

Mehr Nachrichten unter:



Bitte scannen

# DER FRANKFURTER

HEIMATZEITUNG MIT HERZ

Samstag, 7. Dezember 2024 · Ausgabe 190

[www.der-frankfurter.de](http://www.der-frankfurter.de)

Auflage: 213.643 Exemplare

## WEIHNACHTSAKTION

Das Frankfurter Bürgerinstitut verteilt „Tannenbäumchen auf Rädern“ – **Seite 3**



## VIelfALT

Drei Initiativen wurden mit dem Diversitäts- und Integrationspreis 2024 ausgezeichnet – **Seite 5**



## DAHLER

**Wir bieten Ihnen eine kostenlose Marktwertermittlung Ihrer Immobilie**

DAHLER Frankfurt T 069 3006500-00 [dahler.com/frankfurt](http://dahler.com/frankfurt)



Zur Website:



## 40 Jahre Frankfurter Eisteufel

Traditionsreicher Eishockeyverein feiert Jubiläum

**FRANKFURT (SH) |** Es ist ein Jubiläumsjahr für die Frankfurter Eisteufel. 1984 gegründet wächst und gedeiht der Verein nunmehr seit 40 Jahren und hat sich zu einem festen Bestandteil der Frankfurter Vereinswelt entwickelt. Vorstandsmitglied und langjähriger Mannschaftskapitän Daniel Schüftan freut sich angesichts des Jubiläums: „Als kleiner Verein im Amateurbereich mit einer Sportart, die auch wenig Lobby mit sich bringt, können wir schon stolz sein, dass wir einer der ältesten aktiven Vereine hier sind.“

FOTO: FRANKFURT EISTEUFELE



LESEN SIE WEITER AUF SEITE 3

## Neue Tassen für den Weihnachtsmarkt

Ersatztassenlieferung in Rekordzeit

**FRANKFURT (PM) |** Nachdem am Eröffnungstag des Weihnachtsmarktes die beiden Editionen der diesjährigen Weihnachtsmarkt-tassen wegen eines Produktionsfehlers zurückgerufen werden mussten, konnte in wenigen Tagen gemeinsam mit dem Lieferanten Mohaba GmbH & Co. KG eine Lösung gefunden werden. Zwar war es zeitlich nicht möglich, eine exakte Kopie der diesjährigen Tasse nachzuproduzieren,

aber eine gute Alternative ist am Dienstag, 3. Dezember, an die Standbetreiberinnen und Standbetreiber ausgegeben worden. Für die Ersatzlieferung von 50.000 Tassen wurde auf Lagerbestände des Lieferanten zurückgegriffen. Die glänzend glasierten, grünen und blauen Tassen wurden in den vergangenen Tagen mit einem monochrom goldenen Druck des diesjährigen Designs versehen.



Die Ersatztassen für den Frankfurter Weihnachtsmarkt.

COPYRIGHT: #VISITFRANKFURT

### GOLDANKAUF

**SOFORT BARGELD FÜR**

- Altgold - Altsilber
- Zahngold - Goldbarren
- Gold- und Silbermünzen
- Bernstein
- Hochwertige Uhren
- ... und vieles Mehr

**BATTERIEWECHSEL NUR 10,- €**  
10% auf alle Trauringe

**GOLD CENTER**  
Gold Center im HessenCenter  
Borsigallee 26, 60388 Frankfurt  
Telefon: 06109 - 698 810 7

**apotheken prime**

Wir bringen Ihnen Ihre Bestellung im gesamten Rhein-Main-Gebiet kostenfrei nach Hause. ... oder besuchen Sie uns vor Ort!

**www.ihre-apotheker.de**

**FRANKFURT TIPP „TO GO“**

### Kunstsupermarkt Frankfurt

Kunst für jeden Geschmack und Geldbeutel

Der beliebte Kunstsupermarkt öffnet wieder seine Türen und lädt Kunstbegeisterte bis zum 1. Februar 2025 ein, einzigartige Werke zu entdecken. In einer Pop-Up-Galerie auf der Schweizer Straße präsentieren etablierte Künstler\*innen und junge Talente eine beeindruckende Vielfalt an Zeichnungen, Gemälden, Aquarellen, Fotografien und Kleinplastiken. Die Werke, die nicht nur international, sondern auch aus der regionalen Kunstszene stammen, sind preislich fixiert: 69 €, 129 €, 249 € oder 359 €.

Besonderen Charme verleiht die Präsentation: Besucher\*innen können Kunstwerke entweder in einer großflächigen Wandschau bewundern oder in speziell gestalteten Künstlerkisten stöbern. Praktisch: Auf Wunsch wird der Favorit direkt eingerahmt. Das Motto „Kunst macht glücklich“ wird hier spürbar – sei es beim Finden eines persönlichen Lieblingsstücks oder eines originellen Weihnachtsgeschenks. Ein Muss für alle, die Kunst hautnah erleben möchten.

**Ort:** Schweizer Str. 24, 60594 Frankfurt  
**Zeit:** Mo.-Fr. 11-19 Uhr, Sa. 10-19 Uhr

# UNSER NEWSLETTER

**BRINGT DICH GRATIS AUF S EIS.**

NEWSLETTER ABONNIEREN UND 1 STD. EISLAUFEN & 1 PUNSCH GESCHENKT BEKOMMEN.

**IM DEZEMBER**

Zeige die Bestätigungsmail der Newsletteranmeldung an der Kunden-Info vor und erhalte deine Geschenkcoupons.

**SKYLINE PLAZA SHOPPING**

AUS DEN  
STADT-  
TEILEN

Der Stadtteil blickt auf eine reiche Geschichte zurück, die bis ins Jahr 1000 zurückreicht. Seit seiner Eingemeindung 1910 hat sich Eschersheim von einem beschaulichen Dorf zu einem lebendigen urbanen Viertel entwickelt, das seinen einzigartigen Charakter bewahrt hat. Mit rund 17.000 Einwohnern vereint Eschersheim gekonnt dörflichen Charme mit städtischer Infrastruktur. Die Eschersheimer Landstraße, eine der längsten Straßen Frankfurts, durchzieht den Stadtteil und verbindet ihn mit dem Stadtzentrum. Die Mischung aus historischen Fachwerkhäusern, Gründerzeitvillen und modernen Wohnkomplexen spiegelt diese Entwicklung wider. Naturliebhaber schätzen die Nähe zur Nidda, während Kulturbesister von den zahlreichen Veranstaltungen und historischen Sehenswürdigkeiten angezogen werden. Eschersheim lädt ein, seine facettenreiche Persönlichkeit zu entdecken.

## Der Wasserturm

Der neobarocke Wasserturm in Eschersheim ist ein architektonisches Juwel und technisches Meisterwerk zugleich. Erbaut im Jahr 1901, zählt er zu den höchsten Bauwerken Frankfurts und beeindruckt mit seiner markanten Form. Der kegelförmige Turm ist gekrönt von einem zylindrischen Aufsatz und einer verschieferten Haube mit Gauben und Zierkern, verkörpert die Pracht der neobarocken Baukunst. Einst beherbergte der eiserne Wasserbehälter stolze 300.000 Liter. Obwohl der Turm heute nicht mehr in Betrieb ist, steht er unter Denkmalschutz und erinnert an die technischen Errungenschaften vergangener Zeiten. Umgeben von einer gepflegten Grünanlage mit Spielplatz, ist der Wasserturm nicht nur ein historisches Monument, sondern auch ein beliebter Treffpunkt für Jung und Alt.

## Die Eschersheimer Linde

Die Eschersheimer Linde, ein lebendiges Wahrzeichen des Stadtteils, gibt der Straße „Am Lindenbaum“ ihren Namen und ist ein beeindruckendes Natur-



# Tradition trifft auf modernes Leben

Frankfurt Eschersheim

denkmal. Gepflanzt im späten 17. Jahrhundert, diente sie einst als wichtiger Orientierungspunkt und trug den Namen „Kleine Linde“. Mit einer majestätischen Höhe von etwa 25 Metern und einem Stammumfang von 5 Metern beeindruckt sie noch heute Besucher und

## DER FRANKFURTER.

Ansprechpartner vor Ort für Veranstaltungen & Storys aus den Stadtteilen, Anliegenden der Gewerbetreibenden u. v. m.

Sprechen Sie uns an: [redaktion@der-frankfurter.de](mailto:redaktion@der-frankfurter.de)



Anwohner gleichermaßen. Seit 1937 genießt die Linde den Status eines Naturdenkmals und symbolisiert die tiefe Verbundenheit Eschersheims mit seiner natürlichen Umgebung. Trotz der Herausforderungen durch zunehmende Urbanisierung steht die Eschersheimer Linde als lebendiges Zeugnis für die Beständigkeit und Anpassungsfähigkeit der Natur inmitten des städtischen Wandels.

## Der Brunnen am Weißen Stein

Der Brunnen am Weißen Stein, errichtet 1910, ist ein faszinierendes Stück Eschersheimer Geschichte. Ursprünglich als Herkulesbrunnen bekannt, wurde er von dem Unternehmer und

Mäzen Gottfried Kleinschmidt gestiftet, um die Gefallenen des Deutsch-Französischen Krieges von 1870/71 zu ehren. Im Laufe der Zeit verlor der Brunnen seine ursprüngliche Herkuleskulptur, die jedoch 2009 durch den Ortsbeirat rekonstruiert und wieder aufgestellt wurde.

Der Brunnen, der einst vor dem alten Schulhaus stand, wurde während des U-Bahn-Baus in den 1960er Jahren verschoben, behielt aber seine Bedeutung als zentraler Treffpunkt. Heute zählt er zu den rund 150 öffentlichen Brunnen Frankfurts und verkörpert die Verbindung zwischen historischem Gedenken und modernem Stadtleben.

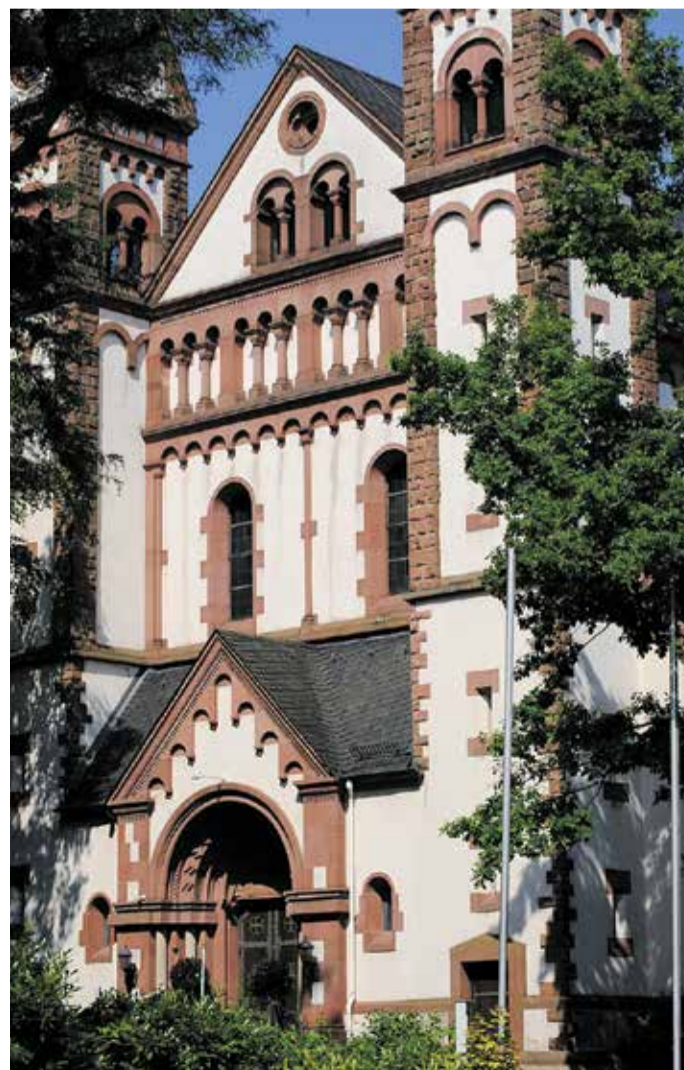
## Die Niddaauen

Die Niddaauen, eine grüne Lunge am westlichen Rand Eschersheims, sind ein Naturparadies von besonderem Reiz. Entlang des Flusses Nidda erstreckt sich eine weitläufige Auenlandschaft, die zum Spazieren, Radfahren und Entspannen einlädt. Die Auen sind Teil des Frankfurter Grüngürtels und bieten eine er-

staunliche Artenvielfalt. Hier finden Naturliebhaber eine Vielzahl von Pflanzen- und Tierarten, darunter seltene Vogelarten und Amphibien. Besonders reizvoll sind die Streuobstwiesen, die im Frühjahr in voller Blüte stehen und im Herbst eine reiche Ernte bieten. Gut ausgebaute Wege führen durch die abwechslungsreiche Landschaft und bieten immer wieder neue Perspektiven auf den Fluss und die umliegende Natur. Die Niddaauen sind nicht nur ein Naherholungsgebiet, sondern auch ein wichtiger Beitrag zum Stadtklima und zur Biodiversität in Frankfurt.

## Die St. Josef-Kirche

Die St. Josef-Kirche in Eschersheim ist ein beeindruckendes



Beispiel neoromanischer Architektur und ein spirituelles Zentrum des Stadtteils. Vollendet im Jahr der Eingemeindung 1910, blickt die Basilika auf eine bewegte Geschichte zurück. Trotz der Widrigkeiten des Zweiten Weltkriegs, in dem die Kirche ihre Glocken verlor, blieb sie ein Symbol des Glaubens und der Gemeinschaft. Die Glocken wurden erst 1958 ersetzt, und zahlreiche Renovierungen, zuletzt zwischen 1988 und 1991, haben ihre Pracht erhalten und sogar verstärkt. Heute erstrahlt die St. Josef-Kirche in neuem Glanz und beeindruckt Besucher mit ihrer imposanten Architektur und der spirituellen Atmosphäre. Sie ist nicht nur ein Ort des Gebets, sondern auch ein kultureller Treffpunkt, der regelmäßig Konzerte und Veranstaltungen beherbergt.

Wasserturm in Frankfurt-Eschersheim, in Betrieb von 1901 bis 1910.

FOTO FRANK BEHNSEN; CC BY-SA 3.0



Brunnen am Weißen Stein

FOTO: UDO FEDDERIES; KUNST-IM-OEFFENTLICHEN-RAUM-FRANKFURT.DE

## IMPRESSUM

### DER FRANKFURTER.

HEIMATZEITUNG MIT HERZ

Büro: Bieberer Str. 137, 63179 Obertshausen  
info@rheinmainverlag.de  
www.rheinmainverlag.de

Redaktion: Sahra Holler  
Charity Projekte: Bruno Seibert  
redaktion@der-frankfurter.de

Verantwortlich: Normann Schneider

Alle unter der Büroanschrift des Verlages.

Gesamtauflage: 213.643

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, Heddenheim – 9 Nord-Mitte: Eschersheim, Ginnheim, Dornbusch – 10 Nord-Ost: Eckenheim, Preungesheim, Berkersheim, Frankfurter Berg, Bonames – 11 Ost: Seckbach, Riederald, Fechenheim – 12 Kalbach-Riedberg – 13 Nieder-Erlenbach – 14 Harheim – 15 Nieder-Eschbach sowie 16 Bergen-Enkheim.

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH  
Bieberer Straße 137, 63179 Obertshausen  
Tel.: 06104 66720-40

Geschäftsführung:  
Bernd Maas, Angelika Hofferberth

Auflage im Gesamtverlag: 538.258

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

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

Anzeigen: Gesamtpreisliste Nr. 38,  
gültig ab 1. Januar 2024

Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

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

Für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen. Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Gewinnspielen und Preisauschreiben 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 Werbebotschaftsfleber mit dem Zusatzhinweis „Keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal [www.werbung-im-briefkasten.de](http://www.werbung-im-briefkasten.de).

DER FRANKFURTER nicht bekommen?

Zustellhotline: Tel. 06104-4970-0  
Mo. – Fr. 8.00 – 16.30 Uhr



Die Nidda zwischen Heddenheim und Eschersheim

FOTO SIMSALABIMBAM; CC BY-SA 3.0

Portal der St. Josefskirche

FOTO DAVIIDOS; CC BY-SA 3.0

# Weihnachtsaktion „Tannenbaum auf Rädern“

Herzensprojekt des des Frankfurter Bürgerinstituts



**FRANKFURT (SH) |** In der besinnlichen Vorweihnachtszeit sorgt die Aktion "Tannenbäumchen auf Rädern" für strahlende Gesichter und festliche Stimmung. Diese herzerwärmende Initiative bringt Mini-Bäumchen, kleine Geschenke und Weihnachtskarten direkt zu den Menschen, die sie am meisten brauchen. Die Idee hinter der Aktion ist einfach und doch so wirkungsvoll: Freiwillige Helfer liefern festlich geschmückte Weihnachtsbäume an Seniorenheime, Krankenhäuser und andere Einrichtungen, in denen Menschen die Feiertage oft alleine oder fernab ihrer Familien verbringen. Diese Aktion soll nicht nur die Räumlichkeiten verschönern, sondern auch ein Gefühl

von Gemeinschaft und Wärme vermitteln. Ein besonderer Höhepunkt der diesjährigen Aktion war der Besuch in einer Seniorenwohnanlage im Frankfurter Gallus Viertel. Die Bewohner waren sichtlich gerührt und erfreut über die liebevoll dekorierten Bäume und die freundlichen Gespräche mit den Helfern. Die Aktion wird von zahlreichen lokalen Unternehmen und Privatpersonen unterstützt, die entweder durch Spenden oder durch ihre tatkräftige Mithilfe zum Erfolg beitragen. Auch in diesem Jahr hoffen die Organisatoren, dass "Tannenbäumchen auf Rädern" vielen Menschen ein Lächeln ins Gesicht zaubert und die Weihnachtszeit ein wenig heller machen wird.

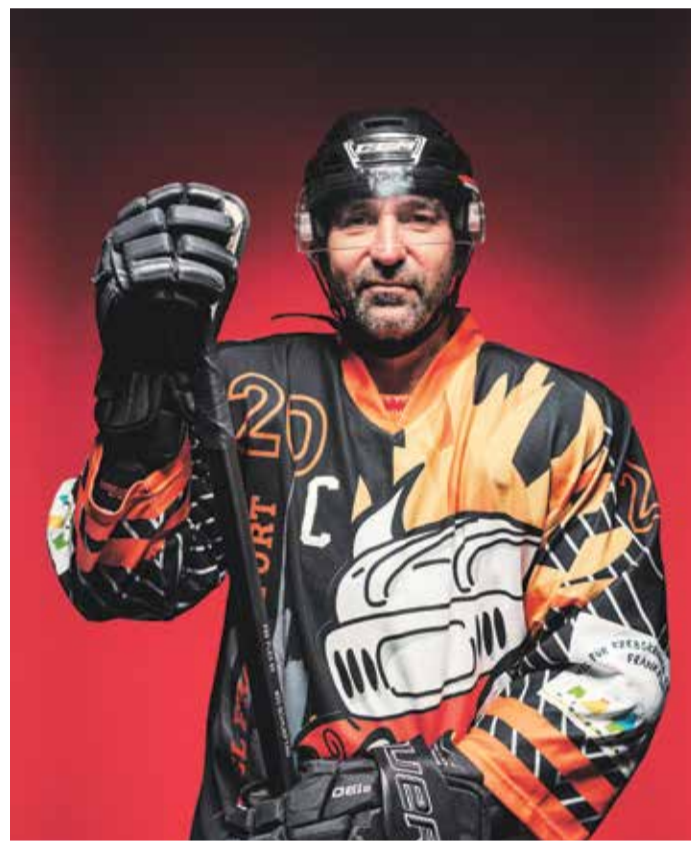
FOTO: BÜRGERINSTITUT

# Frankfurter Eisteufel: 110% every shift

Der älteste Eishockeyverein Frankfurts feiert Jubiläum

**FRANKFURT (SH) |** Seit der Gründung 1984 hatten die Frankfurter Eisteufel viele Höhen und Tiefen. Ist der Verein zu Beginn ganz gut in die Gänge gekommen, musste er in späteren Zeiten doch den Gürtel enger schnallen, denn mit weniger als zehn aktiven Mitgliedern stand er eine Zeit lang kurz vor dem Aus. Danach kam glücklicherweise ein Aufschwung, an den sich Schüftan, der seit 34 Jahren im Verein aktiv und davon 30 Jahre Mannschaftskapitän war, erinnert: „Eine Saison haben wir früher mal in der Regionalliga gespielt, aber das kann man mit heute nicht vergleichen.“ Heute kommt es den Eisteufeln auch

gar nicht mehr auf den großen Erfolg, sondern auf ganz andere Werte an. „Auch wenn wir immer noch ein Amateurverein bleiben, haben wir es geschafft, etwas Tolles und Besonderes zu bieten. Ich nenne es die ‚Eisteufel-DNA‘. Hier geht es nicht um Geld, Arbeitsplätze oder eine berufliche Zukunft, sondern einfach um den Spaß am Sport. Natürlich wollen wir auch gewinnen, wenn wir aufs Eis gehen – keine Frage –, aber was im Mittelpunkt steht, ist immer das Zusammensein und die Gemeinschaft“, fasst Daniel Schüftan die Vereinswerte zusammen. Heute zählen ca. 45 aktive Mitglieder zum Verein, dazu noch



Daniel Schüftan



eine „Altherren-Mannschaft“ mit 15 Mitgliedern sowie viele Ehemalige, die den Verein immer noch unterstützen. Jährlich kommen außerdem durchschnittlich fünf Neuzugänge dazu, auch wenn der Verein gerne mehr Menschen begrüßen würde. „Beim Training müssen wir mittlerweile wählerischer werden und können aktuell nur noch Eishockey-Erfahrene aufnehmen. Wir würden gerne auch Nachwuchsarbeit anbieten, aber dazu haben wir als kleiner Verein momentan zu wenige Eiszeiten. Da das öffentliche Interesse am Sport steigt, sind die Wartelisten lang“, erklärt Schüftan. Hier zähle der Verein zukünftig auf die geplante Mehrzweckhalle, um die Vereinsangebote auszubauen und beispielsweise eine B-Mannschaft anbieten zu können. „Da, wo vor fünf Jahren noch

Sorgenfalten waren, kann ich heute in eine gute Vereins Zukunft blicken. Viele Mitglieder engagieren sich und sind jederzeit zur Stelle, das war nicht immer so. Jetzt habe ich keine Bedenken mehr, dass der Verein auch einen Vorstandswechsel in den nächsten Jahren unbeschadet übersteht“, blickt Daniel Schüftan in die Zukunft. Auch wenn er mit diesem Jahr seine „aktiven Schlittschuhe und die Kapitänsaufgaben“ abgegeben hat, bleibt er dem Verein als Vorstandsmitglied erhalten und hofft in den kommenden Jahren auf viele neue Interessierte, die sich für den Verein einsetzen, bei den Trainings und Spielen dabei sein und sich mit der „Eisteufel-DNA“ anstecken möchten.

FOTOS: FRANKFURT EISTEUFEL

# Vernissage mit 2 fantastischen Künstlerinnen

Nathali von Kretschmann und Elvira Heimann in der Galerie Monica Ruppert

**INNENSTADT (BT) |** Zauberhafte Farben in außergewöhnlichen Kunstwerken von zwei unterschiedlichen Künstlerinnen manifestiert in Acrylgemälden. Zu Vernissage und Pre Opening hatten die Künstlerinnen geladen. Es kamen Kunstfreunde, Freunde und Familien. Dr. phil. habil Iris Maria Gniosdorsch analysierte die Kunst in ihrer Laudatio mit Energie und sensiblen Einfühlungsvermögen. Die „Mirroring Art“ von Nathali von Kretschmar spielt in ihrer aktuellen Serie mit dem Spiegelbild der Betrachter, in dem sie auf einer speziell spiegelnden Fläche ihre Blumen und Fische malt. Elvira Heimann zeigt vordergründig Abstrakte Gemälde

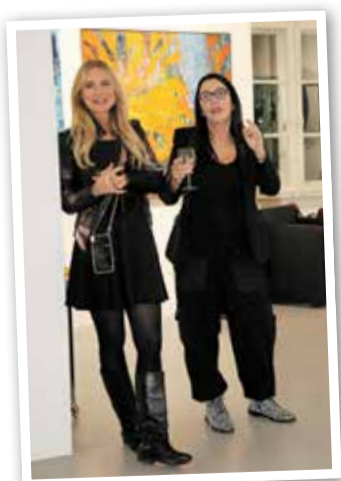


Dipl. Psych, Dipl. Theol. Elvira Heimann vor ihrem Werk.

„unfolded energie“, die beim näheren Betrachten eine besondere Tiefe bieten. Die Galerie in der Bleichstraße 48 ist ein sehenswerter Spot für Besucher wie Kunstliebhaber.



Nathali von Kretschmann zeigte ihre spiegelnde Kunst. FOTOS: BT



v.l. Die Künstlerinnen Nathali von Kretschmar und Elvira Heimann mit Laudatorin Dr. phil. habil. Iris Maria Gniosdorsch bei der Begrüßung der Gäste in der Galerie Ruppert.

# Internationaler Tag der Menschenrechte

Veranstaltungen vor der Alten Oper: Spiele, Chor und Kulinarik

**FRANKFURT (PM) |** Mit viel Licht, Musik und lebendigen Aktionen feiert ein Bündnis aus zivilgesellschaftlichen Organisationen und NGOs den internationalen Tag der Menschenrechte am 10. Dezember vor der Alten Oper. Die Veranstalter wollen Mut machen, für die Menschenrechte einzutreten, für Freiheit, Gleichheit und Würde eines jeden Menschen – als Grundlage einer demokratischen, friedlichen und gerechten Gesellschaft. Es gibt Informationen und Spiele zu den Menschenrechten; der Chor der Omas gegen Rechts singt Lieder zum Thema und auch für das leibliche Wohl ist gesorgt. An einem großen Weihnachtsbaum kann man Wünsche rund um die Menschenrechte anbringen. Die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte 1948 war nach den bitteren Erfahrungen mit Nationalsozialismus und Krieg ein Meilenstein in Völkerrecht. Für zu viele Menschen bleiben sie bis heute eine Vision. Klimakrise und Kriege bedrohen die Lebensgrundlagen von Menschen überall auf der Welt – am schlimmsten die Armen. Rassismus, Antisemitismus,

Antifeminismus, Intoleranz, Ausgrenzung und Zulauf für rechtsextremistische Einstellungen und Parteien greifen um sich – auch bei uns. Wir dürfen uns nicht an das Un-

recht gewöhnen. Bringen wir Licht in die dunkle Zeit.

10. Dezember von 16 bis 18:30 Uhr auf dem Opernplatz

**Internationaler Tag der Menschenrechte**  
 Würde - Freiheit - Frieden und soziale Gerechtigkeit für alle Menschen

Kundgebung & Aktionen  
 10.12.2024 16:00 - 18:30 Uhr  
 Opernplatz / Frankfurt am Main

Seid dabei und setzt ein leuchtendes Zeichen für die universellen Menschenrechte!

Logos of participating organizations: ÜBERBRETTLERLAND, hfr, NACHWACHS, GEFENPERCE, SEI-EIN MENSCH, LEADERSHIP MENSCHEN, EINTRÄCHTIG FRANKFURT BRÜDERTUM, EINTRÄCHTIG FRANKFURT SCHAFFEN, OMAS GEGEN RECHTS FEM, jcm, VVR-BGA.



## Marc Schrott

Apotheker



Der neue Podcast:  
www.apothekeprime.de/  
podcast

## Optimale Einnahmezeit für Blutdrucktabletten?

Die Europäische Gesellschaft für Kardiologie hat dazu fünf Studien aus den vergangenen Jahren zu einem Ergebnis zusammengefasst. Diese kamen zu dem Ergebnis, dass der Einnahmezeitpunkt irrelevant war. Deshalb hat man die Leitlinie angepasst. Bei einer einmaligen Einnahme pro Tag, sind die Patienten jetzt frei in der Gestaltung. Aber bei Poly-medikation ist Vorsicht geboten. Hier ist die Vorgabe des Arztes einzuhalten. Blutdrucksenker haben oft eine entwässernde Komponente. Deshalb kann es Sinn ergeben, die Tablette morgens anzuwenden, um die Nachtruhe nicht zu stören. Als Apotheker empfehle ich aber immer den gleichen Zeitpunkt zu wählen, denn damit lässt sich das Ziel eines konstanten Spiegels am einfachsten erreichen. Wichtig ist auch das individuelle Trinkverhalten durch jahreszeitliche Effekte zu beachten und ggf. saisonal die Medikation anpassen zu lassen, denn der Blutdruck ist immer abhängig von der Flüssigkeitsmenge in einem festen Körpervolumen. Bei Anpassungswünschen sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

Mit unserer neuen Apotheke-Prime-App können Sie jetzt Ihr E-Rezept direkt von der Krankenkassenkarte mit Hilfe Ihres Smartphones an uns übermitteln. Die Lieferung zu Ihnen erfolgt zeitnah durch unsere eigenen Fahrer und bei weiteren Fragen sind wir in unseren Apotheken zu erreichen. Einfach apothekeprime als App herunterladen!

Ihr  
**Marc Schrott**  
Fachapotheker  
für Allgemeinpharmazie



**Central Apotheke**  
Inhaber:  
Apotheker Marc Schrott e.K.  
Bahnstraße 51  
61449 Steinbach

## Stollen ist nicht gleich Stollen Wie Sie gute Zutaten schmecken

Im Advent darf Stollen nicht fehlen: Neben dem Dresdener Original gibt es viele leckere Varianten. Bäckermeister Andreas Wippler verrät, woran Sie guten Stollen erkennen.

Der Stollen hat eine lange Tradition: Bereits 1474 wurde er namentlich erwähnt und steht symbolisch für das Jesuskind. Heute bieten deutsche Handwerksbäcker über 200 Variationen an. Der klassische But-terstollen wird aus reichhaltigem Hefe- teig mit viel Butter, Rosi- nen, Orangeat und Zitronat zubereitet. Der Dresdner Bäckermeister Andreas Wippler verrät, worauf es ankommt: „Wer den Stollen anschnidet, sollte viele Früchten erkennen. Das Gebäck wird nur zart gebacken, um saftig zu sein. Dafür werden Sultanen bereits zwei Tage vorher in Rum eingelegt.“



erkennen: „Ein guter Stollen sollte appetitlich wirken. Ein gelblicher Rand ist kein Mangel, sondern zeigt, dass sich Butter und Zuckerglasur miteinander verbunden haben und der Stollen reifen konnte. Auch der Stollenboden gibt Aufschluss über die Qualität: Er sollte nicht zu dunkel sein, da er sonst eine bittere Note bekommt. Honigbraun oder Karamellbraun ist ideal. Bei luftdichter, kühler Lagerung bleibt der Stollen auch lange ein weihnachtlicher Genuss“, erklärt der Innungsbäcker.

### Qualitätsprüfung durch unabhängige Tester

Um Kunden Orientierung zu bieten, organisiert das Deutsche Brotinstitut deutschlandweit Stollenprüfungen, bei denen Geschmack und Backqualität bewertet werden. Die besten Stollen werden mit der Auszeichnung „Sehr gut“ oder „Gold“ geehrt. Viele Handwerksbäcker zeigen ihre Auszeichnungen direkt im Verkaufsraum.

Auf der folgenden Webseite können Kundinnen und Kunden schnell ihren nächsten Bäcker finden: [www.baeckerfinder.de](http://www.baeckerfinder.de).

## Antifa-Erzählcafé

Donnerstag, 12. Dezember 2024, 19 Uhr im Club  
Voltaire, Kleine Hochstraße 5, 60313 Frankfurt

Günter Feldmann hatte ein bewegtes Leben: aufgewachsen in Breslau, geprägt vom säkularem und reformerischen Judentum und der Gründung der SPD, verfolgt von den Nazis, geflüchtet nach Hamburg, Dänemark und schließlich Schweden. Dort schloss er sich der Exil-KPD an. Nach der Nazizeit wollte er ein

sozialistisches Deutschland aufbauen. Er wurde in Frankfurt Leiter der jüdischen Erziehungsberatungsstelle. Nach seinem Tod wurde im Frankfurter Ostend ein jüdisch-russisches Begegnungszentrum nach ihm benannt. Oberbürgermeister a.D. Peter Feldmann spricht erstmals öffentlich über seinen Vater.

## BEILAGEN- HINWEIS

Beachten Sie folgende Beilagen in der Gesamtausgabe oder in Teilbelegungen von **DER FRANKFURTER**:



## MARKTPLATZ

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen, ☎ 03944 - 36160, [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de) Fa.

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

[der-frankfurter.de](http://der-frankfurter.de)

**Frau Danna sucht:** Kaufe Pelze, Alt-, Bruch-, Zahngold, Goldschmuck, Suche Lampen, Perücken, Puppen, Bernstein, Haushaltsauslösungen, Bleikristalle, Bilder, Modeschmuck, Silber, Leder- und Krokotaschen, Schallplatten, Schreib- und Nähmaschinen, Figuren, Gobelins, Teppiche, Porzellan, Krüge, Zinn, Möbel, Küchen, Gardinen, Tischdecken, Uhren, Kostentl. Beratung. Anfahrt sowie Werteneinschätzung. Zahle Höchstpreise. 100% diskret, Barabwicklung vor Ort. Mo.-So. 7.30-21 Uhr. ☎ 069 - 34875842

120 km Draht und Gitter  
1900 Türen und Tore am Lager

## DRAHT WEISSBÄCKER

**ZÄUNE · GITTER · TORE**  
**Draht-Weissbäcker KG**  
Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg  
Tel. (06071) 98810  
Fax (06071) 5161

[www.draht-weissbaecker.de](http://www.draht-weissbaecker.de)  
E-Mail: [draht@weissbaecker.de](mailto:draht@weissbaecker.de)

- Draht- und Gitterzäune
- Schiebetore · Drehkreuze
- Schranken · Türen · Pfosten
- Sicherheitszäune · Tore
- Mobile Bauzäune · Alu-Zäune
- sämtliche Drahtgeflechte
- Alu-Toranlagen · Gabionen
- auch Montagen
- auch Privatverkauf

**THE BEST OF BLACK GOSPEL**

Die Ausnahmekünstler bieten die bekanntesten und schönsten Gospelsongs in einem sehr emotionalen Programm mit garantiertem Gänsehautfeeling.

**Mi, 22.01.25 HUGENOTTENHALLE N.Isenburg**  
**Fr, 24.01.25 HEILIG-GEIST-KIRCHE Frankfurt/M.**

**Karten im VVK:** Ticketshop Hugenottenhalle, Alte Oper FFM, sowie den bekannten FrankfurtTicket und Eventim VVK-Stellen. Tickettelefon: 069-134 04 00  
Online: [www.bestofblackgospel.de](http://www.bestofblackgospel.de)

## Mein Job & Ich myjob.de



Schaut doch mal  
bei uns vorbei:



## REISETIPPS

Anzeige

Jetzt online beantragen! –

**Auf kurzem digitalem Weg zur ambulanten Badekur in Bad Steben**  
(epr) Ambulante Badekur gewünscht? Kein Problem! Der digitale Kurantrag, auch „Kur auf Klick“ genannt, ist ein kostenloser Service, der das Antragsverfahren erleichtert. Einfach den Kurantrag online ausfüllen, speichern oder ausdrucken und an den Hausarzt weiterleiten, der die restlichen Eintragungen vornimmt. Danach kann das Formular bei der Krankenkasse eingereicht werden – und die Erholung ist ganz nah. Toll: Der Kurort kann frei gewählt werden! Wie wäre es zum Beispiel mit einer ambulanten Badekur in Bad Steben? Das traditionsreiche Staatsbad ist ein charmanter Ferienort

Radonhaltiges Wasser stärkt das Immunsystem, Radonbäder können auch bei Rheuma oder Arthrose helfen. (Foto: epr/Bayerisches Staatsbad Bad Steben/Carolin Thiersch)



im Frankenwald und eines der wenigen Heilbäder Europas, in denen die Heilmittel Radon, Kohlensäure und Moor gleichzeitig vorkommen und kombiniert werden. Weitere Informationen zur ambulanten Badekur sowie den Link zum Online-Antrag gibt es unter [www.reiseplaza.de/bad-steben](http://www.reiseplaza.de/bad-steben)

Herzstück von Bad Steben ist der Kurpark. Eine ambulante Badekur in dem traditionsreichen Staatsbad kann jetzt auch online beantragt werden.



Foto: epr/Bayerisches Staatsbad Bad Steben

Bei einer Fahrt mit der Pfänderbahn hinauf auf den 1.064 m hohen Bregener Hausberg bieten sich atemberaubende Panoramablicke über das verschneite Winterwunderland.



Foto: epr/visitbregenz/©Christiane Setz

**Wo der Winterzauber wohnt – Bregenz am Bodensee verwöhnt Körper, Geist und Seele**  
(epr) Eingerahmt von über 240 verschneiten Berggipfeln beeindruckt Bregenz am Bodensee im Winter mit einer atemberaubenden Atmosphäre. Unter dem Motto „3 Märkte/2 Länder/1 See“ können Besucher:innen auf der festlich geschmückten MS Austria bis zur Lindauer Hafenweihnacht schippern, in Bregenz selbst versüßen der Weihnachtsmarkt am Kornmarktplatz und

regionalen Erzeugnissen gespickte Kreationen der hiesigen Restaurants, Patisseries und Cafés. Für eine rundum gelungene Genusskomposition sorgen die Highlights der Bregener Kulturmeile am Kornmarktplatz; hier warten u. a. das Kunsthaus Bregenz und das Voralberg museum mit spannenden, wechselnden Ausstellungen und über 150.000 Artefakten rund um die Historie der Voralberger Landeshauptstadt. Mehr unter [www.reiseplaza.de/bregenz](http://www.reiseplaza.de/bregenz)

Ihr Kinderlein kommet –

**Nördlinger Weihnachtszauber lädt kleine und große Besucher zur besinnlichen Adventszeit ein**  
(epr) Die Adventszeit ist Jahr für Jahr von besonderen Ritualen geprägt – dazu zählt auch der Besuch des Weihnachtsmarktes! Den Duft von gebrannten Mandeln, Holzbuden mit Kunsthandwerk und festliche Lichter – und das alles in mittelalterlich-romantischer Kulisse – kann man im bayerischen Nördlingen erleben. Ob Tagesausflug oder Kurztrip: Eine vorweihnachtliche Auszeit in der ehemaligen Reichsstadt sorgt für eine Extraportion besinnliche Stimmung. Auf dem Programm: Schlendern, Staunen und Schlemmen auf dem Romantischen Weihnachtsmarkt, der seine Pforten vom 29. November bis 23. Dezember geöffnet hat. Wer Nördlingen besucht, sollte sich zwei Highlights nicht entgehen lassen: zum einen den Rundgang auf der vollständig erhaltenen Stadtmauer und zum anderen den Abstecher auf den 90 Meter hohen Kirchturm Daniel. Mit Beginn der Dämmerung warten unvergessliche Ausblicke auf die vorweihnachtliche und vielleicht sogar verschneite Stadtidylle. Mehr unter [www.reiseplaza.de/noerdlingen](http://www.reiseplaza.de/noerdlingen)

Romantischer Weihnachtsmarkt, Advents-Führungen und der Nördlinger Krippenweg warten in der mittelalterlichen Stadt auf alle, die die Adventszeit in festlicher Atmosphäre verbringen möchten.



Foto: epr/Tourist-Information Nördlingen

Das hervorragende Bioklima, das die 47 heilklimatischen Kurorte in Deutschland auszeichnet, stärkt den Kreislauf und das Immunsystem.



Fotos: epr/Verband der Heilklimatischen Kurorte Deutschlands/Bad Hindelang Tourismus

Beruhigende Natur, beste Luftqualität und Bewegung: Heilklimawandern entschleunigt und tut Körper und Seele gut.

Gut geht's! –

**Beim Heilklimawandern Schritt für Schritt zu mehr Wohlbefinden**  
(epr) Schmerzen? Stress? Schlechte Laune? Dann kann ein Spaziergang im Grünen Wunder wirken! Die Kombination aus beruhigender Natur, frischer Luft und Bewegung entschleunigt und tut Körper und Seele gut. Noch größer ist der Erholungseffekt beim Heilklimawandern: Hier kommen zur körperlichen Aktivität noch stimulierende Klimareize wie böiger Wind oder erhöhte Sonneneinstrahlung hinzu – und beste Luftqualität ohne Schwüle und Smog. Schritt für Schritt wird das Wohlbefinden gesteigert und Dauerstress abgebaut. Das hervorragende Bioklima, das die 47 heilklimatischen Kurorte in Deutschland auszeichnet, stärkt Immunsystem, Kreislauf und Vitalfunktionen und kommt auch Allergikern entgegen. Mehr unter [www.reiseplaza.de/heilklima](http://www.reiseplaza.de/heilklima)

Willkommen an Bord! –

**Auf attraktiven Kreuzfahrt-Routen in der Kvarner Bucht lässt sich Kroatien im eigenen Tempo erleben**  
(epr) Eine I. D. Riva Tours Kreuzfahrt ist wohl die schönste Art, die idyllische Inselwelt Kroatiens zu erkunden! Nicht umsonst gilt Rijeka in der Kvarner Bucht als Tor zur Welt der 1.000 Inseln. Die Stadt liegt nur wenige Autostunden von Süddeutschland entfernt und ist u. a. bequem per Buspendel-Service erreichbar, der Urlauber von der eigenen Haustür zum wichtigsten Seehafen Kroatiens transportiert. Von hier aus stechen verschiedene I.D. Riva Tours-Schiffe wie das Comfort Plus Schiff MS Dalmatinac, der Motorsegler MS Kazimir oder die zur Deluxe-Kategorie aufsteigende MS Aria zu liebevoll konzipierten Routen in See. Während z. B. die beliebte Cappuccino-Route einen Aktivmix aus geführten Radtouren, Wanderungen und Rafting mit kulinarisch-kulturellen Genussmomenten kombiniert und die neue Mountainbike Route RM ein Muss für Adrenalinjunkies ist, kann man bei einer entspannten Badekreuzfahrt den Alltagsstress buchstäblich über Bord werfen. Cleverbücher aufgepasst: Bei einer Verlängerungswoche auf See oder an Land winken attraktive Kombi-Rabatte! Mehr unter [www.reiseplaza.de/idriva](http://www.reiseplaza.de/idriva)

Für die Saison 2025 wird die MS Aria nach umfassendem Upgrade in die Deluxe-Kategorie aufsteigen. In 17 Kabinen können dann maximal 36 Passagiere ihren Aufenthalt an Bord genießen.



Foto: epr/I. D. Riva Tours

Sowohl Marathon-Racer\*innen als auch Ausdauer-sportler\*innen können auf den verschiedenen Touren der insgesamt sechs Mountainbike-Spots im Saarland Kondition und Muskeln stärken.



Foto: epr/Tourismus Zentrale Saarland/Wolfgang Watzke

**Naturräume für Sportler\*innen – Die facettenreiche Landschaft des Saarlands bietet beste Bedingungen für Aktivurlauber und Sporttouristen**  
(epr) Ob Pumptrack, Stand-up-Paddling, Kletterpark oder Bogenschießen à la Robin Hood: Mit seiner abwechslungsreichen Landschaft gilt das Saarland als Hotspot für Sporttourist\*innen unterschiedlichster Couleur. So sorgen z. B. im Dreiländereck bei Perl familienfreundliche MTB-Strecken mit Junplüne und Trails für pures Radelvergnügen, während sich Adrenalinjunkies beim Flowtrail Ottweiler auf drei Abfahrtsstrecken auspowern können. Für Menschen mit Handicap existieren barrierefreie Handbike-Touren mit „Reisen für alle“-Zertifikat. Auch für Aktiv-Auszeiten zu Fuß hält der kleinste deutsche Flächenstaat großartige Routen bereit – nicht umsonst wurde z. B. der Saar-Hunsrück-Steig schon einmal zum schönsten Fernwanderweg Deutschlands gekürt! Leistungssportler\*innen finden hier ideale Trainingsbedingungen für Mountainbike, Rennrad, Schwimmen und verschiedene Laufsportarten, um ihre Leistungsfähigkeit zu verbessern und gezielt bestimmte Distanzen zu trainieren. Mehr unter [www.sporturlaub.saarland](http://www.sporturlaub.saarland)

# Für die Vielfalt, gegen Diskriminierung

Diversitätspreis 2024 geht an drei Initiativen



Gruppenbild mit Siegerinnen und Siegern: Bürgermeisterin Nargess Eskandari-Grünberg mit den Geehrten des Diversitätspreises 2024, COPYRIGHT: STADT FRANKFURT AM MAIN, FOTO: KATARINA IVANSEVIC

**FRANKFURT (PM) |** Sie setzten sich für den Abbau von Vorurteilen gegenüber Menschen mit Behinderungen ein, bringen Menschen unterschiedlicher Herkunft zusammen und engagieren sich gegen den Rechtsruck in der Gesellschaft. Für diese Leistungen sind der Förderverein „Rollstuhlbasketball Rhein-Main“, das Social Startup „Grow Together“ und der Verein „Omas gegen rechts“ mit dem Diversitäts- und Integrationspreis 2024 ausgezeichnet worden. Bürgermeisterin und Diversitätsdezernentin Nargess

Eskandari-Grünberg hat die Preise am 2. Dezember gemeinsam mit Mitgliedern der Stadtverordnetenversammlung im Kaisersaal überreicht. „Engagement für unsere diverse Stadtgesellschaft kann ganz unterschiedlich aussehen. Das zeigen die Auszeichnungen in diesem Jahr. Was die Preisträgerinnen und Preisträger tun, hat einen enormen Wert für den Zusammenhalt in unserer diversen Stadt – heute mehr denn je. Ihre Arbeit gibt uns Gründe für Zuversicht, sie steht für das breite ehrenamtliche Engagement gegen

Diskriminierung in Frankfurt“, sagte Eskandari-Grünberg. Der Diversitäts- und Integrationspreis wird seit 2002 durch den Magistrat verliehen. Ausgezeichnet werden Menschen, die sich in besonderem Maße für andere stark machen und solidarisch das gute Zusammenleben in Frankfurt fördern. Der Preis ist mit insgesamt 15.000 Euro dotiert. Eine Jury, unter anderem aus Politik und Kommunalen Ausländerinnen- und Ausländervertretung, wählt die Preisträgerinnen und Preisträger aus.

# Romeo M. + Julia C.: Der schönste Alptraum von Verona

Theater-Performance des teAtrum 7 nach Shakespeare/Ionesco

**FRANKFURT (PM) |** Tybalts Erschlagung durch ihren mutmaßlichen Mörder Romeo M. ist noch frisch. Dennoch plant die Familie Capulet ein aufwändiges Hochzeits-Brimborium ihrer Tochter Juliet mit dem Grafen Paris. Offenbar hat man hier wenig Skrupel, innerhalb kürzester Zeit das Schwarz der Not und Trauer gegen das Weiß des Glücks auszutauschen. Man wird hier den Verdacht



Mit: Benjamin Zachriat, Janine Karthaus/Luise Schlingmann, Hannah Krämer-Schuster, Sven Kube, Jetmira Qerimi, Rudolph Weber.

nicht los: Die Capulets verachten Tybalt, die allerdings für ihre soziopathischen und leicht sadistischen Neigungen bekannt war.

Termine: 10.12., 13.12., 14.12.  
Weitere Informationen unter:  
frankfurt.teatrumvii.de



# Mit Bus und Bahn zur Feuerwehrstraße

Umbenennung der Station Gießener Straße als Teil des Feuerwehrjubiläums

**FRANKFURT (PM) |** Ab kommenden Fahrplanwechsel, am Sonntag, 15. Dezember, wird die U-Bahnlinie U5 planmäßige Stopps an der Feuerwehrstraße einlegen – denn die Bus- und Bahnstation Gießener Straße wird von der Stadt Frankfurt am Main in Feuerwehrstraße umbenannt. Bereits am vergangenen Dienstag enthüllte die Frankfurter Feuerwehr im Beisein von Annette Rinn, Dezernentin für Ordnung, Sicherheit und Brandschutz, und Wolfgang Siefert, Dezernent für Mobilität, „ihre“ neue Haltestellenbeschilderung. „Als Stadt Frankfurt am Main war es uns ein Anliegen, die Station, die sich unmittelbar vor der Feuerwehr und Rettungswache 1 befindet, zum 150. Geburtstag der Berufsfeuerwehr umzubenennen. Dies



Von links: Mobilitätsdezernent Wolfgang Siefert, Brandschutzdezernentin Annette Rinn und Markus Röck kommissarischer Amtsleiter und Direktor der Branddirektion, enthüllen gemeinsam das neue Haltestellen-schild „Feuerwehrstraße“. COPYRIGHT: FEUERWEHR FRANKFURT

ist der Halt für unsere Feuerwehr, die Tag und Nacht unsere Stadt beschützt“, sagt Brandschutzdezernentin Rinn. Prof. Tom Reinhold, Geschäftsführer der städtischen Nahverkehrsgesellschaft traffiQ, ergänzt: „Die Idee, den Namen der Station Gießener Straße in Feuerwehrstraße zu ändern, haben wir gerne unterstützt. Eine schöne Möglichkeit, die Arbeit der Kolleginnen und Kollegen der Feuerwehr zu würdigen!“ Markus Röck, kommissarischer Amtsleiter und Direktor der Branddirektion, konstatiert: „Die Umbenennung in Feuerwehrstraße ist mehr als nur ein symbolischer Akt; sie ist ein starkes Zeichen der Wertschätzung für unsere Aufgabe und steigert unsere Sichtbarkeit in der Stadt.“

# Sportangebote des TSV Bonames

## Kinderyoga

Donnerstags, 17-18 Uhr  
Start am 23.01.2025, 10 Termine  
für Kinder von 4-6 Jahre  
Vereinsmitglieder zahlen 25,-€, Gäste zahlen 50,-€

## Krabbelgymnastik

Donnerstags, 11-12 Uhr  
Start am 16.01.2025, 12 Termine  
für Babys ab 6 Monate  
kostenlos für Vereinsmitglieder, Gäste zahlen 84,-€

## Mama fit – Baby mit!

Dienstags, 10:30-11:30 Uhr  
für Mütter mit Baby  
(ein Rückbildungskurs sollte vorausgegangen sein)  
kostenlos für Vereinsmitglieder, fortlaufendes Angebot

## Ballett für Erwachsene

Donnerstags, 20:00-21:30 Uhr  
Ein Angebot mit Zusatzbeitrag  
40€/Monat + Grundbeitrag 7 €/Erwachsene bzw. 5 €/Jugendliche, fortlaufendes Angebot

## Selbstverteidigung für Frauen

Sonntags, 13:00-14:30 Uhr  
Start am 02.02.2025,  
12 Termine  
für Frauen ab 15 Jahre, Vorkenntnisse sind nicht notwendig.  
Vereinsmitglieder zahlen 50,-€, Gäste zahlen 100,-€

## AROHA – Ausdauersport zu Musik

Donnerstags, 18:00-19:00 Uhr  
kostenlos für Vereinsmitglieder, fortlaufendes Angebot



Alle Angebote finden in der TSV Sporthalle, Harheimer Weg 18, 60437 Frankfurt statt.

Anmeldung unter: [www.tsvb.de/aktuelle-kurse.html](http://www.tsvb.de/aktuelle-kurse.html)

## SPORTKREIS- AKTUELL

# „Trink dich fit – denn Durst macht schlapp“

Sportkreis Main-Kinzig feiert Premiere

Im November konnten sich Grundschulen in Frankfurt sowie Gemeinden der teilnehmenden Partner-Sportkreisen für die Aktion „Trink dich fit“ anmelden. „Trink dich fit“ möchte Kinder dabei unterstützen, ein gesundes und regelmäßiges Trinkverhalten zu erlernen, von dem sie ein gesamt Leben profitieren können. Neben den Partner-Sportkreisen Groß-Gerau, Hochtaunus, Main-Taunus und Offenbach, die sich bereits seit Jahren an der Aktion beteiligen, feiert der Sportkreis Main-Kinzig in diesem Jahr seine „Trink dich fit“-Premiere: Angemeldet haben sich 12 Schulen mit 1.479 Kindern aus 70 Klassen. Hans-Jürgen Wolfenstädter, Referent „Schule & Verein“ im Sportkreis Main-Kinzig sagt: „Trinken ist ein wichtiges Thema, welches Kindern früh vermittelt werden soll – sowohl im Schul- als auch im sportlichen Kontext. Der Sportkreis Main-Kinzig möchte daher durch die Teilnahme an der Aktion die Schulen unterstützen, Kinder für die Notwendigkeit des täglichen und richtigen Trinkens zu sensibilisieren.“ Die diesjährige Gesamtteilnehmerzahl beläuft sich auf über 5.600 Schüler\*innen an über 50 Schulen, 1.968 Kinder aus Frankfurt nehmen teil.

Der neunwöchige Aktionszeitraum, vom 20. Januar bis 21. März 2025, wird erneut wissenschaftlich begleitet. Im vergangenen Sommer wertete die Studentin Elena Sofia Koutelias der Hochschule Fresenius im Rahmen ihrer Bachelorarbeit die eingereichten Trinklisten von 684 Schüler\*innen aus 65 Klassen an 17 Schulen aus. Die Auswertung beobachtete, dass sich das Trinkverhalten der ausgewählten Schüler\*innen der ersten bis dritten Klassen sehr ähnelt, während in den untersuchten vierten Klassen weniger getrunken wurde. Uwe Schröder, Vorstandsmitglied des Deutschen Institut für Sporternährung, erklärt: „Die ‚Trink dich fit‘-Aktion ermöglichte es, das Trinkverhalten der Kinder über neun Schulwochen hinweg systematisch zu erfassen. Die gesammelten Daten haben gezeigt, dass die Kinder der ersten bis dritten Klassen durchweg aktiv an der Aktion teilgenommen haben, was auf eine



hohe Akzeptanz und Motivation hindeutet. Besonders das Belohnungssystem mit Stempelkarten wurde von den jüngeren Schüler\*innen sehr gut angenommen, was uns wertvolle Hinweise darauf gibt, wie diese Altersgruppe erfolgreich zu gesundem Trinkverhalten motiviert werden kann.“ Auch die von dieser Erkenntnis abweichenden Ergebnisse der vierten Klassen lieferten hilfreiche Ansätze: „Hier beobachten wir, dass Trinkgewohnheiten bereits stärker etabliert sind. Für ältere Kinder könnten angepasste Motivationskonzepte entwickelt werden, um ihre Teilnahme noch gezielter zu fördern. Diese Erkenntnisse sind nicht nur wichtig für die Weiterentwicklung der Trinkaktion, sondern auch für die Gestaltung zukünftiger Gesundheitsmaßnahmen an Schulen.“

EINE KOOPERATION VON



DER FRANKFURTER  
HEIMATZUGANG MIT HERZ



## Neue Wege der Abfallentsorgung in Frankfurt

FES präsentiert Vorteile von Unterflurbehältern

**FRANKFURT (PM) |** Die Frankfurter Entsorgungs- und Service GmbH (FES) haben gemeinsam mit dem Umweltamt kürzlich die Vorteile der Abfallentsorgung mittels Unterflurbehältern demonstriert. Dabei handelt es sich um echte Raumwunder, da die Unterflurbehälter oberirdisch nur als schlanke Säule mit einer Ladeklappe zu sehen sind, unterirdisch jedoch das Fassungsvermögen

von vier großen Abfallbehältern mit einem jeweiligen Fassungsvermögen von 1100 Litern aufweisen.

FES-Geschäftsführer Dirk Remmert erklärte während des Termins, dass die Unterflurssysteme gerade im Stadtgebiet im Vergleich zu herkömmlichen Abfallbehältern zahlreiche Vorteile bieten: „Durch eine digitale Füllstandskontrolle kann die Leerung

punktgenau geplant werden. Damit kommt es nicht zu einer Überfüllung der Behälter und der Bereich rund um die Behälter bleibt sauber. Außerdem ist die Leerung schnell und leise möglich, auch das macht es für die Bürgerinnen und Bürger angenehm.“

Aktuell sind in Frankfurt rund 170 Unterflurbehälter im Betrieb beziehungsweise in Planung, weitere sollen folgen.

GRAFIK: FES

## WLAN an Öffi-Haltestellen

VGf-Ticketautomaten an sechs Standorten werden ausgerüstet

**FRANKFURT (PM) |** Das WLAN-Netz im Frankfurter Nahverkehr wird dichter: In einem gemeinsamen Pilotprojekt haben die städtische Nahverkehrsgesellschaft traffiQ und die VGf seit September Fahrkartenautomaten an je drei U-Bahnstationen und Straßenbahnhaltestellen mit öffentlichem WLAN ausgestattet – mit Erfolg.

Ab sofort finden Fahrgäste an

insgesamt 13 Ticketautomaten an unterschiedlichen Standorten in Frankfurt den kostenlosen Zugang ins Internet. Die kommunalen Partner kooperieren dabei mit dem RMV, sodass Fahrgäste sich unabhängig vom Anbieter in das bereits vorhandene RMV-Netz einloggen können.

Mit dem Pilotprojekt wollen traffiQ und VGf testen, wie stark die Nachfrage nach

WLAN im Frankfurter Nahverkehr ist, in dem die Wartezeiten auf die nächste Bahn oder den nächsten Bus in der Regel relativ kurz sind. Hintergrund sind die guten Erfahrungen, die der RMV mit seinem WLAN-Angebot an S-Bahnstationen, in Expressbussen und vielen S-Bahnen gesammelt hat. Nach Ablauf des zweijährigen Pilotbetriebs wird über die weitere Entwicklung entschieden. FOTO: FREEPIK



Besucht uns auch  
auf Instagram!



... ODER ALS WEIHNACHTSGESCHENK  
FÜR EURE LIEBSTEN!

**SICHERT EUCH  
DIE GALAXY  
DAUERKARTE  
FÜR DIE SAISON 2025**

**WEITERE INFOS**

**WWW.FRANKFURT-GALAXY.EU**