

FORUM MAGAZIN

26. Jahrgang · Ausgabe 1/2022
www.forum-magazin.de

Januar 2022

DAS MONATSMAGAZIN FÜR
KULTUR, VERANSTALTUNGEN,
HANDEL UND GEWERBE



2022

 **ZahnExperten
in Weiterstadt**
Gabriela Bernhard & Kollegen

**IMPLANTATE MIT
3D-PLANUNG**



www.Zahnexperten-Weiterstadt.de

Weiterstadt bietet jetzt eines der modernsten Zahnzentren im Rhein-Main-Gebiet
IHRE EXPERTEN FÜR ZAHNMEDIZIN UNTER EINEM DACH

UNSER BEHANDLUNGSSPEKTRUM AUF EINEN BLICK:

- Ästhetische Zahnheilkunde
- Endodontie mit Mikroskop
- Entfernung der Weisheitszähne
- Funktionsdiagnostik/-therapie von Kiefergelenkstörungen (CMD)
- Ganzheitliche Zahnmedizin
- Implantate mit 3D-Planung
- Knochenaufbau
- Laserbehandlung
- Parodontologie
- Prophylaxe
- Vollnarkose

ZahnExperten in Weiterstadt Brunnenweg 7 • 64331 Weiterstadt • TEL 06150 4710

Schnee zauber

22.11.-08.01.

1 MIO. LICHTER
UND SCHNEEFALL-
GARANTIE

loop5

INHALT FORUM

Impressum	Seite 3
Auto-Mobil	Seiten 4 - 5
Gesund und Fit	Seiten 6 - 9
Veranstaltungskalender	Seiten 10 - 11
Kirchentermine	Seiten 12 - 13
Tier des Monats	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

Foto: Pixabay

Anzeigen: Angelika Giesche (Tel. 0171 2467305)

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 (außer mit Aufschrift „Bitte keine Werbung“) in Groß-Gerau/ Dornheim, Crumstadt, 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 Crumstadt, 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 Februar-Ausgabe des FORUM Magazins ist am 29. Januar 2022

FORUM
MAGAZIN

Der Anzeigen- und Redaktionschluss für die nächste Ausgabe ist am Montag, 17. Januar 2022.



Büchereileiterin Anja Stark, Bürgermeister Marcus Kretschmann, Klaudia Kopp und Kulturbüroleiter Marco Hardy bei der Ehrung in der Bücherei Erfelden.

Foto: haza-foto

Immer die passende Leseempfehlung

Die langjährige ehrenamtliche Büchereimitarbeiterin Klaudia Kopp erhält den Ehrenbrief der Büchnerstadt Riedstadt

Über beträchtliche konspirative Fähigkeiten verfügt nicht nur Büchereileiterin Anja Stark, sondern auch die Familie Kopp. Als die langjährige ehrenamtliche Büchereimitarbeiterin Klaudia Kopp an diesem Dienstagvormittag zur Stadtteilbücherei Erfelden kommt, staunt sie nicht schlecht, vor der Tür Ehemann Reinhold zu sehen, der sie am Morgen noch unschuldig verabschiedet hatte.

Noch größer ist die Verwunderung, als auch noch Bürgermeister Marcus Kretschmann, die Büchereileiterin sowie Kulturbüroleiter Marco Hardy erscheinen und schließlich Tochter Tina Thomas mit Enkel Hugo (vier Jahre) die Bücherei betritt. „Wir sind alle hier, weil Sie eine Chefin haben, die Ihre hier über so viele Jahre geleistete Arbeit so hervorragend findet, dass sie sie gewürdigt wissen wollte. Auf ihren Antrag hat der Magistrat beschlossen, Sie mit dem Ehrenbrief der Büchnerstadt Riedstadt auszuzeichnen“, löst Bürgermeister Kretschmann das Rätsel auf.

Weil in Pandemiezeiten keine richtige Feier möglich ist, Büchereileiterin Stark aber dennoch einen würdigen Rahmen für die Verleihung wollte,

hatte sie Kontakt mit der Familie aufgenommen, die Stillschweigen bewahrte. Die Überraschung ist gelungen: „Damit habe ich wirklich überhaupt nicht gerechnet“, sagt sichtlich gerührt Klaudia Kopp. Aus den Händen des Bürgermeisters erhält sie den Ehrenbrief mit der Ehrennadel sowie einen Präsentkorb mit Leckereien.

Am 1. Januar 2022 beginnt das zwölfte Jahr, in dem Kopp ehrenamtlich mit viel Engagement die Stadtteilbücherei Erfelden betreut. „Sie ist mein fleißiges Bienchen“, erklärt die Büchereileiterin. Sie kenne die Leserinnen und Leser in Erfelden sehr genau und könne auf Anhieb passende Leseempfehlungen geben. Außerdem kümmere sie sich auch mit großer Sorgfalt um den Bestand und Sorge mit dafür, dass die Bücherei Erfelden in einem so gepflegten Zustand sei, betonte Stark.

Zurzeit stellt Kopp zwar noch Bücherpakete zusammen, arbeitet aber wegen der Pandemie ausschließlich im Hintergrund. Eine Arbeit, die Büchereileiterin Stark sehr zu schätzen weiß.

Suchen Monteure (m/w/d)

für die Montage von

- Bauelementen (u.a. auch Rollläden, Jalousien)
- Markisen • Schlosserarbeiten/Geländerteilen u.a.

- FS Kl. 3 (B), evtl. FS Kl. 2 (CE, CE1E) • abgeschlossene Berufsausbildung mit entspr. Berufserfahrung • selbstständiges Arbeiten • Flexibilität, Teamfähigkeit und Spaß an der Arbeit

Interessiert? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung

WULF & BERGER GMBH

Hessenring 11, 64572 Büttelborn
06152-97909-0, info@wulf-berger.de



Winterreifen für Fahrräder im Test

Mehr Grip auf Schnee und Eis / Spikes nur im Extremfall ratsam

Immer mehr Fahrradfahrer nutzen ihr Rad auch im Winter. Bei Eis und Schnee auf den Straßen und Fahrradwegen besteht mit normaler Bereifung jedoch Rutschgefahr. Der ADAC und der Touring Club Schweiz (TCS) haben acht spezielle Winterreifen für Fahrräder untersucht, teilweise auch mit Spikes. Das Ergebnis: in jedem Fall ein besserer Grip.

Winterreifen für Autos sind etabliert, auch gesetzlich erfordert die „situative Winterreifenpflicht“ eine entsprechende Ausrüstung für Pkw. Für Fahrräder ist das nicht notwendig, aber unbedingt ratsam. Die untersuchten Winterreifen Schwalbe Marathon GT 365, Continental Top Contact Winter, Michelin Star Grip und Nokian Rollspeed W mit ihren weicherer Gummimischungen und angepassten Profilen unterscheiden sich nicht wesentlich untereinander, haften jedoch alle deutlich besser als der Vergleichs-Sommerreifen (Schwalbe Marathon). Auch die Bremswege auf Schnee sind im Schnitt um 16 Prozent kürzer als mit dem Sommerreifen, auf eisglatter Fahrbahn können jedoch nur Spikes wirklich Sicherheit bieten. Allerdings sind diese auf As-

phalt unangenehm zu fahren und nur da zu empfehlen, wo im Winter die Straßen nicht geräumt werden und man tatsächlich zumeist auf Schnee unterwegs ist.

Um für alle Beläge im Winter optimal gerüstet zu sein, bietet der Retyre aus Skandinavien eine innovative Lösung: Hier wird über einen Basis-Sommerreifen bei Bedarf eine zweite Haut mit Winterprofil und Spikes aufgezogen, und zwar bequem mittels zweier seitlicher Reißverschlüsse. Dieser Reifen bietet durch seine Wandlungsfähigkeit auf allen Belägen optimale Voraussetzungen und sticht deshalb aus den untersuchten anderen Spike-Reifen Schwalbe Marathon Winter Plus, Continental Contact Spike 240 und Kenda Klondike Skinny hervor. Prinzipiell empfiehlt der ADAC, im Winter den Reifendruck auf ca. 2 bis 3 bar zu reduzieren, um durch die dann breitere Auflagenfläche mehr Haftung zu haben. Auch die Vorderbremse gilt es nur dosiert einzusetzen, vor allem wenn man ohne Spikes unterwegs ist. Reflektierende Kleidung sowie ein Helm sind nicht nur im Winter, aber da vor allem ratsam. (Quelle: ADAC)



Foto: ©TCS/Emanuel Freudiger



Maut 2022: Österreich-Pickerl und Schweiz-Vignette werden teurer

Digitale Vignette bei Kauf in der ADAC Geschäftsstelle sofort gültig

Autofahrer, die regelmäßig ins benachbarte Ausland fahren, können ab sofort die Vignetten 2022 für Österreich und die Schweiz kaufen und nutzen. Die Jahresvignetten 2021 sind noch bis einschließlich 31. Januar 2022 gültig.

Die österreichischen Vignettenpreise wurden für 2022 leicht erhöht. Der neue Preis für die Pkw-Jahresvignette beträgt 93,80 (+ 1,30 Euro), für zwei Monate 28,20 (+ 40 Cent), und das 10-Tages-Pickerl kostet jetzt 9,60 Euro (+ 10 Cent). Auch Motorradfahrer müssen tiefer in die Tasche greifen: Die Jahresvignette kostet nun 37,20 (+ 50 Cent), die Zwei-Monats-Vignette 14,10 (+ 20 Cent) und die 10-Tages-Vignette 5,60 Euro (+ 10 Cent).

Autofahrer, die eine Jahresvignette für die Schweiz brauchen, müssen nun 39 Euro bezahlen. Die Preiserhöhung um 50 Cent ist dem Wechselkurs geschuldet, in der Schweiz kostet sie nach wie vor 40 Franken.

Ausnahmen von der Vignettenpflicht in Österreich

Auf folgenden Autobahnabschnitten in Österreich wird keine Maut verlangt. Diese Streckenabschnitte sind für deutsche Urlaubsreisende von Bedeutung:

- Inntalautobahn A12 (zwischen der Staatsgrenze bei Kufstein und der Anschlussstelle Kufstein-Süd)
- Westautobahn A1 (zwischen der Staatsgrenze am Walserberg und der Anschlussstelle Salzburg-Nord)
- Rheintal/Walgau-Autobahn A14 (zwischen der Staatsgrenze bei Hörbranz und der Anschlussstelle Hohenems)

• Linzer Autobahn A26 (derzeit noch im Bau)

Vorsicht beim Kauf der Digitalen Vignette für Tschechien

Das tschechische Verkehrsministerium warnt vor unautorisierten Verkaufsstellen, an denen oft überhöhte Preise und Gebühren verlangt werden. Es empfiehlt daher dringend, die nur noch digital erhältliche Vignette bereits vorab über das deutschsprachige Online-Portal des staatlichen tschechischen Vignettenvertriebs (SFDI) zu erwerben – das spart Zeit und Nerven.

Die Preise der tschechischen Autobahn-Vignetten:

- 10-Tages-Vignette: 310 Tschechische Kronen (ca. 11,70 Euro)
- Monatsvignette: 440 Tschechische Kronen (ca. 16,70 Euro)
- Jahresvignette: 1500 Tschechische Kronen (ca. 56,80 Euro)

Alles Wissenswerte rund um die Autobahnmaut in Tschechien ist aktuell beim ADAC im Internet verfügbar.

Produktangebot

Die Vignetten für Österreich und die Schweiz sind ab sofort in allen ADAC Geschäftsstellen, beim ADAC online sowie telefonisch unter 0 800 5 10 11 12 (kostenfrei, Mo. - Sa.: 8 - 20 Uhr) erhältlich.

Wird die Digitale Vignette für Österreich in der ADAC Geschäftsstelle gekauft, ist sie sofort nutzbar. Online gekauft ist sie wegen des Rücktrittsrechts im Fernabgabegesetz frühestens ab dem 18. Tag nach Erwerb gültig.

(Quelle: ADAC Medien und Reise GmbH)

Zweirad-Shop ENGLER

Meisterbetrieb

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

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

64579 Gernsheim, Alte Landstraße 14, Tel. 06258-2296

Fax 06258-52146, zweiradshopengler@t-online.de

Wir reparieren auch woanders gekaufte Motorroller, Fahrräder usw.



Kfz.-Meisterbetrieb

Herbert Brandt

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

Römerstr. 20

(Nähe McDonald's)

64560 Riedstadt-Goddelau

Telefon 06158/915896

Telefax 06158/915897

Montag-Freitag 8.00 - 18.00 Uhr

Radfahren trotz Eis und Schnee

Ein guter Winterdienst und ein winterfestes Fahrrad schaffen mehr Sicherheit

Der Radverkehr in Deutschland boomt. Damit dieser positive Trend auch im Winter anhält, muss jedoch für mehr Sicherheit auf den Radwegen gesorgt werden. Denn am meisten fürchten Winterradler einen Sturz auf glattem Untergrund, so das

Ergebnis einer Umfrage des ADAC. Und aktuelle Studien zeigen, dass das Risiko von Stürzen und Verletzungen für Radfahrer bei Glätte etwa 20-mal höher ist als bei normaler Witterung. Ratsam ist dabei der Einsatz von Feuchtsalz oder reiner Salzlösung. Die Salzlösung hat den Vorteil, dass sie in sehr geringen Mengen ausgebracht werden kann und besser auf der Fahrbahn haftet. Weitere Informationen zum Einsatz von Salz im Winterdienst gibt es unter www.vks-kalisalz.de.

(Quelle: djd)

Foto: djd/Verband der Kali- und Salzindustrie/Getty Images/Canetti



„Das sind wir!“

Büttner & Rade GmbH seit 35 Jahren standorttreu

Seit über 35 Jahren betreut Auto Büttner & Rade GmbH in ganz Riedstadt, Darmstadt und Umgebung Kunden an ihrem Standort in Riedstadt-Goddelau.

Der Kfz-Meisterbetrieb führt nicht nur Reparaturen aller Marken durch, sondern bietet unter anderem Diagnosearbeiten, Unfallinstandsetzungen, Wohnmobilservice und vieles mehr, an.

Hauptuntersuchungen werden drei Mal pro Woche, durch einen staatlich anerkannten Prüfer, angeboten und die Abgasuntersuchung wird vor Ort durch das hauseigene, geschulte Personal durchgeführt.

Sie wohnen mehrere Kilometer entfernt? Sie wollen, während des Werkstattaufenthaltes Ihres Autos, mobil bleiben? Kein Problem! Bei Auto Büttner & Rade steht nach Absprache ein kostenloser Mietwagen zur Verfügung.

Nachdem sich das Team vergrößert hat, erweitert sich das Angebot.

Durch Sportwagen- und Motorsport-erfahrung, unserer neuen Mitarbeiter, wird exklusiv in Riedstadt erstklassiger Sportwagenservice angeboten.

Als KW, Null-bar und BBS Partner bietet der Meisterbetrieb aus Riedstadt-Goddelau auch individuelle Fahrzeugumbauten im Bereich Gewindefahrwerke, Luftfahrwerke, Felgen und vieles mehr an. Eine Achsvermessung im Haus beugt zudem unnötig hohem Reifen- und Materialverschleiß vor.

Auch individuelle Anfragen finden hier Gehör. Für jedes Anliegen wird eine Lösung angeboten.

Und es geht noch vieles mehr. Per Mail an info@autobuettnerade.de können Termine vereinbart oder auch Anliegen vorgebracht werden. Natürlich ist das Team von Büttner & Rade auch telefonisch unter der 06158-1347 erreichbar.

Wer sich zunächst ein Bild über die angebotenen Leistungen und das Team von Auto Büttner & Rade verschaffen möchte, kann dies über die Homepage autobuettnerade.de oder in einem persönlichen Gespräch gerne tun.

Auto Büttner & Rade GmbH
Im Entenbad 3,
Riedstadt-Goddelau



Auto Büttner & Rade

Kfz-Meisterbetrieb

Unsere Leistungen:

- » Reparaturen aller Marken
- » Achsvermessung
- » Sportwagenservice
- » Reifen-Service
- » Inspektionsservice
- » Autoglas
- » Fahrzeugdiagnose
- » Klima-Service
- » Unfallinstandsetzung
- » HU/AU*

*Hauptuntersuchung nach §29 StVZO, durchgeführt durch externe Prüferingenieur einer amtlich anerkannten Überwachungsorganisation.

**Seit über 35 Jahren immer
am gleichen Standort!
Ihr Kfz-Meisterbetrieb in Goddelau**



Im Entenbad 3
64560 Riedstadt-Goddelau
Telefon 06158 1347
info@autobuettnerade.de

**Wir kaufen Wohnmobile
+ Wohnwagen**
03944-36160 www.wm-aw.de Fa.

**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

AUTOGLAS WUTZKE VORORT-SERVICE
Ihr Partner für Fahrzeugverglasung
Mobile Scheiben-Montage
Scheibentönungen
Steinschlag-Reparaturen
06158-918173
www.autoglas-wutzke.de

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

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

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

www.forum-magazin.de

Spende und werde ein Teil von uns.
seenotretter.de
#teamseenotretter





Aktiv durch den Winter

Training in der kalten Jahreszeit

Die kalte Jahreszeit lässt vielen Menschen ihren inneren Schweinehund unüberwindbar scheinen. Sportliche Aktivitäten bleiben auf der Strecke und die Weihnachtsplätzchen schmecken besonders gut. Bewegung an der frischen Luft ist jedoch auch im Winter wichtig, um gesund und glücklich zu bleiben.

Wenn es draußen kalt, dunkel und ungemütlich ist, legen viele Menschen ihr gewohntes Sportprogramm vorübergehend auf Eis. Doch selbst bei Minusgraden sollte regelmäßige Bewegung fest in den Alltag integriert werden. „Sport ist die optimale Auszeit, um dem Vorweihnachtsstress hin und wieder zu entkommen. Zugleich tut er Körper und Geist besonders gut und beugt sogar möglichen Festtagspfunken vor. Ob im Freien, in einer Sporthalle oder einem Studio ist dabei erst einmal egal“, sagt Katharina Steinbach, Sportwissenschaftlerin bei der Barmer. Bewegung im Freien stärkt das Immunsystem und hebt die Laune. Außerdem benötigt der Körper an kalten Tagen besonders viel Energie, um seine Normaltemperatur zu halten und verbrennt dementsprechend mehr Kalorien.

Mit Tipps und Tricks durch die kalten Tage

Ob beim Joggen, Schlittschuhlaufen oder einem ausgiebigen Spaziergang – die Kleidung sollte den Temperaturen angepasst werden. Am besten eignet sich hierfür das bewährte Zwiebelprinzip, bei dem mehrere dünne Kleidungsschichten übereinander gezogen werden. „Beim Joggen oder einem Spaziergang ist das

richtige Schuhwerk entscheidend. Es sollte viel Stabilität bieten und zudem ein Profil haben, welches die Schuhe möglichst rutschfest macht. Wer seine sportlichen Aktivitäten in den Morgen oder Abend legt, sollte zudem Reflektoren auf der Kleidung anbringen, um sich bei Dunkelheit erkenntlich zu machen“, rät Steinbach. Faustregel für die ideale Kleidung ist ein leichtes Frieren beim Hinausgehen, welches sich jedoch mit Beginn der sportlichen Aktivität legt. Bei einer Außentemperatur von weniger als -10°C, einer Erkältung oder einem grippalen Infekt sollte man zudem auf Sport im Freien verzichten. Um Verletzungen vorzubeugen, empfiehlt es sich, jede Trainingseinheit mit dem Aufwärmen zu beginnen und mit einigen Dehnübungen abzuschließen.

Gemeinsam aktiv werden

Ob alleine oder gemeinsam mit der Familie oder Freundinnen und Freunden – sportliche Aktivitäten sollten ganzjährig zum Alltag gehören. Um den familiären Frieden in der Winterzeit zu wahren, kann es sehr hilfreich sein, Bewegungsmangel bei allen Familienmitgliedern zu vermeiden. „Vor allem moderater Ausdauersport sorgt für Ausgeglichenheit und Zufriedenheit. Die dabei freigesetzten Glückshormone, sogenannte Endorphine, sind sehr wichtig für die psychische Gesundheit“, so Steinbach. Als gemeinsame Aktivität eignet sich beispielsweise ein ausgiebiger Adventslauf mit der gesamten Familie, eine Schlittenfahrt oder ein Ausflug zum Eislaufen.

(Quelle: BARMER)

Wenn der Griff zum Nasenspray zur Routine wird

Die Erkältungszeit ist im vollen Gange. Sobald die verstopfte Nase das Atmen erschwert, greifen viele Menschen zu einem abschwellenden Nasenspray. Wird dieses jedoch über einen langen Zeitraum verwendet, kann ein Gewöhnungseffekt eintreten und ernstzunehmende Folgen haben.

Ein kurzer Sprühstoß und schon ist die Nase frei. Das allseits bekannte Nasenspray rettet in den kalten Wintermonaten vielen Menschen sowohl den Tag als auch die Nacht. Als eines der meistverkauften Medikamente bei akutem Schnupfen kann es jedoch bei zu langer Anwendung abhängig machen. „Nasenspray sollte in der Regel nicht länger als eine Woche verwendet werden. Denn mit der Zeit gewöhnt sich die Nasenschleimhaut an das Medikament, sodass die Wirkung schnell wieder nachlässt. Die Nasenschleimhaut schwillt dann nur kurzzeitig ab und wird schnell wieder dicker. Der nächste Griff zum Spray ist dann bereits vorprogrammiert“, warnt Heidi Günther, Apothekerin bei der Barmer. Das rezeptfreie Medikament sollte höchstens drei Mal am Tag verwendet werden, um diesen Gewöhnungseffekt zu verhindern.

Bewusstsein für Anzeichen und Folgen stärken

Um eine Abhängigkeit angehen zu können, ist es besonders wichtig, ihre Anzeichen frühzeitig zu erkennen und sich den möglichen Folgen bewusst zu sein. Sollte das Mittel über einen längeren Zeitraum verwendet und die Dosis im Laufe der Zeit gesteigert werden, ist Vorsicht geboten. Auch wenn es Probleme bereitet, das Haus ohne ein Nasenspray zu verlassen, deutet dies auf ein Suchtverhalten hin. „Nasenspraysüchtige sind oftmals häufiger krank und die Erkältungen halten besonders lange an. Denn auf Dauer wird der natürliche Schutzmechanismus der Nase beschädigt und bietet

Krankheitserregern ein leichtes Spiel. Ist das Gewebe stark beschädigt, können sich Bakterien ausbreiten und faulige Substanzen absondern. Diese verursachen einen unangenehmen Geruch“, so Günther. Außerdem trocknen die Inhaltsstoffe des Sprays die Nasenschleimhaut stark aus, sodass diese im Laufe der Zeit sehr trocken wird und Nasenbluten entstehen kann.

Entwöhnung und alternative Mittel

Die Entwöhnung kann auf verschiedenen Wegen stattfinden. Sollte das Nasenspray noch nicht allzu lange verwendet werden, kann ein kalter Entzug Wirkung zeigen. Dafür bietet es sich an, alle vorhandenen Sprays zu entsorgen. Auch ein kontinuierliches Reduzieren oder Verdünnen des Mittels kann hilfreich sein. Sollte das Medikament bereits stärkere körperliche Reaktionen auslösen, ist eine Entwöhnung unter ärztlicher Betreuung ratsam. „Wer trotz einer Erkältung freidurchatmen möchte, kann anstatt zu abschwellendem Nasenspray zu Kochsalz- oder Meersalzlösungen greifen. Eine weitere Alternative ist das Inhalieren über warmen Wasserdampf mit Pflanzenextrakten wie Kamille oder ein Erkältungsbad mit ätherischen Ölen. Diese können dabei helfen, das Nasensekret zu lösen. Außerdem befeuchten sie die Schleimhäute und oberen Atemwege“, rät Günther.

(Quelle: BARMER)



Foto: 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



Das erfahrene Team von DocSmile betreut seine Patienten kompetent und freundlich.

DocSmile - für Ihr gesundes Lächeln

- Endodontologie (mikroskopunterstützt)
- Professionelle Zahnreinigung • Implantologie • Ästhetische Zahnheilkunde • computergestützte Kiefergelenkdiagnostik (Zebri) • Parodontologie

DocSmile

Zahnarzt Lutz Schneider
Zahnärztin Ina Wegener

Kantstraße 8
64560 Riedstadt-Goddellau
phone 06158 6381
fax 06158 6608
praxis@docsmile.de
www.docsmile.de

Wichtige Notrufnummern

Polizei Notruf	110
Feuer/Notarzt/Rettungsdienst	112
Krankentransport	19222

Apotheken Notdienst

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

01.01.2022	Bären-Apotheke im Helvetia-Parc, Groß-Gerau, Helvetiastr. 5	06152/1875740
	Rolands Apotheke, Pfungstadt, Frankensteiner Str. 28	06157/2453
02.01.2022	Alrhein-Apotheke Stockstadt, Oberstraße 4	06158/83444
	Löwen-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 19	06152/92280
	Turm-Apotheke, Weiterstadt, Ernst-Ludwig-Str. 3	06150/2797
	Hermis-Apotheke, Zwingenberg, Bahnhofstr. 4	06251/73006
03.01.2022	Rathaus-Apotheke, Trebur, Hauptstr. 50	06147/439
	Eichhorn Apotheke, Seeh.-Jugenheim, Heidelberger Str. 29	06257/82177
04.01.2022	Apotheke auf Esch, Groß-Gerau, Bernhardt-Lüdecke-Str. 6	06152/54081
	Kreis Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Hauptstr. 25	06257/2226
05.01.2022	Apotheke Leeheim, Hauptstr. 55	06158/748951
	Engel Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Bergstr. 14	06257/81256
06.01.2022	Kirschberg-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 156	06155/62044
	Linden-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 33a	06152/4317
	Ring Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Am Grundweg 10	06257/84366
07.01.2022	Wilckens'sche Apotheke Goddelau, Büchnerstraße 1B	06158/2233
	Apotheke Groß-Rohrheim, Bahnhofstr. 7	06245/7277
	Engel Apotheke, Bickenbach, Darmstädter Str. 11	06257/2958
08.01.2022	Schindler Apotheke, Wolfskehlen, Lise-Meitner-Str. 8	06158/9413245
	Apotheke Worfelden, Büttelborn, Neustr. 31a	06152/2756
	Grafen-Apotheke, Weiterstadt, Darmstädter Landstr. 51-53	06150/51377
	Melibokus Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Hauptstr. 7	06257/93310
09.01.2022	Apotheke am Gesundheitszentrum Goddelau, Frh.-v.-Stein Str. 9	06158/915097
	Bären-Apotheke im Helvetia-Parc, Groß-Gerau, Helvetiastr. 5	06152/1875740
	Sonnen Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Alte Bergstr. 79	06257/64264
10.01.2022	Apotheke Büttelborn, Mainzer Str. 6	06152/55721
	Engel Apotheke, Weiterstadt, Darmstädter Str. 34	06150/10910
	Mühlen Apotheke, Pfungstadt, Mühlstr. 53	06157/7676
11.01.2022	Linden-Apotheke, Crumstadt, Friedrich-Ebert-Straße 31	06158/86201
	Gänse-Apotheke, Trebur-Geinsheim, Treburer Str. 7	06147/7995
	Linden Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 48	06155/2350
	Stadt Apotheke, Zwingenberg, Darmstädter Str. 32	06251/73021
	Liebig Apotheke, Biblis, Darmstädter Str. 51	06245/90180
12.01.2022	Rolands Apotheke, Pfungstadt-Hahn, Kirchweg 8	06157/9459888
	Apotheke am Markt, Groß-Gerau, Elisabethenstr. 3	06152/711100
	MedVital Apotheke, Weiterstadt, Rudolf-Diesel-Str. 26A	06151/864600
13.01.2022	Rhein-Apotheke, Biebesheim, Gernsheimer Str. 29	06258/98120
	Igel-Apotheke, Trebur, Alt-Astheim 12	06147/7371
14.01.2022	Falken-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 6	06155/2933
	Sonnen-Apotheke Biebesheim, Albert-Hammann-Str. 1A	06258/6205
	Rathaus-Apotheke, Groß-Gerau, Frankfurter Str. 1	06152/910739
15.01.2022	Bären-Apotheke im Helvetia-Parc, Groß-Gerau, Helvetiastr. 5	06152/1875740
	Eulen-Apotheke Gernsheim, Karlstraße 28	06258/51269
16.01.2022	Löwen-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 19	06152/92280
	St. Hildegardis-Apotheke, Gernsheim, Magdalenenstr. 65	06258/3319
17.01.2022	Stadt Apotheke Gernsheim, Wallstr. 9	06258/2103
18.01.2022	Viktoria-Apotheke im real, Groß-Gerau, Mainzer Str. 50	06152/94890
	Berchelmann'sche Apotheke, Pfungstadt, Eberst. Str. 63	06157/82071
19.01.2022	Sonnen-Apotheke, Pfungstadt, Eberstädter Str. 24	06157/2230
	Wolfsberg Apotheke, Nauheim, Waldstr. 49	06152/660188
20.01.2022	Brunnen Apotheke, Pfungstadt, Am Römer 1	06157/990619
	Löwen-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 19	06152/92280
	Apotheke Groß-Rohrheim, Bahnhofstr. 7	06245/7277
21.01.2022	Rathaus-Apotheke, Trebur, Hauptstr. 50	06147/439
	Löwen Apotheke, Pfungstadt, Eberstädter Str. 40	06157/2939
22.01.2022	Apotheke auf Esch, Groß-Gerau, Bernhardt-Lüdecke-Str. 6	06152/54081
	Franken Apotheke, Weiterstadt, Darmstädter Str. 54	06150/188518
	Konrad Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Rodauer Str. 37	06257/3402
23.01.2022	Apotheke Leeheim, Hauptstr. 55	06158/748951
	Rolands Apotheke, Pfungstadt, Frankensteiner Str. 28	06157/2453
24.01.2022	Alrhein-Apotheke Stockstadt, Oberstraße 4	06158/83444
	Spitzweg-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 19	06155/87850
	Linden-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 33a	06152/4317
	Hermis-Apotheke, Zwingenberg, Bahnhofstr. 4	06251/73006
	Liebig Apotheke, Biblis, Darmstädter Str. 51	06245/90180
25.01.2022	Eichhorn Apotheke, Seeh.-Jugenheim, Heidelberger Str. 29	06257/82177
26.01.2022	Schindler Apotheke, Wolfskehlen, Lise-Meitner-Str. 8	06158/9413245
	Apotheke Worfelden, Büttelborn, Neustr. 31a	06152/2756
	Kreis Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Hauptstr. 25	06257/2226
27.01.2022	Turm-Apotheke, Weiterstadt, Ernst-Ludwig-Str. 3	06150/2797
	Bären Apotheke, Nauheim, Königstädter Str. 38	06152/6748
	Engel Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Bergstr. 14	06257/81256
28.01.2022	Apotheke Büttelborn, Mainzer Str. 6	06152/55721
	Ring Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Am Grundweg 10	06257/84366
29.01.2022	Wilckens'sche Apotheke Goddelau, Büchnerstraße 1B	06158/2233
	Gänse-Apotheke, Trebur-Geinsheim, Treburer Str. 7	06147/7995
	Engel Apotheke, Bickenbach, Darmstädter Str. 11	06257/2958
30.01.2022	Apotheke am Markt, Groß-Gerau, Elisabethenstr. 3	06152/711100
	Konrad Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Rodauer Str. 37	06257/3402
31.01.2022	Apotheke am Gesundheitszentrum Goddelau, Frh.-v.-Stein Str. 9	06158/915097
	Kirschberg-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 156	06155/62044
	Igel-Apotheke, Trebur, Alt-Astheim 12	06147/7371
	Sonnen Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Alte Bergstr. 79	06257/64264
	Neue Apotheke, Biblis, Darmstädter Str. 50	06245/99903

Ärztlicher Notdienst

Ärztliche Notdienstzentrale Ried, Philipppshospital, **bundesweite Tel.: 116 117**
Mo., Di., Do. 19.00 bis 0.00 Uhr, Mi., Fr. 14.00 bis 0.00 Uhr, an Wochenenden, Feiertagen und Brückentagen von 8.00 bis 00.00 Uhr. Zu allen anderen Zeiten wenden Sie sich bitte an Ihren Hausarzt, oder dessen auf seinem Anrufbeantworter benannten Vertreter.

www.matratzenwelt.net

Für Ihren Schlaf sind wir hellwach!



Unser Service für Sie:

- **Fachkundige Beratung durch medizinisch geschultes Personal, auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause!**
- **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 MATRATZEN

Waldstraße 55 • 64846 Groß-Zimmern
Tel: (0 60 71) 4 28 25 • www.matratzenwelt.net

Offen: Mo.–Fr. 9:30–19 Uhr • Sa. 9:30–16 Uhr

Präsentismus ist in der Pflege weit verbreitet

Arbeiten trotz Krankheit

Viele Menschen in Deutschland tun das: Sie gehen arbeiten, obwohl sie sich krank fühlen. Dieses Phänomen nennt sich Präsentismus. In der Pflegebranche ist es besonders verbreitet, wie eine aktuelle bundesweite Befragung des AOK-Bundesverbandes unter 500 Führungskräften aus Pflegeeinrichtungen und Krankenhäusern zeigt. Danach gaben mehr als ein Drittel der befragten Führungskräfte (36 Prozent) an, in den vergangenen zwölf Monaten trotz Erkrankung arbeiten gegangen zu sein. Knapp ein Viertel der befragten Personen mit Personalverantwortung (23 Prozent) erklärten zudem, sie seien sogar entgegen dem ausdrücklichen ärztlichen Rat zur Arbeit gegangen.

„Viele Beschäftigte tendieren im Arbeitsalltag häufig dazu, eigene Belastungsgrenzen aus Loyalität zum Team zu überschreiten. Sie sind der Überzeugung, dass sie ihrem Unternehmen und den Kolleginnen und Kollegen etwas Gutes tun, wenn sie krank zur Arbeit erscheinen. Ein weiterer Grund für Präsentismus: Pflege ist ein besonderer Beruf. Pflegende



bauen eine persönliche Beziehung zu den Menschen auf, um die sie sich kümmern und fühlen sich für sie verantwortlich“, sagt Werner Winter, Experte für Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) im AOK-Bundesverband. Das spiegelt sich auch in den Antworten der befragten Führungskräfte wider: So gaben 44 Prozent der Befragten Pflichtbewusstsein, Verantwortungsgefühl oder die eigene Vorbildfunktion als Gründe für ihr Verhalten an. Knapp ein Viertel (23 Prozent) begründete es mit Personal-

mangel, jede sechste Person (16 Prozent) mit hoher Arbeitsbelastung.

Risiko für Belegschaft und Unternehmen

„Dabei birgt Präsentismus viele Risiken für Belegschaft und Unternehmen“, sagt AOK-Experte Winter. „Die Betroffenen erholen sich nicht angemessen, Krankheiten können chronisch werden und Beschäftigte fallen womöglich noch länger aus.“ Im Falle von Infektionskrankheiten können andere, etwa Teammitglieder angesteckt werden. Auch das Fehler- und Unfallrisiko steigt nachweislich. Gerade in der medizinischen und pflegerischen Versorgung können Fehler schwere Konsequenzen nach sich ziehen und kranke und pflegebedürftige Menschen in Gefahr bringen. Wertschätzende Unternehmenskultur „Die beste Vorbeugung gegen Präsentismus besteht nach derzeitigem Forschungsstand in einer wertschätzenden Unternehmenskultur, in der die Gesundheit der Beschäftigten einen hohen Stellenwert hat, aber auch Arbeitsunfähigkeiten als etwas Normales im Berufsalltag betrachtet werden. In einem Unternehmen, das verständnisvoll mit Fehlzeiten und krankgemeldeten Teammitgliedern umgeht, fällt es Beschäftigten leichter, zu Hause zu bleiben, wenn sie sich krank fühlen“, erklärt Winter. Auch Fort- und Weiterbildungsangebote, die das Gesundheitswissen und damit die Ressourcen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter stärken, wirkten sich positiv aus.

Initiative „Pflege.Kräfte.Stärken.“

Mit einer bundesweiten Initiative „Pflege.Kräfte.Stärken.“ zur Betrieblichen Gesundheitsförderung in der Pflege will die AOK diesem Problem begegnen und dazu beitragen, die Arbeitsbedingungen für Beschäftigte in der Pflege zu verbessern. Dazu stellt die Gesundheitskasse zahlreiche Angebote bereit, die sie gemeinsam mit der Pflegebranche für deren Beschäftigte entwickelt hat.

Eines davon ist die Pflege-Mediathek der AOK. „Die digitale Lernplattform bietet multimediale Schulungen rund um Pflege, Prävention und Betrieblicher Gesundheitsförderung an, die Unternehmen der Pflegebranche kostenfrei einsetzen können“, so Winter. Bisher haben schon mehr als 3.200 Pflegeeinrichtungen die professionell aufbereiteten Inhalte für interne Fortbildungen und E-Learnings genutzt. Das AOK-Online-Programm „Gesund führen“ hilft Verantwortlichen in Pflegeeinrichtungen und Krankenhäusern dabei, eine mitarbeiterorientierte und gesunde Führungskultur aufzubauen. „Hilfreich ist zum Beispiel, offen über das Thema Präsentismus zu sprechen, sodass das gesamte Team dafür sensibilisiert wird. Klare Stellvertreter-Regelungen helfen außerdem, festzulegen, wer welche Aufgaben im Krankheitsfall übernimmt“, erläutert der BGF-Experte.

Neue Online-Trainings

In neuen Online-Trainings zur gesunden Arbeitsgestaltung und Organisationskultur in der Pflege können sich professionell Pflegende zudem aktiv mit diesen Themen auseinandersetzen und konkrete Ideen für ein gesundes Arbeitsklima in ihrem Team sammeln. Der Fokus liegt unter anderem auf Kommunikation, Wertschätzung sowie dem Umgang mit Konflikten und Fehlern. Die Trainings sind Teile des Forschungsprojekts „CARE4CARE“, das die AOK zusammen mit der Beuth Hochschule für Technik Berlin, der Leuphana Universität Lüneburg, der Technischen Hochschule Lübeck und der Helmut-Schmidt-Universität Hamburg durchführt.

(Quelle: AOK)

Diakoniestation Stockstadt am Rhein, im Ried, Geinsheim, Trebur, Astheim

ambulanter Pflegedienst



Wir pflegen zu Hause in Stockstadt,
Riedstadt, Biebesheim - **ab sofort**
auch in Geinsheim, Trebur, Astheim
und Umgebung

Informieren Sie sich unter
Telefon: 0 61 47 9 35 41 72
Rufbereitschaft: 01 71 3 52 09 42
Mainzerstraße 2, 65468 Trebur

Telefon 0 61 58 8 47 34
www.stockstadt.gfds-ambulant.de
info-stockstadt@gfds-ambulant.de

Herzschwäche – Was tun?



Herz-Experten informieren umfassend über die Herzschwäche in der neuen Broschüre „Das schwache Herz“.

Fordern Sie jetzt Ihr kostenfreies Exemplar an:
Telefon 069 955128-400

www.herzstiftung.de/
das-schwache-herz





Massage SPENDE für ein Familienunglück in Griesheim“

Im November kam es in Griesheim zu einem Brand, bei dem ein Familienhaus komplett in Flammen stand und gänzlich zerstört wurde.

Zwei Personen kamen dabei ums Leben. Der Personal Trainer Thomas Kasperek hat gesagt: „Ich würde gerne der Familie helfen!“ Und er hat es gesagt und getan.

Bei seiner Massage SPENDE Aktion, die am 11. Dezember angeboten wurde, kamen acht Personen zur Massager die unter der 2G-REGEL stattfand. Es wurden über 200,- Euro eingenommen, die er an die Familie spenden möchte.

Zur Person: Thomas Kasperek ist als Personal Trainer schon seit über 20 Jahren erfolgreich auf dem Markt tätig. Seine Spezialgebiete sind: Motivation, Functional Training, Fit nach der Schwangerschaft, Ernährungsberatung, Stoffwechsel-Ernährungsanalyse, Flexibility und Mobility Training, Faszien Entspannung, Firmenfitness.

Weitere Informationen unter 0170 73 29 322 oder auf seiner Homepage unter www.premium-body-lounge-da.de PR

M.S. Holz- und Bautenschutz



Inhaber: Milan Sljivic
Krönckestraße 2 · 64589 Stockstadt
Tel. 0171 3192500 · Fax: 06158 878378
E-Mail: milan.sljivic@t-online.de

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

Schnell und zuverlässig zum Pauschalpreis • Kostenlose Beratung • Keine Anfahrtskosten

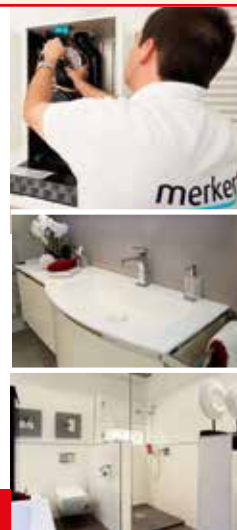
merkert.

Alles rund um Ihr Bad & Heizung
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. 06152/9252-0

Besuchen Sie unsere BäderGalerie!



www.forum-magazin.de

R(h)einkultur



Biebesheim 2022

Ausblick auf die geplanten R(h)einkultur-Veranstaltungen 2022



05.02. Duo Kabbaratz
„Wo wir hinkamen war es voll“

12.03. Elke Heidenreich liest
„Männer in Kamelhaarmänteln“

19.03. Tutty Tran
„Augen zu und durch“

02.04. Sandbachmimen
„Für die Familie kann man nichts“

28.05. Handkäs mit Orange
„Klingt komisch, ist aber so“

24.06. „Die listigen Lochheimer“
25.06. gehen neue Wege

07.10. Erwin Pelzig
„Der wunde Punkt“

12.11. Clajo Herrmann
In de Kurv graadaus!
„Ein Hesse sacht, wo´s langgeht“



Markisen Terrassendächer Glasoasen®

weinor

10%
SPAREN
beim Kauf einer
Aktions-Markise
Semina* oder
Topas

weinor WINTER-WOCHEN
nur vom 01.11.21 – 21.03.22

Jetzt lachen sich
Markisenkäufer
in den Fäustling!

* gilt nicht für Semina Life

Ihr weinor Fachhändler berät Sie gerne!

Mehr Infos:
wulf-berger.de

WULF & BERGER

64572 Büttelborn · Hessenring 11 · Telefon 06152 97909-0

Kulturamt der Gemeinde Biebesheim am Rhein
Info (keine Reservierung) unter Tel. 06258-80616

MUSIK

UNTERRICHT

Musikgarten & Früherziehung
Ukulele, Querflöte,
Gitarre, E-Bass, Gesang,
Klavier, Keyboard,
Schlagzeug, Saxofon.

VERKAUF von
Instrumenten, Zubehör
und Noten, Mietkauf.

Heiligenstr. 7, Gernsheim
Fon & Fax: 06258/5 1242
www.musikecke-germsheim.de

BUCKE



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.

Bitte informieren Sie sich vorab über die aktuellen Hygienbestimmungen und Auflagen.

MONTAG, 3. JANUAR 2022

- Goddelau; Starkenburger Str. 28, 15.00 - 18.00 Uhr, Offene Tür - offenes Ohr, Hospizgruppe Riedstadt e.V.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 15.00 - 17.30 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzzranke.

DIENSTAG, 4. JANUAR 2022

- Goddelau; Bürgertreff, 20.00 Uhr, Spielabend, Schachclub Goddelau.

MITTWOCH, 5. JANUAR 2022

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzzranke.
- Leeheim; altes Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06152 989119), Ortsgericht Leeheim.

DONNERSTAG, 6. JANUAR 2022

- 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 Demenzzranke.

FREITAG, 7. JANUAR 2022

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzzranke.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Gernot Voltz „Pleiten, Pech & Populisten“.

SAMSTAG, 8. JANUAR 2022

- Wolfskehlen; 8.00 Uhr, Einsammeln der Weihnachtsbäume, TSV 03 Wolfskehlen, Abt. Jugendfußball.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, HG Butzko „aber witzig“.
- Darmstadt; Centralstation, 22.30 Uhr, Very Best of-Party: 90s & Today.

MONTAG, 10. JANUAR 2022

- Goddelau; Starkenburger Str. 28, 15.00 - 18.00 Uhr, Offene Tür - offenes Ohr, Hospizgruppe Riedstadt e.V.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 15.00 - 17.30 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzzranke.

DIENSTAG, 11. JANUAR 2022

- Goddelau; Bürgertreff, 20.00 Uhr, Spielabend, Schachclub Goddelau.

MITTWOCH, 12. JANUAR 2022

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzzranke.
- Leeheim; altes Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06152 989119), Ortsgericht Leeheim.

DONNERSTAG, 13. JANUAR 2022

- 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 Demenzzranke.

FREITAG, 14. JANUAR 2022

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzzranke.
- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Cavemann „Du sammeln, ich jagen“.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Reiner Kröhnert „Die größte Rettung aller Zeiten“.

SAMSTAG, 15. JANUAR 2022

- Goddelau; Schwimmbad, 13.00 Uhr, Wanderung, Obst- und Gartenbauverein Goddelau.
- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Cavemann „Du sammeln, ich jagen“.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, An Cat Dubh (Celtic Folk Rock).

SONNTAG, 16. JANUAR 2022

- Darmstadt; Centralstation, 15.00 Uhr, Zonzo Compagnie, Jazz des legänderen Thelonious Monk, für Kinder ab 6 Jahren.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 19.30 Uhr, Fischer und Jung „Innen 20, Außen ranzig“.

MONTAG, 17. JANUAR 2022

- Goddelau; Starkenburger Str. 28, 15.00 - 18.00 Uhr, Offene Tür - offenes Ohr, Hospizgruppe Riedstadt e.V.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 15.00 - 17.30 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzzranke.
- Darmstadt; Staatstheater Großes Haus, 19.30 Uhr, Revue „Glanz auf dem Vulkan“, die 20er Jahre-Show.

DIENSTAG, 18. JANUAR 2022

- Goddelau; Bürgertreff, 20.00 Uhr, Spielabend, Schachclub Goddelau.

MITTWOCH, 19. JANUAR 2022

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzzranke.
- Leeheim; altes Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06152 989119), Ortsgericht Leeheim.
- Wolfskehlen; Bürgernhaus, 14.30 Uhr, Vorlesestunde für Kinder, Städtische Bücherei Riedstadt.

DONNERSTAG, 20. JANUAR 2022

- 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 Demenzzranke.

FREITAG, 21. JANUAR 2022

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzzranke.
- Groß-Gerau; Kulturcafé, 20.00 Uhr, Folkwards! - Internationaler Folktaiz-Workshop, auch für Anfänger.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Kabbaratz „ich würde alles für mich tun“.
- Darmstadt; Centralstation, 20.30 Uhr, Fifty/Fifty-Party mit DJ Michael Herd.

SAMSTAG, 22. JANUAR 2022

- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Andreas Schaerer & Hildegard Lernt Fliegen.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Volkmar Staub & das Badische Sympathie Orchester (Jahresrockblick).
- Darmstadt; Centralstation, 22.30 Uhr, Megahit-Party.

SONNTAG, 23. JANUAR 2022

- Crumstadt; Fritz-Strauch-Halle, 10.00 Uhr, Kreispokal Tischtennis, SV 1946 Crumstadt e.V.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 15.00 Uhr, Ali Büttners Korbtheater „Schorschies Traum“, ab 3 Jahren.

MONTAG, 24. JANUAR 2022

- Goddelau; Starkenburger Str. 28, 15.00 - 18.00 Uhr, Offene Tür - offenes Ohr, Hospizgruppe Riedstadt e.V.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 15.00 - 17.30 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzzranke.

DIENSTAG, 25. JANUAR 2022

- Goddelau; Bürgertreff, 20.00 Uhr, Spielabend, Schachclub Goddelau.

MITTWOCH, 26. JANUAR 2022

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzzranke.
- Leeheim; altes Rathaus, 17.00 - 18.00 Uhr, Sprechstunde nach tel. Absprache (06152 989119), Ortsgericht Leeheim.

DONNERSTAG, 27. JANUAR 2022

- 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 Demenzzranke.

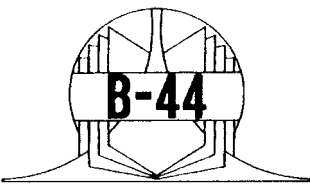
FREITAG, 28. JANUAR 2022

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Fördergruppe für Demenzzranke.
- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Henni Nachtsheim „Null Null Sibbe“.

SAMSTAG, 29. JANUAR 2022

- Crumstadt; Altes Rathaus, 14.00 - 17.00 Uhr, Reparaturcafé, Arbeitsgruppe Reparatur-Café.

BUCHHANDLUNG



Inh. Thomas Bröning

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

www.garn-bachmann.de

Aktuelle Strickgarne

Garne schon ab 1,- € / 50 g
ständig Sonderangebote

Mainzer Str. 32
64521 Groß-Gerau
Tel.: 0 61 52 8 33 18



GERÜSTBAU ARAGONA

Salvatore Aragona
Hauptstraße 65
64500 Riedstadt
Tel. 061 58 / 735 47
Fax 061 58 / 735 78
Funk 0171/7401115



06258-81516

Rohr- und
Kanalreinigung

Willius

Inh. A. Peters

24-Stunden-Notdienst
Kanal TV

www.kanalreinigung-willius.de
06251-9449177

**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. 7.30 - 17.30 Uhr
Sa. 7.30 - 12.30 Uhr

Mitglied der Handwerkskammer
Frankfurt Rhein-Main

**Malermeister
Schuldt**

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

- Groß-Gerau; Kulturcafé, 15.00 Uhr, Queer Treff Groß-Gerau.
- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Maxi Gstettenbauer „Next Level“.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, AB/CD.
- Darmstadt; Centralstation, 22.30 Uhr, 2000er-Party.

SONNTAG, 30. JANUAR 2022

- Leeheim; ev. Kirche, 17.00 Uhr, Neujahrskonzert mit dem Musikzug Leeheim, FC Germania Leeheim.

- Darmstadt; Centralstation, 19.00 Uhr, basta „Eure liebsten Lieder“.
- Darmstadt; Centralstation, 19.30 Uhr, Dichterschlacht Darmstadt.

MONTAG, 31. JANUAR 2022

- Goddelau; Starkenburger Str. 28, 15.00 -18.00 Uhr, Offene Tür - offenes Ohr, Hospizgruppe Riedstadt e.V.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 15.00 - 17.30 Uhr, Betreuungsgruppe für Demenzzranke.

„Wir sind Riedstadt“

Erstmals sollen 2022 frisch Zugezogene mit einem großen Willkommensfest in der Büchnerstadt begrüßt werden

Etwas ganz Besonderes plant die Büchnerstadt Riedstadt für alle Zugezogenen im nächsten Jahr: Mit einem großen Willkommensfest am Sonntag, 19. Juni, auf dem Bensheimerhof möchte die Büchnerstadt erstmals alle großen und kleinen Neubürgerinnen und Neubürger herzlich begrüßen. Von 10:00 bis 16:00 Uhr gibt es viel zu entdecken, zahlreiche Mitmachangebote und natürlich bei Speis und Trank ausgiebig Gelegenheit, miteinander ins Gespräch zu kommen. Riedstadt mit seinen fünf Stadtteilen ist eine lebendige Kommune mit einer reichen und vielseitigen Vereinslandschaft und zahlreichen Initiativen und Organisationen, in denen sich Riedstädterinnen und Riedstädter engagieren. Hier finden sich Gleichgesinnte für die verschiedensten Interessen, sei es nun beim Sport oder der gemeinsamen Pflege von Hobbys. Auch Hilfe und Unterstützung innerhalb der Stadtgemeinschaft werden in vielen Initiativen und Gruppen hoch gehalten.

Unter dem Titel „Wir sind Riedstadt“ präsentiert sich diese ganze bunte Vielfalt. Riedstädter Vereine, Organisationen und Initiativen werden sich nicht nur vorstellen, sondern mit zahlreichen Attraktionen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene für einen abwechslungsreichen Tag mit viel Spaß und Abwechslung sorgen. Eingeladen sind insbesondere die Neubürger*innen der Büchnerstadt, aber auch für Alteingesessene bietet das Willkommensfest eine gute Gelegenheit, mit den neuen Riedstädter*innen ins Gespräch zu kommen.

Der Bensheimerhof befindet sich auf der K 156 zwischen den Riedstädter Stadtteilen Erfelden und Leeheim, lässt sich sehr gut mit dem Fahrrad erreichen und eignet sich an diesem Tag auch bestens für einen ausgedehnten Zwischenstopp auf einer Radtour durchs Hessische Ried. Die Stadt Riedstadt ist Karin Kraft sehr dankbar, dass sie für dieses erste Willkommensfest für Neubürger ihren Hof zur Verfügung stellt.



Betriebsleiter Sascha Komm, Besitzerin Karin Kraft und Bürgermeister Marcus Kretschmann auf dem Bensheimerhof bei den ersten Vorbesprechungen des Festes.
Foto: Stadt Riedstadt

Dachstühle · Holzrahmenbau · Innenausbau
Dachstuhlhausbau · Balkon/Terrassengeländer
Exklusive Treppen aus Holz mit gedrechselten Geländerstäben · Holztreppeinstufen 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

Die gute Adresse für Wasser und Wärme

REINHARDT GmbH

Heizungen · Sanitäranlagen · Bauspenglerei

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

BÖTTIGER
Das Fliesenhaus

- ◆ Große Fliesenausstellung
- ◆ Fachgerechte Verlegung
- ◆ Individuelle Beratung

Gerhart-Hauptmann-Str. 1 | 64589 Stockstadt/Rh | Telefon: 0 61 58 - 84 37 8

www.fliesen-boettiger.de



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

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

Leben ist schön.

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

Ein Piks und ein bisschen Zeit.

Einfacher geht's doch nicht.

Termine und Infos 0800 - 11 949 11

SPENDE
BLUT
beim Roten Kreuz

Sichert

Meisterfachbetrieb
www.Sichert-Bedachungen.de

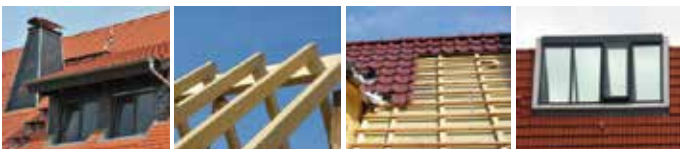
Bedachungen
Dachspenglerarbeiten
Zimmermannsarbeiten
Innenausbau
Holzbau
Gerüstbau



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





Kirchentermine

Termine unter Vorbehalt - Bitte beachten Sie die Anmeldeformalitäten und die Hygienevorschriften der Kirchengemeinden.

SAMSTAG, 1. JANUAR 2022 NEUJAHRE

- Riedstadt; Hospitalkirche, 10.00 Uhr, ev. Gottesdienst.
- Goddelau; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Hochamt (Anmeldung erforderlich).
- Stockstadt; kath. Kirche, 17.00 Uhr, Hochamt.
- Biebesheim; kath. Kirche, 11.00 Uhr, Hochamt.

SONNTAG, 2. JANUAR 2022

- Crumstadt; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Stockstadt; kath. Kirche, 9.30 Uhr, Hl. Messe.
- Stockstadt; ev. Kirche, 11.00 Uhr, Gottesdienst, anschl. Neujahrsempfang.
- Biebesheim; neupap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst mit Kindergottesdienst (Live-Stream).
- Biebesheim; kath. Kirche, 11.00 Uhr, Hl. Messe.
- Gernsheim; ev. Kirche, 10.15 Uhr, Gottesdienst.

DIENSTAG, 4. JANUAR 2022

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

MITTWOCH, 5. JANUAR 2022

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Meditation.
- Stockstadt; Seniorenzentrum, 10.00 Uhr, kath. Gottesdienst.
- Biebesheim; kath. Kirche, 17.30 Uhr, Rosenkranz; 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; neupap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

DONNERSTAG, 6. JANUAR 2022

- Stockstadt; kath. Kirche, 17.30 Uhr, Rosenkranz; 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugend (ab 16 Jahren).
- Gernsheim; Haus Rheinaue, 10.30 Uhr, ev. Gottesdienst.

SAMSTAG, 8. JANUAR 2022

- Crumstadt; ev. Kirche, 18.00 Uhr, Abendgottesdienst.
- Gernsheim; ev. Kirche, 18.00 Uhr, Gottesdienst.

SONNTAG, 9. JANUAR 2022

- Riedstadt; Hospitalkirche, 10.00 Uhr, Heilige Messe.
- Wolfskehlen; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Stockstadt; kath. Kirche, 9.30 Uhr, Hl. Messe.
- Stockstadt; ev. Kirche, 11.00 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; neupap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst mit Kindergottesdienst (Live-Stream).
- Biebesheim; kath. Kirche, 11.00 Uhr, Hl. Messe.
- Allmendfeld; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst mit Neujahrsempfang.

MONTAG, 10. JANUAR 2022

- Biebesheim; ev. Freikirche, 17.30 Uhr, Teen (ab 13 Jahren).

DIENSTAG, 11. JANUAR 2022

- Crumstadt; ev. Kirche, 16.30 Uhr, Konfi-Unterricht.
- Crumstadt; ev. Kirche, 19.00 Uhr, Chor Kreuz&Quer.
- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.

MITTWOCH, 12. JANUAR 2022

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Meditation.
- Biebesheim; Haus Rheinblick, 10.00 Uhr, kath. Gottesdienst.
- Biebesheim; kath. Kirche, 17.30 Uhr, Rosenkranz; 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; neupap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

DONNERSTAG, 13. JANUAR 2022

- Stockstadt; kath. Kirche, 17.30 Uhr, Rosenkranz; 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugend (ab 16 Jahren).

SONNTAG, 16. JANUAR 2022

- Riedstadt; Hospitalkirche, 9.00 Uhr, ev. Gottesdienst.
- Crumstadt; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Wolfskehlen; ev. Kirche, 18.30 Uhr, Abendgottesdienst.
- Stockstadt; kath. Kirche, 9.30 Uhr, Hl. Messe.
- Stockstadt; ev. Kirche, 11.00 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; neupap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst mit Kindergottesdienst (Live-Stream).
- Gernsheim; ev. Kirche, 10.15 Uhr, Gottesdienst.

MONTAG, 17. JANUAR 2022

- Biebesheim; ev. Freikirche, 17.30 Uhr, Teen (ab 13 Jahren).

DIENSTAG, 18. JANUAR 2022

- Crumstadt; ev. Kirche, 19.00 Uhr, Chor Kreuz&Quer.
- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.

MITTWOCH, 19. JANUAR 2022

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Meditation.
- Biebesheim; kath. Kirche, 17.30 Uhr, Rosenkranz; 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; neupap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

DONNERSTAG, 20. JANUAR 2022

- Stockstadt; kath. Kirche, 17.30 Uhr, Rosenkranz; 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugend (ab 16 Jahren).
- Gernsheim; Haus Rheinaue, 10.30 Uhr, ev. Gottesdienst.

SONNTAG, 23. JANUAR 2022

- Riedstadt; Hospitalkirche, 10.00 Uhr, kath. Gottesdienst.
- Wolfskehlen; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

- Crumstadt; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Stockstadt; kath. Kirche, 9.30 Uhr, Hl. Messe.
- Stockstadt; ev. Kirche, 18.00 Uhr, ökum. Abendgottesdienst.
- Biebesheim; neupap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst mit Kindergottesdienst (Live-Stream).
- Biebesheim; kath. Kirche, 11.00 Uhr, Hochamt.
- Allmendfeld; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Gernsheim; ev. Kirche, 10.15 Uhr, Gottesdienst.

MONTAG, 24. JANUAR 2022

- Biebesheim; ev. Freikirche, 17.30 Uhr, Teen (ab 13 Jahren).

DIENSTAG, 25. JANUAR 2022

- Crumstadt; ev. Kirche, 16.30 Uhr, Konfi-Unterricht.
- Crumstadt; ev. Kirche, 19.00 Uhr, Chor Kreuz&Quer.
- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.

MITTWOCH, 26. JANUAR 2022

- Riedstadt; Hospitalkirche, 16.15 Uhr, Meditation.
- Biebesheim; kath. Kirche, 17.30 Uhr, Rosenkranz; 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; neupap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

DONNERSTAG, 27. JANUAR 2022

- Stockstadt; kath. Kirche, 17.30 Uhr, Rosenkranz; 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, Jugend (ab 16 Jahren).

SAMSTAG, 29. JANUAR 2022

- Crumstadt; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Jungschartag.
- Leeheim; ev. Kirche, 17.00 Uhr, Neujahrkonzert mit dem Musikzug Leeheim, FC Germania Leeheim.

Vom Dackel bis zur Dogge – alles für den Hund

Nicht nur für viele kleine Geschäfte bedeutete die Pandemie eine außergewöhnliche Belastung, sondern auch für deren Kunden. Doch mit den vorgegebenen Hygiene-Konzepten ließ sich vieles bewerkstelligen. So findet sich bei Second-Hand-for-Dogs nach wie vor die passende Ausstattung vom Welpen bis zum Senior und vom kleinsten bis zum größten Hund.

Gerne präsentiert Inhaberin Silvia Gittelmann das umfangreiche Sortiment im barrierefreien La-

dengeschäft. Neben Halsbändern, Brustgeschirren, Leinen, Mäntel, Transportboxen, Futter, Näpfen, Büchern u.v.m. zählt auch die gute Beratung und

selbstverständlich ein liebevoller Umgang mit den vierbeinigen Besuchern. Eine große Auswahl der Second-Hand-Artikel sowie aktuelle Angebote und ein virtueller Ladenrundgang sind regelmäßig auf der facebook-Seite zu finden und viele Artikel sind auch über die regelmäßig geschalteten Ebay-Kleinanzeigen erhältlich.

Kontaktdaten

Second-Hand-for-Dogs
Silvia Gittelmann
Ludwigstraße 2 a
64584 Biebesheim
Telefon: 01520-6920215
secondhandfordogs@gmail.com
www.second-hand-for-dogs.com

Öffnungszeiten

Mo.: 9:00 bis 12:00 Uhr und
15:00 bis 18:00 Uhr
Di.: 9:00 bis 12:00 Uhr und
15:00 bis 18:00 Uhr
Mi.: 9:00 bis 12:00 Uhr
Do.: 9:00 bis 12:00 Uhr
Fr.: 15:00 bis 18:00 Uhr
und am 2. Samstag im Monat:
9:00 bis 12:00 Uhr




Second-Hand-for-Dogs
gebrauchtes & neues Hundezubehör

Ludwigstr. 2 A • 64584 Biebesheim
Telefon: 01520 6 92 02 15
secondhandfordogs@gmail.com

Ihr Händler für preisgünstiges Hundezubehör
www.second-hand-for-dogs.com

SONNTAG, 30. JANUAR 2022

- Riedstadt; Hospitalkirche, 9.00 Uhr, ev. Gottesdienst.
- Crumstadt; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Leeheim; ev. Kirche, 18.00 Uhr, Abendgottesdienst.
- Wolfskehlen; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Stockstadt; kath. Kirche, 9.30 Uhr, Hl. Messe.

- Stockstadt; ev. Kirche, 11.00 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 9.30 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst mit Kindergottesdienst (Live-Stream).
- Biebesheim; kath. Kirche, 11.00 Uhr, Hl. Messe.
- Gernsheim; ev. Kirche, 10.15 Uhr, Gottesdienst.

ENTEGA Vereinsaktion 2021

Freie Turngemeinde 1900 Pfungstadt zum Sieger der Region Ried gekürt – Klimaschutz erneut im Mittelpunkt

Der Ökoenergieversorger ENTEGA hat die Gewinner seiner diesjährigen Vereinsaktion bekannt gegeben. Bei dem Online-Wettbewerb, der in diesem Jahr unter dem Motto „Stark im Verein, stark fürs Klima“ stand und somit erneut den Klimaschutz in den Mittelpunkt stellt, konnten regionale Vereine die Öffentlichkeit über ihre dazu passenden Projekte abstimmen lassen. Für die Region Ried wurde die Freie Turngemeinde 1900 Pfungstadt mit einem Preisgeld von 2.000 Euro zum Sieger gekürt. Auf die Plätze zwei bis fünf, die sich gestaffelt über

500 Euro bis 1.500 Euro freuen können, wurden gewählt: SoLaWi Auf dem Acker, das Gemüse-Netzwerk, Sportverein Hahn und The Wild Boys 1st American Football Club Nauheim. „Unser Online-Wettbewerb hat sich in diesem Jahr wieder an Vereine gerichtet, die sich mit einem laufenden oder für 2022 geplanten Projekt rund um den Klimaschutz beworben haben. Damit möchten wir die Wichtigkeit und Relevanz dieses enorm wichtigen Themas unterstreichen. ENTEGA ist ein nachhaltig ausgerichtetes und handelndes Unternehmen und daher ist uns dieses Thema von besonderer Bedeutung“, sagt ENTEGA-Geschäftsführer Thomas Schmidt.

Der Wettbewerb wurde aus Gründen der Chancengleichheit wieder in die sechs Regionen Bergstraße, Darmstadt, Mainz, Odenwald, Rheinhessen und Ried unterteilt. Nach Angaben der ENTEGA wurde für die Vereinsaktion, die zum sechsten Mal ausgetragen wurde, ein Gesamtvolumen von 34.500 Euro ausgeschrieben. 70 Vereine haben an dem Online-Wettbewerb teilgenommen, dies sind sieben mehr als im Vorjahr. Alle Gewinnervereine sind mit Vorstellung ihrer Projekte unter www.entega.de/vereinsaktion aufgelistet.

(ac)



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

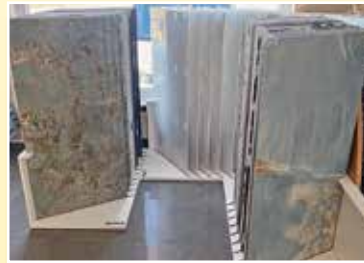


Große Ausstellung mit Verkauf und Fachberatung
Alle Arbeiten werden durch eigene Fachkräfte ausgeführt

Fliesen karch GmbH

Pfützenstraße 73 · 64347 Griesheim · Tel. 06155 - 3991 · Fax - 2873
fliesen-karch@gmx.de · www.fliesen-karch.de

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



Badrenovierung aus einer Hand!

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



Stapeln Sie doch mit uns...

Feuchte Mauern, Viren und SCHIMMEL müssen nicht sein!



Ein Albtraum 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 Schimmelsanieierung 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

Schimmelsanieierung
TÜV-zertifiziert

Tier des Monats



Eine unserer entzückenden Jungspunde ist das 7-Monate alte Katzenmädchen Danny, die mit ihren gleichaltrigen Freunden auf ein neues Zuhause wartet. Für Danny wünschen wir uns gesicherter Freigang oder bei reiner Wohnungshaltung eine Zweitkatze und Ausgang auf einen katzen-gerechten Balkon.

Zur Zeit beherbergt das Tierheim über 20 Katzen, alt, jung, lieb, garstig, zutraulich, scheu, dick, dünn, sehr verschmust, weniger verschmust, soziale Samtpfoten, Einzelgänger,sie alle haben eines gemeinsam, sie warten auf Menschen, die ihnen ein liebevolles Zuhause bieten.

Bei Interesse melden Sie sich bitte beim Tierschutzverein Gernsheim und Umgebung e.V. An der Nachtweide 1, Telefon: 06258 3184 E-Mail: info@tierheim-gernsheim.de



Spendenkonto Tierschutzverein Gernsheim und Umgebung e.V.: Kreissparkasse Groß-Gerau
IBAN: DE50 5085 2553 0003 0061 60, BIC: HELADEF1GRG

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

Kultur PROGRAMM

QUARTAL 1

DAS KULTURPROGRAMM DER BÜCHNERSTADT RIEDSTADT
JANUAR | FEBRUAR | MÄRZ 2022



Frankreich-Schwerpunkt

Kulturprogramm für das erste Quartal 2022 erschienen

Das Kulturprogramm der Büch-nerstadt Riedstadt für das erste Quartal des neuen Jahres 2022 hält wieder einige Besonderheiten be-reit. So wird es unter anderem einen Frankreich-Schwerpunkt geben, den das Kulturbüro in Zusammenarbeit mit der Kreisvolkshochschule anbie-tet.

Dabei wird Suzanne Bohn in Koope-ration mit der Riedstädter Frauen- und Gleichstellungsbeauftragten am 10. März zum Weltfrauentag einen so kurzweiligen wie tiefgründigen Vortrag über Themen aus dem Leben von Französinen aus der Geschichte und Gegenwart halten. Unter dem Titel „Savoir-vivre en Champagne – Leben in der Partnerstadt Brienne-le-Château und seiner Region“ wird Rathausmitarbeiterin Géraldine Beltramelli, die aus Brienne stammt, das Leben dort in all seinen Facetten näher bringen – auch kulinarisch mit Proben des regionalen Weins und Käses. Vorträge der KVHS zur poli-tischen Situation in Frankreich vor der nächsten Präsidentschaftswahl ergänzen das Angebot.

Bereits am 19. Januar wird Bücher-eileiterin Anja Stark im Bürgerhaus Wolfskehlen die erste Vorlesestunde im neuen Jahr anbieten. Dann heißt

es für Kinder ab vier Jahren „Lieselot-te versteckt sich“. Für Erwachsene besonders interessant dürfte die Au-torenlesung mit Hans Jürgen Balmes sein, der am 3. März sein vielschich-tiges und hoch interessantes Buch über den Rhein vorstellen wird – und das in Kooperation mit dem Umwelt-bildungszentrum Schatzinsel Küh-kopf im Hofgut Guntershausen und damit auf der Rheininsel Kühkopf mitten im Thema des Buches.

Leider muss auch zwei Jahre nach Ausbruch der Corona-Pandemie wieder darauf hingewiesen werden, dass Kulturveranstaltungen nur unter Vorbehalt angekündigt werden kön-nen und die an dem Veranstaltungs-termin gültigen Vorschriften befolgt werden müssen. Die Riedstädter Vereine haben mit großer Umsicht auf die besorgniserregend hohen Zahlen gegen Ende des Jahres 2021 reagiert und viele geplante Fastnachtsver-anstaltungen abgesagt, oder planen sie gegebenenfalls als Online-Format. Das Kulturprogramm findet sich auch auf der Homepage der Stadt www.riedstadt.de und kann außerhalb Riedstadts auf Nachfrage gerne zu-gesandt werden. Kontakt: kultur@riedstadt.de, Telefon 06158 930 84-1/2.

**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
www.hermesdorf-klima.de

- **Gewerbekühlung**
- **Industriekühlung**
- **Klimaanlagen**
- **Wärmepumpen**

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

MITSUBISHI

FUJITSU

Panasonic

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

...weil wir
DAS können!



**Neuheiten von Bosch Hausgeräten
ab sofort bei uns im Ladengeschäft**

♥ **Das bieten wir Ihnen:**

- ✓ hauseigener Kundendienst für Großgeräte; Standgeräte und Einbaugeräte
- ✓ hauseigene Werkstatt für Kaffeevollautomaten und Siebträger Geräte
- ✓ faire Preise für Anfahrt / Fehlerfeststellung und Instandsetzung

♥ **Das leisten wir für Sie:**

- ✓ Einbau/Anschluss für Starkstrom und wasserführende Geräte durch eigene Mitarbeiter.
- ✓ Beratung, Ausmessen und Einweisung bei Ihnen Zuhause / vor Ort.
- ✓ Kaffeevollautomaten liefern inklusive Aufstellung und Einweisung.
- ✓ Abholung ihres Kaffeevollautomaten für Wartungsservice oder Reparaturarbeiten.

Heydorn
HAUSGERÄTE
& Höco



Egal ob ...

- ✓ Waschmaschine
- ✓ Trockner
- ✓ Einbau-Herde Sets etc.

Egal ob ...

- ✓ AEG ✓ Bosch ✓ Miele
- ✓ Liebherr ✓ Siemens etc.

Bei uns erhalten Sie jedes Produkt – vom Kaffeevollautomaten bis zum Stand-Einbaugerät – aller namhafter Hersteller.

Fragen Sie unsere Fachverkäufer.

AEG  **BOSCH** **LIEBHERR** **SIEMENS** **Miele**  **Saeco**

Telefon: 0 61 51 - 31 81 40 | Telefax: 0 61 51 - 31 60 16 | Industriestraße 9 | 64331 Weiterstadt | www.heydorn-hoeco.de

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

