

# FORUM

*kostenlos*

*Informativ*

**September 2020**

**MAGAZIN • RIED**

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

www.forum-magazin.de • 24. Jahrgang • Ausgabe 09/2020



**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

**SPENDE  
BLUT**  
beim Roten Kreuz

## Die gute Adresse für Wasser und Wärme

**REINHARDT** GmbH   
Heizungen · Sanitäranlagen · Bauspenglerei

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

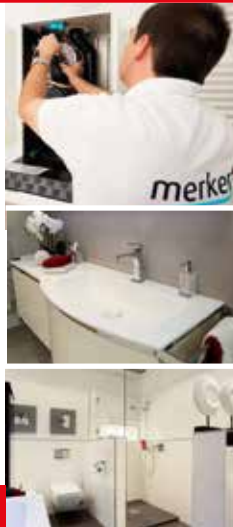
**merkert**

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

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

Bäder zum Wohlfühlen · Heizen mit System  
Sudetenstr. 23 · 64521 Groß-Gerau · Tel. 0 61 52/92 52-0

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](mailto: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



**SOMMERGENUSS**  
mit weinor

Erfinden Sie Ihre Terrasse neu.  
Mit den weinor Design-Markisen!

Markisen Terrassendächer Glasosasen®

Ihr weinor Fachhändler

**weinor**

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

**WULF & BERGER**

64572 Büttelborn · Hessenring 11 · Telefon 06152 97909-0



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

**MK-HOLZBAU GMBH · Michael Käßmann**

Tel. 061 58 185688 · Fax 061 58 7472160 · Mobil 01 78 6767214  
E-Mail: [mk-holzbau-gmbh@t-online.de](mailto:mk-holzbau-gmbh@t-online.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

# INHALT FORUM

Impressum .....	Seite 3
Auto-Mobil .....	Seiten 4 - 5
Gesund und Fit .....	Seiten 6 - 10
Termine .....	Seite 12 - 13
Kirchentermine .....	Seite 14

## 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. 0171 2467305)

**Titelfoto:** Hafenspitze Gernsheim, Angelika Giesche

**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 Oktober-Ausgabe des FORUM Magazins ist am 26. September 2020**

**FORUM**  
MAGAZIN • RIED

**Der Anzeigen und Redaktionschluss für die nächste Ausgabe ist am Fr., 11. September 2020.**

## Bilderbuchkino im Bürgerhaus

Bücherei präsentiert am 15. September eine Bilderbuchgeschichte übers Helfen und Zusammenhalten

Die Städtische Bücherei in Riedstadt lädt am Dienstag, 15. September, um 14:30 Uhr in das Bürgerhaus Wolfskehlen (Albert-Schweitzer-Straße 4) zu einer Vorlesestunde für Kinder ein. Eingeladen sind wie immer Kinder ab vier Jahren und der Eintritt ist natürlich frei. Aber wegen der aktuellen Abstands- und Hygieneregeln gibt es auch einiges Neues zu beachten: So ist ein spontaner Besuch nicht möglich, die Büchereileitung bittet um Voranmeldung unter Telefon 06158 930841 oder per E-Mail an buecherei@riedstadt.de, die Kontaktdaten müssen bis vier Wochen nach der Veranstaltung gespeichert werden. Die Gäste werden gebeten, sich Sitzkissen mitzubringen und den markierten Abstand einzuhalten.

Damit die Sache mit dem Abstandhalten auch beim Vorlesen funktioniert, werden die Bilder aus dem Buch mit einem Bilderbuchkino auf einer Leinwand gezeigt. So können alle großen und kleinen Gäste sehen, was da so

passiert. Und zu sehen gibt es Einiges in dem Buch „Pino, Lela und der kleine Fuchs“: Die Schwalbe Lela, das Eichhörnchen Pino und ganz viele Tiere des Waldes. Sie alle wollen dem kleinen Fuchs helfen, der nicht weiß, wie er zu seinem Bau und seiner Mann zurückfinden soll. Ob das wohl gelingt?



Thielemann Esslinger Verlag

## Romanze mit Napoleon

Auf Einladung der Riedstädter Bücherei liest die Autorin Nicole Knoblauch aus „Mann meiner Träume“

Die Städtische Bücherei in Riedstadt lädt am Mittwoch, dem 23. September 2020 um 19.00 Uhr (Einlass 18.30 Uhr) im Rathaussaal in Crumstadt (Poppenheimer Straße 1) zu einer Autorenlesung ein. Dann wird die Riedstädter Schriftstellerin Nicole Knoblauch ihren Roman „Mann meiner Träume“ vorstellen.

Da die Teilnehmerzahl aufgrund der aktuellen Situation beschränkt ist, bittet die Büchereileitung Interessierte um Voranmeldung unter Telefon 06158 930841 oder per E-Mail an buecherei@riedstadt.de. Die Kontaktdaten müssen bis vier Wochen nach der Veranstaltung gespeichert werden und werden anschließend gelöscht.

Im Mittelpunkt des ersten Romans von Nicole Knoblauch steht der französische Kaiser Napoleon. Marie, die Protagonistin des Romans, lebt im Mainz der Gegenwart. In ihren Träumen jedoch begegnet ihr immer wieder Napoleon - und diese Träume werden nach und nach realistischer. Die Autorin, die seit ihrer Jugend schreibt, war schon als Kind vom Kaiser der Franzosen fasziniert.

Nachdem sie Waterloo, den Ort seiner letzten Schlacht besucht hatte, ließ er sie nicht mehr los. Zwei Kapitel des Buches stammen noch aus ihren Jugendjahren. Dem Roman „Mann meiner Träume“, der 2017 veröffentlicht wurde, folgten bereits drei weitere Bücher, die Nicole Knoblauch an dem Abend ebenfalls vorstellen wird.



Die Riedstädter Autorin Nicole Knoblauch  
Fotos: Nicole Knoblauch



Unsere Außendienstmitarbeiterin Angelika Giesche hat ihren Heimathafen im Ried verlassen und ist jetzt in Griesheim zu Hause. Sie ist weiterhin für uns tätig und betreut unsere Anzeigenkunden wie gewohnt herzlich und professionell. Angelika Giesche ist unter der Rufnummer 06155 8774545 erreichbar



## Bei Unfall zählt jede Sekunde

Rechtzeitig Rettungsgasse bilden – auch besonders in der Baustelle

Bei der Rettung von Unfallopfern zählt oft jede Minute. Doch häufig kommen die Rettungskräfte nicht schnell genug an die Unfallstelle, weil Fahrer im Stau die Rettungsgasse zu spät oder gar nicht bilden. Die Unfallforscher von DEKRA sagen, was Fahrer tun können, damit im Notfall keine Zeit verloren geht – und was vor allem in Autobahnbaustellen zu beachten ist.

- Bei Staus in Baustellen versetzt fahren und Lücken lassen
  - Schon bei stockendem Verkehr eine Gasse anbahnen
  - Bei Verstößen drohen saftige Strafen
- „Viele Autofahrer bilden die Rettungsgasse erst dann, wenn sich Rettungsfahrzeuge von hinten nähern. Das ist aber zu spät“, sagt DEKRA Unfallforscher Markus Egelhaaf. „Stattdessen muss man schon dann eine Gasse freihalten, sobald Fahrzeuge Schritt fahren oder zum Stand kommen. Wird die Gasse erst bei stehendem Verkehr gebildet, geht durch Rangieren und fehlenden Platz oft viel Zeit verloren.“

### An der Baustelle: Versetzt fahren und Abstand halten

Besonders schwierig sind für die Rettungskräfte Staus in zweistreifigen Autobahn-Baustellen. „Hier kommen die

Einsatzkräfte häufig nicht weiter“, sagt Egelhaaf. „Deshalb müssen Autofahrer an den Engstellen auf zwei Punkte achten: Zum einen auch hier so weit wie möglich nach links oder rechts an den Rand fahren. Zweitens aber möglichst große Lücken lassen, damit genug Rangiermöglichkeit besteht und sich noch ein Einsatzfahrzeug durchschlängeln kann. Dies gilt insbesondere auch für Fahrer von Lkw.“

### Mehr Abstand halten, wenn sich ein Stau abzeichnet

Wichtig ist auch die Regel: Sobald sich ein Stau anbahnt, immer etwas mehr Abstand halten, empfiehlt Unfallforscher Egelhaaf. „Kommt es zum Stillstand, können die Fahrer so leichter zur Seite fahren, als wenn alles dicht an dicht steht.“ Dann ist es auch leichter, größeren Fahrzeugen Platz zu machen.

Immer wieder wird die Rettungsgasse auch zu früh aufgelöst. „Autofahrer müssen bedenken, dass nach Passieren eines ersten Einsatzfahrzeuges jederzeit weitere Fahrzeuge folgen können. Die Rettungsgasse muss deshalb so lange aufrechterhalten werden, bis der Verkehr wieder rollt.“ Durch die Bildung einer effektiven Rettungsgasse



Patrick Sommer auf Pixabay

handeln Autofahrer schließlich auch im eigenen Interesse: Je schneller die Einsatzkräfte und auch der Abschleppdienst an die Unfallstelle gelangen, desto schneller kann die Fahrbahn geräumt und für den Verkehr freigegeben werden.

Bei Verstößen drohen saftige Strafen Seit Inkrafttreten der neuen Regelungen in der Straßenverkehrsordnung Ende April 2020 muss mit Geldbußen bis zu 320 Euro, Fahrverbot und Punkten rechnen, wer keine Rettungsgasse bildet, Einsatzkräfte behindert oder unerlaubt die Rettungsgasse nutzt. Schon das Nichtbilden einer Rettungsgasse, ohne Behinderung oder Gefährdung, kann mit einem Fahrverbot von einem Monat und zusätzlich 200 Euro Bußgeld sowie 2 Punkten im Fahrregister geahndet werden. Für das unerlaubte Nutzen einer Rettungsgasse werden mindestens 240 Euro Bußgeld sowie ebenfalls 1 Monat Fahrverbot und 2 Punkte fällig. Für Fahrer, die eine Rettungsgasse absichtlich blockieren oder Unfallhelfer behindern, kann es sogar strafrechtlichen Konsequenzen bis hin zur Freiheitsstrafe geben.

### Rettungsgasse: So geht's

Eine Rettungsgasse muss man immer dann bilden, wenn auf Autobahnen oder mehrstreifigen Außerortsstraßen die Fahrzeuge mit Schrittgeschwindigkeit fahren oder sich im Stillstand befinden, so sagt es die Straßenverkehrs-Ordnung (§ 11.2). Wer auf dem Fahrstreifen ganz links fährt, muss möglichst weit nach links ausweichen.

Die Fahrer auf den Streifen rechts davon lenken ihr Fahrzeug so weit wie möglich nach rechts. Leicht merken kann man sich dies mit einem Blick auf den rechten Handrücken: die Lücke zwischen dem Daumen und den übrigen Fingern zeigt die Position der Rettungsgasse an.

### Rettungsgasse: Darauf müssen Sie achten

- Sobald die Fahrzeuge Schritt fahren oder halten, muss eine Rettungsgasse gebildet werden. Das gilt für Autobahnen und mehrstreifige Außerortsstraßen.
- Auf dem linken Fahrstreifen ganz nach links, auf den anderen Streifen nach rechts fahren.
- Mit der Rettungsgasse nicht warten, bis ein Einsatzfahrzeug von hinten heranhfährt. Sie muss gebildet werden, sobald man mit Schrittgeschwindigkeit oder langsamer unterwegs ist.
- Die Gasse nicht zu früh auflösen. Nach dem Passieren eines Einsatzfahrzeuges folgen oft weitere Fahrzeuge.
- Genügend Abstand halten, wenn sich ein Stau anbahnt. Dann kann man leichter zur Seite fahren und rangieren.
- In Baustellenbereichen so weit wie möglich zur Seite lenken, aber möglichst auch versetzt fahren und Lücken lassen. Dann können sich die Einsatzkräfte durchschlängeln.
- Die Rettungsgasse so lange aufrechterhalten, bis der Verkehr wieder schneller als mit Schrittgeschwindigkeit rollt. (Quelle: DEKRA)

**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



**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.sachsen-car.de

**Alle Fahrzeuge sind desinfiziert!**

**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

**FORUM MAGAZIN • RIED**

www.forum-magazin.de  
Tel. 06151 3929811  
Fax 06151 3929899  
forum@udvm.de

**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 61 58 / 91 58 96  
Telefax 0 61 58 / 91 58 97  
Montag-Freitag 8.00 - 18.00 Uhr

# Urban E-Bikes: Auf Reichweite und Zuladung achten!

ADAC: Hersteller müssen E-Bikes mit Licht und Reflektoren ausrüsten / Optimierungsbedarf bei Tretunterstützung

Sie sind leicht, sehen mit ihrem reduzierten Design gut aus und können für Wege in der Stadt eine Alternative zur Fahrt im Auto oder in Bus und Bahn sein: Urban E-Bikes. Der Mobilitätsclub ADAC hat acht dieser E-Bikes für den Stadtverkehr auf ihre Fahreigenschaften, das Antriebssystem, die Handhabung, Sicherheit und Verarbeitung sowie Schadstoffe in Griffen und Sattel getestet. Das Ergebnis: Die Hälfte der Modelle ist „gut“, drei weitere Bikes schneiden mit „befriedigend“ ab, eines ist nur „ausreichend“.

Testsieger sind die Modelle „Curt“ von Ampler und „Friday 28.1“ von Moustache. Beide E-Bikes schneiden mit der Gesamtnote 2,1 und dem Urteil „gut“ ab. Das Ampler Curt ist mit 13,7 Kilogramm das leichteste Modell im Test und als Singlespeed-Bike ohne Gangschaltung vor allem für Fahrten in der Stadt geeignet. Das Moustache Friday 28.1 ist mit seiner 10-fach-Kettenschaltung gut in bergigem Gelände zu fahren und besitzt eine hohe Reichweite von durchschnittlich 72 Kilometern. Beide Testsieger gehören mit 2890 Euro (Ampler) bzw. 2999 Euro (Moustache) zu den teuren Modellen im Test. Unter anderem die nicht sehr hohe Zuladung und ein fest verbauter Akku (Ampler) bzw. ein unvorteilhaft verbauter Akku und das hohe Gewicht (Moustache) verhindern ein Abschneiden mit „sehr gut“.

Schlusslicht mit der Gesamtnote 4,2 und dem Urteil „ausreichend“ ist das „Original-Classic (Vinyl)“ von Geero. Bei diesem Modell bemängeln die ADAC Tester nicht nur die schlechten Bremsen, sondern auch den langen Nachlauf des Motors sogar beim Bremsen – um das Bike zum Stehen zu bringen, ist also viel Kraft nötig. Der Motor unterstützt außerdem nicht stufenlos, sondern nur drei voreingestellte Geschwindigkeiten, was das Fahren in der Gruppe schwierig macht. Zudem wurden Schadstoffe in den Griffen und im Sattel festgestellt.

Das mit Abstand günstigste Modell im Test, das Maki M2 von Sushi, für 999 Euro landet mit der Gesamtnote 3,0

und „befriedigend“ auf dem vorletzten Platz. Bei diesem Modell reicht die Reichweite im Schnitt für lediglich 25 Kilometer, zudem wurden Schadstoffe im Sattel festgestellt. Positiv: Der Akku lässt sich ausbauen und zum Laden in die Wohnung nehmen – das war nur bei zwei weiteren Modellen der Fall. Aus Sicht des ADAC müssen Hersteller die Tretunterstützung so auslegen, dass der Antrieb sofort abbricht, wenn der Radfahrer nicht mehr in die Pedale tritt. Die Reichweite eines Urban E-Bikes sollte bei mindestens 50 Kilometern liegen. Hersteller sind außerdem aufgefordert, E-Bikes stets mit Lichtanlage, Reflektoren und Klingel ausliefern.

Verbraucher sollten sich beim Kauf eines Urban E-Bikes über ihr Fahrprofil im Klaren sein: Singlespeed-Bikes ohne Gangschaltung eignen sich vor allem für Strecken in der Ebene, für Fahrten mit Steigungen ist eine Schaltung empfehlenswert. Außerdem ist ein Blick auf die zulässige Zuladung wichtig: Die beträgt teilweise unter 95 Kilogramm. Zum Vergleich: Beim Testsieger von Moustache können insgesamt 131 Kilogramm aufgesattelt werden. Vor dem Kauf sollten Interessenten unbedingt eine Probefahrt machen und auf die Reaktion des Antriebs, die Ablesbarkeit der Anzeigen und die Bedienung der Schaltung achten. Für E-Bike-Fahrer besteht zwar keine Helmpflicht – trotzdem ist das Tragen eines Helms aus Sicht des Clubs empfehlenswert.

Aus Sicht des ADAC können E-Bikes für Pendler eine interessante Alternative zum Auto sein. Durch ihr relativ geringes Gewicht können Urban E-Bikes nicht nur einfacher als normale Pedelecs in die Wohnung oder ins Bürogebäude getragen werden – sofern eine Fahrradmitnahme gestattet ist, ist außerdem eine Kombination der Pendelstrecke mit U-Bahn, S-Bahn oder Regionalzügen möglich. Die minimalistische Ausstattung ohne Federung oder Gepäckträger schränkt die Verwendung allerdings ein.

(Quelle: ADAC)

Moustache Friday 28.1 Foto: ©ADAC Test&Technik



**Ford**  
**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

**AW** **UTZKE** **VORORT-SERVICE**  
 Ihr Partner für Fahrzeugverglasung  
 Mobile Scheiben-Montage  
 Scheibentönungen  
 Steinschlag-Reparaturen  
**06158-918173**  
 www.autoglas-utzke.de



www.baumann-gaerten.de

## Geborgen sein

– Terrassen, Nischen, Gartengrenzen –

Wohlfühlmomente im Garten sind vor allem durch „Geborgenheitszonen“ möglich; auf wohnlichen Terrassen, in Nischen, durch klare Gartengrenzen und eine Gestaltung, die zu Ihrem Lebensstil passt. Auf diesen Teil der Natur haben Sie Einfluss. Hier können Sie sich frei bewegen, entspannen und den Charme einer fein austarierten Gartenarchitektur genießen.

Jeder unserer Gärten ist eine individuelle Auftragsarbeit. Genau zu verstehen, was Sie sich wünschen, ist unsere wichtigste Aufgabe. Brauchen Sie eine praktische, schöne Terrasse, fehlen Sichtschutz oder Zaun? Soll Ihr Eingangsbereich pflegeleicht gestaltet werden? Welchen Komfort wünschen Sie sich in Ihrem Garten? Und welchen Service, wenn er fertig ist?

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



**IHR KÜCHEN PARTNER im Ried**  
**Küchenstudio**  
**...meine Küche™**  
 Robert-Bunsen-Str. 11  
 64579 Gernsheim  
 Tel: 06258 – 55 98 208 www.meinekueche-gernsheim.de

# 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



## Gesund & Fit

### Entspannt einschlafen, ausgeruht aufwachen

Mit Schlafdrink zu erholsameren Nächten

Müde ins Bett fallen, rasch einschlummern, entspannt durchschlafen und am Morgen ausgeruht erwachen - dies ist die Traumvorstellung von erholsamem Schlaf. Die Realität sieht oft anders aus. Das belegt eine bundesweite aktuelle CATI-Repräsentativfrage im Auftrag von LR Health & Beauty. Wie die Schlafstudie unter 1.005 Teilnehmern ergab, leiden 61 Prozent der Frauen und 55 Prozent der Männer gelegentlich, häufig oder immer an Schlafstörungen. Und die Opfer werden jünger: Bis tief in die Nacht lernen, parallel Medien nutzen und den Erfolgsdruck spüren - bereits 40 Prozent der Schüler und Studenten klagen über Schlafprobleme. Neben Rhythmus-Störungen bedingt durch Schichtdienst oder Businessreisen sowie Stress, kann auch eine schlechte Matratze oder Lärm für wache Nächte sorgen. Oft kommt zudem die ausgewogene Ernährung zu kurz - dem Körper fehlen wichtige Bausteine, um erholsamen Schlaf zu gewährleisten.

#### Guter Schlaf kann Wunder wirken

Schlaf ist nicht nur das Gegenteil von Wachsein. Er ist Muntermacher, Kraftquelle, Gedächtnis-Booster, Gute-Laune-Mittel sowie Depressions- und Gesundheitsschutz zugleich. Während der Nachtruhe entspannt sich die Muskulatur, Körper und Geist erholen sich, Reparaturmechanismen werden in Gang gesetzt. Doch wie lässt sich die eigene Schlafsituation auf Dauer verbessern? Tipps wie mehr körperliche

Bewegung, Verzicht auf Koffein oder ein warmes Bad und heiße Milch am Abend gibt es zuhauf. Doch guten Schlaf kann man jetzt auch trinken. „LR Lifetakt Night Master behandelt das Thema Schlaf ganzheitlich. Der einzigartige Triple Effect sorgt auf gesunde Weise für langfristig erholsamen Schlaf“, erklärt der Berliner Ernährungsexperte Dr. Sven Werchan.

#### Natürliche Schlafhilfe zum Trinken

Der vegane Schlafdrink ist frei von Gluten, Laktose und Zucker. Natürliche Inhaltsstoffe helfen dem Körper dabei, langfristig zu entspannen, schneller einzuschlafen und zu regenerieren. So stellt das darin enthaltene L-Tryptophan einen Vorläufer des Serotonins dar, das in das Schlafhormon Melatonin umgewandelt wird. An diesem Prozess ist auch das Spurenelement Zink beteiligt, das bei der Regeneration des Körpers eine wichtige Rolle spielt. Safran kann den Entspannungsgrad steigern, innere Unruhe verringern und sich so auf vielerlei Schlafprobleme positiv auswirken. Der Mineralstoff Magnesium entspannt die Muskulatur, Hopfen beruhigt. Zudem regulieren B-Vitamine den natürlichen und körpereigenen Schlaf-Wach-Rhythmus. Die Aloe vera mit Acemannan, Vitaminen, Spurenelementen, Mineralstoffen und Enzymen unterstützt die allgemeinen Aufbau- und Regenerationsprozesse in der Nacht.

(Quelle: djd)



Während der Nachtruhe entspannt sich die Muskulatur, Körper und Geist erholen sich, Reparaturmechanismen werden in Gang gesetzt.

Foto: djd/LR Health und Beauty

## 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.)

01.09.2020	Falken-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 6	06155/2933
	Viktoria-Apotheke im real, Groß-Gerau, Mainzer Str. 50	06152/94890
	Eulen-Apotheke Gernsheim, Karlstraße 28	06258/51269
02.09.2020	St. Hildegardis-Apotheke, Gernsheim, Magdalenenstr. 65	06258/3319
	Wolfsberg Apotheke, Nauheim, Waldstr. 49	06152/660188
03.09.2020	Löwen-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 19	06152/92280
	Stadt Apotheke Gernsheim, Wallstr. 9	06258/2103
04.09.2020	Rathaus-Apotheke, Trebur, Hauptstr. 50	06147/439
	Berchermann'sche Apotheke, Pfungstadt, Eberst. Str. 63	06157/82071
05.09.2020	Apotheke auf Esch, Groß-Gerau, Bernhardt-Lüdecke-Str. 6	06152/54081
	Sonnen-Apotheke, Pfungstadt, Eberstädter Str. 24	06157/2230
06.09.2020	Apotheke Leeheim, Hauptstr. 55	06158/748951
	Brunnen Apotheke, Pfungstadt, Am Römer 1	06157/990619
07.09.2020	Linden-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 33a	06152/4317
	Löwen Apotheke, Pfungstadt, Eberstädter Str. 40	06157/2939
	Liebig Apotheke, Biblis, Darmstädter Str. 51	06245/90180
08.08.2020	Kühkopf-Apotheke Erfelden, Bahnstraße 71A	06158/2442
	Konrad Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Rodauer Str. 37	06257/3402
09.09.2020	Schindler Apotheke, Wolfskehlen, Lise-Meitner-Str. 8	06158/9413245
	Rolands Apotheke, Pfungstadt, Frankensteiner Str. 28	06157/2453
	Apotheke Worfelden, Büttelborn, Neustr. 31a	06152/2756
	Franken Apotheke, Weiterstadt, Darmstädter Str. 54	06150/188518
10.09.2020	Altrhein-Apotheke Stockstadt, Oberstraße 4	06158/83444
	Bären Apotheke, Nauheim, Königstädter Str. 38	06152/6748
	Hermis-Apotheke, Zwingenberg, Bahnhofstr. 4	06251/73006
11.09.2020	Spitzweg-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 19	06155/87850
	Apotheke Büttelborn, Mainzer Str. 6	06152/55721
	Eichhorn Apotheke, Seeh.-Jugenheim, Heidelberger Str. 29	06257/82177
12.09.2020	Gänse-Apotheke, Trebur-Geinsheim, Treburer Str. 7	06147/7995
	Engel Apotheke, Weiterstadt, Darmstädter Str. 34	06150/10910
	Kreis Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Hauptstr. 25	06257/2226
13.09.2020	Apotheke am Markt, Groß-Gerau, Elisabethenstr. 3	06152/711100
	Engel Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Bergstr. 14	06257/81256
14.09.2020	Turm-Apotheke, Weiterstadt, Ernst-Ludwig-Str. 3	06150/2797
	Igel-Apotheke, Trebur, Alt-Astheim 12	06147/7371
	Ring Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Am Grundweg 10	06257/84366
15.09.2020	Wilckens'sche Apotheke Goddelau, Büchnerstraße 1B	06158/2233
	Rathaus-Apotheke, Groß-Gerau, Frankfurter Str. 1	06152/910739
	Engel Apotheke, Bickenbach, Darmstädter Str. 11	06257/2958
	Neue Apotheke, Biblis, Darmstädter Str. 50	06245/99903
16.09.2020	Bären-Apotheke im Helvetia-Parc, Groß-Gerau, Helvetiastr. 5	06152/1875740
	Melibokus Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Hauptstr. 7	06257/93310
17.09.2020	Apotheke am Gesundheitszentrum Goddelau, Frh.-v.-Stein Str. 9	06158/915097
	Löwen-Apotheke, Dornheim, Bahnhofstr. 7	06152/59696
	Apotheke Groß-Rohrheim, Bahnhofstr. 7	06245/7277
	Sonnen Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Alte Bergstr. 79	06257/64264
18.09.2020	Kirschberg-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 156	06155/62044
	Mühlen Apotheke, Pfungstadt, Mühlstr. 53	06157/7676
19.09.2020	Phönix-Apotheke, Crumstadt, Friedrich-Ebert-Straße 31	06158/86201
	Viktoria-Apotheke im real, Groß-Gerau, Mainzer Str. 50	06152/94890
	Stadt Apotheke, Zwingenberg, Darmstädter Str. 32	06251/73021
20.09.2020	Bären-Apotheke im Helvetia-Parc, Groß-Gerau, Helvetiastr. 5	06152/1875740
	Rolands Apotheke, Pfungstadt-Hahn, Kirchweg 8	06157/9459888
	Grafen-Apotheke, Weiterstadt, Darmstädter Landstr. 51-53	06150/51377
21.09.2020	Rhein-Apotheke, Biebesheim, Gernsheimer Str. 29	06258/98120
	Löwen-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 19	06152/92280
22.09.2020	Sonnen-Apotheke Biebesheim, Albert-Hammann-Str. 1A	06258/6205
	Rathaus-Apotheke, Trebur, Hauptstr. 50	06147/439
23.09.2020	Linden Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 48	06155/2350
	Apotheke auf Esch, Groß-Gerau, Bernhardt-Lüdecke-Str. 6	06152/54081
	Eulen-Apotheke Gernsheim, Karlstraße 28	06258/51269
24.09.2020	Apotheke Leeheim, Hauptstr. 55	06158/748951
	St. Hildegardis-Apotheke, Gernsheim, Magdalenenstr. 65	06258/3319
25.09.2020	Linden-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 33a	06152/4317
	Stadt Apotheke Gernsheim, Wallstr. 9	06258/2103
26.09.2020	Falken-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 6	06155/2933
	Berchermann'sche Apotheke, Pfungstadt, Eberst. Str. 63	06157/82071
27.09.2020	Schindler Apotheke, Wolfskehlen, Lise-Meitner-Str. 8	06158/9413245
	Sonnen-Apotheke, Pfungstadt, Eberstädter Str. 24	06157/2230
	Apotheke Worfelden, Büttelborn, Neustr. 31a	06152/2756
28.09.2020	Brunnen Apotheke, Pfungstadt, Am Römer 1	06157/990619
	Bären Apotheke, Nauheim, Königstädter Str. 38	06152/6748
29.09.2020	Apotheke Büttelborn, Mainzer Str. 6	06152/55721
	Löwen Apotheke, Pfungstadt, Eberstädter Str. 40	06157/2939
30.09.2020	Kühkopf-Apotheke Erfelden, Bahnstraße 71A	06158/2442
	Gänse-Apotheke, Trebur-Geinsheim, Treburer Str. 7	06147/7995
	Konrad Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Rodauer Str. 37	06257/3402
	Neue Apotheke, Biblis, Darmstädter Str. 50	06245/99903

## 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 Kaumuskelatur, sondern auch der angrenzenden Muskelketten im Nacken-, Schulter- und Rückenbereich. Im weiteren Verlauf können auch Knack- 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

## Altersbedingter Muskelabbau

Fit im Alter...den Kopf fit halten, geistig frisch bleiben und das Alter genießen

### Altersbedingter Muskelabbau wird oft unterschätzt!



Frau Anna-Maria Fischer (77 Jahre) aus Leeheim mit Personal Trainer Thomas Kasperek

Der Rückgang von Muskelmasse und -funktion im Alter, die sogenannte Sarkopenie, führt zu Gebrechlichkeit, Schwäche und Balancestörung. Mit der richtige Ernährung und gezielter Bewegung lässt sich gegensteuern.

Etwa ab dem 30. Lebensjahr beginnt bei den Männern und ab dem 25. Lebensjahr bei den Frauen ein physiologischer Umbau von Muskulatur in Fettgewebe von 0,3 - 1,3 % pro Jahr. Unternimmt man nichts dagegen, gehen so rund 30 - 50 % der Muskelmasse bis zum 80. Lebensjahr schleichend verloren. Die wichtigste Botschaft gleich vorne weg: Man kann es gut vorbeugen. Ich würde Ihnen als Personal Trainer dabei gerne helfen.

Die Osteoporose lässt sich mit einem gezielten Training auch aufhalten und die Festigkeit der Knochen kann wieder aufgebaut werden. Ein deutliches Zeichen einer manifesten Osteoporose ist der sogenannte Witwenbuckel (eine Verkrümmung der Wirbelsäule, hervorgerufen durch zusammensacken der Wirbelkörper). Bei der Entstehung der Osteoporose spielen Alter, Geschlecht und Veranlagung eine große Rolle. Dazu kommen bestimmte Lebensweisen und Erkrankungen, die den Knochenschwund auslösen bzw. verstärken können.

### Beinflussbare Risikofaktoren

- Bewegungsmangel • Ernährungsmangel • Östrogenmangel • Alkohol, Koffein, Nikotin • Bestimmte Medikamente (z.B. Kortison)

### Unbeeinflussbare Faktoren

- Alter • Geschlecht

Die richtige Ernährung...bis zu 70 % Ihres Erfolges hängen von Stoffwechsel und der Ernährung ab! Jetzt Ernährung testen, 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 erste Stoffwechsel-Ernährungsanalyse und testen Sie gleich dazu Ihren pH-Wert.

Bitte nehmen Sie Kontakt mir mit auf, ich helfe Ihnen gerne weiter.

## Personal Training

by Thomas Kasperek

- Personal Training
- Online Fit Trainig
- Ernährungsberatung
- Ernährungs-Analyse
- Firmenfitness
- Outdoor Functional Training



Riedhäuserhofstraße 17 b, 64560 Riedstadt/Leeheim

Tel.: 0170 73 29 322 + AB

Termine nur nach Vereinbarung

info@personaltrainer-darmstadt.de

www.personaltrainer-darmstadt.de

## Wundheilung: Besser feucht als trocken?

Mit dem Messer in den Finger geschnitten, beim Joggen auf Asphalt gestürzt – schnell hat man eine Schnitt- oder Schürfwunde. Früher war die Faustregel, dass Luft an die Wunde muss, um den Heilungsprozess zu unterstützen. Aber stimmt das auch heute noch?

Schnell ist es passiert – nur ein Moment der Unaufmerksamkeit bei der Gartenarbeit, beim Kochen oder beim Sport und schon hat man eine Wunde. Was ist jetzt am besten zu tun? Bis vor kurzem galt der Ratschlag, die Verletzung an der Luft heilen zu lassen oder nur mit Pflaster oder Verband zu schützen. Mediziner sprechen in diesem Zusammenhang von der traditionellen, trockenen Wundbehandlung. „Bei der herkömmlichen Methode gerinnt das Blut, und es bildet sich eine harte Kruste, unter der der Wundgrund trocken ausheilen soll. Das ist allerdings nicht ganz unproblematisch. Denn unter einer Kruste kann sich Wundsekret sammeln und entzünden. Das führt zur Eiterbildung, wodurch sich sowohl die Wundheilung verzögert als auch das Risiko der Narbenbildung erhöht“, erklärt Dr. Ursula Marschall, leitende Medizinerin bei der BARMER.

### Vorbild Klinikalltag

Deshalb setzen Experten auch bei kleineren Alltagsverletzungen inzwischen verstärkt auf ein Prinzip, das ursprünglich für die Versorgung von Verbrennungsoptern entwickelt wurde: die sogenannte feuchte Wundbehandlung. Die Vorteile sind überzeugend.

„Das feuchte Wundmilieu unterstützt die Wundheilung. Wunden heilen schneller ab, da durch das feuchte Klima die frischen Gewebezellen und Blutgefäße schneller an ihren Zielort wandern. Zusätzlich senkt das feuchte Klima das Infektionsrisiko. Es bildet sich weniger Schorf. Und ein weiterer Pluspunkt ist, dass die feuchte Wundheilung der Narbenbildung vorbeugt“, so Marschall.

Für den Einsatz zu Hause gibt es spezielle Wundgele und feuchte Wundauflagen. Diese Pflaster bestehen aus ultradünnen, flexiblen, atmungsaktiven und hautfreundlichen Materialien. Sie basieren auf modernen Technologien wie Polyurethan oder der Hydrokolloid-technologie und sind auf die Bedürfnisse sensibler Haut zugeschnitten. Ein Fall für den Experten

Auch wenn sich viele Verletzungen gut selbst versorgen lassen, gibt es Situationen, in denen ein Arztbesuch sinnvoll ist. Marschall empfiehlt den Gang zum Mediziner, wenn:

- es sich um eine tiefe Wunde handelt, die stark blutet und eventuell Sehnen oder Nerven verletzt sein können.
- Anzeichen einer Infektion sichtbar werden, etwa eine Rötung, eine Schwellung, Schmerzen oder eine Überwärmung.
- der Verletzte oder ein Angehöriger die Wunde nicht selbst reinigen kann.
- Fremdkörper aus der Wunde entfernt werden müssen.

(Quelle: BARMER)



Foto: saulhm auf Pixabay

## 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

# Vorsicht bei Giftpflanzen im Garten

Für Fingerhut, Tollkirsche und Co. gibt es gute Alternativen

Bunte Blumen pflücken, leckere Beeren ernten, mit Blättern und Blüten eine Suppe kochen - Gärten und die freie Natur sind ein Paradies für Mädchen und Jungen. Vor allem kleine Kinder stecken dabei gern Dinge in den Mund – egal, wie sie schmecken. Zum Glück kommen schwere Vergiftungen durch Pflanzen nur äußerst selten vor. Ein Gartencheck auf giftige Pflanzen kann jedoch sinnvoll sein, wenn man kleinere Kinder hat.

Giftpflanzen wachsen nicht nur in freier Natur, sondern stehen auch als Zierpflanzen in Gärten, Grünanlagen, Spielplätzen oder Freibädern: Dazu zählen beispielsweise Stechapfel, Tollkirsche und Eibe, Goldregen, Eisenhut, Herbstzeitlose und die Engelstropfete. „Giftig können Wurzel, Rinde, Triebe, Blätter, Zapfen, Samen, Früchten oder der Pflanzensaft sein. Oft sind es alle, manchmal auch nur bestimmte Pflanzenteile, die Giftstoffe enthalten“, sagt Tobias Lindner, Apotheker im AOK-Bundesverband.

Das Gesundheitsrisiko ist jedoch verhältnismäßig gering, denn in Westeuropa gibt es nur sehr wenige wirklich giftige Pflanzen, so das Bundesinstitut für Risikobewertung. Doch die sollte man kennen. Die Symptome reichen von Hautreizungen – zum Beispiel beim Kontakt mit der Herkulesstaude (Riesenkraut) – über Magenverstimmungen mit Übelkeit oder leichtem Erbrechen bis zu Kreislaufkollaps und Atemlähmung. Bei Erwachsenen kann es gelegentlich durch Verwechslungen von Pflanzen zu Vergiftungen kommen. So ähneln sich etwa die Blätter der giftigen Maiglöckchen und des Bärlauchs sehr stark. Auch bei Pilzen

kommt es häufiger zu Irrtümern - so besteht beispielsweise die Gefahr, den Wiesenchampignon, einen Speisepilz, mit dem sehr giftigen kegelhütigen Knollenblätterpilz zu verwechseln.

## Im Zweifel Giftinformationszentrale anrufen

„Wer unsicher ist, ob eine Vergiftung vorliegt, ruft am besten direkt in einer Giftinformationszentrale an und schildert möglichst genau die Symptome und was als Ursache vermutet wird. Wichtig sind auch Angaben darüber, wie viel von der Pflanze vermutlich konsumiert wurde und wann das war“, rät Lindner.

Im Notfall viel trinken  
Hat ein Kind giftige Pflanzen gegessen, sollten ihm Eltern viel lauwarmes Wasser zu trinken geben. „Salzwasser und Milch sind hier tabu: Salzwasser kann für kleine Kinder lebensgefährlich sein und Milch fördert die Aufnahme fettlöslicher Gifte“, so Apotheker Lindner weiter. Bei Vergiftungserscheinungen ist schnelle ärztliche Hilfe wichtig - dabei die verdächtige Pflanze möglichst mitnehmen.

Um Vergiftungen zu vermeiden, werden besonders giftige Pflanzen wie Engelstropfete, Dieffenbachia oder der Blaue Eisenhut am besten gar nicht erst gepflanzt - zumindest solange Kinder klein sind. Auch Pilze sollte man möglichst aus dem Garten entfernen.

Weitere Informationen:

Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR): BfR-APP-“Vergiftungsunfälle bei Kindern“

Eine Übersicht der Giftnotruf- oder Giftinformationszentralen in Deutschland  
(Quelle: AOK)



### Ganz schön giftig

**Hochgiftig:** Engelstropfete, Blauer Eisenhut, Tollkirsche, Schierling, Herbstzeitlose (wird oft mit Krokus verwechselt), Stechapfel und Seidelbast

**Mittelstark bis hochgiftig:** Goldregen, Fingerhut, Gartenbohnen

**Mittelstark giftig:** Herkulesstaude, Blauregen, Oleander

**Gering bis mittelstark giftig:** Efeu, Kirschlorbeer und Maiglöckchen (Blätter werden häufig mit Bärlauch verwechselt)

**Ungefährliche Alternativen:** Kapuzinerkresse, Lavendel, Ringelblumen, Sonnenblumen, Tagetes.



## ZAHNZENTRUM RIEDSTADT

Dr. Katharina Warzecha & Dr. Simon Prieß

### IM ZAHNZENTRUM BEKOMMEN SIE IMPLANTATE AUS SPEZIALISTENHAND



WIR STELLEN VOR:

Dr. Simon Prieß M.Sc.

MASTER OF SCIENCE IN IMPLANTOLOGIE UND PARODONTOLOGIE

*In vielen Fällen können Implantate die optimale Lösung sein!*  
Ihr Dr. S. Prieß

### Alle Spezialisierungen unter einem Dach

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

JETZT BERATUNGSTERMIN VEREINBAREN:

T 06158 92 98 940



Albert-Einstein-Str. 7 • 64560 Riedstadt

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



## 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  
info-stockstadt@gfds-ambulant.de

### Hätten Sie's gewusst?

#### Was macht ASS so besonders?

Acetylsalicylsäure (ASS) ist eines der bekanntesten Medikamente der Welt, weil es in vielen medizinischen Bereichen angewendet wird. Die in ASS enthaltene Salicylsäure ist Bestandteil der Weidenrinde, die Menschen schon seit hunderten von Jahren bei verschiedenen Krankheitsbildern mit Schmerzen und Fieber einsetzen. Schon der griechische Arzt Hippokrates soll im Altertum ein Extrakt aus Weidenrinde genutzt haben, um Patienten mit Rheuma zu behandeln. Pharmazeutisch gehört ASS zu der Gruppe der Nichtsteroidalen Antirheumatika (NSAR), zu denen auch Diclofenac und Paracetamol zählen. Neben seiner schmerzlindernden und fiebersenkenden Wirkung wird es heute auch zur Therapie von Entzündungen und zur Blutverdünnung eingesetzt. In geringer Dosierung kann es daher verabreicht werden, um entsprechend gefährdete Personen vor Schlaganfall oder Herzinfarkt zu schützen. Heutzutage erhält man ASS ohne Rezept ganz unkompliziert in der Apotheke, als Tablette oder auch Pulver. Doch der Weg von der Gewinnung der Salicylsäure aus Weidenrinde im Altertum bis hin zur Herstellung im Labor war lang: Erst 1897 wurde ASS in Wuppertal als Pulver synthetisiert, und ein Jahr später entstand die erste Tablette.

Heidi Günther, Apothekerin bei der BARMER

## Der richtige Ernährungsmix macht fit und munter

Wie sieht die ideale Ernährung für Freizeitsportler und -sportlerinnen aus? Was und wie viel muss getrunken werden? Sind Nahrungsergänzungsmittel erforderlich? Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt für Breitensportler eine kohlenhydratreiche und fettarme Ernährung, viel Obst und Gemüse und vor allem reichlich Flüssigkeitszufuhr. Grundsätzlich gilt: Wer Sport macht, ausreichend und abwechslungsreich isst, braucht keine Nahrungsergänzungsmittel.

„Mit einer normalen, ausgewogenen Ernährung macht man eigentlich schon alles richtig. Wichtig ist aber, ausreichend zu trinken. Denn wer Sport treibt, gerät ins Schwitzen - je nach Grad der sportlichen Aktivität werden pro Stunde bis zu 1,5 Liter ausgeschieden. Dieser Flüssigkeitsverlust muss ausgeglichen werden, da es sonst zu Schwindel und Kreislaufproblemen kommen kann“, empfiehlt Semra Köksal, Diätassistentin und Ernährungsberaterin bei der AOK. Als Faustregel gilt: Dauert das Training mehr als eine Stunde, sollten Sportler etwa jede Viertelstunde etwas trinken (maximal 200 Milliliter). Die individuelle Trinkmenge muss jeder für sich selbst herausfinden. Maximal zwei Stunden nach dem Sport sollte der Flüssigkeitshaushalt wieder ausgeglichen sein.

#### Schlechte Kombination: Sport und Alkohol

Mit dem Schweiß gehen dem Körper auch Mineralien, vor allem Natrium, verloren. Natrium ist wichtig für die Regulation des Wasserhaushalts und die Weiterleitung von Nervenimpulsen. Gesunde Sportler sollten daher möglichst natriumreiches, stilles Mineralwasser (mindestens 200 Milligramm Natrium pro Liter) trinken. Alternativ bieten sich auch Saftschorlen mit einem Drittel Saftanteil an - zum Beispiel Apfel-, Orangen- oder Johannisbeersaft - und zum Durst löschen sind auch besonders ungesüßte Kräuter- und Früchtetees geeignet. Achtung: Die Getränke dürfen nicht zu kalt sein. Ungeeignet sind dagegen zuckerreiche und koffeinhaltige Getränke wie Limonaden, Cola oder Energydrinks. Das gilt auch für Alkohol: Er entzieht dem Körper Wasser, das für die Nähr- und Mineralstoffversorgung der Muskulatur benötigt wird. Schon kleine Mengen Alkohol nach dem Training

verzögern die Regeneration des Muskelgewebes.

Häufig nutzen Sportler isotonische Getränke. Isoton bedeutet, dass der Zucker- oder Mineralstoffgehalt der Zusammensetzung des Blutes entspricht. „Diese Getränke enthalten manchmal zu wenig Kohlenhydrate oder Natrium - das gilt allerdings eher für Leistungssportler. Für Menschen, die in ihrer Freizeit sportlich aktiv sind, sind diese speziellen Getränke nicht nötig, da empfiehlt sich eher zum Beispiel eine Apfelschorle“, so Expertin Köksal.

#### Essen: wann und was?

Lebensmittel mit einem hohen Anteil an Kohlenhydraten - beispielsweise Nudeln, Reis, Haferflocken, Bananen oder Vollkornbrot - sind wichtige Energielieferanten für den Körper. Werden nicht genug Kohlenhydrate zugeführt, leiden die Konzentration und Koordination darunter. Kohlenhydrate, die beim Sport nicht verbraucht werden, werden in Form von Glykogen in Muskulatur und Leber gespeichert. „Ist der Vorrat an Glykogen irgendwann verbraucht, zieht der Körper die Glucose aus dem Blut zur Energiegewinnung heran. Es kann dann zu einer Unterzuckerung kommen“, so Köksal. Vor dem Sport sollten die Energiespeicher daher voll sein. „Allerdings sollten Sie nicht direkt nach einer Mahlzeit durchstarten. Es empfiehlt sich, noch etwa drei Stunden zu warten. Sollten Sie noch mal ein Hungergefühl bekommen, können Sie ja zur Stärkung eine halbe Stunde vor dem Sport noch eine Banane essen.“

#### Nach dem Sport: Möglichst schnell Kohlehydrate nachladen

Um nach dem Auspowern wieder Energie „nachzuladen“, eignet sich eine Mahlzeit aus leicht verdaulichen Kohlenhydraten wie beispielsweise Pell- oder Ofenkartoffeln mit Quark oder ein Gemüsegratin. „Damit sollte man aber nicht zu lange warten: Denn vor allem in den ersten beiden Stunden nach dem Sport wird besonders viel und gut Glykogen in der Muskulatur aufgenommen“, rät Ernährungsexpertin Köksal. Ist man nach dem Sport noch unterwegs und kommt nicht zum Essen, können auch Energieriegel helfen. Hier sollte allerdings auf die Zusammensetzung geachtet werden, da die Power-Riegel manchmal zu viel Zucker oder Fett enthalten.

(Quelle: AOK)

### Energieverbrauch beim Sport

Am meisten Energie verbraucht das schnelle Laufen - bis zu 930 kcal pro Stunde (Frauen rund 725 kcal), gefolgt vom flotten Radfahren. Beim Tennis, Skilanglauf, intensiven Schwimmen, Bodybuilding, Laufen und Klettern sind es rund 600 kcal pro Stunde (Frauen circa 470 kcal). Gemütliches Radfahren und Laufen verbrauchen immerhin noch zwischen 380 und 450 kcal (Frauen 300 bis 350 kcal). Weniger kalorienzehrend sind Bowling (rund 225 beziehungsweise 176 kcal) und Billard (188 beziehungsweise 146 kcal).

# WCGTour sammelt Spenden über 10.000 Euro

Trotz Hitzeschlacht - Rekordsumme zum Abschluss der Charity-Golftour 2020

Am 8. August 2020, fand die diesjährige WCGTour im Golfresort Gernsheim ihren krönenden Abschluss. Etwa 80 Teilnehmer fanden sich bei herrlichem Sommerwetter auf der riesigen Anlage von GOLF absolute ein, um die Sieger beim Abschlussturnier 2020 zu ermitteln und dabei noch einmal möglichst viele Spenden für den guten Zweck zu erspielen.

Als um 12:00 Uhr der erste Zeitstart erfolgte, hatte das Thermometer die 30-Grad-Marke bereits überschritten und allen Teilnehmern war klar, dass es an diesem Tag eine regelrechte Hitzeschlacht geben wird. Trotz der hohen Temperaturen bis zu 37 Grad, waren alle Golfer hochmotiviert und das sollte sich auch später in den Ergebnissen widerspiegeln. Das WCGTour-Team sorgte, im Verbund mit den Club-Verantwortlichen, per Golf-Kart für kühle Getränke und am Halfway wurden die Teilnehmer vom Tourpartner Holzofen Gourmets mit leckerer Pizza versorgt.

Selbstverständlich wurde auch von den Club-Verantwortlichen in Gernsheim genauestens auf die vorgegebenen Abstandsregeln sowie die geforderten Hygienemaßnahmen bei der Durchführung des Wettkampfs geachtet. Gegen 18.45 Uhr kehrten die letzten Golfer zufrieden und mit bester Laune von der Runde zum Clubhaus zurück. Einige der Teilnehmer nutzten im Nachgang den vorhandenen Badesee zu einer ersten Abkühlung nach dem „heißen“ Turnier.

Nach einem gelungenen Turniertag fanden sich gegen 19:00 Uhr die ersten Gäste auf der Terrasse im Restaurant Althaus ein. Um 19.30 Uhr startete dann das reguläre Abendprogramm mit einer Begrüßung des Club-Managers Sascha Emmel sowie Stadtrat Dr. Dierk Molter, der den Schirmherrn Oberbürgermeister Jochen Partsch an diesem Abend vertrat. Da es für einige Teilnehmer ein sehr langer Turniertag war, wurde den Gästen auch umgehend die Vorspeise serviert. Nachdem sich die Gäste bei einem leckeren Vorspeisenteller gestärkt hatten, stand im Anschluss die offizielle Siegerehrung des Abschlussturniers auf dem Programm.

Nach einer kurzen Einführung von Fabrice Kübart, Großkundenberater der WIEST Autohäuser,

bedankte sich Fritz-Georg Freiherr von Ritter im Namen des Vereins für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt / Rhein-Main-Neckar e. V. (V.K.K.D.) bei allen Teilnehmern für das Engagement sowie für die große Spendenbereitschaft. Er betonte dabei noch einmal die Wichtigkeit dieser Hilfe, da die ehrenamtlichen Vereine in der aktuellen Situation über stark reduzierte Zuwendungen leiden und sich somit auch entsprechend die Hilfsaktionen schwieriger gestalten.

Bei der offiziellen Siegerehrung konnten sich die Gewinner der Bruttoklasse, der Handicapklassen A bis C sowie die Gewinner der Sonderwertungen erneut über tolle Preise der Tourpartner Berndts Weinquelle, Juwelier Techel, Golf Götze, magballs, ROEDERS sowie von Superga freuen.

Den Bruttosieg bei den Herren holte sich Jonathan Gard vom Golfclub am Reichswald mit 42 Bruttopunkten. Bei den Damen sicherte sich Kaja Cordes vom Golfclub Darmstadt Traisa mit 31 Bruttopunkten den ersten Platz. Beide erhielten für ihren Sieg je einen Gutschein für eine zweitägige Übernachtung im Steigenberger Hotel für zwei Personen in Köln bzw. Berlin, die vom Tourpartner IntercityHotel Darmstadt bereitgestellt wurden, herzlichen Glückwunsch!

Im Anschluss an die Siegerehrung wurde das Abendessen sowie ein leckerer Nachtisch serviert, bevor der finale Höhepunkt, mit der Auflösung des Schätzspiels sowie der offiziellen Scheckübergabe, auf der Agenda stand. „Glücksfee“ Carina vom WCGTour-Team öffnete vor den Gästen den Umschlag mit den korrekten Zahlen des Tour-Gewinnspiels. Leider hatte keiner der Teilnehmer im Verlauf der Charity-Golftour die richtigen beiden Zahlen getippt. Zum Trost wurde jedoch unter allen Teilnehmern eine zweitägige Übernachtung im Steigenberger Hotel für zwei Personen in Wien verlost. Der glückliche Gewinner dieses Preises war Thorsten Fickel vom Golfpark Bachgrund. Des Weiteren durfte sich ein Teilnehmer über einen weiteren Tagesgewinn des beliebten Schätzspiels freuen, welcher vom Tourpartner B & S Kälte Klimageservice aus Offenbach bereitgestellt wurde. Die glückliche Gewinnerin einer kompletten Klimaanlage war Vera Reitzel vom Zimmerer



Golfclub.

Nach Auflösung des Schätzspiels sowie der Verlosung der Sonderpreise, erfolgte mit der obligatorischen Scheckübergabe an den Verantwortlichen des Vereins für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt / Rhein-Main-Neckar e. V. der finale Höhepunkt des Abends. Die hohen Temperaturen am Turniertag schien den Teilnehmern bestens bekommen zu sein und so wurde nach hervorragenden Spielleistungen zum Abschluss der Turnierserie das bisherige Rekordergebnis für die laufende WCGTour erzielt. Insgesamt 2 Eagles, 77 Birdies, 408 Pars sowie 425 Bogeys sorgten für erspielte Leistungen in Höhe von 1.490,50 Euro, die dem gemeinnützigen Verein zugutekommen. Im Nachgang wurden von den Teilnehmern noch einmal beachtliche 1.748,00 Euro gespendet, so dass ein Gesamtbetrag von 3.238,50 Euro in den Charity-Topf fließt.

Zusammen mit den Spenden und erspielten Leistungen der vorherigen Turniere in Bensheim, Biblis-Wattenheim, Brombachtal, Darmstadt Traisa, Groß-Zimmern sowie Riedstadt, beläuft sich die gesamte Charity-Summe zugunsten des Vereins für Krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt / Rhein-Main-Neckar e. V. auf exakt 10.000,00 Euro, die in Form eines Schecks an Fritz-Georg Freiherr von Ritter, Geschäftsführer des V.K.K.D., übergeben wurden. Das WCGTour-Team bedankt sich an dieser Stelle bei allen Teilnehmern der Turniere für ihre Großzügigkeit! Die Verantwortlichen der WCGTour freuen sich schon jetzt auf eine Fortsetzung der Charity-Turnierserie im kommenden Jahr 2021.

Weitere Infos zur WCGTour 2020 gibt es auf der Website ([www.wcgtour.de](http://www.wcgtour.de)) sowie auf der Facebook-Präsenz ([www.facebook.com/wcgtour](http://www.facebook.com/wcgtour)) der Turnierserie.



**Spendenscheck 2020**  
(v.l.n.r.): Heiko Kalbach (Geschäftsführer Kalbach | Nieder GmbH), Clemens Bergweiler (Projektmanager B&W Unternehmensgruppe), Fabrice Kübart (Großkundenberater WIEST Autohäuser), Alexander Labus-Lixfeld (Geschäftsführer farbenkrauth BAU-MARKT GmbH), Fritz-Georg Frhr. von Ritter (Geschäftsführer V.K.K.D.), Dr. Dierk Molter (Stadtrat Darmstadt)

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



# Termine

Wir veröffentlichen kostenlos Termine und Veranstaltungshinweise von Vereinen oder sonstigen Initiativen. Lassen Sie uns Ihre Termine bitte schriftlich (Fax, E-Mail, Brief) zukommen. Eine telefonische Aufnahme ist nicht möglich. Da uns die Termine teilweise sehr früh vorliegen, sollte man sich vergewissern, ob die Veranstaltungen auch wirklich stattfinden. Für die Richtigkeit der Angaben übernehmen wir keine Gewähr.

## Veranstaltungen unter Vorbehalt

Bitte informieren Sie sich vorab, ob eine Anmeldung notwendig ist und über die notwendigen Hygienevorschriften.

**www.garn-bachmann.de**  
Aktuelle Strickgarne  
Garne schon ab 1,- € / 50 g  
ständig Sonderangebote  
Mainzer Str. 32  
64521 Groß-Gerau  
Tel.: 06152 83318

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

**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



*Das Wetter im September nach dem original 100jährigen Kalender  
Bis zum 6. ist es schön und sehr warm. Am 7. hat es früh so stark gereift, daß das Gras gefroren war, und das blieb so bis so bis zum 13., wo es friert. Am 14. regnet es stark, der 15. und 16. sind schön. Am 17. fällt den ganzen Tag Regen, danach ist es bis zum 21. schön. Bis zum Monatsende herrscht dann trübes Wetter mit Regen.*

**MITTWOCH, 2. SEPTEMBER 2020**  
• Crumstadt; Fr.-Ebert-Straße 91, 15.00 - 17.00 Uhr, Die Tafel - Riedstadt.  
• Leeheim; altes Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06152 989119), Ortsgericht Leeheim.

• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.  
• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzerkrankte.

**DONNERSTAG, 3. SEPTEMBER 2020**  
• Goddelau; Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06158 2119), Ortsgericht Goddelau.  
• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 13.00 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte.

**FREITAG, 4. SEPTEMBER 2020**  
• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzerkrankte.  
• Leeheim; BüchnerBühne, 19.30 Uhr, „Küssen Sie Ihre Frau“ Lorient-Sketch-Revue.  
• Darmstadt; Centralstation, 19.30 Uhr, ALLE SINNE FÜR DIE SIEBTE - Freispiel 2020 der Jungen Deutschen Philharmonie.  
• Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, E3 Acoustic Band (Folk, Blues).

**SAMSTAG, 5. SEPTEMBER 2020**  
• Leeheim; BüchnerBühne, 19.30 Uhr, „Küssen Sie Ihre Frau“ Lorient-Sketch-Revue.  
• Darmstadt; Centralstation, 15.00 + 20.30 Uhr, Absolventenshow 2020: Kontraste ein artistisches Gesamtkunstwerk.  
• Darmstadt; halbNeun Theater, 19.30 Uhr, Detlev Schönauer „Abschiedstour“.

**SONNTAG, 6. SEPTEMBER 2020**  
• Leeheim; BüchnerBühne, 11.00 Uhr, Club der Dichter: Christian Suhr liest „Corpus Delicti“ von Juli Zeh.  
• Groß-Geraue; Kulturcafé Biergarten, 18.00 Uhr, Groß-Gerauer Autor\*innen-Abend im Biergarten. Bei Regen im Stadtmuseum.  
• Darmstadt; Centralstation, 15.00 + 19.00 Uhr, Absolventenshow 2020: Kontraste ein artistisches Gesamtkunstwerk.  
• Darmstadt; halbNeun Theater, 19.30 Uhr, Detlev Schönauer „Abschiedstour“.

**MONTAG, 7. SEPTEMBER 2020**  
• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 15.00 - 17.30 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte.  
• Darmstadt; Centralstation, 19.00 Uhr, Absolventenshow 2020: Kontraste ein artistisches Gesamtkunstwerk.

**DIENSTAG, 8. SEPTEMBER 2020**  
• Leeheim; BüchnerBühne, 20.00 Uhr, Thomas Freitag „Hinter uns die Zukunft“, Vorpremiere.

**MITTWOCH, 9. SEPTEMBER 2020**  
• Crumstadt; Fr.-Ebert-Straße 91, 15.00 - 17.00 Uhr, Die Tafel - Riedstadt.  
• Leeheim; altes Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06152 989119), Ortsgericht Leeheim.

• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.  
• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzerkrankte.

**DONNERSTAG, 10. SEPTEMBER 2020**  
• Goddelau; Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06158 2119), Ortsgericht Goddelau.  
• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 13.00 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte.  
• Leeheim; BüchnerBühne, 20.00 Uhr, Thomas Freitag „Hinter uns die Zukunft“, Vorpremiere.  
• Darmstadt; Centralstation, 19.30 Uhr, Lesung mit Ilona Einwohlt „Mohnschwestern“.

**FREITAG, 11. SEPTEMBER 2020**  
• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzerkrankte.  
• Leeheim; BüchnerBühne, 19.30 Uhr, „Noch'n Gedicht“ Heinz Erhardt-Abend.  
• Groß-Geraue; Kulturcafé Biergarten, 18.00 Uhr, 10 Jahre Kulturcafé Akustik Festival mit Kira Ludlow, Mimose, Back In Stereo.  
• Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Frank Grischek „Hauptsache wir sind zusammen“.

**SAMSTAG, 12. SEPTEMBER 2020**  
• Leeheim; BüchnerBühne, 19.30 Uhr, „Noch'n Gedicht“ Heinz Erhardt-Abend.  
• Groß-Geraue; Kulturcafé Biergarten, 18.00 Uhr, !Vamos! (Musik von Havanne bis Rio).  
• Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Hania Rani (neo-klassischer Sound).  
• Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Erner Koczwaro „Am achten Tag schuf Gott den Rechtsanwaltschaft“.  
• Darmstadt; Centralstation, 21.00 Uhr, Hallenbar mit DJ Kemal.

**SONNTAG, 13. SEPTEMBER 2020**  
• Groß-Geraue; Kulturcafé Biergarten, 11.00 Uhr, Sonntagsmatinée mit Phonys.  
• Groß-Geraue; Kulturcafé Biergarten, 17.00 Uhr, Lyrik-Nachmittag im Rahmen der Interkulturellen Wochen. Bei Regen im Stadtmuseum.

• Darmstadt; Centralstation, 15.00 Uhr, Kater Kati, Rock bis Pop für Kinder ab 3 Jahren.  
• Darmstadt; halbNeun Theater, 19.30 Uhr, Die Hessische Dreibabbschkeit „Aus'm Takt“.



**MONTAG, 14. SEPTEMBER 2020**  
• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 15.00 - 17.30 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte.  
• Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Olli Schulz (Deutsch-Pop).

**MITTWOCH, 16. SEPTEMBER 2020**  
• Crumstadt; Fr.-Ebert-Straße 91, 15.00 - 17.00 Uhr, Die Tafel - Riedstadt.  
• Leeheim; altes Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06152 989119), Ortsgericht Leeheim.  
• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.  
• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzerkrankte.  
• Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Jan Jansohn Quartett (Jazz).

**DONNERSTAG, 17. SEPTEMBER 2020**  
• Goddelau; Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06158 2119), Ortsgericht Goddelau.  
• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 13.00 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte.

**FREITAG, 18. SEPTEMBER 2020**  
• Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzerkrankte.  
• Leeheim; BüchnerBühne, 20.00 Uhr, „Endlich normal!“ Crazy Show.  
• Darmstadt; Centralstation, 18.30 Uhr, Lichterschlacht: Darmstadts Slam-Talente im Spotlight.  
• Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Kabbaratz „Ich würde alles für mich tun“.

**SAMSTAG, 19. SEPTEMBER 2020**  
• Leeheim; BüchnerBühne, 19.30 Uhr, „Die Wunderübung“.  
• Groß-Geraue; Kulturcafé in der Stadthalle, 20.00 Uhr, Kunz & Brosius Comedy-Show.  
• Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Ease Up Ltd. (Reggae).

**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)

- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Martin Sierp „Knackig! Zumindestens die Gelenke“.
- Darmstadt; Centralstation, 21.00 Uhr, Hallenbar mit den Soundclowns.

**SONNTAG, 20. SEPTEMBER 2020**

- Leeheim; BüchnerBühne, 18.00 Uhr, Öffentliche Probe „Richard liebt Richard“ Einführung zu „Richard III.“ von W. Shakespeare.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 19.30 Uhr, Lydie Auvray Trio (Weltmusik, Akkordeon).

**MONTAG, 21. SEPTEMBER 2020**

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 15.00 - 17.30 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte.

**MITTWOCH, 23. SEPTEMBER 2020**

- Crumstadt; Fr.-Ebert-Straße 91, 15.00 - 17.00 Uhr, Die Tafel - Riedstadt.
- Leeheim; altes Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06152 989119), Ortsgericht Leeheim.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzerkrankte.
- Darmstadt; Centralstation, 19.30 Uhr, Auftaktveranstaltung Leseland Hessen: Ingo Schulze „Die rechtschaffenen Mörder“.

**DONNERSTAG, 24. SEPTEMBER 2020**

- Goddelau; Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06158 2119), Ortsgericht Goddelau.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 13.00 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte.

**FREITAG, 25. SEPTEMBER 2020**

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzerkrankte.
- Leeheim; BüchnerBühne, 19.30 Uhr, Molières „Der Menschenfeind“.
- Darmstadt; Centralstation, 19.00 Uhr, Powwow Festival mit Dirty Flamingo, Monomyth, Sven Hammond, Wucan, Yin Yin.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Robert Kreis „Ein Abend mit Robert Kreis“.

**SAMSTAG, 26. SEPTEMBER 2020**

- Leeheim; BüchnerBühne, 19.30 Uhr, Molières „Der Menschenfeind“.
- Groß-Geraue; Kulturcafé Biergarten, 13.00 Uhr, „Tag der Heimat“ am Nachmittag im Rahmen der Interkulturellen Wochen.
- Groß-Geraue; Kulturcafé in der Stadthalle, 20.00 Uhr, Dietmar Bertram „Hollyfood - die gesammelten Gemüsekrimis“, Kurz-Krimis.

- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, The keep quiet Blues Brother Band.
- Darmstadt; Centralstation, 21.00 Uhr, Hallenbar mit Paul MG & Da Silva.

**SONNTAG, 27. SEPTEMBER 2020**

- Leeheim; BüchnerBühne, 11.00 Uhr, Piano Bar mit Bastian Hahn „Roll over Beethoven“.
- Groß-Geraue; Kulturcafé Biergarten, 11.00 Uhr, Marching-Band Dixie Heroes (New Orleans-Jazz).
- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Gute Stube zu Gast: John Kameel Farah.

**MONTAG, 28. SEPTEMBER 2020**

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 15.00 - 17.30 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte.

**DIENSTAG, 29. SEPTEMBER 2020**

- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Axel Hacke liest und erzählt.



Foto: Thomas Dashuber

**MITTWOCH, 30. SEPTEMBER 2020**

- Crumstadt; Fr.-Ebert-Straße 91, 15.00 - 17.00 Uhr, Die Tafel - Riedstadt.
- Leeheim; altes Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06152 989119), Ortsgericht Leeheim.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzerkrankte.

**BUCHHANDLUNG**

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

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

**Richard liebt Richard**

Öffentliche Probe als Einführung zu neuer Shakespeare-Produktion der BüchnerBühne

Nach dem „Sommernachtstraum“, „Hamlet“ und „Viel Lärm um nichts“ wird die BüchnerBühne Riedstadt im Oktober ihre vierte Shakespeare-Produktion zur Premiere bringen: Die Tragödie von „König Richard III.“ In einer öffentlichen Probe am Sonntag, 20. September, um 18:00 Uhr bietet Regisseur Christian Suhr anhand einzelner Szenenauszüge eine Einführung zur Beschäftigung mit diesem Stoff an. Die Einführung steht unter dem beziehungsreichen Titel „Richard liebt Richard“. Denn alle egomanischen Politdarsteller unserer Zeit dürfen sich angesprochen fühlen von Shakespeares zeitlos aktuellem Drama. Erleben wir doch weltweit die Renaissance dieses Politikertypus, der jedwedes politische System seinen persönlichen Machtinteressen zu unterwerfen versucht und dabei weder auf Alliierte, Fakten noch auf die Bevölkerung Rücksicht nimmt. Ob Trump, Bolsonaro oder Orban – sie alle hätten sicherlich ihre helle Freude am Auftreten dieser Titelfigur (wenn sie denn je ein Theater besuchten . . .)

Theaterkarten für sieben Euro sind über den Ticketshop unter [www.buechnerbuehne.de](http://www.buechnerbuehne.de) und bei allen bekannten Vorverkaufsstellen über Reservix zu bekommen. Die Buchhandlungen Bornhofen in Gernsheim und Faktotum in Wolfskehlen, die Infothek des Landratsamtes in Groß-Gerau sowie „Florales & Handgemachtes“ in Goddelau, Weidstraße 5 F, sind weiterhin örtliche Vorverkaufsstellen des Veranstalters. Generell sind auch Geschenkgutscheine für Vorstellungstermine erhältlich.



Foto: Veranstalter

Beim Sonntagsmatinee am Sonntag 13. September sind um 11.00 Uhr die Band „Phonys“ zu Gast im Biergarten des Kulturcafés Groß-Gerau. Mit phantasievollen und peppigen Arrangements packen sie ihr Publikum und erzeugen ein fröhlich-chilliges Sommerfeeling. Seit der Bandgründung 2016 spielen sich Luke, Jona und Eric immer tiefer in die Herzen ihrer Fans, bedienen sich dabei traditioneller Instrumente wie Gesang, Gitarre und Bass ebenso wie einer elektrischen Geige und lassen mühe-los chillige Deep House-Beats zu purer Lebensfreude verschmelzen. Die Sommermatinee findet im Biergarten statt. Bei Regen fällt das Konzert aus. Der Eintritt ist frei, Spende erbeten.

♦ **Große Fliesenausstellung**  
♦ **Individuelle Beratung**  
♦ **Fachgerechte Verlegung**  
♦ **Meisterbetrieb**

**www.fliesen-boettiger.de**

**BOTTIGER**  
Das Fliesenhaus

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

Bertha-von-Suttner-Straße 3  
64560 Riedstadt-Wolfskehlen  
Tel.: 06158 - 975296  
E-Mail: [info@ecr-feyh.de](mailto:info@ecr-feyh.de)  
[www.ecr-feyh.de](http://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!

- **Fachberatung**
- **Lieferservice**
- **Reparaturservice**
- **Altgeräteentsorgung**
- **Elektroinstallationen**

SIEH, DAS GUTE LIEGT SO NAH!

Sie möchten mehr erfahren? Wir beraten Sie gerne



# Kirchentermine

## **DIENSTAG, 1. SEPTEMBER 2020**

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.

## **MITTWOCH, 2. SEPTEMBER 2020**

- Stockstadt; Seniorenheim, 10.00 Uhr, kath. Andacht.
- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

## **DONNERSTAG, 3. SEPTEMBER 2020**

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugendtreff (ab 16 Jahre).

## **FREITAG, 4. SEPTEMBER 2020**

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Herz-Jesu-Amt.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 18.00 Uhr, Teen (ab 13 Jahre).

## **SAMSTAG, 5. SEPTEMBER 2020**

- Biebesheim; kath. Kirche, 8.15 Uhr, Aussetzung und Rosenkranz; 9.00 Uhr, Muttergottesamt.
- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Vorabendmesse.

## **SONNTAG, 6. SEPTEMBER 2020**

- Riedstadt; Hospitalkirche, 9.00 Uhr, ev. Gottesdienst.
- Crumstadt; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Kerb-Gottesdienst.
- Erfelden; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Wolfskehlen; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Konfirmation Gruppe I; 11.30 Uhr, Konfirmation Gruppe II.
- Stockstadt; Seniorenzentrum, 10.00 Uhr, ev. Gedenkgottesdienst.
- Stockstadt; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Hl. Amt.
- Biebesheim; kath. Kirche, 9.00 Uhr, Hl. Amt.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst (nur mit Voranmeldung).
- Biebesheim; kath. Kirche, 11.00 Uhr, Hochamt.
- Gernsheim; ev. Kirche, 11.00 Uhr, Konfirmation (nur für Konfirmanden).

## **MONTAG, 7. SEPTEMBER 2020**

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.

## **DIENSTAG, 8. SEPTEMBER 2020**

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.

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

## **MITTWOCH, 9. SEPTEMBER 2020**

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Meditation.
- Biebesheim; Seniorenheim, 10.00 Uhr, kath. Andacht.
- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

## **DONNERSTAG, 10. SEPTEMBER 2020**

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugendtreff (ab 16 Jahre).

## **FREITAG, 11. SEPTEMBER 2020**

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 18.00 Uhr, Teen (ab 13 Jahre).

## **SAMSTAG, 12. SEPTEMBER 2020**

- Stockstadt; ev. Kirche, 17.00 Uhr, Kerb-Gottesdienst.
- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Vorabendmesse.
- Gernsheim; ev. Kirche, 18.00 Uhr, Gottesdienst.

## **SONNTAG, 13. SEPTEMBER 2020**

- Riedstadt; Hospitalkirche, 10.00 Uhr, Heilige Messe.
- Crumstadt; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst mit Konfirmation.
- Erfelden; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Wolfskehlen; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst, anschl. Taufe.
- Stockstadt; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Hl. Amt.
- Biebesheim; kath. Kirche, 9.00 Uhr, Hochamt.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst (nur mit Voranmeldung).
- Biebesheim; kath. Kirche, 11.15 Uhr, Amt mit Erstkommunionfeier.
- Allmendfeld; ev. Kirche, 9.00 Uhr, Konfirmation.

## **MONTAG, 14. SEPTEMBER 2020**

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.

## **DIENSTAG, 15. SEPTEMBER 2020**

- Crumstadt; Ev. Gemeindehaus, 16.30 Uhr, I. Konfirmandenstunde.
- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.

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

## **MITTWOCH, 16. SEPTEMBER 2020**

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Meditation.
- Stockstadt; Seniorenheim, 10.00 Uhr, kath. Andacht.
- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

## **DONNERSTAG, 17. SEPTEMBER 2020**

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugendtreff (ab 16 Jahre).

## **FREITAG, 18. SEPTEMBER 2020**

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 18.00 Uhr, Teen (ab 13 Jahre).

## **SAMSTAG, 19. SEPTEMBER 2020**

- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus/ev. Kirche, 10.00 - 17.00 Uhr, 2. Konftag.
- Biebesheim; kath. Kirche, 14.00 Uhr, Amt mit Erstkommunionfeier.
- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Vorabendmesse.

## **SONNTAG, 20. SEPTEMBER 2020**

- Riedstadt; Hospitalkirche, 9.00 Uhr, ev. Gottesdienst.
- Crumstadt; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Erfelden; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Wolfskehlen; ev. Kirche, 18.30 Uhr, Abendgottesdienst.
- Stockstadt; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Hl. Amt.
- Stockstadt; ev. Kirche, Diakonie-Gottesdienst mit Kirchenchor und Konfirmanden.
- Biebesheim; kath. Kirche, 9.00 Uhr, Hl. Amt.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst (nur mit Voranmeldung).
- Biebesheim; kath. Kirche, 11.15 Uhr, Amt mit Erstkommunionfeier.
- Gernsheim; ev. Kirche, 10.15 Uhr, Gottesdienst.

## **MONTAG, 21. SEPTEMBER 2020**

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Amt.

## **DIENSTAG, 22. SEPTEMBER 2020**

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.

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

## **MITTWOCH, 23. SEPTEMBER 2020**

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Meditation.
- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

## **DONNERSTAG, 24. SEPTEMBER 2020**

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugendtreff (ab 16 Jahre).

## **FREITAG, 25. SEPTEMBER 2020**

- Biebesheim; ev. Freikirche, 18.00 Uhr, Teen (ab 13 Jahre).

## **SONNTAG, 27. SEPTEMBER 2020**

- Riedstadt; Hospitalkirche, 10.00 Uhr, kath. Gottesdienst.
- Crumstadt; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Erfelden; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Wolfskehlen; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Stockstadt; kath. Kirche, 9.00 Uhr, Hl. Amt.
- Stockstadt; ev. Kirche, 18.00 Uhr, Abendgottesdienst.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst (nur mit Voranmeldung).
- Biebesheim; kath. Kirche, 10.30 Uhr, Hochamt.
- Allmendfeld; ev. Kirche, 9.00 Uhr, Gottesdienst.
- Gernsheim; ev. Kirche, 10.15 Uhr, Gottesdienst.

## **MONTAG, 28. SEPTEMBER 2020**

- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Amt zum Wenztag.

## **DIENSTAG, 29. SEPTEMBER 2020**

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Amt zum Erzengelst.
- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.

## **MITTWOCH, 30. SEPTEMBER 2020**

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Meditation.
- Biebesheim; Seniorenheim, 10.00 Uhr, kath. Andacht.
- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Rosenkranz; 18.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.



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



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

**Sanitär ■ Heizung ■ Schwimmbad ■ Beregnungsanlagen**

**Kompetente Fachberatung aus der Region**

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

## Thomas Freitag liest, spielt, erzählt

Exklusive Vorpremiere des nagelneuen in der Bühnenarbeit erarbeiteten Programms

Kabarettlegende Thomas Freitag kommt auf Einladung der Bühnenarbeit und des Kreiskulturbüros zum Open-Air-Festival „Amtlich!“. Am Dienstag, 8. September und Donnerstag, 12. September jeweils ab 20 Uhr wird Freitag im Außenbereich des Landratsamtes Groß-Gerau sein nagelneues Programm „Hinter uns die Zukunft“ präsentieren. Das Soloprogramm hatte er wieder im Theater der Bühnenarbeit erarbeitet und einstudiert – unter Coronabedingungen ist jetzt die Vorpremiere in Groß-Gerau geplant.



Foto: © Pepijn Vlasman

Woher kommt die menschliche Unfähigkeit, aus den Fehlern der Vergangenheit zu lernen? In seinem neuen Programm, das den Titel seiner Audiobiografie trägt, versucht Thomas Freitag spielend, lesend und erzählend darauf eine Antwort zu finden.

Wenn man sich mit der Vergangenheit beschäftigt, eröffnet es den Blick in die Zukunft. Schnell wird offenbar, dass die politischen Fehlentwicklungen rundum schon früh erkennbar waren, aber nichts oder zu wenig wurde dagegen getan.

So zieht Thomas Freitag Bilanz und guckt zugleich nach vorne. Seine Quintessenz ist eine ganz persönliche, denn er hat die Geschichte des deutschen Kabarets maßgeblich mitgeschrieben.

Ob Nato-Doppelbeschluss, Mauerfall oder 9/11, zu allem hatte Thomas Freitag den passenden kabarettistischen Kommentar. Mit komödiantischem Blick und klarer Haltung stellt er sich auch der Selbstkritik. Denn was genau ist eigentlich falsch gelaufen, wenn man Franz-Josef Strauß verhindern wollte und am Ende Donald Trump in die Augen blicken muss?

Hinter uns die Zukunft ist eine rasante Mischung aus spitzzüngigen Aktualitäten, biografischen Bonmots und bewährten Nummern. Es ist sein 18. Soloprogramm und mit Abstand sein persönlichstes. Und als einer der Wenigen seiner Zunft, schafft er aus dem persönlich Erlebten immer noch Hoffnung für Morgen zu schöpfen.

Die Anzahl der Tickets ist wegen der eingeschränkten Platzkapazitäten auf der Wiese vor dem Landratsamt beschränkt. Eintrittskarten sind im Vorverkauf über [www.reservix](http://www.reservix) zu bekommen.

## Federleichte Wortspielereien

Bühnenarbeit zeigt wieder ihren beliebten Heinz-Erhardt-Abend „Noch'n Gedicht“

Ein Abend voll gekonnter Albernheit und Hintersinn erwartet Theaterbesucher am Freitag, 11. September und Samstag, 12. September, um 19.30 Uhr, wenn das Ensemble der Bühnenarbeit unter dem Titel „Noch'n Gedicht“ mit gewohnter Spielfreude und Lust an absurder Theatralik ihren beliebten Vortragsabend mit Sketchen und Gedichten Heinz Erhardts präsentiert.

Der bereits 1979 mit 70 Jahren verstorbene Musiker, Komponist, Schauspieler und Dichter Heinz Erhardt war der Starkomiker der Wirtschaftswunderzeit. Der nette Dicke mit der Kassengestell-Brille, der insbesondere in seinen Filmen mit unschuldigen Augenaufschlag ziemlich viel Unsinn erzählte. Berühmt wurde Erhardt für seine Wortspielereien und verdrehten Redewendungen, die so federleicht daherkommen, doch gelegentlich im Nachklang geradezu schwarzen Humor entwickeln.

Berühmt ist Heinz Erhardt auch für seine zahlreichen witzigen Gedichte, die aber auf subtile Weise auch um

Themen wie Vergeblichkeit, Vergänglichkeit und Tod kreisen konnten.

Für den Erhardt-Abend im Theater in Riedstadt-Leeheim, Kirchstraße 16, gibt es Eintrittskarten für 18,- Euro (ermäßigt 15,- Euro) im Vorverkauf oder – soweit dann noch vorhanden – an der Abendkasse. Das Theatercafé öffnet bereits ab 18.30 Uhr.

Wegen der Einschränkungen aufgrund der Corona-Epidemie und des nötigen Abstands gibt es nur eine beschränkte Anzahl an Tickets. Erhältlich sind die Theaterkarten über den Ticketshop unter [www.buechnerbuehne.de](http://www.buechnerbuehne.de) und bei allen bekannten Vorverkaufsstellen über Reservix. Die Buchhandlungen Bornhofen in Gernsheim und Faktotum in Wolfskehlen, die Infotek des Landratsamtes in Groß-Gerau sowie „Florales & Handgemachtes“ in Goddelau, Weidstraße 5 F sind weiterhin örtliche Vorverkaufsstellen des Veranstalters.

Ein direkter Kartenkauf ist außerdem dienstags und freitags zwischen 10.00 und 13.00 Uhr im Theater möglich.

## 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

• Isolierungen, Abdichtungen und Verkleidungen

• Einbau von genormten Dachrinnen und Fenstern

• Montagen von Carports

Schnell und zuverlässig zum Pauschalpreis • Kostenlose Beratung • Keine Anfahrtskosten



## Reubold GbR Schuhhaus - Fußorthopädie

Modastraße 67 · 64560 Riedstadt · 06158 708110

Mo geschlossen

Di · Do · Fr 08.30 - 12.30 und 14.30 - 18.30

Mi · Sa 08.30 - 13.00

## 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)

## 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)



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

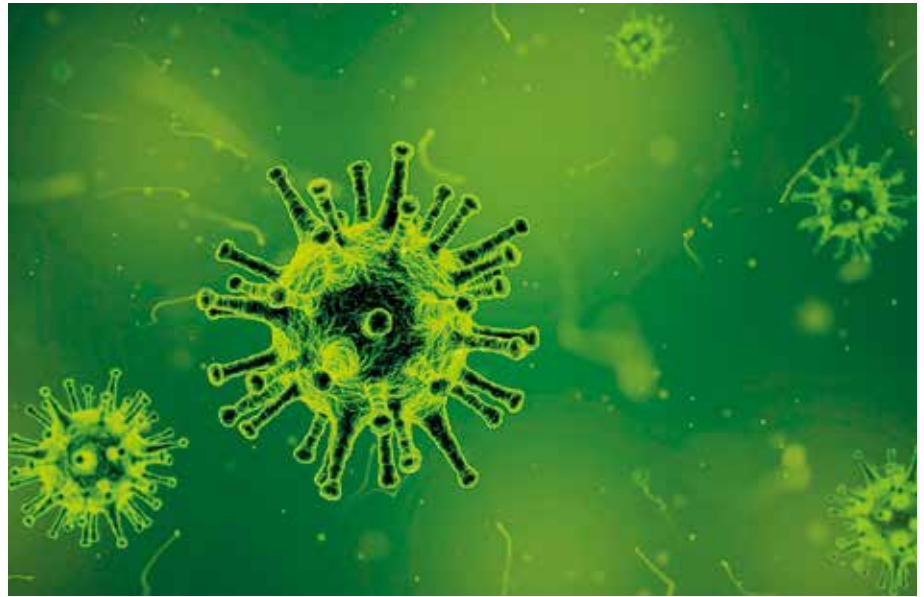
## Mit Ozon Viren und Sporen bekämpfen

- 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**

## Kulturcafé in der Stadthalle Groß-Gerau

Der Verein Kulturcafé weicht mit zwei Veranstaltungen in die Stadthalle Groß-Gerau aus.

Am Samstag, dem 19. September 2020 gibt es um 20.00 Uhr einen Comedyabend mit Luca Brosius und Peter Kunz.

Jeder der beiden für sich genommen ist schon ein Renner, jetzt sind sie gemeinsam am Start mit der KUNZ & BROSIOUS COMEDY-SHOW!



Keine Alltagssituation ist vor ihnen sicher – mit einem gnadenlosen Mix aus Stand-Up-Comedy, Parodie und Slapstick, scheitern die beiden konsequent in allen Lebenslagen und sorgen für beste Unterhaltung. Während der beinharte Newcomer Brosius bei diversen Comedy-Events einen Preis nach dem anderen abräumt, sitzt sein Bühnen- und mikrofonerprobter Bühnenkompagnon Kunz schon lange fest im Sattel. Gemeinsam lassen die beiden es mächtig krachen und sorgen für ein turbulentes Live-Erlebnis!

Am Samstag, dem 26.0 September 2020 findet um 20:00 Uhr die Lesung „Hollyfood - die gesammelten Gemüsekrimis“ ebenfalls in der Stadthalle statt.



Mit dem Essen spielt man nicht? Dietmar Bertram schon. Und wie! Heute präsentiert er Ihnen seine härtesten und frischsten Fälle. Als Ermittler erweckt er echtes Obst und Gemüse zum Leben - oder mordet es genüsslich dahin... - Kleinkunst-kost vom Feinsten! Musikalisch wird er unterstützt durch Jürgen Demant. Mit seinen skurrilen Gemüse-Kurz-Krimis ganz im Stile des Film Noir hat Dietmar Bertram, Gewinner zahlreicher Puppetry Slams, ein Genre erfunden, das sein Publikum mehr als begeistert! Jeder einzelne Kurz-Krimi dauert 10 bis 15 Minuten. Das Geschehen auf dem Tisch wird auf eine Großbildleinwand übertragen! Der Eintritt beträgt für beide Veranstaltung jeweils 14,- Euro, bzw. im Vorverkauf 12,- Euro.

## Exkursion im Seichbühl

Begegnung mit Nachteulen, Spannern und Spinnern

Sie sind die Unbekannten unter den Schmetterlingen: Nachtfalter. Im Gegensatz zu ihren Verwandten, den bekannten Tagfaltern, sind Nachtfalter vornehmlich nacht- bzw. dämmerungsaktiv und entziehen sich damit sehr schnell unseren Blicken. Kaum jemand ahnt jedoch, wie groß die Vielfalt der nächtlichen Falterwelt in Deutschland ist, denn Nachtfalter bilden überraschenderweise die überwiegende Mehrheit. Wer kennt schon die Ahorn-Rindeneule, den Violettgrauen Eulenspinner, den Hellen Schmuckspanner oder den Blaukopf? Das sind nur wenige der Arten, die im Bereich des Geschützten Landschaftsbestandteils „Seichbühl von Nauheim“ vorkommen, informiert die Untere Naturschutzbehörde des Kreises Groß-Gerau.

Bei einer Exkursion mit dem Titel „Begegnung mit Nachteulen, Spannern und Spinnern“ werden am Freitag, 4. September 2020, interessante Informationen über das Leben dieser Tiere vermittelt, verschiedene Nachtfalterarten können hautnah beobachtet werden. Die Veranstaltung dauert von 20 bis ca. 22 Uhr. Die Leitung übernimmt der Nachtfalter-Experte Erik Opper. Treffpunkt zur Exkursion ist der Aldi-Parkplatz in Nauheim, Mainzer Landstraße 18. Es wird empfohlen, lange Hosen anzuziehen und ein Mobiltelefon mitzunehmen. Die aktuell gültigen Abstands- und Hygieneregeln gemäß der Corona-Kontakt- und Betriebsbeschränkungsverordnung sind während der Veranstaltung zu beachten; ein Datenerfassungsbogen muss ausgefüllt werden. Es können maximal 20 Interessierte teilnehmen. Anmeldung bei der Unteren Naturschutzbehörde, telefonisch unter 06152 989-676 (Siebert) oder per Mail an [Veranstaltungsreihe-Naturschutz@kreisgg.de](mailto:Veranstaltungsreihe-Naturschutz@kreisgg.de).

Meldenflureule; als Vertreter der Eulenfalter ein typischer Nachtfalter.

Foto ©entomart/wikipedia



## Dachdeckermeister Frank Oehme GmbH



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

Dacharbeiten  
Dachspenglerei  
Flachdachsanieierung  
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

## Der Elektro-Pabst



### Rainer Pabst

Elektromeister



Elektroinstallationen aller Art

Weidstr. 23 · 64560 Riedstadt-Godd. · Tel. 06158/184991  
Mobil 01 75/8 50 4600 · Fax 0 61 58/18 49 92  
[www.der-elektro-pabst.de](http://www.der-elektro-pabst.de) · [info@der-elektro-pabst.de](mailto:info@der-elektro-pabst.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 Dierl Verlag und Medienservice GmbH**  
(Tel. 06151 3929844, Fax - 3929847, [krimi@udvm.de](mailto:krimi@udvm.de))

# „Vielfalt im Carree“ Verkaufstage im Herzen der City



Foto: Carree Darmstadt



Foto: Gerhard Hill



Foto: Matthias Däumler



„Koppsalad“, ein Spiel für Kenner der Region, wird im Rahmen von „Vielfalt im Carree“ vorgestellt.

Foto: Arthur Schönbein

(as) Am 18. und 19. September gibt es in der Darmstädter Innenstadt viel zu sehen und zu erleben. An diesen beiden Tagen heißt es jeweils von 10-19.00 Uhr „Vielfalt im Carree – Verkaufstage im Herzen der City“.

Ein Termin für die ganze Familie, auch an die Kinder ist gedacht. So gibt es etwa ein lebensgroßes Mammut aus dem Odenwald zu bestaunen. Die Eltern können sich am gleichen Stand über den Beruf der Elfenbeinschnitzer informieren und auch Schmuck kaufen.

Organisiert wird das alles von der UDVM GmbH, Verlag und Veranstaltungsagentur aus Darmstadt. Geschäftsführer Ulrich Diehl: „Wir hatten in diesem Jahr einige Messen in Darmstadt und Umgebung geplant. Diese mussten wir aufgrund der Corona-Pandemie leider alle absagen. Trotzdem wollten wir unseren Kunden die Möglichkeit geben, sich zu präsentieren.“ Gemeinsam mit dem Quartiersmanager des Carree entstand die Idee, dort bunte Verkaufstage anzubieten. Die Örtlichkeiten ermöglichen die Einhaltung der Corona-Vorschriften, auch die Aussteller zeigten sich begeistert von dem Konzept.

„Unser Büro befindet sich am Marktplatz, direkt um die Ecke. Ich sehe täglich viele leerstehende Geschäfte in der Innenstadt. Wir möchten dazu beitragen, dass die City wieder belebt wird!“ sagt Ulrich Diehl. Sein Tipp für Besucher? „Wir haben einen bunten Mix, da ist wirklich für jeden etwas dabei. Aber ganz besonders freue ich mich über die Vorstellung des Familienspiels ‚Koppsalat‘. Autor Hans Werner Mayer präsentiert es und signiert freitags zwischen 14 und 16 Uhr die ersten Exemplare.“

Außerdem zeigen weitere regionale Künstler wie etwa Kurt Höffner ihre Arbeiten. „Made in Südhessen“, Werbepattform und Netzwerk für Unternehmen in der Region, ist vor Ort, Grafiker Claus-Jürgen Junglas zeichnet individuelle „Maden“, der Symbolfigur von „Made in Südhessen“. Am Stand des Lionsclub Darmstadt-Castrum kann man Produkte von „Cottage Garden“ erwerben, der Erlös geht an einen guten Zweck. Dazu werden in verschiedenen, zurzeit leerstehenden Geschäften im Carree, Waren und Produkte präsentiert. Es gibt viel zu entdecken!

„Vielfalt im Carree“ - Verkaufstage im Herzen der City

Freitag / Samstag, 18. und 19. September, 10-19.00 Uhr

Coronabedingt sind folgende Regeln zu beachten:

- Der gebotene Mindestabstand von 1,5 Meter zwischen Personen muss eingehalten werden.
- Persönliche Nahkontakte sollten vermieden werden (Händeschütteln oder Umarmungen).
- Hygieneregeln sollten eingehalten werden (Händewaschen, Hust- und Nies-Etiquette).
- Hygieneartikel sollten zur Verfügung stehen.
- Es wird empfohlen Mund-Nasen-Bedeckungen zu tragen.
- Regelmäßige Desinfektion von Handkontaktflächen.
- Regelmäßiges intensives Lüften.

## Ortsgericht Crumstadt

Der Ortsgerichtsvorsteher von Crumstadt, Günter Bernhard, hat gegenüber der Stadtverwaltung mitgeteilt, dass er noch bis Montag, 21. September in Urlaub sein wird.

Für ortsgerichtliche Angelegenheiten steht in diesem Zeitraum der stellver-

tretende Ortsgerichtsvorsteher, Klaus Schneider, wohnhaft Walther-Rathenau-Straße 8 zur Verfügung. Zur Terminvereinbarung ist eine telefonische Kontaktaufnahme unter der Rufnummer 985472 sinnvoll.

## ENTEGA schafft Naturräume

### Platz für Honigbienen und ihre wilden Schwestern geschaffen

Im Rahmen des Projekt „ENTEGA schafft Naturräume“ sind jetzt auch Honigbienen im Auftrag der ENTEGA unterwegs. Christian Gudenau, ENTEGA-Mitarbeiter und passionierter Hobby-Imker, hat im Mai dieses Jahres zwei Bienenstöcke auf dem Gelände des Wasserhochbehälters Oberfeld in Darmstadt aufgestellt. Die beiden Bienenvölker haben sich seitdem sehr gut entwickelt und sammeln fleißig Honig für das Unternehmen. Am 15. Juli konnte Christian Gudenau rund 50 Kilo Honig ernten. Der Honig soll später als süßes Präsent zum Beispiel an Geschäftspartner weitergeben werden. Die Fläche rund um den Wasserhochbehälter Oberfeld eignet sich hervorragend für Honigbienen und ihre wilden Schwestern. Auf dem rund 30.000 Quadratmeter großen, umzäunten Gelände gibt es viel Natur. Heimische Gehölze und eine große Wildblumenwiese wurden vor Jahren angelegt und haben sich prächtig entwickelt. Und auch im nahegelegenen Wald und auf den umliegenden Feldern finden die Bienen genügend Nahrung. Im Rahmen des Projektes „ENTEGA schafft Naturräume“ wurde Ende 2019 das Gelände weiter ökologisch aufgewertet. Ein Totholzbiotop und ein Steinhäufchen bilden neue Lebensinseln für Vögel, Eidechsen, Kleinsäuger und Insekten. Die rund 14.000 Quadratmeter große Wiese wird nur noch extensiv bewirtschaftet. Das fördert die Vielfalt an Wildblumen und schafft so neue Nahrungsquellen für Bienen und Schmetterlinge.

„Wir haben das Projekt ‚ENTEGA schafft Naturräume‘ im Jahr 2019 ins Leben gerufen, um unseren Beitrag

zum Naturschutz zu leisten und die Biodiversität zu fördern“, erläutert Marcel Wolsing, Leiter des Nachhaltigkeitsmanagements. „Wir folgen damit einem Aufruf der hessischen Landesregierung zum Erhalt der Artenvielfalt und wir orientieren uns an dem Maßnahmenprogramm der Wissenschaftsstadt Darmstadt zum Schutz der Biodiversität“. Das Thema ist für das Unternehmen nicht gänzlich neu, bereits seit vielen Jahren werden auf dem Gelände des Darmstädter Zentralkläranwerkes Biotop angelegt und gepflegt.

Die Anregung für das Projekt kam aus einer Ideenwerkstatt, die 2019 mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern durchgeführt wurde. Systematisch werden seitdem im Unternehmen geeignete Flächen gesucht und diese dann naturnah umgestaltet. Heimische Bäume und Sträucher werden gepflanzt, Wildblumenwiesen angelegt, Kleinbiotop angelegt und Nisthilfen für Wildbienen und Vögel aufgestellt. Aktuell werden solche Maßnahmen auch an der ENTEGA-Hauptverwaltung in Darmstadt und an zwei Umspannlagern der Tochtergesellschaft e-netz Südhessen in Dieburg und Breuberg umgesetzt. Nach und nach werden weitere Liegenschaften einbezogen. Der Wasserhochbehälter Oberfeld wurde im Jahr 1988 errichtet. Zwei jeweils 15.000 Kubikmeter Trinkwasser fassende Betonbehälter sind dort in das Erdreich eingelassen. In verbrauchersarmen Zeiten wird Trinkwasser aus den umliegenden Trinkwasserbrunnen in den Hochbehälter gepumpt und sichert dann bei hohen Verbräuchen die Trinkwasserversorgung in Darmstadt.



## Die Leiterin der Justizvollzugsanstalt Weiterstadt



sucht ab 01.01.2021 eine/n

### Mitarbeiter/in (m/w/d) im mittleren Vollzugs- und Verwaltungsdienst

Die Einstellung erfolgt zunächst im Beschäftigungsverhältnis in Vollzeit (40 Stunden/Woche) und ist zunächst befristet bis 30.11.2022.

Anforderungen sind eine abgeschlossene Berufsausbildung im Bereich der öffentlichen Verwaltung oder eine vergleichbare förderliche Ausbildung oder berufliche Qualifikation; keine Vorstrafen (Einverständnis für eine Sicherheitsüberprüfung muss vorliegen); gesundheitliche Eignung; Führerschein Klasse B; Engagement; Flexibilität; Eigeninitiative und Verantwortungsbewusstsein.

Gute Kenntnisse der deutschen Sprache in Wort und Schrift und ein verbindliches, freundliches, korrektes, sicheres Auftreten und Teamfähigkeit werden ebenfalls erwartet.

Darüber hinaus werden Belastbarkeit, Servicebewusstsein und die Fähigkeit zu selbständigem Arbeiten - nach entsprechender Einarbeitungszeit - vorausgesetzt, sowie die Bereitschaft, sich engagiert und verantwortungsvoll den besonderen Anforderungen einer Tätigkeit im Justizvollzug zu stellen. Zu Ihren persönlichen Stärken gehören eine gute Auffassungsgabe, mündliche und schriftliche Ausdrucksfähigkeit, Konfliktfähigkeit und soziale Kompetenz. Erfahrungen im Bereich des öffentlichen Dienstes, Kenntnisse im Vollzugs- und Verwaltungsrechts, Fremdsprachenkenntnisse und interkulturelle Kompetenz sind von Vorteil.

Die Vergütung erfolgt zunächst für die Dauer der Probezeit nach Entgeltgruppe 4 TV-H. Anschließend kann eine Höhergruppierung in die Entgeltgruppe 6 TV-H erfolgen.

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.

Der hessische Justizvollzug fördert aktiv die Gleichstellung aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Wir begrüßen deshalb im Rahmen der rechtlichen Vorgaben für die ausgeschriebene Stelle Bewerbungen von allen Menschen, unabhängig von deren Geschlecht, kultureller und sozialer Herkunft, Alter, Religion, Weltanschauung, Behinderung oder sexueller Orientierung.

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 bis

**15.10.2020**

an die Leiterin der Justizvollzugsanstalt Weiterstadt, Vor den Löserbecken 4, 64331 Weiterstadt oder an Poststelle@JVA-Weiterstadt.justiz.hessen.de.

Für telefonische Informationen steht Ihnen Herr Sonnenberg (06150-102-1010) gerne zur Verfügung.

# 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

