

FORUM MAGAZIN

29. Jahrgang · Ausgabe 1/2025
www.forum-magazin.de

Januar 2025

DAS MONATSMAGAZIN FÜR
KULTUR, VERANSTALTUNGEN,
HANDEL UND GEWERBE



Ev. Bläserchor
Biebesheim / Rhein

**Musikalisch
beschwingt ins neue Jahr**

Neujahrskonzert
18. Januar, 20.00 Uhr
Kulturhalle Biebesheim

Willkommen 2025

Das FORUM Team wünscht einen guten Start ins neue Jahr

Hans-Böckler-Straße 6
D-64521 Groß-Gerau

**Autoglas
Schüller**



AUTOGLAS SCHÜLLER
IN GROSS-GERAU
TEL.: 06152 866 77

WhatsApp: 0157 70 57 49 93



- ✓ Windschutzscheiben-Soforteinbau
- ✓ Seitenscheiben, Heckscheiben
- ✓ Steinschlagreparaturen
- ✓ Scheibentönungen & Glaszuschnitte



Austausch von Windschutzscheiben, für alle Marken und Modelle inkl. Neukalibrierung der Kamera für Fahrerassistenzsysteme und Radar durch unser geschultes Fachpersonal.

Wir wechseln Scheiben an nahezu allen PKWs, Bussen, LKWs, Sportwagen, Sonderfahrzeugen, Wohnmobilen und auch an allen E-Autos!!!



Made in Südhessen Shop

Entdecke besondere Bücher und Kunstwerke aus Südhessen



Perfekte Geschenkideen!

Ob literarische Schätze, Schmuck oder Kunst:
Hier findest du exklusive Geschenke, die Herz und Heim
verzaubern. Unterstütze lokale Kreative aus Südhessen!

udvm.de/shop



Hermann Wagner
Illustriertes
Spielbuch für
Knaben
Verlag von Otto Spamer.
Leipzig 1901

45,- €



Die Woche für die
Jugend
Druck und Verlag von
August Scherl G.m.b.H.
1905

35,- €

**Historische Bücher auch erhältlich bei:
Antiquariat Bläschke**

Sandstraße 38, 64283 Darmstadt
Tel. 06151 20948
antiquariat-blaeschke@t-online.de
www.antiquariat-blaeschke.de

Öffnungszeiten

Dienstag 10.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag 10.00 – 18.00 Uhr
Samstag 10.00 – 14.00 Uhr

INHALT FORUM

| | |
|---------------------------------|----------------|
| Auto-Mobil | Seiten 4 - 5 |
| Gesund und Fit | Seiten 6 - 8 |
| Veranstaltungstermine | Seiten 10 - 11 |
| Kirchentermine | Seite 12 |
| Tierheim Gernsheim | Seite 14 |

Impressum

Herausgeber: Ulrich Diehl Verlag und Medienservice GmbH
Marktplatz 3, 64283 Darmstadt
Tel. 06151 3929811, forum@udvm.de
100% der Ulrich Diehl Verlag und Medienservice GmbH
gehören Ulrich Diehl

Redaktion: Arlene Bortoli

Titelfoto: AdobeStocks

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, Leeheim, Wolfskehlen, Erfelden, Goddelau, Philipphospital, Crumstadt, Stockstadt, Biebesheim, Gernsheim, Klein-Rohrheim und Allmendfeld verteilt.

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandtes Text- und Bildmaterial übernehmen wir keine Haftung. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Verlages gestattet.

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

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

- Crumstadt:** Schuhhaus Reubold, Modaustraße 67
Omnibusbetrieb Müller, Industriestraße 3
Euro-Shop, Friedrich-Ebert-Straße 40
- Goddelau:** Stadt Riedstadt, Rathausplatz 1
Esso Tankstelle, Starkenburger Straße 1
Hofladen Bauer Rupp, Starkenburger Straße 61
Access Tankstelle, Römerstraße 1
- Erfelden:** Tinis Bauernlädchen, Wilh.-Leuschner-Straße 29
Lädchen am Eck, Wilhelm-Leuschner-Str. 1
- Leeheim:** Calpam-Tankstelle, Geinsheimer Straße 2
Bäckerei Hinnerbäcker, Hauptstraße 40
BüchnerBühne, Kirchstraße 16
- 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
Kiosk Cannizzaro & Schlösser, Rheinstraße 52
- Gernsheim:** OIL-Tankstelle, Mainzer Straße 22

Der Erscheinungstermin der Februar-Ausgabe des FORUM Magazins ist am 29. Januar 2025. Der Anzeigen- und Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist am Montag, 20. Januar 2025.



In der Sache J. Robert Oppenheimer

Christian Suhr inszeniert für das Stadttheater Aschaffenburg

Der Theaterleiter der BüchnerBühne Riedstadt Christian Suhr inszeniert im Auftrag des Vereins BüchnerFindetStatt ein neues Theaterstück für das Stadttheater Aschaffenburg. Ab Januar probt ein neu zusammengestelltes Ensemble das Bühnenwerk „In der Sache J. Robert Oppenheimer“ von Heinar Kipphardt. Die Premiere wird am Samstag, 25. Januar im Stadttheater Aschaffenburg stattfinden. Im Leeheimer Stammsitz des Theaters gibt es am Freitag, 17. Januar eine öffentliche Probe sowie zwei Aufführungen am Freitag, 31. Januar und Samstag, 1. Februar. Das Stück thematisiert auf Basis von Originaldokumenten die Anhörungen der US-Atomenergiekommission von 1954. Im Zentrum steht der Physiker J. Robert Oppenheimer, der als Leiter des Manhattan-Projektes die Entwicklung der Atombombe maßgeblich vorangetrieben hatte. Von der Kommission wird Oppenheimers

Loyalität zum Staat in Frage gestellt, da er in der Vergangenheit Kontakte zu Kommunisten hatte und sich gegen die Entwicklung der Wasserstoffbombe aussprach. Die Inszenierung zeigt nicht nur das politische und moralische Dilemma in Zeiten des Kalten Krieges sowie die persönlichen und beruflichen Konflikte Oppenheimers - die auch heute aktuellen Spannungen zwischen wissenschaftlicher Freiheit, politischem Druck und ethischer Verantwortung werfen Fragen zur Integrität und den Konsequenzen wissenschaftlicher Arbeit auf, die eine Gesellschaft sich immer wieder beantworten muss. Karten für die Premiere in Aschaffenburg gibt es ausschließlich über das Stadttheater Aschaffenburg. Der Vorverkauf für die drei Termine in Riedstadt erfolgt wie üblich über buechnerfindetstatt.de und den verschiedenen Vorverkaufsstellen (reservix) in der Region.

Prachtvolle Bärenfarbe

Büchereileiterin Anja Stark liest aus „Farben sind für alle da“

In der Vorlesestunde der Bücherei stellt Büchereileiterin Anja Stark am Dienstag, 14. Januar in der Bücherei Wolfskehlen (Gernsheimer Straße 9) um 15 Uhr das Bilderbuch „Und der Bär ruft laut Hurra: Farben sind für alle da!“ vor. Denn der Bär hat Geburtstag und will sich einmal so richtig schick machen. Was könnte prachtvoller sein, als ein rosafarbenes Kleid, findet der große, starke Bär. Und so malt er sich sein zotteliges Fell von der Honignase bis zur Bärenpranke kurzerhand rosarot an. Doch als der glückliche Geburtstagsbär seine Freunde aus dem Wald zur Party einladen will, lachen sie ihn aus – allen voran die ach so kluge Eule. Rosa ist doch keine Bärenfarbe! Oder doch? Damit es schön gemütlich wird, sollten sich die Kinder ein Sitzkissen mitbringen. Die Vorlesestunde findet mit

freundlicher Unterstützung der ÜWG statt. Der Eintritt ist wie immer frei, doch ist eine Voranmeldung notwendig. Kontakt: Anja Stark/Marco Hardy, 06158 93084 -1/-2

(Cover: Baumhaus Verlag)





Neuer Hyundai INSTER

Das vollelektrische Stadtauto für Europa

Hyundai enthüllt den INSTER: Auf der Busan International Mobility Show 2024 hat der Automobilhersteller heute sein neues vollelektrisches A-Segment-Modell vorgestellt. Das Elektroauto verbindet ein futuristisches SUV-Design mit einem vielseitigen und geräumigen Innenraum, fortschrittlichen Technologien für schnelles Nachladen und einer hohen Reichweite von bis zu 355 Kilometern (Zielwert nach WLTP).

Der neue INSTER ist das erste A-Segment-Elektrofahrzeug von Hyundai. Er nutzt wegweisende E-Technologien aus den größeren Elektrofahrzeugen von Hyundai und bietet umweltfreundliche Flexibilität, eine agile Fahrdynamik und nahtlose Konnektivität.

Unverkennbares Außendesign und einzigartige Merkmale

Aufbauend auf dem Design des 2021 eingeführten und nur in Südkorea angebotenen Hyundai CASPER unterscheidet sich der INSTER durch eine längere Karosserie und einen vergrößerten Radstand. Dies sorgt nicht nur für mehr Platz im Innenraum, sondern stärkt auch die optische Präsenz des Modells auf der Straße. Mit einer Länge von 3,8 Metern, einer Breite von 1,6 Metern, einer Höhe von 1,5 Metern und einem Radstand von 2,5 Metern liegt der Hyundai INSTER zwischen den traditionellen Stadtautos des A-Segments und den größeren Modellen des B-Segments. Dies verbindet die Kundenansprüche an einen Kleinwagen hinsichtlich seiner Wendigkeit und Benutzerfreundlichkeit mit mehr Funktionalität und Flexibilität



Vielseitiger Innenraum und nachhaltige Materialien

Im Innenraum des INSTER versorgen ein digitales Cockpit mit 10,3 Zoll-Display und ein ebenfalls 10,3-Zoll-Touchscreen mit Navigationssystem den Fahrer und die Passagiere mit allen wichtigen Informationen. Teil der kompakten Mittelkonsole, die für ein größeres Raumgefühl sorgt, ist eine Smartphone-Ablage mit kabelloser Ladefunktion. Der Gangwahlhebel (Shift-by-Wire) befindet sich direkt an der Lenksäule, was zusätzlichen Platz im Bereich der Mittelkonsole schafft. Das Pixel-Design wird auch im Innenraum aufgegriffen. LED-Pixel auf dem Lenkrad betonen dabei die futuristische Anmutung des Fahrzeugs.

Schnell laden und weiter fahren

Der Hyundai INSTER wird in zwei Batterievarianten angeboten. Serienmäßig ist eine 42-kWh-Batterie an Bord, optional können sich die Kunden auch für einen 49-kWh-Akku ent-

scheiden. Den Antrieb übernimmt jeweils ein einzelner Elektromotor, der im Einstieg 71 kW (97 PS) und mit der 49-kWh-Batterie 85 kW (115 PS) leistet. Das Drehmoment liegt jeweils bei 147 Nm.


Mit der 49 kWh Batterie kommt der INSTER bei einem geschätzten Energieverbrauch von 15,3 kWh/100 km (WLTP) mit einer Akkuladung bis zu 355 km (WLTP, Zielwert) weit – und

zeigt damit, was mit einem Stadtauto möglich ist. An einer Schnellladestation lässt sich die Batterie in rund 30 Minuten von 10 auf 80 Prozent aufladen.

Zudem verfügt der INSTER innen und außen am Fahrzeug über eine Vehicle-to-Load-Funktion (V2L) für externe Geräte (230 Volt) und ermöglicht damit das bidirektionale Laden etwa von E-Bikes, E-Rollern oder Campingausrüstung.

Moderne Technologien für Komfort und Sicherheit

Neben Reichweite und Ladetechnik punktet der Hyundai INSTER mit einer Fülle moderner Technologien, darunter zahlreiche fortschrittliche Sicherheits- und Fahrerassistenzsysteme. Zu den besonderen Komfortfunktionen gehören eine LED-Ambientebeleuchtung mit 64 Farben, ein digitales Cockpit, ein elektrisches Glas-Schiebedach und ein digitaler Fahrzeugschlüssel mit NFC-Technologie, um das Fahrzeug schlüssellos öffnen und mit Familie und Freunden teilen zu können. (PR)

Kfz.-Meisterbetrieb
Herbert Brandt

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

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



Ein kurzer Weg zum guten Service!
Ihr Renaultpartner vor Ort

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

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 **OPEL**

AUTOGLAS WUTZKE
VORORT-SERVICE
Ihr Partner für Fahrzeugverglasung

Mobile Scheiben-Montage
Scheibentönungen
Steinschlag-Reparaturen
06158-918173
www.autoglas-wutzke.de



Kia Ceed Spirit

Kilometerstand 24.565 km
Erstzulassung 22.08.2022
Leistung 117 kW/ 159 PS
Farbe Machined Bronze
Getriebe Automatik
Kraftstoffart Benzin

Preis 24.490 €



Ausstattung:

- Lichtsensor • Klimaanlage • Aufmerksamkeitsassistent • ABS
- Einparkhilfe vorne/hinten • Navigationssystem • Abstandswarner
- Sitzheizung • Grüne Plakette • DAB-Radio • Regensensor • USB • ESP

Hyundai i30 Life

Kilometerstand 48.345 km
Erstzulassung 01.09.2020
Leistung 103 kW/ 140 PS
Farbe Weiß
Getriebe Automatik
Kraftstoffart Benzin

Preis 17.990 €



Ausstattung:

- Lichtsensor • Klimaanlage • Notbremsassistent • Sitzheizung • ABS
- Einparkhilfe hinten • Spurhalteassistent • Freisprecheinrichtung
- Regensensor • ESP • Radio • Fernlichtassistent • Grüne Plakette

Mercedes-Benz A 180 Urban

Kilometerstand 75.631 km
Erstzulassung 01.12.2015
Leistung 90 kW/ 122 PS
Farbe Polarsilber
Getriebe Automatik
Kraftstoffart Benzin

Preis 14.990 €



Ausstattung:

- Lichtsensor • Klimaanlage • Navigationssystem • Notrufsystem
- Einparkhilfe vorn/hinten • Aufmerksamkeitsassistent • CD-Radio
- Sitzheizung • Fahrerinformationssystem • USB • Grüne Plakette

Opel Corsa

Kilometerstand 30.780 km
Erstzulassung 26.10.2021
Leistung 74 kW/ 101 PS
Farbe Nautic Blau
Getriebe Schaltgetriebe
Kraftstoffart Benzin

Preis 13.990 €



Ausstattung:

- Lichtsensor • Klimaanlage • Aufmerksamkeitsassistent • USB • ABS
- Einparkhilfe hinten • Leichtmetallfelgen • Regensensor • DAB Radio
- Sitzheizung • Freisprecheinrichtung • Bluetooth • Grüne Plakette

Mitsubishi Space Star Cross

Kilometerstand 32.114 km
Erstzulassung 12.06.2018
Leistung 59 kW/ 80 PS
Farbe Amarena-Rot
Getriebe Schaltgetriebe
Kraftstoffart Benzin

Preis 9.490 €



Ausstattung:

- Lichtsensor • Berganfahrassistent • Klimaanlage • ABS • Sitzheizung
- Grüne Plakette • Bordcomputer • Start-Stop-Automatik • DAB Radio
- Freisprecheinrichtung • Tempomat • Winterpaket • Tagfahrlicht

SEAT Mii Chic

Kilometerstand 51.263 km
Erstzulassung 08.01.2019
Leistung 44 kW/ 60 PS
Farbe Weiß
Getriebe Schaltgetriebe
Kraftstoffart Benzin

Preis 8.990 €



Ausstattung:

- Bluetooth • Berganfahrassistent • Klimaanlage • ABS • Sitzheizung
- Grüne Plakette • Bordcomputer • Start-Stop-Automatik • MP3 Radio
- Freisprecheinrichtung • Bremsassistent • Traktionskontrolle • USB



Leistungssteigerung durch Schlaf, Rote Bete & Co

Natürliche Booster für mehr Energie und Fokus

In einer Welt voll Hektik und Zeitdruck suchen viele Menschen nach einfachen Wegen, ihre Leistungsfähigkeit zu steigern. Dabei gibt es zahlreiche natürliche Mittel, die helfen können, die Konzentration zu fördern und das Energielevel aufrechtzuerhalten. Die „Stars“ unter den natürlichen „Leistungsboostern“ sind dabei häufig Schlaf, Rote Bete, Kaffee und Co. Jeder für sich bietet einzigartige Vorteile, um Körper und Geist auf Trab zu bringen. In diesem Artikel wird ein Blick auf die Wirkungsweisen und die Wissenschaft dahinter geworfen.

Schlaf wird nicht selten als etwas Selbstverständliches betrachtet, doch seine Auswirkungen auf die Leistungsfähigkeit sind enorm. Forscher haben festgestellt, dass ausreichender und erholsamer Schlaf einer der besten natürlichen „Leistungsbooster“ ist. „Während wir schlafen, regenerieren sich unsere Zellen, das Gehirn verarbeitet Erlebtes, und unser Immunsystem wird gestärkt. Menschen, die regelmäßig weniger als die empfohlenen sieben bis acht Stunden schlafen, zeigen häufig verringerte kognitive Funktionen, beeinträchtigte Problemlösungsfähigkeiten und ein geschwächtes Immunsystem“, sagt Katharina Steinbach, Sportwissenschaftlerin bei der BARMER.

Lange bekannte Wirkung

Die Kraft des „Powernaps“ ist also nicht erst seit gestern weithin bekannt. Denn auch kurze Schlafphasen können regelrechte Wunder wirken. „Ein Nap von zehn bis zwanzig Minuten reicht meist aus, um das Energielevel zu steigern und die Konzentrationsfähigkeit zu erhöhen, ohne in die Tiefschlafphase zu gelangen, die den Körper in den Ruhe-



modus versetzen würde“, erläutert Steinbach. Für Menschen mit stressigem Alltag könne ein kurzes Nickerchen daher häufig den entscheidenden Energieschub bieten.

Rote Bete - Natürlicher Energieschub aus der Knolle

Rote Bete ist nicht nur eine gesunde Ergänzung zur Ernährung, sondern hat sich auch als leistungssteigerndes Mittel bewährt. Der hohe Nitratgehalt in der Roten Bete könne laut Steinbach die Bildung von Stickstoffmonoxid fördern, was die Blutgefäße erweitert und die Sauerstoffversorgung im Körper verbessert. „Dies kommt besonders der körperlichen Ausdauer zugute. Studien zeigen, dass der regelmäßige Konsum von Rote-Bete-Saft die Sauerstoffaufnahme erhöhen kann, was besonders für Ausdauersportler von Vorteil ist.“ Folgende Tipps zur Einnahme sollten beachtet werden: Ein Glas Rote-Bete-Saft etwa eine Stunde vor dem Sport oder einer anspruchsvollen Tätigkeit sorgt dafür, dass die Energieproduktion der Muskeln angekurbelt wird. Dies führt zu einer besseren Durchblutung und Sauerstoffversor-

gung und kann die körperliche Leistung nachhaltig steigern.

Kaffee als Klassiker unter den Wachmachern

Kaffee ist wohl das beliebteste Mittel, um Müdigkeit zu vertreiben und die Konzentration zu steigern. „Das Koffein wirkt auf das zentrale Nervensystem und sorgt dafür, dass wir wacher und aufmerksamer werden. Es blockiert die Wirkung des Botenstoffs Adenosin, der für das Ruhebedürfnis im Körper verantwortlich ist“,

sagt Steinbach. In der Folge schalte das Gehirn auf „wach“, das Energielevel steigt. Doch auch beim Kaffeekonsum sei Vorsicht geboten. „Zu viel Koffein kann den Schlaf beeinträchtigen und langfristig zu Nervosität oder Magenproblemen führen. Die optimale Dosis für die meisten Erwachsenen liegt bei etwa 200 bis 400 Milligramm Koffein pro Tag, was etwa zwei bis vier Tassen Kaffee entspricht.“

Für Menschen, die sensibel auf Koffein reagieren, bietet grüner Tee eine sanftere Alternative. Er enthält weniger Koffein, aber L-Theanin, eine Aminosäure, die beruhigend wirkt und dabei die Konzentration steigert. „So entsteht eine sanftere Form des ‚Energieboosts‘, die oft länger anhält.“

Nüsse und Samen - Brainfood für bessere Konzentration

Nüsse und Samen sind eine wahre Nährstoffbombe für das Gehirn. Sie enthalten hochwertige Fette, Proteine und eine Vielzahl an Vitaminen und Mineralstoffen, die das Nervensystem stärken. Der perfekte Snack für zwischendurch im Büro oder



FIRST REISEBÜRO WEITERSTADT

**Experten-Beratung & toller Service seit 1978 –
bei gleichen oder besseren Preisen wie im Internet.**



9 von 10 Kunden empfehlen uns weiter!

Laut unabhängiger Kundenbefragung würden uns über 90% unserer Kunden weiterempfehlen.

Darmstädter Str. 29
64331 Weiterstadt

Tel. & WhatsApp +49 (0) 6150 1092 0
weiterstadt1@first-reisebuero.de
www.urlaubmitextras.de



Unserer Empfehlung für eine kostenfreie Haustürabholung ab/bis Airport Rhein-Main.

urlaub mit **extras**.de

Das Online Buchungsportal mit einem persönlichen Ansprechpartner für den nächsten Urlaub.



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.)

| | | |
|------------|---|---------------|
| 01.01.2025 | Linden-Apotheke, Crumstadt, Friedrich-Ebert-Straße 31 | 06158/86201 |
| | Liebig Apotheke, Rüsselsheim, Liebigstr. 2 | 06142/95560 |
| 02.01.2025 | Konrad Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Rodauer Str. 37 | 06257/3402 |
| | AZ Apotheke, Rüsselsheim, Burggrafenlacherweg 18 | 06142/63375 |
| 03.01.2025 | Aeskulap Apotheke, Rüsselsheim, Aug.-Bebel.-Str. 52 | 06142/62911 |
| | Melibokus Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Hauptstr. 7 | 06257/93310 |
| 04.01.2025 | Kreis Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Hauptstr. 25 | 06257/2226 |
| 05.01.2025 | Bären Apotheke, Nauheim, Königstädter Str. 38 | 06152/6748 |
| | Ring Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Am Grundweg 10 | 06257/84366 |
| 06.01.2025 | Apotheke am Markt, Groß-Gerau, Elisabethenstr. 3 | 06152/711100 |
| | Sonnen-Apotheke, Pfungstadt, Eberstädter Str. 24 | 06157/2230 |
| 07.01.2025 | Altrhein-Apotheke Stockstadt, Oberstraße 4 | 06158/83444 |
| | Apotheke auf Esch, Groß-Gerau, Bernhardt-Lüdecke-Str. 6 | 06152/54081 |
| 08.01.2025 | Igel-Apotheke, Trebur, Alt-Astheim 12 | 06147/7371 |
| 09.01.2025 | Stadt Apotheke, Zwingenberg, Darmstädter Str. 32 | 06251/73021 |
| 10.01.2025 | Linden-Apotheke, Crumstadt, Friedrich-Ebert-Straße 31 | 06158/86201 |
| | Wolfsberg Apotheke, Nauheim, Waldstr. 49 | 06152/660188 |
| 11.01.2025 | Viktoria-Apotheke im Ecenter, Groß-Gerau, Mainzer Str. 50 | 06152/94890 |
| 12.01.2025 | Löwen-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 19 | 06152/92280 |
| | Igel-Apotheke, Trebur, Alt-Astheim 12 | 06147/7371 |
| 13.01.2025 | Rathaus-Apotheke, Groß-Gerau, Frankfurter Str. 1 | 06152/910739 |
| | St. Hildegardis-Apotheke, Gernsheim, Magdalenenstr. 65 | 06258/3319 |
| 14.01.2025 | Mühlen Apotheke, Pfungstadt, Mühlstr. 53 | 06157/7676 |
| 15.01.2025 | Schindler Apotheke, Wolfskehlen, Lise-Meitner-Str. 8 | 06158/9413245 |
| 16.01.2025 | MedVital Apotheke, Weiterstadt, Rudolf-Diesel-Str. 26A | 06151/864600 |
| | Brückweg Apotheke, Rüsselsheim, Am Brückweg 21 | 06142/62595 |
| 17.01.2025 | Rhein-Apotheke, Biebesheim, Gernsheimer Str. 29 | 06258/98120 |
| | Apotheke am Markt, Groß-Gerau, Elisabethenstr. 3 | 06152/711100 |
| 18.01.2025 | Melibokus Apotheke, Alsbach-Hähnlein, Hauptstr. 7 | 06257/93310 |
| | Löwen Apotheke, Rüsselsheim, Am Löwenplatz 15 | 06142/61626 |
| 19.01.2025 | Linden-Apotheke, Groß-Gerau, Darmstädter Str. 33a | 06152/4317 |
| | Engel Apotheke, Bickenbach, Darmstädter Str. 11 | 06257/2958 |
| 20.01.2025 | Axus Apotheke, Rüsselsheim, Marktstr. 6-8 | 06142/4082828 |
| 21.01.2025 | Grafen-Apotheke, Weiterstadt, Darmstädter Landstr. 51-53 | 06150/51377 |
| 22.01.2025 | Punkt Apotheke, Rüsselsheim, Im Reis 31 | 06142/32261 |
| 23.01.2025 | Altrhein-Apotheke Stockstadt, Oberstraße 4 | 06158/83444 |
| | Apotheke Worfelden, Büttelborn, Neustr. 31a | 06152/2756 |
| 24.01.2025 | Rolands Apotheke, Pfungstadt-Hahn, Kirchweg 8 | 06157/9459888 |
| 25.01.2025 | Apotheke Büttelborn, Mainzer Str. 6 | 06152/55721 |
| 26.01.2025 | Spitzweg-Apotheke, Griesheim, Wilh.-Leuschner-Str. 19 | 06155/87850 |
| 27.01.2025 | Engel Apotheke, Seeheim-Jugenheim, Bergstr. 14 | 06257/81256 |
| 28.01.2025 | Rathaus-Apotheke, Trebur, Hauptstr. 50 | 06147/439 |
| | Löwen Apotheke, Pfungstadt, Eberstädter Str. 40 | 06157/2939 |
| 29.01.2025 | Brunnen Apotheke, Pfungstadt, Am Römer 1 | 06157/990619 |
| | Engel Apotheke, Weiterstadt, Darmstädter Str. 34 | 06150/10910 |
| 30.01.2025 | Apotheke am Gesundheitszentrum Goddelau, Frh.-v.-Stein Str. 9 | 06158/915097 |
| | Europa Apotheke, Rüsselsheim, Löwenstr. 27 | 06142/67111 |
| 31.01.2025 | Apotheke auf Esch, Groß-Gerau, Bernhardt-Lüdecke-Str. 6 | 06152/54081 |
| | Berchermann'sche Apotheke, Pfungstadt, Eberst. Str. 63 | 06157/82071 |

Termine soweit sie zu Redaktionsschluss bekannt waren

Ärztlicher Notdienst

Ärztliche Notdienstzentrale Ried, Philippshospital, 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 • Groß-Zimmern
Tel: (0 60 71) 4 28 25 • www.matratzenwelt.net

Offen: Mo.-Fr. 10 - 18 Uhr • Sa. 10 - 16 Uhr

Diakoniestation

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



ambulanter Pflegedienst

Informieren Sie sich unter:

Tel. 06158 84734 / Stockstadt/Rh.

Tel. 06147 9354172 / Trebur

Rufbereitschaft: 0171 3520942

www.gfde.de • info-stockstadt@gfde.de



unterwegs könne eine Handvoll Nüsse oder ein Mix aus Sonnenblumen- und Kürbiskernen sein. Durch den hohen Proteingehalt werde nach Angaben von Steinbach der Blutzuckerspiegel stabilisiert, was eine gleichmäßige Energiezufuhr ermögliche und Heißhungerattacken vorbeuge.

Der einfachste Weg zu mehr Energie ist Wasser

Kaum etwas ist so einfach, wie ein Glas Wasser zu trinken und doch vernachlässigen viele Menschen die ausreichende Flüssigkeitszufuhr im Alltag. Steinbach warnt: „Schon ein leichter Flüssigkeitsmangel kann sich negativ auf die Konzentrationsfähigkeit und das Wohlbefinden auswirken.“ Das Gehirn bestehe zu rund 75 Prozent aus Wasser, und eine unzureichende Flüssigkeitszufuhr führe dazu, dass die kognitiven Fähigkeiten abnehmen. Die optimale Trinkmenge an Wasser hänge von verschiedenen Faktoren wie Körpergewicht und Aktivitätslevel ab. „Als Richtwert gelten etwa zwei bis drei Liter Wasser pro Tag. Bei sportlichen Aktivitäten oder warmem Wetter steigt der Bedarf.“ Wer sich häufig müde fühle oder

Kopfschmerzen habe, sollte zunächst prüfen, ob er ausreichend Wasser zu sich nimmt.

Mit dunkler Schokolade genussvoll zu mehr Energie

Dunkle Schokolade ist nicht nur ein Genussmittel, sondern auch ein überraschend effektiver Energielieferant. Kakao enthalte Theobromin, das eine ähnliche Wirkung wie Koffein hat, aber sanfter wirkt. „Zudem ist Schokolade reich an Antioxidantien, die das Immunsystem stärken und die Zellen schützen.“ Die richtige Wahl lässt sich kurz zusammenfassen: Je höher der Kakaoanteil, desto besser. Dunkle Schokolade ab 70 Prozent Kakaoanteil ist besonders empfehlenswert, da sie weniger Zucker enthält und gleichzeitig mehr von den positiven Inhaltsstoffen liefert. Eine kleine Menge von etwa 20 Gramm reicht aus, um das Gehirn mit Energie zu versorgen.

Fazit - Die Balance macht's!

Es gibt also viele natürliche Wege, die körperliche und geistige Leistung zu steigern – von ausreichend Schlaf über den Konsum von Roter Bete und Kaffee bis hin zu kleinen Energiesnacks wie Nüssen und dunkler Schokolade. Entscheidend ist dabei immer die Balance: Wer zu wenig schläft, wird auch mit Kaffee oder Rote Bete langfristig keine dauerhafte Leistungssteigerung erzielen können. Ebenso ist die individuelle Verträglichkeit zu beachten. Jeder Körper reagiert unterschiedlich auf die verschiedenen Booster, und es gilt, die passende Kombination zu finden. Am Ende ist ein gesunder Lebensstil mit ausgewogener Ernährung, Bewegung und ausreichend Ruhe der Schlüssel zu nachhaltiger Leistungsfähigkeit. Die natürlichen Booster können dabei unterstützend wirken und helfen, die kleinen Herausforderungen des Alltags mit mehr Energie und Konzentration zu meistern. (Quelle: BARMER)

AMBULANTES PFLEGETEAM im Ried



Hausnotruf



Wir schauen persönlich vorbei!

Ab **19,- €**/Monat

(44,50€/Monat, abzüglich 25,50 € Pflegekassenzuschuss)

Mehr Infos unter: 0 61 58 - 99 99-100 • www.pflege-im-ried.de

Frauen und Mädchen stärken

Ihre Spende für weltweite Gleichberechtigung.
IBAN: DE 93 3705 0198 0000 0440 40

www.care.de



care
wirkt. weltweit.

Das MVZ Anästhesie Rhein-Main sucht

Anästhesie-Assistenz (m/w/d)

OP-Assistenz (m/w/d)

Für die Praxisklinik Groß-Gerau suchen wir qualifizierte Mitarbeiter (Krankenschwestern/-pfleger, medizinische Fachangestellte, OTA/ATA) in Voll- und Teilzeit zur Festanstellung. Keine Nacht- oder Wochenenddienste.

Besuchen Sie uns auf www.anästhesie-rhein-main.de

Ihre Bewerbung mit Bild senden Sie bitte an

kirchner@emma-klinik.de oder an das

MVZ Anästhesie Rhein-Main GbR

Frankfurter Straße 51, 63500 Seligenstadt

**MVZ Anästhesie
Rhein-Main GbR**
Frankfurter Straße 51
63500 Seligenstadt

Anästhesie Rhein-Main
Netzwerk der Emma Klinik



**FORUM
MAGAZIN**

WULF & BERGER

Rennomiertes, langjähriges Familienunternehmen /
Handwerksbetrieb im Metallbau sucht:

Metallbauer (Schlosser) Monteure f. Bauelemente (w/m/d)

Für die Herstellung und Montage von:

- ▶ Metallarbeiten (Geländer, Hoftore und verschiedenen Konstruktionen)
- ▶ Montage von Bauelementen, Markisen, Terrassenüberdachungen u.v.m.

Sie bringen mit:

- ▶ gute Schweißkenntnisse (MAG, WIG)
- ▶ FS Kl. 3 (B), evtl. FS Kl. 2 (CE, CE1E)
- ▶ abgeschlossene Berufsausbildung u.a. als Metallbauer Richtung Konstruktionstechnik und/oder mit entsprechender Berufserfahrung (Handwerksausbildung)
- ▶ selbstständiges und zuverlässiges Arbeiten nach erfolgtem Aufmaß
- ▶ Sehr gute Deutschkenntnisse
- ▶ Flexibilität, Teamfähigkeit und Spaß an der Arbeit
- ▶ Qualität ist nicht nur ein Wort

Interessiert? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.

Wulf & Berger GmbH
Hessenring 11, 64572 Büttelborn
Tel.: 06152-97909-0
E-Mail: r.berger@wulf-berger.de

M.S. Holz- und Bautenschutz



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

• Isolierungen, Abdichtungen und Verkleidungen

• Einbau von genormten Teilen und Fenstern

• Montagen von Carports

Schnell und zuverlässig zum Pauschalpreis · Kostenlose Beratung · Keine Anfahrtskosten

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

Feuchte Mauern 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 Schimmelsanierung durch. **Es ist nicht mehr nötig, ein Haus**

von Außen auf zu graben! Mittels Injektionstechnik wird das Mauerwerk abgedichtet.

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

**Schimmelsanierung
TÜV-zertifiziert**

BSS Groß-Umstadt |

Telefon: 0151 587 277 25 | www.bss-100.de

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.

FREITAG, 3. JANUAR 2025

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Aktivierungsgruppe, „Atempause“.
- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 17.00 Uhr, Jugendtraining auf Anfrage, SKG Stockstadt - Biebesheim.

SAMSTAG, 4. JANUAR 2025

- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 11.00 Uhr, Heimspiele, SKG Stockstadt - Biebesheim.
- Darmstadt; Centralstation, 22.30 Uhr, Megahits.

MONTAG, 6. JANUAR 2025

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Themencafé Seelemols un Hait, „Atempause“.

DIENSTAG, 7. JANUAR 2025

- Goddelau; Bürgertreff, 20.00 Uhr, Spielabend, Schachclub Goddelau.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Männertreff, „Atempause“.
- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 17.00 Uhr, Training, SKG Stockstadt - Biebesheim.
- Stockstadt; Kulturraum/Altrheinhalle, 19.30 Uhr, Greensingers.

MITTWOCH, 8. JANUAR 2025

- Crumstadt; Fr.-Ebert-Straße 91, 15.00 - 17.00 Uhr, Die Tafel - Riedstadt.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.
- Wolfskehlen; Bürgerhaus, 19.00 Uhr, 18er-Tag-Gelage, Heimat- und Geschichtsverein Wolfskehlen.
- Stockstadt; MAZ, 10.30 - 12.30 Uhr, KrabbelMAZ für Kinder bis 12 Monaten.

FREITAG, 10. JANUAR 2025

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Aktivierungsgruppe, „Atempause“.
- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 17.00 Uhr, Jugendtraining auf Anfrage, SKG Stockstadt - Biebesheim.
- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, In der BAR mit Sonix.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Jörg Knörr „Der Jahresrückblick - Das war's mit den Stars 2024“.

SAMSTAG, 11. JANUAR 2025

- Goddelau; Weihnachtsbaumsammeln der Jugendfeuerwehr.
- Goddelau; Schwimmbadparkplatz, 13.00 Uhr, Winterwanderung, Obst- und Gartenbau Verein Goddelau e.V. gegg. 1903.
- Erfelden; Freiwillige Feuerwehr Erfelden sammelt Weihnachtsbäume ein
- Leeheim; Christbaumsammeln der DLRG Leeheim.
- Leeheim; Riedsee DLRG Station, 17.00 Uhr, DLRG OG Leeheim.
- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 11.00 Uhr, Heimspiele, SKG Stockstadt - Biebesheim.
- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Lars Reichow „Boomerland“.

- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Gernot Voltz „Die Knaller des Jahres 2024“.
- Darmstadt; Centralstation, 22.30 Uhr, 2000er Party.

SONNTAG, 12. JANUAR 2025

- Wolfskehlen; Parkplatz tegut, 9.30 Uhr, Cleanup Gewerbegebiet Wolfskehlen, RhineCleanup Gruppe Riedstadt.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 19.30 Uhr, Johannes Flöck „Schöner schonen“.
- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Caveman „Du sammeln, ich jagen!“.
- Darmstadt; Staatstheater, 20.00 Uhr, Kat Frankie (A-Cappella).

MONTAG, 13. JANUAR 2025

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Themencafé Seelemols un Hait, „Atempause“.

DIENSTAG, 14. JANUAR 2025

- Goddelau; Bürgertreff, 20.00 Uhr, Spielabend, Schachclub Goddelau.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Männertreff, „Atempause“.
- Wolfskehlen; Bücherei, 15.00 Uhr, Vorlesestunde für Kinder „Und der Bär ruft laut Hurra. Farben sind für alle da!“, ab 4 Jahren.
- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 17.00 Uhr, Training, SKG Stockstadt - Biebesheim.
- Stockstadt; Kulturraum/Altrheinhalle, 19.30 Uhr, Greensingers.

MITTWOCH, 15. JANUAR 2025

- Crumstadt; Fr.-Ebert-Straße 91, 15.00 - 17.00 Uhr, Die Tafel - Riedstadt.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.
- Stockstadt; MAZ, 9.00 - 12.00 Uhr, Schwangerenberatung, donum vitae Darmstadt, mit Terminvereinbarung.
- Stockstadt; MAZ, 10.30 - 12.30 Uhr, KrabbelMAZ für Kinder bis 12 Monaten.

DONNERSTAG, 16. JANUAR 2025

- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Konzert Emile Parisien Quartet (Jazz).

FREITAG, 17. JANUAR 2025

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Aktivierungsgruppe, „Atempause“.
- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 17.00 Uhr, Jugendtraining auf Anfrage, SKG Stockstadt - Biebesheim.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Stefan Danzinger „Dann isst halt so!“.

SAMSTAG, 18. JANUAR 2025

- Erfelden; TV Halle, 18.00 Uhr, Neujahrsempfang, TV Erfelden 1899 e.V.
- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 11.00 Uhr, Heimspiele, SKG Stockstadt - Biebesheim.
- Biebesheim; Kulturhalle, 20.00 Uhr, Neujahrskonzert mit dem Ev. Bläserchor und Harmonika Club, Kulturamt.

- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Dichterschlacht.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, An Cat Dubh (Celtic Folk Rock).
- Darmstadt; Centralstation, 22.30 Uhr, Hits in the Mix!

SONNTAG, 19. JANUAR 2025

- Biebesheim; Museum, 11.00 Uhr, Film-Matinee, Film des VHS-Filmkreises und weiteren Hobby-Filmer, Heimat- und Geschichtsverein.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 15.00 Uhr, Mago Masin „Toni Komisch - endliche gute Kinderlieder“, ab 4 Jahren.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 19.30 Uhr, Mago Masin „Kleinkunstflieger“.
- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Bill Laurance (Jazz).

MONTAG, 20. JANUAR 2025

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Themencafé Seelemols un Hait, „Atempause“.
- Darmstadt; Centralstation, 19.30 Uhr, Lesung mit Harald Martenstein „Es wird Nacht, Señorita“.

DIENSTAG, 21. JANUAR 2025

- Goddelau; Bürgertreff, 20.00 Uhr, Spielabend, Schachclub Goddelau.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Männertreff, „Atempause“.
- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 17.00 Uhr, Training, SKG Stockstadt - Biebesheim.
- Stockstadt; Kulturraum/Altrheinhalle, 19.30 Uhr, Greensingers.

MITTWOCH, 22. JANUAR 2025

- Crumstadt; Fr.-Ebert-Straße 91, 15.00 - 17.00 Uhr, Die Tafel - Riedstadt.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.
- Stockstadt; MAZ, 10.30 - 12.30 Uhr, KrabbelMAZ für Kinder bis 12 Monaten.

DONNERSTAG, 23. JANUAR 2025

- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Warren Wolf & hr-Bigband.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Fee Brembeck „Komm du erstmal aus meinem Alter“.

FREITAG, 24. JANUAR 2025

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Aktivierungsgruppe, „Atempause“.
- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 17.00 Uhr, Jugendtraining auf Anfrage, SKG Stockstadt - Biebesheim.
- Darmstadt; Centralstation, 20.00 Uhr, Sarah Bosetti „Wer Angst hat, soll zuhause bleiben!“.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Friedmann Weise „Das bisschen Content“.

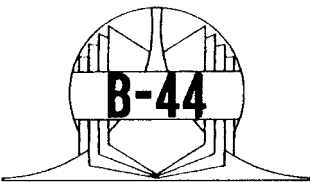
SAMSTAG, 25. JANUAR 2025

- Crumstadt; Altes Rathaus, 14.00 - 17.00 Uhr, Reparatur Café, Stadt Riedstadt.
- Leeheim; Heinrich-Bonn-Halle, 19.00 Uhr, Kappensitzung, FC Germania Leeheim - Abteilung Carneval.

GERÜSTBAU ARAGONA
Salvatore Aragona
Hauptstraße 65
64560 Riedstadt
Tel. 0 61 58 / 7 35 47
Fax 0 61 58 / 7 35 78
Funk 0171/7401115

www.forum-magazin.de

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

**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 - 17.00 Uhr
Sa. 7.30 - 12.30 Uhr

- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 11.00 Uhr, Heimspiele, SKG Stockstadt - Biebesheim.
- Biebesheim; Kulturhalle, 19.00 Uhr, Rockparty mit Mallet und Lazareth, Just for Fun e.V.
- Darmstadt; Centralstation, 19.30 Uhr, Vocalive (A-Cappella).
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Very Moor (Gary Moor Tribute).
- Darmstadt; Centralstation, 22.30 Uhr, Very Best of.

SONNTAG, 26. JANUAR 2025

- Darmstadt; Centralstation, 17.00 Uhr, Vocal Spirits & Vocalive (A-Cappella).
- Darmstadt; halbNeun Theater, 19.30 Uhr, Kabbaratz „Hoffmanns Erzählungen - Wendler kommentiert“.

MONTAG, 27. JANUAR 2025

- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Themencafé Seelemols un Hait, „Atempause“.
- Erfelden; ehem. Synagoge, 19.00 Uhr, Shoah Gedenktag „Befreiung von Auschwitz“, Förderverein Jüdische Geschichte und Kultur.
- Darmstadt; Centralstation, 19.00 Uhr, Wissenschaftstag - Energie für die Zukunft. Wasserstoff Regionalnetz, Ref. Jan Helmrich.

DIENSTAG, 28. JANUAR 2025

- Goddelau; Bürgertreff, 20.00 Uhr, Spielabend, Schachclub Goddelau.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Männertreff, „Atempause“.
- Stockstadt; MAZ, 9.30 - 11.00 Uhr, Messen-Wiegen Elterntreff.
- Stockstadt; MAZ, 11.00 Uhr, Still- und Beikostberatung, mit Terminvereinbarung.
- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 17.00 Uhr, Training, SKG Stockstadt - Biebesheim.
- Stockstadt; Kulturraum/Altrheinhalle, 19.30 Uhr, Greensingers.

MITTWOCH, 29. JANUAR 2025

- Crumstadt; Fr.-Ebert-Straße 91, 15.00 - 17.00 Uhr, Die Tafel - Riedstadt.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 10.00 - 12.00 Uhr, Bewegungsgruppe, „Atempause“.
- Stockstadt; MAZ, 10.30 - 12.30 Uhr, KrabbelMAZ für Kinder bis 12 Monaten.

DONNERSTAG, 30. JANUAR 2025

- Goddelau; Rathaus, 18.00 Uhr, „Selbstbestimmt leben - Selbstbestimmt sterben“, Wegwarte - Ambulanter Hospiz- und Palliativdienst Ried e.V.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Das Erste Allgemeine Babenhäuser Pfarrer(!)-Kabarett „Opakalyse“.

FREITAG, 31. JANUAR 2025

- Goddelau; Sportgaststätte „Dalmatia“, 19.11 Uhr, Kartenvorverkauf Kappenabend, TSV 1899 Goddelau e.V.
- Erfelden; Stiftung Soziale Gemeinschaft, 14.30 - 16.30 Uhr, Aktivierungsgruppe, „Atempause“.
- Stockstadt; Kegelbahn/Altrheinhalle, 17.00 Uhr, Jugendtraining auf Anfrage, SKG Stockstadt - Biebesheim.
- Darmstadt; Centralstation, 20.30 Uhr, Fifty/Fifty.
- Darmstadt; halbNeun Theater, 20.30 Uhr, Vorpremiere Alfons „Alfons - Das neue Programm“.
- Darmstadt; Centralstation, 22.00 Uhr, Melodic Experience.



Der neue Nissan Qashqai.

QASHQAI ACENTA

Mild-Hybrid 6MT 4x2, 103 kW (140 PS), Benzin

Unser Preis

€ 27.990,-¹

- 17"-Leichtmetallfelgen
- Rückfahrkamera in Farbe
- NissanConnect Infotainment
- Apple CarPlay® und Android Auto®
- Fernlicht-Assistent
- Klimaautomatik

NISSAN QASHQAI ACENTA Mild-Hybrid 6MT 4x2, 103 kW (140 PS), Benzin: Energieverbrauch kombiniert: 6,3 (l/100 km); CO₂-Emissionen kombiniert: 142 (g/km); CO₂-Klasse: E.

¹ Ein Angebot für Privatkunden. Nur gültig für Kaufverträge bis zum 31.12.2024. Abb. zeigt Sonderausstattung.

Autohaus Arscholl GmbH & Co. KG

Hauptstr. 34 • 64521 Groß-Gerau

Tel.: 06152/1725150

www.autohaus-arscholl.de

Mitglied der Handwerkskammer
Frankfurt Rhein-Main



- Verputz- und Anstrich von Fassaden und Innenräumen

- Tapeten

- Spachteltechniken

- Lackierungen

- Ökologische Materialien, Kalk und Lehm

Riedhäuserhofstr. 8
64560 Riedstadt-Leeheim

Tel. 0179 / 79 29 665

Mail: Malermeisterschuldt@gmail.com

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

MITTWOCH, 1. JANUAR 2025

NEUJAHR

- Stockstadt; kath. Kirche, 11.00 Uhr, Hochamt.
- Gernsheim; kath. Kirche, 17.00 Uhr, ökum. Neujahrsgottesdienst.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

DONNERSTAG, 2. JANUAR 2025

- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 18.30 Uhr, Gospelchor JOY.
- Biebesheim; Ev. Gemeindehauskeller, 20.00 Uhr, Take Five.

SAMSTAG, 4. JANUAR 2025

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

SONNTAG, 5. JANUAR 2025

- Riedstadt; Hospitalkirche, 9.00 Uhr, ev. Gottesdienst.
- Stockstadt; ev. Kirche, 15.00 Uhr, Gottesdienst, anschl. Neujahrsempfang.
- Biebesheim; kath. Kirche, 9.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Kirche, 9.45 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst mit Kindergottesdienst (Live-Stream auf YouTube).
- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 15.00 Uhr, Spieletreff.
- Allmendfeld; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.

MONTAG, 6. JANUAR 2025

HEILIGEN DREI KÖNIGE

- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 19.30 Uhr, Kirchenchor.
- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 14.30 Uhr, Frauenhilfe.

DIENSTAG, 7. JANUAR 2025

- Stockstadt; Hintergasse 21, 20.00 Uhr, Ev. Posaunenchor.
- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.

MITTWOCH, 8. JANUAR 2025

- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 9.00 Uhr, Frauenfrühstück.
- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 9.00 Uhr, Frühstücks-Café.
- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 20.00 Uhr, Bläserchor.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.
- Gernsheim; Ev. Gemeindehaus, 19.00 Uhr, Abendgebet.

DONNERSTAG, 9. JANUAR 2025

- Stockstadt; kath. Kirche, 17.30 Uhr, Beichtgelegenheit; 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 15.00 Uhr, Seniorenstunde.
- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 18.30 Uhr, Gospelchor JOY.
- Biebesheim; Ev. Gemeindehauskeller, 20.00 Uhr, Take Five.
- Gernsheim; Haus Rheinaue, 10.30 Uhr, 10.30 + 15.00 Uhr, ev. Gottesdienst.

FREITAG, 10. JANUAR 2025

- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 14.30 Uhr, Freitagstreff.

SAMSTAG, 11. JANUAR 2025

- Stockstadt; ev. Kirche, 18.00 Uhr, Jugendgottesdienst mit Taufen.
- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Gernsheim; ev. Kirche, 18.00 Uhr, Gottesdienst.

SONNTAG, 12. JANUAR 2025

- Riedstadt; Hospitalkirche, 10.00 Uhr, Heilige Messe.
- Biebesheim; kath. Kirche, 9.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst mit Kindergottesdienst (Live-Stream auf YouTube).
- Biebesheim; ev. Kirche, 15.00 Uhr, Gottesdienst, anschl. Neujahrsempfang.

MONTAG, 13. JANUAR 2025

- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 16.30 Uhr, Bibelentdecker.
- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 19.30 Uhr, Kirchenchor.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 17.30 Uhr, Teen (ab 13 Jahren).

DIENSTAG, 14. JANUAR 2025

- Stockstadt; Hintergasse 21, 20.00 Uhr, Ev. Posaunenchor.
- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.

MITTWOCH, 15. JANUAR 2025

- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 19.30 Uhr, Alpkreis, Allianzgebetswoche.
- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 20.00 Uhr, Bläserchor.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.

- Gernsheim; Ev. Gemeindehaus, 14.30 Uhr, Seniorennachmittag.
- Gernsheim; ev. Gemeindehaus, 19.00 Uhr, Abendgebet.

DONNERSTAG, 16. JANUAR 2025

- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 15.00 Uhr, Frauenhilfe.
- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 17.00 Uhr, Mädchen-Jungschar.
- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 18.30 Uhr, Gospelchor JOY.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, JET - Junge Erwachsene Treff (ab 16 Jahren).
- Biebesheim; Ev. Gemeindehauskeller, 20.00 Uhr, Take Five.

SAMSTAG, 18. JANUAR 2025

- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; Kulturhalle, 20.00 Uhr, Neujahrskonzert mit Bläserchor und Harmonikaclub.

SONNTAG, 19. JANUAR 2025

- Riedstadt; Hospitalkirche, 9.00 Uhr, ev. Gottesdienst.
- Leeheim; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst mit Abendmahl.
- Stockstadt; ev. Kirche, 11.00 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; kath. Kirche, 9.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; ev. Kirche, 9.45 Uhr, Gottesdienst mit Taufmöglichkeit.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst mit Kindergottesdienst (Live-Stream auf YouTube).
- Allmendfeld; ev. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Gernsheim; ev. Kirche, 10.15 Uhr, Gottesdienst.

MONTAG, 20. JANUAR 2025

- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 16.30 Uhr, Bibelentdecker.
- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 19.30 Uhr, Kirchenchor.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 17.30 Uhr, Teen (ab 13 Jahren).
- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.30 Uhr, Bibel Basis Kurs „Die Kleinen Propheten“.

DIENSTAG, 21. JANUAR 2025

- Stockstadt; Hintergasse 21, 20.00 Uhr, Ev. Posaunenchor.
- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.
- Biebesheim; ev. Kirche, 18.00 Uhr, Kirchenchor.

MITTWOCH, 22. JANUAR 2025

- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 14.30 Uhr, Spatenchor (4-7 Jahre); 15.10 Uhr, Ukulelegruppen.
- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 20.00 Uhr, Bläserchor.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.
- Gernsheim; ev. Gemeindehaus, 19.00 Uhr, Abendgebet.

DONNERSTAG, 23. JANUAR 2025

- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 17.00 Uhr, Mädchen-Jungschar.
- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Hl. Messe.

- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 18.30 Uhr, Gospelchor JOY.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, JET - Junge Erwachsene Treff (ab 16 Jahren).
- Biebesheim; Ev. Gemeindehauskeller, 20.00 Uhr, Take Five.
- Gernsheim; Haus Rheinaue, 10.30 Uhr, 10.30 + 15.00 Uhr, ev. Gottesdienst.

SAMSTAG, 25. JANUAR 2025

- Goddelau; ev. Kirche, 18.30 Uhr, Klimatisch Gottesdienst.
- Leeheim; ev. Kirche, 18.30 Uhr, Abendgottesdienst mit Stationen; Musik. Gospelchor Leeheim & Tom Müll.
- Stockstadt; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Hl. Messe.

SONNTAG, 26. JANUAR 2025

- Riedstadt; Hospitalkirche, 10.00 Uhr, kath. Gottesdienst.
- Stockstadt; ev. Kirche, 11.00 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; kath. Kirche, 9.30 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 10.00 Uhr, Gottesdienst mit Kindergottesdienst (Live-Stream auf YouTube).
- Biebesheim; ev. Kirche, 18.00 Uhr, Gottesdienst.
- Gernsheim; ev. Kirche, 10.15 Uhr, Gottesdienst.

MONTAG, 27. JANUAR 2025

- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 16.30 Uhr, Bibelentdecker.
- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 19.30 Uhr, Kirchenchor.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 17.30 Uhr, Teen (ab 13 Jahren).

DIENSTAG, 28. JANUAR 2025

- Stockstadt; Hintergasse 21, 20.00 Uhr, Ev. Posaunenchor.
- Biebesheim; kath. Kirche, 10.00 Uhr, Gebetskreis.
- Biebesheim; ev. Kirche, 18.00 Uhr, Kirchenchor.

MITTWOCH, 29. JANUAR 2025

- Wolfskehlen; Pfarrscheune, 9.30 Uhr, Scheunenfrühstück für Alt und Jung.
- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 19.30 Uhr, Alpkreis.
- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 14.30 Uhr, Spatenchor (4-7 Jahre); 15.10 Uhr, Ukulelegruppen.
- Biebesheim; kath. Kirche, 18.00 Uhr, Hl. Messe.
- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 20.00 Uhr, Bläserchor.
- Biebesheim; neuap. Kirche, 20.00 Uhr, Gottesdienst.
- Gernsheim; Ev. Gemeindehaus, 14.30 Uhr, Seniorennachmittag.
- Gernsheim; Ev. Gemeindehaus, 19.00 Uhr, Abendgebet.

DONNERSTAG, 30. JANUAR 2025

- Stockstadt; Ev. Gemeindehaus, 17.00 Uhr, Mädchen-Jungschar.
- Biebesheim; Ev. Gemeindehaus, 18.30 Uhr, Gospelchor JOY.
- Biebesheim; ev. Freikirche, 19.00 Uhr, JET - Junge Erwachsene Treff (ab 16 Jahren).
- Biebesheim; Ev. Gemeindehauskeller, 20.00 Uhr, Take Five.

TelefonSeelsorge®

0800-1110111
0800-1110222

www.telefonseelsorge.de

WIR HÖREN ZU

☎️ 💬 ✉️ 👤



Beschwingt ins neue Jahr

Neujahrskonzert der Gemeinde Biebesheim am Rhein

Am Samstag, 18. Januar 2025 findet um 20.00 Uhr das diesjährige Neujahrskonzert in der Kulturhalle mit dem Evangelischen Bläserchor, unter der Leitung seines Dirigenten Werner Held statt. Unterstützt wird diese Veranstaltung durch den Harmonika Club Biebesheim unter der Leitung von Jürgen Zimmermann.

Beide Orchester werden ihre gesamte Bandbreite musikalischer Vielfalt präsentieren. Karten zum Preis von 13,- Euro sind bei der Gemeindeverwaltung Biebesheim am Rhein, unter www.biebesheim.de und www.ztix.de erhältlich. Infos (keine Reservierung) unter 06258 806-16.





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

MK-HOLZBAU GMBH · Michael Käßmann

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

Biebesheim rockt

Im Rahmen ihrer 45 (!) Jahre Jubiläums-Tour geben Mallet aus Wiesbaden am 25. Januar 2025 auch einen Gig auf der Just for fun Rockparty, mit einem überwiegend aus Rockcovern bestehendem Set. Unnötig, ihr Können hervor zu heben - jeder Headbanger, der was auf sich hält kennt und schätzt Mallet.

Lazareth (Foto) aus Biebesheim und Umland können noch nicht auf eine

so lange Bühnenerfahrung zurück greifen, aber wer sie auf der letzten Jff Party gesehen hat, weiss, das sie mit ihrer modernen Mischung aus Punk- und Classik Rockcovern die Bühne zum beben bringen und ein würdiger Opener sind. Just for fun e.V. ,96 sorgt mit humanen Preisen und viel Engagement in der Kulturhalle in Biebesheim für den passenden Rahmen.





**Der Kreis
Groß-Gerau**



Energiewettbewerb 2025

**Für private Haushalte, Unternehmen
und Vereine**

Attraktive Sachpreise!
Bis zum 16.03.2025 bewerben
<https://klima.kreisgg.de>





Alles rund um Ihr Bad & Heizung
www.merkert-bad.de

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

Bäder zum Wohlfühlen · Heizen mit System
Sudetenstr. 23 · 64521 Groß-Gerau · Tel. 061 52/9252-0

Besuchen Sie unsere BäderGalerie!







Paradiesvogel und andere Kurzgeschichten

Das neue Buch von Jutta Sybille Schütz mit Kurzgeschichten und Glossen die zum Schmunzeln oder gar zum Lachen anregen. Spannende Erzählungen mit überraschenden Wendungen, teilweise so bunt wie ihr Cover.

Ab sofort im Buchhandel erhältlich!
ISBN 978-3-9825762-1-3 / 14,80 €

**Buch
Tipp!**



Liebe Tierfreunde,



wir blicken voller Dankbarkeit auf das vergangene Jahr zurück und wünschen Ihnen für 2025 einen Esslöffel voller Glück, einen Teelöffel voller Freude und eine Prise voller Magie um gut durch das neue Jahr zu kommen.

Möge 2025 auch ein Jahr des Mitgefühls, der Fürsorge und der Rück-

sichtnahme auf die Bedürfnisse aller Lebewesen werden.

Herzlichst, der Vorstand des Tierschutzverein Gernsheim und das Team des Tierheims



Lady

geb. 5. April 2023, kastriert, geimpft, 58 cm groß, Labrador-HSH Mix.

Lady ist gut händelbar, es muss ihr nur der gewünschte Weg aufgezeigt, ihr Grenzen gesetzt werden, klar und konsequent. Sie läuft prima an der Leine, ist sozial mit ihren Artgenossen und sucht die Nähe der Menschen. Sie ist verspielt und hat

immer mal den Schalk im Nacken. Wir suchen für sie Menschen, die klar in der Kommunikation sind und mit unserer Lady die Welt entdecken möchten.



Daria

geb. 20. Juli 2020, Greyhound, kastriert, geimpft, 65cm groß

Daria ist ein pfiffige, angenehme Greyline. Sie hat noch ordentlich Power, läuft prima an der Leine, ist aber draußen immer auf Empfang. Eine Sichtjägerin, die nicht von der Leine gelassen werden darf. Windhunde sind nun mal Jagdhun-

de. Nutzen Sie die angebotenen Freiläufe in den Städten und Gemeinden. Sie lebt nach dem Motto - fang den Tag früh an, dann schaffst du mehr Runden durch den Garten. Daria kann nicht mit Katzen zusammen leben, an der Stelle muss man sie gut im Auge behalten. Draußen flott unterwegs, im Haus unauffällig ruhig und gechillt



Darla

geb. 10. September 2015, Greyhound, kastriert, geimpft, 65 cm gross

Unsere Darla gehört noch lange nicht zum alten Eisen, sie ist top fit, flitzt mit ihrer Freundin Daria (vielleicht auch Tochter) durch unseren Freilauf und ist immer guter Laune. Ihr kleines Geheimnis - von jedem, der vorbei geht, gestreichelt

und liebkost zu werden. Darla möchte losgelöst im gesicherten Freilauf rennen können, das ist ihr wichtig zum Glücklich sein. In Feld und Natur ist sie aufmerksam, eine Sichtjägerin. Windhunde sind Jagdhunde, deshalb bitte nicht von der Leine lassen. Darla kann nicht mit Katzen zusammen leben, ausgeschlossen. Haben Sie Interesse an unserer schwarzen Schönheit, dann melden Sie sich im Tierheim.



Flocke

fast 8 Jahre alt, Zwergkaninchen, kastriert, geimpft

Unser Kastrat Flocke sucht dringend eine Altersresidenz, gerne mit Artgenossen, denn er ist ein ganz lieber und sozialer Kaninchenmann. Er ist gesund und fit und lebt bei uns zur Zeit in Innenhaltung.

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 Danksagung hört, der hat tatsächlich per Hotline gespendet. Üblicherweise ist diese Telefonnummer nur aus dem deutschen Festnetz erreichbar.

Just for fun e. V. 96
Rockparty

25. Jan. 2025
ab 18 Jahren!

Eintritt 10 EURO

Für Essen und Trinken ist bestens gesorgt!

Einlass 19 Uhr | Jackybar

**MALLET
LAZARETH**

KULTURHALLE Biebesheim

IHR KÜCHEN PARTNER im Ried

Küchenstudio

...meine Küche™

Robert-Bunsen-Str. 11
64579 Gernsheim

Tel: 06258 – 55 98 208 www.meinekueche-gernsheim.de

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

HERMESDORF

Kälte- Klima- Wärmepumpen GmbH
Horst Fabritius & Christian Kürschner

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

- Gewerbekühlung
- Industriekühlung
- Klimaanlage
- Wärmepumpen

Heizungs- und Warmwasser-Wärmepumpen
mit energiesparender Inverter-Technologie.

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

MITSUBISHI FUJITSU Panasonic

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

www.forum-magazin.de

**Der neue
Hyundai INSTER**
Are you in?

Leasing mtl. für:
199,00 EUR²

Abbildung zeigt aufpreispflichtige Zusatzstattung.

Ob mit dem Surfbrett an den Strand oder mit der Skiausrüstung in die Berge: mit dem neuen vollelektrischen Hyundai INSTER kein Problem! Dank innovativer Schnellladetechnologie und einer Reichweite von bis zu 370 km¹ ist er Ihr idealer Begleiter. Der flexible und geräumige Innenraum bietet ausreichend Platz für alles, was Sie benötigen und sorgt gleichzeitig für höchsten Komfort auf jeder Fahrt. Der neue Hyundai INSTER. Jetzt bei uns bestellbar.

**Muster-Angebot für Ihr Hyundai Kilometerleasing:
Hyundai INSTER Select 71 kW (97 PS) 42 kWh Reduktionsgetriebe**

| | |
|--------------------------------|-------------------------------|
| Einmalige Leasingsonderzahlung | 0,00 EUR |
| Laufzeit | 48 Monate |
| Gesamtleistung | 40.000 km |
| Leasingrate mtl.: | 199,00 EUR² |

Hyundai INSTER Select 71 kW (97 PS) 42 kWh Reduktionsgetriebe: Energieverbrauch kombiniert: 14,3 kWh/100km; CO₂-Emissionen kombiniert: 0 g/km; CO₂-Klasse: A.

Elektrische Reichweite bei voller Batterie: 327 km. Die maximale Reichweite wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst z.B. von Verkehrsbedingungen, Fahrzeugausstattungen und Fahrweise. Im realen Fahrbetrieb kommt es zu einer geringeren Reichweite.

Autohaus Arscholl GmbH & Co. KG

Hauptstraße 34
64521 Groß-Gerau
www.autohausarscholl.de



5 JAHRE Garantie
ohne Kilometerlimit*

8 JAHRE Batterie Garantie*

* Sämtliche Informationen zum Umfang der Herstellergarantie finden Sie unter: www.hyundai.de/garantien.

¹ Die maximale Reichweite wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst z.B. von Verkehrsbedingungen, Fahrzeugausstattungen und Fahrweise. Im realen Fahrbetrieb kommt es zu einer geringeren Reichweite.

² Ein unverbindliches Leasingbeispiel der HYUNDAI Finance, ein Geschäftsbereich der Hyundai Capital Bank Europe GmbH, Friedrich-Ebert-Anlage 35-37, 60327 Frankfurt am Main. Verbraucher haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Verpflichtung zum Abschluss einer Vollkaskoversicherung. Kostenpflichtige Sonderausstattung möglich. Überführungs- und Zulassungskosten in Höhe von 990,00 EUR werden bei Lieferung des Fahrzeugs separat in Ansatz gebracht. Alle Preise inkl. gesetzlicher MwSt. Angebot gültig bis 31.12.2024.

Auch per WhatsApp:
0176 58 11 53 24

Besuchen Sie auch unsere Website




ASX Mildhybrid Intro Edition
statt 33.690 EUR¹
nur **31.690 EUR²**



Der neue Mitsubishi
ASX
Der kompakte SUV

5 JAHRE
HERSTELLER
GARANTIE*

ASX Mildhybrid Intro Edition 1.3 Turbo 116 kW (158 PS) 7-Gang-DCT Energieverbrauch 6,0l/100 km Benzin; CO₂-Emission 135 g/km; CO₂-Klasse D; kombinierte Werte.**

1 | Unverbindliche Preisempfehlung der MMD Automobile GmbH, ab Importlager, zzgl. Überführungskosten, Metallic-Lackierung (außer Royal-Blau) gegen Aufpreis.
2 | Unser Hauspreis, freibleibend.

*5 Jahre Herstellergarantie bis 100.000 km, Details unter mitsubishi-motors.de/herstellergarantie **Die nach PKW-EnVKV angegebenen offiziellen Werte zu Verbrauch und CO₂-Emission sowie ggf. Angaben zur Reichweite wurden nach dem vorgeschriebenen Messverfahren WLTP ermittelt. Weitere Infos unter mitsubishi-motors.de

AUTOHAUS **ISER RIEDSTADT**
Autohaus Iser Riedstadt GmbH
Griesheimer Str. 33
64560 Riedstadt-Wolfskehlen
Telefon 06158 822450
www.autohausiser.de

WWW.AUTOHAUISER.DE 06158 822450 ORA Vertragshändler



ORA GWM

Jetzt leasen ab **189,00** EUR/Monat^{1,2}

NEU, ELEKTRISCH. WOW.

100 % elektrisch:
Der neue **ORA FUNKY CAT 300.**

- Sprachassistent
- 10,25" Dual Screen
- Gesichtserkennung
- Intelligente Fahrassistenzsysteme

In Riedstadt bei:
AUTOHAUS ISER RIEDSTADT GMBH
Griesheimer Str. 33, 64560 Riedstadt-Wolfskehlen
T 06158 822450

ORA FUNKY CAT, 48 kWh Batterie, 126 kW (171 PS)
Stromverbrauch kombiniert 16,7 kWh/100 km; CO₂-Emission kombiniert 0 g/km; elektrische Reichweite (EAER) 310 km, innerorts (EAER city) 462 km. Werte nach WLTP.**

1 | Ein Privatkunden-Kilometer-Leasing-Angebot der **Santander Consumer Leasing GmbH** (Leasinggeber), Santander Platz 1, 41061 Mönchengladbach für einen **ORA FUNKY CAT 300, 48 kWh Batterie: Monatliche Leasingrate 189,00 EUR**, bei einer Laufzeit von 24 Monaten, 5.000 km Laufleistung pro Jahr und einer Leasing-Sonderzahlung von 5.500,00 EUR. Angebot inkl. gesetzlicher Umsatzsteuer und zzgl. Überführungs- und Zulassungskosten. Bonität vorausgesetzt. Gültig bis 31.10.2023. 2 | Unsere Überführungskosten betragen 1.090,00 EUR. Zulassungsservice auf Wunsch gegen Mehrpreis.

** Alle Angaben wurden nach den gesetzlich vorgeschriebenen Messverfahren VO (EG) 715/2007, VO (EU) 2018/1832 ermittelt. Der WLTP-Prüfzyklus hat den NEFZ-Prüfzyklus vollständig ersetzt, sodass für dieses Fahrzeug keine NEFZ-Werte und keine CO₂-Effizienzklasse vorliegen. Die tatsächlichen Werte hängen ab von individueller Fahrweise, Straßen- und Verkehrsbedingungen, Außentemperatur, Klimaanlageneinsatz etc.; dadurch kann sich der Verbrauch erhöhen und die Reichweite reduzieren. Weitere Informationen unter ora-motor.de

