



Bitte scannen

DER FRANKFURTER

HEIMATZEITUNG  MIT HERZ

Samstag, 8. Oktober 2022 · Ausgabe 77

www.der-frankfurter.de

Auflage: 269.240 Exemplare

ePaper-Abo

Kostenlos!

Einfach QR-Code scannen und das ePaper-Abo anfordern oder direkt auf unserer Homepage: www.der-frankfurter.de das Abo mit Ihrer persönlichen E-Mail anmelden.



DER FRANKFURTER CHARITY

Start der Aktion für die Arche Frankfurt. Mehr auf Seite 7.



FRANKFURTER LÖWEN

Die Frankfurter Löwen lieferten ein spannendes Duell gegen die Red Bulls aus München. Mehr dazu auf Seite 8.



Die Siegerin des DER FRANKFURTER Masskrugstemmens beim Finale des Frankfurter Oktoberfestes: Alexandra Jafari aus Niederursel (m.), eingerahmt von den Masskrugstemmen-Schiris Alex Meier (l.) und Bachelor Dominik Stuckmann (r.). Mit der Siegerin freuen sich die Festwirte Patrick Hausmann (r.), Dennis Hausmann (2. v.r.) und deren Oktoberfest-Partner Kai Mann (l.). Bei den Männern siegte Carl Denton (Mannheim, nicht auf dem Foto). FOTO: PETER KRAUSGRILL/STADTLBENEN.DE

Das 12. Frankfurter Oktoberfest

Mehr als 40.000 Gäste und 40.000 Euro für die Schulkinder in der Dominikanischen Republik

NIEDERAD (PM) | Mit einem Frühschoppen am 3. Oktober 2022 ging das 12. Frankfurter Oktoberfest zu Ende. Rund 40.000 Besucherinnen und Besucher genossen ein letztes Mal für diese Saison hessisch-bayerische Lebensart und feierten zur Musik der Frankfurter Oktoberfestband. Beim traditionellen Finale im DER FRANKFURTER Masskrugstemmen traten die Vorgewinner zu einem spannenden Wettkampf an. „Man hat es deutlich gespürt: Die Menschen hatten eine große Sehnsucht nach ausgelassenem Feiern. In unserem Festzelt konnten sie diese Sehnsucht stillen, das Zelt hat an jedem Abend gebot“, erzählt Kai Mann, Partner der Festwirte Dennis und Patrick Hausmann. Insgesamt 22 Veranstaltungen sorgten im Zelt vor dem Deutsche Bank Park für zünftige Gaudi. Kai Mann verspricht: „Im kommenden Jahr können sich die Frankfurterinnen und Frankfurter auf eine Neuauflage freuen.“ Im Zuge einer Spendenaktion zugunsten der Reiner Meutsch Stiftung Fly & Help werden die Veranstalter 40.000 Euro überweisen und somit eine Schule bauen können mit dem Namen „Frankfurter Oktoberfest Schule“.

Schon die Eröffnung des diesjährigen Frankfurter Oktoberfestes war ein Paukenschlag: Ministerpräsident Boris Rhein stach das erste Fass mit dem eigens gebrauten Binding Festbier an, Hassan Annouri, im Vorfeld stilecht bei Deiters in Frankfurt eingekleidet, sang mit den 2.000 Eröffnungsgästen seine Frankfurt-Hymne „Wir sind alles Frankfurter“ und Mickie Krause rockte als Haupt-Act das Zelt. Es folgten 21 zünftige Veranstaltungen, unter anderem mit Oli P., Jimmie Wilson and the Weather Girls, Roy Hammer, Bernhard Brink und Markus. „Wir waren fast an jedem Abend ausverkauft“, berichtet Patrick Hausmann, der das Fest wie jedes Jahr gemeinsam mit seinem Bruder Dennis und Co-Organisator Kai Mann veranstaltete. „Und wie bereits in all' den Jahren zuvor kamen so gut wie alle Gäste im Dirndl, in Lederhosen oder in sonstigen oktoberfest-typischen Kleidungsstücken.“ Zu ihrer Stärkung verzehrten die Gäste unter anderem knapp 10.000 Eier für den Kaiserschmarrn und über 300 Kilo Camembert für Obatzda.

des Finals freuten sich über einen Gutschein vom Tourismusverband Obertauern für einen einwöchigen Skiurlaub in Obertauern für zwei Erwachsene und zwei Kinder inklusive Skipässe im Wert von 2.000 Euro. Für den zweiten Platz gab es je einen Flug mit Condor in die Dominikanische Republik.

Großes Herz gezeigt

Der Gewinner Herren, Carl Denton aus Mannheim, entschied sich spontan, die Skiurlaubwoche in Obertauern an den zweiten Sieger zu geben. Er habe keine Kinder und der zweite Sieger hat drei Kinder. Es war ihm eine echte Freude, mit dem Familienvater die Reise zu tauschen. Er freue sich auch auf den Flug mit seiner Partnerin in die Dominikanische

Oliver Schwebel und Bernd Maas.

Republik. Über fünf Minuten hatten die starken Männer auf der Bühne um den Sieg gekämpft.



Spende für Schulkinder

Neu in diesem Jahr war eine große Spendenaktion: Pro verkauftem Ticket floss ein Euro an die gemeinnützige Reiner Meutsch Stiftung Fly & Help, die sich für Bildung und Erziehung von Kindern und Jugendlichen weltweit engagiert. Bereits 700 Schulen wurden durch Reiner Meutsch und seine Stiftung erbaut. Das Geld ist bestimmt für den Bau einer Schule in der Dominikanischen Republik. Informationen zur Stiftung und zum Projekt gibt es unter www.fly-and-help.de.



Oliver Glasner mit Silke Feiler (l.) und Manuela Hoyer.

Viele glückliche Menschen auf dem Oktoberfest

So bewegte sich Eintracht Trainer Oliver Glasner durch die Menge. Auch Oliver Schwebel, Geschäftsführer der Frankfurter Wirtschaftsförderung genoss den Plausch mit Bernd Maas, Geschäftsführender Gesellschafter des Rhein Main Verlags.

FOTOS: BT

Zwei schöne Zahlen sind zu vermerken

Das Frankfurter Oktoberfest hatte einen Ed Sheeran als Gast und Null Corona-Fälle im Mitarbeiterteam.

Für das Finale im Masskrugstemmen mit Fußballgott Alexander Meier und Bachelor Dominik Stuckmann als Schiris hatten sich während der Dauer des Oktoberfestes 21 Frauen und ebenso viele Männer qualifiziert. Die Gewinner



Die Gewinner Herren mit den finalen Preisen – Carl Denton (r.).

AUS DEN
STADT-
TEILEN



Ein Stadtteil zwischen Ebbelwoi und traditionsreicher Geschichte

Die Platenallee ist immer noch im Umbau – der Wandel ist im vollen Gange.

GINNHEIM (BG) | Ginnheim ist ein attraktiver Stadtteil, der vielen Familien als Wohnort dient. Obwohl Ginnheim nur wenige Kilometer vom Stadtkern entfernt liegt, ist es einigen Frankfurtern unbekannt. Dies liegt daran, dass die Grenzen zu den umliegenden Stadtteilen fließend sind und kaum jemand weiß, wo Ginnheim anfängt und wo es aufhört. Dabei hat Ginnheim eine lange Geschichte, die in der Bronzezeit beginnt. „Genno“ wurde Ginnheim einst genannt und viele nennen den Stadtteil bis heute so. Vom mittelalterlichen Dorf hat sich Ginnheim zu einem modernen Stadtteil von Frankfurt entwickelt.

Platensiedlung

Die Platensiedlung ist eine offene Zeilensiedlung, die in den 1950er-Jahren als „Housing Area“ für Soldaten und Angehörige der US-Armee errichtet wurde. Nach dem Abzug des Militärs in den 1990er-Jahren wurde die Siedlung zunächst an den Bund und von dort an die kommunale Wohnungsbaugesellschaft ABG Frankfurt Holding verkauft, in deren Besitz sie sich seither befindet. Nach und nach verwandelte sich die Siedlung in einen sozialen Brennpunkt. 2019 sollte dann die Wende kommen: Durch Kündigung ist es der Wohnungsbaugesellschaft der Platensiedlung gelungen,

Familien, die für Missstände im Viertel gesorgt haben, endgültig einen Riegel vorzuschieben. Sie mussten das Viertel verlassen und machten Platz für Neuerungen. Die Bestandswohnungen wurden saniert und die 19 dreistöckigen Gebäude um zwei Geschosse aufgestockt. Durch die Nachverdichtung konnten so 680 neue Wohnungen geschaffen werden. Die Stadt Frankfurt versucht seitdem, das Viertel wieder attraktiv zu machen. Das Stadtquartier wurde durch Geschäfte, Gewerbeflächen und Kindertagesstätten ergänzt.

Bundesgartenschau & Volkspark Niddatal

Die Bundesgartenschau kam 1989 auch in den kleinen Stadtteil Ginnheim. Frankfurt bewarb sich bereits in den 1960er Jahren



Für viele Ginnheimer ist der Volkspark Niddatal ein beliebtes Ausflugsziel

um die Ausrichtung der BUGA, wurde 1962 dann aber zugewiesen. Das Motto lautete „Natur in der Stadt“ und so wurde im Volkspark Niddatal, kurz nur Niddapark genannt, ein schöner Ort zum Entspannen geschaffen. Der Park mit seinen großen Blumenbeeten, den kleinen Wäldchen und den Wasserspielen erstreckt sich von Ginnheim bis nach Bockenheim, Hausen, Hedderheim und Praunheim und ist heute die größte Parkanlage in Frankfurt.

Der Volkspark Niddatal hat für die Bürger Frankfurts Spiel- und Sportanlagen bereitgestellt, an denen sich Groß und Klein austoben können. Mit einem Fitnessparcours dient die Anlage auch gesundheitlichen Aspekten. Viele der Sportanlagen werden von Vereinen genutzt.

Geografisch grenzt der Park allerdings nur an Ginnheim und

liegt mehr in Praunheim. Dennoch ist es auch für die Ginnheimer ein gern besuchter Ort. Ein besonderes Highlight des Parks ist die Lindenallee mit Bastionen. Eine 900 Meter lange, mit rund 300 Kaiserlinden bestückte Allee. In den Enden und der Mitte hat die Allee drei Bastionen, die dabei helfen, in die Talräume der Niddaau zu schauen.

Ginnheimer Spargel

Obwohl er eigentlich in Bockenheim steht, hat er es thematisch, durch seinen prägnanten Name, in das Stadtteilleben von Ginnheim geschafft. Der Ginnheimer Spargel, wie der Fernsehturm Frankfurts im Volksmund genannt wird, liegt am Ginnheimer Stadtweg 90. Wodurch die meist falsche Zuordnung zum Stadtteil Ginnheim vollzogen wird. Neuhessisch heißt der Schlanke Turm „Ginnemer Schbarschl“ oder kurz einfach „Ginni“. Der Europaturm, wie er offiziell heißt, ist mit einer Höhe von 337,5 Metern der zweitgrößte Fernsehturm in Deutschland. Witzigerweise wurden bis in die 1990er-Jahre über den Turm keinerlei Fernsehsignale übertragen. Daher war die Bezeichnung „Fernsehturm“ lange Zeit unpassend. Er sendete ausschließlich Daten-, Fernsprech- und Hörfunksignale. Heute wird der Turm von der Deutschen Telekom betrieben. Diese nutzt ihn als Empfangs-



Der Ginnheimer Spargel ist zu einem Wahrzeichen der Stadt geworden

station für Satellitensignale und verteilt diese über Frankfurt und Südhessen.

Alte Bethlehemkirche

Geweiht wurde die alte Bethlehemkirche im Jahr 1700. Heute ist es ein beliebter Ort für Hochzeiten, Taufen und Konfirmationsjubiläen. Leider ist die Kirche für Besucher nur bei Veranstaltungen geöffnet. Sie entstand damals nach Plänen des Architekten Klaus Peter Heinrici und befindet sich in der Straße „Fuchshohl“. Sie hat einen sechseckigen Grundriss und einen dreißig Meter hohen Glockenturm. Eine Lichtkuppel in der Dachmitte und Schlitz in den

IMPRESSUM

DER FRANKFURTER

HEIMATZEITUNG MIT HERZ

Büro:
Löwengasse 12, 63263 Neu-Isenburg
info@rheinmainverlag.de
www.rheinmainverlag.de

Redaktion: Beate Tomann
Charity Projekte: Bruno Seibert
redaktion@der-frankfurter.de

Verantwortlich: Normann Schneider
Alle unter der Büroschrift des Verlages.

Gesamtauflage: 269.240

Erscheint am Wochenende in allen Stadtteilen von Frankfurt am Main. Innenstadt 1: Gallus, Gutleutviertel, Bahnhofsviertel, Altstadt – Innenstadt 2: Bockenheim, Westend-Süd, Westend-Nord – Innenstadt 3: Nordend-West, Nordend-Ost – Innenstadt 4: Ostend, Bornheim – 5 Süd: Flughafen, Sachsenhausen-Süd, Sachsenhausen-Nord, Oberrad, Niederad – 6 West: Schwanheim, Griesheim, Nied, Sossenheim, Höchst, Unterliederbach, Zeilsheim, Sindlingen – 7 Mitte-West: Rödelheim, Praunheim, Hausen – 8 Nordwest: Niederursel, Hedderheim – 9 Nord-Mitte: Eschersheim, Ginnheim, Dornbusch – 10 Nord-Ost: Eckenheim, Preungesheim, Berkersheim, Frankfurter Berg, Bonames – 11 Ost: Seckbach, Riederwald, Fechenheim – 12 Kalbach-Riedberg – 13 Nieder-Erlenbach – 14 Harheim – 15 Nieder-Eschbach sowie 16 Bergen-Enkheim.

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH
Löwengasse 12, 63263 Neu-Isenburg
Tel.: 06102 / 86882 – 0

Geschäftsführung:
Bernd Maas, Angelika Hofferberth

Auflage im Gesamtverlag: 806.632

Layout, Satz und Druck/Weltverarbeitung:
Druck- und Pressehaus
Naumann GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1, 63571 Gelnhausen

Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH
Obertshausen, Tel. 06104-4970-0

Anzeigen: Gesamtpreisliste Nr. 31,
gültig ab 1. Juli 2022.

Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

Redaktionsschluss: Dienstag, 11 Uhr
Anzeigenschluss: Dienstag, 12 Uhr

Für die Richtigkeit telefonisch aufgegebenen Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen. Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Gewinnspielen und Preisausschreibungen ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder.

Zur Herstellung von DER FRANKFURTER wird Recycling-Papier verwendet.

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbebotschaftsaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de.

DER FRANKFURTER nicht bekommen?

Zustellhotline: Mo. – Fr. 8:00 – 16:30 Uhr
Telefon 06104-4970-0

Wänden sorgen für einen hellen Innenraum. Altar, Kanzel und Lesepult sind in der Raummitte auf einem Podest angeordnet, das auch weggeräumt werden kann. Über der Kirchentür befindet sich die Zahl „1699“, sie erinnert an die Grundsteinlegung. Die barocke Saalkirche erhielt 1922 einen neuen Anstrich: Empore, Bänke, Kanzel und Orgel grüngrau mit goldenen Linien und die Holzwände dunkelrot. Zum 300-jährigen Jubiläum wurde die Kirche im Jahr 2000 erneut renoviert und saniert. Nicht zu verwechseln ist die alte Kirche mit der neuen evangelischen Bethlehemkirche. Diese wurde als Ergänzung zur alten gebaut, da aufgrund neuer Wohnviertel immer mehr Gemeindeglieder dazukamen. Sie befindet sich nur wenige Meter entfernt.

FOTOS: TL

ALPINE



RRG Alpine Center
Klassikstadt | Frankfurt

Beratungstermin vereinbaren unter 0160 90556490
www.alpine-rrg.com

RESTAURANT-
TIPP

Restaurant "Zum Adler"

Schon Napoleon, so erzählen sich die Ginnheimer, kehrte in diesem Gasthaus an der Kirche ein, welches heute den Namen „Zum Adler“ trägt. Was dem französischen Kaiser damals serviert wurde, ist allerdings nicht bekannt. Seit vielen Jahren bestimmen eine abwechslungsreiche, gutbürgerliche Küche sowie saisonale Gerichte die Speisekarte. Neben dem großen Gastraum bietet das Lokal ein weiteres Highlight. Der mehrstöckige Weinkeller und die einzigartige Atmosphäre laden zum Verweilen ein. Das Restaurant stellt seine komfortablen Räumlichkeiten auch für Veranstaltungen und Feiern zur Verfügung. Bis zu 180 Personen finden der Gaststätte Platz. Für kleinere Veranstaltungen bietet sich die gemütliche „ADLER STUBE“ mit 32 Plätzen an.



Traumhaus AG
Das Original

ERFAHRENE OBERBAULEITER
SCHLÜSSELFERTIGBAU (w,m,d)

für die Niederlassungen in
Rhein-Main und Köln gesucht.

www.traumhaus-familie.de/karriere

Fakten-Booster

Zusammen
gegen Corona



ROBERT KOCH INSTITUT

BZgA
Bundeszentrale
für gesundheitliche
Aufklärung

Stand

25. September
2022

www.zusammengegencorona.de

Der Plan für Herbst und Winter

Mit der Änderung des Infektionsschutzgesetzes werden ab dem 1. Oktober bundesweite Maßnahmen eingeführt, die uns im Herbst und Winter besser schützen. Mehr dazu lesen Sie hier.

Was wir wissen

Fakten-Booster

Quelle: BMG

Schutzmaßnahmen helfen, Ansteckungen zu vermeiden

Gerade in den Herbst- und Wintermonaten halten wir uns wieder vermehrt in Innenräumen auf und die Ansteckungsgefahr ist erhöht. Mit dem geänderten Infektionsschutzgesetz sollen vor allem gefährdete Personen besser vor einer Infektion mit dem Coronavirus geschützt werden.

Was wir tun können

Fakten-Booster

Quelle: BMG

Diese Schutzmaßnahmen gelten bundesweit ab dem 1. Oktober 2022



Im öffentlichen Fernverkehr gilt eine FFP2-Maskenpflicht. Kinder und Jugendliche von sechs bis einschließlich 13 Jahren sowie das Personal können alternativ auch medizinische Masken (OP-Masken) tragen.



Patientinnen und Patienten sowie Besucherinnen und Besucher dürfen Arztpraxen, Zahnarztpraxen, Dialyseeinrichtungen und weitere Einrichtungen des Gesundheitswesens nur mit FFP2-Maske betreten.



Eine Masken- und Testnachweispflicht gilt für den Zutritt zu Krankenhäusern sowie voll- und teilstationären Pflegeeinrichtungen und vergleichbaren Einrichtungen sowie für Beschäftigte in ambulanten Pflegediensten und vergleichbaren Dienstleistern während ihrer Tätigkeit.*

Ausnahmen von der Maskenpflicht sind vorgesehen, wenn die Behandlung dem Tragen einer Maske entgegensteht, sowie für in den jeweiligen Einrichtungen behandelte, betreute, untergebrachte oder gepflegte Personen in den für ihren dauerhaften Aufenthalt bestimmten Räumlichkeiten; ferner für Kinder unter sechs Jahren, für Personen, die aus medizinischen Gründen keine Maske tragen können, sowie für gehörlose und schwerhörige Menschen und Personen, die mit ihnen kommunizieren, sowie ihre Begleitpersonen.

* Behandelte, betreute, untergebrachte oder gepflegte Personen sind zudem von der Testnachweispflicht ausgenommen.

Fakten-Booster

Zusätzlich gilt ein Zweistufenplan

Die Länder haben die Möglichkeit, je nach Infektionslage in zwei Stufen auf die Pandemieentwicklung zu reagieren. Ab dem 1. Oktober können die Landesregierungen in einer ersten Stufe weitere Maßnahmen zum Schutz der Bevölkerung und unseres Gesundheitssystems beschließen. Stellt ein Landesparlament eine konkrete Gefahr für Gesundheitssystem oder kritische Infrastruktur fest, können in dem Land weitere Maßnahmen festgelegt werden.

1. Stufe

Maskenpflicht für ÖPNV, in öffentlich zugänglichen Innenräumen (Restaurants, Bars, Kultur, Freizeit, Sport), in Schulen und sonstigen Ausbildungseinrichtungen für Beschäftigte und Schülerinnen und Schüler ab dem 5. Schuljahr (soweit dies zur Aufrechterhaltung eines geregelten Präsenz-Unterrichtsbetriebs erforderlich ist.)

Testpflicht in Schulen, Kitas und anderen Einrichtungen (z. B. Asylbewerberunterkünfte, Obdachlosenunterkünfte, Heime der Jugendhilfe)

2. Stufe

Maskenpflicht auch im Außenbereich, wenn 1,5 Meter Abstand nicht möglich sind

Abstandsgebot, Personenobergrenzen bei Veranstaltungen in öffentlich zugänglichen Innenräumen

Hygienekonzepte



„Wir wissen nicht, wie sich die Pandemie im Herbst entwickelt. Aber wir werden diesmal gut vorbereitet sein.“

Bundesgesundheitsminister
Prof. Dr. Karl Lauterbach

Gut zu wissen

Quelle: BMG

Ab dem 1. Oktober 2022 gelten Sie rechtlich als vollständig geimpft:

- nach drei Einzelimpfungen (die letzte Einzelimpfung muss mindestens drei Monate nach der zweiten Einzelimpfung erfolgt sein),
- nach zwei Einzelimpfungen: **plus** positivem Antikörpertest vor der ersten Impfung **oder plus** einer mittels PCR-Test nachgewiesenen SARS-CoV-2-Infektion vor der zweiten Impfung **oder plus** einer mittels PCR-Test nachgewiesenen SARS-CoV-2-Infektion nach der zweiten Impfung; seit der Testung müssen 28 Tage vergangen sein.



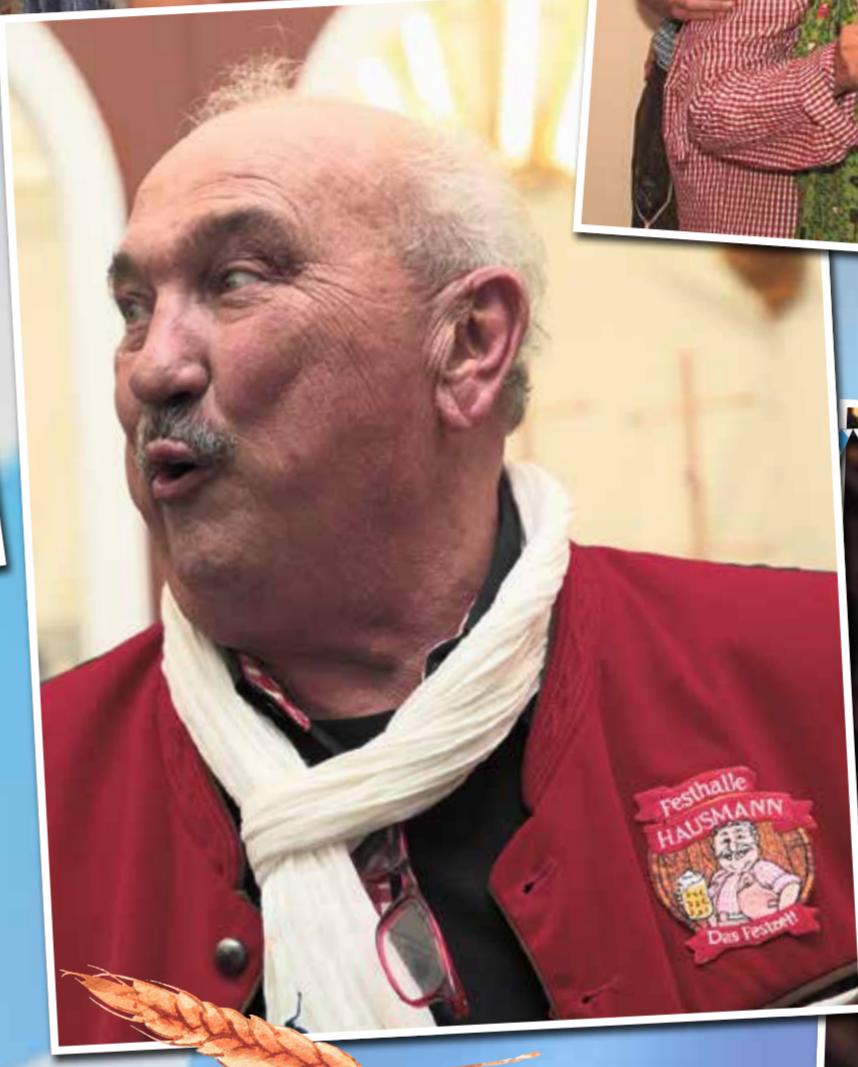
zusammengegencorona.de

☎ 116 117 und 0800 000837

(English, العربية, Türkçe, Русский) für weitere Informationen, kostenfrei

fb bmg.bund | Bundesministerium für Gesundheit
 tw bmg_bund | bundesgesundheitsministerium

Die Krüge hoch 2022!



No a Maß,
bidscheen!



Oans,
zwoa,
g'suffa!



O'zapft is!



TIPP „TO GO“



FOTOS: SEBASTIAN TRÄGNER

Das Prinzip der ästhetischen Umkehrung

Wie kaum ein anderer Fotokünstler – Sebastian Trägner

(FANCYPCS) | Einen Blick für das Abseitige, Tabuisierte, gern Verschwiegene zu haben, um es sodann in pure Schönheit zu kleiden: Der Fotograf Sebastian Trägner vermag es ästhetische Umkehrungen zu erzeugen. Und dem oftmals bewusst Übersehenen, Banalen und Hässlichen eine poetische Aura abzutrotzen. Der Kölner nähert sich sozialen Malaisen wie Obdachlosigkeit, Armut und Kleinkriminalität und zeigt in elegischen Schwarz-Weiß-Aufnahmen die sprichwörtlichen Schattenseiten unserer globalisierten Welt. Dass er seine Motive und Protagonisten ausgerechnet in vermeintlichen Glamour-Metropolen wie San Francisco, New York und Los Angeles findet, die im medialen Kontext stets als kultiviert, wohlhabend und sublim dargestellt werden, mutet so absurd wie entlarvend an. Und beweist einmal mehr, dass nichts so ist, wie es scheint. Oder uns im breiten Konsens übermittelt wird.

Für Kunstliebhaber und Fotografie-Fans geht unser „Tipp to go“ heute über Frankfurts Stadtgrenze hinaus. Am 14. Oktober um 19 Uhr wird die Ausstellung TRUE CO'LORES mts LIQUID DREAMS mit Kunst des Kölner Fotografen Sebastian Trägner in der ARP Galerie eröffnet. Der Künstler wird anwesend sein und die Einführung wird die Frankfurter Journalistin und Kunsthistorikerin Jasmin Schülke halten. Sebastian Trägner: „Ich habe den Anspruch an mich selbst, die Menschen vor meiner Kamera niemals bloßzustellen. Empathie und Respekt haben für mich oberste Priorität.“ Die Galeristin Marion Sulzmann ist fasziniert von seiner differenzierten Sprache in der Fotografie.

Standort: ARP Galerie, Nordstraße 8, 63450 Hanau, Tel. 0172-6844798

MARKTPLATZ

MARKT

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

Suche antike Möbel, Gemälde, Uhren, Silber, Militaria, Bücher, Krüge, Fotoapparate ☎ 06108 - 9154213

Trapezbleche 1. Wahl + Sonderposten aus eigener Produktion, TOP-Preise, cm-genau, 98646 Eishausen, Straße in der Neustadt 107, bundesweite Lieferung! ☎ 03685 - 409140, 5% Online-Rabatt sicher. www.dachbleche24.de

VW T6 Multivan 2.0 TDI Trendline Bj. 2016, Ad Blue voll - 1x gratis Füllung dazu, EZ 04/2016, TÜV 05/23, 96.000km, 110kW/150PS, Oryxweiß, 7 Sitze (2 x drehbar vorne), Checkheft geführt, PDC-Hi./Vo., 6 Gang Hands., EUR6, Navi, Alu, Winterr., SHZ, Standheiz., AHK, Klima, unfallfrei, GuteNachtPaket, Fahrradträger, Kühlbox, VB 39.500€, Standort 56368 Katzenbogen, ☎ 0172/6182182

STELLEN

Nette deutschspr. Frau möchte ältere oder behinderte Personen rund um die Uhr betreuen ☎ 06053-8099809

BEILAGEN-HINWEIS

Beachten Sie folgende Beilagen in der Gesamtausgabe oder in Teilbelegungen von

DER FRANKFURTER

fielmann
nah & gut

EDEKA **globus** **LIDL**

NORMA **alldrink**
GETRÄNKEFACHMARKT

Besucht uns auf Instagram: **DERFRANKFURTER_OFFIZIELL**

DIE GUTE NACHRICHT

Ein grünes Herz der Solidarität

Social Media Mitmachaktion zum Welthospiztag

Ein grünes Zeichen der Solidarität in turbulenten Zeiten: Unter der Schirmherrschaft des Deutschen Kinderhospizverein e.V. und zusammen mit bundesweit 32 Kinder- und Jugendhospizdiensten startet zum Welthospiztag am 8. Oktober eine große Social Media Mitmachaktion unter dem Motto: „Zeig Herz ... für die Kinder- und Jugendhospizarbeit.“

„Hospiz kann mehr“ ist das Motto des Welthospiztages 2022, das vom Deutschen Hospiz- und Palliativverband herausgegeben wird. Mitmachen ist ganz einfach:

Poste im Aktionszeitraum zwischen dem 8. und 22. Oktober ein Foto mit einem grünen Herz auf der Hand im eigenen Social Media Profil (Facebook und/oder Instagram) und setze die Hashtags #100000herzen und #welthospiztag sowie #gemeinsamgutestun - spende schnell und einfach via PayPal 1 Euro (oder mehr) und lade möglichst viele Freunde und Bekannte ein, sich an der Aktion zu beteiligen.

Eine so genannte „Social Media Wall“ wird eingerichtet, auf der sich die Fotos und Posts gesammelt wieder-

finden. Die „Wall“ ist unter www.deutscher-kinderhospizverein.de erreichbar. In diesen Zeiten ist ein grünes Herz auf der Hand ein Signal der Solidarität.

Ich bin dabei. Und Sie?



Beate Tomann

PROGRAMM-HIGHLIGHTS

Gelebte Inklusion im Rahmen von #BeActive FrankfurtRheinMain

Sascha Volk, Trainer beim Frankfurter Inklusionssportverein, bringt den Ball wieder ins Spiel. Während der Europäischen Woche des Sports ist er zu Besuch an der Meisterschule in Frankfurt, um den Schülerinnen und Schüler der 4a Inklusion näher zu bringen. Denn, beim Wheel-Soccer spielen Menschen mit und ohne Behinderung im Rollstuhl gegeneinander Fußball. So vereint diese Sportart durch ein gemeinsames positives Erlebnis und hilft Barrieren sowie Vorurteile abzubauen.



Schülerinnen und Schüler Meisterschule in Frankfurt beim Wheel-Soccer-Workshop im Rahmen der Europäischen Woche des Sports.

Blaue Tafel auf dem Römerberg

Frisch gekocht schmeckt es doch immer noch am besten. Und wenn die

Zutaten für das Essen selbst angebaut wurden, ist es noch ein bisschen leckerer. Mit den Themen Ernährung und Nachhaltigkeit haben sich in den vergangenen Monaten Kinder und Jugendliche von verschiedenen Frankfurter Schulen beschäftigt. Und was dabei herausgekommen ist, war auf dem Römerberg zu sehen, zu lesen und zu probieren. Und es schien zu schmecken. Über 300 Schülerinnen und Schüler genossen den Eintopf, der aus ihrem selbstangebauten Gemüse gekocht wurde. Vorher aber hatten die Kinder ihre Ernte gegenseitig präsentiert. Bereits zum fünften Mal hat das Netzwerk „Nachhaltigkeit lernen in Frankfurt“ die „Blaue Tafel“ organisiert. 18 Frankfurter Schulen beteiligten sich in diesem Jahr an dem Projekt. Entstanden ist die Aktion der „Blauen Tafel“ im Rahmen der UN-Dekade „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ 2014. Dabei steht „blau“ für die Farbe der UNESCO.



Schülerinnen und Schüler genießen selbst angebautes Gemüse im Rahmen der Aktion „Blaue Tafel“ auf dem Frankfurter Römerberg.

Grundwasser schützen

Medikamentenrückstände, Pestizide, Haushalts- und Industrie-

chemikalien sind Stoffe, sogenannte Spurenstoffe, die unser Grundwasser belasten und damit eine Gefahr für unsere Gesundheit darstellen können. Für die Trinkwasserversorgung im Ballungsraum Rhein-Main spielt vor allem das Hessische Ried eine entscheidende Rolle. Von hier kommen 50 bis 60 Prozent des Trinkwassers für die Metropolregion. Um die dortige Belastung von Spurenstoffen zu reduzieren, hat das Hessische Umweltministerium ein Dialogforum mit Experten von Verbänden, Unternehmen und Kommunen organisiert. Diese Experten haben nun insgesamt 22 umsetzungsreife Maßnahmenvorschläge auf dem Dialogforum „Spurenstoffsuche im Hessischen Ried“ im Haus am Dom in Frankfurt vorgestellt. Dabei geht es vorrangig um die Verringerung der Spurenstoffe in den Abwässern von Sportstätten, in der Landwirtschaft, in Arztpraxen sowie Krankenhäusern. In Modellkommunen, unter anderem in Mörfelden-Walldorf, wurde mit der Umsetzung einiger Maßnahmen bereits begonnen. Weitere sollen in Kürze folgen.

Info

Alle Beiträge und Sendungen sind in der Mediathek unter rheinmaintv.de zu sehen. Nutzen Sie einfach die Suche und geben Sie z.B. „Wheel-Soccer“, „Blaue Tafel“ oder „Spurenstoffsuche“ ein.

rheinmaintv



Moderatorenteam
Benjamin Matthews
und Anke Seeling

Das Wichtigste aus Rhein-Main immer IM BLICK.

Fakten.
Hintergründe.
Emotionen.

Mo-Fr
18:30 Uhr und
19:30 Uhr

Zu empfangen über ASTRA Satellit, im hessischen Kabelnetz, per DVB-T2 und Magenta TV sowie im Livestream unter www.rheinmaintv.de

DER FRANKFURTER Charity startet neu für die „Die Arche“ Kinderstiftung

CHARITY (PM) | Das christliche Kinder- und Jugendwerk „Die Arche“ Kinderstiftung engagiert sich bundesweit für Kinder und Jugendliche aus sozial benachteiligtem Lebensumfeld. Wir sehen es als unsere Verantwortung, in der Öffentlichkeit auf soziale Missstände in unserer Gesellschaft hinzuweisen und auf breiter Ebene dafür zu werben, dass sich Lebensbedingungen benachteiligter Kinder und Familien in unserem Land dauerhaft verbessern.

In unseren Einrichtungen bieten wir unseren kleinen und großen Besuchern täglich kostenlos eine erste wertvolle, warme Mahlzeit, Frühstücksvorsorgung an Schulen, Hausaufgabenhilfe, sinnvolle Freizeitbeschäftigungen wie Sport, Spiel und Musik und vor allem Aufmerksamkeit. Denn Kinder brauchen Bestätigung für ihr Selbstvertrauen. Sie brauchen das Gefühl, wichtig zu sein und geliebt zu werden. Viele Kinder hierzulande erleben das zu Hause leider viel zu wenig. Unsere Mitarbeiter erkennen und fördern die Potenziale ihrer Besucher auf unterschiedliche Weise. Die drei Säulen der Arche sind Beziehung, Nachhaltigkeit und Liebe.

Gegründet wurde die Arbeit 1995 von Pastor Bernd Siggelkow in Berlin – mittlerweile ist die Arche an 29 Standorten in der Bundesrepublik aktiv. Neben Einrich-



tungen in Köln, Düsseldorf und Hamburg, wurde die erste Frankfurter Arche 2010 im Stadtteil Griesheim an der Berthold-Otto-Grundschule gegründet. 2011 folgte die Eröffnung einer weiteren Kinderarche in der Nordweststadt, 2014 kam ein Hort an der Erich-Kästner-Schule hinzu. Mittlerweile gibt es in beiden Stadtteilen auch eine Jugendarche, denn auch die Kinder entwickeln sich weiter und haben als Jugendliche andere Bedürfnisse und Herausforderungen, bei denen wir sie gerne unterstützen möchten. So können nun auch Jugendliche bis 18 Jahre zu uns kommen. Wir helfen z.B. beim Erreichen des Schulabschlusses, der Suche nach Praktikums- und Ausbildungsplätzen oder auch beim Schreiben von Bewerbungen. Inzwischen sind wir an insgesamt 5 Standorten in

Griesheim und in der Nordweststadt aktiv und unterstützen dort täglich nahezu 400 Kinder und Jugendliche.

Vor allem aufgrund der momentan steigenden Lebensmittel- und Energiepreise sind die Herausforderungen für unsere Arche-Familien groß. Bei vielen herrscht eine enorme Anspannung und Unsicherheit und viele Kinder

und Jugendliche durchleben gerade große Ängste. Hier wollen wir an der Seite der Kinder und der Familien sein und sie – so gut uns das möglich ist – unterstützen. Ohne Unterstützung ist das kaum zu bewältigen, denn die Arbeit der Arche wird zum allergrößten Teil durch Spenden finanziert. Sie lebt davon, dass sich immer wieder Ehrenamtliche im Alltag einbringen und Sponsoren auf unterschiedliche Weise mit Sach- und Geldspenden unterstützen.

SPENDEN SIE

Unterstützen Sie mit uns „Die Arche“ Kinderstiftung mit an. Hier das Spendenkonto der Stiftung:

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE 6010 0205 0000 0303 01 33
BFSWDE33BER
Stichwort: „DER FRANKFURTER“ würde uns freuen.
Danke!

TIPP „TO GO“



Wieder Wurstvielfalt im Rhöner Dreiländereck

OSTHEIM (PM) | Wurst und Fleisch zählen zu den Leispeisen der Deutschen. Doch auch hier gilt wie in vielen anderen Dingen: Qualität vor Quantität. Wer Wurst, Schinken, Schnitzel & Co. ohne Reue und schlechtes Gewissen genießen möchte, sollte den Metzger seines Vertrauens aufsuchen. Hochwertige handwerklich erzeugte Produkte von artgerecht aufgezogenen und geschlachteten Tieren samt ihrer Begleiter präsentiert bereits zum elften Mal der Rhöner Wurstmarkt am 8./9. Oktober 2022 im unterfränkischen Ostheim vor der Rhön.

50 Aussteller sorgen für kulinarische Vielfalt

Die rund 50 Aussteller aus der bayerischen, hessischen und thüringischen Rhön sowie aus einigen Gastregionen laden entlang der malerischen Marktstraße an einheitlich gestalteten Marktständen zum Entdecken, Schmecken und Genießen ein. Für ein abgerundetes Geschmackserlebnis sorgen Begleiter der Wurst wie Brot, Bier, Wein, Schnaps oder andere regionale Erzeugnisse.

Strenge Auswahlkriterien für höchsten Geschmack

All diese Spezialitäten werden mit viel Liebe und Leidenschaft von den Genusshandwerkern der Region produziert. Die Auswahl der Aussteller erfolgt nach strengen Prüfkriterien. Oberstes Gebot ist die handwerkliche Erzeugung. Industriell erzeugte Waren haben auf dem Rhöner Wurstmarkt keinen Platz. Zu erwarten sind wieder zahlreiche Neuheiten unter den Geschmackserlebnissen.

Rahmenprogramm mit moderierter Brotzeit und Bierwanderung

Für fröhliche Festatmosphäre beim Rhöner Wurstmarkt sorgen Livemusik und vielfältige gastronomische Angebote. Erstmals gibt es auch eine fachlich moderierte Rhöner Brotzeit, sowie eine geführte Bierwanderung mit kulinarischen Stops.

NACHHALTIGKEIT ist Teil unserer DNA



Zero Waste Lab

Zero Waste-Projekt vorschlagen

Sie haben eine Projekt-Idee zur Verbesserung unserer Stadt rund um die Themen Zero Waste und Reuse?

zerowaste-lab.de/idee

Zero Waste Freiwillige gesucht

Für unsere laufenden Projekte suchen wir Menschen, die gerne mit anpacken.

zerowaste-lab.de/freiwillige

MITMACHEN

www.zerowaste-lab.de

Die Rhein-Main-Macher

Start für das Zero Waste Lab

Die FES Frankfurter Entsorgungs- und Service GmbH startet das „Zero Waste Lab“, einen Think Tank zum Thema Abfallvermeidung und Sauberkeit. Es unterstützt die Stadt Frankfurt bei ihrem Bestreben, Zero Waste City zu werden.

Von Oktober an können engagierte Frankfurterinnen und Frankfurter unter der Internetseite www.zerowaste-lab.de ihre Anregungen und Ideen zum Vermeiden von Abfall einreichen. Zudem dient dieses Laboratorium dazu, bereits vorhandenes ehrenamtliches Engagement zum Thema Sauberkeit unter einem Dach zu vernetzen.

Umweltdezernentin Rosemarie Heilig: „Mit ihrem Beitritt zum Netzwerk der „Zero Waste Cities Europe“ hat sich die Stadt Frankfurt verpflichtet, die Menge des Restabfalls pro Kopf bis zum Jahr 2035 von derzeit 205 auf 120 Kilogramm zu reduzieren. Es ist Zeit, dass wir uns als Gesellschaft auf den Weg machen.“

Benjamin Scheffler, FES-Geschäftsführer: „Mit einem digitalen Beteiligungslabor schaffen wir eine nachhaltige Struktur, um

Frankfurterinnen und Frankfurter bei ihren Ideen zur Abfallvermeidung zu unterstützen. In Verbindung mit unserem großen Pool an Freiwilligen können wir als mehrheitlich städtisches Entsorgungsunternehmen viel für die Stadt Frankfurt erreichen.“ Neben FES, die als Sponsor und Koordinator des Labs auftritt, sind Vertreter der Stadt Frankfurt, des Instituts für sozialökologische Forschung (ISOE), der Stiftung Polytechnische Gesellschaft, der Frankfurt University of Applied Services, der Industrie- und Handelskammer (IHK) Frankfurt Rhein-Main und weitere Mitglieder der Zero-Waste-Szene aus Frankfurt dabei.

Als Beratergremium prüfen sie Vorschläge auf ihre Alltagstauglichkeit, stellen Kontakte und Verbindungen her, zeigen Perspektiven auf und leisten so wichtigen Anstoß für Fortschritt.

Lukas Sattlegger (ISOE): „Ich bin überzeugt, dass eine Zero Waste-Zukunft nicht ohne die konsequente Einbindung von Alltagsakteuren und ihren Praktiken und Perspektiven erreicht werden kann.“

Johanna Roos, Projektleiterin Bürgerengagement der Stiftung Polytechnische Gesellschaft: „Frankfurt zu einer nachhaltigeren Stadt zu machen, gelingt nur, wenn sich möglichst viele Menschen und Institutionen dieser Herausforderung gemeinsam annehmen.“

Auf dem Weg zur Zero Waste City steuert FES bereits das Mehrwegsystem #MainBecher, 400 ehrenamtliche Sauberkeitsspatinnen und -paten, das Projekt reYOURs zur Wiederverwendung von Elektrogeräten sowie diverse weitere Initiativen und Programme zur Abfallvermeidung bei.

Löwen sammeln fleißig Punkte

Penalty-Traum gegen Vizemeister – Punkt in Straubing

BORNHEIM (PM) | Am Freitag, den 30.09. lieferten sich die Löwen ein spannendes Duell gegen die Red Bulls aus München. Das Rudel zeigte sich stark gegen den Vizemeister und die beiden Teams lieferten sich einen packenden Schlagabtausch. Auf den Führungstreffer der Münchner von Ben Street konterte Ryon Moser in der 26. Spielminute und schoss somit auch sein erstes DEL-Tor. Die Bayern ließen jedoch nicht lange auf sich warten und erzielten kurz darauf das 1:2.

Trotz erneutem Rückstand hielten die Löwen stark dagegen und konnten durch Dominik Bokk ausgleichen, den Führungstreffer erzielte dann Brett Breitzkreuz.

Nach einem Ausgleich des EHCs und einer torlosen Overtime ging es ins Penalty-Schießen. Durch eine Parade von Jake

Hildebrand und drei starken Löwen-Torschützen, konnte sich das Rudel gegen den Titelfavoriten behaupten und den Sieg vor heimischer Kulisse feiern.

Weiter ging es für die Löwen Frankfurt am Sonntag im Eisstadion am Pulverturm. Den wieder forsch Löwen konterten die Straubing Tigers mit einem starken Powerplay. Auch in diesem Spiel sollte das Schlussdrittel keine Entscheidung bringen. Nachdem die beiden Teams mit einem 2:2 in das dritte Drittel gestartet waren, erzielten die Tigers in der 53. Spielminute den Führungstreffer.

Nach dem Ausgleich von Dominik Bokk in der letzten Spielminute, konnte das Löwen-Rudel nach der Overtime einen Punkt aus Straubing mit nach Hause nehmen. Für die Nummer 78 der Löwen war dies bereits der

dritte Doppelpack in dieser noch jungen Saison.

Am vergangenen Freitag traf das Rudel zu Hause auf die Düsseldorf EG.

Der Gegner hat bis jetzt vier Siege und zwei Niederlagen zu verbuchen. Stürmer Stephen Harper reiht sich mit neun Punkten unter den Top Scorer der Liga ein.

Das nächste Auswärtsspiel findet am Sonntag, dem 09.10. um 16:30 Uhr statt. Die Löwen werden bei den Schwenninger Wild Wings in der Helios Arena zu Gast sein. In sieben Spielen erzielten die Schwenninger vier Siege und drei Niederlagen. Wild Wings-Goalie Joacim Eriksson befindet sich mit einem Gegentorschritt von 1,82 und einer Fangquote von 93,25 Prozent unter den Top Torhütern der PENNY DEL.



FOTO: PUCKRIBBYSTEPH LÖWEN

Sportwagen trifft Begeisterung

Die Alpine fahren ist Ausdruck von Lebensgefühl

FECHENHEIM (BT) | „Auto-Feinschmecker“ mit technischer Hingabe zum schnittigen Auto leuchten die Augen, wenn sie die Alpine fahren und auch danach noch. Die historische französische Sportwagenmarke bringt nicht nur echte Spitzenwerte mit sich. Vor allem sind es die Fahreigenschaften, die spürbar sind und Begeisterung auslösen. Oleg Tretiakov, Alpine Center Manager und Sales Advisor, liebt das Auto wegen seiner Wendigkeit, dem schnellen Anzug und seiner Leichtigkeit. Zu den inneren Werten des Sportwagens gehört sein Mittelmotor und eine Karosserie, die fast nur aus Aluminium gefertigt wird. In Konsequenz bedeutet das ein geringes Gewicht und dennoch eine hervorragende Bodenhaftung in der Beschleunigung.

Tretiakov trifft man im ersten Stock auf seiner Alpine Verkaufsfläche oder unten auf dem Parkplatz bei der Übergabe eines der schönen Modelle. Probefahrten sind auf Anfrage möglich. Seine Kunden berichten nach den Touren über einen besonderen Fahrspaß, den sie mit

„unmittelbar, emotional und dynamisch“ beschreiben. Die Straßenlage des Sportwagens ist phänomenal und dazu kommt die schnelle Beschleunigung, die durch das leichte Gewicht in Relation zur PS-Leistung möglich ist. Das Alpine Modell MY22 hat in diesem Jahr ein Mini-Facelift, eine neue Farbe (Orange) und mehr Pferdestärken unter der Haube (300 PS) erhalten.

Auch wenn der Benzinmotor einen Teil der Faszination ausmacht, steht der nächste Entwicklungssprung für 2025 schon bevor: Es wird den Alpine Sportwagen dann auch voll elektrisch geben.

In der Klassikstadt, einem wunderschönen Backsteingebäude, befinden sich auch andere Marken-Präsentationen und einen Bereich mit Oldtimern. Ein Besuch bei Oleg Tretiakov im Alpine Center Frankfurt, Klassikstadt, Orber Straße 4a lohnt sich. Termine können unter 0160 90556490 vereinbart werden.

www.alpine-rrg.com



Magnesium: der Migränekiller!

Studien zeigen^{1,2}: Magnesium kann Migräneattacken vorbeugen

Migräne ist eine der häufigsten Kopfschmerzformen. Die Betroffenen leiden unter Attacken heftiger meist einseitiger pulsierend-pochender Kopfschmerzen, oft begleitet von Übelkeit, Erbrechen, Lärm- und Lichtempfindlichkeit. Dabei quälen Patienten nicht nur die akuten Beschwerden, sondern auch die Sorge vor der nächsten Attacke. Studien zeigen, dass die Häufigkeit von Migräneattacken durch die Einnahme von Magnesium reduziert werden kann.

Für die Migräne-Prophylaxe gibt es bereits eine Reihe von verschreibungspflichtigen Medikamenten wie z.B. Beta-Blocker. Zwei Studien^{1,2} zeigen: **Der Mineralstoff Magnesium kann eine nicht verschreibungspflichtige, nebenwirkungsarme Alternative sein!**



Die Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V. (DMKG) geht von „350 000 Migräneanfällen täglich“ aus.³

Magnesium überzeugt

Migränepatienten erhielten in einer der Studien¹ hochdosiertes Magnesium (2x täglich 300 mg) oder ein Scheinmedikament (Placebo). **Das Ergebnis:** nach 9-12 Wochen

hatte die Häufigkeit der Migräneattacken bei den Teilnehmern, die Magnesium einnahmen, um fast die Hälfte abgenommen! Auch die Anzahl der Tage mit Migräne sowie der Verbrauch von Medikamenten zur Behandlung der Attacken selbst konnte gesenkt werden. Zu ähnlichen Resultaten kommen die Autoren einer Studienzusammenfassung zum Thema Magnesium und Gesundheit: „(...) die Gabe von Magnesium ist dazu in der Lage, Migräneattacken zu verringern.“^{4,2} Dazu passt, dass schon seit längerem ein Zusammenhang von Migräne und Magnesiummangel vermutet wird⁴. Denn häufig haben Migränepatienten weniger Magnesium im Blut als Gesunde!

Wieviel Magnesium kann zur Vorbeugung eingenommen werden?

Gemäß der Deutschen Gesellschaft für Neurologie (DGN) und der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG) werden zur **Migräneprophylaxe 2x täglich 300 mg Magnesium** empfohlen. Zu Beginn sollte die Dosierung langsam gesteigert werden.⁵

Fazit: Es gibt überzeugende Hinweise, dass Magnesium die Häufigkeit von Migräneattacken senken kann. Denken Sie also zur Vorbeugung von Migräne an den Einsatz von Magnesium!

Magnesium
2x 300 mg

Erhältlich in Ihrer Apotheke:

Biolectra® MAGNESIUM 300 mg Kapseln

- ✓ Magnesiumspeicher werden aufgefüllt
- ✓ Kleine Kapsel, leicht zu schlucken
- ✓ Vegan & frei von Zusatzstoffen

Packungsgrößen: 20 St., 40 St., 100 St.



* Magnesium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei.

1. Peikert, A., Wilimzig, C., Köhne-Volland, R. (1996). Prophylaxis of migraine with oral magnesium: results from a prospective, multi-center, placebo-controlled and double-blind randomized study. Cephalalgia, 16(4), 257-263. <https://doi.org/10.1046/j.1468-2982.1996.1604257.x> 2. Veronese, N., Demurtas, J., Pesolillo, G., Celotto, S., Barnini, T., Calusi, G., Caruso, M. G., Notarnicola, M., Reddavid, R., Stubbs, B., Solmi, M., Maggi, S., Vaona, A., Firth, J., Smith, L., Koyanagi, A., Dominguez, L., Barbagallo, M. (2020). Magnesium and health outcomes: an umbrella review of systematic reviews and meta-analyses of observational and intervention studies. Eur J Nutr, 59(1), 263-272. <https://doi.org/10.1007/s00394-019-01905-w> 3. <https://dmkg.de/therapie-empfehlungen/migraene>, aufgerufen am 18.08.2022. 4. <https://www.medical-tribune.de/medizin-und-forschung/artikel/bei-migraene-auf-den-magnesiumgehalt-achten>, aufgerufen am 06.09.22. 5. https://awmf.org/uploads/tx_szlektlinien/030-0571_S1_Migraene-Therapie_2020-12.pdf, Seite 32, aufgerufen am 19.08.2022

Biolectra® Magnesium 300 mg Kapseln. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Verzehrsempfehlung: 1x täglich 1 Kapsel mit reichlich Flüssigkeit schlucken. Stand: September 2021