann, wäre für Poldi toll. Außerdem sollte er die Möglichkeit haben, viel Zeit draußen zu verbringen, im eingezäunten Garten oder Grundstück.

Der Mix-Rüde wurde am 20. Juli 2017 geboren und ist mit seinen

62 cm Schulterhöhe kein Anfängerhund. Poldi bringt locker 37 kg auf die Waage und ist geimpft, gechippt und kastriert.



© Brigitte Bludau

## Jona, die Verspielte

Jona begutachtet Menschen gerne erstmal in Ruhe. Wenn sie sie dann für gut befindet und Kontakt aufnimmt, ist sie bald ein vertrauensvoller Hund, der mit durch dick und dünn geht. Sie ist sehr gelassen hier im Tierheimalltag für einen Schäferhund ihres Alters. Aber natürlich hat sie auch viel Energie und Bewegungsdrang, spielt gerne, ist sehr gelehrig und möchte ausgelastet werden.

Jona fühlt sich draußen sehr wohl und sucht ein Zuhause mit eingezäuntem Grundstück, wo sie sich frei bewegen und auch mal einfach in der Sonne liegen kann.

Die Schäferhündin wurde am 24. April 2018 geboren und ist kein Anfängerhund. Mit anderen Hunden ist sie bedingt verträglich. Jona ist geimpft und gechippt.



## Elli, unsere Zuckerschnute

Elli hat eine angeborene Deformation am linken Vorderfuß. Sie kommt zwar gut zurecht, trotzdem wollen wir ihr zur Unterstützung beim Gassigehen eine Orthese anpassen lassen. Ihre Kastration ist auch geplant, da ihr Hormonhaushalt nicht im Gleichgewicht ist. Dann sucht die liebe Elli ein Zuhause.

Sie ist ein absolut freundlicher, umgänglicher Hund, immer gut gelaunt, sowohl Menschen als auch Artgenossen gegenüber. Die Mischlingshündin wurde am 13. Dezember 2016 geboren und ist geimpft und gechippt. Trotz ihrer Größe von 58 cm ist Elli als Anfängerhund geeignet.



Fotos: Brigitte Bludau

**Spendenkonto: Kreissparkasse Groß-Gerau, IBAN: DE50 5085 2553 0003 0061 60, BIC: HELADEF1GRG**

**Spendenhotline: 09001-332235** Der Anrufer hat nach einer kurzen Ansage noch die Möglichkeit das Gespräch kostenfrei durch Auflegen zu beenden. Nur wer in der Leitung bleibt und anschließend die Danksagung hört, der hat tatsächlich per Hotline gespendet. Üblicherweise ist diese Telefonnummer nur aus dem deutschen Festnetz erreichbar.

## Berufsperspektiven mit Zukunft

### Mitarbeiter im allgemeinen Justizvollzugsdienst gesucht

In der Justizvollzugsanstalt Weiterstadt werden bis zu 613 Inhaftierte untergebracht und versorgt. Die Gefangenen sollen während ihrer Inhaftierung befähigt werden, künftig in sozialer Verantwortung ein Leben ohne Straftaten zu führen. Dabei kommt den Beamtinnen und Beamten des allgemeinen Vollzugsdienstes eine Schlüsselrolle zu. Sie sind die ersten Ansprechpersonen für die Gefangenen.

Wie stellen sich viele Menschen den Beruf des Justizvollzugsbeamten vor? Langweilig, einseitig, ein Gefängniswärter, der Zellen morgens auf und abends zu schließt. Sonst passiert wenig. Doch das ist falsch. Denn Justizvollzug ist nicht einfach wegschließen! Der Vollzugsbeamte ist nicht nur verantwortlich für die sichere Unterbringung. Auch die Betreuung, Versorgung und Beaufsichtigung der Inhaftierten fällt in sein Aufgabengebiet.

Gefragt ist Kompetenz im Umgang mit Menschen, man ist Ansprechpartner, auch über den Vollzug hinaus für Sorgen und Nöte der Inhaftierten. Oft müssen in persönlichen Gesprächen individuelle Lösungen gefunden werden. Es soll positiv auf die Gefangenen eingewirkt und deren Verantwortungsbewusstsein geweckt und gefördert werden. Sinn und Wert von Arbeit wird vermittelt. Dazu muss man zuhören und motivieren können. Es gibt immer neue Gegebenheiten, ungewohnte Herausforderungen, die flexibles Denken erfordern. Jeden Tag auf Besonderheiten reagieren, Routine vermeiden. Der direkte Kontakt mit Gefangenen birgt naturgemäß auch Konfliktpotenzial. Der Beamte sollte ausgeglichen sein und in der Lage, kritische Situationen zu deeskalieren und Grenzen zu setzen. Eine natürliche Autorität ist von Vorteil, Selbstverteidigung,

professioneller Umgang mit Waffen und auch psychologisches Training in Theorie und Praxis sind selbstverständlich. Sport ist sowohl für die Fitness als auch für den Kopf wichtig.

Neue Situationen sind immer eine Herausforderung. Sie werden als Team aus Beamtinnen und Beamten des allgemeinen Vollzugsdienstes, Werkdienstes, Sozialen Dienstes, Medizinischen Dienstes und Verwaltungsexperten gelöst. Dieses Miteinander ist Hauptbestandteil der täglichen Arbeit, Teamfähigkeit ist Voraussetzung, Besprechungen und ständiger Informationsaustausch sind wichtig.

Zu dem Aufgabenbereich des Justizvollzugsbeamten zählt auch, die Unterstützung der Sozialen und Medizinischen Dienste bei der Behandlung der Gefangenen. Der Tagesablauf in der Vollzugsabteilung muss organisiert werden. Auch die Aufnahme und

Entlassung der Inhaftierten muss geregelt werden. Dies alles geschieht im Schichtdienst (Frühdienst, Spätdienst, Nachtdienst).

Natürlich darf die oder der zukünftige Justizvollzugsbedienstete nicht vorbestraft sein und muss sich einer Eignungsprüfung stellen.

Entgegen der weit verbreiteten Meinung ist Justizvollzugsbeamter/in ein spannender Beruf. Nicht zuletzt gibt es auch Erfolgserlebnisse, wenn es gelingt, Menschen Soziale Kompetenzen zu vermitteln, zu helfen, sich wieder in der Gesellschaft zurecht zu finden. Das Ganze ist verbunden mit einem sicheren Arbeitsplatz, attraktiver Vergütung. Weiterbildung ist immer gewährleistet. Und natürlich besteht die Möglichkeit, eine Karriere zu starten. as

### Die Leiterin der Justizvollzugsanstalt Weiterstadt



sucht ab sofort

### Bedienstete (w/m) für den allgemeinen Justizvollzugsdienst

Die Einstellung erfolgt zunächst im Beschäftigungsverhältnis in Vollzeit (38,5 Stunden/Woche) und ist befristet für die Dauer von 2 Jahren. Bei Vorliegen der beamteten- und haushaltsrechtlichen Voraussetzungen ist die Übernahme in ein Beamtenverhältnis (Eingangssamt Besoldungsgruppe A7 HBesG) vorgesehen. Abhängig von Eignung, Befähigung und Leistung ist ein Aufstieg bis zu Besoldungsgruppe A 11 HBesG möglich.

Anforderungen sind ein guter Realschulabschluss oder Hauptschulabschluss und eine abgeschlossene Berufsausbildung; keine Vorstrafen (Einverständnis für eine Sicherheitsüberprüfung muss vorliegen); Bereitschaft zur Schichtarbeit (Wechselschicht auch an Feiertagen und Wochenenden); gesundheitliche Eignung (Polizeidiensttauglichkeit nach PDV 300); Führerschein Klasse B; Freude am Umgang mit Menschen; Fähigkeit, mit schwierigen Menschen umzugehen; Engagement; Flexibilität; Eigeninitiative und Verantwortungsbewusstsein, Fremdsprachenkenntnisse und Interkulturelle Kompetenz.

Die Justizvollzugsanstalt Weiterstadt ist zuständig für den Vollzug von Freiheitsstrafen an erwachsenen männlichen Strafgefangenen. Das Land Hessen ist bestrebt, den Anteil von Frauen im Landesdienst zu erhöhen und fordert daher insbesondere Frauen zur Bewerbung auf. Bei gleicher Eignung werden schwerbehinderte Menschen bevorzugt berücksichtigt.

Eine Rücksendung der Unterlagen nach Abschluss des Auswahlverfahrens ist aus Kostengründen nur möglich, wenn der Bewerbung ein entsprechend frankierter Rückumschlag beigelegt wird. Ist dies nicht der Fall werden die Unterlagen vernichtet.

**Ihre vollständige und aussagefähige Bewerbung richten Sie bitte an die Leiterin der Justizvollzugsanstalt Weiterstadt, Vor den Löserbecken 4, 64331 Weiterstadt.**

Für telefonische Informationen steht Ihnen Herr Sonnenberg (06150-102-1010/ Hartmut.Sonnenberg@JVA-Weiterstadt.justiz.hessen.de) gerne zur Verfügung.

### Die Leiterin der Justizvollzugsanstalt Weiterstadt



sucht ab sofort

### Eine/n examinierte/n Krankenschwester/Krankenpfleger

Die Einstellung erfolgt zunächst im Beschäftigungsverhältnis, befristet für die Dauer von 2 Jahren. Eine Übernahme in das Beamtenverhältnis ist beabsichtigt, sofern die beamteten- und laufbahnrechtlichen Voraussetzungen erfüllt sind.

Sie verfügen über ein Krankenpflegeexamen oder eine abgeschlossene Berufsausbildung in der Krankenpflege sowie die Erlaubnis zum Führen der Berufsbezeichnung.

Weitere Anforderungen: Keine Vorstrafen (Einverständnis für eine Sicherheitsüberprüfung muss vorliegen); gesundheitliche Eignung (Polizeidiensttauglichkeit nach PDV 300); Führerschein Klasse B; Freude am Umgang mit Menschen; Fähigkeit, mit schwierigen Menschen umzugehen; Engagement; Flexibilität; Belastbarkeit, Eigeninitiative, Verantwortungsbewusstsein und Improvisationsfähigkeit, Fremdsprachenkenntnisse, interkulturelle Kompetenz und die Bereitschaft, Wechselschichtdienst zu leisten.

Die Justizvollzugsanstalt Weiterstadt ist zuständig für die Vollstreckung von Freiheitsstrafen an erwachsenen männlichen Strafgefangenen. Das Land Hessen ist bestrebt, den Anteil von Frauen im Landesdienst zu erhöhen und fordert daher insbesondere Frauen zur Bewerbung auf. Bei gleicher Eignung werden schwerbehinderte Menschen bevorzugt berücksichtigt. Die Bewerbung von Menschen mit Migrationshintergrund wird ausdrücklich begrüßt. Eine Rücksendung der Unterlagen nach Abschluss des Auswahlverfahrens ist aus Kostengründen nur möglich, wenn der Bewerbung ein entsprechend frankierter Rückumschlag beigelegt wird. Ist dies nicht der Fall werden die Unterlagen vernichtet.

Ihre vollständige und aussagefähige Bewerbung richten Sie bitte an die Leiterin der Justizvollzugsanstalt Weiterstadt, Vor den Löserbecken 4, 64331 Weiterstadt.

Für telefonische Informationen steht Ihnen Herr Sonnenberg (06150-102-1010/Hartmut.Sonnenberg@JVA-Weiterstadt.justiz.hessen.de) gerne zur Verfügung.

# Über moderne Zahnmedizin und die Freude am Umgang mit Menschen

## Ein Interview mit Dr. Katharina Warzecha und Dr. Simon Prieß M.Sc. zum dreijährigen Bestehen des Zahnzentrum Riedstadt

Seit nunmehr drei Jahren ist die Region um ein medizinisches Kompetenzzentrum reicher. Damals eröffneten Dr. Katharina Warzecha und Dr. Simon Prieß M.Sc. im Gewerbepark Wolfskehlen das Zahnzentrum Riedstadt. Frau Giesche führte mit den beiden Zahnärzten ein Interview über die vergangenen Monate und die zukünftige Entwicklung.

A. GIESCHE: Frau Dr. Warzecha, mein letzter Besuch bei Ihnen liegt nun einige Monate zurück – wie ich sehe hat sich in Ihren Räumlichkeiten nochmal einiges getan. Aber auch im Team habe ich einige neue Gesichter erkannt.

DR. WARZECHA: Ja, das ist völlig richtig. Wir sind auch in den vergangenen 12 Monaten wieder kräftig gewachsen. Neben weiteren Behandlungs- und Prophylaxezimmern haben wir nun im ersten Stock ein eigenes Zahnlabor eingerichtet. Zahntechniker Herr Aber, einer unserer Neuzugänge, fertigt hier digital unterstützt hochwertigen Zahnersatz aus Vollkeramik.

A. GIESCHE: Neben dem Aufbau des Zahnlabors wurde, wie ich gehört habe, aber auch das Behandlungsteam weiter verstärkt?

DR. WARZECHA: Das stimmt. Wir freuen uns ausgesprochen, dass wir ZÄ Tamara Bihler als weitere Kollegin gewinnen konnten. Mit ihrer ruhigen und gewissenhaften Art harmoniert sie perfekt mit den restlichen Ärzten. Und durch ihren Tätigkeitsschwerpunkt Kinderzahnheilkunde bringt sie weiteres wertvolles Know-How in die Praxis ein. Zusammen mit unserer erfahrenen Anästhesistin können wir Kinder nun auch unter Vollnarkose behandeln. Gerade für unsere kleinsten Patienten ist bei umfangreicheren Sanierungen die Möglichkeit einer „Behandlung im Schlaf“ ein enormer Pluspunkt.

A. GIESCHE: Bieten sie die Narkose ausschließlich für Kinder?

DR. PRIESS: Selbstverständlich steht auch unseren erwachsenen Patienten die Option der Narkose offen. Gerade bei Weisheitszahnoperationen greifen einige Patienten auf diese Möglichkeit zurück. Bei kleineren Eingriffen können wir auf Wunsch auch auf eine Sedierung mit Lachgas zurückgreifen. Ich möchte an dieser Stelle aber ganz ausdrücklich darauf hinweisen, dass bei uns im Zahnzentrum Riedstadt der vertrauensvolle Umgang mit den Wünschen, Bedürfnissen und manchmal auch Ängsten der Patienten an erster Stelle steht. Eine Behandlung unter Narkose kann für manche Patienten die Überwindung hin zu einer notwendigen Behandlung erleichtern – sie ersetzt aber nicht eine von Vertrauen getragene Arzt-Patienten-Beziehung, für die wir uns gerne die benötigte Zeit nehmen.

A. GIESCHE: Sie haben eben die Entfernung von Weisheitszähnen angesprochen – wenn ich mich richtig erinnere, waren Sie bei unserem letzten Treffen mitten in einem berufsbegleitenden Studium mit chirurgischem Schwerpunkt?

DR. PRIESS: Das stimmt. Ende 2019 habe ich mein zweijähriges postgraduales Studium mit dem

Schwerpunkt zahnärztliche Implantologie und Parodontologie erfolgreich abgeschlossen. Neben dem offiziellen Tätigkeitsschwerpunkt Implantologie unterstreicht nun auch noch ein Mastertitel meine besondere Passion.

A. GIESCHE: Liebe Frau Dr. Warzecha – wie ich Sie kennen waren Sie nicht „untätig“ während Ihr Mann sein Wissen im Bereich Implantologie und Parodontologie noch weiter vertieft hat.

DR. WARZECHA: Da kennen Sie mich schon ganz schön gut (lacht). Ich habe mich im letzten Jahr sehr intensiv mit Zahnkorrekturen mit Hilfe von transparenten Schienen befasst. Erwachsene möchten oft keine sichtbare Zahnschlinge mehr tragen. Für diese Patienten stellen durchsichtige Zahnschienen die moderne Alternative zu Zahnschlingen dar. Sie lassen sich unauffällig in den Alltag integrieren. Zum Essen, Trinken oder Zähneputzen nehmen Sie die Zahnschienen einfach heraus. Neben ästhetischen Verbesserungen kann es durch Stellungskorrekturen aber auch zu einer verbesserten Hygienefähigkeit kommen.

A. GIESCHE: Besser Zahnhygiene durch gerade Zähne – können Sie das für unsere Leser bitte etwas genauer ausführen?

DR. WARZECHA: Sehr gerne. Das ist im Grunde nicht wirklich kompliziert. Stehen die Zähne z.B. im Unterkiefer etwa zu eng beisammen, bilden sich Schmutznischen, welche weder von Zahnbürsten noch anderen Hilfsmitteln ausreichend von Bakterien befreit werden können. Dies führt in vielen Fällen mittelfristig zu Knochenabbau. Durch die Korrektur der Zahnstellung kommt die Zahnbürste nun wieder leichter an diese Stellen. Beläge und Bakterien können entfernt, Knochenabbau vorgebeugt werden.

A. GIESCHE: Die Prophylaxe hat also weiterhin einen sehr hohen Stellenwert im Zahnzentrum?

DR. WARZECHA: Selbstverständlich. Das Vorbeugen und Verhindern von Zahn- und Zahnfleischerkrankungen war von Anfang an das Herzstück unserer Praxis. Natürlich können wir dank moderner Zahnmedizin hier im Zahnzentrum nahezu jedem Patienten wieder ein strahlendes Lächeln zurück geben. Aber als viel sinnvoller erachten wir es, durch Aufklärung und Prophylaxemaßnahmen dafür zu sorgen, dass Zahnschäden erst gar nicht entstehen. Wir haben daher das Konzept der SOLO-Prophylaxe für unsere Patienten entwickelt. In zwei Sitzungen legt unser sechsköpfiges Prophylaxeteam durch Reinigung, Aufklärung und Schulung den Grundstein für lebenslange Zahngesundheit.

A. GIESCHE: Sicherlich interessiert es unsere Leser, wie sich die Zahnmedizin und das Zahnzentrum in den kommenden Jahren entwickeln wird. Können Sie uns einen kleinen Ausblick geben?

DR. WARZECHA: Ich persönlich kann natürlich nicht für die gesamte Zahnheilkunde sprechen. Generell ist die Digitalisierung in der Zahnheilkunde angekommen. Mit strahlungsarmen digitalem 3D-Röntgen, sind wir bereits heute ganz vorne dabei. Mit intraoralen Scannern können wir situations-

bedingt auf Abformungen verzichten. Was unsere Praxis angeht, befinden wir uns aktuell genau dort, wo wir hin wollen. Wir arbeiten zukunftsorientiert und haben die langfristige Aufrechterhaltung Ihrer Zahngesundheit im Fokus. Zudem erfüllen wir unseren Anspruch, immer auf dem neuesten Stand der Technik und Wissenschaft zu sein, um Ihnen die individuell bestmögliche Therapiemöglichkeit zukommen zu lassen. Wir werden uns aber nicht auf dem jetzigen Stand ausruhen, sondern weiter in unser Team, Fortbildung und Technik investieren.

DR. PRIESS: Was an dieser Stelle zum Abschluss aber nicht unerwähnt bleiben darf, ist neben dem großen Dankeschön an unsere bisherigen Patienten ein herzlicher Dank an unser ganzes Praxisteam. An unsere Kolleginnen und Kollegen an der Rezeption, der Behandlungsassistenz, der Prophylaxeabteilung und dem Labor. Denn die beste technische Ausstattung und die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse sind wertlos ohne ein starkes Team, welches täglich voller Freude mit uns unsere Patienten bestmöglich betreut.



**JETZT BERATUNGSTERMIN VEREINBAREN:**

**T 06158 92 98 940**

### Alle Spezialisierungen unter einem Dach

- ✓ Zahnimplantate
- ✓ Individuelle Prophylaxe
- ✓ Vollkeramikversorgung
- ✓ Ästhetische Zahnheilkunde
- ✓ Unsichtbare Zahnschlinge
- ✓ Zahnaufhellung
- ✓ Funktionsdiagnostik
- ✓ Kinderzahnmedizin
- ✓ Jugendprophylaxe
- ✓ Weisheitszahnentfernung
- ✓ Wurzelkanalbehandlung unter Mikroskop
- ✓ Digitale Abformung
- ✓ Digitales 3D-Röntgen
- ✓ Parodontitisbehandlung
- ✓ Behandlung mit Laser
- ✓ Zahnärztliche Chirurgie
- ✓ Behandlung in Narkose
- ✓ Betreuung von Angstpatienten
- ✓ Schnarchtherapie
- ✓ Hausinternes Zahnlabor
- ✓ Knirscherschiene
- ✓ Feste-Zähne-an-einem-Tag-Konzept



**ZAHNZENTRUM RIEDSTADT**

Dr. Katharina Warzecha & Dr. Simon Prieß

Albert-Einstein-Str. 7 • 64560 Riedstadt

W [www.zahnzentrum-riedstadt.de](http://www.zahnzentrum-riedstadt.de) T 06158 9298940