

Das Magazin für Ihre Region

Ausgabe 4 | 2025

LEBENS LUST



WIE SCHÖN...! ÄSTHETISCH-
PLASTISCHE MEDIZIN

NA, IHR PFLAUMEN!
LIEBESBRIEF AN LILA FRÜCHTCHEN

FLEXIBLE VERWANDLUNGSKÜNSTLER
MULTIFUNKTIONALE MÖBEL

ENERGIEANSCHLÜSSE? BRING ICH NACH HAUSE.



ICH SCHLIESSE
DIE ZUKUNFT AN.

Jens A.

Projektleiter Hausanschlüsse
bei der e-netz Südhessen
findet Lösungen für den
Anschluss von Solaranlagen
und Wallboxen.

ENTEKA AG | Frankfurter Straße 110 | 64293 Darmstadt



EINFACH KLIMAFREUNDLICH FÜR ALLE.

SOMMER, SONNE, AUFBRUCH – UND BEWEGUNG IN DARMSTADT!



Karriere mit Herz? Gibt's im Elisabethenstift auf Seite 15. Dort sind Verantwortung, Miteinander und Vertrauen echte Werte.

Auf Seite 17 spricht Dr. Wiesner, Fachärztin für Innere Medizin und Ernährungsmedizin, Klartext: Ja, ab 30 wird's körperlich nicht unbedingt einfacher. Aber niemand ist dem ausgeliefert. Wer bereit ist, etwas zu verändern, bekommt Unterstützung – kompetent und individuell.

Und endlich ist er wieder da: der Seniorentag! Ab Seite 18 wird er gefeiert – mit Information, Begegnung, Austausch und echter Lebensfreude.

Ein Hauch von Spätsommer erwartet Sie auf Seite 26 und 27: Pflaumen, die nach Kindheit schmecken. Und auf Seite 32 und 33 geht es um Möbel, die mehr können als nur gut aussehen – wandelbar, durchdacht, alltagstauglich.

Bleibt nur zu sagen: Dieser Sommer ist mehr als warmes Wetter. Er ist ein Versprechen: auf Neues, Nähe und Menschlichkeit.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Sommer – bleiben Sie heiter, irgendwie!

Ihre Friederike Oehmichen

In Darmstadt tut sich was. Große Dinge. Gute Dinge. Manchmal kommt Veränderung leise – aber entschlossen. So wie ein Schiff, das den Hafen verlässt und Kurs auf neue Gewässer nimmt. 2025 ist so ein Jahr. Kein gewöhnliches Kalenderblatt, sondern ein echter Aufbruch – besonders für die Radiologie am Alice-Hospital.

Sie wird zum MVZ Radiologie Darmstadt – modern, mutig, zukunftsgerichtet. Herzstück ist der Neubau auf dem Campus: 1.200 Quadratmeter High-End-Radiologie, vereint neueste Technik, ärztliche Expertise und ein starkes Team. Ein Gerät setzt dabei neue Maßstäbe. Mehr dazu auf Seite 4 und 5.

Doch es geht nicht nur um Technik. Sondern um Menschen, Lebensmomente, das, was wirklich zählt. In der Geburtsklinik am Alice-Hospital finden werdende Mütter einen Ort zum Ankommen und Beginnen. Mehr dazu finden Sie auf Seite 7.

Frau Wilbrand-Donzelli entführt uns auf Seite 8 und 9 in die ästhetisch-plastische Medizin – kein oberflächliches Thema, sondern sehr persönlich.

Auf Seite 10 und 11 öffnet sich das Tor zum Schloss Heiligenberg – ein Ort voller Ästhetik und medizinischer Exzellenz.

GESUNDHEIT

Seite

Herzbilder – Wenn Klarheit und Präzision über Leben entscheidet

Das MVZ Radiologie Darmstadt am Standort Alice-Hospital setzt neue Maßstäbe

4

Kreissaal mit Wohlfühlatmosphäre

Geburtsklinik am Alice-Hospital

7

Wie schön...!

Das breite Spektrum der ästhetisch-plastischen Medizin

8

Das Schloss Heiligenberg steht für Ästhetik

Die Dependance der Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg bietet zertifizierte Qualitätsstandards und fachärztliche Betreuung

10

...Bevor das Herz bricht

Dr. med. Martin Ruch über die Möglichkeiten zur Früherkennung von arterieller Verschlusskrankung

12

Karriere mit Perspektive am Elisabethenstift Darmstadt

Ein Gesundheitscampus mit breitem medizinischem Leistungsspektrum

15

Friality: Gebrechlichkeit im Alter

Dr. med. Sabine Wiesner

17

Der Seniorentag feiert sein Comeback

Die beliebte Informationsveranstaltung rund um die Themen älterer Menschen findet endlich wieder statt

18

LUST AUF GENUSS

Na, ihr Pflaumen!

Ein spätsommerlicher Liebesbrief an lilafarbene Früchtchen

26

Darmstädter Weinfest vom 4. bis 7. September

Besucher erwartet abwechslungsreiches Programm in der City

31

WOHNKULTUR

Flexible Verwandlungskünstler

Multifunktionale Möbel vereinen raffiniertes Design mit Vielseitigkeit und Praktikabilität

33

Die Alternative zum Naturstein

Welche Vorteile Mauersysteme aus Betonsteinen haben

35

Mobil mit Sonnenkraft

Strom vom eigenen Carportdach macht den Umstieg auf E-Autos noch attraktiver

36

Energiespeicher statt Entsorgung

Zweites Leben für Lithium-Ionen-Akkus

37

Das Herz von Darmstadt – pulsierende Vielfalt

Luisencenter Darmstadt

38

Redaktion: Chefredaktion und Herausgeberin V.i.S.d.P.
Friederike Oehmichen
Telefon: (0 61 51) 10 12 130 · Mobil: 0163 7350002
Fax: (0 61 51) 10 12 139
www.magazin-lebenslust.de
oehmichen@magazin-lebenslust.de
Verlag: Ulrich Diehl Verlag und
Medienservice GmbH
Marktplatz 3, 64283 Darmstadt

Texte: Friederike Oehmichen,
Nicola Wilbrand-Donzelli, Alexander Götz
Fotografie: Arthur Schönbein,
Christian Grau, Erik Erstfeld
Satz: Angela Schmidt, Obla Design
Anzeigenleitung:
Friederike Oehmichen, Mobil: 0163 7350002
Stellvertretende Anzeigenleitung:
Angelika Giesche, Tel: (0 61 58) 917 433

Gesamtauflage: 80.000 Exemplare
kostenlose Verteilung an die Haushalte
im Verbreitungsgebiet Darmstadt und
Umgebung, zuzüglich 3750 Verteilstellen über den
Leserzirkel und 1000 Auslagestellen in Südhessen
Druck: HAAS Druck GmbH

Erscheinungsweise: 6x jährlich
Die in diesem Magazin veröffentlichten Beiträge und Bilder sind
urheberrechtlich geschützt. Ein Nachdruck bedarf der ausdrücklichen
Genehmigung des Verlages. Das LebensLust Magazin
erscheint als Anzeigensonderveröffentlichung.

Jährliche Offenlegung der Eigentumsverhältnisse:
Die Publikation LebensLust erscheint in der Ulrich Diehl Verlag
und Medienservice GmbH, Eigentumsverhältnisse am Titel hatten
jeweils zu 50%: Friederike Oehmichen und Ulrich Diehl Verlag und
Medienservice GmbH

IMPRESSUM

HERZBILDER – WENN KLARHEIT UND PRÄZISION ÜBER LEBEN ENTSCHEIDET

Das MVZ Radiologie Darmstadt am Standort Alice-Hospital setzt neue Maßstäbe

Wenn es um das Herz geht, darf es keine Unschärfen geben. Keine Vermutungen, keine diagnostischen Grauzonen. Es braucht Klarheit bis ins kleinste Detail. In Sekundenbruchteilen, im Rhythmus eines schlagenden Organs. Denn moderne Herzbildgebung ist längst mehr als eine Frage technologischer Machbarkeit. Sie ist entscheidend – für Therapie, Prognose und Lebensqualität. Hier im MVZ Radiologie Darmstadt am Standort des Campus Alice-Hospitals hat man das schon früh erkannt: Präzise Bildgebung ist mehr als unterstützendes diagnostisches Beiwerk. Es ist der Schlüssel! Zur Früherkennung. Zur Vermeidung unnötiger Eingriffe. Zur Entlastung der Patient:innen. Nun geht man im MVZ Radiologie Darmstadt den nächsten Schritt: Mit dem hochauflösenden 256-Schichten-Pro.Pulse-CT von Siemens Healthineers – dem derzeit leistungsstärksten Gerät seiner Klasse im ambulanten Einsatz. Ein KI-unterstütztes High-tech-System, das sichtbar macht, was bislang verborgen blieb. Denn was früher nur durch den risikobehafteten invasiven Eingriff eine Herzkatheteruntersuchung möglich war, gelingt heute dank dieser innovativen Technik anders: nicht invasiv, schnell, strahlungsarm und in bislang unerreichter Bildqualität. Es

ist ein Meilenstein in der Patientenversorgung. Und ein klares Signal: Spitzenmedizin und Herzbildgebung auf höchstem Niveau ist kein Privileg mehr. Sie ist Standard auf einem neuen Level, der hier im MVZ in Darmstadt jeden Tag verfügbar ist – für alle!

Der Beginn eines erfolgreichen Weges

Bereits in den frühen 2000er Jahren war Professor Dr. Oliver Mohrs überzeugt: Die Zukunft der Herzdiagnostik liegt in der hochauflösenden Schnittbildgebung. Während Cardio-MRTs damals fast ausschließlich Universitätskliniken vorbehalten waren, schuf Professor Mohrs am Alice-Campus ein Pilotprojekt mit wegweisendem Modellcharakter. Gemeinsam mit der BKK Merck und Siemens Healthineers entstand – damals noch unter dem Dach des Praxen-Verbundes „Radiologie Darmstadt“ ein Versorgungspfad, der erstmals auch gesetzlich Versicherten Zugang zu dieser hochwertigen Diagnostik ermöglichte. So wurde ein Hochleistungs-MRT angeschafft, Siemens stellte modernste Software bereit, die BKK Merck gestaltete und etablierte einen speziellen Vertrag. Ziel war es, den Standard neu zu setzen – für alle Patient:innen, nicht nur für Privatversicherte oder Selbstzahler.



Anerkennung und Ausbau

Die „Radiologie Darmstadt“ wurde schließlich von der Deutschen Röntgengesellschaft als „Schwerpunktzentrum für Herzbild Diagnostik“ ausgezeichnet – das ist das höchste Gütesiegel in diesem Bereich. Professor Dr. Mohrs erhielt zudem den Qualifikationsstatus (Q3) der Fachgesellschaft – als Ausbilder für HerzmRT und Herz-CT. Hinzu kam, dass im engen Austausch mit der Universitätsklinik Heidelberg aktuelle Forschungsergebnisse direkt in die Praxis flossen. Schon während dieser Phase bewies die risikoarme diagnostische

Bildgebung der Herzkranzgefäße mittels CT ihre Überlegenheit gegenüber der invasiven Herzkatheteruntersuchungen. Die überzeugenden Vorteile dieser radiologischen Methode: keine Gefäßverletzung, keine Blutungsrisiken, deutlich geringere Strahlenbelastung – bei höherer Aussagekraft.

Der Flash-CT: ein Quantensprung

2010 standen alle Bündnispartner erneut vor einer großen Herausforderung: Die hohen Kosten für ein High-End-Gerät mussten getragen werden. Doch die Radiologie Darmstadt wagte



RADIOLOGIE
DARMSTADT

Radiologische Diagnostik, Vorsorge und Therapie – stationär und ambulant für Südhessen und Umgebung

- Größte radiologische Praxis Südhessens
- Mehr als 15 Fachärzt(inn)en an 5 Standorten mit ambulanter und stationärer Versorgung für den Großraum Darmstadt
- Standortübergreifende Vernetzung
kostenlose Bilderakte für Patienten – easyRadiologie
- Höchste Qualität in der Befundung durch zertifizierte Fachärzte mit weitreichender Erfahrung aufgrund hoher Untersuchungszahlen
- langjährige Auszeichnungen durch Focus und Jameda
- Akademische Lehrpraxis der Universität Heidelberg
- Zertifizierte Expertise in den Fachgebieten Allgemeinradiologie, Kinderradiologie, Neuroradiologie, muskuloskelettale, onkologische und urogenitale Radiologie, Thoraxradiologie, Mamma-Diagnostik, Mammo-Screening und Cardiodiagnostik
- Röntgenuntersuchung ohne Termin
- MRT Samstags- und Abendsprechstunde nach Terminvereinbarung
- Online-Termine über Doctolib
- Privatsprechstunden – Termine innerhalb von 48 Std.

den Schritt – und wurde eine der ersten Praxen in Deutschland mit einem 256-Schichten-Flash-CT von Siemens. Ein Gerät, das die Bildgebung der Herzkranzarterien auf ein neues Level hebt. Bis heute haben mehr als 10.000 Patient:innen am Alice-Hospital von dieser innovativen Technik profitiert, die durch gestochen scharfe Bilder, ultraschnelle Scanzzeiten und noch niedrige Strahlenbelastung überzeugt. Gerade für Patient:innen mit schnellem Herzschlag, Atemproblemen oder Rhythmusstörungen ein echter Gamechanger.

Vom Flash zum Pro.Pulse – das Mutterschiff legt ab

2025 markiert mehr als nur ein neues Kalenderjahr. Es ist der Aufbruch in eine neue Ära.

Die Radiologie Darmstadt wird zum **MVZ Radiologie Darmstadt** – und damit zur modernsten und richtungsweisenden radiologischen Versorgungseinheit in Südhessen.

Herzstück dieses Wandels ist der Neubau auf dem Campus des Alice-Hospitals: **1.200 Quadratmeter High-End-Radiologie**, intern auch liebevoll „**Mutterschiff**“ genannt. Hier bündelt sich nämlich alles, was modernste bildgebende Hightech-Medizin samt der ärztlichen Expertise und eines perfekt eingespielten Praxisteam ausmacht. Und ein Gerät, das Maßstäbe verschiebt.

Fester Bestandteil im „Mutterschiff“ ist seit kurzem auch ein neues Gerät: Als weltweit erste Einrichtung sicherte sich das MVZ das neue 256-Schichten-Pro.Pulse-CT von Siemens – den Nachfolger des bewährten Flash-CT. Ein System, das nicht einfach schneller oder schärfer ist,

sondern intelligenter. Zwei Athlon-Röhren, zwei Stellar-Detektoren, eine Dual-Source-Technologie, die das Herz nicht aufhält, sondern mit ihm atmet, schlägt, sich bewegt.

Die Bildrekonstruktion? KI-gestützt. Das Ergebnis? Eine Genauigkeit, die selbst bei hohen Herzfrequenzen gestochen scharfe Diagnosen liefert – ohne Eingriff, ohne Warten, ohne Interpretationsspielräume.

Doch die eigentliche Stärke zeigt sich in der Breite der Anwendungsmöglichkeiten: Auch Patient:innen im gesetzlichen Lungen-Früherkennungsprogramm profitieren nämlich von der neuen Technologie – ebenso wie Kinder. Denn die Strahlendosis ist nicht nur reduziert, sie zählt aktuell zu den niedrigsten Werten, die in der diagnostischen Bildgebung dieser Art erreicht werden.

Was hier entstanden ist, ist also nicht einfach ein technisches Upgrade. Es ist vielmehr ein neues Kapitel, das zeigt, wie Hightech-Medizin und ein an Fürsorge, Gerechtigkeit und Verantwortlichkeit orientiertes ärztliches Ethos zusammenwirken können, wenn man sich nicht mit dem Status quo zufriedengibt.

Zugang für alle Patient:innen

Die Vorteile solcher technischen Innovationen im Blick, hat mittlerweile auch die Politik für Weichenstellungen gesorgt, die modernste radiologische Diagnostik für den Bereich Kardiologie für jeden möglich zu machen: So hat der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA) entschieden, dass CTs des Herzens nicht mehr ausschließlich für Privatversicherte und einzelne Kassen zugänglich sind. Auch gesetzlich Versicherte können



nun bei entsprechender medizinischer Indikation untersucht werden – etwa bei unklaren Brustschmerzen ohne bekannte Koronare Herzerkrankung (KHK) oder vor herzchirurgischen Eingriffen. Um den Zugang zu erleichtern, hat das MVZ hierzu einen klar strukturierten „Laufzettel“ entwickelt, der von den überweisenden Ärzt:innen ausgefüllt werden muss. Damit wird sichergestellt, dass Indikation, Terminvergabe und Abrechnung reibungslos verlaufen – ohne Informationslücken für Patient:innen und den jeweiligen Praxen.

Ein Zentrum mit Haltung

„Wir wollen nicht nur die beste Technik bieten, sondern auch Verantwortung übernehmen – für eine gerechte, niederschwellig zugängliche und qualitativ höchstwertige Diagnostik in der gesamten Region und weit darüber hinaus“, fasst Professor Dr. Mohrs

nochmal zusammen. Die Kombination aus medizinischer Expertise, technologischer Führung und gesundheitspolitischem Engagement macht das MVZ Radiologie Darmstadt zu einem Ort, an dem Fortschritt nicht Theorie bleibt – sondern jeden Tag gelebt wird. Herzbildgebung ist hier keine Option. Sie ist Haltung, Auftrag und Anspruch zugleich – eine Herzensangelegenheit eben, von der alle Patient:innen profitieren sollen!

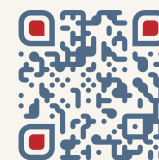
STANDORTE

- 1 **Praxisstandort am Alice Hospital und Kinderklinik Prinzessin Margaret**
Standortleitung: Prof. Dr. med. Oliver Mohrs und Dr. med. Henrik Thoms
Dieburger Str. 29-31 · 64287 Darmstadt
Tel: 06151-3942 500 · E-Mail: alice@radiologie-darmstadt.de
- 2 **Praxisstandort EBS**
Standortleitung: Dr. med. Thorsten Burkhard
Eschollbrücker Str. 26 · 64295 Darmstadt
Tel: 06151-3942 550 · E-Mail: ebs@radiologie-darmstadt.de
- 3 **Praxisstandort Fachärztezentrum am Klinikum Darmstadt**
Standortleitung: Dr. med. Armin Dick
Grafenstr. 13 · 64283 Darmstadt
Tel: 06151-3942 570 · E-Mail: grafen@radiologie-darmstadt.de

- 4 **Mammographie-Zentrale und Mammographie-Screening Südhessen**
Standortleitung: Dr. med. Sepideh Pade und Prof. Dr. med. Matthias Kerl
Dieburger Str. 22 · 64287 Darmstadt
Tel: 06151-3942 560 · E-Mail: mammo@radiologie-darmstadt.de
- 5 **Praxisstandort am Agaplesion Elisabethenstift**
Standortleitung: Dr. med. Henrik Thoms
Landgraf-Georg-Str. 100 · 64287 Darmstadt
Tel: 06151-3942 590 · E-Mail: eli@radiologie-darmstadt.de

Standortübergreifende Privatsprechstunde
Tel: 06151-3949 333

radiologie-darmstadt.de



UNBEMERKT GEFÄHRDET: VIELE UNTERSCHÄTZEN IHREN BLUTDRUCK

Regelmäßige Checks helfen, das Risiko für einen Schlaganfall zu reduzieren

(DJJ). 20 bis 30 Millionen Menschen haben in Deutschland Bluthochdruck, schätzt die Deutsche Hochdruckliga. Die meisten von ihnen wissen nichts davon – und laufen so Gefahr, über Jahre hinweg unbemerkt ihre Blutgefäße zu schädigen. Die schlimmste Folge: ein Schlaganfall. Dabei hilft ein einfacher Check, das Risiko zu minimieren.

Die stille Gefahr: Bluthochdruck

Etwa 270.000 Menschen jährlich erleiden in Deutschland einen Schlaganfall. Studien zeigen, dass sich mindestens 70 Prozent der Schlaganfälle durch die Kontrolle und Behandlung von Risikofaktoren verhindern ließen. Die wohl größte Gefahr: Bluthochdruck. Er erhöht das Risiko für einen Schlaganfall um das Fünffache und ist dabei besonders heimtückisch. Denn Bluthochdruck verursacht lange Zeit keine Beschwerden, schädigt aber permanent die Gefäßwände. Manche nennen ihn die „stille Gefahr“, weil er geräuschlos Arteriosklerose verursacht, im Volksmund Gefäßverkalkung genannt. Sie führt in den feinen Gefäßen des Gehirns häufig zu einem Gefäßverschluss, einem Schlaganfall.



Erwachsene können sich ab dem 35. Lebensjahr alle drei Jahre ärztlich durchchecken lassen.

Foto: DJJ/Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe

Viele kennen ihr Risiko nicht

Viele Menschen mit Bluthochdruck wissen nicht, dass sie darunter leiden. Das zeigen Untersuchungen der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe. Im vergangenen Jahr hat die Stiftung 2.342 Mitarbeitende von Unternehmen und Behörden im Risiko-Check getestet. Das auffälligste Ergebnis:

Fast die Hälfte der Testpersonen wies einen erhöhten oder sogar kritischen Blutdruck auf. Doch nur knapp ein Fünftel der Teilnehmenden nahm Medikamente gegen die Hypertonie. Viele kannten ihr Risiko demnach bis dato gar nicht. „Auch jüngere und scheinbar gesunde Menschen sollten ihren Blutdruck von Zeit zu Zeit messen lassen“, rät Antonia Valentin, Präventionsexpertin der Stiftung. „Wenn man eine

Hypertonie rechtzeitig erkennt, lassen sich die Folgen durch einen veränderten Lebensstil und eine medikamentöse Therapie häufig verhindern.“

So hilft der Risiko-Check

Gesetzlich Versicherte können sich ab dem 35. Lebensjahr alle drei Jahre in ihrer Hausarztpraxis durchchecken lassen, ob ein Risiko für einen Schlaganfall besteht. Eine weitere Möglichkeit ist der Risiko-Check der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe, den Unternehmen, Behörden oder Vereine für ihre Mitarbeitenden und Mitglieder buchen können. Wie unter www.schlaganfall-hilfe.de/testkoffer zu lesen ist, wertet das medizinische Personal dabei in 15 Minuten wichtige Messwerte, Informationen zur körperlichen Aktivität und andere Lebensstilfaktoren wissenschaftlich aus und gibt individuelle Empfehlungen. Wer bereits die eigenen Werte zu Blutdruck, Cholesterin und Blutzucker kennt, kann sich auch mit dem Online-Risiko-Test das persönliche Risikoprofil errechnen lassen.

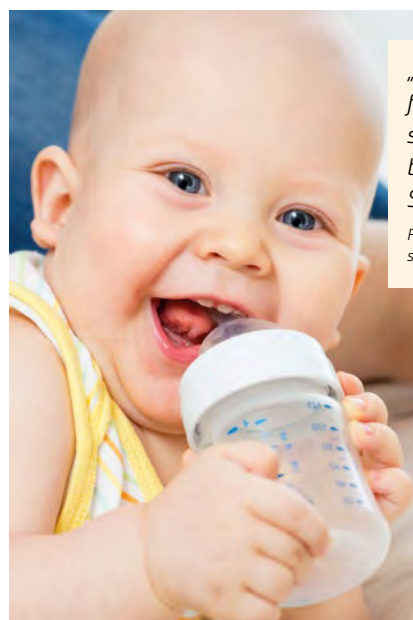
IST „BABYWASSER“ NOTWENDIGKEIT ODER MARKETING?

Ratgeber Familie: Brauchen Eltern spezielles Wasser für die Kleinsten?

(DJJ). Die Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern ist ein emotionales Thema für junge Eltern, schließlich will man alles richtig machen. Da ist es praktisch, in der Drogerie oder im Supermarkt spezielles „Babywasser“ zu finden, verspricht es doch die optimale Zusammensetzung für empfindliche Babysysteme. Doch brauchen Eltern wirklich spezielles Wasser für ihre Kleinsten, oder ist das bewährte Leitungswasser ausreichend?

Was ist Babywasser überhaupt?

„Babywasser“ ist ein Begriff, der noch nicht allzu lange die Wasserflaschen zierte. Denn prinzipiell ist Babywasser nichts anderes als Mineral-, Tafel-, Quellwasser oder auch Trinkwasser mit einem niedrigen Mineraliengehalt, das zur Zubereitung von Säuglingsnahrung geeignet ist. Aber Achtung: Nur wenn tatsächlich der Zusatz „geeignet zur Zubereitung von Säuglingsnahrung“ auf der Verpackung aufgedruckt ist, ist sichergestellt, dass die speziellen Grenzwerte der Mineral- und Tafelwasserverordnung für Produkte zur Babyernährung eingehalten werden. Die Auszeichnung als



„'Babywasser' ist keine Garantie für besondere Qualität. Es ist nicht schlechter, aber eben auch nicht besser als Trinkwasser“, erklärt Dr. Stefan Koch vom Forum Trinkwasser.

Foto: DJJ/Forum Trinkwasser/Oksana Kuzmina - stock.adobe.com

„Babywasser“ allein ist keine Garantie für eine entsprechende Qualität. Den Hinweis „geeignet zur Zubereitung von Säuglingsnahrung“ findet man auch auf vielen normalen Mineralwasserflaschen, der Griff zum speziellen Babywasser ist also nicht notwendig.

Ist Trinkwasser aus der Leitung ebenfalls geeignet?

Tatsächlich reicht auch einfaches Leitungswasser, um Babynahrung zuzubereiten. Darauf weist das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) ausdrücklich hin. Nutzt man zusätzlich einen Wasserfilter, ist hier besonders auf den regelmäßigen Tausch der Filterkartuschen zu achten, um eine Verkeimung auszuschließen. In jedem Fall, so die BfR-Experten, sollte sowohl Trinkwasser als auch jedes andere Wasser in den ersten Lebensmonaten abgekocht werden. Nur wenn die Verpackung ausdrücklich den Hinweis trägt, dass das Wasser vor Abfüllung erhitzt wurde, kann man davon ausgehen, dass es bereits ste-

ril ist. Allerdings gilt das nur so lange, wie die Verpackung ungeöffnet ist. Dr. Stefan Koch vom Forum Trinkwasser fasst es so zusammen: „'Babywasser' ist keine Garantie für besondere Qualität. Es ist nicht schlechter, aber eben auch nicht besser als Trinkwasser oder ‚für die Säuglingsernährung geeignetes‘ Mineralwasser.“ Und egal welches Wasser man nutze, es sollte in den ersten Lebenswochen zusätzlich abgekocht werden. „Wer dabei das Wasser aus der Leitung verwendet, spart Geld und schützt die Umwelt, in der die Kleinen später leben“, ergänzt Dr. Stefan Koch.



Foto: DJJ/Forum Trinkwasser/Ivan - stock.adobe.com

Geburtsklinik am Alice-Hospital

KREISSAAL MIT WOHLFÜHLATMOSPHERE

Warme Orange- und Rottöne, florale Fototapeten, ein Fußboden in hellem und dunklem Holzdekor – auf den ersten Blick erinnert der neue Kreißaal kaum an ein typisches Krankenhaus.

Im Alice-Hospital verbindet die moderne Geburtsstation fortschrittlichste medizinische Ausstattung mit einer behaglichen, fast wohnlichen Atmosphäre. „Unser Ziel ist es, werdenden Müttern eine sichere und gleichzeitig familiäre Umgebung zu bieten“, erklärt Margit Begon, Sprecherin der Beleghebammen. Der neue Bereich umfasst vier moderne Kreißsäle, zwei großzügige Vorwehenzimmer sowie eine Notfalleinheit – alles auf dem neuesten Stand der Technik und gemäß aktuellen Qualitätsstandards.

Im vergangenen Jahr kamen am Alice-Hospital 1.263 Kinder zur Welt. 17 erfahrene Beleghebammen sowie sechs Fachärztinnen und Fachärzte für Gynäkologie betreuen Schwangere ab der 32. Schwangerschaftswoche. Ergänzt wird das geburtshilfliche Team durch Kinderkrankenschwestern der Wochenstation, Anästhesisten sowie Kinderärztinnen und -ärzte der angeschlossenen Darmstädter Kinderkliniken Prinzessin Margaret.

Individuelle Betreuung dank Beleghebammensystem

Ein besonderes Merkmal des Alice-Hospitals ist das Beleghebammensystem, das eine individuelle Betreuung vor, während und nach der Geburt ermöglicht. Die Beleghebammen arbeiten selbstständig in Darmstadt und Umgebung. Neben der Geburtsbegleitung bieten sie vielfältige Kurse zur Geburtsvorbereitung, Stillberatung, Säuglingsernährung, Tragetuch-Anwendung oder Erste Hilfe am Neugeborenen an.

Je nach Verfügbarkeit können Schwangere eine sogenannte Eins-zu-eins-Betreuung mit einer Beleghebamme vertraglich vereinbaren. Diese betreut die werdende Mutter bereits vor der Entbindung, ist zur Geburt im Alice-Hospital in Bereitschaft und übernimmt anschließend auch die Nachsorge für Mutter und Kind. Aufgrund

„Unser Ziel ist es, werdenden Müttern eine sichere und gleichzeitig familiäre Umgebung zu bieten.“

der großen Nachfrage empfehlen die Hebammen, sich frühzeitig um einen Termin zu bemühen.

Unabhängig davon ist der Kreißaal rund um die Uhr mit zwei Hebammen besetzt. Bei Bedarf können zusätzliche Hebammen



Foto: © Alice-Hospital

aus dem Bereitschaftsdienst hinzugezogen werden – so ist jederzeit eine persönliche, individuelle und sichere Betreuung gewährleistet.

Geburtshilfe mit perinatalem Schwerpunkt

Als Klinik mit perinatalem Schwerpunkt können im Alice-Hospital Geburten ab der 32. Schwangerschaftswoche (32+0) betreut werden. Auch sogenannte Risikoschwangerschaften – etwa Zwillingsgeburten oder Schwangerschaften mit medizinischen Besonderheiten – werden hier begleitet.

Durch die enge Zusammenarbeit mit der Darmstädter Kinderklinik auf dem Klinikgelände sind auch unvorhergesehene Notfälle optimal versorgbar. Diese räumliche und organisatorische Nähe bietet werdenden Eltern und ihrem Kind ein Höchstmaß an Sicherheit.

burtshilfe vorab kennenzulernen und Fragen zu stellen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich; der Einwahllink ist über die Klinik-Website abrufbar.

Wer den Kreißaal oder eines der zehn wohnlich eingerichteten Familienzimmer vor Ort besichtigen möchte, kann an einer der monatlichen Führungen teilnehmen. Eine vorherige Anmeldung über die Website des Alice-Hospitals ist hierfür notwendig.

INFO

Infoabende für werdende Eltern:
jeden 3. Montag im Monat

Kreißaal-Führung:
jeden 4. Montag im Monat

Terminbuchungen:
die-geburtsklinik.de

Informationsangebote für werdende Eltern

Regelmäßig am dritten Montag im Monat laden die Beleghebammen zu einer virtuellen Infoveranstaltung ein. Hier erhalten werdende Eltern wertvolle Informationen rund um Schwangerschaft und Geburt – und die Gelegenheit, das Team der Ge-



Kontakt

Die Geburtsklinik am Alice-Hospital
info@alice-hospital.de
Tel: (06151) 402 24 00
www.diegeburtsklinik.de
Instagram: @instagram/die-geburtsklinik

GESUNDHEIT



Schönheitseingriffe boomen wie nie zuvor. Das betrifft vor allem den kosmetischen Bereich. So sind Behandlungen zwecks körperlicher Selbstoptimierung – sei es am Bauch, am Po oder zur Lidstraffung gefragter denn je. Dabei sind insbesondere neueste minimalinvasive Methoden das Mittel der Wahl, da sie im Vergleich zu aufwändigeren klassischen OP-Verfahren risikoärmer sind und sich so wesentlich besser in den Alltag betroffener Patienten integrieren lassen. Und die Innovationen auf dem Gebiet der ästhetischen Medizin werden ständig weiterentwickelt – die Behandlungen noch effizienter und sicherer. So wächst die Beauty-Branche kontinuierlich weiter und mit ihr der Kreis der Interessenten, die zwecks Verschönerung regelmäßig auf die vielfältigen Behandlungsmöglichkeiten dieser vergleichsweise noch relativ jungen Medizin-Sparte setzen.

Schönheitsideale verändern sich. Attraktiv zu wirken, ist seit jeher ein menschliches Bedürfnis. Was jedoch als schön empfunden wird, unterlag stets kulturellen und gesellschaftlichen Trends. Die Vorstellungen über bestimmte erstrebenswerte Körperrormen waren und sind also ständig im Wandel. Während zum Beispiel zu Zeiten des Barockmalers Rubens üppige, wohlgenährte Körpersilhouetten und vornehme Blässe als Zeichen von Wohlstand und Gesundheit galten, ist unser heutiges Schönheitsideal geprägt vom Anspruch an sportliche Jugendlichkeit mit möglichst schlanken Figuren, was wiederum Leistungsfähigkeit, Erfolg und Stärke beziehungsweise soziale und sexuelle Attraktivität suggeriert. Älterwerden wird dagegen oftmals gleichgesetzt mit Schwäche, Hässlichkeit und Krankheit ...Stereotypen also, die auch medial bedient werden.

Frühe Optimierungswünsche

Wenig erstaunlich ist es deshalb, dass bei uns immer mehr junge Erwachsene planen, sich „verschönernden“ Prozeduren zu unterziehen, ohne dass bei ihnen bereits „Alterserscheinungen“ zu sehen sein müssen. Unterm Strich – das zeigen Befragungen in allen Altersgruppen – berichten die meisten, die sich ästhetischen Behandlungen unterzogen haben, dass sich ihr Selbstwertgefühl und ihre Lebensqualität nach dem Eingriff deutlich verbessert hätten. Eine Optimierung des Äußeren ist also immer auch eine Optimierung der Seele.

Zunehmend offener Umgang mit dem Thema.

Und so ändert sich mit der steigenden Anzahl der Patienten und Patientinnen in letzter Zeit auch spürbar die Haltung bezüglich „Schönheitsbehandlungen“. Die gesellschaftliche Akzeptanz ist nämlich größer geworden: Was noch vor wenigen Jahren eher mit Zurückhaltung kommuniziert wurde, wird nun offener thematisiert. So ist es für viele nicht mehr beschämend, für eine vitale Ausstrahlung und ein attraktiveres, frisches Aussehen das Knowhow der ästhetischen Medizin in Anspruch zu nehmen. Dazu beigetragen haben sicherlich auch Prominente und Influencer mit ihren tausendfach bei Social Media geteilten und verbreiteten Erfahrungsberichten bezüglich ihrer Selbstoptimierung mittels medizinischer Methoden. Denn was vermeintlich viele machen und dazu öffentlich stehen, wird irgendwann zur akzeptierten Normalität.

Jährliche Ermittlung der häufigsten Eingriffe

Mittlerweile sind es nicht mehr „nur“ Frauen, die sich ästhetischer Behandlungen unterziehen. Auch Männer frequentieren zunehmend die Praxen von Anti-Aging-Spezialisten. Besonders gefragt sind dann



Foto: © nemetus - stock.adobe.com

vor allem Therapien gegen Falten oder Haarverlust. Insgesamt der häufigste Beauty-Eingriff waren vergangenes Jahr aber – so die aktuellen Zahlen der Deutschen Gesellschaft für Ästhetisch-Plastische Chirurgie (DGÄPC) – mit einem Anteil von 18,3 Prozent Lidstraffungen, mit 13 Prozent Faltenunterspritzungen, mit knapp 10 Prozent Brustvergrößerungen und mit 8,5 Prozent Fettsaugungen.

„Wie es euch gefällt“

Wenn es um die Umsetzung ästhetischer Eingriffe geht – das betrifft vor allem Gesichtsbildungen – bevorzugen die meisten hierzulande eher natürliche Ergebnisse. Optimierende Maßnahmen sollten also idealerweise nicht sofort erkennbar sein. Statt eines künstlich wirkenden Verjüngungs- und Verschönerungslooks, wie er in den USA oftmals favorisiert wird, setzt man hier eher auf eine frische, erholte Ausstrahlung, wo das individuelle Aussehen erhalten bleibt und schablonenhafte Perfektion vermieden werden soll. Ergänzend setzen viele Behandler dabei auch auf sanfte Methoden wie etwa Biostimulatoren, Eigenbluttherapien oder mikrofokussierte Ultraschallbehandlungen. Sie sollen die Haut dazu anregen, sich selbst zu erneuern und die Strukturen auf natürliche Weise zu verjüngen.

Verwirrung bei Qualifikationsbezeichnungen

Eine negative Begleiterscheinung der boomenden Beauty-Medizin ist leider auch, dass sie fragwürdige Anbieter auf den Plan ruft, die nicht selten ohne ausreichende Qualifikation Eingriffe durchführen. Das Problem: Die Berufsbezeichnungen „Schönheitschirurg“, „Kosmetischer Mediziner“

WIE SCHÖN...!

Das breite Spektrum der ästhetisch-plastischen Medizin

oder „Beauty-Doc“ sind nicht geschützt. Jede Ärztin und jeder Arzt – gleich ob Gynäkologe oder Hautarzt – darf also für die Schönheit zum Skalpell greifen. Deshalb sollten all jene, die ihr Äußeres mit chirurgischer Hilfe optimieren wollen, darauf achten, dass der operierende Spezialist einen entsprechenden Facharzttitel hat. Denn nur der Begriff „Fachärztin/Facharzt für Ästhetisch-Plastische-Chirurgie“, für den eine mehrjährige Zusatzausbildung absolviert werden muss, ist geschützt und garantiert, dass die gewünschte OP mit qualifizierter Expertise durchgeführt wird. Weitere Qualitätskriterien für eine gute ästhetische Behandlung sollten zudem ein ausgiebiges Beratungsgespräch mit dem Arzt, eine umfassende Erläuterung der

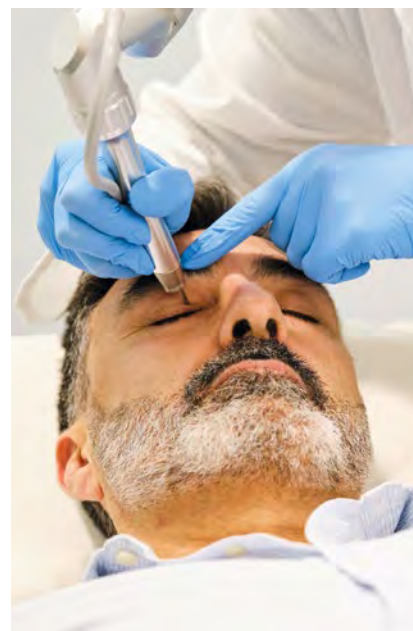


Foto: © Ladanifer - stock.adobe.com

Risiken und ein detaillierter Kostenvoranschlag für die geplanten Leistungen sein.

Expertise und Professionalität auch bei minimalinvasiven Eingriffen

Fachkenntnisse sind aber nicht nur bei chirurgischen Maßnahmen elementar. Medizinisches Knowhow und Erfahrung ist genauso etwa beim Einsatz von Botox- und Hyaluron-Spritzen zur Faltenreduzierung zwingend erforderlich. Sonst kann es nämlich zu Komplikationen wie etwa Lidchlussproblemen oder deformierten Gesichtszügen kommen. Ähnliche Risiken gibt es beispielsweise auch bei der Behandlung der Zornesfalte mit Hyaluron-Spritzen: Nicht fachgerecht durchgeführt, kann die gelartige Substanz Gefäße verstopfen, die den Sehnerv mit Blut versorgen. Im schlimmsten Fall droht eine Erblindung. Deshalb sollten immer nur speziell ausgebildete Mediziner auch solche ‚vermeintlich harmloseren und alltäglichen‘ Anwendungen durchführen!

Vorsicht bei Behandlungen außerhalb Deutschlands. Aus „Kundensicht“ verlockend sind oftmals preisgünstige Angebote zur operativen Verschönerung im Ausland. Solchen „Schnäppchen“ sollte man jedoch immer mit Skepsis begegnen: Denn oft kann der verabredete Preis vor Ort plötzlich höher werden, es können postoperative Probleme bei der Nachsorge und bei Haftungsfragen auftreten. Zudem können die Hygiene-Standards andere als die in Deutschland sein.

Die Zukunft der Ästhetisch-Plastischen Medizin

Viele Experten sind überzeugt, dass künstliche Intelligenz auch in diesem Fachgebiet und insbesondere im kosmetischen Bereich eine immer größere Rolle spielen wird. KI-gestützte Bildanalysen könnten dann dabei helfen, individuell optimierte Behandlungspläne zu erstellen. Gleichzeitig wird sich der Fokus verstärkt auf ganzheitliche Konzepte richten. Statt nur äußerlich gegen das Altern zu arbeiten, wird in der Branche vermehrt auf Zellgesundheit und Longevity-Ansätze gesetzt, um die Jugendlichkeit des gesamten Körpers zu erhalten. Ein gesunder Lebensstil mit genügend Schlaf, einer ausgewogenen Ernährung und hochwertiger Hautpflege samt entsprechenden Sonnenschutz sind essenziell, um die Haut langfristig frisch und strahlend zu erhalten. Denn wer seine äußere Hülle täglich selbst gut behandelt, beugt langfristig frühzeitigen Alterungsprozessen vor. Ästhetische Eingriffe und Therapien sind dann letztendlich unterstützende Maßnahmen für ein optimiertes Erscheinungsbild. Eine lebenslange konsequente Selbstpflege können sie aber nie ersetzen!

Nicola Wilbrand-Donzelli

DAS SCHLOSS HEILIGENBERG STEHT FÜR ÄSTHETIK

Die Dependance der Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg bietet zertifizierte Qualitätsstandards und eine fachärztliche Betreuung

Darmstadt-Dieburg. Das Schloss Heiligenberg in Seeheim-Jugenheim steht für Ästhetik. Aber nicht nur wegen des pittoresken, im 19. Jahrhundert erbauten Gebäudes und der wunderschönen Parkanlage, sondern auch wegen des Zentrums für postbariatrische Chirurgie und Ästhetik, das es dort gibt. Und hier kommt es vor allem auf das Wort „Ästhetik“ an, wie Prof. Dr. Peter Schröder, der ärztliche Leiter der Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg, zu denen

das Zentrum gehört, betont. „Wir versuchen die Menschen so zu beraten, dass sie wieder zu ihrer persönlichen Schönheit zurückfinden“, sagt er. „Wir sind nicht daran interessiert, irgendwelche übertriebenen Schönheitsideale zu fördern.“ Und so ist die Klientel auf Schloss Heiligenberg auch nicht unbedingt die, die als Negativ-Beispiele aus der Klatschpresse bekannt sind. Es sei schon vorgekommen, so Prof. Schröder, dass Kunden abgelehnt wurden, weil ihre Wünsche zu abstrakt gewesen seien. „Für uns ist Ästhetik kein Modewort, sondern Inhalt unseres Handelns“, sagt Schröder.

Und deshalb soll dieser Bereich künftig auf Schloss Heiligenberg noch ausgebaut werden. „Wir haben hochmoderne Laser, mit denen von Haarentfernung über das Entfernen von Tätowierungen bis zu Hautverschönerungen vieles möglich ist“, sagt Prof. Schröder. Aber auch für Botox und Filler, Fettabsaugen oder Augenlidstraffung bis hin zum sogenannten Mommy-Makeover,

bei dem die körperlichen Folgen von Schwangerschaft und Stillzeit reduziert werden, ist das Schloss Heiligenberg die richtige Adresse. „Es gibt nun mal Menschen, die durchaus nachvollziehbar die Zeit etwas zurückdrehen wollen“, sagt Prof. Schröder. Und die erhalten auf dem Heiligenberg zertifizierte Qualitätsstandards und eine fachärztliche Betreuung. „Wir haben hochkompetente Ärzte, die an Zentren in Berlin und Frankfurt ihre Ausbildung gemacht haben“, sagt Schröder. Und als Back-Up steht die Spezialklinik in Jugenheim zur Verfügung. „Aber das haben wir bislang nicht gebraucht“, sagt Schröder, „aber für unsere Patienten ist das nochmal eine Sicherheitsgarantie für den Notfall, falls es ihn jemals geben sollte.“

Neben dieser Garantie und dem schönen Ambiente auf Schloss Heiligenberg schätzen Kunden auch die familiäre Atmosphäre und die gute Beratung. „Wir machen keine Massenabfertigung“, sagt Schröder, „das erkennt man schon an den langen, individuellen Beratun-

gen, die bei uns nicht in einer Zeittaktung abgerechnet werden.“ Das geht mit dem Credo auf dem Heiligenberg einher: „Natürlich aussehen, frisch aussehen“ lautet es. Dazu ist eine individuelle Beratung Voraussetzung.

Fünf von fünf Sternen bei den Google-Bewertungen sprechen eine klare Sprache. „Es ist besser geworden, als ich es mir vorgestellt habe“, schreibt da eine Nutzerin. „Von Anfang an wurde ich sehr sehr ernst genommen. Von der Beratung bis zur Nachsorge war alles einwandfrei“, kommentiert eine andere. „Das Beratungsgespräch war schon super. Das ganze Team ist herzlich, liebevoll und aufmerksam. Ich bin unfassbar dankbar für alles“, ist an anderer Stelle zu lesen.

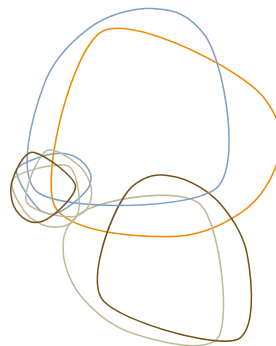
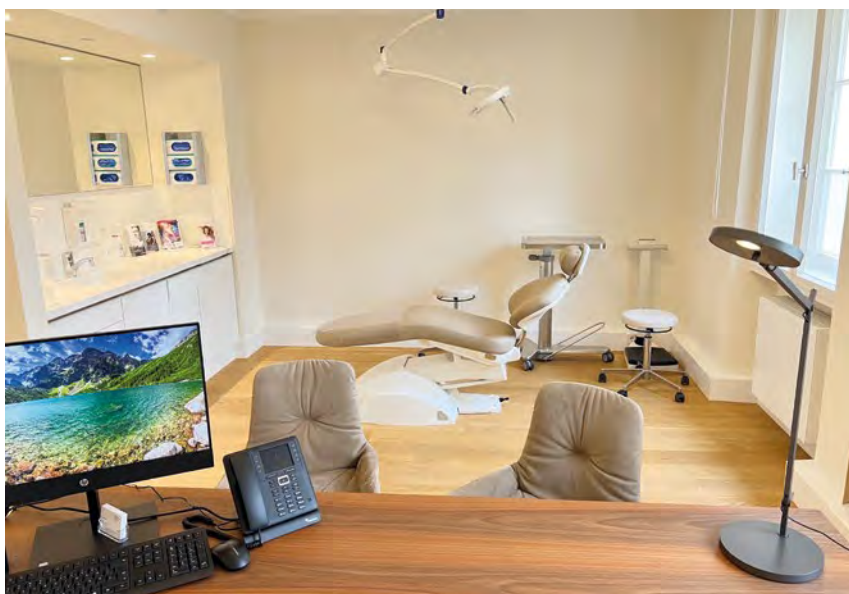
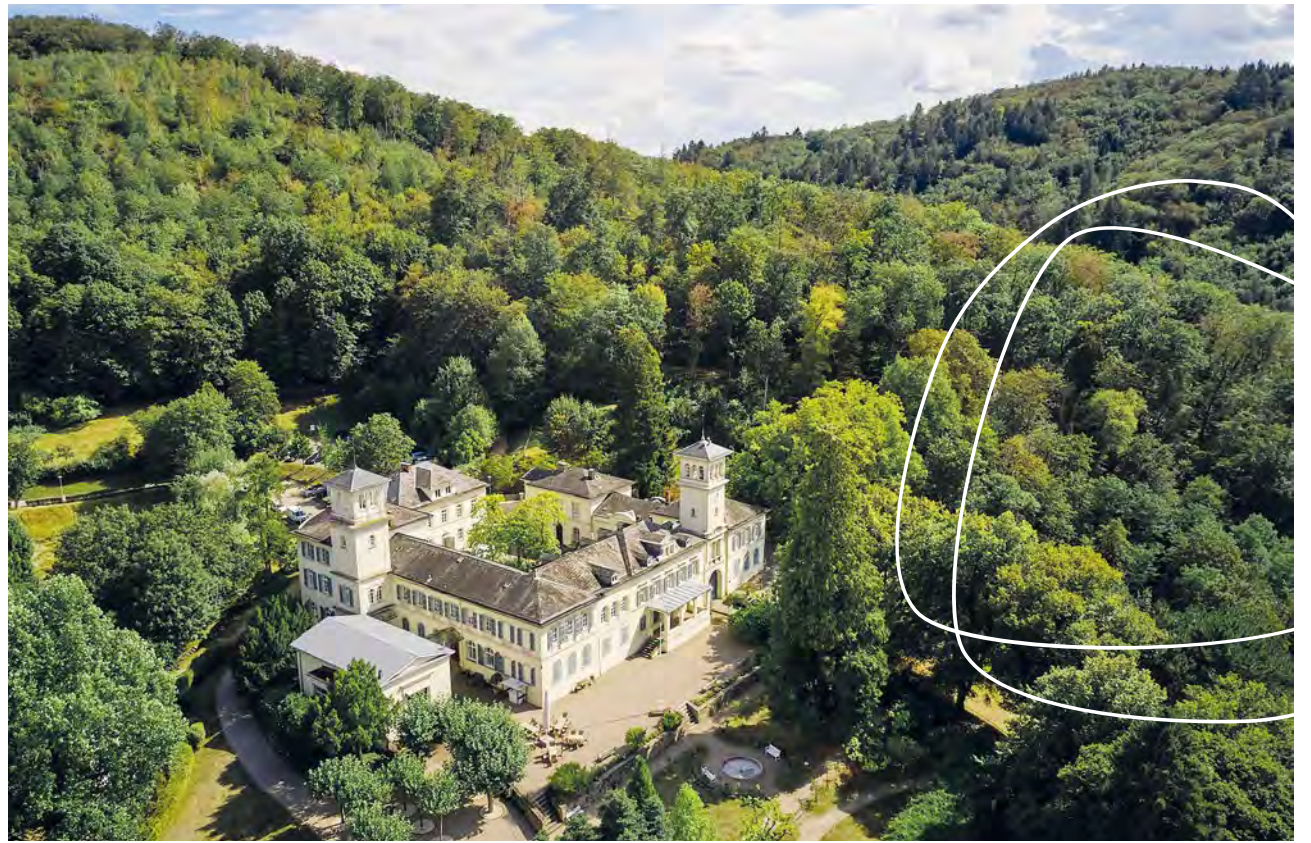


Die Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg

Die Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg sind als Eigenbetrieb des Landkreises Darmstadt-Dieburg ein Klinikverbund in kommunaler Trägerschaft. Mit zwei Klinikstandorten in Groß-Umstadt und Jugenheim sind die Kreiskliniken der wichtigste Gesundheitsversorger im Landkreis. Mit einer Gesamtkapazität von 450 Betten versorgen wir jährlich mehr als 15.000 stationäre Patienten. Zu unserem Leistungsspektrum zählen sieben Medizinische Versorgungszentren (MVZs) aus den Bereichen Orthopädie und Neurochirurgie, hausärztliche und internistische Versorgung, Chirurgie, Gynäkologie und Radiologie.

Mehr unter
www.kreiskliniken-dadi.de

„Solche Stimmen zeigen uns, dass wir mit unserem Anspruch an Ästhetik und Qualität vollkommen richtigliegen“, sagt Betriebsleiterin Pelin Meyer, „und deshalb wollen wir nun die Ästhetik-Sparte in den Vordergrund stellen. Der Heiligenberg soll ein Synonym werden für natürliche Schönheit mit fachärztlicher Expertise.“ Betriebsleiter Christoph Dahmen fügt hinzu: „Das Ambiente auf dem Schloss kombiniert mit einem hochmodernen Eingriffsraum und modernster Technik ist quasi eine Selbstverpflichtung für uns, um unseren Kunden auch künftig viele Leistungen für ihre natürliche Schönheit auf hohem Niveau anzubieten.“



ZENTRUM FÜR POSTBARIATRISCHE CHIRURGIE UND ÄSTHETIK

SCHLOSS
HEILIGENBERG

Auf dem Heiligenberg 8
64342 Jugenheim
Telefon +49 (0) 6257 9990560
aesthetik-heiligenberg.de

Eine Einrichtung der
Spezialklinik Jugenheim



...BEVOR DAS HERZ BRICHT

Dr. med. Martin Ruch über die Möglichkeiten zur Früherkennung von arterieller Verschlusskrankung

In 50 Prozent der Fälle ist ein Herzinfarkt die Manifestation von Durchblutungsstörungen; leider oft mit fatalen Folgen – die sogenannte Arterielle Verschlusskrankung (AVK) ist eine Volkskrankung.

Betroffen sein kann jeder: Genetische Veranlagung in der Familie, die entsprechende Vorgeschichte, erhöhte Blutfettwerte, weitere Risikofaktoren wie Bewegungsmangel, Rauchen, hoher Blutdruck, Diabetes, Depression und Rheuma führen dazu. Noch immer enden sehr viele Herzinfarkte tödlich, bevor der Patient überhaupt eine Klinik erreicht. Sehr viele Herzinfarkte schädigen das Herz so stark, dass der Patient

danach nicht mehr seine Aufgaben im Beruf wahrnehmen und auch am vorherigen gesellschaftlichen Leben nicht mehr teilnehmen kann. Dies kann vermieden werden.

**Gesünder leben:
Kann ein „Herz brechen“?**

Dr. Ruch: Es kann! Durch die akute Verstopfung einer Herzkranzarterie – sei es durch einen Thrombus oder das langsame Zuwachsen der Blutversorgung des Herzmuskels – kann dieser so stark geschädigt werden, dass er abstirbt und seine Pumpleistung nicht mehr erbringt. Dann ist das Herz nicht mehr in der Lage den Kreislauf aufrechtzuerhalten. In

akuten Situationen kann es durch massive Herzrhythmusstörungen soweit kommen, dass der Herzmuskel nicht mehr pumpt, sondern nur noch „fibriilliert“, dann erlischt die Blutversorgung für den Körper und das Gehirn. Das Herz steht still.

Kann dies plötzlich geschehen oder gibt es vorwarnende Ereignisse?

Dr. Ruch: Jeder kennt diese Ereignisse aus dem eigenen Bekanntenkreis – selbst bei denjenigen, die intensiv Sport treiben, kommen solche plötzlichen Schicksalsschläge aus heiterem Himmel. Wenn man dann in die Geschichte des Patienten hineingeht, findet sich bisweilen doch die eine oder andere Vorwarnung. Sehr häufig gibt es aber überhaupt keine Hinweise.

Was kann ich dagegen tun, damit mich ein solches Schicksal nicht ereilt?

Dr. Ruch (lacht): Schnellstens aufhören zu rauchen! Nein, im Ernst: Durch Vorsorgemedizin! Es gibt heutzutage Möglichkeiten auch beim sogenannten „Gesunden“ ohne Katheterinterventionen die Herzkranzgefäße sehr präzise darzustellen und genau zu sehen, ob

bereits Verkalkungen vorhanden sind. Viel gefährlicher allerdings sind die sogenannten „Soft Plaques“: dies sind Einengungen der Herzkranzgefäße, welche die Vorstufe von Verkalkungen darstellen, eine sehr aggressive Oberfläche besitzen und kleine Blutgerinnsel „fangen“ können. Diese sind dann verantwortlich für einen akuten Herzinfarkt, weil sie sofort ohne Vorwarnung ein Herzkranzgefäß verstopfen. Der nachgeschaltete Muskel hat danach überhaupt keine Chance mehr, sich seine Blutversorgung von irgendwo anders kompensatorisch herzuholen und stirbt ab.

Welche Verfahren gibt es da?

Dr. Ruch: Seit der Entwicklung schneller Computertomographen, welche das Herz in 1 bis 5 Sekunden komplett abbilden, ist man schnell genug, um die Pulsation des Herzens auszugleichen. Über eine Vene wird Kontrastmittel verabreicht; die Herzkranzgefäße stellen sich dar. Dies kann dreidimensional in einer



Dr. med. Martin Ruch

1959 in Freiburg/Breisgau geboren, aufgewachsen in Schönau/Schw.

Studium Humanmedizin/Philosophie

Student/Internship Anästhesie Mayo-Hospital, Rochester (USA)

Postdoc, Max-Planck-Institut Immunbiologie Freiburg (Prof v.Kleist)

Innere Medizin und Interventionelle Radiologie, Hochrheinklinik Bad Säckingen – Schwerpunktambulanz für Herz- und Gefäßerkrankungen

Gefäßchirurgie, Uniklinik Ulm, Radiologie, Universitätsklinik Basel und Straßburg

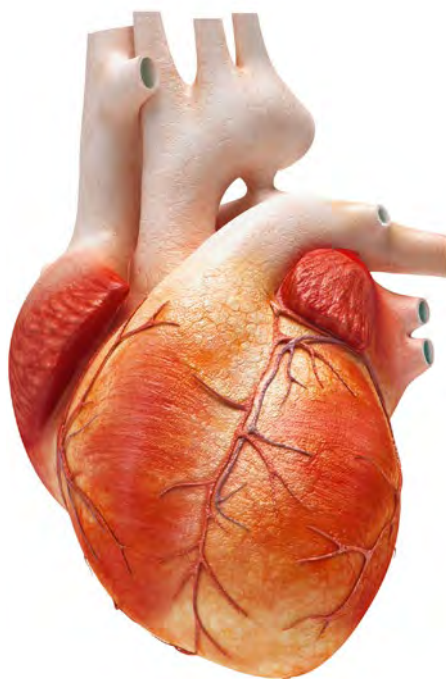
Medical Imaging, Addenbrookes Hospital, Cambridge, Prof. Adrian Dixon (England)

Rijkshospital Oslo, Prof. Frode Laerum (Norwegen)

99/2001 Consultant, The Bartholomew and Royal London Hospital

01/07 Barking Havering and Redbridge Teaching Hospital Trust Essex für Interventionelle Radiologie und Tumour Imaging

2009 gründete er mit den Kollegen Oehm und Jennert das MVZ Rhein-Main-Zentrum für Diagnostik in Weiterstadt



Computersimulation nachberechnet werden. So erhalten wir dann Aufnahmen der Herzkranzgefäße, die es sogar ermöglichen durch diese Herzkranzgefäße „hindurchzufliegen“.

Diese Methode hat auch den Vorteil, dass man die Art der Einengung oder Erkrankung der Herzkranzgefäße besser beurteilen kann als mit Katheterverfahren; dort sieht man ja lediglich die Einengung für den Fluss des Kontrastmittels, nicht aber die Wandbeschaffenheit der Arterie selbst. Nur mit der hier beschriebenen Methode ist dies möglich – die Unterscheidung von Kalk und den viel gefährlicheren „Soft Plaques“.

Das ist doch eine Methode mit Strahlenbelastung?

Dr. Ruch: Es war früher sicherlich eine hohe Strahlenbelastung, die etwa bei der Strahlenbelastung lag, mit der Kardiologen ihre Katheteruntersuchungen durchführen. Dies ist mittlerweile durch die fortschrittliche Technik derart reduziert, dass wir inzwischen bei Strahlenbelastungen von 1 bis 1,2 mSV „gelandet“ sind. Dies liegt weit unter dem, was in der normalen Katheter-Angiographie an Strahlen appliziert wird. Somit ist diese Methode vertretbar (ein Raucher, welcher 20 Zigaretten pro Tag raucht, „appliziert“ seiner Lunge etwa 118 mSV im Jahr).

Wie geht eine solche Untersuchung vor sich?

Dr. Ruch: Sie geht eigentlich so vor sich wie jede Computertomographie der Lunge etc. Der Patient sollte nüchtern sein, wir brauchen etwa eine Stunde, weil der Patient vorher etwas zur Ruhe kommen sollte. Der eigentliche Scan geht knapp 5 Sekunden, danach sind wir bereits in der Lage mitzuteilen, ob eine relevante Erkrankung der Herzkranzgefäße vor-

liegt. In unserer Gruppe diskutieren wir Aufnahmen mit einem Kardiologen. In einem Abschlussgespräch wird der endgültige Befund dann mit dem Patienten besprochen – es geht ja schließlich um eine relevante Diagnose.

Wir halten es je nach Ergebnis für wichtig, den Patienten nicht einfach mit seiner Herzerkrankung dann „sitzen zu lassen“; es ist wichtig, danach therapeutische Konzepte ggf. auch an einem eigens hierfür optimierten Institut zur Weiterbehandlung zu erstellen. Sehr oft reicht es allerdings, dem Patienten Tipps für eine bessere Lebensführung zu geben.

Die da wären?

Dr. Ruch: Rauchen, Ernährung, das übliche... nein, das muss auf den jeweiligen Klienten/Patienten angepasst werden, und kann sich nicht in Allgemeinplätzen erschöpfen. Manchmal benötigt der Patient ein individuell zusammengestelltes und auf seine beruflichen Ansprüche zurechtgeschnittenes Trainingsprogramm, bisweilen auch eine ständige Motivation, etwas an seinen Lebensumständen zu ändern. Oftmals macht es auch Sinn, Medikamente zu verabreichen. Dies geschieht an unserem Institut in enger Zusammenarbeit mit kardiologischen Kollegen, Ernährungsberatern, Personal Trainern und Sportwissenschaftlern...

Welche Methoden gibt es noch?

Dr. Ruch: Unter anderem den 3-Tesla-Kernspintomographen – die Kraft eines Magneten wird in „Tesla“ gemessen – ein 3-Tesla-Gerät hat etwa die 80.000-fache Kraft des Magnetfeldes der Erde, die 1,5-Tesla-Kernspingeräte etwa das 40.000fache.



MVZ RHEIN-MAIN-ZENTRUM FÜR DIAGNOSTIK

DieRadiologen

Fachärzte für Diagnostische Radiologie

Dr. med. Heike Jennert

Dr. med. Stefan Oehm

Dr. med. Martin Ruch PhD MBA

Sondernummer für Privatsprechstunde,
Vorsorgemedizin, Früherkennung und
Sportmedizin:

Fon 0 61 51. 78 04-100

MVZ Rhein-Main-Zentrum für Diagnostik GmbH

Die Radiologen

Gutenbergstraße 23 (neben Loop 5)

64331 Weiterstadt

Fon 0 61 51. 78 04-0

Fax 0 61 51. 78 04-200

www.dieradiologen-da.de

info@dieradiologen-da.de

GELENKSCHMERZEN? NUR NICHT SAUER WERDEN

Basische Ernährung und gezielte Bewegung können Beschwerden lindern

(DJD). Man wacht morgens auf und spürt es sofort: Die Hüfte schmerzt, es zieht im Knie – und das, obwohl keine Verletzung oder Überlastung vorliegt. Tagsüber wird es auch nicht viel besser, das Treppensteigen fällt schwer und Spaziergänge sind wenig vergnüglich. Die Suche nach einer Ursache bleibt oft erfolglos. Doch was, wenn der Grund gar nicht in den Gelenken selbst liegt? Ein möglicher Auslöser, den viele nicht auf dem Schirm haben, ist eine Übersäuerung des Körpers.

Übersäuerung kann Schmerzen fördern

Das richtige Verhältnis von Säuren und Basen spielt eine zentrale Rolle für den Stoffwechsel. „Ein aus dem Gleichgewicht geratener Säure-Basen-Haushalt kann unser gesamtes Befinden beeinträchtigen“, erklärt die Heilpraktikerin Anna Cnyrim. Hellhörig werde sie bei Patienten mit Muskel- und Gelenksbeschwerden ohne klare Ursache. Säuren entstehen als Nebenprodukte von Stoffwechselprozessen und müssen vom Körper ständig neutralisiert werden. Eine dauerhaft hohe Säurebelastung, etwa durch ungesunde Ernährung,



Fitte Gelenke: Wer das Leben aktiv und schmerzfrei genießen möchte, sollte auf die richtige Ernährung und moderate Bewegung achten.

Foto: DJD/Basica/Prostock-studio - stock.adobe.com

kann problematisch sein. Mehr dazu auch unter www.basica.com.

Untersuchungen zeigen, dass ein Teil der überschüssigen Säuren im Bindegewebe gespeichert wird – worauf unsere Schmerzrezeptoren mit erhöhter Aktivität reagieren. Und das kann sich in schmerzenden Gelenken äußern.

Pflanzenbetonte Kost und Mineralstoffe

Um die Beschwerden zu bekämpfen, setzt man daher am besten an zwei Punkten an: mehr bewegen und nicht sauer werden. Doch „viele Menschen vermeiden körperliche Aktivität, gerade wenn die Beschwerden danach vermehrt auftreten“, so Cnyrim. Ebenfalls wichtig und für Schmerzgeplagte oft einfacher umzusetzen: eine pflanzenbetonte Ernährung sowie eine Nahrungsergänzung mit basischen Mineralstoffen wie Basica Pur oder Basica Direkt aus der Apotheke. Diese unterstützen die Säure-Basen-Balance zusätzlich und können Gelenkschmerzen lindern. Dann fällt auch empfohlener Sport wie Walken, Schwimmen, Fitness oder Radfahren wieder leichter.

Ernährungstipps für mehr Balance

Um einen Säureüberschuss im Körper auszugleichen, ist eine basische Kost empfehlenswert. Entsprechende Lebensmittel sind beispielsweise:

- Getränke: Mineralwasser, Gemüsesäfte, Kräutertee, Kaffee, Espresso
- Obst: Bananen, Aprikosen, Kiwi, Schwarze Johannisbeeren, Zitronen
- Gemüse: Spinat, Fenchel, Grünkohl, Kohlrabi, Karotten, Sellerie
- Salat: Radicchio, Rucola, Sprossen, Blattsalat

Säurebildend sind hingegen Fleisch und Wurstwaren, Milchprodukte und Getreideprodukte – sie sollten daher weniger häufig konsumiert werden.

WIR BRINGEN SIE WIEDER AUF DIE BEINE.

Orthopädische
Anschlussheilbehandlung
und Rehabilitation

Ambulante
Reha



Weitere
Informationen

Lindenstraße 12 · 64665 Alsbach-Hähnlein · Tel.: (0 62 57) 501-0
empfang.alsbach@asklepios.com · www.asklepios.com/alsbach



ASKLEPIOS
HIRSCHPARK KLINIK

KARRIERE MIT PERSPEKTIVE AM ELISABETHENSTIFT DARMSTADT

Ein Gesundheitscampus mit breitem medizinischem Leistungsspektrum

Das Angebot an Ausbildungsstellen am AGAPLESION ELISABETHENSTIFT, das zu einem der größten Gesundheitskonzerne Deutschlands mit über 22.000 Mitarbeitenden gehört, ist vielfältig: Pflegefachkraft mit Schwerpunkt stationäre Akutpflege, Pflegefachkraft mit Schwerpunkt stationäre Akutpflege (Bachelor of Science), Gesundheits- und Krankenpflegehelfer:in, Operationstechnische:r Assistent:in, Anästhesietechnische:r Assistent:in, Medizinische:r Fachangestellte:r, Pflegefachkraft mit Schwerpunkt stationäre Langzeitpflege (Altenpflege, Altenhilfe), Altenpflegehelfer:in.

Das E-Stift bietet den Mitarbeitenden gute Übernahme- und Karrieremöglichkeiten, denn hier wird vor allem auf Fach- und Führungskräfte aus den eigenen Reihen gesetzt. So können z.B. eine Fachweiterbildung im Bereich Intensiv- und Anästhesiepflege, OP-Pflege, onkologische Pflege oder psychiatrische Pflege angestrebt werden. Darüber hinaus wird die Zusatzqualifikation „Palliative Care“ angeboten. Auch Assistenzärzt:innen können in den verschiedenen medizinischen Fachbereichen ausgebildet werden. Zu den Ausschreibungen und der Online-Bewerbung geht es hier: www.agaplesion-elisabethenstift.de

Vorteile für Mitarbeiter:innen sind Gesundheitsförderung und Firmenfitness (EGYM Wellpass mit zahlreichen Sportangeboten deutschlandweit) sowie ein vergünstigtes Jobticket und BusinessBike



Dienstfahrrad-Leasing. Die Vergütung erfolgt nach dem Tarif der Diakonie Hessen. Zusatzleistungen sind Schichtzulagen und Zeitzuschläge, Jahressonderzahlung und eine zusätzliche Altersvorsorge. Das E-Stift liegt ca. 10 Gehminuten von der Darmstädter Innenstadt entfernt, im Grünen – an der Mathildenhöhe und ganz in der Nähe vom Woog.

Über das E-Stift: Vor über 20 Jahren war das ELISABETHENSTIFT – ein Haus mit einer über 160 Jahre alten Geschichte – eines der Gründungsmitglieder der AGAPLESION gAG. Der Gesundheitskonzern ist auf Wachstumskurs und entwickelt sich ebenso wie seine über 100 Einrichtungen stetig weiter. Was für die Mitarbeiter:innen auf dem Gesundheitscampus AGAPLESION



Fotos: © Agaplesion Elisabethenstift Darmstadt



ELISABETHENSTIFT wichtig ist: Das Leben der Unternehmenswerte Miteinander, Verantwortung, Ambition, Respekt und Vertrauen, Medizin auf hohem Qualitätsniveau sowie unabhängige Zertifizierungen und das aktive Vorgehen, das Fördern von In-

novationen und die Gestaltung der Zukunft – für die Patientenversorgung in und rund um Darmstadt. Wer hier arbeitet, kann auf ein deutschlandweites Expertennetzwerk zählen, das Mitarbeitenden und Patient:innen zugutekommt.

„Medizin im Dialog“ geht in die nächste Runde: Die Termine im zweiten Halbjahr 2025

Bei den Arztvorträgen können Interessierte einfach vorbeikommen, kostenlos und ohne Voranmeldung. Die Expert:innen informieren in verständlicher Form über medizinische Themen und treten mit Besucher:innen dazu in Dialog.

11. September, 17 Uhr:
Dr. Peters - **Leitsymptom Husten**

23. Oktober, 17 Uhr:
Dr. Pfisterer - **Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht**

30. Oktober, 18 Uhr:
Hr. Hanisch - **Volkskrankheit Hämorrhoidalleiden: Diagnostik und Therapie**

13. November, 17 Uhr:
Prof. Woeste & Dr. Annika Burandt aus der Praxis Nuklearmedizin Darmstadt - **Schilddrüse - Erkrankungen und ihre Therapie**

4. Dezember, 17 Uhr:
Prof. Woeste - **Hernienchirurgie**

Ort
AGAPLESION ELISABETHENSTIFT
Stiftssaal
Stiftstraße 12a (EG der Stiftskirche)
64287 Darmstadt
presse.eke@agaplesion.de

Das AGAPLESION ELISABETHENSTIFT freut sich auf Besucher:innen.



ZÄHNE SAUBER? ABER SICHER!

Gesundheit beginnt dort, wo die Zahnbürste nicht hinkommt

(DJJ). Ein strahlendes Lächeln, das schöne und gepflegte Zähne zeigt, wirkt attraktiv und sympathisch. Es vermittelt Vitalität, Selbstbewusstsein und ein positives Lebensgefühl. Dabei können auch eine kleine Lücke oder ein schräg stehender Eckzahn durchaus charmant sein – solange alles gesund aussieht. Makellose Beißerchen und festes Zahnfleisch sind aber nicht nur für Aussehen und Ausstrahlung wichtig, sondern auch für das körperliche Wohlbefinden. Denn Zahnfleischerkrankungen sind eng mit vielfältigen Gesundheitsproblemen verknüpft.

Zahnpflege für die Allgemeingesundheit
Wissenschaftler gehen davon aus, dass viele Krankheiten mit Entzündungen des Zahnfleisches verbunden sind. Darunter so häufig auftretende Leiden wie Diabetes mellitus oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Umso mehr Wert sollte man auf eine penible Mundhygiene legen. Zähneputzen allein reicht dabei nicht. Denn rund 40 Prozent der Zahnoberflächen werden mit der Zahnbürste nicht erreicht – das gilt vor



Die Zahnzwischenräume sollten ebenso sorgfältig gereinigt werden wie die Zahnflächen.

Foto: DJJ/GumStar/Raphaël Susitna

allem für Zwischenräume. Sie bieten dann den idealen Rückzugsort für Bakterien. Darum heißt es: Die Zähne sind erst sauber, wenn man auch dazwischen putzt.

Langzeitstudie belegt positive Effekte
Speisereste und Plaque zwischen den Zähnen lassen sich mit Zahnseide oder Interdentalbürsten entfernen. Während die Anwendung der Zahnseide manchen Menschen Schwierigkeiten bereitet, sind

Interdentalbürsten und biegsame Interdentalreiniger wie Gum Soft-Picks leichter zu handhaben. Zudem haben diese noch einen positiven Massage-Effekt aufs Zahnfleisch. Eine Langzeitbeobachtung zeigte, dass der Einsatz dieser Interdentalbürsten Zahnfleiscentzündungen und die Beschwerden durch eine bereits vor-

handene chronische Zahnbettentzündung verringerte. Schon nach vier Wochen täglicher Anwendung zeigte sich eine deutliche Verbesserung.

Tipps für mehr Routine beim Zähneputzen

Wie bei jeder neuen Gewohnheit gilt: Am besten einfach anfangen! Zu Beginn mag das Integrieren der Interdentalreinigung vielleicht etwas ungewohnt sein. Aber so gelingt's:

- Interdentalbürste im Badezimmer neben Zahnbürste und Zahnpasta platzieren.

- Die Anwendung in das abendliche Mundhygienieritual (Reinigung der Zahnzwischenräume, Zähneputzen mit Zahnpasta und Zahnbürste, Spülen mit einer Mundspülung) einbauen.

- Zur Verfestigung des Rituals die erfolgte Reinigung in einem Kalender notieren – unter www.sunstargum.com/de-de/ finden sich viele Tipps und ein Kalender zum kostenlosen Download.

- Drei Wochen am Ball bleiben – so lange braucht es, um eine neue Routine zu etablieren. Zur Selbstkontrolle kann auch eine Erinnerungs-App für neue Gewohnheiten unterstützen.

Ästhetische Behandlungen für Erwachsene und Kinder. Für den Alltag. Fürs *Leben!*

Die Behandlung von Erwachsenen ist im Bereich der Kieferorthopädie etwas komplexer als bei jungen Patienten, da hier das Gebiss bereits voll entwickelt und das Kieferwachstum abgeschlossen ist. Dennoch ist es für eine kieferorthopädische Behandlung nie zu spät. Die Herausforderung hierbei ist, die Behandlung in Einklang mit dem Alltag des Patienten zu bringen und sie so individuell zu gestalten, dass die berufliche und private Situation möglichst wenig beeinträchtigt wird.

Dazu gehören insbesondere innovative transparente Kunststoffschienen, weil sie sehr effektiv die Zahnstellung korrigieren und zudem kaum zu sehen sind. Die Schienen sind sehr angenehm zu tragen und brauchen nur eine kurze Eingewöhnungszeit. Zudem ist die Zahnhygiene unkompliziert, da die Korrekturhilfe beim Essen herausgenommen werden kann.



**Fast unsichtbar:
Transparente
Schienen
zur Zahnkorrektur -
angenehm
und effizient**



DR. SCHRÖDER
KIEFERORTHOPÄDIE



DR. KOWALSKI
GRAFENSTRASSE

Kieferorthopädische Gemeinschaftspraxis
Dr. Anja Schröder & Dr. Katharina Kowalski

Grafenstr. 13 · 64283 Darmstadt
Tel. 06151/26900
praxis@schroeder-kowalski.de
www.schroeder-kowalski.de

FRIALTY: GEBRECHLICHKEIT IM ALTER

Jeder weiß es: ab einem gewissen Alter „ist der Lack ab“ – medizinisch gesehen, geht's nach dem ca. 30. Lebensjahr bergab, schleichend, beim Einen mehr, beim Anderen weniger, aber irgendwann merkt's jeder.

Da wäre es – insbesondere aufgrund der veränderten sozialen Gegebenheiten – doch schlau zu wissen, wie man es möglichst verhindern kann: also das ausschalten oder zumindest minimieren, was den Abbau beschleunigt, um wie Luis Trenker mit 80 noch auf Berge klettern zu können. Und auch hier gilt: Vorsorgen ist besser als Heilen (bzw. besser als Reparieren)!

Zur Beurteilung von Frialty gibt es verschiedene Beurteilungsfaktoren, manche nehmen nur die körperlichen Symptome, andere auch die Lebensumstände mit auf. Folgende Punkte sind aber – neben Vorerkrankungen, Gewichtsverlust und Müdigkeit – in allen Scores enthalten:



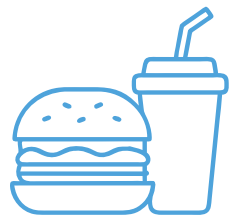
1. Bewegungsmangel

Bewegung ist Leben – das ist bekannt. In einer in JAMA publizierten Studie wurde ein eindeutiger Zusammenhang zwischen Geh-Tempo und Lebenserwartung festgestellt!



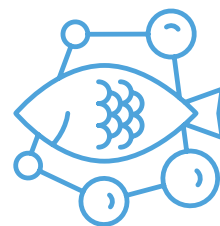
2. Muskelabbau (Sarkopenie)

Steht in Zusammenhang mit dem ersten Punkt, klar: was nicht genutzt wird, baut der Körper ab (trifft übrigens nicht nur auf Muskeln zu, sondern z. B. auch auf das Gehirn!)



3. Nährstoffmangel

Auch logisch: der Körper kann nur gut funktionieren, wenn er alle Bausteine hat: Vitamine, Spurenelemente, Mineralien, Proteine – Zucker gehört nicht dazu (zumindest nicht in der Menge, die lt. Deutscher Gesellschaft für Ernährung für uns gut sein sollen)



4. Proteinmangel

Alles in unserem Körper wird aus Proteinen, also Eiweißen, hergestellt: jede Zelle, jedes Hormon, jedes Enzym. Aktuelle Studien gehen dabei von einem täglichen Proteinbedarf von 1,5 – 2 g pro kg Körpergewicht und Tag aus, bei Untergewicht sogar mehr, eine Höchstmengenbeschränkung gibt es hierbei nicht (allerdings bekommt man nicht endlos viel Protein in sich rein: in Studien konnten die Probanden bis 3,7 g/kg KG/d schaffen).

Übrigens: Diese Zahlen gelten auch für Nierenkranke bis zur Chronischen Niereninsuffizienz Stadium IV. Dazu kommt das, was wir „täglichen Verschleiß“ nennen...

Also: wie wäre es, wenn Sie rechtzeitig anfangen, sich selbst wie Ihr Auto oder Ihr Haustier zu pflegen?

Wir helfen Ihnen gerne dabei – besser spät als nie!



dr. med.
sabine wiesner

fachärztin für
innere medizin
ernährungsmedizin



- Hausärztliche Versorgung
- Internistisches Leistungsspektrum
- Ernährungsmedizin
- Orthomolekulare Medizin
- Gesundheitsförderung
- Präventionsmedizin
- Burn-out-Diagnostik
- Aromatherapie
- Störfeld-Diagnostik
- Raucherentwöhnung
- Patientenschulungen für Diabetiker mit und ohne Insulin
- Schulungen für Patienten mit Asthma und COPD
- Behandlung Borreliose & Koinfektionen





Seniorentag 2025

SA, 6. SEPTEMBER
10.00 - 17.00 UHR

Wissenschafts- und
Kongresszentrum Darmstadt

Foto: © pikselstock - stock.adobe.com

DER SENIORENTAG FEIERT SEIN COMEBACK!

Die beliebte Informationsveranstaltung rund um die Themen älterer Menschen findet endlich wieder statt



Den 6. September von 10 bis 17 Uhr können nun alle rot im Kalender markieren, die schon ungeduldig darauf warten, dass der Seniorentag zum ersten Mal wieder nach der Pandemie seine Pforten im Darmstadtium öffnet. Auf diesen wichtigen Termin arbeitet die Vorsitzende des Seniorenrats Darmstadt Irmgard Klaff-Isselmann gemeinsam mit ihrem engagierten Team nun schon länger hin. Denn der Verein, der dieses Jahr auch sein 50-jähriges Jubiläum begeht, ist traditionell der Ausrichter dieser populären Messe, die insbesondere die Belange der Älteren im Focus hat. Dennoch sehen die Organisatoren mitsamt aller mitwirkenden Aussteller und Akteure den Tag als informatives Event für Jung und Alt. Warum das so ist und sich die Einladung zur Veranstaltung ausdrücklich an alle Generationen richtet, erklärt die Vereinsvorsitzende Irmgard Klaff Isselmann im Interview...

Welche Programm-Highlights haben Sie diesmal nach so langer Pause geplant?

Irmgard Klaff-Isselmann: Erst einmal sind wir voller Vorfreude über unser ‚Comeback‘ und froh, dass wir dieses Jahr endlich wieder loslegen können. Entsprechend gut sind wir aufgestellt, was unsere Vorbereitung für diese große Messeveranstaltung, die übrigens keinen Eintritt kostet, betrifft! Denn wir nehmen das ganze Darmstadtium in Beschlag mit breitgefächerten Informationsangeboten aus den unterschiedlichsten Bereichen.

Gibt bei Ihrer Arbeit für den Verein und im Hinblick auf den Seniorentag Aspekte, die Ihres Erachtens viel mehr in den Fokus rücken müssten und Ihnen unter den Nägeln brennen?

Irmgard Klaff-Isselmann: Mich beschäftigt besonders der Umstand, dass in unserer Gesellschaft das Älterwerden vor allem innerhalb von Familien eigentlich viel zu wenig thematisiert wird. Jeder möchte zwar möglichst alt werden, doch im Grunde will sich niemand intensiv mit Fragen beschäftigen, die damit zu tun haben. Das heißt, die allermeisten sehen am liebsten lediglich die schönen, sorgenfreien Seiten des Lebens und blenden dabei aber gerne schwierige Aspekte aus, die eben im fortgeschrittenen Alter oft auch dazu gehören.

Welche Botschaft ist Ihnen in diesem Zusammenhang wichtig?

Irmgard Klaff-Isselmann: Wir müssen damit umgehen lernen, dass es im Alter eben auch schwierige Situationen gibt. So sehen wir es als eine unserer zentralen Aufgaben bei unserer Arbeit, diese Problematik in die Familien hineinzutragen und dafür ein Bewusstsein zu schaffen. Zudem ist es uns ein Herzensanliegen, all jenen, die im Alter allein leben, zu vermitteln, dass es für jeden gute Hilfestellungen gibt.

Sie haben bei ihrem Engagement für Senioren also nicht nur die Älteren im Blick...

Irmgard Klaff-Isselmann: Angehörige, die örtlich greifbar sind, mit einzubinden ist ungeheuer wichtig. Denn das Älterwerden und alle Themen, die dann im letzten Lebensabschnitt relevanter werden, sollten am besten von möglichst vielen Angehörigen einer Familie und nicht nur von den betroffenen Senioren getragen werden. Wenn es dann drauf ankommt, sind dann idealerweise viele im Boot und können Unterstützung leisten - in welcher Form auch immer.

So sollte es also gleichermaßen für Jung und Alt gelten, sich schlau zu machen über die vielen Themen rund ums Älterwerden. Inwieweit kann der Seniorentag hier Inte-

ressierte aus jeder Generation ansprechen und an die Hand nehmen?

Irmgard Klaff-Isselmann: Zum einen ist die Stadt Darmstadt als wichtiger Aussteller vertreten und informiert dabei über eine Vielzahl von Hilfestellungen – insbesondere was die Finanzierbarkeit des Alters für weniger Betuchte betrifft. Zudem kann man bei dieser Adresse viel erfahren über die Unterbringung in unterschiedlichen Einrichtungen und die damit verbundenen Kosten. Ebenfalls vor Ort ist auch der Pflegestützpunkt der Stadt und die städtische Seniorenberatungsstelle, wo alles Wichtige zum Thema für die Besucher beantwortet wird. Und schließlich besteht hier auch die Gelegenheit, Einblick zu nehmen in das breit gefächerte Seniorenprogramm der Stadt mit zahlreichen unterschiedlichen Aktivitäts- und Freizeit-Angeboten. Dabei geht es vor allem um die angenehmen Seiten des Ruhestandes.

Was kann man auf der Messe konkret über die jeweiligen Pflegeformen erfahren?

Irmgard Klaff-Isselmann: Im Darmstadtium werden sowohl Ansprechpartner verschiedener stationärer Pflegeeinrichtungen als auch Vertreter ambulanter Dienste anwesend sein, um Fragen zu beantworten. Denn gerade beim Thema ‚Pflegestufen‘ oder der Problematik, Pflege konkret zu

organisieren, gibt es bei den meisten Informationsdefizite. In diesen Bereich gehören im Grunde genauso gesundheitliche Fragen, die etwa die Motorik im Alter betreffen. So haben wir beispielsweise fußorthopädische Experten und Vertreter wichtiger heimischer Sanitätshäuser eingeladen, die dann auf der Messe ausführlich Auskunft über ihr Handwerk und ihre speziellen Produkte geben können.

Gibt es weitere Aspekte, die am Seniorentag besonders in den Vordergrund gerückt werden?

Irmgard Klaff-Isselmann: Wir greifen diesmal bewusst das Thema ‚Tod und Sterben‘ auf, das ja eigentlich zum Leben dazu gehört. Deshalb zählen diesmal auch Bestattungsunternehmen zu den Ausstellern. Mit einem solchen niederschweligen ‚Angebot‘ zu diesem schweren Thema wollen wir es Besuchern leichter machen, sich gewissermaßen ‚im Vorbeigehen‘ einfach mal bei anwesenden Vertretern der Branche zu informieren. Denn normalerweise würde man ja nicht ohne konkreten Anlass ein Beerdigungsinstitut aufsuchen, um allgemeine Fakten rund die Organisation einer Beisetzung zu erfragen.

Das Älterwerden soll beim Seniorentag aber sicherlich nicht nur von existentiellen Fragen dominiert werden....

Irmgard Klaff-Isselmann: Nein ganz und gar nicht! Die positiven Dinge, die das Leben im Alter verschönern können, sind ist uns mindestens genauso wichtig. Entsprechend abwechslungsreich und vielseitig ist die bunte Mischung aus Informationsveranstaltungen und Aktivitätsangeboten. Nicht zu vergessen auch die Kulinarik. Hier kann ich vor allem unser schönes Café zum Ausruhen und Pausieren empfehlen.



Irmgard Klaff-Isselmann

Was können Besucher konkret erleben an diesem Tag?

Irmgard Klaff-Isselmann: Wie groß hier die Auswahl an Angeboten ist, kann jeder ausgiebig im Programmheft zur Messe studieren, das im August erscheint und überall – so auch in unserem Verein und bei der Stadt – ausliegt beziehungsweise online verfügbar ist. Diese Broschüre gibt einen guten Einblick in die gesamte Bandbreite an Themen, die an diesem Tag in gebündelter Form im Darmstadter präsentiert werden. Dazu gehören beispielsweise ein Chorworkshop mit Mitsing-Option, eine Infoaktion zu Thema Stromeinspar-Möglichkeiten oder interessante Vorträge, die etwa Vorsorgefragen oder Medizinisches behandeln. Zum ersten Mal dabei ist diesmal auch die Polizei. Sie bietet als Mitmachaktion ein Rollator-Training an und Bewegungsfans können sich außerdem bei angeleitetem Outdoor-Walking ausprobieren. Als ‚Special‘ wird zudem ein sogenannter ‚Altersanzug‘ präsentiert, den jeder ausprobieren kann. Beschwerden des Alters werden hier realistisch simuliert und können sprichwörtlich hautnah erlebt werden....

Gibt es noch weitere interessante Initiativen, die sich mit ‚Mobilität‘ im Alter beschäftigen?

Irmgard Klaff-Isselmann: Und ob! Wir stellen auch den Verein ‚Radeln ohne Alter‘ vor. Das ist eine ehrenamtliche Gruppierung, die es mittlerweile in allen Stadtteilen gibt und es Senioren ermöglicht, mit Rikschas herumkutschert zu werden und so schöne Ausflüge zu machen, ohne dass es körperlich anstrengend wird. Eines dieser Gefährte ist sogar ausgestattet für Rollstuhlfahrer, die so samt ihres Rollis mitgenommen werden können.

Nun gibt es für den Verein dieses Jahr noch einen weiteren Grund zu feiern...

Irmgard Klaff-Isselmann: Genau. Der Darmstädter Seniorenrat darf sich über sein 50-jähriges Bestehen freuen. Dabei hatte sich unsere Initiative schon zu Beginn den noch heute geltenden Leitsatz „Wir reden nicht nur darüber, was man für Senioren tun könnte, sondern wir machen etwas“ auf die Fahnen geschrieben. So organisierte der Verein bereits in seiner Anfangszeit einen Besuchsdienst für Menschen, die einsam in stationären Einrichtungen lebten und wenig soziale Kontakte hatten. Und damals hatten Altenheime noch einen völlig anderen Standard als heute. Zudem gehört fest zu unserer DNA der beliebte Veranstaltungskalender mit seinen unzähligen Tipps zur Freizeitgestaltung. Das Ziel dabei: Ältere Menschen sollen animiert werden, teilzuhaben an Ausflügen, Kultur-Veranstaltungen, Sportaktivitäten oder anderen reizvollen Aktionen. Weitere wichtige Säulen unserer Arbeit sind zudem das stark frequentierte Internetcafé als bewährter Anlaufpunkte für alle ungeklärten Fragen rund um Computer & Co sowie die regelmäßige Auszeichnung von senioren-

freundlichen Betrieben durch unseren Verein.

Inwiefern werden Sie den runden Geburtstag Ihrer Initiative auch auf der Messe sichtbar machen?

Irmgard Klaff-Isselmann: Feiern werden wir unser Jubiläum im klassischen Sinne nicht – wir wollen uns nicht zu sehr in den Mittelpunkt rücken. Doch wir werden den großen Rahmen nutzen, um unsere Arbeit vorzustellen und auch dafür zu werben. Bei dieser Gelegenheit würden wir uns freuen, sowohl neue Mitglieder als auch neue mitmachende Aktive zu gewinnen.

Es bleibt also weiterhin viel zu tun in der Seniorenarbeit ... Welche Themen sind dabei Ihres Erachtens die dringlichsten, die es in Zukunft anzupacken gilt?

Irmgard Klaff-Isselmann: Ich würde mir sehr wünschen, dass Pflege irgendwie bezahlbar bleibt und die Kosten nicht weiter explodieren. Das ist mir ein sehr großes Anliegen. Es muss einfach möglich sein, alt zu werden in dem Bewusstsein, sich das Alter auch leisten können und dabei nicht bedürftig zu werden. Es kann nicht sein, dass Senioren nicht mehr in der Lage sind, mittels ihrer Rente oder sonstiger Einkünfte ihre Bedürfnisse und ihren Alltag selbstständig zu finanzieren und dadurch ihre Lebensleistung eigentlich nicht gewürdigt wird. Hier muss sich dringend etwas verändern – auch angesichts der vielen Babyboomer, die jetzt nach und nach in den Ruhestand gehen.

**SENIORENRAT
DARMSTADT**

**Immobilienverkauf -
einfach mit uns!**

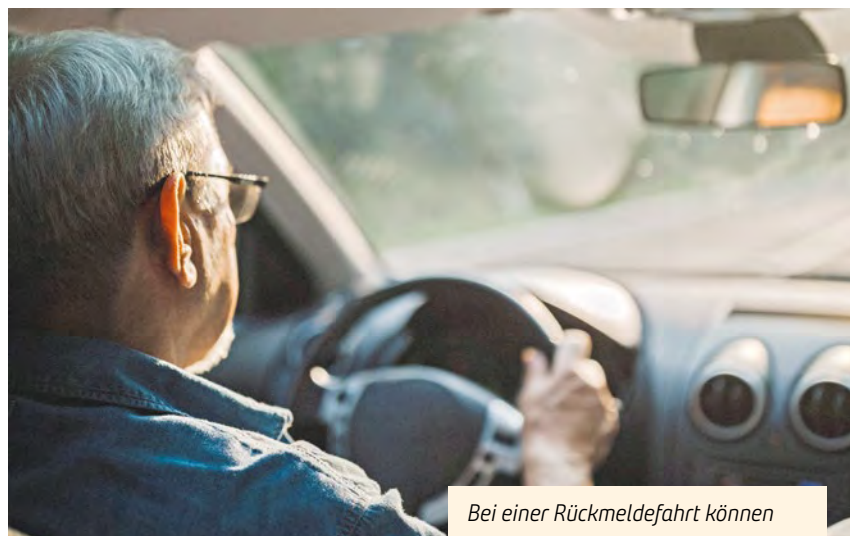
S
Sparkasse
Darmstadt

NOCH FIT FÜRS FAHREN?

Im höheren Alter sind freiwillige Gesundheits- und Leistungschecks sinnvoll

(DJD). Die Alterung der Gesellschaft zeigt sich auch im Straßenverkehr: So waren 2023 laut Kraftfahrt-Bundesamt 25 Prozent der Autofahrenden 65 Jahre und älter. Doch leider lässt mit den Jahren oft die Fahrtüchtigkeit nach. Das sehen einer Umfrage des TÜV-Verbands zufolge auch 85 Prozent der Bundesbürger so, 90 Prozent würden ihren Führerschein bei Problemen freiwillig abgeben. Allerdings möchten umgekehrt

88 Prozent über die eigene Mobilität möglichst lange selbst entscheiden. Um dieses Ziel zu erreichen, sind etwa die freiwilligen, vertraulichen Fahrtauglichkeits-Checks von TÜV Hessen eine gute Option – mehr unter www.tuev-hessen.de. Die standardisierten Leistungstests und Rückmeldefahrten können für mehr Sicherheit sorgen und helfen, die Mobilität mit dem eigenen PKW länger zu erhalten.



Bei einer Rückmeldefahrt können ältere Menschen ihre Fahrtauglichkeit prüfen lassen und wertvolle Hinweise bekommen.

Foto: DJD/TÜV-Hessen/Getty Images/Marko Pekic

DER MENSCH STEHT IM MITTELPUNKT

Pflegedienst Hessen-Süd bietet seit über 25 Jahren alles aus einer Hand



Foto: © Robert Kneschke - stock.adobe.com

Der Pflegedienst Hessen-Süd Janssen GmbH bietet Maximalversorgung zu so vielen Dienstleistungen wie möglich. Nach dem Motto „Alles aus einer Hand“ wird auf möglichst leichtem Weg eine Fülle von Unterstützungen angeboten, die weit über das übliche Maß von Pflegediensten hinausgehen. Dabei steht immer der Mensch im Mittelpunkt!

Zuverlässigkeit, Transparenz und hohe Fachlichkeit zeichnet den Pflegedienst

Hessen-Süd Janssen GmbH ebenso aus, wie ein respektvoller und wertschätzender Umgang mit Mitarbeitern und Kunden. Seit 1996 werden in Darmstadt und Umgebung Menschen dabei unterstützt, ihr Leben im eigenen Zuhause so angenehm wie möglich zu gestalten. Die Mitarbeiter des Pflegedienstes Hessen-Süd kümmern sich täglich liebevoll um die zu pflegenden Personen. Die Betroffenen können sich auf eine optimale medizinische Versorgung und eine individuelle Betreuung verlassen.

Jedem Betroffenen wird so viel Aufmerksamkeit und Zeit für Pflege eingeräumt wie notwendig. Geboten werden genau die Entlastungen, die benötigt werden und alle notwendigen Hilfen wenn es darum geht, trotz körperlicher Einschränkungen zu Hause leben zu können. Denn „zu Hause ist es bekanntlich doch am schönsten.“

Nach dem Motto „Alles aus einer Hand“ wird eine Fülle von Unterstützungen angeboten, die weit über das übliche Maß von Pflegediensten hinausgehen. Kranken- und Altenpflege, Behandlungspflege, Intensivpflege, Beatmung zuhause, pflegerische Betreuungsleistung, Verhinderungspflege, Familienpflege, Hausnotruf, Mobiler Friseurdienst, Beratungseinsatz nach §37 SGB XI und Pflegeberatung nach §45 SGB XI und vieles mehr.

Wer bei der ambulanten Pflege auf einen kompetenten und zuverlässigen Partner bauen möchte, dem steht der Pflegedienst Hessen-Süd mit Erfahrung und Zuverlässigkeit zur Seite, denn wer von einer Pflegesituation betroffen ist, dem stellen sich eine Vielzahl von Fragen. Es fängt damit an, ob die bestehende Situation überhaupt

eine Voraussetzung für den Anspruch an die Pflegekasse darstellt. Wie kann man das einschätzen? Dann geht es um die ersten notwendigen Schritte. Wo wende ich mich hin? Wie beantrage ich einen Pflegegrad? Was bedeuten die Begriffe „Sachleistung“ oder „Geldleistung“? Welche Hilfsangebote und Hilfsmittel gibt es? Welche Institutionen können mir helfen?

Diese und ganz viele andere Fragen stürmen auf pflegebedürftige Personen und ihre Angehörigen ein. Hier hilft der Pflegedienst Hessen-Süd mit Rat und Tat, berät zu Hause und informiert über die Möglichkeiten. In der Regel übernimmt die Kosten dieser Beratung die zuständige Pflegekasse.

Vereinbaren Sie am besten noch heute einen Termin mit uns. Telefonisch erreichen Sie uns unter der Telefonnummer 06151-969 770. Sie wollen sich weiter über uns informieren? Besuchen Sie uns auf unserer Internetseite: www.pflegedienst-hessen-sued.de

seit 1996



Pflegedienst Hessen-Süd

immer in Ihrer Nähe

Zuhause ist es doch am schönsten!

- Hausnotruf • Demenzbetreuung
- Kranken- und Altenpflege • Beratung • u.v.m.

Alles
aus einer
Hand!

Pflegedienst Hessen-Süd Janssen GmbH

Eschollbrücker Str. 26 · 64295 Darmstadt · Tel: 06151 969 770

www.pflegedienst-hessen-sued.de

GROSSE NACHFRAGE – NEUE PERSPEKTIVEN FÜR DAS „JUNGE RESIDENZWOHNEN“

Wohnen mit Stil, Komfort und Weitblick

Das Interesse am „Jungen Seniorenwohnen“ im Gelben Haus in Bad König ist weiterhin ungebrochen – beinahe täglich erreichen uns neue Anfragen. Aktuell sind dort jedoch alle Appartements belegt – die Warteliste wächst kontinuierlich.

Umso mehr freuen wir uns, Ihnen jetzt eine attraktive Alternative direkt gegenüber anbieten zu können: In der Residenz & Hotel „Am Kurpark“ stehen ab sofort wenige stilvolle 2-Zimmer-Dachgeschoss-Appartements im Rahmen unseres Wohnkonzepts „Junges Residenzwohnen“ zur Verfügung. Dieses Angebot richtet sich an Menschen ab 65 Jahren, die ihre Unabhängigkeit schätzen, mit Weitblick für die Zukunft planen und bei Bedarf gerne auf die Annehmlichkeiten des Residenzlebens zurückgreifen möchten.

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- helle, barrierearme Appartements mit herrlichem Fernblick
- ruhige Lage direkt am Kurpark - stilvolles Ambiente inklusive
- vielfältige Wahlleistungen aus dem Residenzangebot – individuell buchbar
- attraktive Konditionen für ein begrenztes Kontingent

Was Sie heute entscheiden, gestaltet Ihr Morgen. Nutzen Sie diese besondere Gelegenheit für ein selbstbestimmtes Leben mit der Sicherheit, bei Bedarf bestens versorgt zu sein – in einem Umfeld, das Komfort, Gemeinschaft und Fürsorge vereint. Wenn Sie heute schon an morgen denken – und Wert auf ein hochwertiges Wohnumfeld mit flexiblen Unterstützungsleistungen legen, informieren wir Sie gerne persönlich.

Lernen Sie bei dieser Gelegenheit auch unser hauseigenes Restaurant & Hotel „Parkblick“ kennen – bei Kaffee und Kuchen oder einem Mittagsmenü. Oder nutzen Sie unser Hotelangebot, um einen ersten Einblick in das Residenzleben zu gewinnen.

Kontakt und Informationen:

Telefon 06063 9594-0

www.senioren-wohnekonzepte.de

Weil gutes Wohnen im Alter mit klugen Entscheidungen beginnt.



Junges Residenzwohnen – alles kann, nichts muss!

RESIDENZ & HOTEL
„AM KURPARK“
BAD KÖNIG



Werkstraße 27
64732 Bad König

Tel.: 06063 9594-0

info@seniorenresidenz-badkoenig.de

www.senioren-wohnekonzepte.de



Sabina Hasanagic Schanz
Heilpraktikerin / F. X. Mayr-Therapeutin

Seniorentag 06.09.2025

Vortrag im Darmstadtium Uhr 11.00

Akupunktur bei Augenleiden

naturheilkundliche Behandlung bei
Augenerkrankungen wie Makuladegeneration,
Alters-Weitsichtigkeit, Glaukom u.a.

Praxis für Naturheilkunde

Rheinstrasse 7 • 64283 Darmstadt • www.hasanagic.de
Tel.: 0 61 51-21 000 • Fax: 0 61 51-21 024 • praxis@hasanagic.de



Akupunktur bei Augenleiden

Seit 2005 führe ich in meiner Praxis eine Akupunkturmethode zur Behandlung von Augenerkrankungen durch. Innerhalb der letzten Jahre wurden Patienten mit Augenleiden aller Art erfolgreich mit der Augen-Akupunktur nach Boel behandelt.

Zu den häufigsten Fällen, die heute mit Augen-Akupunktur behandelt werden, gehören Altersweitsichtigkeit, Macula Degeneration (Durchblutungsstörungen im Auge), Grüner Star/Glaukom, Grauer Star im Anfangsstadium, Augenleiden verursacht durch Diabetes, Netzhauterkrankungen, Thrombosen am Auge oder Augeninfarkt sowie Retinitis Pigmentosa.

Dabei können zwar nicht alle Augenleiden vollständig geheilt werden, einige können jedoch stark gelindert, oder ein Fortschreiten der Erkrankung verlangsamt werden. Die Augen-Akupunktur ist eine sinnvolle Ergänzung und Alternative zur klassischen schulmedizinischen Augenbehandlung bei ihrem Augenarzt. Dabei werden spezielle Augen-Akupunkturpunkte am Körper genadelt. Am Auge direkt, bzw. in das Auge hinein findet keine Therapie statt.

Jeder Mensch spricht unterschiedlich gut auf Akupunktur an. Bei manchen Patienten werden schon

innerhalb von 5 bis 10 Sitzungen große Erfolge erreicht, bei manchen dauert es mehrere Monate, oder länger. Etwa 10 % der Patienten sind resistent gegen jegliche Akupunkturbehandlung, das heißt, diesen Patienten kann bisher noch nicht geholfen werden.

Innerhalb der ersten Behandlungswoche – außer bei grauem Star und Diabetes, da dauert es länger – kann man erkennen wie gut der Patient auf Akupunktur ganz allgemein anspricht, und hier lässt sich auch feststellen, ob eine Weiterbehandlung erfolgversprechend ist oder nicht.

Vor einer Behandlung sollte eine Ganzkörpervorsorgeuntersuchung stattfinden, damit zusätzliche Erkrankungen, welche möglicherweise im Zusammenhang mit Erkrankungen am Auge bestehen, erkannt und behandelt werden können.

Generell besteht eine gute Erfolgsquote, das heißt, es lässt sich eine Verbesserung am Auge erreichen. Auch bei Augenleiden, die nicht durch eine Funktionsstörung am Auge direkt, sondern durch Funktionsstörungen im Gehirn (Blutgerinnsel im Gehirn, Thrombosen im Kopf, Gehirnquetschungen nach Unfällen) bedingt sind.

LEBEN MIT KOMFORT UND WEITBLICK

Wer früher plant, wohnt länger selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden

(DJD). Viele Menschen setzen sich erst dann mit dem Thema „altersgerechtes Wohnen“ auseinander, wenn körperliche Einschränkungen bereits da sind – und dann müssen oft sehr schnell Veränderungen am persönlichen Lebensumfeld vorgenommen werden. Deutlich entspannter und kosteneffizienter ist es, frühzeitig vorzusorgen. Ein idealer Zeitpunkt wäre zum Beispiel, wenn ohnehin Modernisierungen anstehen, etwa im Bad oder bei der Elektrik. So lassen sich mit geringem Mehraufwand wichtige Anpassungen umsetzen, die später ein selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden erleichtern.

Beratung hilft, teure Fehler zu vermeiden
Wichtig ist eine gute Planung, die am besten mit unabhängiger Beratung beginnt. Die Verbraucherschützer des Bauherren-Schutzbund e.V. (BSB) bieten beispielsweise auf der Website www.bsb-ev.de umfangreiche neutrale Informationen, praktische Unterstützung bei der Umsetzung altersgerechter Modernisierungen

und Adressen unabhängiger Bauherrenberater in ganz Deutschland. So lassen sich Maßnahmen individuell und abgestimmt auf Haus, Budget und persönliche Bedürfnisse planen und mit sachverständiger Begleitung umsetzen.

Komfort trifft Barrierefreiheit – schon beim Umbau mitdenken

Typisches Beispiel für die vorausschauende Vorbereitung für mehr Barrierefreiheit ist die Modernisierung des Badezimmers. Der Einbau einer schwellenarm begehbaren Dusche ist fast schon Standard. Ein bodenebener Duschbereich sieht modern aus, lässt das Bad größer wirken – und ist im Alter deutlich sicherer. Auch Vorrüstungen für Stütz- und Haltegriffe lassen sich unsichtbar in die Wände integrieren, sodass sie bei Bedarf unkompliziert nachgerüstet werden können. Das steigert langfristig die Wohnqualität, ohne das sichtbare Eingriffe oder schmutzträchtige Arbeiten erforderlich werden. Auch im Wohnbereich lässt sich vorsorgen: schwellenfreie Übergänge,

rutschhemmende Bodenbeläge oder breitere Türen erhöhen den Komfort für alle Generationen.

Smart wohnen, sicher leben

Auch technische Hilfsmittel tragen zu einer altersgerechten Wohnumgebung bei. Im Rahmen einer Modernisierung der Elektroinstallation lohnt es sich, an smarte Technologien zu denken. Mit überschaubarem Zusatzaufwand lassen sich automatisierte Beleuchtungen, die zentrale Steuerung von Rollläden oder ein Notrufsystem vorbereiten oder direkt integrieren. Solche Systeme helfen nicht nur im Alter, sondern bieten auch Komfort und Sicherheit für den Alltag, etwa durch Bewegungsmelder, Zeitschaltuhren, Sprachsteuerung oder eine Türüberwachung.



Wer eine altersgerechte Hausmodernisierung plant, sollte unabhängige Beratung und sachverständige Begleitung in Anspruch nehmen.

Foto: DJD/Bauherren-Schutzbund

TAG DER OFFENEN TÜR IN DER JOHANNITER-TAGES- PFLEGE LEUCHTTURM

Am Freitag, den 13. September 2025, öffnet die Johanniter-Tagespflege Leuchtturm in Griesheim ihre Türen. Zwischen 09:30 und 16:00 Uhr haben Besucherinnen und Besucher die Gelegenheit, die Einrichtung im Ostend 29, 64347 Griesheim kennenzulernen und sich umfassend über unser Angebot zu informieren.

Im Mittelpunkt stehen zwei geführte Einblicke in den Tagesablauf: von 10:30 bis 12:00 Uhr sowie von 14:00 bis 15:30 Uhr stellen die Mitarbeitenden vor, wie ein typischer Tag in der Tagespflege gestaltet ist. Dazu gehören die gemeinsamen Beschäftigungsrunden, Aktivitäten im Kreativraum sowie ein Rundgang durch die Räumlichkeiten.

Für das leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt: vormittags erwartet die Gäste ein

Frühstücksbuffet, ab 13:00 Uhr wird Kaffee und Kuchen serviert.

Darüber hinaus informieren Infostände über die weiteren Angebote der Johanniter, darunter der Fahrdienst, Erste-Hilfe-Kurse, der Hausnotruf sowie die ambulante Pflege.

Interessierte sind herzlich eingeladen, sich ein Bild von der Einrichtung zu machen, Fragen zu stellen und mit dem Team ins Gespräch zu kommen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Für weitere Informationen oder Rückfragen steht die Tagespflege telefonisch unter 06155 6000 830 sowie per E-Mail unter tagespflege.griesheim@johanniter.de zur Verfügung. Mehr Details finden sich außerdem auf der Webseite johanniter.de/tagespflege-griesheim.



Foto: © Johanniter Griesheim

13.09. Tag der offenen Tür Johanniter-Tagespflege Leuchtturm

9:30 bis 16:00 Uhr, Ostend 29 in Griesheim.

Mit Frühstücksbuffet, ab 13 Uhr Kaffee und Kuchen.

Einblicke in den Tagesablauf:
10:30 bis 12:00 Uhr und
14:00 bis 15:30 Uhr.

Kommen Sie vorbei,
wir freuen uns auf Sie.

www.johanniter.de/tagespflege-griesheim



Foto: © Johanniter Griesheim

Darmstädter Weinfest

4. bis 7.9.

Samstag 6.9.

Schulstraßenfest

Sonntag 7.9.

Fahradaktionstag

Verkaufsoffener Sonntag

Sonntag (7.9.)
verkaufsoffen
13 bis 18 Uhr

www.darmstadt-citymarketing.de



© Eric Hueckelstedt

DA staunst du.

Friedrich Friedrich

Darmstädter Speditions- und Möbeltransportgesellschaft mbH

DMS
UMZUG & LOGISTIK

empfohlen vom:



Senioren UMZUG

Folgen Sie uns auf Social Media:



Sorgenfrei ins neue Zuhause – mit Friedrich Friedrich

✓ Sorgfältiger Transport und fachgerechter Möbelaufbau

✓ Rundum-Service im alten & neuen Zuhause

✓ Haushaltsauflösungen, Einlagerung und Reinigung u.v.m.

Friedrich Friedrich

Darmstädter Speditions- und Möbeltransportgesellschaft mbH

Wiesenstraße 5 ▪ 64347 Griesheim ☎ Telefon: 06155 - 83 67 0

→ www.friedrich-umzug.de → www.sb-lagerhaus.de



Jetzt informieren: 06155 - 83 67 63 | www.friedrich-umzug.de

HESSISCHE MEISTERSCHAFTEN IM REITEN 2025

Sportliche Klasse und ein starkes Zeichen für Inklusion

DARMSTADT – Mit einem vollen Finaltag endeten am Sonntag die Hessischen Meisterschaften im Springen, der Dressur und erstmals auch in der Para-Dressur auf dem Hofgut Kranichstein in Darmstadt.

An vier Turniertagen bot sich dem Publikum eine vielseitige Mischung aus Spitzensport, Nachwuchsförderung und gelebter Inklusion.

Ausrichter war der Pferdesportverband Hessen in Kooperation mit dem Kranichsteiner Reitverein und dem erfahrenen Veranstaltungsteam von Kranichstein Events. „Für uns ist das hier die beste Anlage in Hessen, um Springen und Dressur auf Top-Niveau zu verbinden“, sagte Hendrik Langeneke, Geschäftsführer des Verbandes. Die großzügige Infrastruktur, die atmosphärischen Dressurvierecke unter Bäumen und der professionelle Parcoursbereich sorgten für ideale Bedingungen. Mit einem umfangreichen Prüfungsprogramm und Angeboten für alle Alters- und Leistungsklassen war das Ziel klar: „Wir wollen möglichst vielen Reiterinnen und Reitern ein sportlich hochwertiges und zugleich motivierendes Umfeld bieten.“

Ein besonderer Meilenstein war die erstmalige Integration einer hessischen Landesmeisterschaft in der Para-Dressur. Dafür hatte sich insbesondere Cora Feldmann, Vorstandsmitglied im Pferdesportverband Hessen und PM-Sprecherin, stark gemacht: „Wir wollen Reiten für alle möglich machen. Unsere Para-Athletinnen und -Athleten wollen nichts anderes, als gute Leistungen zeigen – genau wie die anderen auch.“

Unterstützt wurde sie von Detlev Müller, langjähriger Organisator von Para-Prüfungen auf Bundesebene: „Es geht darum, Struktur in diesen Sport zu bringen – damit Para-Dressur dauerhaft sichtbar wird.“ Mit rund einem Dutzend Startern zeigten die Reiterinnen und Reiter starke Leistungen. Besonders überzeugte Anika Hennecke (Grade IV), die mit über 70 % auf sich aufmerksam machte und damit ein deutliches Signal für die Zukunft des noch jungen Landeskaders setzte.

Auch sportlich hatte der Finaltag einiges zu bieten:

Springen S* – Großer Preis der Deutschen Vermögensberatung: Max Haunhorst sicherte sich mit einer souveränen Nullrunde im Stechen den Tagessieg.



Junioren-Dressur (U18): Hier überzeugte Clara Möller, die in allen drei Teilprüfungen konstant auf hohem Niveau ritt.

Children Springen (U14): Lilli Schneider gewann die A**-Stilspringprüfung mit der höchsten Stilnote des Tages.

***Springen M (U18)**:** Den Titel holte sich Jan Krüger mit zwei fehlerfreien Ritten in den Finalprüfungen.

Dazu kamen zahlreiche Ehrungen, unter anderem für die erfolgreichen Achterteams, und ein abwechslungsreiches Show- und Rahmenprogramm – etwa das Gelände-Stilspringen am Samstagabend,

das für viel Applaus auf den voll besetzten Tribünen sorgte.

„Wir haben gesehen, was alles möglich ist, wenn Sport, Gemeinschaft und Inklusion zusammenspielen“, so das Fazit von Cora Feldmann. Die Organisatoren zeigten sich durchweg zufrieden – nicht nur mit dem sportlichen Niveau, sondern auch mit dem starken Zuspruch durch Zuschauer, Vereine und Unterstützer aus ganz Hessen.

Alexander Götz



Leidenschaft für Fliesen
seit 1929!

- BADPLANUNG
- FLIESEN / NATURSTEIN
- FLIESENVERLEGUNG
- KOMPLETTABWICKLUNG

FADEL

FADEL_RAUMIDEE

GmbH & Co. KG

Dieburger Straße 100
64287 Darmstadt

06151 669 1034
info@fadel-raumidee.de

[f](#)
[@](#)
[in](#)
[X](#)

www.fadel-raumidee.de

Öffnungszeiten:
Nach Terminabsprache per Telefon,
E-Mail oder über den Terminplaner
auf unserer Homepage

Foto: RICO LICHT



LUST AUF GENUSS



NA, IHR PFLAUMEN!

Ein spätsommerlicher Liebesbrief an lilafarbene Früchtchen

Es ist diese bittersüße Zeit, in der die Tage kürzer schnurren und die Sonne schon ein wenig rostig scheint. Morgens liegt ein Hauch Nebel auf den Wiesen, die Abende verlangen wieder nach Strickjacke – und genau dann hängen sie wieder an den Zweigen: pralle, lilafarbene Verlockungen – Pflaumen und Zwetschgen. Der letzte, zuckersüße Gruß des Sommers, bevor der Herbst mit kühlem Atem ums Eck biegt.

Und obwohl man sie gerne gemeinsam in Töpfe, Gläser oder auf Kuchenbleche wirft – unter uns: Pflaume ist nicht gleich Zwetschge.

Die Pflaume ist rundlich, ihre Haut schimmert rötlich-blau bis violett, oft mit einer kleinen Furche an der Seite. Innen weich, saftig, süß – fast wie Marmelade am Zweig. Nur der Stein? Der klebt wie ein schlechter Witz. Nicht die ideale Backpartnerin.

Die Zwetschge dagegen: ein kantiger Charakter. Schlanker, dunkler, spitz zulaufend. Ihr Fruchtfleisch ist fester, säuerlicher, weniger wässrig – und der Stein löst sich wie von selbst. Deshalb ist sie auch die unan-

gefochtene Kuchenqueen. Hält Form, bringt Geschmack – und hat Haltung.

Beide gehören zur Familie der Rosengewächse (*Prunus domestica*) – echte Aristokraten unter den Obstsorten. Ihre Verwandtschaft reicht weit: Mirabellen (klein, goldgelb, zuckersüß) und Reineclauden (edel, rund, grünlich) gehören ebenfalls dazu.

Wer keinen Baum im Garten hat, pilgert jetzt besser zum Wochenmarkt. Dort liegen sie in kleinen Körbchen, frisch gepflückt, mit dieser typischen weißlichen Schicht – dem Duftfilm. Ein natürlicher Wachsschutz. Bitte erst direkt vorm Verarbeiten abwischen.

Und wie erkennt man gutes Obst? Es ist prall, nicht zu hart – aber auch nicht weich.

Denn was schrumpelt, war oft schon bewohnt. Mit mehr Beinen.

Übrigens: Die kleinen Früchtchen sind nicht nur lecker, sondern auch ziemlich gesund. In ihrem blauen Kleid stecken sekundäre Pflanzenstoffe, die freie Radikale bekämpfen und das Immunsystem auf Trab bringen. Pflaumen liefern Vitamin A, B-Vitamine, Kalium, Magnesium und Eisen.

Getrocknet wirken sie wie ein stiller Helfer für die Verdauung – freundlich, aber bestimmt. Die Leber freut sich auch. Nur kalorienarm sind sie nicht: Frisch kommen sie auf rund 50 kcal pro 100 g, getrocknet schnell auf das Vierfache. Macht aber nix – wer genießt, zählt nicht.

Also: Ernten, kaufen, einmachen – egal wie. Hauptsache, der Sommer kommt nochmal ins Glas. Und sei's nur für einen grauen Novembermorgen.





Foto: © Christian Jung – stock.adobe.com



Foto: © photocrew – stock.adobe.com



Foto: © rainbow33 – stock.adobe.com

SOMMER IM GLAS

Holen Sie sich den Sommer ins Glas!

Pflaumen oder Zwetschgen einkochen

- 1 kg entsteinte Früchte
- 300 g Zucker
- 1 Zimtstange
- 2 E Zitronensaft

Alles über Nacht ziehen lassen, dann 10–15 Min. köcheln, heiß in Gläser füllen. Zwetschgen bleiben stückig, Pflaumen zerfließen – beides herrlich!

Pflaumenmus hessisch („Ladweije“)

Kindheit im Glas

- 2 kg Pflaumen
- 300 g Zucker
- 1 TL Zimt

Alles mischen, im Bräter bei 150 °C ca. 4 Std. im Ofen dick einkochen. Öfter umrühren. In Gläser füllen, fest verschließen.

Pflaumenkuchen mit Butter-Zimt-Streusel

Eine göttliche Offenbarung

Zutaten für den Teig

- 125 g weiche Margarine oder Butter
- 125 g Zucker
- 1 Pr. Salz
- 2 Eier (Größe M)
- 125 g Weizenmehl
- 1 gestr. TL Backpulver

Zutaten für die Streusel

- 100 g Weizenmehl
- 50 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- 2 Msp. gemahlener Zimt
- 75 g weiche Butter

1 kg Pflaumen

waschen, entsteinen und jede Hälfte der Länge nach spitz einschneiden.

Rührteig:

Margarine oder Butter in einer Rührschüssel mit einem Mixer (Rührstäbe) geschmeidig rühren. Nach und nach Zucker und Salz unter Rühren hinzufügen, bis eine gebundene Masse entsteht. Jedes Ei etwa ½ Min. auf höchster Stufe unterrühren. Mehl und Backpulver mischen und in 2 Portionen kurz auf mittlerer Stufe unterrühren. Teig in der Springform glatt streichen. Vorbereitete Pflaumen schuppenartig flach auf den Teig legen.

Butter-Streusel:

Mehl in einer Rührschüssel mit Zucker, Vanillin-Zucker und Zimt mischen. Butter hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) zu feinen Streuseln verarbeiten. Streusel über die Pflaumen streuen und backen.

Den Boden der Springform fetten und den Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze: etwa 180 °C

Heißluft: etwa 160 °C

Backzeit: etwa 60 Min.

Springformrand lösen und entfernen, auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

Wo's Sträußchen hängt, wird ausgeschenkt

Am 27.09. eröffnen wir unsere Straußwirtschaft in Groß-Umstadt

- Frischer Federweißer, Wein und traditionelle Speisen
- Verschiedene Events wie Federroterfest und After Work Partys

www.vinum-autmundis.de

Die Odenwälder Winzergenossenschaft eG
Riegelgartenweg 1 | 64823 Groß-Umstadt | 06078 2349



vinum | autmundis

Hier geht es zum
Eventkalender





Das Team auf dem Foto: Joachim Fey, Dennis Klimezki-Keck, Anja Jährling, Claudia Niklas



Sternstunden

„Der Stern ist schön – aber das Strahlen kommt vom Team.“

Interview mit Anja Jährling, Projektleiterin Bedientheken bei EDEKA Patschull



Frau Jährling, Gratulation zum EDEKA-Stern! Was bedeutet Ihnen diese Auszeichnung?

Danke! Es fühlt sich toll an – aber wir haben das nicht für den Stern gemacht. Der ist das Sahnehäubchen. Uns geht's darum, dass unsere Kunden merken: Wir stehen hier mit ganz viel Leidenschaft und Herz.

Was steckt hinter so einer Auszeichnung?

Ganz viel: Hygiene, Fachwissen, Präsentation, Beratung, Teamarbeit. Wir müssen Themenwochen gestalten und uns regelmäßig weiterbilden. Eine gute Theke ist kein Zufallsprodukt – da muss alles stimmen. Auch das Bauchgefühl.

Was meinen Sie mit Bauchgefühl?

Kunden spüren sofort, ob da jemand steht, der für seinen Job brennt – oder einfach nur „Dienst nach Vorschrift“ macht. Bei uns kennt jeder im Team die Produkte, die Herkunft, die Besonderheiten. Das schafft Vertrauen.

Fisch und Käse sind empfindlich – worauf kommt es an?

Auf Respekt. Frische ist nicht nur ein Datum – es geht um Lagerung, um Details, um Ehrlichkeit. Und um gute Partner: Wir arbeiten mit nachhaltigen Lieferanten wie Bioland und Naturland. Der schönste Fisch bringt nichts, wenn man ihn nicht gut behandelt.

Was macht Ihr Team besonders?

Wir sind Gastgeber. Jeder bringt etwas ein – Wissen, Feingefühl, Kreativität. Mein Job ist es, daraus ein starkes Miteinander zu machen. Ich bin stolz, wie wir zusammengewachsen sind.

Wie reagieren die Kunden auf den Stern?

Viele freuen sich mit uns. Manche spüren einfach, dass etwas anders ist – an der Freundlichkeit, der Präsentation, dem Miteinander.

Und was kommt als Nächstes?

Stillstand gibt's nicht. Wir wollen besser werden, neue Ideen umsetzen. Und: Den Stern verteidigen. Weil wir lieben, was wir tun.

Ihr Tipp für junge Kolleginnen und Kollegen?

Traut euch! Jeder hat mal klein angefangen. Wenn ihr mit Herz dabei seid, wird aus einem Job eine Berufung.

Wer ist Anja Jährling?

Alter: 53 Jahre

Seit 1996 hier in diesem Revier – und damit schon lange, bevor „Patschull“ überhaupt ein Begriff war. Seit 2023 bei EDEKA Patschull angestellt.

Ausbildung: Fleischereifachverkäuferin – eingestiegen als „Erstverkäuferin“.

Heute: Abteilungsleiterin im Bereich Frischtheke – Käse & Fisch

Warum sie ihren Job liebt: Weil es um Menschen geht. Und um Lebensmittel. Und für sie gehört beides einfach zusammen.

Was ihr besonders gefällt?

„Der Umgang mit den Kunden. Die Vielfalt. Kein Tag ist wie der andere.“

Ihr Ziel?

„Ich möchte mit meiner Motivation und meiner Kreativität dazu beitragen, dass wir als Team für unsere Kunden – ein schönes Einkaufserlebnis schaffen.“



Hausgemachte Frikadellen, Fleischkäse, Kochkäse-, Feuer- und Chili-Cheese-Wurst – täglich frisch in Eberstadt, Arheilgen und im Heiner Center.

FrISCHE Würste ab Donnerstag fürs Wochenende!

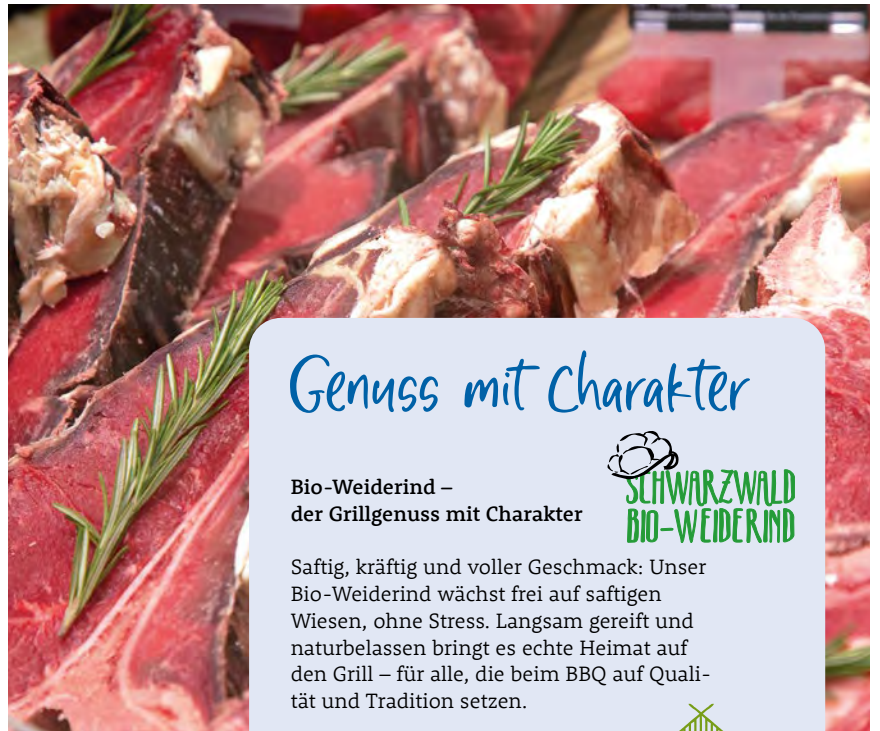


EDEKA
Patschull

Edeka Heiner Center · Darmstadt · Eschollbrücker Straße 44 · Mo – Sa 7 – 22 Uhr
Edeka Patschull · Darmstadt-Arheilgen · Untere Mühlstraße 5 · Mo – Sa 7 – 21.45 Uhr
Edeka Patschull · Darmstadt-Eberstadt · Heidelberger Landstraße 223 · ab 21.8. Mo – Sa 7 – 21 Uhr
Edeka Patschull · Darmstadt-Kranichstein · Grundstraße 2-8 · Mo – Sa 8 – 21 Uhr



Johann Olfert



Genuss mit Charakter

**Bio-Weiderind –
der Grillgenuss mit Charakter**



Saftig, kräftig und voller Geschmack: Unser Bio-Weiderind wächst frei auf saftigen Wiesen, ohne Stress. Langsam gereift und naturbelassen bringt es echte Heimat auf den Grill – für alle, die beim BBQ auf Qualität und Tradition setzen.

**Schwein gehabt –
der perfekte Grillpartner**



Saftig, regional und mit Biss: Das Hofglück-Schwein wächst stressfrei auf Stroh, mit Auslauf und Futter aus der Region. Kein Turbo, nur Zeit und Respekt. So wird jedes Stück zum echten Highlight auf dem Grill. Ehrlich. Authentisch. Genuss pur.

Gespür für die Aromen

„Man muss das leben, was man tut – sonst wird's nur Wurst.“
Interview mit Metzgermeister Johann Olfert bei EDEKA Patschull

Johann Olfert, 40, ist zurück am Messer.
Nach kurzer Pause steht der Metzgermeister wieder bei EDEKA Patschull hinter der Theke – mit ruhiger Hand, viel Erfahrung und echter Leidenschaft fürs Handwerk. Schön, dass du wieder da bist, Johann!

Herr Olfert, wie wird man Metzger? Aus Überzeugung oder Versehen?
Das war mir quasi in die Wiege gelegt. Mein Vater war Schlachter, ich durfte als Kind oft mit in den Betrieb – da hat es mich gepackt. Aber das Metzger-Handwerk selbst habe ich in einer kleinen Metzgerei von Grund auf gelernt.

Was macht Ihnen heute noch am meisten Spaß?
Die Kreativität! Ich liebe es, eigene Rezepturen zu entwickeln. Wenn Kunden sagen: „Die Wurst war der Hammer“, ist das das beste Kompliment.

Was ist das Besondere an Ihren Eigenkreationen?
Sie sind komplett hausgemacht – mit Herz, Hand und Hirn. Heiner-Fleischkäse, 68er Bratwurst, Wildschwein-, Kochkäs-, Feuer- und Chili-Cheese-Wurst. Da steckt Erfahrung drin – und ordentlich Geschmack.

Woher stammen Ihre Rezepte – Familientradition oder eigene Kreativität?
Die kommen alle von mir. Ich tüftle gern und habe ein gutes Gespür für Aromen. Eine meiner Rezepturen wurde sogar mit DLG-Gold ausgezeichnet.

Haben Sie ein persönliches Lieblingsprodukt?
Das wechselt – ich mag Fleisch in allen Varianten. Wichtig ist: Es muss ehrlich gemacht sein.



So schmeckt der Sommer

Holen Sie sich bei uns gratis die neue Schlemmerpost mit vielen mediterranen Produktempfehlungen und Rezepten!

Was gehört auf den Grill?
Die Kochkäswurst – weich, saftig, beliebt bei Kids. Und dann natürlich: Feuer- und Chili-Cheese. Aber Achtung: Die meinen es ernst. Da brennt nicht nur der Rost.

Wie hat sich das Kundenverhalten verändert?
Die Leute schauen wieder mehr auf Qualität. **Bio-Weiderind** und das **Hofglück-Schwein** sind sehr gefragt – das freut mich als Handwerker.

Was macht einen guten Metzger aus?
Leidenschaft. Wissen. Und die Bereitschaft, auch morgens um fünf mit einem Lächeln in die Kühlkammer zu gehen.

Und das Team?
Unverzichtbar. Alleine bist du nur ein Typ mit Messer. Für das große Ganze brauchst Du ein Team.





VIVARELLO Vivarello



...unsere beliebte Hausmarke, seit vielen Jahren in unserem Sortiment. Neuzugang: der Sauvignon Blanc!

„Vivarello“ bezeichnet unsere hauseigene Weinlinie, die verschiedene italienische Schaumweine und Weine umfasst, welche sich durch Qualität und Vielfalt auszeichnen. Ob als erfrischender Aperitif, als Begleiter zu leichten Speisen oder als Geschenk in unserem „I love Vivarello“- Set.









<p>Azienda Agr. De Stefani, Fossalta di Piave Venezia, Venetien VIVARELLO, Sauvignon Blanc, DOC, 2024 8,95 03STE011 Neu 6+1 (11,93€/L)</p> <p>Azienda Agr. De Stefani, Fossalta di Piave Venezia, Venetien VIVARELLO, Pinot Grigio, DOC, 2024 8,95 03STE010 6+1 (11,93€/L)</p> <p>Perla del Garda, Lonato del Garda (BS), Lombardei VIVARELLO, LUGANA DOC, 2024 11,95 03PDG001 6+1 (15,93€/L)</p>	<p>Prosecco Vivarello, Selezione Molina Prosecco Frizzante DOC Treviso 5,50 17IVI010 6+1 (7,33€/L)</p> <p>Prosecco Vivarello, Selezione Molina Prosecco Spumante Extra Dry DOC Treviso 8,50 17IVI001 6+1 (11,33€/L)</p> <p>Prosecco Vivarello, Selezione Molina Prosecco Spumante Millesimato Brut DOC 10,95 17IVI005 6+1 (14,60€/L)</p> <p>Prosecco Vivarello, Selezione Molina VIVARELLO, Rosato frizzante, IGT 4,80 17IVI011 Neu 6+1 (6,40€/L)</p>
--	---



Vinho Verde

6 - 8°C

Aliança, Sangalhos, Portugal

	Casal Mendes, Vinho Verde, bauchige Fl. 4,95	(6,60€/L) 03PVV002
	<i>halbtrocken</i>	12+1
	Casal Mendes, Rosé, bauchige Fl. 4,95	(6,60€/L) 04PVV001
	<i>feinfruchtig</i>	12+1
	Vinho Verde, Branco, 2024 5,95	(7,93€/L) 03PQC010
	<i>spritzig</i>	12+1
	Vinho Verde Grande Escolha, 2023 7,50	(10,00€/L) 03PQC003
	<i>frisch</i>	12+1
	Vinho Verde Rosé, 2023 5,50	(7,33€/L) 04PQC001
	<i>weich</i>	12+1



Lambrusco

8 - 10°C

Ca' De' Medici, Reggio Emilia

	Piazza San Prospero, Lambrusco, rosso scuro 8,50	(11,33€/L) 04CDM011
	<i>fruchtig</i>	12+1
	Remigiotto, Lambrusco Dolce 7,95	(10,60€/L) 04CDM013
	<i>lieblich</i>	12+1
	Assolo, Reggiano Rosso DOC, 2023 7,50	(10,00€/L) 04MDE001
	<i>vollmundig</i>	12+1
	Bocciolo, Lambrusco Gasparossa DOC, 2023 7,50	(10,00€/L) 04MDE002
	<i>frisch</i>	12+1
	Concerto, Reggiano Lambrusco Secco DOC, 2023 10,95	(14,60€/L) 04MDE010
	<i>beerig</i>	12+1

DARMSTÄDTER WEINFEST VOM 4. BIS 7. SEPTEMBER

Besucher erwartet abwechslungsreiches Programm in der City – verkaufsoffener Sonntag von 13 bis 18 Uhr

Von Donnerstag bis Sonntag laden zahlreiche Wein- und Gastronomiestände zum kulinarischen Bummel, Verkosten, Genießen und Verweilen in die Wilhelminenstraße ein. Zahlreiche Weinbaubetriebe aus hessischen Anbaugebieten wie der Bergstraße und dem Rheingau, aus Rheinhessen sowie der Pfalz und von der Nahe präsentieren an den Ständen ihre edlen Tropfen. Darunter viele Familienbetriebe sowie Winzer, die sich auf ökologischen Weinbau spezialisiert haben oder besondere Rebsorten anbauen. Öffnungszeiten des Weinfests: Donnerstag bis Samstag von 12 bis 24 Uhr und Sonntag von 12 bis 21 Uhr. Anlässlich des Weinfestes haben die Geschäfte am Sonntag von 13 bis 18 Uhr verkaufsoffen.



Attraktives Cityprogramm am Weinfestwochenende

Am Weinfestwochenendes erwartet die Besucher in der gesamten Innenstadt ein abwechslungsreiches Programm.

LONIA Keramik bringt Farbe ins Weinfest (Samstag)

Beim diesjährigen Weinfest erwartet die Besucher ein ganz besonderer Kreativstand: LONIA Keramik lädt am Samstag (06.09.) im Carree zum Keramikbemalen ein. Zwischen 13 und 18 Uhr kann jeder direkt vor Ort kleine Keramikrohlinge gestalten – ganz ohne Vorkenntnisse und mit Unterstützung des Teams von LONIA-Keramik. Da die Plätze begrenzt sind, wird eine Anmeldung unter www.lonia-keramik.de empfohlen – einige spontane Plätze werden aber ebenfalls bereitgehalten.

KinderKiste auf dem Ludwigsplatz (Samstag und Sonntag)

Am Samstag und Sonntag ist von 13 bis 18 Uhr die KinderKiste zu Gast auf dem Ludwigsplatz. Der knallbunte Anhänger mit

seinen Wimpelketten hat zahlreiche Spielangebote für alle kleinen Besucher im Gepäck. Ob „Vier gewinnt“, Fahrzeuge oder überdimensionale Bausteine – hier kann nach Herzenslust gespielt und getobt werden. Liegestühle für die Erwachsenen sowie Getränke und Eis aus der umliegenden Gastronomie runden das Angebot ab.

Langer Ludwig für Besucher geöffnet (Samstag und Sonntag)

Am Samstag (17 bis 23 Uhr) und Sonntag (13 bis 18 Uhr) öffnet der „Lange Ludwig“ seine Türen. Über eine Wendeltreppe mit 172 Stufen gelangt man auf die rund 30 Meter hohe Aussichtsplattform. Der Besuch kostet für Erwachsene 3 Euro und für Kinder 2 Euro. Für Kinder bis 6 Jahre ist der Besuch kostenlos.

„Margartes Schneiderei“ zu Gast im Carree (Sonntag)

Am Sonntag ist „Margartes Schneiderei“ von 13 bis 18 Uhr zu Gast im Carree. Das Publikum kann die Kleiderschränke leeren und wird aktiver Teil der Produktion.

Bis zu sieben Kleidungsstücke pro Person können zum Verschenken, Verschönern und Verwerten abgegeben werden. Kasimir und Margarete eröffnen das Happening mit einer Nähmaschinenperformance. Schneiderei zum Mitmachen und Zuschauen. Auf ins textile Abenteuer!

Fahrradaktionstag auf dem Marktplatz (Sonntag)

Am Weinfest-Sonntag verwandelt der 14. Darmstädter Fahrradaktionstag den

Marktplatz von 11 bis 16 Uhr erneut in einen Markt der Möglichkeiten rund ums Fahrrad. Vom Kauf von gebrauchten und neuen Fahrrädern, Fahrradcodierung, Fahrradcheck, Infoständen bis hin zur automatischen Fahrradwaschanlage ist für alle Lagen des Radlerlebens etwas dabei. Zudem können die Spaß- und Geschicklichkeitsräder des Deutschen Fahrradmuseums getestet werden. Weitere Informationen: www.darmstadt.de/fahrradaktionstag



Verkaufsoffener Sonntag von 13 bis 18 Uhr

Anlässlich des Darmstädter Weinfestes haben die Geschäfte der Innenstadt am Sonntag von 13 bis 18 Uhr verkaufsoffen.

Weitere Informationen sowie das vollständige Programm erhalten Sie unter www.darmstadt-citymarketing.de

Sie sind in Zeiten von zunehmend knappen und teuren Wohnraum die mobiliare Antwort auf die neuen Gegebenheiten: Modulare Einrichtung, die vielseitig und wandelbar ist – und sich perfekt an den Dimensionen von fast jeder Räumlichkeit anpassen kann. Gleichzeitig verändern sich auch die Lebensgewohnheiten kontinuierlich. Der Anspruch an eine Wohnung ist heute nicht mehr eine heimelige Rückzugsoase zu gestalten, die streng aufgeteilt ist in einen Ess-, Koch-, Wohn-, Schlaf und Arbeitsbereich. Vielmehr verschwimmen nun die Grenzen – insbesondere dann, wenn ein Raum – oftmals auch aufgrund von Platzmangel – mehrere Aufgaben erfüllen soll. So entsteht eine Ästhetik, die sowohl eine optimale Nutzung des Wohnraums erfordert als auch eine neue ‚Freiheit des Wohnens‘ darstellt. Gespiegelt wird diese Wohnwirklichkeit 2.0 unter anderem durch das breite Angebotspektrum multifunktionaler Möbel, die dann je nach persönlichem Bedürfnis flexibel individualisiert und neu definiert werden können.

WOHN KULTUR

bauen · wohnen · einrichten



FLEXIBLE VERWANDLUNGSKÜNSTLER

Multifunktionale Möbel vereinen raffiniertes Design mit Vielseitigkeit und Praktikabilität

Everybody's Darling

Trendige Modulmöbel sind eine kluge Wahl für alle, die beim Wohnen Wert auf maximale Anpassungsfähigkeit, Vielseitigkeit und individuelle Gestaltungsmöglichkeiten legen. Denn einer der größten Vorteile dieser multifunktionalen Möbel ist ihre Verwandlungstalent. Sie eignen sich meist für unkomplizierte Standortwechsel oder können durch Teilungs- und Erweiterungsoptionen leicht neu konfiguriert und kombiniert werden. Dies kann sich besonders in kleinen Wohnungen als ausgesprochen nützlich erweisen, wo der Platz begrenzt ist und jeder Quadratmeter optimal genutzt werden muss.

Für jeden Geschmack

Ein weiterer Vorteil von modernem, multifunktionalem Interieur ist, dass es fast immer zu anderem Mobiliar passt und mit der bereits vorhandenen Einrichtung harmonisiert – gleich welcher Stil vorherrscht. Denn meist sind Modul-Möbel eher minimalistisch designt, so dass sie sich mit ihren klaren und schlichten Formensprache perfekt an jede Wohnumgebung anpassen, dabei aber trotzdem durch die Materialien oder Farbgebung optische Akzente setzen. Modulmöbel sind so quasi Einrichtungs-Chamäleons – ohne dabei langweilig und unscheinbar zu wirken.

Transportfreundlich

Module Einrichtungsobjekte sind zudem ideal für Menschen, die häufig umziehen oder ihre Wohnsituation ändern. Da sie meist leicht zu transportieren beziehungsweise aufzubauen sind, können sie so problemlos in jedes neue Zuhause mitgenommen und dort neu arrangiert werden. Dies spart nicht nur Zeit und Mühe, sondern auch Geld, da man nicht jedes Mal wieder passende Möbel kaufen muss.

Langlebige Wertigkeit

Ein weiterer Aspekt, der Modulmöbel attraktiv macht, ist ihre Nachhaltigkeit. Viele Hersteller, deren Philosophie nicht auf schnellen Konsum setzt, legen Wert auf umweltfreundliche Produktionsmethoden und Materialien wie zum Beispiel recyceltes Holz, Bambus oder biologisch abbaubare Kunststoffe. Dazu passt auch, dass solche flexiblen mobiliaren Allrounder, oftmals qualitativ sehr robust sind, was wiederum ihre Lebensdauer verlängert und den Bedarf an häufigem Möbel-Neukauf reduziert. Wer sich also hier für Nachhaltigkeit entscheidet, macht auch eine gute Investition in die Zukunft... und spart unterm



Foto: © Photographee.eu – stock.adobe.com

Strich durch die Langlebigkeit des Produkts sogar Geld.

Einsatzmöglichkeiten von Modulmöbeln

Kleinmöbel: Diese modularen Minis eignen sich besonders als flexible Verwandlungskünstler. Da sie meist kompakt sind, fügen sie sich problemlos überall ein. Beliebt sind hier vor allem puristisch gestaltete und übereinander schiebbare Beistelltische – meist sind es drei oder vier Elemente – aus Holz oder Metall. Solche Ensembles in ‚Matroschka-Stapelung‘ lassen sich entweder als Ganzes – sei es ineinander- oder auseinander geschoben – neben dem Sofa platzieren oder in Einzelteilen als unterschiedlich hohe Ablagen an anderen Orten der Wohnung nutzen. Solche meist sehr stabil gebauten Tischchen kann man aber genauso zu Hockern umfunktionieren und so überall als flexible zusätzliche Sitzgelegenheiten einsetzen.

Sofas. Sie können sie je nach Bedarf und eigenen Vorlieben in verschiedene Konfigurationen gebracht werden – zum Beispiel als Ecksofa, als reine XL-Liegefläche oder aufgeteilt in separate Sessel-Module. Dies ist besonders praktisch, wenn man häufig Gäste hat oder ein Raum für verschiedene Aktivitäten jederzeit nutzbar sein soll.

Regale: Hier gibt es eine Palette an unterschiedlichen Bausätzen, die etwa durch innovative Steck- oder Stapel-Systeme so konzipiert sind, dass horizontale Aufbewahrungsmöglichkeiten bei Bedarf in der Höhe oder Breite leicht variiert werden können. Typisch für solche ‚Stauraum-Mehrstöcker‘ ist, dass ihre Gestalt – sei es in Form von filigranen Bretter-Metall-

ist heute wesentlich moderner und ausgefeilter als bei den antiquierten Vorläufern, die früher vor allem in Mini-Gäste- oder Kinderzimmern als unscheinbares Funktionsmobiliar verbreitet waren.

Arbeitsplatz: Gerade in Homeoffice-Zeiten mit Laptop & Co erweisen sich modulare Schreibtische, die nicht selten höhen- und längenverstellbar sind und sich so genauso als Ess- oder Couchtisch nutzen lassen, als praktische Alleskönner – insbesondere auf wenigen Quadratmetern. So hat jeder die Flexibilität, den Arbeitsplatz nach den eigenen Anforderungen zu gestalten oder das wandelbare Büro-Möbelstück bei Bedarf auch für ‚Freizeit-Zwecke‘ umzudefinieren.

Smarte Zusatzausstattung: Ein weiterer aktueller Trend, der immer beliebter wird und nicht nur die Modul-Möbelwelt ergänzt, ist die Möglichkeit zusätzlich Technologie mit der Einrichtung zu kombinieren und zu verbinden. Das Stichwort lautet hier ‚Smart-Furniture‘: Ladegeräte, Beleuchtung oder sogar Lautsprecher werden so raffiniert in Möbeln integriert, dass sie auch jederzeit an anderer Stelle einen Platz finden. Diese variablen Hightech-Gadgets folgen gewissermaßen der Wandelbarkeit des Modul-Interieurs und sorgen so für zusätzlichen Komfort und Funktionalität – je nachdem wo sie gerade in der Wohnung gebraucht werden...

Nicola Wilbrand-Donzelli

Betten: In Modulform sind sie mehr als bequeme Liegeflächen, die für guten Schlaf sorgen sollen. So haben sie als Multifunktional-Variante oftmals unterhalb des Bettgestells zusätzlichen Stauraum beispielsweise für Kleidung oder Bettwäsche. Auf jeden Fall gilt es bei solchen Modellen, immer das unterste, bodennahe ‚Stockwerk‘ bestmöglich zu nutzen, was gerade für kleine Räume ein echter Zugewinn sein kann. Ein völlig anderes Platzspar-Prinzip gilt bei Betten, die vollends verschwinden. Nicht selten sind sie dann mit einem Regal-Schrank-System kombiniert und können bei Bedarf einfach in der Vertikalen ‚versenkt‘ werden. Eine Neuerung sind solche Kombis zwar nicht, doch ihr Design



Foto: © Davide Angelini – stock.adobe.com

www.DA.news



Meine Sprache.
Meine Region.
Meine News.



UDVM Verlag

Nachrichten aus Ihrer Region – mit einem Klick in 12 Sprachen übersetzt. Ohne Paywall.



SPORTZENTRUM ORPHEUM DARMSTADT 1976 e.V.

Möchten Sie mit Freunden kegeln und eine gute Küche mit gepflegten Getränken genießen, dann kommen Sie zu uns!



Alle
Gerichte
auch zum
Mitnehmen.

Keglerklausur + Biergarten
Alfred-Messel-Weg 7
64237 Darmstadt
Anfragen ab 16:00 Uhr
unter 06151-76266

Wir haben für Sie geöffnet:
Mo. – Sa. 16:00 - 23:00 Uhr
Sonntag ist Ruhetag

Kegeln im Orpheum

Eine schöne Freizeitgestaltung
Freie Bahnen 17:00 - 20:00 / 20:00 - 23:00 Uhr
9,- EUR pro Stunde

DIE ALTERNATIVE ZUM NATURSTEIN

Welche Vorteile Mauersysteme aus Betonstein haben

(DJD). Bereits im frühen Mittelalter schützten Mauern die Obst- und Gemüsegärten vor ungebetenen Gästen. Inzwischen sind sie als Gestaltungselemente in Gartenräumen nicht mehr wegzudenken. Neben dem Klassiker Naturstein gewinnen Mauern aus Sandstein-Beton immer mehr an Bedeutung. Wir haben uns ihre Vorteile angeschaut und Tipps zum Aufbau gesammelt.

Dem Naturstein überlegen

Sandstein-Beton besteht aus den gleichen Grundelementen wie der in Steinbrüchen geförderte natürliche Sandstein. Dadurch erhält der quarzhaltige Beton seinen vergleichbaren Charakter im Aussehen und besitzt ebenso wichtige Eigenschaften bezüglich Härte, Langlebigkeit und Frostsicherheit. Die entscheidenden Vorteile des Sandstein-Beton gegenüber Natursteinen sind seine Effizienz und die Vielfalt an Einsatzmöglichkeiten.

Effizient und leicht zu verarbeiten

Mauern aus hochwertigem Betonstein lassen sich effizient und wirtschaftlich bauen: Steine wie die von Santuro sind in den For-



Die unterschiedlichen Größen der Betonsteine lassen sich beliebig kombinieren.

Foto: DJD/Santuro Mauerkultur/braun-steine

matten aufeinander abgestimmt und werden im nötigen Mengenverhältnis geliefert. Auch die Endsteine sind vorgefertigt und mit dreiseitiger Bearbeitung lieferbar, sodass eine aufwendige Bearbeitung auf der Baustelle entfällt. Falls doch einmal individuelle Größen erforderlich sind, kann das Material leicht gespalten und strukturiert werden.

Vielfältig einzusetzen

Mit Betonsteinen ist es möglich, verschiedenste Mauersysteme zu bauen. Sie dienen als Sichtschutz, Hangbefestigung oder kreative Gartenmauer. Santuro beispielsweise bietet ein komplettes Gestaltungsprogramm an, mit dem sich individuelle Stilrichtungen inszenieren lassen – von eher klar strukturierten Landhausmauern über die Einfassung von Hochbeeten bis zu

unregelmäßigen Wechselschichtmauerwerken, die Platz für Pflanzen, Insekten und andere Kleintiere lassen. Hinzu kommen verschiedene Farbschattierungen, passende Terrassenplatten und Stufen sowie Zubehör wie Wasserfälle, Leucht- oder Steckdosen-Module.

Tipps zum Aufbau

Wer sich dafür entscheidet, eine Betonstein-Mauer mit maximal 75 Zentimeter Höhe zu bauen, kann diese als Trockenmauer selbst aufbauen. Wichtig dabei ist, die Steine flurgerecht und ohne Kreuzfugen zu verlegen. Beim Ausrichten helfen ein Schnürgerüst, ein Lot und eine Wasserwaage. Höhere Mauern müssen geklebt werden, meist sind auch Fundamente nötig. Wie das funktioniert, ist in einem Video unter www.santuro.de zu sehen. Darin erklären der Moderator Dieke van Dieken und der Landschaftsgärtner Dirk Sauter unter anderem, was ein Wechselschichtmauerwerk ist und wie Mauersteine richtig verbunden werden.



Foto: DJD/Santuro Mauerkultur

Sommer Sale

bei farbenkrauth

Kettler Base Multipositionssessel
Farbe: bronze/anthrazit,
Material: Aluminium/
Outdoorgewebe,
wetterfest, stapelbar,
verstellbare Rückenlehne

~~119,-~~
99,-

bis zu 70%
auf Gartenmöbel



bis zu 30% auf
Grills und Zubehör

399,-

Gasgrill „Barbeque Hero“



Mähroboter „Grouw 900“
für Flächen bis zu 900 m²,
Schnitthöhe: 20–60 mm

~~599,-~~
399,-

bis zu 40%
auf Gartengeräte



20% auf alle vorrätigen
Sonnenschirme von Glatz



MOBIL MIT SONNENKRAFT

Strom vom eigenen Carportdach macht den Umstieg auf E-Autos noch attraktiver

(DJD). Elektromobilität befindet sich weiterhin auf der Überholspur: Im ersten Halbjahr 2025 wurden bundesweit knapp 250.000 E-Autos neu zugelassen, berichtet das Kraftfahrtbundesamt. Dabei handelt es sich um einen neuen Rekordwert, die bisherige Bestmarke aus dem Jahr 2023 wird deutlich übertroffen. Bemerkenswert: Jeder sechste Neuwagen fährt mittlerweile rein elektrisch. Im selben Zug wird auch das Netz öffentlicher Ladepunkte immer dichter: Die Bundesnetzagentur berichtet von knapp 130.000 Normalladepunkten und fast 40.000 Schnellladepunkten zum Stichtag 1. Juni 2025. Noch bequemer ist es für viele allerdings, die Fahrzeugbatterie direkt am Eigenheim mit Energie versorgen zu können – im Idealfall mit selbst erzeugtem und somit kostenlosem Solarstrom.

Unabhängige Energieversorgung fürs E-Auto

Die eigene Energieerzeugung mit Photovoltaik (PV) spart bares Geld, macht E-Autos in finanzieller Hinsicht somit noch attraktiver – und erhöht gleichzeitig die Unabhängigkeit von öffentlichen Netzen und zukünftigen Preisentwicklungen. Ein geeigneter Ort für die Energiegewinnung ist zum Beispiel der eigene Stellplatz: Solarcarports verbinden den Witterungsschutz fürs Auto mit PV-Modulen als Bedachung und senken so die monatlichen



Energiekosten deutlich. Der erzeugte Strom kann zum Laden der Fahrzeugbatterie oder im Haushalt genutzt beziehungsweise in einem Batteriespeicher für später gespeichert werden. Hersteller wie die Solarterrassen & Carportwerk GmbH planen und fertigen jeden Stellplatz individuell nach Grundstück und Kundenwunsch. Als Trägerkonstruktion dienen wahlweise langlebige Holz- oder Aluminiumprofile, die sich in Größe, Farbe und Form flexibel anpassen lassen.

Mit hoher Eigennutzung bares Geld sparen

Abhängig von Standort und den Witterungsverhältnissen kann ein Solarcarport

Parken und laden: Ein Solarcarport erzeugt umweltfreundliche Energie, die sich zum Laden des E-Autos oder auch im Haushalt nutzen lässt.

Foto: DJD/Solarterrassen & Carportwerk GmbH/
www.premium-solarglas.com

pro Quadratmeter Dachfläche bis zu 150 Kilowattstunden Strom jährlich erzeugen. Somit lässt sich ein erheblicher Anteil des Strombedarfs im Haushalt eigenständig abdecken. Dabei lautet die Faustformel: Umso höher die Quote der Eigennutzung ist, desto schneller macht sich der Solarcarport bezahlt. Interessierte finden etwa unter www.premium-solarglas.com weiterführende Informationen, einen praktischen Online-Konfigurator sowie Kon-

taktmöglichkeiten für eine persönliche Beratung. Neben den Carportdächern gibt es hochwertige Solarlösungen made in Germany, beispielsweise auch für Terrassendächer, Balkongeländer mit integrierten Modulen oder sogar Solarzäune als Grundstücksbegrenzung.

Energie-Tipp

(djd). Warum nicht das Elektroauto dann laden, wenn viel grüner Strom im Netz verfügbar ist? In einer aktuellen, repräsentativen E.ON Umfrage erklärt die deutliche Mehrheit ihre Bereitschaft zu mehr Flexibilität: „Mehr als 60 Prozent der Menschen in Deutschland stehen dem Ansatz, insbesondere größere Verbräuche in günstige Zeitfenster zu verschieben, positiv gegenüber“, sagt Jens Michael Peters, Geschäftsführer Energielösungen bei E.ON Energie Deutschland. Im Bereich Elektromobilität bietet das Unternehmen bereits flexible Tarife an. Dabei werden die Ladevorgänge für das Elektroauto gezielt in Zeiten verschoben, in denen die Nachfrage nach Energie geringer ist. Kunden profitieren so von einem Ladebonus von bis zu 240 Euro pro Jahr.

NEU!

Cabrio
Genuss
weinor PergoTex II
Die Pergola-Markise

weinor

Markisen Terrassendächer Glasoasen®

Ihr weinor Fachhändler

WULF & BERGER

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

Ihr Partner für perfekte Lösungen rund ums Haus...

Ihr Haus ist mehr als 4 Wände – es ist ein Ort, an dem Sie sich wohlfühlen, an dem Sie sich erholen, Zeit mit Freunden und Familie genießen. Ein Ort, zu dem Sie „nach Hause“ kommen. Wulf & Berger sorgt mit seinem kompetenten Team dafür, dass Sie sich in Ihrem zu Hause sicher, gut aufgehoben und rundum wohl fühlen. Dass Sie den Komfort genießen, den Sie für sich wünschen. Dass Ihre Bauvorhaben sauber, zuverlässig, kompetent und kreativ umgesetzt werden.

Was auch immer Ihre Wünsche und Probleme rund ums Haus sind, wir beraten Sie gerne persönlich und bieten individuelle Lösungen an. Sogar die lästigen Fliegen im Sommer halten wir von Ihnen fern.

Das renommierte Familienunternehmen Wulf & Berger GmbH steht seit 1871 für

Tradition und Qualitätsarbeit mit einem sorglos-rundum-Service. Es gibt so gut wie nichts, das wir nicht Hand in Hand anbieten können: Stahl-, Edelstahl-, Aluminium-, Blech-, Holz- und Glasarbeiten, natürlich auch bei Sonderanfertigungen. Darüber hinaus bieten wir erprobte Bauelementprodukte und Dienstleistungen an.

Sie haben schon ein Projekt im Kopf? Beschattung Ihrer Terrasse, ein Wintergarten, ein neues Tor, einen Zaun, ein neues Vordach? Dann finden Sie auf unserer Homepage bereits viele Informationen dazu. Oder wollen Sie sich einfach mal inspirieren lassen? Dann tauchen Sie ein in die Vielfalt der schönen Möglichkeiten rund um Haus!

Rufen Sie uns an oder schreiben Sie eine E-mail.

ENERGIESPEICHER STATT ENTSORGUNG

Zweites Leben für Lithium-Ionen-Akkus

Im Rahmen des Projekts CIRCULUS widmete sich die e-netz Süd Hessen AG gemeinsam mit einer Forschungsgruppe einer zentralen Frage der Energie- und Mobilitätswende: Was geschieht mit Lithium-Ionen-Batterien, wenn sie für den Einsatz in Elektrofahrzeugen nicht mehr geeignet sind? Im Rahmen einer Abschlussveranstaltung in Darmstadt präsentierte die Projektgruppe ihr Ergebnis: Gebrauchte Batterien können einer sinnvollen nachhaltigen Zweitnutzung zugeführt werden. Durch eine gezielte Umrüstung ist eine Weiterverwendung als stationärer Batteriespeicher, z. B. als Baustein der öffentlichen Energieversorgung, technisch problemlos umsetzbar. Gemeinsam mit Partnern, Fraunhofer-Institut für Betriebsfestigkeit und Systemzuverlässigkeit LBF, BMZ Germany GmbH, Zentrum für Sonnenenergie- und Wasserstoff-Forschung Baden-Württemberg (ZSW), Umicore AG & Co. KG und MC Services Nordhessen GmbH hatte die ENTEGA-Netztochter das Forschungsprojekt CIRCULUS im September 2021 gestartet.



V.l.n.r.: Dr. Peter Franz, Christian Hein, Ines Schultze (alle e-netz Süd Hessen AG), Dr. Dominik Spancken, Eva-Maria Stelter (beide Fraunhofer LBF), Gunnar Balkow (BMZ) und Jens Hack (Umicore) mit dem Demonstrator aus dem Projekt CIRCULUS.

Vor der Zweitnutzung steht das Recycling

Auch wenn sich die Ladekapazität von Autobatterien im Laufe ihrer Nutzung verringert und sie für den Fahrzeugbetrieb nicht wieder verwendet werden können, sind die Batterien noch nicht am Ende ihres Lebenszyklus angekommen. CIRCULUS zeigt eindrucksvoll, wie Lithium-Ionen-Batterien

ein zweites Leben geschenkt werden kann. Diese Möglichkeit zur Zweitnutzung wird in den kommenden Jahren immer wichtiger: So warnt die Wissenschaft bereits, dass der Rohstoff Lithium vor allem im Zuge der wachsenden Nachfrage an E-Fahrzeugen bald knapp werden könnte.

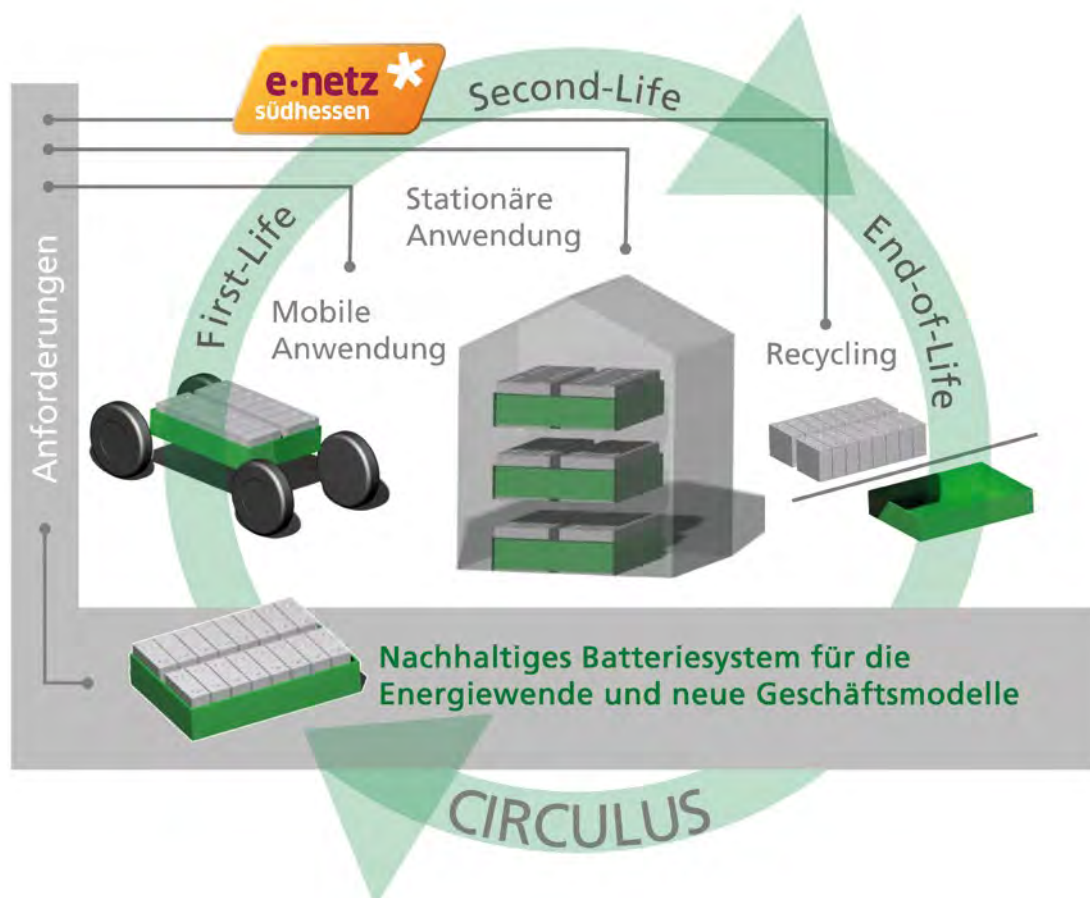
Gleichzeitig entwickelten die Forschenden im Rahmen des Projekts Methoden, um den dafür nötigen Umarbeitungsaufwand um 30 Prozent zu reduzieren. Der zeitliche Aufwand für die Sicherheitsbewertung der gebrauchten Lithium-Ionen Zellen verringert sich ebenfalls um 30 Prozent. Beson-

ders hervorzuheben ist die Steigerung der Rückführung konstruktiver Kunststoffe in den Wertstoffkreislauf um 80 Prozent.

Wichtiger Baustein für nachhaltige Energiezukunft

„Als zukunftsorientierter Netzbetreiber ist es unser Anspruch, innovative Lösungen zu entwickeln, die ökologische, ökonomische und gesellschaftliche Belange miteinander vereinen. Nachhaltigkeit ist dabei kein Nebengedanke, sondern ein zentraler Bestandteil unseres Handelns. Im Projekt CIRCULUS belegen wir, wie die Zweitnutzung von Batterien ein wichtiger Baustein für eine nachhaltige Energiezukunft sein kann. Im Hinblick auf den Hochlauf von Wärmepumpen und Wallboxen wird Engpassmanagement immer wichtiger. Unsere Ergebnisse zeigen, dass Speicher dabei eine wichtige Rolle übernehmen können, um die Stabilität im Stromnetz zu gewährleisten“, sagt Ines Schultze, kaufmännische Vorständin der e-netz Süd Hessen AG.

CIRCULUS beweist, dass ökologische Nachhaltigkeit und netzwirtschaftliche Effizienz erfolgreich miteinander verknüpft werden können. Nun gilt es, mit Unterstützung aus der Politik die regulatorischen Rahmenbedingungen zukunftsweisend umzugestalten. Netzbetreiber erhalten die Genehmigung für den Einsatz von Energiespeichern bisher nur unter strengen gesetzlichen Auflagen. Ines Schultze: „Noch fehlen ausreichende Anreize und Instrumente im gesetzlich-regulatorischen Rahmen, um Stromspeicher gezielt zur Entlastung der Strom-Verteilnetze zu verwenden.“



DAS HERZ VON DARMSTADT – PULSIERENDE VIELFALT

Der neue Werbeauftritt des Luisencenters



Das Luisencenter ist fast 50 Jahre nach seiner Eröffnung noch immer im Herzen von Darmstadt präsent und lebendig. Der stationäre Einzelhandel lebt. Ob der Trend zum Sofa-Shopping via Online-Handel oder die Einschränkungen durch die Corona-Pandemie – ein Gewerbe zu betreiben ist kein Selbstläufer.

Doch das Luisencenter beweist: Wer mitten im Leben der Stadt verankert ist, kann sich immer wieder neu erfinden. Die neue Kampagne des Luisencenter Darmstadt wurde von der „ken adolph slaeter“ Werbeagentur GmbH entwickelt, der Kreativpartner des Luisencenters.

Mit dem Slogan „Das Herz von Darmstadt“ wird das Luisencenter als pulsierendes Zentrum der Stadt positioniert.

Herzstück der Kampagne: Liebe, Vielfalt und Gemeinschaft

Mit dem Slogan „Das Herz von Darmstadt“ wird das Luisencenter als pulsierendes Zentrum der Stadt positioniert – ein Ort, an dem sich Menschen verschiedener Generationen, aus allen Teilen der Stadt und mit unterschiedlichsten Interessen treffen. Das Herz steht dabei für mehr als nur ein Symbol der Liebe: Es steht für Geborgenheit, Wohlfühlen, Freundschaft und eine lebendige Gemeinschaft.

Das Luisencenter selbst – so führt die Kampagne online wie offline vor Augen – ist der ideale Ausdruck dieser Vielfalt. Hier findet sich alles, was das Herz begehrt – von Einkaufsmöglichkeiten über das Städtische Bürger- und Ordnungsamt, Gastronomie bis hin zu saisonalen Aktionen, die Jung und Alt gleichermaßen ansprechen. Die Kampagne greift dieses Angebot auf, indem sie die bunte Mischung aus Waren, Dienstleistungen und Erlebnissen in einem markanten Design verpackt.

Design, das ins Auge geht: starke Farben und stilvolle Grafiken

Im Mittelpunkt der visuellen Gestaltung steht ein neues Logo, das die Identität des Luisencenters auf moderne Weise widerspiegelt. Mit der markanten Typografie in Blau und Rosa sowie dem weißen Herz im „R“ wird das zentrale Element subtil und wirkungsvoll betont. Der rote Hintergrund schafft eine starke visuelle Präsenz, während das Motto „Das Herz von Darmstadt“ senkrecht, als Ausrufezeichen platziert ist. Das ergänzende Pattern-Design, das auf allen Medien und der Centerwebsite zu sehen ist, spielt mit den gleichen kräftigen Farben. Quadrate in Blau, Rosa und Weiß nehmen verschiedene grafische Formen auf: Herzen, Blätter, Kreise und Diagonale wechseln sich ab und erzeugen ein spannungsvolles und zugleich harmonisches Gesamtbild. Außerdem erwartet eine neue Website, ebenfalls im neuen Design, die Besucher mit einem saisonalen „Herzregen“ an Angeboten und Informationen.

Aktion: Der Herzbogen als Fotomotiv

Das Herz als zentrales Kampagnenelement rahmt auf den Anzeigen- und Plakatmotiven die unterschiedlichsten Menschen und ihre besonderen Momente ein: ein Vater,



der sein Kind Huckepack trägt, ein übermütiges junges Paar auf dem Fahrrad oder Silver Surfer in Kauflaune. Auf diese Weise transportiert die Kampagne die Vielfalt der Besucher und ihrer Erlebnisse im Luisencenter.

Seit dem 14. Februar 2025 wird das Herz zudem als überdimensionales 3D-Element in der Mall präsent. Der „Riesenherz“-Bogen, flankiert von auffälligen Drop-Flags, wird hier zu einem zentralen Selfie-Spot, wo Lieblingsmenschen ihre eigenen besonderen Momente festhalten und ein unvergessliches Foto machen können. Der Herzbogen wird bis auf Weiteres ein magnetischer Anziehungspunkt im Luisencenter bleiben und auch bei zukünftigen Aktionen zu Fotomotiven inspirieren.

Kreative Aktionen für die Community

Zum Valentinstag setzte ein Gewinnspiel den Herzgedanken auf eine spielerische Weise fort. Paare und Verliebte konnten unter dem Herzbogen ein Foto machen, dieses auf sozialen Medien teilen und dabei attraktive Center-Gutscheine gewinnen. Darüber hinaus wird die Kampagne von weiteren kreativen Aktionen flankiert: „I love DA“-Giveaways, Citylights und Citycards werden in Darmstadt und im Luisencenter verteilt.





Stark im Auftritt – fair im Preis – mehr als 3.000 Euro Rabatt Finanzierung oder Leasing des Mitsubishi Colt BASIS 1.0 5MT

Ein Auto, das mit seinen inneren Werten überzeugt und gleichzeitig auch beim Preis angenehm bodenständig bleibt? Der Mitsubishi Colt BASIS 1.0 5MT ist genau das – ein moderner City-Flitzer mit viel Technik und Ausstattung zum attraktiven Einstiegspreis. Serienmäßig kommt der neue Colt mit Voll-LED-Scheinwerfern, einem Virtuellen Cockpit, wie auch Tempomat und Klimaanlage. Und wer jetzt denkt, dass ein gut ausgestattetes Fahrzeug automatisch teuer sein muss, wird beim Blick auf die Finanzierungs- und Leasingangebote des Autohaus Iser in Riedstadt überrascht sein.



Günstig leasen – komfortabel unterwegs

Leasingdetails:

- Fahrzeugpreis: 15.369,75 Euro
- Sonderausstattung: 831,93 Euro
- Gesamtrabatt: 3.290,00 Euro (entspricht 21,41 Prozent Ersparnis)
- Leasing-Gesamtpreis: 12.911,68 Euro

Konditionen:

- Laufzeit: 36 Monate
- Monatliche Leasingrate: nur 176,21 Euro
- Vertragslaufleistung: 30.000 km

* Preise für Leasingangebot ohne gesetzliche Mehrwertsteuer

Ein besonders attraktives Angebot für alle, die Planungssicherheit und ein modernes Fahrzeug ohne hohe Anfangskosten wünschen. Die günstige Monatsrate macht den Einstieg in den Mitsubishi Colt besonders einfach – ideal für Berufspendler, junge Fahrerinnen und Fahrer oder als zuverlässiges Zweitfahrzeug.

Flexibel finanzieren – komfortabel zahlen

Wer den Mitsubishi Colt lieber direkt finanzieren möchte, findet ebenfalls ein überzeugendes Angebot – mit niedriger Einstiegshürde und fairen monatlichen Raten.

Finanzierungsdetails:

- Fahrzeugpreis: 18.290,00 Euro
- Sonderausstattung: 990,00 Euro
- Gesamtrabatt: 3.290,00 Euro
- Gesamtpreis nach Rabatt: 15.990,00 Euro

Finanzierungsbeispiel:

- Kreditbetrag: 15.990 Euro



- Rate: 143,55 Euro
- Laufende monatliche Rate: nur 155 Euro
- Schlussrate: 10.059 Euro
- Laufzeit: 60 Monate

* Preise für Finanzierungsbeispiel inkl. gesetzlicher Mehrwertsteuer

Ob Leasing oder Finanzierung – das Autohaus Iser bietet für den Mitsubishi Colt BASIS 1.0 5MT clevere Lösungen, die perfekt zu individuellen Lebenssituationen passen. Und mit einem Rabatt von über 3.000 Euro erhält man nicht nur ein technisch überzeugendes Fahrzeug, sondern auch ein echtes Preis-Leistungs-Wunder. Einen ruhigen Schlaf verschafft uns das fünfjährige Garantieverprechen von Mitsubishi ebenso.

Wer jetzt neugierig geworden ist, sollte nicht lange zögern. Eine Probefahrt ist jederzeit möglich – einfach beim Autohaus Iser in Riedstadt melden und den neuen Colt live erleben.



Von Haus aus gut beraten.

Das Maklerteam der Sparkasse Darmstadt

**Wir verkaufen,
vermieten und bewerten
Ihre Immobilie**

Mehr erfahren
www.sparkasse-darmstadt.de/immobilien



Sparkasse
Darmstadt

Sparkasse Darmstadt
Immobilien Center
06151 -2816 10888
immobilienmakler@sparkasse-darmstadt.de