



NOVEMBER | DEZEMBER
AUSGABE 93 | 2023

RUNDSCHAU

NACHRICHTEN
AUS DER
FRANKENSTEINER
REGION

Ausgabe
Eberstadt
mit Nieder-Beerbach

Just for Fun im Jagdhofkeller 4 Töpferkurse 5 **Highlights**
Johanniter-Weihnachtstrucker 10 Bodo Bach in Pfungstadt 13
Kleine Preise im Warenkorb 16 Kochevents für Singles ab 70 Jahren 20
5 Fitness Gutscheine im Wert von je 100 € gewinnen 26

ANZEIGENAUFGABE: HERAUSGEBERIN K.WEBER · TEL. 06157/989699 · FAX 06157/987699 · REDAKTION@FRANKENSTEINER-RUNDSCHAU.DE · WWW.FRANKENSTEINER-RUNDSCHAU.DE

HAUSTÜREN
FENSTER · MARKISEN
INNENTÜREN
VORDÄCHER
U.V.M.

Firma
Leuschner
Telefon 06151-46375
www.leuschner-fenster-tueren.de

DARMSTADT

Darmstädter Weihnachtsmarkt

Der Weihnachtsmarkt lädt vom 20. November bis zum 23. Dezember 2023 wieder in die Darmstädter Innenstadt ein

DARMSTADT | Die Kulinarischen und handwerklichen Spezialitäten laden zu vorweihnachtlichem Treiben auf den Darmstädter Weihnachtsmarkt ein. Die adventlich geschmückte Innenstadt und die Weihnachtsbäume auf dem Marktplatz, dem Luisenplatz und dem Ludwigsplatz sorgen für Weihnachtsstimmung. Das besondere Highlight jedes Jahr sind die Stände aus den Darmstädter Partnerstädten. Ob Kunsthandwerk auf Liepaja (Lettland) oder kulinarische Spezialitäten wie ungarisches Lángos oder Wein und Käse aus Saanen (Schweiz) – die Partnerstädte werden von Darmstädtern wie Besuchern jedes Jahr sehnsüchtig erwartet. Die Öffnungszeiten sind Mo. bis Do. 11:00 bis 21:00 Uhr, Fr. und Sa. 11:00 bis 22:00 Uhr, So. 12:00 bis 21:00 Uhr. Am Totensonntag (26.11.) bleibt der Weihnachtsmarkt geschlossen. Das vielfältige Programm des diesjährigen Weihnachtsmarktes bietet für jeden Geschmack etwas: **Weihnachtsmarktbühne auf dem Marktplatz** Freitags, 19:00 bis 21:00 Uhr: „Bandfreitag“ mit Duos und kleinen Bands. Samstags, 15.30 bis 17:00 Uhr: Familienprogramm Sonntags, 15.30 bis 17 Uhr: Programm für Junggebliebene KulturKiste auf dem Friedensplatz Mittwochs, 16.30 bis 17.30 Uhr: Kinderzeit Freitags, 18.15 bis 20.15 Uhr: „Kultur-KistenFreitag“ mit Duos und kleinen Bands. Wer mehr über den Weihnachtsmarkt erfahren möchte, kann sich an den Adventssamstagen um 17:00 Uhr dem „Adventlichen Stadtrundgang“ anschließen.



EINE GLÜHWEINPRINZESSIN GIBT ES SEIT 2011 IN DARMSTADT. SIE STELLT U.A. BEI DER ERÖFFNUNG DES DARMSTÄDTER WEIHNACHTSMARKTES DAS NEUE MOTIV DER GLÜHWEINGLÄSER VOR. DAS FOTO ZEIGT DIE PRINZESSIN AUS DEM JAHR 2022.

Tickets unter <https://www.darmstadt-tourismus.de/veranstaltungen/darmstadt-erweihnachtsmarkt.html> Die Darmstädter Glühweinprinzessin auf dem Darmstädter Weihnachtsmarkt ist bei der Eröffnung am 20. November 2023, um 18.15 Uhr anwesend sowie am 06. Dezember ab 17:00 Uhr mit dem Nikolaus in der Innenstadt und auf dem Weihnachtsmarkt unterwegs. **Lesen Sie mehr auf Seite 24**

Gold-Silber-Ankauf
Münzen · Zahngold
ANKAUF
von Gemälden, Antiquitäten, Möbeln und Nachlässen, sofort Barzahlung.
64283 Darmstadt · Schulstraße 1
06151-256 88 · www.antikgalerie24.de
Antik Galerie

Praxis für Naturheilkunde und Traditionelle Chinesische Medizin
Akupunktur · Qi Gong · Massage
Chinesische Heilkräuter
Ernährung nach den fünf Elementen · Bewegungskurse
Meditation · Vorträge
Dipl. Biologin Viola Buggle
- Heilpraktikerin -
Rügenerstraße 69 · 64319 Pfungstadt
Mobil 0 15 90 -103 65 69
www.viola-buggle.agtem-therapeut.de
Termine nach tel. Vereinbarung

Pizza & Pasta Genießerlounge
Familie Lo Baido
Pfungstadt/Eschollbrücken
Hintergasse 11-13
Telefon 06157-986926
Mobil 0152-53400738
Große Auswahl an Zigarren, Gin & Rum
Feiern Sie Weihnachten in gemütlichem Ambiente!
80 Sitzplätze für Ihre Firmen- und Privatfeiern, Kinderspielplatz - Terrasse - Wintergarten.
Familie Lo Baido freut sich auf Ihren Besuch!
SONNTAG MITTAG zur Begrüßung 1 Glas Prosecco gratis!
ÖFFNUNGSZEITEN: Di-Sa 17:30-22:30 Uhr Bitte reservieren!
So ab 11:30 Uhr, Mo Ruhetag | www.business-lobaido.de/pizzeria
Geöffnet am 1. und 2. Weihnachtsfeiertag, den 25. und 26.12.23 von 17:00-22:30 Uhr Wir freuen uns auf Ihre Reservierung!

2. März 2024
Sport- u. Kulturhalle Pfungstadt
Beginn: 19.30 Uhr · Einlass: 18.30 Uhr
Freie Platzwahl · Kartenvorverkauf:
Melibokus Buchhandlung
in Pfungstadt,
Reservix-Tickethotline
0761 888499 99
oder online unter www.mach-4

GOLD-ANKAUF
Wir kaufen in jeder Größenordnung!
Briefmarken, Münzen, Gold, Silber, Schmuck uvm..
AAK Phila GmbH · Albert Kiel
Telefon 06151-55047
Pfungstädter Str. 35
Da-Eberstadt

Tresorbau Balkmann
Tresore aller Größen und Sicherheitsstufen
Sichern Sie Ihre Werte!
Ausstellung
Mo-Do 9-16h, Fr 9-15h
Ostendstraße 11
64319 Pfungstadt
Telefon 06157-83 333
www.balkmann-tresore.de

Hörgeräte verbinden
Genießen Sie die Klänge des Lebens
Schon gehört? Bald auch in Pfungstadt!
Familienbetrieb · alle Preisklassen · Akkutechnik · Im-Ohr-Technik
Barak Hörgeräte
Kostenlose Ausprobe
Kostenloser Hörtest
Heidelberger Landstraße 221a
64297 Darmstadt-Eberstadt · Tel. 06151/57783
E-Mail: info@barak-hoeren.de

Steuern? Wir machen das.
VLH.
Carsten Bührst
Diplom-Betriebswirt
Mo bis Do 10-17 Uhr
Fr 10 bis 14 Uhr
carsten.buehrt@vlh.de
06151 1011800
Monika Solak
Zertifiziert nach DIN 77700
Mo+Mi 9-14 Uhr
Di+Do 13-19 Uhr
Mi 16-19 Uhr,
So nach Terminvereinb.
monika.solak@vlh.de
06151 6674788
Beratungsstelle:
Heidelberger Landstraße 214
64297 Darmstadt-Eberstadt
www.vlh.de
Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.
LOHNSTEUERHILFEVEREIN
Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 SIBerG.

Machen Sie mal wieder Urlaub - zuhause!
Neues Styling, neue Polster, neue Vorhänge - alles aus einer Hand.
„Gesund schlafen - schön wohnen“
www.raumausstattung-kniess.de
Tel. (06151) 5 44 07
Kniess
Betten- & Raumausstattung

Allen Kunden, Freunden und Bekannten unseres Hauses wünschen wir eine schöne Weihnachtszeit!
Telefon 06 151 - 308 25 - 0
www.kleinstauber-immobilien.de
KLEINSTAUBER
immobilien GmbH

Pfandhaus Bergstraße
diskret, schnell und einfach
Dieter Mundt
Zwischen den Bächen 15
64625 Bensheim
Tel. 06251 1039642
info@pfandhaus-bergstrasse.de

JETZT SOMMERURLAUB 2024 BUCHEN UND FRÜHBUCHER-RABATT SICHERN!
GUTE BERATUNG!
GUTER URLAUB!
HIER IM REISEBÜRO!
Indiv. Reiseberatung und Reisevermittlung
Georgenstr. 55 · 64297 Da-Eberstadt · siegfried-lehnst@t-online.de
www.siegfried-lehnst-reiseberatung-und-reisevermittlung.de
Freitagnachmittag geschl., Samstagvormittag mit vorheriger fester Vereinbarung.
Telefon 06151-396 3076

Fachkompetenz seit über 25 Jahren
FENSTER & TÜREN
DASCHER & PARTNER BAUELEMENTE GMBH
Lichtenberger Weg 16a
64397 Modautal-Lützelbach
IHR FACHBETRIEB FÜR FENSTER UND TÜREN
Fenster
Haustüren
Innentüren
Rollläden
Sonnenschutz
Insektenschutz
www.dascherundpartner.de | Tel.: 06254 - 1802

Fernseh Simandl in Darmstadt weiterhin für seine Kunden tätig!

-ANZEIGE-

Serviceverträge, Reparaturen und Verkauf werden ausgeführt



FOTO: CHRISTIAN SOHNKE

Wer... repariert statt wegwerfen?

Fernseh Simandl Seit fast 40 Jahren
spezielle Produkte für Senioren

Fernseh-Technikermeister
Ralf Schöffel (Inhaber) **Mein Technik Profi!**

TV Verkauf & Reparatur
SAT Anlagen · Kabelfernsehen
Bismarkstr. 65-67 · Darmstadt
info@fernseh-simandl.de
www.fernseh-simandl.de
06151-666 777

caritas

STEUERGRUPPE FAMILIEN STÄRKEN
IN EBERSTADT

**FRÜHSTÜCKSTREFF
für Senior*innen
jeden Mittwoch**

Ab 20. April 2022
von 9:30 bis 11:30 Uhr
im Pfarrsaal St. Georg
Stockhausenweg 50
Fritz-Dächert-Siedlung

Für alle Menschen aller Kulturen
im Alter von 60 +, die Interesse
an Begegnung und Bildung haben.

DRAHT WEISSBÄCKER

ZÄUNE · GITTER · TORE

Draht-Weissbäcker KG
Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg
Tel. (06071) 988 10 · Fax (06071) 5161

Internet: www.draht-weissbaecker.de
Email: draht@weissbaecker.de

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



EIN GEMÜTLICHER, GESELLIGER UND ROMANTISCHER MARKT: Mit ausgefallenem Programm und Attraktionen und bezaubernden Hütten.

INHABER RALF SCHÖFFEL vor seinem Betriebsfahrzeug.

DARMSTADT UND UMGEBUNG | Der Verkauf sowie die professionelle Kundenberatung vor Ort stehen beim Fachhändler und Meister Ralf Schöffel der Firma Fernseh Simandl in Darmstadt im Vordergrund, obwohl der Ausstellungsraum geschlossen ist. Die Fortführung von Service-Verträgen, Reparaturen an den Geräten, Antennenbau und -verkauf gehen selbstverständlich weiter. Nach über 40 Jahren Geschäftstätig-

keit wurde die neue Geschäftsform umgestellt aufgrund vom veränderten Kaufverhalten der Kunden. Ralf und Gerlinde Schöffel wünschen allen eine schöne Advents- und Weihnachtszeit! **Fernseh Simandl (Meisterbetrieb) Inhaber Ralf Schöffel** Bismarkstraße 65-67 64293 Darmstadt Telefon 06151-666777 info@fernseh-simandl.de

Martin Kälberer | Indigo Tales

Veranstaltung im Theater Mobile Zwingenberg | 2. Dezember

ZWINGENBERG | Nach seinem letzten, sehr auf das Piano konzentrierten Album INSIGHTOUT hat sich Martin Kälberer wieder mehr auch seinen anderen Klangkörpern zugewandt, die es ihm ermöglichen, seine Klangkulturen und -landschaften noch detailreicher auszumalen. Nicht zuletzt inspiriert von seinem jüngsten Immersive-Audio-Projekt RAUM, das er mit aufwendigster Technik nun schon mehrere Male in der eigens dafür umgerüsteten Alten Brauerei in Stegen am Ammersee präsentiert hat, sind neue Stücke entstanden, die den

Zuhörer noch mehr eintauchen lassen in eine vielschichtige Klangwelt, in der akustische Instrumente, elektronische Elemente und spielerische Musikalität zu einer Einheit verschmelzen. Eine Traum-Musik, die sich allen Genres entzieht und Vergleiche mit Einaudi, Nils Frahm oder Hania Rani nicht zu scheuen braucht. Die Veranstaltung findet am 2. Dezember um 20:00 Uhr statt im Theater Mobile, Am Obertor 1, 64673 Zwingenberg, mobile-zwingenberg.de, Eintritt 25,00 € (VVK 24,00 € zzgl. Gebühren), www.mobile-zwingenberg.de

Weiterstädter Weihnachts- und Kunsthandwerkermarkt

WEITERSTADT | Im Park von Schloss Braunshardt findet am 2. Adventswochenende der Weihnachts- und Kunsthandwerkermarkt statt. Das Schloss im Lichterglanz erzeugt gemeinsam mit der Parkanlage ein stilvolles und gemütliches Ambiente. Neben einem vielfältigen Angebot an kulinarischen Köstlichkeiten sowie Geschenkideen &

Kunsthandwerk können die Besucher auch die aufgebaute Eisstockbahn nutzen. Der Nikolaus wird am Samstag- und Sonntagmittag erwartet und bringt Geschenke für die kleinen Gäste mit. Außerdem gibt es ein Musikprogramm. Veranstalter: Stadt Weiterstadt (Schlossgartenstraße 2, 64331 Weiterstadt).

Darmstadt-Eberstädter Weihnachtsmarkt

DA-EBERSTADT | Besinnlichkeit an jeder Ecke: Der Eberstädter Weihnachtsmarkt öffnet traditionell am ersten bis vierten Adventwochenende, vom 02. bis 17. Dezember 2023,

samstags und sonntags von 15:00 bis 20:00 Uhr am Haus der Vereine in Darmstadt-Eberstadt und dem Hof der Geißelschen Schmiede - dem historischen Ortskern Eberstadts -

**Nikolausmarkt in Mühlthal-Traisa**

MÜHLTAL-TRAISA | Der SV 1911 Traisa und die Traisaer Schule laden am Samstag, den 09. Dezember 2023, von 15:00 bis 19:00 Uhr wieder zum Nikolausmarkt auf den Schulhof in der Darmstädter Straße 38 ein. Freuen Sie sich auf Selbstgebackenes, Glühwein, Kinderpunsch und warme Speisen wie Waffeln, Pommes, Würstchen und die stets beliebte Champignonpfanne, das Wintercafé bietet Kaffee und Kuchen. Es gibt vielfältige Geschenkideen bei den Basteleien und Handarbeiten aus

der Werkstatt des Nikolausmarkt-Teams, der Grundschule und des Kinder- und Jugendfördervereins. Im Rahmenprogramm treten eine Flötengruppe der Musikschule Paul und der Posaunenchor der evangelischen Kirchengemeinde Traisa auf. Es gibt wieder eine Verlosung mit vielen gespendeten Geschenken, sowie das Bilderbuchkino für die Kleinen. Der Nikolaus wird gegen 18:00 Uhr erwartet und hat für alle Kinder etwas dabei.

Der gesamte Erlös wird wie immer an sozial-karitative Einrichtungen wie die Darmstädter Tafel gespendet. Alle sind herzlich Willkommen!



FOTO: ISTOCK

Nikolausmarkt in Heppenheim

HEPPENHEIM | Die Kreisstadt Heppenheim veranstaltet jährlich am ersten Samstag im Dezember von 10:00 Uhr bis 22:00 Uhr den traditionellen Nikolausmarkt in der Altstadt Heppen-

heims. Der Nikolausmarkt ist auf Grund seines besonderen Flairs und dem vielfältigen Angebot nicht gewerblicher Art weit über die Stadtgrenzen bekannt und zieht jährlich viele Besucher an.

Der 45. Nikolausmarkt in der historischen Altstadt Heppenhems rund um Markt- und Kirchenplatz bis in die Innenstadt hinein findet am 02.12.2023 statt. Der Stadtbuss (678 und 679) kann an diesem Tag kostenlos genutzt werden.

Eberstadts Katholiken wählen Pfarrgemeinderat

Motto: „Kirche heute – Kirche morgen. Kirche in Vielfalt gestalten“ | Briefwahl im März 2024 | Kandidatensuche beginnt

DARMSTADT-EBERSTADT | Unter dem Motto „Kirche heute – Kirche morgen. Kirche in Vielfalt gestalten.“ werden am 16. und 17. März 2024 im Bistum Mainz die Pfarrgemeinderäte neu gewählt. Die Eberstädter Pfarrgemeinden St. Josef und St. Georg haben sich erneut für einen Gesamtpfarrgemeinderat und die Form der Briefwahl entschieden. Mit der Kandidatensuche wurde

bereits begonnen. Zu vergeben sind 7 Plätze in St. Josef und 4 in St. Georg. Engagierte Menschen sind willkommen, die Freude daran haben, gemeinsam mit dem Pfarrer und anderen hauptamtlichen Mitarbeitenden das Leben in der Gemeinde mitzugestalten. In beiden Pfarrkirchen liegen Falblätter zur Einreichung von Kandidatenvorschlägen aus. Der Pfarrgemeinderat ist ein Laien-

gremium in einer katholischen Kirchengemeinde. Er wird für vier Jahre gewählt. Seine Existenz verdankt er dem Reformwillen von Papst Johannes XXIII. und dem von ihm einberufenen Zweiten Vatikanischen Konzil Anfang der 1960er Jahre, das die Position der Laien in der katholischen Kirche stärkte. Erstmals wurde ein Pfarrgemeinderat 1968 gewählt. (Y-Redaktion)

Konzert des Mandolinen-Orchesters Eberstadt

Mit ukrainischer Solistin Nataliya Korchynska

DARMSTADT-EBERSTADT | Im Jahr der Mandoline lädt das Mandolinen-Orchester Eberstadt erneut zu einem Konzert mit der ukrainischen Solistin Nataliya Korchynska am 25. November 2023 um 19:00 Uhr in den Ernst-Ludwig-Saal, in der Schwanenstraße 42 in 64297 Darmstadt-Eberstadt ein.

Dieses Jahr rief der Deutsche Musikrat die Mandoline zum Instrument des Jahres aus. Dem kleinen Saiteninstrument, abstammend von der historischen Laute, sollte damit mehr Aufmerksamkeit zuteil werden. Zugleich galt es, dessen Rolle als klassisches Konzertinstrument hervorzuheben. Schließlich haben Komponisten wie Vivaldi, Mozart oder Beethoven Werke für dieses Zupfinstrument geschrieben. Das gemeinsame Musizieren im Zupforchester mit Mandolinen, Mandolen, Gitarren und Bass kam erst im 19. Jahrhundert in Italien auf und verbreitete sich dann bald in ganz Europa.

In Eberstadt wird diese musikalische Tradition seit bald 60 Jahren vom dortigen Mandolinen-Orchester gepflegt. Zum Jahr der Mandoline trug

das Orchester mit zwei Konzerten im Eberstädter Rathaussaal bei. Der Zufall wollte es, dass die vom Krieg geflüchtete ukrainische Mandolinenkünstlerin Nataliya Korchynska in Bensheim-Auerbach eine Bleibe fand und dort vom Eberstädter Mandolinen-Orchester hörte. Der Kontakt war schnell geknüpft, und so trat die junge Musikerin schon mehrfach als Solistin mit dem Eberstädter Orchester auf.

In ihrer Heimatstadt Charkiw nahe der russischen Grenze ist sie aufgewachsen. Dort schloss sie ihr Studium an der Igor Kotlyarevsky Kharkov State University of Arts in der Domra-Klasse (Klasse des Verdienten Künstlers der Ukraine, Professor - Boris Mikheev) ab. Nataliya Korchynska ist Preisträgerin ukrainischer und internationaler Wettbewerbe. Mit drei Jahren schon erhielt sie Kla-

vierunterricht und erlernte das Spiel auf der Domra, einem der Mandolinen sehr ähnlichen Zupfinstrument. Sie trat zuletzt nicht nur als Künstlerin auf, sondern gab auch Musikunterricht. Nach Ausbruch des Krieges floh sie zusammen mit ihrem Vater und der Katze nach Deutschland. Jetzt studierte sie im dritten Jahr an der Abteilung für Opern und Symphoniedirigieren an der Igor Kotlyarevsky Kharkov Universität der Künste, plant aber aufgrund des Krieges, ihre zweite Ausbildung in Deutschland zu beenden.

Zum Konzert am Samstag, den 25. November wird Nataliya Korchynska Werke des ukrainischen Komponisten Boris Mikheev für Solo-Mandoline vorführen. Das Mandolinen-Orchester spielt Werke von der Renaissance über Barock und Klassik bis hin zu modernen Rhythmen und Beatlesongs. (H)

Zum Konzert am Samstag, den 25. November wird Nataliya Korchynska Werke des ukrainischen Komponisten Boris Mikheev für Solo-Mandoline vorführen. Das Mandolinen-Orchester spielt Werke von der Renaissance über Barock und Klassik bis hin zu modernen Rhythmen und Beatlesongs. (H)



FOTO: MANDOLINEN-ORCHESTER EBERSTADT

NATALIYA KORCHYNSKA.

GESUNDHEITZENTRUM PFUNGSTADT

- PARTNER KÖRPERFORMEN -



Annette und Marcus Schwarz, Pfungstadt:

„Wir trainieren jetzt seit fast einem halben Jahr und bisher war alles perfekt. Das ganze Trainerteam macht einen tollen Job und sie motivieren uns beim Training. Würden jedem empfehlen dort zu trainieren“



Hubert Heinz, Eberstadt:

„Ein super Team: Kompetent, freundlich, hilfsbereit. Nach einer Verletzung konnte ich meinen rechten Arm nicht mehr bewegen. Dann startete Ende Juni 2022 das EMS Training. Bewegungen des Arms wurden durch die Trainer während des EMS-Trainings assistiert. Heute im März 2023 kann ich meinen Arm wieder selbst bewegen. Es ist ein sehr gutes Gefühl. Vielen Dank!“

Annette Grund, Seeheim:

„Das Team vom Gesundheitszentrum Pfungstadt ist einfach klasse: super freundlich, zugewandt und sympathisch, total kompetent und immer auf die Tagesform des Trainierenden zugeschnitten. Ich fühle mich hier bestens trainiert und freue mich auf jedes Training. Die 20 Minuten vergehen immer wie im Flug. Den Rest des Tages fühle ich mich frisch und voller Energie. Weiter so!“



Frank Willm, Pfungstadt:

„Sehr gutes, individuelles Training, je nach meiner Tagesform mögliche Beeinträchtigungen werden jederzeit vom Trainerteam berücksichtigt. Sehr persönlicher Kontakt.“



Uschi und Joachim Waibel, Pfungstadt:

„Das Gesundheitszentrum Pfungstadt punktet mit seinem tollen, sehr freundlichen und zugleich äußerst kompetenten Team. Mein Mann und ich sind schon seit über einem Jahr dabei, und ich muss sagen, es macht uns beiden sehr viel Spaß. Das regelmäßige Training tut nicht nur dem Körper sondern auch dem Geist gut. Ich benutze auch noch regelmäßig die **Ganzheitlich Medizinische Therapieliege**, von der ich total überzeugt bin. Meine Rücken- und Nackenschmerzen sind so gut wie weg. Man fühlt sich fit und energievoll. Wir können das Gesundheitszentrum mit gutem Gewissen weiter empfehlen.“



Prof. Dr. med. Michael Kramer, Pfungstadt:

„Ich trainiere seit Jahren im Gesundheitszentrum Pfungstadt und kann bestätigen, dass das Training für Muskelaufbau und Wohlbefinden - auch aus ärztlicher Sicht - sehr zu empfehlen ist.“

Auch nutze ich die **Ganzheitlich Medizinische Therapieliege** - eine Wohltat für den Rücken.“

Tania La Rocca, Mannheim:

„Ich wurde von Anfang an sehr herzlich empfangen und gehe auch weiterhin sehr gerne zum Training. An Professionalität, Standard, Qualität, Fachkompetenz und Spaß nicht zu übertreffen. Ich habe es schon oft weiterempfohlen und werde das weiterhin tun. Das Team ist immer sehr herzlich und bemüht. Trotz Umzug und weiter Fahrstrecke, möchte ich das Studio auf keinen Fall tauschen!“



Brigitte Knop, Pfungstadt:

„Freundliche und persönliche Beratung, es wurde individuell auf die Befunde und körperliche Fitness ein Trainingsplan erstellt. Angenehme Atmosphäre und Training in den klimatisierten Räumlichkeiten. Das Training hilft mir die Gelenke zu stabilisieren und die **Ganzheitlich Medizinische Therapieliege** mit Infrarot-Tiefenwärme hat mir sehr geholfen meine Bandscheibenprobleme in den Griff zu bekommen. Nach dem Training eine wohltuende Entspannung. Sehr zu empfehlen.“



Kristin Mulak, Pfungstadt:

„Das Gesundheitszentrum Pfungstadt empfehle ich sehr gerne weiter. Das gesamte Team ist sehr freundlich, sehr kompetent und geht zu jeder Zeit individuell auf mich ein. Nach den ersten 3 Monaten kann ich bestätigen, das Training ist wirklich effektiv und macht mir viel Spaß.“

Eine optimale Ergänzung für mich ist die **Ganzheitlich Medizinische Therapieliege**, die ich ebenfalls wöchentlich im Anschluss an das EMS-Training nutze: eine sehr wohltuende und effiziente Massage des Fasziengewebes entlang der Wirbelsäule in Kombination mit Infrarot. Dank verschiedener Behandlungen und Intensitätsgrade wird diese individuell an mich und meine Tagesform angepasst. Ich fühle mich währenddessen und anschließend sehr entspannt und das Gewebe gelockert. Meine Nackenverspannungen sind mittlerweile schon merklich weniger geworden. Auch zu erwähnen ist das sehr schöne Ambiente: ein liebevoll gestalteter separater Raum mit entspannender Musik. Top Preis-Leistungsverhältnis.“

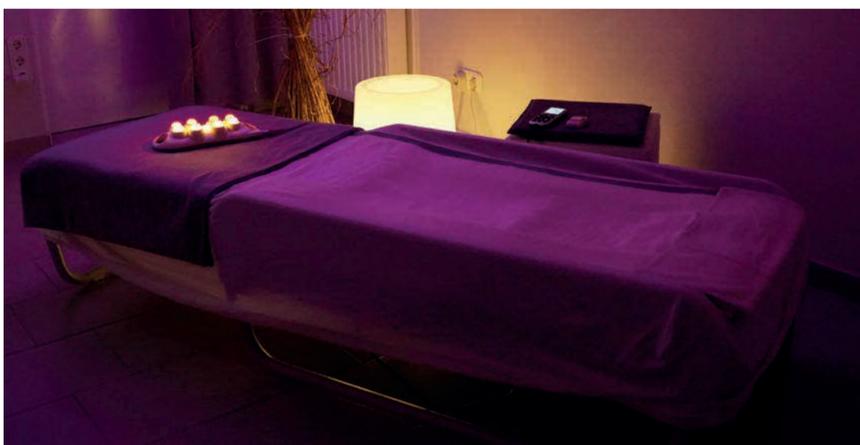


Angelika Batzel, Bickenbach:

„Ich bin zwar noch nicht so lange dabei, aber bisher rundum zufrieden. Alle Trainer sind sehr nett, motiviert und lockern das Training immer mit einem persönlichen Gespräch auf. Meine Rückenschmerzen vom Sitzen im Büro sind deutlich zurück gegangen. Ich freue mich mittlerweile auf die Termine und fühle mich gut betreut.“

Anne Bach, Pfungstadt:

„Meine Erfahrungen mit dem Gesundheitszentrum Pfungstadt sind außerordentlich positiv - sowohl im Training als auch im zwischenmenschlichen Bereich. Wertschätzung - im Allgemeinen inflationär verwendet - wird hier gelebt. Das Training ist vollkommen abgestimmt auf meine persönlichen körperlichen Unzulänglichkeiten und es wird immer Rücksicht genommen.“



Ganzheitliche Medizinische Therapieliege



Das Therapeuten- und Trainerteam

VEREINBAREN SIE JETZT IHREN KOSTENFREIEN BERATUNGSTERMIN

Eberstädter Str. 67 | 64319 Pfungstadt | ☎ 06157 981 16 91 | ✉ pfungstadt@kformen.com | www.körperformen.com

**IMMOBILIENRECHT
ERBRECHT**



KANZLEI DR. MARKUS ARRAS
Fachanwalt für Erbrecht
Fachanwalt für Steuerrecht
Fachanwalt für Handels- und Gesellschaftsrecht

Notar und Rechtsanwalt Dr. Markus Arras
Eberstädter Straße 6
64319 Pfungstadt (P im Innenhof)
Telefon 06157-40 29 82-0
Fax 06157-40 29 82-2
E-Mail kanzlei@notar-arras.de
Web www.notar-arras.de



Noch keine Trauringe?
Wir fertigen individuell innerhalb 10 Tagen!



Christine Großmann
Goldschmiedeaterier & Juwelier

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin:
06157-9139101
Mo/Di/Do/Fr 9:30 - 13:00 & 14:30 - 18:00 Uhr, SA 9:30 - 13:00
Eberstädter Straße 38, 64319 Pfungstadt



NUR BESTENS AUSGEBILDETE GOLDSCHMIEDE, Schmucksteinfasser und Graveure sind für die Anfertigung der Trauringe verantwortlich.

Just for Fun | Jahresabschluss im Jagdhofkeller

DARMSTADT | Am 25. November ab 20.00 Uhr (Einlass ab 19.00 Uhr) können die Fans der Griesheimer Kultband "Just for Fun" wieder einmal im beeindruckenden Ambiente des Bessunger Jagdhofkellers eine jener nun seit über 15 Jahren bekannten und extrem beliebten Reisen durch die Musik der 60er/70er/und 80er

Jahre erleben und gemeinsam feiern. Just for Fun treten dann in "Ihrem Wohnzimmer, wie sie es nennen, auf. "Nach dem erneut großen Erfolg beim Griesheimer Zwiebelmarkt wollen wir nun den 25. November im Jagdhof mit hoffentlich wieder sehr vielen Freunden aus der gesamten Region zu einem jener emotionalen



JUST FOR FUN treten wieder in "Ihrem Wohnzimmer" auf, wie sie es nennen.

Nichts dem Zufall überlassen... -ANZEIGE-

...sondern geschickt vorsorgen bei der Nachfolgeplanung

PFUNGSTADT | Nach den Vorstellungen des Gesetzgebers werden die Erben Rechtsnachfolger des Verstorbenen. Dies bedeutet, dass alles, was dem Erblasser gehörte automatisch und ungeteilt auf die Erbengemeinschaft übergeht. Dies kann in der Praxis zu erheblichen Problemen führen. Die Probleme entstehen üblicherweise dann, wenn ohnehin schon Disharmonie unter den Erben vorhanden ist oder wenn diese anlässlich der Aufteilung des Nachlasses entsteht.

Die Erfahrung zeigt, dass sich durch eine wohlgedachte Nachfolgeplanung entsprechende Streitigkeiten im Einzelfall vermeiden lassen. Um der Gefahr zu entgegen, dass die letztwillige Verfügung im Erbfall keine oder nicht die gewollte Rechtswirkung entfaltet, empfiehlt es sich, professionelle Hilfe zu Rate zu ziehen.

Häufig besteht der Wunsch des Testierenden auch nach seinem Tod Einfluss zu nehmen, etwa um Streit unter den Erben zu verhindern, einen geordneten Ablauf der Erbauserbsetzung oder die Durchsetzung seines Testierwillens zu gewährleisten. Hier bietet sich im Einzelfall die Einsetzung eines Testamentsvollstreckers im Testament an. Der Testierende kann die Person des Testamentsvollstreckers und seinen

Aufgabenbereich bestimmen und den Erben dadurch eine Unterstützung an die Hand geben. Der Testamentsvollstrecker ist der verlängerte Arm des Verstorbenen und hat je nach Ausgestaltung viel Macht: Er kann dafür sorgen, dass der (minderjährige) Erbe den Nachlass nicht verprasst. Auch wenn ein behinderter Mensch von einer Erbschaft möglichst ohne Verlust profitieren soll, kann der Testamentsvollstrecker dem Verstorbenen zu seinem Willen verhelfen.

Ist der Erbfall bereits eingetreten, gilt es schnellstmöglich zu handeln, da durch den Erbfall Fristen in Gang gesetzt werden, nach deren Ablauf eine Ausschlagung des Erbes oder die Geltendmachung von weitreichenden Ansprüchen rechtlich nicht mehr möglich ist. Zögern Sie deshalb nicht, rechtzeitig professionelle Hilfe zur Rate zu ziehen.

Dr. Markus Arras, Notar, Fachanwalt für Erbrecht, Steuerrecht sowie Handels- und Gesellschaftsrecht
Eberstädter Straße 6
64319 Pfungstadt
Telefon: +49 61 57 / 40 29 82-0
Fax: +49 61 57 / 40 29 82-2
mailto: kanzlei@notar-arras.de
<https://www.notar-arras.de>

100 % Made in Germany -ANZEIGE-

Das ist Programm im Goldschmiedeaterier | Christine Großmann aus Pfungstadt

PFUNGSTADT | Seit mehreren Jahren arbeitet die Goldschmiedemeisterin Christine Großmann im Trauringbereich mit deutschen Trauringfirmen, unter anderen aus Pforzheim und Hamburg zusammen. Die Unternehmen fertigen die Trauringe traditionell zu 100 Prozent in Deutschland in eigenen Werkstätten. Damit verbunden ist ein hoher Qualitätsanspruch, aber auch die Motivation, Arbeitsplätze und Fachwissen in Deutschland zu halten. Nur die bestens ausgebildeten Goldschmiede, Schmucksteinfasser und

Graveure sind für die Anfertigung der Trauringe verantwortlich. Ebenso nachhaltig ist der Umgang mit den verwendeten Rohstoffen. Die Trauringe aus der Meisterwerkstatt von Frau Großmann werden aus recyceltem Gold, Silber, Platin und Palladium hergestellt, das von Pforzheimer Scheideanstalten geliefert wird. Es kann sogar auf Wunsch fair trade Gold verarbeitet werden! Als besonderes Angebot bietet Frau Großmann auch die Trauringanfertigung in Form von Goldschmiedekursen an. Innerhalb eines Tages werden aus

Frauentreff | Ausflug zum Mainzer Weihnachtsmarkt am 5. Dezember

MAINZ | Der „Frauentreff“ bietet in Kooperation mit dem Frauen- und Gleichstellungsbüro der Stadt Griesheim am Dienstag (5. Dezember) einen Ausflug nach Mainz zum historischen Weihnachtsmarkt auf den Domplatz an. Abfahrt ist um 10.30 Uhr an der Schulgasse/Ecke Weichgasse und um 10.45 Uhr am Parkplatz Felsenkeller. Der Ausflug kostet pro Person 25 Euro. Die Rückfahrt nach Griesheim ist für 18 Uhr vorgesehen. „Den Mainzer Weihnachts-

markt gibt es seit 1788. Allerdings wurde der Markt vor über 200 Jahren noch als „Nikolose Markt“ bezeichnet. Heute ist der Mainzer Weihnachtsmarkt auf dem historischen Marktplatz vor dem mächtigen Dom St. Martin mit vielen Lichterketten festlich geschmückt und an über einhundert Ständen finden Besucher:innen ein breit gefächertes weihnachtliches Angebot“, erläutert die Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Griesheim, Karin Hofmann. (sp)

Interessierte Frauen können sich für den Ausflug zum Weihnachtsmarkt nach Mainz bei der Leiterin des „Frauentreffs“, Ulla Zimmer, telefonisch unter 0172 1951 227 anmelden.

und beliebten Musikabende mit ausgelassener Freude, Tanz und Erinnerungen zu einem Erlebnis der besonderen Art machen, so Norbert Leber. "Wir alle hoffen, dass möglichst viele Freunde der tollen Musik der letzten Jahrzehnte mit uns gemeinsam einen schönen Abend genießen werden", meinte Werner Steudtner abschließend.

Trennung | was nun?

Einzelberatung für Frauen in Seeheim-Jugenheim

SEEHEIM-JUGENHEIM | Demnächst finden wieder Beratungstermine für Frauen in Trennung oder Scheidung statt. Die Beratung wird – auf Einladung der Gleichstellungsbeauftragten der Gemeinde – von Mitarbeiterinnen der Fachberatungsstelle „Frauen helfen Frauen e.V.“ aus Dieburg durchgeführt. Trennung und Scheidung bedeuten einen gravierenden Einschnitt im Leben der betroffenen Frau. Wer in einer Trennung steckt, weiß oft nicht, wie es weitergehen soll; Verletzungen und Enttäuschungen beeinflussen den Alltag. Die Trennungs- und Scheidungsberatung soll helfen,

EDITORIAL

Schenken bereitet Freude



Erwarten Sie auch sehnsüchtig den Dezember, in dem wir wieder gemütlich über den Weihnachtsmarkt schlendern können? Beim Bummeln Bekannte treffen, mit ihnen heißen Glühwein oder Punsch trinken und im Gespräch die Zeit aus den Augen verlieren, so freuen wir auf Heilig Abend. Viele beginnen schon mit der Weihnachtsbäckerei, indem sie alte und neue Rezepte ausprobieren. Was gibt es Schöneres, als lieben Menschen ein Päckchen mit selbstgebackenen Leckereien zu schenken...auch dem Postboten und der Zeitungsfrau. Vielleicht auch jenen, von denen wir wissen, sie können sich Süßes nicht oft leisten. Und zu den Leckereien überreicht man noch eine Weihnachtskarte mit einem lieben Gruß und schon sieht man das Gesicht mit den strahlenden Augen vor sich. Die Kinder von Freunden lieben die dunkle Jahreszeit, denn mit ihren Eltern packen sie auch Päckchen für arme Kinder in Osteuropa, machen mit bei Aktionen wie Weihnachten im Schuhkarton oder dem Weihnachtsbaum im Supermarkt, dort hängen Zettel mit Weihnachtswünschen von Kindern... und die kann man vielleicht erfüllen. In diesem Sinne, wünsche ich und mein Team Ihnen einen schönen Dezember.

Ihre Karin M. Weber

Schneiderstube
Pfungstadt

Meisterbetrieb
Inh. E. Buchholzer-Sturm
Waldstraße 71 | 64319 Pfungstadt
Telefon 06157-81403
Di 9-12 Uhr, 15-18 Uhr
Mo bis Sa: Termine nach Vereinbarung
www.schneiderstube-pfungstadt.de

Blechstreifen zwei Trauringe angefertigt, die sich sehen lassen können und sogar besser als die handelsüblichen Stücke sind. Dies liegt vor allem an der individuellen Betreuung und dem intensiven persönlichen Vorgespräch mit der Goldschmiedemeisterin. Fertige Stücke können jederzeit auf Ihren Social Media Kanälen bewundert werden. Frau Großmann freut sich auf Besuch in Ihrem Atelier zu den bekannten Öffnungszeiten Mo, Di, Do, Fr 9.30-13.00 Uhr und 14.30-18.00 Uhr, Sa 9.30-13.00 Uhr, mittwochs ist geschlossen.
Goldschmiedeaterier Christine Großmann
Eberstädter Straße 38
64319 Pfungstadt
Telefon 06157 913 910 1
www.christine-grossmann.de

Nahversorgung gesichert

tegut... teo kommt nach Pfungstadt-Eschollbrücken | Neueröffnung mit Willkommens-Fest am 17. November

PFUNGSTADT-ESCHOLLBRÜCKEN | Die Eröffnung des tegut... teo in Pfungstadt-Eschollbrücken rückt näher und wir freuen uns darauf bald gemeinsam mit Ihnen und dem Lebensmittel Einzelhändler tegut in Eschollbrücken den lange ersehnten teo-Markt zu eröffnen. Bürgerinnen und Bürger sind zur Neueröffnung am Freitag, 17.11.2023, um 15:00 Uhr, in die Crumstädter Str. 12-14 eingeladen. Das Fest wird in Eschollbrücken unter Leitung von Ortsvorsteher Max Schimmel organisiert und es wird für Leib und Wohl sowie ein schönes Ambiente gesorgt. (sp)

Lisbeth & Hoiner

Hoiner: „Aischendlich schäd, dass däs midd deene Fradse es äna Joah nemmee off em Fränggeschdää gemäächd wääd.“
Lisbeth: „Wäs fäa Fradse?“
Hoiner: „Ai do wo die Kinn doasch's Oadd laffe un bai de Laid klingele und Guzja un Schoggeläädscha krije.....“
Lisbeth: „Aach du mäands Hällowien?“
Hoiner: „Ai joo. Do honn'se däch die gänse Joah'n off'em Fränggeschdää so e Fesdje gemäächd, wo die junge Laid sich wie Gaisda un bluurische Geschälde vaglaad hon un dänn oadlisch gefaiad honn. Däas wäa däasjoah es ledse mool ufm Fronkestoi“
Lisbeth: „Äh, däs es awwa schäd. Die hann däch imma so'n Schbass. Un aus iwverääl hää soin aa die Laid kumme. Unser Kinna soin aa als'emool hegänge...“
Hoiner: Wail de grääd die Kinna seeg'sd. Mea kennde doch emool freje, ob se uns nedd emool wirra die Klääne iwwas Wochened' bringe. Do kennde ma doch wirra' mool mirrene Bläzja bagge. Un denooch mol schee iwwa de Woinäächsmäad geh. Wäs mäands'n du?“
Lisbeth: „Aach, wäs e scheh Idee. Bläzja bagge midd de Klääne. Do geh isch glai moje scheene Sache oikaafte fäa die Bläzja. Un bai'm Bagge kennde ma schunn e päa Woinäächdsliedscha-Blade laafe losse, dass e wing Woinäächdschdimmung off-kimmd.....ach, wäs isch misch fraa'n...!“

Eier Lisbeth & Hoiner



Weihnachtsmarkt Reinheim

Kunsthandwerkliche Aussteller präsentieren ihre Arbeiten, musikalisches Rahmenprogramm, Kindertheater und Landfrauencafe locken

zur Adventseinstimmung.
Geöffnet vom
09.12.-10.12.2023
Sa und So 12-20 Uhr.

Rümlers Schuh- und Schlüsseldienst

25 Jahre in Pfungstadts Citypassage

-ANZEIGE-



„PREISVERGLEICH LOHNT SICH! Ich erstelle Stempel und schleife Standard-Messer sowie Scheren und berate Sie freundlich sowie fachmännisch. Ich wünsche allen meinen Kundinnen und Kunden (und die es noch werden möchten) eine schöne Advents- und Weihnachtszeit!“

PFUNGSTADT | Bereits im 25. Jahr etabliert! Lars Rümmler fertigt Standard-schlüssel an wie Buntbart-, Briefkastent-, Tür- und Zylinderschlüssel. Werden Sie fündig in Sachen Schals, Loops, Echtleider-Waren, z.B. Gürtel in verschiedenen Längen und Breiten, Geldbörsen von 10,90-35,00 €, wahlweise aus Büffel-Leder, sowie Rucksäcke. Nachhaltig leben wird immer mehr praktiziert: Der gelernte Schuhmacher

Lars Rümmler macht fast alle Schuhe wieder fit, „Ich berate fachmännisch, erstelle Stempel und schleife Ihre Standard-Messer sowie Scheren.“ (Frankensteiner) Werktags durchgehend geöffnet. Mo-Fr 8.15 bis 18 Uhr, Sa 9 bis 12.00 Uhr.
Rümlers Schuh- und Schlüsseldienst,
Inhaber Lars Rümmler
City Passage 8, 64319 Pfungstadt
Telefon 06157-974814

HÜHN
ABWASSTECHNIK
ROHR & KANALROBOTIK

- ROHR- UND KANALREINIGUNG
- KANALUNTERSUCHUNG NACH ATV
- DICHTIGKEITSPRÜFUNG GEM. EKVO
- ROHR-U.-KANALRENOVATION - OHNE TIEFBAU
- KANALROBOTIK

24Std. Notdienst
06151 - 57343
06157 - 2578
06257 - 4964

Freecall: 0800-1884010
Telefonischer Auftragsannahme zum Oktober. Es erfolgt die kostenlose Weiterschaltung zu unserer Firmenlinie in 64665 Alsbach-Hähnlein - Sandwiesenstr. 37

www.Rohrreinigung24.de

KOMMENTAR

Meine Gedanken zum Jahresende 2023



Wieder geht ein Jahr dem Ende entgegen und der Rückblick darauf lässt die Hoffnung auf eine friedlichere Welt nicht aufkommen. Seit dem Angriff der russischen Armee auf das Gebiet der Ukraine im Februar 2022 sind die Kampfhandlungen noch immer nicht beendet und bereiten täglichen Menschen großes Leid. Im Oktober 2023 greifen Gruppen der Hamas Israel an und auch hier fordern die Kämpfe zahlreiche Opfer. Versuche der UN und zahlreicher Interventionen hochrangiger politischer Vertreter haben ein Einhalten dieser Kriege nicht genutzt. Wie lange diese Kriegshandlungen noch dauern, kann sicher keiner voraussagen. Neben diesen beiden Schauplätzen, die den Menschen viel Leid und Schmerzen bereiten, könnte ich noch viele benennen und ich stelle mir die Frage, warum haben die Menschen nichts aus der Vergangenheit gelernt. Seit hundert Jahren versucht die Menschheit, angetrieben durch Habgier, Machtbesessenheit und Glaubensfanatismus, die Welt zu verändern. Mit dem Mittel der Gewalt und Unterdrückung von andersdenkenden Lebensgemeinschaften wurde nur das Gegenteil von Frieden und Freiheit erreicht. Neben gewalttätigen Auseinandersetzungen ist unser Leben auf der Erde durch Menschen, welche mit immer größerem Egoismus zum Zweck der Gewinnmaximierung Veränderungen durchführen, die eine bedrohliche Situation in der Umwelt nach sich ziehen. Die Folgen von Naturkatastrophen machen diese Tatsache in den vergangenen Jahren nur all zu deutlich. Ein weiterer Grund zur Beunruhigung ist der politische Trend zum Rechtsextremismus in vielen Ländern. Neben den Staaten, welche schon seit Jahren von diktatorischen Regimen geführt werden, ist auch in den bisher demokratisch geführten Ländern ein deutlicher Trend zum rechten Konservatismus zu erkennen. Auch in der Bundesrepublik zeigen die Landtagswahlen in Bayern und Hessen diese bedenkliche Entwicklung. Umfragen für gesamt Deutschland spiegelt diese Bestrebungen wider. Trotz meiner pessimistischen Gedanken zur Lage in der Welt, gebe ich die Hoffnung nicht auf, dass das Leben auf der Erde weiter geht, denn es gibt auch viele Beispiele zu benennen, dass sich viele Menschen für andere Menschen und Völker mit großem Engagement einsetzen. Mit dieser, meiner Hoffnung auf Erkenntnis zum Besseren, möchte ich mit verschiedenen von dem Jahr 2023 und wünsche allen Leserinnen und Lesern für das kommende Jahr alles Gute, Glück und Gesundheit.

Joachim Schluckebier, Redakteur

Werner Kellner | Autorenlesung

Mittwoch, den 29.11.2023, um 18:00 Uhr

PFUNGSTADT | Werner Kellner ist am Mittwoch, den 29.11.2023 um 18:00 Uhr zu Besuch in der Kirchmühle in Pfungstadt und stellt seinen neuesten Krimi aus der Serie „Mordskrimigeschichten“ aus dem Odenwald vor, mit dem Titel: Winterreise mit Todesfolge. Die Lesung wird vom Kulturamt Pfungstadt veranstaltet und betreut von der Stadtbibliothek Pfungstadt. Werner Kellner, geboren 1948, ver-

heiratet, hat eine Tochter und einen Sohn. Nach dem Studium der Physik an der TU Wien hat er weltweit für Kraftwerksprojekte gearbeitet. Er hat bisher eine Trilogie der Serie „Mordskrimigeschichten“ aus dem Odenwald veröffentlicht. <https://buecherwerkstatt-werner-kellner.de>

Stilvoll bunte Vielfalt: coole Herbstmode und heiße Preise bei Stilhoch3



AB SOFORT UND AUF ALLE FARBEN!

BLACKVEMBER

20%

AUFS GESAMTE SORTIMENT

Stil³

Stilvoll. Stylisch. Pass.

PFUNGSTADT | Die Temperaturen sinken, der Kuschelbedarf steigt: der Herbst ist in vollem Gange! Um beiden Zuständen gerecht zu werden, wartet die Herbstkollektion der Pfungstädter Modeboutique Stilhoch3 mit anschiemgsamen Materialien in exzellent kleidenden Schnitten auf. Für jeden Geschmack ist etwas dabei, seien es lässig-trendige Farben und Muster, klare Linien, straighter Retro-Look oder romantisch Gestricktes. Die klaren Linien und eine angenehme Unaufgeregtheit spiegeln sich auch in der Einrichtung der kleinen, aber feinen Boutique in der Pfarrgasse 33 in Pfungstadt wider – genau die richtige Atmosphäre, um den Alltagstrubel einen Moment hinter sich zu lassen und bei einem Glas Prosecco oder einem Espresso die individuelle Fashion-Auswahl zu genießen. Die persönliche, aber niemals aufdringliche Beratung bei Stilhoch3 ist hierbei ein Schlüsselfaktor für den besonderen Reiz, den die Pfungstädter Modeprofis auf modebewusste Frauen ausüben. Mit textilem Geschick und jahrelanger Erfahrung werden individuelle Outfits geschaffen, die den Charakter und die Persönlichkeit der jeweiligen Trägerin in Szene setzen. Hierbei stehen sich wohligh-gemütliches Tragegefühl und stilvoller Chic nicht im Widerspruch gegenüber: Elke Lasse, Carlo Großmann-Inserra und Heike Breuer von Stilhoch3 wissen beides gekonnt und in bemerkenswerter Ausgewogenheit zwischen klassischen und trendigen Stilrichtungen zu kombinieren und greifen hierbei auf ein Sortiment aus ausgesuchten europäischen Labels – größtenteils aus Deutschland, Italien und den Niederlanden – zurück.



Die Sorgerechtsvollmacht

-ANZEIGE-

BICKENBACH | Wenn die Eltern eines Kindes sich trennen, müssen sie sich weiterhin über die Belange des Kindes abstimmen: die Schule, den Zahnarztbesuch, die Eröffnung eines Kontos, den Antrag auf einen neuen Personalausweis etc. Ohne ein Mindestmaß an Übereinstimmung, Kooperationsfähigkeit und -willen sind und bleiben sachliche Entscheidungen langfristig kaum möglich. Gerade wenn die Konflikte auf der Paarebene auch auf der Elternebene über Jahre hinweg fortbestehen, gerät schon das Einholen von Unterschriften nicht selten zur Kampfzone. Dann bleibt mitunter nur ein Antrag auf Übertragung der alleinigen elterlichen Sorge. Die Familiengerichte sind hier zurecht zurückhaltend. Denn wem das Sorgerecht einmal entzogen ist, ist es quasi unmöglich, es später gegen den Willen

des anderen Elternteils wiederzuerlangen. Gericht und Jugendamt versuchen hier zunächst zu vermitteln und die Eltern zu Gesprächen bei Beratungsstellen zu bewegen. Bleiben die Fronten verhärtet, hat



MARTIN WAHLERS, Fachanwalt für Familienrecht, Fachanwalt für Erbrecht, Fachanwalt für Versicherungsrecht.

„Digital im Alter | Di@-Lotsen“

PFUNGSTADT | Für die meisten Menschen, auch für viele Ältere, ist es zu einem selbstverständlichen Teil ihres Alltags geworden, digitale Technologien zu nutzen. Das trifft aber nicht auf alle zu und hier setzt das Projekt der „Di@-Lotsen“ in Pfungstadt an. Die „Di@-Lotsen“ wollen Lust auf die digitale Welt machen (www.senioren-pfungstadt.de). Die Seniorenbeauftragte der Stadt Pfungstadt sucht deshalb nach Verstärkung des ehrenamtlichen „Di@-Lotsen-Teams“. Bei Interesse oder Fragen wenden Sie sich gerne an Vivian Groopa, Tel. 06157-988-1163, oder per E-Mail an vivian.groopa@pfungstadt.de.

Keramik Atelier Bartel feiert 20jähriges Bestehen in Darmstadt-Bessungen mit Rabatt Aktion im Dezember

-ANZEIGE-

DARMSTADT-BESSUNGEN | Vor 20 Jahren verwirklichte Marion Bartel ihren Traum vom eigenen Atelier. In ihrem Laden mit Werkstatt in der Weinbergstraße 4 fertigt sie von Hand farbenfrohe und formenvielfältige Geschirre, die spülmaschinenfest sind. Im täglichen Gebrauch bereiten sie lange Freude! Sie erfüllt Kundenwünsche und unterrichtet Interessierte. Die vielseitigen Techniken, auch das Drehen an der Töpferscheibe, können erlernt werden. Gutscheine können im Atelier erworben werden. Beliebte sind auch Firmen-, Geburtstags- und Junggesellinnen- und -gesellen-Abschieds-Events. Lehrerinnen und Erzieher:innen können bei Frau Bar-

ARBEITSRECHT

Kündigung, Abmahnung, Betriebsübergang, Abwicklungs- und Aufhebungsvertrag, Abfindung, usw.

Kontakt: Bickenbach ☎ 0 62 57 / 8 69 50

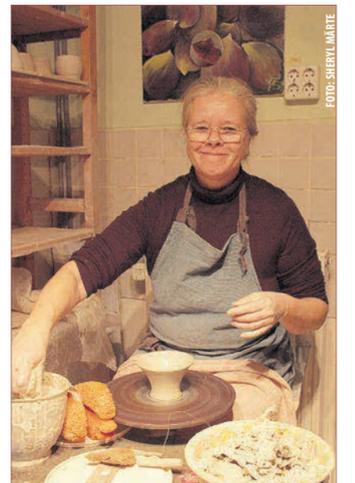


Rechtsanwältin Anne Dingeldein

Kanzlei **Dingeldein** • Rechtsanwälte
64404 Bickenbach, Bachgasse 1+3 • www.dingeldein.de

die Praxis als milderer Mittel zum Sorgerechtsentzug die sogenannte Sorgerechtsvollmacht entwickelt. Mit ihr kann ein Elternteil dem anderen die schriftliche Erlaubnis geben, wichtige Entscheidungen künftig allein zu treffen. Das kann sehr gut funktionieren, wenn die Eltern gar nicht in der Sache streiten, aber dennoch um keinen Preis mehr miteinander „können“. Ein Mindestmaß an Konsens braucht es immer noch: Die Vollmacht kann je-

derzeit widerrufen werden. Auch hat der bevollmächtigte Elternteil den anderen über die getroffenen Entscheidungen auf dem Laufenden zu halten. Ist absehbar, dass eine Vollmacht nach nicht einmal für eine gewisse Zeit Frieden bringen wird, führt an einem Sorgerechtsentzug womöglich doch kein Weg vorbei. **Dingeldein • Rechtsanwälte**
64404 Bickenbach
Telefon 0 62 57 - 8 69 50
www.dingeldein.de



MARION BARTEL in der Werkstatt beim Töpfern.

Aktion Weihnachts-päckchen 2023

Können wir uns vorstellen wie es ist, tagein tagaus in Angst zu leben?

DEUTSCHLAND-UKRAINE/MOLDOVA | Angst vor Bomben, Angst, dass lieben Menschen etwas zustößt? Und können wir uns die Verzweiflung ausmalen, wenn es tatsächlich zum Schlimmsten kommt? Unsere Aktion soll ein wenig Freude in den Alltag der Kinder bringen. Und darüber freuen sich die Empfänger:

Kleinere Spielsachen
Wenn Ihr Päckchen die Not bedürftiger Menschen lindern soll:
- Kleines Geschenk, Kaffee, Tee, Kakao, Wurst-, Fleisch- und Fischkonserven, Plätzchen, Schokolade... außerdem: Fügen Sie gerne einen persönlichen Weihnachtsgruß bei (Transfer ins Ukrainische z. B. mit dem Google Übersetzer). Wichtig ist, dass Sie auf Ihr Päckchen schreiben, für wen es bestimmt ist, also Junge oder Mädchen und das ungefähre Alter bzw. für einen männlichen oder weiblichen Erwachsenen. Hier können Sie Ihr Weihnachtspäckchen bis 2. Dezember 2023 abgeben:
- PDUM-Depot, Am Bahnhof 27, 64347 Griesheim, Sa, 4. und 18. November, 2. Dezember: 9-12 Uhr
- Rathaus Griesheim, Wilhelm-Leuschner-Straße 75, 64347 Griesheim, Mo-Fr: 7:30-12:30 Uhr, Mo-Mi: 13:30-16:30 Uhr, Do: 13:30-18.00 Uhr
- EAD Servicecenter, Sensfelder Weg 33, 64293 Darmstadt, Mo-Fr: 8:00-17:00 Uhr
- Stadthaus I, Kirchstr. 12-14, 64319 Pfungstadt, Mo-Mi: 9:00-15:30 Uhr, Do: 9:00-18 Uhr, Fr: 9:00-12 Uhr.
Dies ist eine Aktion von PDUM, Partnerschaft Deutschland-Ukraine/Moldova e. V., +49 (0) 175 249 72 56, info@pdum.org / www.pdum.org

EINBRUCHSCHUTZ!

ELEKTRISCHE ROLLÄDEN

FENSTER · HAUSTÜREN
ELEKTRISCHE ROLLÄDEN & GARAGENROLLTORE
INSEKTEN-SCHUTZ
MARKISEN · VORDÄCHER

IHR MEISTERBETRIEB SEIT ÜBER 75 JAHREN

ROLLEN ROLLÄDEN

GOELZ

DARMSTÄDTER STRASSE 127
68647 BIBLIS ☎ 06245-7162
ROLLÄDEN-GOELZ@WEB.DE

Sabine-Ball-Schule

Kleine Klassen • Familiäre Atmosphäre
• Offene Ganztagsangebote

Christliche Privatschule
Grundschule, Realschule, Gymnasium G9
Hilpertstraße 26, 64295 Darmstadt
www.sabine-ball-schule.de • Tel. 06151-629280

Isolierung · Abdichtungen
Verkleidungen
Einbau von genormten
Teilen und Fenstern
Montage von Carports
Naturschieferverkleidung

0171-319 25 00

Schnell und zuverlässig zum
Pauschalpreis • **Kostenlose**
Beratung im Umkreis von
50 km ohne Anfahrtkosten

MS
HOLZ- UND
BAUTENSCHUTZ

Inhaber Milan Slijvic
Krönckestraße 2
64589 Stockstadt/Rhein
milan.slijvic@t-online.de

bioversum & MUSEUM Jagdschloss Kranichstein | Programm für November und Dezember 2023

DA-KRANICHSTEIN | Im Jagdschloss Kranichstein finden wieder Veranstaltungen für die ganze Familie statt: So, 19.11.23, 11:00-12:30 Uhr Die MusenSUSEN: Szenische Kinderführung mit Handpuppen, „Die Wiese macht sich winterfest“



DIE MUSEN: Erlebt mit ihnen verrückte Weihnachten! Szenische Kinderführung mit Handpuppen - „Die Wiese macht sich winterfest“.



COOLE SACHE!



KOSTÜMFÜHRUNG EGER

tegut... teo kommt nach Pfungstadt-Eschollbrücken | Neueröffnung mit Willkommens-Fest am 17. November

PFUNGSTADT-ESCHOLLBRÜCKEN | Die Eröffnung des tegut... teo in Pfungstadt-Eschollbrücken rückt näher und wir freuen uns darauf, bald gemeinsam mit Ihnen und dem Lebensmittel Einzelhändler tegut in Eschollbrücken den lange ersehnten teo-Markt zu eröffnen. Bürgerinnen und Bürger sind zur Neueröffnung



SYMBOLFOTO TEGUT... teo: So wird der teo in Pfungstadt-Eschollbrücken aussehen, wenn alles fertig ist.



Die WKU IDM in Frankfurt: Die diesjährige internationale deutsche Meisterschaft der World Karate and Kickboxing Union (WKU) fand in der hessischen Metropole Frankfurt statt. Mit über 1200 Starter aus Italien, England, Wales, Irland, Griechenland, Türkei und Frankreich war das Turnier stark besetzt und begann aufgrund des großen Andrang leicht verzögert um ca. 11:00 Uhr. Von der Eberstädter Kampfsportschule SAN-TI gingen an insgesamt 18 Teilnehmer in der Kategorie Pointfighting (PF), Kicklight und Karate Kata an den Start. Meistertrainer Tino Inglesse ist überglücklich und freut sich für seine Schüler auf der Erreichen der Platzierungen. Siegerliste unserer Wettkämpfer: 1. Platz Sean Watson 13-14 Jahre -50kg PF, Jarod Klub Herren -80kg PF; 2. Platz Tolgahan Karik Herren +90kg Kicklight, Melin Arat -12 Jahre -25kg PF, Asmin Arat-12 Jahre -30kg PF; 3. Platz Ben Gebhardt -12 Jahre -45kg PF, Christoph Resch Veteran +35 Jahre +85kg PF, Jarod Klub Herren -85kg PF, Din Pullmann -12 Jahre -45kg und -50kg PF, Noah Pullmann -12 Jahre -30kg PF; Sewa Emmerich Herren Karate Kata, Kaloyan Bachev 15-17 Jahre +75kg PF. Pointfighting Panda Klasse haben ihren Kampf gewonnen Henry Hofstädter und Atbin Hosseinzadeh. Leider verloren trotz guter Leistung Zoe Perschbacher und Noah Pullmann. Am Turnier teilgenommen Fabrizio Stabilitio +90kg Kicklight, Davud Mesinovic -12 Jahre -50kg PF, Simon Stolz Herren -75 kg und -80kg PF, Mohamed Isaoui al Allaoui 13-14 Jahre -65kg und -70kg PF. Alle haben wichtige Wettkampferfahrungen gemacht und die 1.-3. Platzierten konnten sich über ihre Ranglistenpunkten für die WKU WM in Canada freuen. (SAN-TI)

winterfest“, Kosten: 8,00 € pro Person (inkl. Museumseintritt und Materialkosten), Treffpunkt: Kasse MUSEUM Jagdschloss Kranichstein
So, 26.11.23, 14:00-15:30 Uhr Besucherlabor für Familien mit Kindern von 6 bis 10 Jahren



FALKNER MARSTALL.

bis 10 Jahren: „Ganz schön verwoben – Netze“, Kosten: 8,00 € pro Person (inkl. Museumseintritt und Materialkosten), Treffpunkt: Kasse bioversum Jagdschloss Kranichstein.
So, 26.11.23, 15:00-16:00 Uhr Schlossführung: „Übersichtsführung Jagdschloss Kranichstein“, Kosten: 9,00 € pro Person (inkl. Museumseintritt und Materialkosten), Treffpunkt: Kasse MUSE-

am Freitag, 17.11.2023, um 15:00 Uhr, in die Crumstädter Str. 12-14 eingeladen. Das Fest wird in Eschollbrücken unter Leitung von Ortsvorsteher Max Schimmel organisiert und es wird für Leib und Wohl sowie ein schönes Ambiente gesorgt.

Sonntag, 17.12.2023, 14:00-15:30 Uhr Besucherlabor für Familien mit Kindern von 6 bis 10 Jahren, „Tusche, Tinte, Federkiel – Wir schnitzen eine Gänsefeder und

UM Jagdschloss Kranichstein.
Sonntag, 03.12.2023, 11:30-13:00 Uhr Waldabenteuer mit Dabbe Mitmachprogramm für Familien mit Kindern von 4 bis 6 Jahren

„Geheimnisvolle Spuren im Wildwald“
Kosten: 8,00 € pro Person (inkl. Museumseintritt und Materialkosten)
Treffpunkt: Kasse bioversum Jagdschloss Kranichstein
Sonntag, 03.12.2023, 14:00-15:30 Uhr Besucherlabor für Familien mit Kindern von 6 bis 10 Jahren, „Vogelspeisekarte für den Winter – Selbstgemachte Leckerbissen“ bitte aussortierte Tasse mitbringen
Kosten: 8,00 € pro Person (inkl. Museumseintritt und Materialkosten)
Treffpunkt: Kasse bioversum Jagds-

schloss Kranichstein
Sonntag, 03.12.2023, 14:30-15:30 Uhr Falknervorführung „Akrobaten der Lüfte – Eulen und Greifvögel hautnah erleben“
Kosten: 9,00 € pro Person (inkl. Museumseintritt und Materialkosten)
Treffpunkt: Kasse MUSEUM Jagdschloss Kranichstein
Sonntag, 10.12.2023, 15:00-16:00 Uhr Kostümführung mit Hofmaler Eger

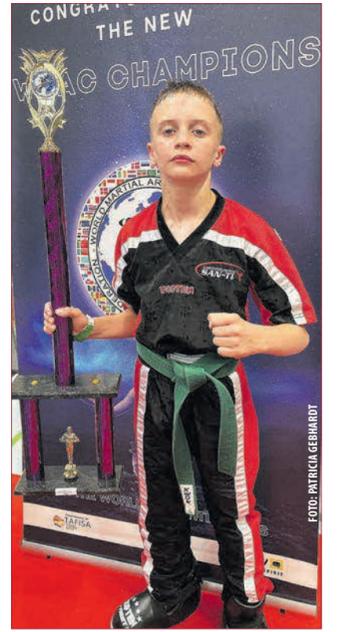
„Fürstliche Plaisirs, Erquickungen und Ergötzlichkeiten – Hofmaler Georg Adam Eger zeichnet ein sehr persönliches Bild von Landgraf Ludwig VIII.“
Kosten: 9,00 € pro Person (inkl. Museumseintritt und Materialkosten)
Treffpunkt: Kasse MUSEUM Jagdschloss Kranichstein
Sonntag, 17.12.2023, 14:00-15:30 Uhr Besucherlabor für Familien mit Kindern von 6 bis 10 Jahren, „Tusche, Tinte, Federkiel – Wir schnitzen eine Gänsefeder und

Ben Gebhardt | Weltmeister aus Pfungstadt

PFUNGSTADT | Er ist erst 12 Jahre alt und bereits jetzt Karate-Weltmeister. Ben Gebhardt, ein demnächst 12-jähriger Pfungstädter Karatekämpfer, betrat im Juli 2020 die Trainingsmatte der Sportschule San-Ti in Darmstadt-Eberstadt. Von Anfang an zeigte er einen unermüdbaren Ehrgeiz und trainierte bis zu viermal pro Woche. Seine Entschlossenheit und sein Ehrgeiz zahlten sich schnell aus. In den wenigen Jahren bestand er bereits erfolgreich sechs Gürtelprüfungen und ist derzeit stolzer Grünstärker.

Doch Ben hatte noch größere Ambitionen. Im Jahr 2022 wagte er sich auf die Turnierbühne und trat bei den German Open in Simmern an. Sein Können brachte ihm auch, ebenfalls 2022, den dritten Platz bei der Internationalen Deutschen Meisterschaft in Frankfurt/Eschborn ein. Im Jahr 2023 nahm Ben an weiteren Turnieren teil und erzielte beeindruckende Ergebnisse. Platz 1 Samonte Cup der WKU (World Karate and Kickboxing Union) in Duisburg; Platz 1 Deutscher Meister WMAC (internationale deutsche Meisterschaft) in Simmern; Platz 3 IDM (internationale deutsche Meisterschaft) in Frankfurt/Eschborn; Platz 3 Weltmeisterschaft - WMAC (World Championship) in Schwabmünchen.

Doch Ben hatte noch größere Herausforderungen auf seiner persönlichen Agenda. In diesem Jahr steht seine zweite Teilnahme an den Weltmeisterschaften der WFMC World Championships in Rüsselsheim und die WMAC Brezgen Open ganz oben auf seinem Programm. Mit seiner Entschlossenheit und seinem eindrucksvollen Talent wird sich Ben Gebhardt zweifellos weiterhin herausragende Erfolge sichern. Seine Geschichte ist ein inspirierendes Beispiel für die Kraft des Trainings und den unbedingten Willen seine persönlichen Ziele zu erreichen



BEN GEBHARDT mit großem Willen!

schreiben mit selbst gemachter Tinte“
Kosten: 8,00 € pro Person (inkl. Museumseintritt und Materialkosten)
Treffpunkt: Kasse bioversum Jagdschloss Kranichstein
Sonntag, 17.12.2023, 11:00-12:30 Uhr Die MusenSUSEN: Szenische Kinderführung mit Handpuppen „Verrückte Weihnachten oder wenn Wünsche wahr werden...“

Kosten: 8,00 € pro Person (inkl. Museumseintritt und Materialkosten)
Treffpunkt: Kasse MUSEUM Jagdschloss Kranichstein
Sonntag, 17.12.2023, 15:00-16:00 Uhr Allgemeine Schlossführung
Kosten: 9,00 € pro Person (inkl. Museumseintritt und Materialkosten)
Mehr im Internet unter www.jagdschloss-kranichstein.de

„Tag der Toleranz“ am 16.11.2023 im Süden Eberstadts

Unterarbeitsgruppe gegen gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit lädt ein zum Austausch und Informationen mit Kulinarischem, Gesang und Tanz

DA-EBERSTADT | Im Zuge des Internationalen Tages der Toleranz lädt die Unterarbeitsgruppe gegen gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit (UAG GMF) als Teil der AG Kinder und Jugend Eberstadt, welche unter der Prämisse eines inklusiven Gemeinwesens, weg von Ausgrenzung, arbeitet, zum „Tag der Toleranz“ am 16.11.2023 im Süden Eberstadts ein.

Es besteht von 16.00 bis 20.00 Uhr bei einem Fest die Möglichkeit, vor dem und im Gemeindezentrum der Evangelischen Kirchengemeinde Eberstadt-Süd, Stresemannstr. 1, sich zum Thema „Toleranz“ auszutauschen und zu informieren. Dies erfolgt anhand von Fragestellungen, die die Veranstalter vorbereitet haben, und durch Infostände des Jugendmigrationsdienstes, des AdiNet Südhessen/Vielbunt, der Regionalstelle Süd des Beratungsnetzwerks Hessen - Gemeinsam für Demokratie und gegen Rechtsextremismus, Partnerschaft für Demokratie sowie der Stabsstelle Vielfalt des Caritasverbandes Darmstadt.

Wir bieten mit Licht und Musik eine Bühne für Toleranz und sammeln Meinungen und Erfahrungen mit dem Thema der (In)Toleranz und was dies für die Menschen bedeutet. Neben der Möglichkeit zum Austausch und einem gemütlichen Zusammenkommen bei guter Musik, einer leckeren Suppe, Glühwein und Kaltgetränken ist sogenanntes Light Painting, also das Malen mit Licht, geplant. Live-Auftritte von Bewohner*innen

mit Gesang und Tanz runden das Programm ab. Ziel der Tage der Toleranz ist es, die von der UNESCO proklamierten „Prinzipien für Toleranz“ Stückweise zu realisieren und in die Gesellschaft zu tragen, aber auch auf die leider immer noch häufig vorhandene Intoleranz aufmerksam zu machen.

Zum offenen Fest sind alle Interessierten herzlich eingeladen. Informationen zur Veranstaltung sind im Caritaszentrum Eberstadt Süden, Kirnbergerstraße 13, 64297 Darmstadt, unter der Emailadresse caritaszentrum-eberstadt@caritas-darmstadt.de erhältlich. (Peter Grüning)



ZUSAMMEN ISST MAN WENIGER ALLEIN
Das gemeinsame Kochen bietet nicht nur die Möglichkeit, gesunde, ausgewogene und köstliche Gerichte auszuprobieren, sondern es kann auch eine wunderbare Gelegenheit sein, neue Freundschaften zu knüpfen und sich mit anderen auszutauschen.

Termine: 06.11. | 13.11. | 20.11. | 27.11. | 04.12. | 11.12.
Uhrzeit: 10-13 Uhr
Veranstaltungsort: Bürgerheim Eschollbrücken
Kosten: 6 €
Für Alleinstehende ab 70 Jahren. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 6 Personen. Ein Fahrdienst kann auf Wunsch angeboten werden.
Die Anmeldungen werden von Frau Vivian Groapa unter Tel. 06157 988-1163 oder vivian.groapa@pfungstadt.de entgegengenommen.

Entspannungskissen mit Massagefunktion

-ANZEIGE-

Einfach anlehnen und entspannen | Die praktische Massage zwischendurch

DARMSTADT | Gönnen Sie sich etwas Entspannung – das sanfte Vibrieren des Kissens kann die verspannten Muskeln lockern und somit Ihr Wohlbefinden steigern. Sie brauchen sich nur an das Kissen an-

lehnen oder sich daraufsetzen und die Massage beginnt automatisch. Durch seine praktische, handliche Größe können Sie es einfach und überall einsetzen. Nehmen Sie sich auch unterwegs eine kleine Auszeit für die angenehme, schnelle Massage zwischendurch. Batteriebetrieben ist das Kissen jederzeit einsatzfähig. Die Batterien (2x D-Mono-LR20-1,5V) liegen bei.



Altersgerechte Wohnquartiere

Ab Mitte der 2030er Jahre rücken die Babyboomer-Jahrgänge in die Altersgruppe der 80-Jährigen auf. Die Folge: In den 2050er und 2060er Jahren dürften zwischen sieben und zehn Millionen Menschen höheren Alters in Deutschland leben. „Zukunftsorientierte Quar-

tiersentwickler berücksichtigen diesen demografischen Trend bei der Planung“, erklärt Martin Dornieden, Geschäftsführer der Dornieden Gruppe. „Denn viele Menschen teilen den Wunsch, möglichst lange und selbstbestimmt in der eigenen Wohnung leben zu können.“

Med. Fußpflege

Monika Reinhardt
6 x med. Fußpflege erhalten und nur 5 x bezahlen:

22€ sparen!

Freiligrathstraße 20 / Eingang Goethestr.
64319 Pfungstadt • Tel. 06157-1570943

Behandlungen für Haut und Seele

-ANZEIGE-

Skin Effect Studio Olivia Tessmer | geprüfte Kosmetikerin

PFUNGSTADT | Im Herbst und Winter hat nicht nur die Haut andere Bedürfnisse, auch unser Wunsch nach Selfcare und Entspannung verändert sich in der kalten und dunklen Jahreszeit. Um die von der Sonne strapazierte Haut zu regenerieren, empfehle ich zunächst Behandlungen wie Aquafacial, Dermabrasion oder chemische Peelings. Zudem ist nun die perfekte Zeit für Microneedlings um die Haut zu straffen, Aknenarben zu behandeln oder präventiv gegen die Hautalterung vorzugehen. Je nach Hauttyp, können Behandlungen auch kombiniert werden.

Den Sommer habe ich für Weiterbildungen genutzt, unter anderem für einen Workshop bei einer Kosmetikerin aus Los Angeles. Aus diesem neuen Wissen habe ich eine ganz besondere Behandlung kreiert: Das „After Work Facial“ ist aufgebaut wie die Behandlungen in den USA und beinhaltet eine besondere Massagetechnik. Auch für Permanent Make-up Behandlungen wie Powderbrows oder Permanent Lips ist jetzt eine gute Zeit. Geschenkgutscheine sind im Studio erhältlich. Weitere Infos auf www.skineffect-studio.de



OLIVIA TESSMER im Skin Effect Studio, sie engagiert sich in ihren Beruf.

SKIN EFFECT
OLIVIA TESSMER - GEPRÜFTE KOSMETIKERIN

- Klassische und apparative Kosmetik
- Permanent Make-Up
- Fine Line Tattoos
- Geschenkgutscheine erhältlich

Termine nach Vereinbarung
Onlinebuchung:
www.skineffect-studio.de
WhatsApp: 0176 - 981 75 444

Sanitätshaus Achim Kunze GmbH
Luisenstr. 10, 64383 Darmstadt, Tel. 06151-6084620, E-Mail: darmstadt@s-ak.de, Internet: www.s-ak.de, Geöffnet: Mo-Do 8.30-18 Uhr, Fr. 8.30-15 Uhr



Dafür benötigt es altersgerechten, barrierearmen Wohnraum.“ Ziel bei der Konzeption von modernen Wohnquartieren ist es, mit bedarfsorientierten Angeboten ein komfortables und lebenswertes Wohnen aller Generationen zu ermöglichen. „Früher haben Quartiersentwickler häufig in erster Linie junge Familien und Paare angesprochen. Heute geht es vielmehr darum, ein generationsübergreifendes Miteinander in einem schönen Umfeld zu ermöglichen“, so Dornieden. Immer öfter tauschen ältere Menschen nach dem Auszug der Kinder das große Eigenheim gegen eine moderne, altersgerechte Wohnung. Private Rückzugsmöglichkeiten seien dann nach wie vor wichtig, aber eben auch soziale Teilhabe. „Gezielte Begegnungsorte wie gemeinschaftlich nutzbare Gärten, grüne Erholungsräume und nachbarschaftliche Treffpunkte wie etwa ein zentraler Quartiersplatz fördern in sozial lebendigen Wohngebieten das Gemeinschaftsgefühl und den Austausch aller Generationen“, erklärt Dornieden. Derartige Kontaktmöglichkeiten seien wichtig, um sozialer Isolation und Einsamkeit im Alter entgegenzuwirken. (tm)

Nie wieder verbrauchte Luft

Mit Lüftung Energie sparen

Ob an kalten oder heißen Tagen: Morgens und abends Stoßlüften ist besonders effizient, um frische Luft in die Wohnräume zu bringen. Dadurch werden die Bewohner mit ausreichend Sauerstoff versorgt und die verbrauchte Luft gelangt nach draußen. Während der Heizsaison bleibt dies in vielen Haushalten jedoch reine Theorie: Um teure Heizenergie nicht zu verschwenden, bleiben die Fenster häufig länger geschlossen, als es gut ist. Die Folgen sind: Kopfschmerzen, Müdigkeit und Konzentrationsmangel. Was viele nicht wissen: In Smart-Home-Systemen wie TaHoma von Somfy gehen Energieeinsparung und regelmäßige automatische Frischluftzufuhr Hand in Hand. Dank einer eingebundenen Netatmo-Geräts, das Luftfeuchtigkeit, CO₂-Gehalt und Temperatur misst, wird das Leben dann deutlich komfortabler. Erkennt der Sensor kritische Werte in der Raumluft, öffnet die Smart-Home-Zentrale TaHoma Switch die motorisierten Fenster zum kontrollierten Lüften. Wer keine motorisierten Fenster hat, kann sich einfach per App benachrichtigen lassen und selbst aktiv werden. Gleichzeitig drosseln vernetzte Funk-Heizkörperthermostate die Heizung, um unnötige Wärmeverluste zu vermeiden. Doch nicht nur das: Zusätzlich nutzt TaHoma Switch die einfallenden Sonnenstrahlen als natürliche Zusatzheizung und fährt die funktionsmotorisierten Rollläden und Jalousien erst ab einer bestimmten Raumtem-

Der Rücken | Leichtigkeit und Stärke zugleich in der ganzheitlichen Behandlung

PFUNGSTADT | Der Rücken ist so viel mehr als unser starres Rückgrad, dass unseren Körper irgendwie aufrechterhält. In ihm stecken Biogsamkeit, Flexibilität und Haltung. Die Pflege des Rückens kann so vielfältig sein und reicht über Massagen, leichte Dehnungsübungen bis hin zur Muskelstärkung. Für die Gesundheit kann neben der Bewegung auch über die Nahrung sehr viel getan werden und das ist leckerer als man vielleicht denkt. Man kann es genießen sich etwas Gutes zu tun. Das gesamte Leben erfährt Leichtigkeit durch einen gesunden Rücken, da wir spontaner, mit sehr viel mehr Wohlbefinden im Leben stehen können. Kein Windstoß der

peratur nach unten. In der warmen Jahreszeit wiederum schließt der Sonnenschutz rechtzeitig, um ein Überhitzen der Räume zu verhindern. Fazit: Mit Smart Home und immer fortgeschritteneren Technologien, die sich integrieren lassen, werden beachtliche Effekte erzielt. Eine Reduzierung der Heizungs- und Klimatisierungskosten von bis zu 20 Prozent ist ohne großen Aufwand möglich. Mehr Informationen zu den smarten Möglichkeiten gibt es online unter somfy.de (tm)

ANGENEHME RAUMTEMPERATUREN und frische Luft das ganze Jahr über: Wenn motorisierte Fenster und Rollläden sowie passende Sensoren per Funk ins Smart Home eingebunden werden, lebt es sich unterm Strich komfortabler, gesünder und günstiger. (tm)

Angenehme Raumtemperaturen und frische Luft das ganze Jahr über

ANGENEHME RAUMTEMPERATUREN und frische Luft das ganze Jahr über: Wenn motorisierte Fenster und Rollläden sowie passende Sensoren per Funk ins Smart Home eingebunden werden, lebt es sich unterm Strich komfortabler, gesünder und günstiger. (tm)

Lebensherausforderungen wirft uns um, da wir ihm mit unserer Flexibilität und unserem Selbstvertrauen in uns begegnen können. Die ganzheitliche Behandlung sieht den Rücken nicht als starre Wirbelkörper, sondern als Ausdruck des Lebens, der Lebenserfahrung und der Lebensumstände. Den seelische Bezug dürfen wir nicht vergessen, denn der Rücken drückt auch unsere Haltung aus zum Leben. Die Seele zeigt viele ihrer Bewegungen im Rücken, v.a. wenn etwas nicht so stimmt. Lassen Sie sich beraten in der Gesundheitsprävention als auch in den ganzheitlichen Behandlungsmöglichkeiten. Silvia Drescher, Heilpraktikerin Psychotherapie & Heilpraktikerin Rügnerstraße 69 64319 Pfungstadt Telefon 06157 / 801 98 86 info@praxis-fuer-die-seele.de

„Für Ihren Schlaf sind wir hellwach“

-ANZEIGE-

Kohlpaintner's Betten- und Matratzenwelt | Schlafen wie im Märchen muss kein Traum bleiben

GROSS-ZIMMERN | Schlafen wie im Märchen? Das muss kein Traum bleiben! Wer beim Matratzen-Kauf die Augen offenhält, der kommt hier im Umkreis an Kohlpaintner's Betten- und Matratzenwelt in Groß-Zimmern in der Waldstraße 55 kaum vorbei. „Für Ihren Schlaf sind wir hellwach!“, heißt dort der Leitsatz der Profis, die auch im Netz auf Bewertungsportalen Bestnoten und viel Lob für ihre Beratung erhalten. Regionale Hersteller

Anders als viele andere Produkte lassen sich Matratzen nicht einfach per Mausklick online ordern. Jedenfalls dann nicht, wenn es die richtige Matratze sein soll. „Im heutigen Angebots-Dschungel ist es nicht leicht, die perfekte Matratze für sich zu finden“, wissen die Fachleute bei Kohlpaintner. Sie nehmen sich deshalb Zeit für die Beratung. Und ganz wichtig: Der Kunde kann vor Ort probeliegen. „Nur so können wir auch sicherstellen, dass die Matratze orthopädisch zum Kunden passt“, erklärt der Junior-Chef Jan Kohlpaintner. „Und nur so kann der Kunde fühlen, ob ihm die Matratze zusagt.“ Und noch etwas betont der Junior-Chef, worin sich das Unternehmen vom Online-Handel abgrenzt: „Wir bieten unseren Kunden ausschließlich Neuware und keine Matratzen, die eventuell bereits beschlafen sind.“



OAK LINE BETTEN: Komfortabel, körpergerecht, einzigartig! Familie Kohlpaintner lädt Sie herzlich ein zum Probeliegen!

Waldstraße 55 • Groß-Zimmern
Tel: (0 60 71) 4 28 25 • www.matratzenwelt.net
Offen: Mo.-Fr. 9:30-19 Uhr • Sa. 9:30-16 Uhr



ANGENEHME RAUMTEMPERATUREN und frische Luft das ganze Jahr über: Wenn motorisierte Fenster und Rollläden sowie passende Sensoren per Funk ins Smart Home eingebunden werden, lebt es sich unterm Strich komfortabler, gesünder und günstiger. (tm)

Der Rücken | Leichtigkeit und Stärke zugleich in der ganzheitlichen Behandlung

Lebensherausforderungen wirft uns um, da wir ihm mit unserer Flexibilität und unserem Selbstvertrauen in uns begegnen können. Die ganzheitliche Behandlung sieht den Rücken nicht als starre Wirbelkörper, sondern als Ausdruck des Lebens, der Lebenserfahrung und der Lebensumstände. Den seelische Bezug dürfen wir nicht vergessen, denn der Rücken drückt auch unsere Haltung aus zum Leben. Die Seele zeigt viele ihrer Bewegungen im Rücken, v.a. wenn etwas nicht so stimmt. Lassen Sie sich beraten in der Gesundheitsprävention als auch in den ganzheitlichen Behandlungsmöglichkeiten. Silvia Drescher, Heilpraktikerin Psychotherapie & Heilpraktikerin Rügnerstraße 69 64319 Pfungstadt Telefon 06157 / 801 98 86 info@praxis-fuer-die-seele.de

Lebensherausforderungen wirft uns um, da wir ihm mit unserer Flexibilität und unserem Selbstvertrauen in uns begegnen können. Die ganzheitliche Behandlung sieht den Rücken nicht als starre Wirbelkörper, sondern als Ausdruck des Lebens, der Lebenserfahrung und der Lebensumstände. Den seelische Bezug dürfen wir nicht vergessen, denn der Rücken drückt auch unsere Haltung aus zum Leben. Die Seele zeigt viele ihrer Bewegungen im Rücken, v.a. wenn etwas nicht so stimmt. Lassen Sie sich beraten in der Gesundheitsprävention als auch in den ganzheitlichen Behandlungsmöglichkeiten. Silvia Drescher, Heilpraktikerin Psychotherapie & Heilpraktikerin Rügnerstraße 69 64319 Pfungstadt Telefon 06157 / 801 98 86 info@praxis-fuer-die-seele.de



www.matratzenwelt.net

Für Ihren Schlaf sind wir hellwach!



Unser Service für Sie:

- Fachkundige Beratung durch medizinisch geschultes Personal, auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause!
- Bio-Matratzen aus unserer Region
- Bettdecken, Kissen, Bettwäsche
- Sonderanfertigungen in jeder Größe
- Zuverlässiger Lieferservice
- Entsorgung der Alteile
- Hervorragende Qualität zu vernünftigen Preisen
- Große Auswahl an Seniorenbetten



Kohlpaintner's

BETTEN UND MATRATZEN

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

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

Trauergruppe in Seeheim-Jugenheim

SEEHEIM-JUENHEIM | Seit Mai gibt es in Seeheim-Jugenheim eine Trauergruppe, die Trauernden nicht nur einen Raum für ihren Verlust geben will, sondern auch helfen möchte, wieder in den Alltag zurückzufinden. Die Gruppe trifft sich immer am ersten Montag im Monat um 14.30 Uhr im Waldcafé im Altenzentrum der

Mission Leben in Seeheim in der Sandstraße 85. Das nächste Treffen findet am Montag, den 4. Dezember, statt. Die Teilnahme ist kostenfrei, um vorherige Anmeldung wird gebeten. Anmeldung und Fragen zur Trauergruppe: Iris Schimpf-Reeg, Telefon 06257/86 96 65.

Silvia Drescher
Heilpraktikerin & Heilpraktikerin Psychotherapie

Rügnerstraße 69
64319 Pfungstadt
Telefon 0 61 57- 8 01 98 86
www.koerper-seele-geist-praxis.de
koerper-seele-geist-praxis@silvia.de

- Termine nach Vereinbarung -

Homöopathie • Entspannungsverfahren • Systemische Aufstellungen und Seminare
Seminare zur Persönlichkeitsentwicklung • Hormonyoga
Ernährungsoptimierung • Rückengesundheit • Energetische Arbeit



Der Advent hält Hof LICHTERGLANZ IM SCHLOSS

1. bis 3. Dezember 2023
Weihnachtsmarkt mit Kunsthandwerk

Schloss Heiligenberg Jugenheim
Freitag 17.00 bis 23.00 Uhr
Samstag 14.00 bis 23.00 Uhr
Sonntag 13.30 bis 20.30 Uhr

UNTERHALTENDES

- Märchenstunden
- Kinderbetreuung
- Freitag 19.00 Uhr Live-Musik im Hof mit Nicole Metzger
- Samstag 16.30 Uhr Weihnachtslieder vom Chor „Gut gestimmt“
- Samstag 19.00 Uhr spielen die Jagdhornbläser Groß-Gerau
- Sonntag 13.30 Uhr Gottesdienst im Innenhof, im Anschluss kommt der Nikolaus

KULINARISCHES

- Zimtwafleln
- Bratwurst
- Winterliche Eintöpfe
- Punsch / Glühwein
- Heiße Schokolade
- Kalte Getränke

Veranstaltet durch
Annettes Gastronomie im Schloss Heiligenberg
Telefon 06237-93191-49
www.gastronomie-im-schloss-heiligenberg.de

„Hier entstehen wohl ein Dutzend der schönsten Christbäume, und die Pracht schenkt mir märchenhaft.“
Aus dem Kindheits-erinnerungen von Fürstin Marie zu Erlich-Schönberg, geb. Prinzessin von Battenberg

Tresorbau Balkmann

Tresore aller Größen und Sicherheitsstufen

Sichern Sie Ihre Werte!

Ausstellung
Mo-Do 9-16h, Fr 9-15h
Ostendstraße 11
64319 Pfungstadt
Telefon 06157-83333

www.balkmann-tresore.de

Vertrauen Sie NUR dem Fachmann

ALTGOLD-KURS IM ALLZEIT-HOCH

Wir kaufen Ihr ALTGOLD

Noch nie gab es mehr Geld fürs Gold.
Verkaufen Sie schnell mit Riesengewinn.

GOLD VERTRAUEN

welz SEIT 1833

Juwelier & Uhrmacher

Pfungstadt 06157-3615 www.welz.info

2024

Darmstadt Kalender

Pfungstädter Budenzauber

Freuen Sie sich auf das stimmungsvolle Highlight der Vorweihnachtszeit! Vom 15. bis zum 17. Dezember 2023 findet der Pfungstädter Weihnachtsmarkt am 3. Adventswochenende statt und eröffnet erstmals bereits am Freitag seine Pforten.

Pfungstädter Keatimarkt

Die Veranstaltung ist am 16.12. (13-22 Uhr) und am 17.12. (13-20 Uhr) im Alten E-Work in der Brunnenstraße in Pfungstadt. Tauchen Sie ein in die magische Welt handgefertigter Schätze und entdecken Sie das perfekte Geschenk für Ihre Lieben in diesem festlichen Jahr. Unser Kreativmarkt ist der ideale Ort, um einzigartige und individuelle Geschenke zu finden.

Darmstadt-Eberstädter Weihnachtsmarkt

Besinnlichkeit an jeder Ecke: Der Eberstädter Weihnachtsmarkt öffnet traditionell am ersten bis vierten Adventwochenende, vom 02. bis 17. Dezember 2023, samstags und sonntags von 15:00 bis 20:00 Uhr am Haus der Vereine in Darmstadt-Eberstadt und dem Hof der Geibelschen Schmiede – in der Oberstraße. Begleitet von ausgefallenen Programmen und Attraktionen lässt es sich zwischen liebevoll ge-

Bessunger Weihnachtsmarkt

Abseits von Hektik und Trubel... Elf Stände begeistern mit bunter Angebotspalette von Kunsthandwerk über Bernsteinerschmuck bis zu Plätzchen und französischen Teesorten. Der Besuch des Nikolaus, der die Jüngsten mit kleinen Gaben be-

Nikolausmarkt in Heppenheim

Die Kreisstadt Heppenheim veranstaltet jährlich am ersten Samstag im Dezember von 10:00 Uhr bis 22:00 Uhr den traditionellen Nikolausmarkt in der Altstadt Heppenheims. Der Nikolausmarkt ist auf Grund seines besonderen Flairs und dem vielfältigen Angebot nicht gewerblicher Art weit über die Stadt-

Zwingenberger Weihnachtsmarkt

Genießen Sie einen entspannten vorweihnächtlichen Einkaufsbummel, winterliche Köstlichkeiten und besinnliche Stunden in Verbindung mit einem Besuch auf unserem Weihnachtsmarkt auf dem Marktplatz in Zwingenberg. Unser Weihnachtsmarkt lockt mit seinem vielfältigen Angebot zahlreiche Besucher an. Festlich geschmückte Marktstände

Verschenken Sie Darmstadt Kalender 2024... oder gewinnen Sie ein Exemplar!

Darmstadt Kalender 2024 zu gewinnen. Zum 10. Mal erblickt der limitierte Darmstadt Kalender für das neue Jahr 2024 südhessische Luft!

Ein ideales Weihnachtsgeschenk für alle Darmstadt-Fans mit neuen Bildern in bewährter hochwertiger Qualität. Als Titel prangt die abendliche Lichtreflexion auf dem Georg-Büchner-Platz in Richtung St. Ludwig Kirche nach einem Gewitter. Jahreszeitlich angepaßte Monatsmotive aus dem Prinz-Emil-Garten, Rosenhöhe, Marktplatz, Karolinenplatz Orangerie, Oberfeld folgen.

VIELLEICHT GEWINNEN SIE 3 KALENDER A4! Schicken Sie eine Postkarte an die Frankensteiner Rundschau, Bürgermeister-Lang-Straße 9 in 64319 Pfungstadt. Stichwort: „Darmstadt Kalender“. Einsendeschluss ist der 30. November 2023. Geben Sie Ihre Adresse an, denn die Gewinner erhalten Ihr Exemplar per Post. Viel Glück!



Adventskalender 2023
der Darmstädter Lions

6 11 21
13 22 18 23
7 15 12
10 4 12
16 3



Gutes tun für Kinder und Jugendliche und mit etwas Glück selbst gewinnen!

Zum 13. Mal unterstützen die fünf Darmstädter Lions Clubs und deren Jugendorganisation, die Leos, Kinder- und Jugendprojekte in und um Darmstadt. Ab dem 1. November werden Adventskalender einen Monat lang für fünf Euro angeboten. Wo sie erhältlich sind, findet sich unter www.darmstaedter-lions-adventskalender.de. Im Verbreitungsgebiet dieser Zeitung gibt es die Kalender in Eberstadt: in der Buchhandlung Schlapp in der Heidelberger Straße, in der Post Apotheke in der Eberstädter Marktstr. sowie in der Central Apotheke in der Heidelberger Landstraße. Im Rewe-Markt Michael Weisbrod in Pfungstadt, Eberstädter Straße und in Griesheim, Oberndorfer Straße. Außerdem werden sie angeboten in Griesheim in Café und Bäckerei Nothnagel, Wilhelm-Leuschner-Straße und in der Griesheimer Bücherei, Wilhelm Leuschner Straße.

Jeder Adventskalender ist gleichzeitig ein Gewinnlos. Deshalb werden vom 01.-24. Dezember täglich viele Gewinne gezogen. Ob und was gewonnen wurde, und wie man seinen Gewinn erhält, ist im Internet abrufbar. Über 450 Preise mit einem Wert von mehr als 25.000 Euro warten auf die Gewinner. Gutscheine für Restaurants, Fitness und Hygiene sind ebenso unter den Preisen wie auch Rundflüge und Einkaufsgutscheine. In diesem Jahr steht der Spanische Turm auf der Rosenhöhe im Mittelpunkt, der heute als Skulpturengarten durch die BS Kulturstiftung genutzt wird. Erstellt wurde das Motiv vom Darmstädter Illustrator Christoph Grundmann. Die Bilder hinter den Kalendertürchen haben Kinder der Luise Büchner Schule aus der Lincoln-Siedlung gestaltet. Schirmherr ist dieses Mal Donatus Landgraf von Hessen. „Ich bedanke mich bei den Verantwortlichen für dieses nachahmenswerte Projekt, mit dem jedes Jahr wohlthätige

SO KÖNNEN SIE DREI ADVENTSKALENDER GEWINNEN! Schicken Sie eine Postkarte an die Frankensteiner Rundschau, Bgm.-Lang-Str. 9, 64319 Pfungstadt. Stichwort: Darmstädter Lions Club Adventskalender“. Einsendeschluss ist der 30.11.2023. Geben Sie Ihre Adresse an, denn die Gewinner erhalten Ihr Exemplar per Post. Viel Glück!

Lichtenberger Adventsmarkt

In romantischem Schlosshof- und Marstall-Ambiente präsentiert sich auf dem Adventsmarkt Schloss Lichtenberg im Fischbachtal ein vielfältiges Angebot, Handwerker beeindrucken mit der Vorführung ihres Könnens, während mit Puppen und Bären auch die Wünsche der Kleinsten bedacht sind. Die Kulinarischen und handwerklichen Spezialitäten laden zu vorweihnächtlichem Treiben auf dem Darmstädter Weihnachtsmarkt ein. Die adventlich geschmückte Innenstadt und die Weihnachtsbäume auf dem Marktplatz, dem Luisenplatz und dem Ludwigplatz sorgen für eine gute Weihnachtsstimmung. Das besondere Highlight jedes Jahr sind die Stände aus den Darmstädter

Bensheimer Weihnachtsmarkt

Heimeliges Licht und der Duft von Gewürzen, Gebäck und Glühwein: Damit bringt der Bensheimer Weihnachtsmarkt in den letzten Wochen des Jahres wieder adventliches Ambiente in die Altstadt. Termin 2023: 30.11.2023 bis 20.12.2023. Der Martinsmarkt ist am 14.11.23.

Darmstädter Weihnachtsmarkt

Vom 20. November bis zum 23. Dezember 2023 lädt der Weihnachtsmarkt wieder in die Darmstädter Innenstadt ein! Die Kulinarischen und handwerklichen Spezialitäten laden zu vorweihnächtlichem Treiben auf dem Darmstädter Weihnachtsmarkt ein. Die adventlich geschmückte Innenstadt und die Weihnachtsbäume auf dem Marktplatz, dem Luisenplatz und dem Ludwigplatz sorgen für eine gute Weihnachtsstimmung. Das besondere Highlight jedes Jahr sind die Stände aus den Darmstädter

Griesheimer Weihnachtsmarkt

Er findet zwischen dem Jean-Bernard-Platz - Am Kreuz und dem Museum statt vom 08.-10.12.23. Geöffnet ist er Fr. 16:00-21:00 Uhr, Sa und So 15:00-21:00 Uhr. Jedes Jahr finden sich hier die Kirchengemeinden und Vereine aus Griesheim zusammen, um den Griesheimerinnen und Griesheimern sowie auswärtigen Gästen ein kleines und gemütliches Weihnachtsmarkt zu bieten. Hier findet man ein breitgefächertes Angebot von gebrannten Mandeln, heiße Schokolade, Plätzchen und selbst Gebackenem. Aber auch für Erwachsene gibt es auf dem Griesheimer Weihnachtsmarkt allerlei Leckereien. Ein buntes Rahmenprogramm wurde durch Vereine, Kindertagesstätten und Schulen aufgestellt und leitet durch das Wochenende.

Die Malcher Glühweinkerb

Sie findet am 02.12.23 ab 16 Uhr in der Frankensteiner Straße 12 statt. Die Dorfgemeinschaft Malchen e.V. schenkt vor den Türen von Mathias Sport weißen oder roten Glühwein aus. Für alle Kinder gibt es kostenlosen Kinderpunsch und ein kleines Adventspäckchen. Auch für den kleinen Hunger wird gesorgt. Als besonderes Event gibt es eine Feuerbesonderheit: Veranstalter ist die Dorfgemeinschaft Malchen e.V.

Bickenbacher Weihnachtsmarkt

Der traditionelle Bickenbacher Weihnachtsmarkt öffnet am Sonntag, den 27. November 2023 von 11:00 bis 19:30 Uhr am Alten Rathaus. Bickenbacher Hobbykünstler zeigen ihre Arbeiten im Bürgersaal des Rathauses in der Darmstädter Straße 7, 64404 Bickenbach.

Nikolausmarkt in Mühlthal-Traisa

Der SV 1911 Traisa und die Traisera Schule laden am Samstag, dem 09. Dezember 2023, von 15:00 bis 19:00 Uhr wieder zum Nikolausmarkt auf dem Schulhof in der Darmstädter Straße 38 ein. Freuen Sie sich auf Selbstgebackenes, Glühwein, Kinderpunsch und warme Speisen wie Waffeln, Pommes, Würstchen und die stets beliebte Champignonpfanne, das Wintercafé bietet Kaffee und Kuchen. Es gibt vielfältige Geschenkekiden bei den Basteleien und Handarbeiten aus der Werkstatt des Nikolausmarkt-Teams, der Grundschule und des Kinder- und Jugendfördervereins. Im Rahmenprogramm treten eine Flötengruppe der Musikschule Paul und der Posaunenchor der evangelischen Kirchengemeinde Traisa auf. Es gibt wieder eine Verlosung mit vielen gespendeten Geschenken, sowie das Bilderbuchkino für die Kleinen. Der Nikolaus wird gegen 18:00 Uhr erwartet und hat für alle Kinder etwas dabei. Der gesamte Erlös wird immer an sozial-karitative Einrichtungen wie die Darmstädter Tafel gespendet. Alle sind herzlich willkommen!

Bickenbacher Gewerbeverein plant Weihnachtsmarkt

Zum 50. Male jährt sich in diesem Jahr der Weihnachtsmarkt, ausgerichtet vom Bickenbacher Gewerbeverein. Wie immer findet der Markt am 1. Advent, in diesem Jahr der 3. Dezember, statt. Da es sich um den 50. Weihnachtsmarkt handelt, möchte der Gewerbeverein gerne eine Foto/Dia-Show zum Thema „Bickenbacher Weihnachtsmarkt“ erstellen. Es sind alle BürgerInnen aufgerufen, Bilder von vergangenen Weihnachtsmärkten in Bickenbach dem Gewerbeverein dazu zur Verfügung zu stellen. Wir würden uns über eine große Resonanz sehr freuen! Rund ums alte Rathaus tummeln sich auch in diesem Jahr Büden und Stände, die allerlei süße Dinge und Essen und Trinken anbieten. Der Nikolaus wird wieder Päckchen verteilen und es ist eine große Tombola mit Sachpreisen in Planung, bei der unter anderem Tannenbäume verlost werden, die am Tage den Festplatz schmücken. Außerdem sind die Sandhasenmützen beim Stand des Gewerbevereins käuflich zu erwerben – immer eine gute Geschenkidee! Die Adresse für Interessenten am Weihnachtsmarkt oder für die Fotos ist: Ralf Dingledey (Telefon 1383 oder info@gewerbeverein-bickenbach.de).

Advent in der Scheune in Seeheim-Jugenheim

Am Samstag, dem 02.12.2023 findet ab 15:30 Uhr hinter dem historischen Kirchreus in Seeheim unsere Veranstaltung „Advent in der Scheune“ statt. Der Nikolaus kommt und wird die Kinder beschenken. Und Freunde bringen die Erwachsenen können derweil unseren heißen Glühpunsch trinken, original Elsäßer Flammkuchen essen oder eine Bratwurst vom Lions Club verzehren. Außerdem werden der Förderkreis Tannenbergschule, der Kinderchor der Tannenbergschule, die Balkhäuser Bläser, der Eine-Welt-Laden, der Museumsverein, der Landfrauenverein Seeheim-Jugenheim und die Damen des Soroptimisten-Clubs mit dabei sein. (Frank Gernsheim)

Gernsheimer Weihnachtsmarkt

Am 2. Adventswochenende wird es in der Gernsheimer Innenstadt wieder weihnächtlich. Der traditionelle Weihnachtsmarkt findet auf dem Gernsheimer Schöferplatz statt. Gemeinsam mit örtlichen und regionalen Vereinen und Gewerbetreibenden wollen wir ein vielfältiges und weihnächtliches Angebot in der Innenstadt bieten. Geöffnet vom 09.12.-10.12.2023, Sa 16-22 Uhr, So 14-20 Uhr.

Liebe Kunden,
vielen Dank für Ihr Vertrauen.

Wir wünschen Ihnen eine schöne Advents- und Weihnachtszeit!

Stork Haustechnik
info@stork-haustechnik-darmstadt.com
internet: www.stork-haustechnik.com



CHRISTBAUM VERKAUF

Frische Nordmannanne aus Norddeutschland

- Ab 01. Dezember täglich 11-19 Uhr
- Glühwein- und Bratwurststand
- Kostenlose Parkplätze

Unser Christbaumverkauf findet auf der überdachten Terrasse Restaurant Oberwaldhaus statt. Somit können Sie Ihren Christbaum bei Wind und Wetter trocken aussuchen. Auf Wunsch mit Haustürlieferung

Dieburger Str. 257 64287 Darmstadt.

AM FEUERSCHUTZ

FEUERLÖSCHER VERKAUF | PRÜFUNG | FÜLLDIENST

35 Jahre Erfahrung im Feuerschutz machen die Firma Manfred Aster zu einem kompetenten Partner. Feuerlöscher-Verkauf sowie ein fachmännischer Prüf- und Fülldienst für alle Fabrikate gehören genauso zum Repertoire wie Verkauf und Prüfung von Wandhydranten, Rauchmeldern und Rauchwärmeabzugsanlagen.

Unseren Kundendienst für Industrie- und Privatkunden erreichen Sie unter:

AM FEUERSCHUTZ
Kattreistraße 1a, 64295 Darmstadt
Telefon 0 61 51-31 72 18, Fax 0 61 51-30 72 007
Mobil 01 77- 65 33 289

Wenn Herzsituationen anspruchsvoller werden!

Hörgeräte Hennig

Auerbach 06257-770366
Seeheim 06257-9994457
Jugenheim 06257-904070

STARK IM SERVICE

24h-Notdienst

KNOW HOW SEIT 1945

Seit 1996

Pflegedienst Hessen-Süd
immer in Ihrer Nähe




Zuhause ist es doch am Schönsten!

**Kranken- und Altenpflege
Hausnotruf
Demenzbetreuung
Beratung**

**Pflegedienst Hessen Süd
Janssen GmbH** Eschollbrücker Str. 26
64295 Darmstadt
Telefon 0 6151-96 97 70
Telefax 0 6151-96 97 729

www.pflegedienst-hessen-sued.de

Sicherheit auf Knopfdruck.

Der Johanniter-Hausnotruf
Nur einen Knopfdruck entfernt, wenn Sie zuhause in eine Notlage geraten.

Tel. 06071 2096 18

JOHANNITER **Jetzt 4 Wochen gratis testen.**



Gedenkfeier für verstorbene Kinder

Worldwide Candle Lighting | Aktion auf dem Griesheimer Friedhof

GRIESHEIM | Worldwide Candle Lighting – der Weltgedenktag für verstorbene Kinder – nimmt ein Tabu-Thema auf: den Tod eines Kindes.

Stirbt ein alter Mensch, so trauern die Hinterbliebenen und fühlen noch lange den Verlust. Im Alter ist damit zu rechnen, dass jedes Leben irgendwann zu Ende geht. Müssen Eltern ein Kind begraben, ist der Schmerz oft ungleich größer. Ein Kind, das das Leben noch vor sich hatte, oder ein Kind, das gar nicht auf die Welt kam, zu verlieren, ist oft unfassbar und unbegreiflich. Viele Eltern, Großeltern oder Geschwister tragen häufig über viele Jahre diesen Schmerz in sich. Ist ein Grab vorhanden, dann haben Trauernde einen Ort, an dem sie ihrer Trauer Ausdruck verleihen können. Diesen Ort haben viele Eltern nicht, die ihr Kind während der frühen Schwangerschaft verloren haben. „Sternenkinder“ werden solche Kinder liebevoll genannt. „Uns war es wichtig, in Griesheim einen Ort zu schaffen, an dem genau diese Eltern einen Anlaufpunkt für ihre Trauer bekommen“, schildert Manuela Beck, eine der Initiatorinnen der „Gedenkstätte Sternenkinder“ auf dem Griesheimer Friedhof. Sie beschreibt, wie Trauernde diesen Ort für sich nutzen können: „Wir haben

das Areal so angelegt, dass die Trauernden diesen Platz mitgestalten können: Immer wieder stellen Menschen Kerzen auf, kleine Engel, frische Blumen oder ein



„STERNENKINDER“ werden solche Kinder liebevoll genannt, die während einer frühen Schwangerschaft verloren gingen.

Band mit einem Namen.“ Ebenfalls an der Gedenkstätte befindet sich ein Buch, in das Trauernde ihre persönlichen Gedanken schreiben können. Die Trauer um ein Kind hinterlässt tiefe Spuren in Familien. Früher war eine Fehlgeburt oder Totgeburt ein Tabuthema. Wenn eine Frau einen solchen Verlust erlebt hat, wurde häufig von ihr erwartet, wieder zur Tagesordnung überzugehen.

Jedes Päckchen ein Zeichen der Hoffnung

2023 feiert der Johanniter-Weihnachtstrucker sein 30-jähriges Jubiläum. Seitdem packen Tausende Hilfspakete für die Aktion. Sie alle geben damit den Empfängern in den Zielländern ein Zeichen, dass sie nicht vergessen sind.

„Das Jubiläum macht uns natürlich stolz“, sagt Projektleiter Ulrich Kraus. „Doch eigentlich ist uns nicht nach Feiern zumute, wenn wir sehen,

dass auch nach 30 Jahren Engagement die Hilfe immer noch dringend gebraucht wird.“ Auch in diesem Jahr gehen wieder Päckchen in die Ukraine, obwohl der andauernde Krieg die Planungen schwierig macht. Auch die Menschen in den anderen Zielländern – Albanien, Bosnien, Bulgarien, Rumänien, Republik Moldau – sind von den Auswirkungen des Krieges betroffen.

Vätern stand man ein Gefühl der Trauer erst recht nicht zu. Davon berichten die Mitarbeitenden des Krankengebets der Melancthongemeinde. „In unserer Arbeit mit kranken Menschen erfahren wir immer wieder, dass der Anfang einer Krankheit mit eben solch einem Erlebnis zusammenhängt. Der nicht aufgearbeitete Verlust und die Trauer, die keinen Raum bekommt, graben sich ganz tief in die Seele ein“, so Pfarrer Holger Uhde. Seit einiger Zeit hat sich das Team intensiver mit der Thematik beschäftigt und bietet Menschen, die um ein Kind trauern, Gespräche und seelsorgerlichen Beistand an. „Wir begleiten meistens Frauen, aber auch ganze Familien in akuten Situationen, und wir kümmern uns auch um Menschen, die einen solchen Verlust schon ein halbes Leben oder länger mit sich tragen.“

Am 03.12.23 laden die Initiatorinnen der „Gedenkstätte Sternenkinder“ und die Ev. Melancthongemeinde zu einer Ökumenischen Gedenkfeier auf dem Griesheimer Friedhof ein. Griesheim reiht sich mit der Gedenkfeier in die Initiative „World Wide Candle Lighting“ ein, die seit etwa 30 Jahren auf der ganzen Welt gibt. Musikalisch gestaltet wird die Feier vom Chor „Sing and Praise“ und dem Posaunenchor. Sie beginnt um 17 Uhr in der Trauerhalle. Anschließend gehen die Besucherinnen und Besucher gemeinsam zur Gedenkstätte. Die Veranstaltung

Besonders den Kindern und Familien, älteren Menschen oder Alleinstehenden fehlt es am Nötigsten. Aber auch in Deutschland werden wir wieder Pakete verteilen, denn leider steigt auch hierzulande die Zahl der Hilfsbedürftigen. Wir arbeiten dafür wieder eng mit den Tafeln zusammen“, erklärt Ulrich Kraus. Weitere Informationen zur Aktion, der Packliste sowie zu Spendenmöglichkeiten unter www.johanniter.de/weihnachtstrucker



Psychologische Beratung

„Und plötzlich weißt Du, es ist Zeit, etwas Neues zu beginnen und dem Zauber des Anfangs zu vertrauen.“ (Meister Eckhart)

B. Feller (Abschluss sog.)

Alsbach-Wähleln

Telefon 0 62 57/93 79 99

www.psychologischeberkreativ.de

richtet sich an Menschen, die um ein viel zu früh verstorbenes Kind trauern oder deren Kind während der Schwangerschaft gestorben ist. „Trauer miteinander teilen, sich gemeinsam erinnern und gegenseitig stärken“ umschreibt die Intention der Veranstalter. „Uns ist es wichtig, auch in Griesheim einen sol-

chen Ort des Erinnerns zu haben.“, so Bürgermeister Krebs-Wetzl. Weitere Infos über die Feier, die Gedenkstätte Sternenkinder auf dem Griesheimer Friedhof oder das vertrauliche und kostenfreie Gesprächsangebot der Ev. Melancthongemeinde erhalten Interessierte unter (0 61 55) 66 56 93.



PÄCKCHENSPENDER geben ein Zeichen: „Ihr seid nicht vergessen!“

Stork Haustechnik: Gesellschaft für Sanitär- und Heizungsanlagen präsentiert:

Stork Haustechnik
GmbH & Co.KG

KNOW HOW SEIT 1945

KALKSCHUTZ MIT BIOCAT

WIRKSAM. CHEMIEFREI. PATENTIERT.

WATERCryst®
Wassertechnik

Bei der Gewinnung, Aufbereitung und Verteilung von Trinkwasser durch die Wasserversorger wird auf höchste Qualität geachtet. Die Verantwortung des Wasserversorgers für die Trinkwasserqualität endet jedoch an der Wasseruhr. Ab dieser Stelle bis zum letzten Wasserhahn sind Eigentümer von Häusern/Wohnungen bzw. Vermieter als Betreiber von Trinkwasseranlagen in der Pflicht und für die Qualität und Keimfreiheit des Leitungswassers verantwortlich.

KALKSCHUTZ – EIN BAUSTEIN DER TRINKWASSERHYGIENE

Mikroorganismen sind in der Natur neben Mineralstoffen ein wichtiger Bestandteil des Wassers und tragen wesentlich zur Reinigung des Wassers im Boden und in Oberflächenwässern bei. Gutes, qualitativ hochwertiges Trinkwasser führt immer auch eine mehr oder weniger große Menge an mikrobiologischen Keimen mit sich.

Bei der Aufbereitung und Verteilung von Trinkwasser müssen daher technische Maßnahmen getroffen werden, um eine unzulässige Vermehrung der Mikroorganismen zu vermeiden. Kalkablagerungen in Rohrleitungen und Warmwasser speichern sind unter anderem mitverantwortlich dafür, dass sich Mikroorganismen dauerhaft ansiedeln, unzulässig vermehren und einen starken Biofilm ausbilden.

LANGJÄHRIGE ERFAHRUNG

WATERCryst ist Experte für Kalkschutz. Seit mehr als sechzehn Jahren werden BIOCAT Kalkschutzgeräte in verschiedensten haustechnischen Anlagen eingesetzt. Zahlreiche Privathaushalte und Unternehmen sowie Kliniken, Altenheime, Hotels, kommunale Einrichtungen und Wohnungsbaugenossenschaften vertrauen bereits auf BIOCAT Produkte aus dem Hause WATERCryst.

WARUM KALKSCHUTZ MIT BIOCAT?

BIOCAT Kalkschutzanlagen schützen die Trinkwasser-Installation vor Kalkablagerungen und erhalten gleichzeitig die gute Qualität des Trinkwassers. Durch das Verkalken von Rohren, Wärmetauschern, Warmwasserspeichern und Absperrventilen im Hauswassersystem könnten Reparaturen und Sanierungsarbeiten notwendig werden, welche enorme Kosten verursachen.

ARGUMENTE FÜR BIOCAT

- zuverlässiger Schutz der gesamten Trinkwasser-Installation vor Kalkablagerungen
- keine Verwendung von Salzen und Phosphaten
- hervorragend beim Betrieb einer Solaranlage und/oder eines Plattenwärmetauschers geeignet
- eigene thermische Desinfektion
- einfache Einbindung, effiziente Wartung und Kontrolle durch GLT-Anschluss*
- unabhängig von der Wasserhärte einsetzbar
- BIOCAT Geräte sorgen für Hygiene und sind Teil der Legionellen-Prophylaxe

NATÜRLICH DVGW-ZERTIFIZIERT

Alle BIOCAT KS-Seriengeräte (KS 3000 bis KS 5D) wurden vom Deutschen Verein des Gas- und Wasserfaches, kurz DVGW, zertifiziert.

BIOCAT KS 3000

wirksamer Kalkschutz für Ihre gesamte Hauswassertechnik – im Kalt- und Warmwasserbereich

+ für Einfamilienhäuser



Das BIOCAT KS 3000 wird direkt am Hauptwasser- ein- gang nach dem Wasserzähler, Druckminderer und dem Hauswasserfilter installiert.

- + leichte Montage
- + arbeitet unkompliziert und zuverlässig
- + Sicherheit bei Stromausfällen durch den automatischen Bypass-Modus (FailSafe-Modul)
- + optische Gerätestatus-Anzeige und Speicherung von 100 Betriebszustandsänderungen
- + minimaler Wartungsaufwand

STORK HAUSTECHNIK ERSTELLT IHNEN EIN UNVERBINDLICHES ANGEBOT! RUFEN SIE GLEICH AN: 06157- 98 97 61

ANGEBOT

ZERTIFIZIERT
in Wirksamkeit & Sicherheit!

Hinweis
Überall, wo Wasser verdunstet, bleiben Mineralstoffe zurück und führen zu Kalkflecken. Der Einsatz von BIOCAT Geräten erspart Ihnen leider nicht das Putzen – macht es aber leichter!

Nicht geeignet für technische Anlagen, bei denen eine Voll- oder Teilsalzung notwendig ist oder vom Hersteller vorgeschrieben wird.

Wir realisieren Ihre Wünsche! WÄRME + WASSER

Pfungstadt: Mainstr. 97 · Tel. 06157.989761 · Fax 919376
Darmstadt: Telefon 06151.371207
info@stork-haustechnik-darmstadt.com
Wird momentan bearbeitet: www.stork-haustechnik.com

*Gebäudeleittechnik ** Vor dem Einbau eines BIOCAT Kalkschutzgerätes findet eine Prüfung der technischen/baulichen Voraussetzungen vor Ort (vorhandene Montagefläche, Elektroanschluss, Entwässerungsmöglichkeit) durch unseren Fachberater statt.

Akupunktur bei Beschwerden ab der Lebensmitte

-ANZEIGE-



VIOLA BUGGLE, Diplom-Biologin und Heilpraktikerin.

PFUNGSTADT | Im zunehmenden Alter und besonders in der heutigen, fordernden Zeit stellen sich oft Erschöpfung, Unruhe, Schlafstörungen oder Schmerzen ein. Oft ist es nur ein Ziehen hier, eine Konzentrationschwäche dort oder plötzlich 2-3 kg mehr auf den Rippen. Keine Symptome, die auf eine ernste Erkrankung hindeuten, die aber die Lebensqualität oft beeinträchtigen.

Die Pfungstädter Heilpraktikerin Viola Bugge weiß hierzu aus ihrer Praxis zu

berichten: "Diese frühen Symptome sind gute Hinweise, dass es Zeit ist, ein wenig mehr auf die eigene Gesundheit zu achten. Wunderbar unterstützen kann hierbei die Traditionelle Chinesische Medizin, da sie den Menschen in seinem Gleichgewicht als Grundlage von Gesundheit sieht. Das heißt, wenn der Mensch in seiner Mitte ist und sein Blut und Qi frei zirkulieren, ist er gesund, bzw. kann die Anforderungen des Lebens ausgleichen. Oft reichen neben ein paar Akupunktursitzungen und vielleicht Qi Gong oder Meditation kleine Anpassungen im Lebenswandel, um die gewünschte Qualität wieder zu erreichen. Dieser Aufwand lohnt sich, wenn die kommenden Jahre dann wieder leichter fallen."

Praxis für Naturheilkunde und Traditionelle Chinesische Medizin
Dipl.-Biologin Viola Bugge, Heilpraktikerin, Rügnerstraße 69
64319 Pfungstadt, 01590-1036 569,
www.viola-bugge.agtcm-therapeut.de

Morbus Basedow

BERLIN | Die Basedow-Krankheit ist der häufigste Grund für eine Schilddrüsenüberfunktion. Frauen erkranken häufiger als Männer: Ca. 30 von 1000 Frauen bekommen im Laufe ihres Lebens die Basedow-Krankheit. Bei Männern sind es nur etwa 5 von 1000. Am häufigsten macht sich die Autoimmunerkrankung zwischen 30 und 60 Jahren bemerkbar. Info: Falblatt „Tests bei Schilddrüsenerkrankungen und Blutarmut“. Kostenlos unter www.vorsorge-online.de runterladen oder bestellen bei: IPF-Versandservice, Postfach 12 44, 63552 Gelnhausen.

Praxis für Naturheilkunde und Traditionelle Chinesische Medizin
Akupunktur - Qi Gong - Massage
Chinesische Heilkräuter
Ernährung nach den fünf Elementen - Bewegungskurse
Meditation - Vorträge
Dipl. Biologin Viola Bugge
Heilpraktikerin
Rügnerstraße 69 · 64319 Pfungstadt
Mobil 0 15 90 - 103 65 69
www.viola-bugge.agtcm-therapeut.de
Termine nach tel. Vereinbarung

Psychische Erkrankungen

So können Unternehmen vorbeugen

Stress im Job ist selten der einzige Auslöser für psychische Erkrankungen, aber immerhin ein wichtiger. Schließlich verbringen die meisten von uns einen großen Teil des Tages mit Arbeiten. Das heißt auch, dass Unternehmen auf die seelische Gesundheit ihrer Arbeitnehmenden ach-

gen liegen inzwischen mit über einem Drittel bei den Gründen für Berufsunfähigkeit ganz vorn", gibt Petra Timm zu bedenken. Als Pressesprecherin von Randstad Deutschland weiß sie: „Es ist deshalb entscheidend, Mitarbeitende und Führungskräfte für das Thema zu sensibilisieren und das Gespräch darüber zu enttabuisieren.“ Ebenso wichtig ist es, ein positives, motivierendes Betriebsklima zu schaffen - nicht nur durch Teambuilding, sondern auch durch respektvolles Verhalten, gute Kommunikation und eine Arbeitskultur, in der Fehler nicht wie Katastrophen behandelt werden, sondern als notwendige Erfahrungen, um sich zu verbessern. Zudem sollten die Mitarbeitenden in regelmäßigen Gesprächen Feedback bekommen und ihre Chancen und Perspektiven im Unternehmen kennen. Freundlich gestaltete Arbeitsplätze tragen natürlich ebenfalls zu einer guten Atmosphäre bei - aber im Zweifel ist es wichtiger, die Betriebsabläufe und die Kommunikation zu verbessern, als eine Topfpflanze aufzustellen. (tnt)

BEUTEL
Augenoptik
Oberstraße 8
64297 DA-Eberstadt
Telefon 061 51-5 60 76
E-Mail: kontakt@beutel.de
Internet: www.beutel.de
Zertifizierter
Gleitsichtglas-Spezialist
(EXCC-ZERT.MED.)
Seniorenfreundlicher Betrieb

ten und alles dafür tun sollten, dass sie erhalten bleibt. Schon aus eigenem Interesse: „Psychische Erkrankun-



DOWNSHIFTING: Der bewusste Schritt zu einem Leben mit Fokus auf die Dinge, die im Leben wichtig sind.

Salon Hensel präsentiert den Farb-Quickie für Ihr Haar

-ANZEIGE-

100 % Grauabdeckung in nur 10 Minuten

SEEHEIM | Weihnachten steht vor der Tür und oft ist man beschäftigt geworden, sei es privat oder geschäftlich. Viele Dinge müssen vorher noch vor dem Fest erledigt werden, wie z.B. der Friseurbesuch! Für Einige zählt er zu einer Pflichtveranstaltung, die anderen genießen die Zeit als Wohlfühlort und Entspannungsoase. Was wäre, wenn Sie beim Friseur Zeit sparen könnten und trotzdem zur Ruhe kommen? Mit dem neuen Express-Haarfärbemittel ist das möglich!

Die „Espressotime“ Haarfarbe von

Nouvelle ist das schnellste Haarfärbemittel auf dem Markt.

Nouvelle Espressotime ist eine neue innovative Coloration, die es ermöglicht, mit nur 10 Minuten Einwirkzeit eine komplette Farbbehandlung abzuschließen. Eine schnelle, chemische Behandlung mit tollem Farbergebnis. Statt 30 Minuten Einwirkzeit haben Sie mit Espressotime eine voll entwickelte Haarfarbe nach nur 10 Minuten. Das kom-



DIE NEUE HERRENPFLEGE für die Haare und das Gesicht.

PD Dr. Farzin Adili | Er steht der Deutschen

Gesellschaft für Gefäßchirurgie und -medizin vor

DARMSTADT | Priv.-Doz. Dr. Farzin Adili, Direktor der Klinik für Gefäßmedizin, Gefäß- und Endovascularchirurgie am Klinikum Darmstadt wurde am 19. Oktober 2022 in Wien einstimmig zum Vizepräsidenten und damit für 2025/2026 zum Präsidenten der Deutschen Gesellschaft für Gefäßchirurgie und Gefäßmedizin gewählt.

Dr. Adili steht damit der größten gefäßchirurgischen Fachgesellschaft Europas vor und wird 2026 Kongresspräsident des Jahreskongresses

sein, der in Darmstadt oder Frankfurt stattfinden wird. (Klinikum Darmstadt)



DR. FARZIN ADILI

Mehr Sinn im Leben, mehr Zeit für Familie

Gründe fürs Downshifting

Höheres Alter, Umbrüche in der Familie und im Privatleben, veränderte Werte, Gesundheit: Gründe, beruflich kürzer treten zu wollen, gibt es viele. Dabei können auch Lebensphasen und Generationszugehörigkeit eine Rolle spielen. Wer mit dem Gedanken spielt, Arbeitszeit zu reduzieren, sollte sich möglichst klar darüber sein, was ihn antreibt - das hilft dabei, die individuell passende Entscheidung zu treffen. Sabbatical statt Dienstwagen, Sinn statt Beförderung und im Zweifelsfall auch weniger Gehalt zugunsten einer besseren Work-Life-Balance: Ge-

rade jüngere Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer erwarten von ihren Jobs mehr als Karriere und gutes Gehalt. Vor allem Menschen der Generation Y - die treffend auch als „Gen Why“ bezeichnet wird - wünschen sich sinnstiftende Tätigkeiten. Können sie dieses Bedürfnis nur unzureichend im Job befriedigen, müssen Betroffene der Arbeitswelt nicht gleich vollständig entsagen. „Downshifting bietet mehr Zeit für die Dinge, die einem im Leben wichtig sind - zum Beispiel ein Ehrenamt oder mehr Zeit für Familie und Freunde“, so Petra Timm, Pressesprecherin bei Randstad Deutschland. Studien zufolge erwarten besonders Beschäftigte unter 30 Jahren aus der sogenannten Generation Z von ihren Jobs viel Flexibilität und sind weniger



pakte und einfache Farbsortiment von rund 20 Farbnuancen deckt sogar weiße Haare bis zu 100%. Die Farbe verleiht dem Haar außerdem Glanz, Farbe



und Komfort. Die vegane Formel ist mit Kaffee, Ginseng und Schutz-, Feuchtigkeits- sowie Antioxidantienfaktoren angereichert.

Wer eine Alternative zum chemischen Haare färben sucht, muss keinen anderen Friseursalon in Betracht ziehen. Auch hier bietet Salon Hensel eine gute Lösung. Das Team ar-

beitet bereits seit einigen Jahren mit den Naturhaarfarben der Marke NOOK. Bei den pflanzlichen Farben erscheint ihr vorher glanzloses und stumpfes Haar wieder in neuem Schein. Die Philosophie des italienischen Herstellers liegt darin, das große Potenzial der Natur für die Herstellung professioneller Haarpflegeprodukte zu nutzen. Dabei strebt die Marke eine völlige Balance zwischen Natur und Technologie an. Die Haarfarbe ist frei von Parabenen, Allergenen, SLES, SLS Nickel sowie Kobalt und Chrom. Vor allem für Allergiker bietet „Nook“ eine tolle Alternative zum problemlosen Haarfarben. Ein kleiner

Tipp: Friseurhandschuhe und professionelle Pflegeprodukte für das Haar eignen auch super

als Geschenkidee für Sie und Ihn. Besonders für die Herren bietet Salon Hensel ein breitgefächertes Sortiment an Pflegeprodukten für den modernen Mann. Hierzu gehören u.a. ein Hair & Body Shampoo, After Shave, Hair thickener und Bart Öl. Gerne stehen Inhaberin Frau Stork und ihr Team für eine Beratung zur Verfügung. In diesem Sinne wünscht Frau Stork eine schöne Advents- und Weihnachtszeit! (t)

Salon Hensel
Inh. Giuseppina Stork
Heidelberger Str. 35
64342 Seeheim-Jugenheim
Tel. 06257-83315
Öffnungszeiten:
Di. bis Fr. 8.30-12.30 Uhr u. 14-17.30 Uhr, Sa. 8-12 Uhr. Mo. geschlossen,
www.friseursalon-hensel.de



DAS KOMPAKTE UND EINFACHE FARBSORTIMENT von rund 20 Farbnuancen deckt sogar weiße Haare bis zu 100%.

Männergesundheit | Gesunde Lebensjahre dazugewinnen

BERLIN | Statistiken zeigen, dass Frauen in Deutschland durchschnittlich vier bis fünf Jahre länger leben als Männer. Zwar hat sich dieser Unterschied in den letzten Jahren verringert. Dennoch besteht keinen Grund zur Selbstzufriedenheit. Anlässlich des Weltmännertags am Freitag, den 03. November 2023 informiert das IPF, wie cleveres Vorsorgemanagement dabei hilft, gesund zu bleiben.

Herzgesundheit im Blick behalten: Herzkrankungen sind für Männer in Deutschland die Haupttodesursache. Die Koronare Herzkrankheit führt mit 41 Prozent die Stebestatis-

tik an, gefolgt von Herzinfarkt mit 27 Prozent und Herzinsuffizienz mit nahezu 14 Prozent. Risikofaktoren wie Fettstoffwechselstörungen und Dia-

betes lassen sich zum Beispiel beim Gesundheits-Check-up alle drei Jahre überprüfen. Dafür reichen einfache Bluttests. (IPF)

Krankengymnastik Frank Zintel

- Lymphdrainage
- KG-neuro (PNF)
- Massagen
- Wärmetherapie
- Fußpflege

Waldstraße 37
64297 Darmstadt
☎ 06151/591342
📍 am Haus

Amethyst Ayurveda Massage

-ANZEIGE-

Ein Stück pure Entspannung



FLORIAN UND KRISZTINA: „Wir massieren mit Herz, achtsam, individuell und ganzheitlich - dies ist unsere Philosophie“

PFUNGSTADT | Unsere Marmamassagen können auf diesen Ebenen wirken:

- Aktivieren die Akupunkturpunkte des Ayurveda
- Lockern und lösen von Verspannungen
- Entspannende und vitalisierende Förderung der Selbstheilungskräfte
- Hilft bei der Entgiftung und Regeneration
- Ausgleich, Stimulierung und Erhöhung der Körperenergien
- Unterstützend beim Lösen von Blockaden
- Einfach entspannend und wohltuend zurück in die natürliche Balance

Unsere Highlights:

- Die Marma-Ganzkörpermassage wirkt ganzheitlich besonders entspannend und vitalisierend
- Die Partnermassagen zusammen genießen! Ideal für Pärchen, Freundinnen und Freunde!
- Gutscheine für Weihnachten, Geburtstage oder einfach für den Wellness-Tag zum Genießen!

Das Studio befindet sich in Pfungstadt, Anruf zur Terminvereinbarung: 06157 9280584. Alle Informationen zu unseren Massagen finden Sie im Internet unter www.amethyst-ayurveda.massage.de

Christine Sissouno Heilpraktikerin und Kosmetikerin

LeVisage

Tel. 06151-500757
www.LeVisage-Kosmetik.de

Tel. 06151-291669
www.Naturheilpraxis-Sissouno.de

Ludwigstr. 20, City

Natur-Kosmetik Natur-Medizin ganzheitlich komplementär

SV Darmstadt 98 lebt das Abenteuer 1. Fußball Bundesliga!

DARMSTADT | Am Abend des 19.05.23 war es soweit, mit dem Heimsieg gegen den FC Magdeburg hatten die Lilien den 4. Aufstieg in die Bundesliga besiegelt. Die Feierlichkeiten nahmen ihren Lauf, nur getrübt durch eine klare Niederlage im letzten Spiel bei Greuther Fürth, das die Meisterschaft und einen Platz im Fernsehgold-Ranking kostete. In der Vorbereitung auf die neue Saison versuchte die sportliche Leitung mit den vorhandenen Mitteln einen schlagkräftigen Kader auf die Beine

zu stellen. Abgänge der Leistungsträger P. Tietz und P. Pfeiffer, beide zum FC Augsburg, mussten verkraftet werden. Mit der Verpflichtung unter anderem von Ch. Klarer (F. Düsseldorf), M. Magica (VFB Stuttgart), F. Nürnberger (FC Nürnberg), F. Hornby (Stade Reims) und den beiden Leih-Heimkehrern L. Pfeiffer und T. Skarke sollte das gelingen sein. Im DFB-Pokal endeten die Berlin Hoffnungen schon jäh in der 1. Runde mit einem Ausscheiden beim Regionalligist FC Homburg/Saar durch

ein enttäuschendes 3-0. 10 Spieltage sind nun schon in der Saison gespielt (Stand 06.11.23), die Lilien stehen mit 7 Punkten auf Platz 15 der Tabelle. Auftakt machte eine unglückliche 1-0 Niederlage am 1. Spieltag im Derby bei Eintracht Frankfurt. Nach den erwarteten Niederlagen gegen die Champions League Mannschaften wurde am 4. Spieltag gegen B. Mönchengladbach der erste Punkt gewonnen. Mit Siegen gegen Werder Bremen, beim FC Augsburg konnte man sich eine gute Ausgangslage verschaffen. Der Ausflug zum Rekordmeister FC Bayern ging nach einer sehr guten 1. Halbzeit (0-0) und 2 roten Karten leider mit 0-8 verloren. Leider ging aktuell der direkte Vergleich mit dem Tabellennachbarn VFL Bochum mit 1-2 zuhause verloren. In den nächsten Wochen folgen weitere Vergleiche mit Mannschaften, die sich auch in der unteren Tabellenhälfte bewegen. Sollte man diese positiver gestalten, wäre man dem Ziel Klassenerhalt ein gutes Stück näher, auch wenn es ein weiter und schwieriger Weg ist. (Michael Mark)

Mark Spielwaren
Zeitschriften
Schreibwaren

LOTTO Hessen
eventim
TicketShop
ADticket

ups
Hermes PaketShop

Eberstädter Straße 15 - Pfungstadt
Tel. 06157 - 8 51 52

DRAHT WEISSBÄCKER

ZÄUNE · GITTER · TORE

Draht- und Gitterzäune · Tore
Schiebetore · Drehkreuze
Schranken · Türen · Gablonen
Pfeiler · Sicherheitszäune
Mobile Bauzäune · Alu-Zäune
sämtliche Drahtgeflechte
Alu-Toranlagen · Rankanlagen
auch Privatverkauf

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

Internet: www.draht-weissbaecker.de
Email: draht@weissbaecker.de

GARTENGESTALTUNG Frank Klemt

FRANK KLEMT GARTENGESTALTUNG

- Naturstein
- Teichbau
- Pflasterarbeiten
- Rollrasen
- GARTEN Neu- und Umgestaltungen

Montmeyraner Straße 5 • 64401 Groß-Bieberau
Tel: 06162 2573 • Mobil: 0170 9341674
www.gartengestaltung-frank-klemt.de

Wissenschaftsstadt Darmstadt

KINDERHAUS PARADIES

Herzliche Einladung zum
WINTER fest
21. Dezember
14:00-16:00 Uhr
mit tollen Aktionen!

Kinderhaus Paradies
Stresemannstraße 1
64297 Darmstadt-Eberstadt

06151 508006
kinderhaus-paradies-darmstadt@ib.de

ATV PÖTHIG GmbH

Auto-Teile-Verkauf

Industriestraße 1 • 64331 Weiterstadt
Tel. 06151 8513-21 • www.weierstadt-autoteile.de

Öffnungszeiten:
Montag-Freitag: 8-18 Uhr und Samstag: 9-13 Uhr

Weihnachtliche Grüße in die Ukraine

PDUM sammelt Geschenkpackchen für Kinder und bedürftige Erwachsene – Rotary kommt für die Transportkosten auf

DARMSTADT | Zu den erschütternden Auswirkungen des russischen Angriffs auf die Ukraine gehört, dass Kinder ihren Vater oder sogar beide Elternteile im Kampf um die Freiheit verloren haben. Der Verein Partnerschaft Deutschland-Ukraine/Moldova e.V. (PDUM) möchte ein wenig Licht in ihr trauriges Schicksal bringen und sie mit kleinen Geschenken an unserer Weihnachtsfreude teilhaben lassen. Dazu ist der Verein auf die Unterstützung hilfsbereiter Menschen angewiesen, die ein oder mehrere Packchen mit weihnachtlichem Inhalt füllen und zur Verfügung stellen. Neben den Waisen und Halbwaisen, die jetzt in Heimen leben oder von Verwandten mitversorgt werden, schließt die Aktion auch Kinder in sozial schwachen Familien und bedürftige Erwachsene ein. Nicht zuletzt durch den Kooperationspartner Rotary, der für die Transportkosten in mittlerer vierstelliger Höhe aufkommt, ist gewährleistet, dass die Packchen rechtzeitig zum Weihnachtsfest in der Ukraine ankommen. Dort werden sie in Darmstadts Partnerstadt Uschgorod und anderen Orten des Regierungsbezirks Transkarpatien im äußersten Westen der Ukraine verteilt. Wie kann man mitmachen? Man nehme einen Karton in etwa der Größe einer Schuhschachtel und fülle diesen zum Beispiel mit kleinen Spielsachen, Bastelbedarf und Süßigkeiten, wenn ein Kind beschenkt werden soll, oder Kaffee, Tee, haltbaren Lebensmitteln und Gebäck für die Erwachsenen. Mit einem Gruß versehen und eingewickelt in weihnachtliches Geschenkpapier wird daraus ein warmherziger Freundsender in düsterer Zeit. Wichtig ist ein gut sichtbarer Vermerk, für wen das Packchen bestimmt ist, also Junge/Mädchen und Alter oder Mann/Frau. Bis einschließlich dem ersten Adventwochenende, 2./3. Dezember, können die Packchen abgegeben werden. In Darmstadt

- EAD-Servicecenter, Sensfelder Weg 33, Montag bis Freitag 8 bis 17 Uhr
- Eberstädter Pfarrkirchen St. Josef, Schwanenstraße, und St. Georg, Stockhausenweg, zu den Gottesdiensten- und Öffnungszeiten.
- In Griesheim
- Rathaus, Wilhelm-Leuschner-Straße 75, Montag bis Freitag 7.30 bis 12.30, Montag bis Mittwoch 13.30 bis 16.30 Uhr, Donnerstag 13.30 bis 18 Uhr
- PDUM-Depot, Am Bahnhof 27, an den Samstagen 4. und 18. November sowie 2. Dezember von 9 bis 12 Uhr
- In Pfungstadt
- Stadthaus 1, Kirchstraße 12-14, Montag bis Mittwoch 9 bis 15.30 Uhr, Donnerstag 9 bis 18 Uhr, Freitag 9 bis 12 Uhr
- Pfarrkirche St. Antonius, Bahnhofstraße, zu den Gottesdienst- und Öffnungszeiten
- In Seeheim-Jugendheim
- In den katholischen Pfarrkirchen Bonifatius und Hl. Geist zu den Gottesdienst- und Öffnungszeiten. Informationen dazu gibt es auch im Internet unter www.pdum.org.



Ein Weihnachtsbaum für Tiere

REINHEIM | Naturschutzscheune am Reinheimer Teich, 64354 Reinheim. In einer 2-stündigen Veranstaltung wird an der Naturschutzscheune nicht nur Futter selbst hergestellt, sondern auch informiert, was für Nahrung welche Tiere im Winter fressen. Ein Baum wird anschließend mit Futter geschmückt. Eine Aktion mit Ulli Heutmanek, Heidi Hillerich und

Yvonne Lücke. Bitte alte Kleidung anziehen bzw. mitbringen. Die Eltern können in der Zwischenzeit eine Wanderung mit Fritz Fornoff rund um den Reinheimer Teich unternehmen. Für Kinder ab 6 Jahre geeignet. Anmeldung ist erwünscht unter E-mail: naturschutzscheune@gmail.com oder telefonisch unter 0175-1062971.

Dornröschen | Ein Märchenmusical für Kinder

WEITERSTADT | Das Märchenmusical für Kinder wird am 9. Dezember um 16 Uhr im Bürgerzentrum aufgeführt (Carl-Ulrich-Straße 9, 64331 Weiterstadt). Der König und die Königin haben endlich ein Kind bekommen! Nun soll es eine große Tauffeier für die kleine Prinzessin geben. Doch eine Fee wird nicht eingeladen und rächt sich mit einer bösen Prophezeiung: an ihrem 16. Geburtstag sticht sich Röschen an einer vergifteten Spindel und fällt in einen hundertjährigen Schlaf. 100 Jahre später treffen wir den Urenkel des Prinzen, mit dem Dornröschen einst verlobt war, und auch die böse Fee wieder, die jetzt als moderne Geschäftsfrau ihr Unwesen treibt. Und überhaupt ist die Welt inzwischen seltsam geworden. Autos fahren ohne Chauffeur herum, die Leute halten sich kleine schwarze Kästchen ans Ohr oder vor die Nase, schneiden sich Löcher in ihre Hose und tätowieren sich wie die Seeräuber... Wird das gut gehen in dieser verrückten Welt, zwischen dem modernen Prinzen und Dornröschen, das nach seinem Kuss endlich erwacht? Ein flottes, frisches MÄRCHENMUSICAL für alle Menschen ab 5 Jahren. VVK-Karten gibt es im Stadtbüro ab Oktober zu je 8,00 Euro pro Karte und an der Tageskasse Veranstalter: Stadt Weiterstadt/Kulturamt.

Mitten in der Woche

Orgelmusik für die Mittagspause in Darmstadt

22. November 2023 | 12.05 Uhr:
Johann Sebastian Bach 1685-1750
• Contrapunctus XI BWV 1080/11, Jan Pieterszoon Sweelinck 1562-1621
• "Mein Junges Leben hat ein End", William Byrd 1543-1623 • Ut, re, mi, fa, sol, la
29. November 2023 | 12.05 Uhr
Johann Sebastian Bach 1685-1750 •

"In dich hab' ich gehoffet, Herr", BWV 640 • "Wenn wir in höchsten Nöthen sein" BWV 641 • "Wer nur den lieben Gott lässt walten" BWV 642, Max Reger 1873-1916 • Fantasie und Fuge d-Moll op. 135b
06. Dezember 2023 | 12.05 Uhr
Nicolas De Grigny 1672-1703 • „Ave Maris stella“, En Taille à 4, Fugue à 5,

Duo, Dialogue sur les Grands Jeux, Nicolas Bruhns 1665-1697 • „Nun komm, der Heiden Heiland“, Jacques-Nicolas Lemmens 1823-1881 • Final
13. Dezember 2023 | 12.05 Uhr
Max Reger 1873-1916 • Fantasie über den Choral „Wachet auf, ruft uns die Stimme“ op. 52/2
20. Dezember 2023 | 12.05 Uhr
Max Reger 1873-1916 • Kyrie eleison op. 59/7 • Gloria op. 59/9 • Benedictus op. 59/9 • Weihnachten op. 145/3

Einladung zur Mitmachprobe des Musikcorps Bickenbach und kleines Konzert

BICKENBACH | Das Musikcorps Bickenbach lädt alle musikbegeisterten Menschen zur Mitmachprobe am 18. November 2023 um 10:00 Uhr im Bürgerhaus Bickenbach mit anschließendem kleinen Kaffee-Konzert ein. Das Musikcorps Bickenbach ist seit vielen Jahren eine feste Größe in der regionalen Musikszene und besteht aus engagierten Musikerinnen und Musikern jeden Alters. Wir spielen eine breite Palette von Musikstilen, von traditioneller Blasmusik bis hin zu modernen Arrangements. Mit unserer Musik möchten wir Menschen jeden Alters und für die Freude am Musizieren begeistern. Die Mitmachprobe bietet allen Interes-

sierten die Möglichkeit, einen Einblick in unsere musikalische Arbeit zu erhalten und aktiv mitzuwirken. Egal ob Anfängerin, Wiedereinsteigerin oder Fortgeschrittener, jeder ist herzlich willkommen. Instrumente können bei Bedarf gestellt werden. In der Vergangenheit haben bereits erfolgreiche Mitmachproben stattgefunden, bei denen viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer begeistert mitgemacht haben. Die positive Resonanz hat uns ermutigt, erneut zu einer Mitmachprobe einzuladen und die Freude am Musizieren mit anderen zu teilen. Während der Mitmachprobe werden wir gemeinsam einige Stücke einstudieren

und dabei von unseren erfahrenen Dirigenten angeleitet. Der Spaß am Musizieren soll dabei im Vordergrund stehen. Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Bitte melden Sie sich per E-Mail an info@musikcorps-bickenbach.de oder telefonisch unter 06257-944988 an. Im Anschluss an die Probe findet als krönender Abschluss um 15 Uhr ein kleines Kaffee-Konzert statt. Hierbei haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, das Erlernende vor Publikum bei Kaffee und Kuchen zu präsentieren. Das Konzert ist für alle Interessierten offen und der Eintritt ist frei. Das Musikcorps Bickenbach freut sich jedoch über Spenden, die dazu

beitragen, die musikalische Arbeit des Vereins zu unterstützen. Infos finden Sie auf unserer Webseite www.musikcorps-bickenbach.de.

(Musikcorps Bickenbach)

Ihr neues Bad?

Wir sind für sie da.

Herbert Service GmbH
Tel. 06251 80085-0
www.herbert.de





Hotel Restaurant Garda

DARMSTADT | Lassen Sie den Alltag hinter sich. Freuen Sie sich, von den Köstlichkeiten der mediterranen Küche verführt zu werden. Gönnen Sie sich ein paar Stunden Lebensgefühl "Bella Italia".
Charme, Stil, eine große Auswahl, erstklassige Qualität und bester Service gehören für uns zu den Selbstverständlichkeiten, so der Inhaber. Nirgendwo macht Gast sein mehr Spaß als in Italien. Sollten Sie besondere Wünsche haben, ein individuelles Menü wünschen, eine Feier oder Veranstaltung organisieren wollen, dann sprechen Sie uns bitte an. Unser Küchenchef zaubert Ihnen gerne etwas nach Ihrem Geschmack. Lassen Sie sich von unserer Speisekarte inspirieren. Italien ist Gaumenfreude in Reinkultur - Guten Appetit.

Eine Tradition wird Trend

Seit rund 14.000 Jahren werden flache Brote gebacken, seit etwa 9.000 gibt es die Getreide Fermentation. Erste Nachweise zur gezielten Gewinnung von Sauerteig finden sich 79 n. Chr.
Auch das Backen mit Hefe reicht sehr weit zurück, bis sich ihre Produktion und Verwendung in größerem Stil durchsetzte, dauerte es allerdings bis ins 19. Jahrhundert. Vorher wurde überwiegend mit Sauerteig gebacken. Generell war Fermentation ein beliebtes Mittel zur Haltbarmachung von Lebensmitteln: Kühlschränke gab es noch nicht und so mussten andere Wege gefunden werden.
Heute erlebt Sauerteig ein Comeback, denn Fermentation ist buchstäblich in aller Munde. Nicht nur in Form von Sauerteigbrot, auch

bei Sauerkraut, Joghurt, Kefir und Kimchi handelt es sich um fermentierte Produkte.
Was früher der Haltbarmachung diente, wird heute vor allem aufgrund seines positiven Einflusses auf unsere Darmmikrobiota geschätzt.
Wie vielfältig und kreativ Sauerteig einsetzbar ist, wird erst durch seine Wiederentdeckung in den letzten Jahren deutlich.
Längst wird Sauerteig nicht mehr nur zum Brotbacken genutzt. Er verleiht Pizzateigen ein besonderes Aroma und wird inzwischen auch gerne für süße Backwaren wie Muffins und Zimtschnecken verwendet, denen er durch seinen würzigen Kontrast eine besonders spannende Note gibt.

(www.wissensforum-backwaren.de)

FIRMENEVENT & WEIHNACHTSFEIER
Es gibt immer einen Grund zu feiern!
Cafe Restaurant Oberwaldhaus
bis zu 350 PLÄTZE
Dieburger Str. 257
64287 Darmstadt
Tel. 06151-71 22 66
UNVERBINDLICHE TERMINANFRAGE AUF
WWW.EVENTLOCATION-OBERWALDHAUS.COM

Bodo Bach präsentiert „Das Guteste aus 20 Jahren | Die Jubiläumstour“ am 2. März in Pfungstadt



ZU JUNG FÜR DEN RUHESTAND, zu alt für StandUp-Comedy - Ab sofort macht Bodo Ruhe StandUp-Comedy.

PFUNGSTADT | Seit zwei Jahrzehnten ist Bodo Bach auf Welttournee durch Deutschland, und das Showgeschäft fordert mit den Jahren seinen Tribut. Jeden Abend das Hotelzimmer zertrümmern, das geht allmählich auf den Rücken. Am 2. März präsentiert er „Das Guteste aus 20 Jahren – Die Jubiläumstour“ in der Sport- und Kulturhalle Pfungstadt (Einlass ist 18:30 Uhr, Beginn 19:30 Uhr).
Da kommt man irgendwann ins Grübeln. Wie soll es jetzt weiter gehen mit Hessens beliebtestem Humorbotschafter? Zu jung für den Ruhestand, zu alt für StandUp-Comedy - da bleibt nur eins: Ab sofort macht Bodo Ruhe StandUp-Comedy.
Bodo Bach nimmt Sie mit auf eine verrückte Vergnügungsreise durch

seine acht Bühnenprogramme und präsentiert das Beste aus 20 Jahren ... oder zumindest das bisschen, das er sich davon noch merken konnte. Freuen Sie sich auf zwei Stunden prall gefüllt mit garagegepflegten Gebraucht-Gags und natürlich den schönsten Bach- und Lachgeschichten seiner Karriere. Bodo ist älter geworden, vernünftiger aber nicht unbedingt. Auch auf seine alten Tage hat er nicht mehr alle Schnabeltassen im Schrank, aber er lernt immer noch gern dazu. Zum Beispiel weiß er jetzt: Ein „Seniormotiv“ ist kein Kugelschreiber für alte Leute. Irgendwie ist es also auch ein Bildungsprogramm.
Bodo mistet sein Oberstübchen aus und stellt dabei fest: Blödsinn wird nicht blöder, sondern sinniger. Ei-

nen ganzen Abend lang hebt Bodo einen Sprachschatz nach dem anderen und erzählt noch einmal "Das Guteste aus 20 Jahren".
Also Deutschland: Bodo Bach geht nochmal auf Tournee, oder, wer weiß, vielleicht lässt er sich auch tragen ... Jedenfalls sucht er dafür noch jede Menge applausbegabte und lachkundige Zuschauer. Möglichst aus der Region. Wegen der Umwelt. Deshalb besuchen Sie den hessischen Godfather of Babbsack, und lassen Sie sich zwei Stunden lang das Zwerchfell kraulen.
Eintrittskarten gibt es bei Buchhandlung Melibokus in Pfungstadt, Reservier Hotline 0761 88849999 und allen bekannten Vorverkaufsstellen sowie online unter www.mach-4.de.

REZEPT

Schwedische Lebkuchen

ZUBEREITUNGSZEIT: CA. 60 MINUTEN
ZUTATEN FÜR 20 PERSONEN

GEFRO Honig Wald & Blüte
100 g braunen Zucker
50 ml Wasser
150 g Butter
0,5 EL Lebkuchengewürz
1 TL Zimt
1 TL Natron
Salz
360 g Mehl
Mehl zum Bestäuben
1 EL Zitronensaft
100 g Puderzucker

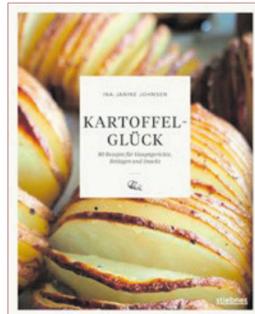
ZUBEREITUNG:
130 g GEFRO Honig Wald & Blüte mit 100 g braunem Zucker und 50 ml Wasser in einen Topf geben und aufkochen • Den Topf vom Herd nehmen und 150 g Butter unter ständigem Rühren darin auflösen. 1/2 EL Lebkuchengewürz, 1 TL Zimt, 1 TL Natron und eine Prise Salz unterrühren • Die Masse abkühlen lassen und dann mit 360 g Mehl zu einem glatten Teig verkneten • Den Teig in Klarsichtfolie wickeln, flach drücken und über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.
Den Ofen auf 180°C vorheizen • Den Teig vierteln und nochmals durchkneten • Die Teigstücke nacheinander auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche etwa 8 mm dick ausrollen • Zwei Backbleche mit Backpapier auslegen • Aus dem Teig Figuren ausstechen und mit etwas Abstand zueinander auf den Backblechen verteilen • Auf der mittleren Schiene im vorgeheizten Ofen etwa 12 Min. backen • Die Lebkuchen auf einem Gitter abkühlen lassen.
1 EL Zitronensaft mit 100 g gesiebtem Puderzucker zu einer glatten, dick flüssigen Masse verrühren und in eine Spritztüte geben • Die ausgekühlten Lebkuchen fantasievoll verzieren.

Guten Appetit!

Kartoffelglück

80 Rezepte für Hauptgerichte, Beilagen und Snacks

Lecker, gesund, günstig, umweltfreundlich und vor allem vielseitig:



Die Kartoffel vereint so viele Vorzüge wie kaum ein anderes Lebensmittel. Zu Recht macht Köchin und Autorin Ina-Janine Johnsen ihr eine Liebeserklärung, die es in sich hat. In ihrem Buch Kartoffelglück präsentiert sie 80 Kartoffelrezepte von der Beilage bis zum Hauptgericht, von herzhaf bis süß, von Fitnessküche bis Comfort Food. Grundrezepte mit Kombi- und Serviertipps regen außerdem dazu an, selbst kreativ zu werden und eigene Kartoffelkreationen auf den Tisch zu zaubern. So kann sich jeder ganz nach Gusto ins Kartoffelglück stürzen. Stiebner Verlag, ISBN 978-3-8307-1070-7, 30,00 € (D) | 30,90 € (A), 232 Seiten, 21 x 26 cm, Hardcover, September 2023.

Öffentliche Kulturspaziergänge

Nicole Rieskamp lädt Sie zu den nächsten öffentlichen Kulturspaziergängen ein | Dauer je 1,5 Stunden | Herzlich Willkommen!

08.06. Zwingenberg: Adel, Apotheke und Amouroses um 15.00 Uhr
11.06. Alsbach: Villen im ehemaligen Kurhausviertel um 15.00 Uhr
22.06. Alsbach: Jüdischer Friedhof - Sehenswertes auf einen Blick um 17 Uhr
25.06. Alsbach: Jüdischer Friedhof - Persönlichkeiten der Region um 11.30 Uhr

25.06. Alsbach: Jüdischer Friedhof - Grabsteine der Kinder und Wöchnerinnen um 15 Uhr. Um Anmeldung wird gebeten. Nähere Infos und Preise: Tel. 0157-3379 6863, www.kulturspaziergaenge-bergstrasse.de. Führungen auch individuell für Einzelne oder Gruppen buchbar.



SYMBOL DES JÜDISCHEN FRIEDHOFES in Alsbach.

Geflügel zu Weihnachten

Enten (ca. 4,5-5 kg), halb oder ganz	kg	22,00 €
Entenbrust (1/2) ohne Knochen	kg	45,00 €
Entenkeule	kg	33,00 €
Gänse (ca. 4,5-6 kg)	kg	23,00 €
Gänsebrust mit Knochen	kg	42,90 €
Gänsekeule	kg	46,90 €
Gänsepaket (1x Gänsebrust mit Knochen sowie 2x Gänsekeulen)	kg	43,90 €
Puten (ca. 5-6 kg)	kg	17,90 €
Putenkeule (ca. 2 kg)	kg	15,90 €
Puten Oberkeule (ca. 1,2 kg)	kg	16,90 €
Putenbrust	kg	18,50 €
Putenrollbraten (Pflaume od. Aprikose ca. 1,2 kg)	kg	20,50 €

Bestellannahmeschluss 06.12.2023

Telefon und WhatsApp: 0162-400 57 28
Geflügelhof Schnitzspan & Schmitt
Telefon 06150-5 11 44
Mörfelder Str. 30 · 64331 Weiterstadt

Gänse und Enten für Ihr Festtagsessen

Rechtzeitig bestellen!

seit 1998

Verschiedene Braten

Ihre Hofmetzgerei in Seeheim-Jugenheim bei Darmstadt

Röderhof
Qualität vom Traditionsbetrieb
Familie Jockel freut sich auf Ihren Besuch!

Hofmetzgerei: Do. u. Fr. 8-13 u. 14-18 Uhr
Mobiler Verkaufsstand in Hähnlein (Marktplatz) Freitag 8.30-12.30 Uhr
Mobiler Verkaufsstand in Bickenbach (Am Rathaus) Donnerstag 8-12.30 Uhr
Wochenmarkt Seeheim: Sa: 7-12.30 Uhr

Außerhalb Seeheim 28 (zwischen Seeheim & Malchen)
64342 Seeheim-Jugenheim
Telefon: 0 62 57 - 8 33 74
Telefax: 0 62 57 - 93 70 42
Email: info@roederhof-jockel.de
Web: www.roederhof-jockel.de

Nostalgie-Shopping in Wien

Es muss nicht immer gleich um den halben Globus gehen. In Österreichs Hauptstadt hindert Sie keine Sprachbarriere beim Stöbern, trotzdem gibt es alles, was das Weihnachtsherz begehrt. Nicht nur Fashion-Fans kommen in der Kärntner und der Mariahil-

fer Straße sowie dem Graben oder dem Kohlmarkt auf ihre Kosten. Neben Kleidungsgeschäften aller Art laden nämlich Konditorläden immer wieder zu Sachertorte und Mozartkugeln ein. Für Glühwein-Pausen bieten sich Ausschank-Hütten an jeder Ecke an.

Sie wollen mehr Festtagsstimmung? Kein Problem, Wien vermittelt mit dem großen Christkindlmarkt am Rathausplatz Weihnachtsnostalgie pur. Ebenfalls traditionell ist der Altneuer Christkindlmarkt auf der Freyung, bei dem Sie besonders tolle Glas- und Keramikdekorationen als Geschenk ergattern können.

Mildes Einkaufen in Barcelona

Nicht ganz so kalt, dafür ebenso weihnachtlich, strahlt Barcelona im Dezember. In den glitzernden katalanischen Straßen reihen sich Cafés und Boutiquen für den kleinen und großen Geldbeutel aneinander. Die rund 35.000 Bekleidungsgeschäfte der Stadt befinden sich zum Großteil auf der langen

Einkaufsstraße von der Promenade La Rambla bis zur Avinguda Diagonal. Doch auch der Christmas-Vibe ist omnipräsent. Auf etlichen Weihnachtsmärkten können Sie traditionelle Leckereien wie Churros mit Schokolade beim Shopping genießen. Der schönste ist übr-

gens der Fira de Nadal vor der beeindruckenden Sagrada Familia. (www.holidayextras.de). Vom Flughafen direkt auf die Shopping-Meile: Die Spannster-Reisen-Experten von www.holidayextras.de suchen Ihnen den schnellsten Flughafentransfer zum günstigsten Preis heraus. Damit Sie sich am Urlaubsort direkt ins Weihnachts-Getümmel stürzen können.

WIR LIEBEN UNSER HANDWERK!



UNSER **BUTTERSTOLLEN**

Ihr guter...

Liebig

SEIT 1905 IN FAMILIENTRADITION
IHR PFUNGSTÄDTER HANDWERKSBÄCKER.



HERZLICH WILLKOMMEN BEI

FISCH FEINKOST GÜTLICH FISCH & MORE

FISCHFEINKOST GÜTLICH BIETET FANGFRISCHE MEERESTIERE

FISCH FEINKOST GÜTLICH
in den City-Arkaden in Darmstadt-Eberstadt
bietet für jeden Fischliebhaber
die richtige Köstlichkeit.
„Jeden Tag bekommen wir fangfrischen Fisch
aus Nord- und Ostsee sowie Atlantik“
so Servet Sevim und ihre Mitarbeiterin
Rabia Karimis.



ALOIS HEINZ EMIG: „ICH HABE LECKERE MATJESHERINGE NACH HAUSFRAUENART GEKAUFT.“ **SERVET SEVIM**, DIE INHABERIN (RECHTS) UND MITARBEITERIN **RABIA KARIMIS** BEDIENEN MIT ENGAGEMENT.



HANS-JÖRG HIRT HAT SICH HEUTE FÜR SCHMACKHAFTE FISCHBRÖTCHEN AUS DER THEKE ENTSCIEDEN.



KOCH TORNG KHONG PRÄSENTIERT VOLLER STOLZ SEINEN FRISCH ZUBEREITETEN SUSHI.



SERVET SEVIM, DIE INHABERIN UND TEAM FREUEN SICH AUF IHREN BESUCH



ROLAND STEIN, EIN PENSIONIERTER ANGLER AUS EBERSTADT: „BEI MIR KOMMT SELBSTVERSTÄNDLICH ÖFTER FISCH AUF DEN TISCH!“



NINA MÜCKE UND **HANS JUNGBLUT** ESSEN MILCHREIS, BEVOR IHNEN IHR MITTAGESSEN SERVIERT WIRD.

Das vielfältige Sortiment umfasst täglich frische Fische wie Lachs, Kabeljau und Rotbarsch sowie Schollen, Garnelen und Tintenfisch. Gerade noch in den Tiefen des Meeres, warten sie in der Fischtheke, auf Eis gekühlt, auf den Verzehr. **Täglich frisch:** Fischbrötchen, Hausgemachte Salate und Feinkostsalate ohne

Konservierungsstoffe und vieles mehr. Stammkunde Hans-Jörg Hirt weiß das Angebot zu schätzen: „Die Brötchen selbstgebacken und belegt – einfach köstlich!“. Alois Heinz Emig aus Mühlthal liebt die Matjesheringe nach Hausfrauenart: „Die frischen Heringe in Sahnesauce mit Äpfeln und Zwiebeln, da kann ich nicht widerstehen!“

Hausgemachter Kartoffel- und Gurkensalat wird als Beilage zu gebratenem Fisch aus der Frischtheke serviert. Die warme mediterrane Fischsuppe mit Brötchen ist ein Renner. Dienstag und Donnerstag: Nudeln mit Lachs in Dillsauce. Seit November ist im Team der **Sushi Koch Torng Khong**. Er ist ein wahrer Meister des japanischen Fingerfoods.

Mundgerechte Happen aus kaltem gesäuertem Reis mit rohem Fisch und vielem frischen Gemüse. Das Sushi wird täglich frisch in der extra neu eingerichteten Küche zubereitet und verpackt. „Hier kann ich wunderbar Sushi zum Mitnehmen zubereiten“, so der Sushi Koch, wobei man das Sushi auch vor Ort in gemütlicher Atmosphäre genießen kann.

Vor fünf Jahren hat Servet Sevim bei Fisch Feinkost Gütlich als Mitarbeiterin angefangen und seit Juni 2023 das Geschäft übernommen. „Ich habe meine Leidenschaft für Fisch zu meinem Beruf gemacht und lege Wert auf Frische und Qualität“. Stammkunde Roland Stein, der seinen Lachs sonst in Norwegen angelt, meint: „Bei Servet Sevim kann ich ihn in der

gleichen Qualität kaufen“. Auch Süßmäuler wie Nina Mücke und Hans Jungblut sind oft zu Gast bei Fisch Feinkost Gütlich. „Der warme Milchreis mit Sahne und Kirschen schmeckt wie bei meiner Mutter in Norddeutschland“. Normalerweise wird der Milchreis (Sütlaç) kalt gegessen. Aber wenn man nicht widerstehen kann, geht es auch warm. Für besondere Anlässe

oder eine Feier garnieren wir Ihnen auch gerne Platten und Canapés. „Haben Sie einen besonderen Wunsch? Dann sprechen Sie uns an“ so Servet Sevim. Im Angebot sind auch Wein, kaltgepresstes Olivenöl aus Kreta, sowie Honig und Trockenobst. Am besten nachschauen auf der Webseite: www.Fischfeinkost-Guetlich.de

FISCH-FEINKOST GÜTLICH
CITY-ARKADEN | GEORGENSTRASSE 32-36 | 64297 DARMSTADT-EBERSTADT
TELEFON 06151 506577 | EMAIL: FISCH.GUETLICH@WEB.DE | WWW.FISCHFEINKOST-GUETLICH.DE
MO-FR 8-18 UHR, SA 8-13 UHR | PARKPLATZ VORHANDEN



Pfungstädter Warenkorb investiert in neues E-Kühlfahrzeug und in Infrastruktur des Vereins, etwa in ein neues Tiefkühlhaus für die Waren und Klimageräte



UNTER DEN GÄSTEN WAREN Bürgermeister Patrick Koch, Landrat Klaus-Peter Schellhaas, Michael Sailer von der Entega-Stiftung und Maximilian Schimmel, Landtagsabgeordneter.



EINE GROSSZÜGIGE KÜRBISSPENDE durch Maximilian Schimmel machte eine Bastelaktion für die Kinder möglich.

„FENSTERLN...“
...ne tolle Sache mit Weru-Afino-Fenster-Systeme“

baustoff kramer

Bau-
elemente
Weru-
Fachbetrieb
Fliesenstudio
Haustüren
Zimmertüren
Garagentore
Markisen

64560 Riedstadt-Crumstadt
Friedrich-Ebert-Strasse 24
mail@baustoff-kramer.de
www.baustoff-kramer.de
FON 06158-9909-0

Wir sind für Sie da
Mo.-Fr. 7.30-17.30 Uhr
Sa. 7.30-12.30 Uhr

PFUNGSTADT | Am Donnerstag den 28.09.2023 konnte der Pfungstädter Warenkorb sein neues E-Kühlfahrzeug nach über einjähriger Lieferzeit in den Dienst aufnehmen. Zur offiziellen Einweihung kamen an diesem Tag neben den Mitarbeitern auch eine Reihe von Gästen wie Bürgermeister Patrick Koch, Landrat Klaus-Peter Schellhaas, Michael Sailer von der Entega-Stiftung und Maximilian Schimmel, Landtagsabgeordneter. „Diese Anschaffung ist für uns die bislang größte Investition mit einem Volumen von rund 50.000 Euro. Das konnten wir nur stemmen durch großzügige Spenden der Sparkassenstiftung, der Entega-Stiftung und durch private Spender“, sagte dabei der Vereinsvorsitzende Jörg Eisenstecken. Nicht zuletzt sei die Anschaffung des neuen Fahrzeugs möglich geworden durch 10.000 Euro aus dem „Flottentauschprogramm Sozial & Mobil“ des Bundesministeriums für Umwelt und Naturschutz. Seine Dank an die genannten und vielen ungenannten Spender sprach Eisenstecken auch im Namen der Menschen, die der Warenkorb Woche für Woche mit Lebensmitteln versorgt. Die Zahl der hilfesuchenden Mitbür-

gerInnen beim Warenkorb hat sich in den letzten zwei Jahren fast verdoppelt auf jetzt fast 600 Menschen. Diese große Zahl mit Lebensmitteln und anderen Dingen des täglichen Bedarfs zu versorgen, gelinge nur dank des großen Engagements der MitarbeiterInnen vom Kinder- und Lebensmittel-Warenkorb. In diesem Jahr hat der Verein aber nicht nur in das neue Fahrzeug investiert, sondern auch in die Infrastruktur des Vereins, etwa in ein neues Tiefkühlhaus für die Waren und Klimageräte für die Arbeitsbereiche. Leider ist die Abgabe von Waren durch Einkaufsmärkte deutlich geschumpft, so dass vermehrt Lebensmitteln zugekauft werden müssen, um die Menschen am Ausgabetag nicht ohne etwas zu Essen nach Hause schicken zu müssen. In den Sommerferien haben wir für die Kinder einiges geboten. Unterstützt wurden wir von der Leichtathletikabteilung des TSV Pfungstadt und den Jugendfeuerwehr Pfungstadt und den Auszubildenden der Sparkasse Darmstadt, die unter dem Programm „Helfende Hände“ Waffeln für unsere Kundinnen und Kunden gebacken haben. Der Clown „Mr. Kunterbunt“ bachte es

fertig, ein Lächeln auf die Gesichter der Kinder zu zaubern. In den Herbstferien konnten wir wieder aufgrund einer großzügigen Kürbisspende durch Maximilian Schimmel unsere Bastelaktion für die Kinder durchführen. Die Kinder haben fleißig gemalt. Zuletzt möchten wir noch darauf hinweisen, dass wir weiterhin jeden 1. Samstag im Monat für Jedermann den Kinderwarenkorb geöffnet haben. Für wenige Euros kann man von 10-13 Uhr im Bekleidungsbereich einkaufen. Hier gibt es gut erhaltene Damen-, Herren und Kinderkleidung sowie Bettwäsche, Handtücher, etc., außerdem Spielzeug, sowie Haushaltswaren (Geschirr, Gläser, Kaffeemaschinen, Toaster, etc.) und vieles mehr. Wir suchen weiterhin Sponsoren für unser Projekt „Ihr Logo fährt mit“. Sie können gegen eine Gebühr Firmenwerbung auf unseren beiden Fahrzeugen anbringen lassen. Informationen zu unseren Projekten, den geplanten und durchgeführten Aktionen, sonstigen Neuigkeiten und den Öffnungszeiten finden Sie auf unserer Website. **Warenkorb Pfungstadt e.V.**, E-Mail: warenkorb@warenkorb-pfungstadt.de, www.warenkorbpfungstadt.de

Herrchen gesucht!
„Wir suchen ein nettes Zuhause“

Dolly

Dora

DSH-MIX: GEBOREN AM 05.01.2014, WEIBLICH, KASTRIERT, GRÖSSE CA. 55 CM. Dolly kam zusammen mit ihrer Schwester Dora aus Rumänien zu uns, um ein besseres Leben leben zu dürfen. Leider fällt es ihr nicht ganz einfach, sich an den neuen Lebensstil zu gewöhnen. Das tägliche Laufen an der Leine fällt ihr noch schwer, da braucht sie ein ruhiges Gegenüber, welches ihr Sicherheit vermittelt. In der Hundegruppe hält sie sich zurück, ist sehr aufmerksam und beobachtet gerne. Bei mental schwächeren Hunden muss man ein gutes Auge drauf werfen, da würde sie ihre Grenzen austesten. Dolly genießt die Ruhe und die Zeit mit ihrem Menschen, Streicheleinheiten gefallen ihr.

Max und Berta

MEERSCHWEINCHEN: MAX IST MÄNNLICH UND KASTRIERT, BERTA IST WEIBLICH UND UNKASTRIERT. Geboren 01.09.2021. Unsere Meere-Gruppe bestehend aus Max und Berta, stammt aus schlechter Haltung und wird momentan von uns mit hochwertigen Kräuterpellets gepöppelt. Sie wünschen sich ein artgerechtes Zuhause mit ausreichend Platz, Versteckmöglichkeiten und einer gesunden Ernährung für ein glückliches und langes Meer-Leben.

Molly & Marsha

KANINCHEN: GEBOREN IN 2021 UND 2020, WEIBLICH, NICHT KASTRIERT. Molly und Marsha sind zwei liebe, neugierige Mädels, die sich gut verstehen. Sie liegen oft auf ihrer Etage und verbringen gemeinsam den Nachmittag. Marsha zeigt sich bisher eher zurückhaltend und lässt Molly zunächst die Situation prüfen. Diese zeigt sich offener und beginnt schrittweise alles zu erkunden. Die beiden suchen ein neues Zuhause in artgerechter Außenhaltung. Wir vermitteln sie am liebsten zusammen, aber auch einzeln zu einem Kastraten.

Billy

KANINCHEN: GEBOREN 01.09.2021, MÄNNLICH, KASTRIERT. Billy ist ein offenes, freundliches Kaninchen, das sich dem Menschen gegenüber recht aufgeschlossen zeigt. Gestreichelt und hochgenommen werden möchte er nicht, aber bei der Reinigung des Geheges hoppelt er gerne neugierig um einen herum. Nach „getaner Arbeit“ liegt er dann mittags oft entspannt im Stroh und döst. Billy wünscht sich eine nette Partnerin und ein artgerechtes, gut strukturiertes Gehege in Außenhaltung.



REITEN BEI DEN SOMMERFERIENAKTIONEN: Auch der Donnerstag, 3. August war sehr gut besucht. Morgens waren 23 Kinder beim Reit- und Fahrverein Eschollbrücken Eich e. V. Kerstin Schütte begrüßte die Kindergruppe auf der großen Anlage am Ortsausgang von Eschollbrücken. Es wurde alles besichtigt: Reithalle, Ställe, die weitläufigen Koppeln und Reitplätze. Einige der Kinder konnten schon einige Fachbegriffe erläutern: Halfter, Mähne, Schweif, Fohlen, u. a. Die Kinder lernten viel darüber, wie man mit Pferden umgeht, was man alles braucht und was es kostet, um ein Pferd zu halten, zum Beispiel, was Pferde essen oder wie oft sie gepflegt werden müssen. Informationen über weitere Angebote in den Stadtteilen gibt es unter 06157 988 1601 oder matthias.hirt@pfungstadt.de

Marderschäden im Haus vermeiden

Marder sind neugierige und possierliche Tiere - können aber erhebliche



NÄCHTLICHES GEPOLTER auf dem Dachboden? Marder nerven nicht nur, sie können auch große Schäden verursachen. Um die nachtaktiven Nager dauerhaft fernzuhalten, eignen sich spezielle Ultraschallgeräte. Für Menschen unhörbar, senden sie ständig variierende Ultraschallwellen aus, die den Marker effektiv stören und vertreiben. (tnt)

schäden anrichten. Vor allem Steinmarder sind den Menschen bis in den städtischen Wohnbereich gefolgt. Hier knabbern sie nicht nur Kabel und Leitungen in Autos an. Auch in Gebäuden richten Marder erhebliche Schäden an. Über Bäume, Regenrinnen oder Fassaden klettern die nachtaktiven Tiere auf Hausdächer. „Dann genügt eine kleine Öffnung oder ein lockerer Dachziegel, um in den Dachstuhl zu gelangen“, erklärt Sabine Klingelhöfer von Neu-

dorff. Dort wühlen sich die Marder durch die Dachisolierung, knabbern Stromkabel an und zerstören die Unterspannbahn, so dass Feuchtigkeit in die Dämmschicht gelangt und diese unbrauchbar macht. Reparaturkosten liegen dann oft im vier- bis fünfstelligen Bereich. Aber auch in Garagen oder Wohnwagen bauen Steinmarder ihre Nester. Wichtig ist, beim ersten Verdacht zu reagieren. Nächtliche Geräusche, Pfoten- oder Kots Spuren und unangenehme Gerüche sind deutliche Zeichen. Marder stehen unter Naturschutz und dürfen nicht gefangen oder getötet werden. Das ist auch nicht notwendig, denn die schlauen Tierchen lassen sich vertreiben, wenn sie sich dauerhaft gestört fühlen - beispielsweise durch sehr hohe Töne, die für Menschen unhörbar sind. Damit sich die Tiere nicht an das Geräusch gewöhnen, sollten die Frequenzen permanent wechseln. Das leistet beispielsweise der MarderStopp von Neudorff. Informationen unter www.neudorff.de. (tnt)

Waldbeweidung

Esel sind zurück im Griesheimer Stadtwald

GRIESHEIM | Die von der Stadt Griesheim als Unterstützung zur Landschaftspflege eingesetzten Esel waren im September auf der Binnendüne „Schindanger“ im Griesheimer Norden eingesetzt. Hier haben sie geholfen, den „Schindanger“, ein altes Relikt der einzigen erhaltenen Binnendüne auf Griesheimer Ge-

markung, in einem ersten Schritt zu seiner natürlichen Vegetation zurückzuführen. Nach ihrem Außeneinsatz sind die Esel nun seit Montag (09. Oktober) wieder zurück im Griesheimer Stadtwald. Aktuell findet man sie an der Wegkreuzung der drei neuen Modellflächen, die ausgewählt wurden, um die Wirkungen der Waldbeweidung durch die tierischen Helfer zu untersuchen. Die angesprochenen Flächen liegen nord-östlich vom Waldspielplatz, angrenzend an die Autobahn 67.



DURCH ESEL soll der Schindacker in seine natürliche Form kommen.

Ohne Konservierungsstoffe

GÜNSTIGE ABHOLPREISE

Natur Freund

Tiernahrung Freund GbR

WOLFSBLUT

DAUERHAFT IM ANGEBOT!

www.tiernahrung-freund.de

Phillip-Reis-Weg 7
64293 Darmstadt 06151-77233
Mo-Fr 9-18 h. Sa 10-13 h

Tierpension Jünger

- Auf Wunsch Einzel- oder Gruppenauslauf
- Großzügig bemessene Ausläufe
- Gepflegtes, natürliches Areal
- Beheizte Räumlichkeiten
- Termine nach Vereinbarung

Am Gipfelhorst • 68647 Biblis
Telefon (0 62 45) 47 87
Mobil: (01 72) 7 62 55 36
E-Mail: tierpension-juenger@gmx.de
Web: www.tierpension-juenger.de

Zuverlässigkeit, Service, Innovation | Jentsch Hausgeräteservice

Ihr kompetenter und freundlicher Partner für Haus- und Elektrogeräte



DIE MODERNEN BACHÖFEN helfen Ihnen, die Weihnachtszeit zu genießen und zaubern Ihnen langfristig ein zufriedenes Lächeln ins Gesicht.

DARMSTADT | Fast jede Branche erlebt aktuell Veränderungen. Die Branche der elektronischen Haushaltsgeräte fällt



EINLADENDE und originelle Hausfassade.



GROBE AUSWAHL von Waschmaschinen und Trocknern bekannter Marken wartet auf Sie ... Lassen Sie sich beraten!

auch darunter. Was sich allerdings nicht ändert, ist der Service, den Sie bei Hausgeräteservice Jentsch in Darmstadt erwarten. Das Fachgeschäft bietet eine große Auswahl verschiedener Haushaltsgeräte wie Waschmaschinen, Wäschetrockner, Geschirrspüler, Backöfen, Kühl- und Gefrierkombinationen, Kaffeemolkenautomaten und Staubsauger. Bekannte Marken wie Miele, Bosch, Siemens, Liebherr und Jura finden hier mit neuesten Innovationen ihren Platz. Bei Jentsch Hausgeräteservice kaufen Sie nicht nur ein Produkt, Sie erhalten auch den passenden Service. Da ein Hausgeräte-Kauf eine langfristige Investition ist, sollte diese Entscheidung gut bedacht sein. Lassen Sie sich kompetent vom geschulten Fachpersonal beim Kauf beraten und finden Sie Ihr neues Lieblingsgerät. Das schöne bei Jentsch: Nach dem Kauf werden Sie nicht alleine gelassen. Die Geräte werden zu Ihnen nach Hause geliefert und in Betrieb genommen. Auf Wunsch wird das Altgerät entsorgt.

Sollten nach dem Kauf noch einmal Probleme auftreten, steht Ihnen das gesamte Team fachgerecht zur Seite, denn SERVICE steht bei Jentsch an oberster Stelle. Das breitgefächerte Sortiment deckt alle Wünsche ab. Gerade zur Advents- und Weihnachtszeit gibt es eine große Auswahl von Kühl- und Gefrierschränken, sowie von klassischen Klimaanlage. Wenn man einiges aus den letzten Sommern lernen konnte, dann das vorsorgliche Ausstatten von Klimageräten. Aber auch kleinere Haushaltsgeräte wie ein Kaffeevollautomat finden Sie im Sortiment. Und der große Vorteil: Sollte das gekaufte Gerät jemals reparaturbedürftig sein, kann es direkt im Haus repariert werden. Somit werden lange Wartezeiten wie bei üblichen Großverkäufern vermieden. Sollte eine Neuanschaffung eines Haushaltsgerätes anstehen, denken Sie gerne an das Fachgeschäft in Darmstadt. Bei Jentsch Hausgeräteservice stehen Ihnen die Türen offen und das Team begrüßt Sie jederzeit recht herzlich.

Jentsch Hausgeräteservice
Groß-Gerauer-Weg 50
64295 Darmstadt
Telefon 06151-3963906
service@jentsch-hausgeraete.de
www.jentsch-hausgeraete.de



HERBSTLAUB lässt sich als Winterversteck für Tiere, als natürlicher Frostschutz für Pflanzen oder zur ökologischen Flächenkompostierung nutzen. (tm)

Grünpflegearbeiten im Herbst

-ANZEIGE-

Vorbereitungen für das kommende Frühjahr und die Pflanzzeit



DURCH DIE BODENVORBEREITUNGEN ist der Pflanzbedarf deutlich zu sehen.

PFUNGSTADT | Hallo liebe Gartenfreunde, wir führen jetzt im Herbst die Grünpflegearbeiten in den Gärten aus. Es werden von uns Erhaltungsschnitte und Formschnitte an den Gehölzen durchgeführt. Jetzt um die Jahreszeit werden schon die Vorbereitungen für das kommende Frühjahr und die Pflanzzeit getroffen. Teilweise müssen Rodungsarbeiten durchgeführt werden, diese darf man vom 01.10. bis Ende Februar durchführen wegen der Vogelbrut. Deswegen bietet sich diese Zeit gut an, um die Vorbereitungen für das Frühjahr zu treffen. Man kann Rückschnitte auch im Dezember, Januar und Februar durchführen, solange wir keine längeren Frostperioden haben, dies würde den Pflanzen schaden. Bei einem normalen südhessischen Winter spricht nichts gegen einen Rückschnitt. Man sollte natürlich keine

Winterblüher schneiden oder Pflanzen, die keinen Winterschnitt vertragen. Da können Sie uns gerne Fragen stellen und wir werden Sie mit unserem Fachwissen unterstützen. Wenn alles vorbereitet ist für das Frühjahr, sieht man natürlich gleich, wo Pflanzbedarf besteht. Ich finde, man sollte erst Platz schaffen, bevor man die Neubepflanzung ausführt. Ich wünsche allen einen goldenen Oktober. Ich und mein Team stehen Ihnen gerne für Fragen und die Ausführung bei allen Garten-Angelegenheiten zur Verfügung. Wenn Sie Fragen zu Hausmeisterdiensten haben, können Sie mich ebenfalls ansprechen. Liebe Grüße ihr Landschaftsgärtner & Hausmeisterservice Stefan Henseleit, Ostendstraße 10 64319 Pfungstadt Handy: 0174 666 5519 landschaftsgaertner@gmail.com

Welkes Laub sinnvoll nutzen

Die bunte Herbstfärbung der Bäume und Sträucher ist bezaubernd - kündigt aber auch von bevorstehender Gartenarbeit. Was tun mit all den Blättern? Bio-Tonne oder Kompost sind schnell voll. Eine gute Methode, die Laubberge im eigenen Garten sinnvoll zu nutzen, ist die sog. Flächenkompostierung. Wer Beete und Böden unter Hecken und Sträuchern im Herbst mit einer dicken Laubschicht bedeckt, hat gleich mehrfachen Nutzen. Zum einen sind die Pflanzen in den kalten Monaten gut vor Frost geschützt und der Boden trocknet nicht aus. Marienkäfer, Regenwürmer und andere nützliche Insekten finden in der wärmenden Isolierschicht hervorragende Überwinterungsverstecke.

Darüber hinaus verwandeln sich die Blätter im Winter zu wertvoller Humuserde. „Eine 15 bis 20 cm dicke Schicht reicht völlig aus“, so Sabine Klingelhöfer von Neudorf, dem Spezialisten für naturgemäßes Gärtnern. „Dann beginnen Asseln, Regenwürmer, Tausendfüßler, Bakterien und Pilze die welken Blätter zu zersetzen. Je mehr Organismen mitwirken, umso schneller verrottet das Laub.“ Unterstützen lässt sich der natürliche Prozess mit Radivit Kompost-Beschleuniger. Er liefert Milliarden von Kompostbakterien und Pilzkulturen. Den Rottebeschleuniger lockert in die Laubschicht mischen. Etwas Erde auf den Blättern verhindert, dass sie wegfliegen. So verschwindet das Herbstlaub bis zum Frühjahr ganz von allein und die Beete sind für den Start in die neue Gartensaison mit Humuserde versorgt. www.neudorf.de. (tm)



Ihr neues Bad?
Wir sind für sie da.
Peter Hoffmann GmbH
Tel. 06251 3775
www.hoffmann24.de

Die Rollrasenprofis | Etablierter Familienbetrieb

-ANZEIGE-

Wer(r) liefert und verlegt Top-Qualitätsrasen? Mit Anwachsgarantie

BIBLIS | Rollrasen ist gleichmäßig schön und wird stetig populärer, egal ob für Gärten, Firmen, Events, öffentliche Grünanlagen oder Schwimmbäder. Der traditionsreiche landwirtschaftliche Familienbetrieb „Rollrasen Werr“ ist Ihr kompetenter Ansprechpartner, wenn's um Rasenverlegung geht: Er produziert, verkauft, verlegt - mit Anwachsgarantie! Garten- und Rasenbewässerung sowie Mähroboter sind ebenso im Programm. „Ihre Wünsche werden wahr, denn persönliche Beratung und Service zeichnen unseren Betrieb aus!“ so die Brüder Marvin & Kevin Werr. Die Firma liegt direkt an der B44 zwischen Bürrstadt und Groß-Rohrheim nahe der A67, sie ist zügig erreichbar. Für Garten- und Landschaftsbauer sowie Privatkunden werden bei Großmen-

gen auch Lieferungen angeboten. „Überzeugen Sie sich vor Ort bezüglich Qualität, Premium Sport- und



FACHGERECHTE VERLEGUNG.

Spielrasen oder Schattenrasen. Der Kunde ist König, somit erhalten Sie von uns Ihr maßgeschneidertes Angebot zeitnah, dies gilt auch für neue Interessenten“, so die Werrs. „Melden Sie sich bald bei uns, um Ihren Wunschtermin zu erhalten.“

Rollrasen Werr GbR
68647 Biblis/direkt an der B44 zw. Bürrstadt und Groß-Rohrheim, nahe der A67, Telefon 06245-9953800
Email: info@rollrasen-werr.de
Internet: www.rollrasen-werr.de

Mit dem Herbst beginnt die Einbruchsaison

29. Oktober war Tag des Einbruchschutzes

Die bundesweite Polizeiliche Kriminalstatistik zeigt: Von Oktober bis Januar kommt es zu deutlich mehr Einbrüchen als in anderen Monaten. Darauf macht seit über zehn Jahren der „Tag des Einbruchschutzes“ aufmerksam,



IM VERGLEICH ZUM REST DES JAHRES passieren Einbrüche häufiger während der dunklen Jahreszeit. Am „Tag des Einbruchschutzes“ wird daran erinnert (tm)

der jährlich zeitgleich mit der Umstellung auf die Winterzeit stattfindet. Ziel der Kampagne: Eine breite Öffentlichkeit dazu anzuregen, über das Sicherheitskonzept in Haus und Wohnung nachzudenken. Auch die örtlichen Beratungsstellen der Polizei geben kostenlos gute Tipps für einen verbesserten Einbruchschutz. Doch nicht nur sichere Türen und Fenster, auch die richtige Beleuchtung und passende Überwachungssysteme spielen dabei eine Rolle. Denn selbst wenn Einbrecher ins Haus gelangen, ist noch nicht alles verloren: „Die Hausratversicherung ist für viele Einbruchschäden zuständig“, weiß Hermann-Josef Coenen von den Barmenia Versicherungen. „Dennoch ist es sinnvoll, mit einem Versicherungsexperten vorab zu klären, ob Wertsachen wie Schmuck, Bargeld oder teure Technik versichert sind.“ Weitere Informationen zum richtigen Versicherungsschutz gibt es online unter www.barmenia.de. (tm)

BÖTTIGER
Das Fliesenhaus

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

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

Flies die Welt, wie sie Dir gefällt!

schard
Immobilien

IMMOBILIEN ERFOLGREICH VERKAUFEN UND VERMIETEN

Tel. 06150-1860995
www.schard-immobilien.de

IHR MALERMEISTER
ABA

Baudekoration GmbH
Gernsheimer Str. 13
64584 Biebesheim/Rhein
Telefon: 0 62 58 - 83 29 13
Mobil: 0176 - 646 272 18
Mail: ado-redzic@hotmail.de

- Malerei- und Verputzarbeiten
- Vollwärmeschutz
- Trockenbau
- Fliesenarbeiten
- Gerüstbau
- Altbausanierung
- Dachdeckerarbeiten

DACHTEAM ÖZTÜRK

- Dachdeckerei
- Bauspenglerei
- Gerüstbau
- Holzbau*
- Kaminbau*

Hartenauer Straße 82
64404 Bickenbach
Telefon 0 62 57 / 5 06 24 41
Telefax 0 62 57 / 5 06 24 42
Mobil 0173 / 346 93 42
Mail: dachteam.oetztuerk@web.de

FRANK KLEMT GARTENGESTALTUNG

- Naturstein
- Teichbau
- Pflasterarbeiten
- Rollrasen
- GARTEN Neu- und Umgestaltungen

Montmeyraner Straße 5 • 64401 Groß-Bieberau
Tel: 06162 2573 • Mobil: 0170 9341674
www.gartengestaltung-frank-klemt.de

KÜHNEN
FENSTER + HAUSTÜREN

SICHERHEIT- RC2 HIGHPROTECT

- RC2 Beschlag
- FeBa-Kralle
- Anbohrschutz
- P4A Sicherheitsglas
- Glasverklebung
- Abschließbarer Fenstergriff

Röntgenstraße 26
64291 Darmstadt-Arheilgen
Telefon 06151 376322
Telefax 06151 376328

FeBa
KOMPETENZPARTNER

Wir beraten Sie gerne!

Notdienst von Sa. 7 Uhr bis So. 21 Uhr!
0171 9065438
www.kuehnen-gmbh.de

Die einzige echte Alternative zur Nachtspeicherheizung -ANZEIGE-

Elektro-Sparheizungen! Sparsamer, moderner und angenehmer heizen!

Nachtspeicherheizung?! Gestiegene Energiekosten, über Nacht vorheizen, keine Temperaturregelung (besonders im Frühjahr/Herbst), nicht mehr benötigte Energie bereits verbraucht, usw.

Die Umstellung auf eine Zentralheizung bzw. Wärmepumpe schreckt viele ab – hohe Kosten, hoher Auf-

wand, Baustelle im Haus. Auch die angepreisene Wärmepumpe ist prinzipiell eine Elektroheizung (mit Zusatzheizung bei kalten Temperaturen) – kann aber bei Altbauten ohne Vollwärmeschutz und Niedertemperatur (nur mit Fußbodenheizung) seinen Hebelfaktor nicht ausspielen! Haus- und Wohnungsbesitzer suchen des-

halb eine optimale Lösung, wie man die Nachtspeicher ohne hohe Kosten und Baustelle effektiv ersetzen kann. Durch die **Technologieoffenheit (Stromdirektheizung)** im neuen Heizungsgesetzentwurf gibt es für Haushalte mit alten Nachtspeichern bereits eine echte Alternative mit dynamischen Elektro-Teilspei-



INNENANSICHT:
25 Jahre Herstellergarantie auf Heiz- und Speicherelemente.



ERNST METZGER: „Montage vor Ort innerhalb nur einem Tag ohne Baustelle!“



DIE OPTISCH MODERNE, sparsame und hocheffiziente Elektroheizung.

herheizungen – sparsam, modern, preiswert, temperaturgeregt mit Nachtabenkung. Ein zukunftsorientiertes Elektro-Heizsystem, welches durch seine dynamische Speichertechnik (ohne Vorheizen) mit Strahlungswärme (Infrarotanteil) in Verbindung mit Konvektion (kein Gebläse), ein wesentlich angenehmeres Raumklima schafft, als es mit Nachtspeichern möglich ist. Qualitativ hochwertige, voll optimierte (Strahlungsfläche und Wärmeüberleitung der Speicherkeramik) Elektro-Teilspeicherheizungen, ersetzen ohne Baustelle die alten Nachtspeicher in nur einem Tag. Wand- oder Stand-



WOHLIGE WÄRME genießen.

Die einzige echte Alternative zur Nachtspeicherheizung!

ELEKTRO-SPAR-HEIZUNG

Nachtspeicherheizung - das war gestern! **Sparen Sie bis zu 20-40%**

Jetzt umrüsten! ohne Baustelle! auf eine moderne sparsame und komfortable Dynamische Elektroheizung

Kein Vorheizen über Nacht mehr notwendig
Angenehme Strahlungswärme (ohne Gebläse)

25 JAHRE GARANTIE auf Heiz+Speicherelemente
99,9% Wirkungsgrad mit dynamischer Teilspeicherkeramik

Planungsbüro für Elektrowärmetechnik
E. Metzger • Groß-Zimmern • Telefon 06071-951226
Beratung • Planung • Montage • Service • Mobil 0172-6908028

Wartungsfrei

Wärme zum Wohlfühlen

• bärenstark • sparsam
• sauber • preiswert

montage erfolgt an die bereits bestehenden Anschlüsse der alten Nachtspeicherheizung. Mit ca. dem halben Anschlusswert gegenüber Nachtspeicher, wird auf einen gesteuerten Heiztarif umgestellt.

Aus den Differenzen von Anschluss-, Laufzeiten und Heiztarif sind Einsparungen von bis zu 20-40% möglich.

Ideal auch als Nachrüstung für Altbauten mit alten Öfen, als Zusatz-

heizung oder Einzelgerät z.B. fürs Bad. Die hier beschriebenen Geräte sind absolut wartungsfrei (keine Instandhaltungskosten) und die Werksgarantie auf die Heiz/Speicherelemente beträgt 25 Jahre.

Ihren Fachmann für Beratung, Planung und Ausführung finden Sie in Gross-Zimmern:

Planungsbüro für Elektrowärmetechnik - E. Metzger, Tel. 06071-951226 / Mobil 0172-690 80 28.

BAD- UND RAUMGESTALTUNG

WERNER SCHWEITZER

- Seniorengerechter Badumbau wie z.B. Wanne raus, begehbare Dusche rein
- Laminat und Parkett
- Malerei- und Tapezierarbeiten
- Renovierungen

Max-Planck-Straße 1
64560 Riedstadt
Telefon 0 61 58 - 74 77 72
Mobil 0178 - 33 902 85
info@werner-schweitzer.de

AUCH TEILSANIERUNG

PLANUNG & AUSFÜHRUNG ALLES AUS EINER HAND

Barrierefreies Bad

Werner Schweitzer Bad- und Raumgestaltung berät, plant, führt aus | Staatliche Zuschüsse garantiert

RIEDSTADT | Wer jetzt an eine barrierefreie Badmodernisierung denkt, kann auf Geld vom Staat hoffen. Unabhängig von Alter oder gesundheitlichen Einschränkungen kann der Bauherr bis zu 6.250 Euro pro Wohneinheit bei der KfW Bank beantragen. Staatliche Zuschüsse gibt es aber nur, wenn der Umbau fachgerecht ausgeführt und technische Mindestanforderungen erfüllt werden. Heimwerker bekommen die Zuschüsse nicht! Besser also sich von einem Sanitärfachbetrieb vor Ort beraten

zu lassen. Die Profis erklären die Details der Förderrichtlinien und kennen alle Normen für die barrierefreie Badgestaltung. Da Sanitärfachleute die Arbeiten ausführen, genießt der Auftraggeber den Schutz der werkvertraglichen Gewährleistung. Dies erleichtert im Schadensfall den Austausch defekter Sanitärprodukte. Pflegebedürftige Senioren unterstützt ihre Krankenkasse mit 4.000 Euro pro Person beim barrierefreien Badumbau. Das Geld muss nicht zurückgezahlt werden.

den. „Wir bieten individuelle Lösungen für jedes Bad an“ so der Inhaber der Firma Bad- und Raumgestaltung Werner Schweitzer aus Riedstadt.

Zum Festpreis tauscht der Fachbetrieb die Badewanne gegen eine barrierefreie Dusche aus. Montiert an der Wand sind Haltegriffe: darin hängt ein Duschsitz, der auf den Boden heruntergelassen werden kann. Auch junge Familien entdecken die Vorteile eines barrierefreien Bades. Oft ist neben der Badewanne die bodengleiche Dusche. Viele rüsten auch gleich ihr WC um: In ein Modell bei mit warmem Wasser und warmer Luft zum Trocknen föhnen. Eine große Erleichterung mit hohem Komfort. (gg)



Ein Fachgerechter Einbau gewährleistet Ihnen staatliche Zuschüsse.

Beratung zum barrierefreien Badumbau und den Zuschüssen gibt es bei: **Bad- und Raumgestaltung Werner Schweitzer**

Max-Planck-Straße 1, 64560 Riedstadt
Mobil 0178-3390285
Telefon 06158-747772
info@werner-schweitzer.de

MS HOLZ- UND BAUTENSCHUTZ

Isolierung · Abdichtungen
Verkleidungen
Einbau von genormten
Teilen und Fenstern
Montage von Carports
Naturschieferverkleidung

0171-319 25 00

Schnell und zuverlässig zum Pauschalpreis · **Kostenlose Beratung im Umkreis von 50 km ohne Anfahrtkosten**

Inhaber Milan Slijvic
Krönckestraße 2
64589 Stockstadt/Rhein
milan.slijvic@t-online.de

Sauna verbessert die Schlafqualität

Schlafstörungen bei Berufstätigen werden immer häufiger

Das Saunabad am Abend kann eine schlaffördernde Wirkung haben. Es trainiert nicht nur das Herz-Kreislauf-System und stärkt die Immun-

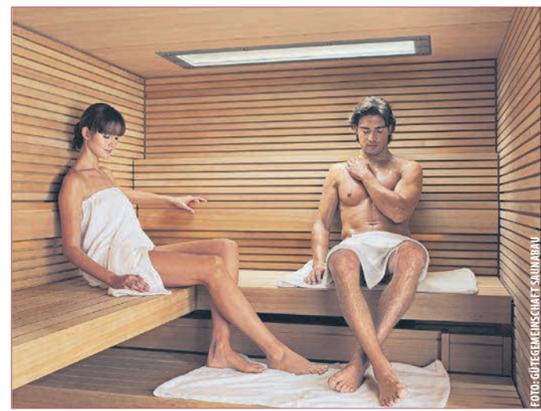
zellen, sondern verbessert auch die Schlafqualität. Denn die Hitze der Sauna kann Verspannungen lösen, Glückshormone ausschütten und die Muskeln im gesamten Körper lockern. Das Nervensystem wird beruhigt und eine wohlige Müdigkeit stellt sich ein. Regelmäßige Saunagänge ermöglichen, die Tiefschlafphasen zu erhöhen und sorgen zusätzlich dafür, dass wir erholsam ein- und durchschlafen können – und das ohne jedes Medikament. Immer mehr Menschen leiden in Deutschland unter Ein- und Durchschlafproblemen. In den vergangenen Jahren sind die Schlafstörungen bei Berufstätigen im Alter zwischen 35 und 65 Jahren deutlich gestiegen, wie auch eine repräsentative Studie des letzten DAK-Gesundheitsreports „Deutschland schläft schlecht“ bestätigt. Demzufolge sind 80 Prozent der Arbeitnehmer betroffen und jeder zehnte Arbeitnehmer leide sogar unter einer Insomnie – einer besonders schweren Schlafstörung. Mit zunehmenden

Schlafproblemen greifen auch immer mehr Menschen zu Medikamenten. Im Vergleich zu 2010 nehmen fast doppelt so viele Erwerbstätige Schlafmittel. Da überrascht es nicht, dass diese besorgniserregende Entwicklung auch auf die Krankmeldungen Auswirkungen hat: Die Fehltagelast aufgrund von Schlafstörungen stiegen um rund 70 Prozent an.

Die Gründe für Schlaflosigkeit sind meist Stress im Job, falsche Ernährung, Alkohol oder die ständige Erreichbarkeit über unser Handy. Kein Wunder, dass es da oft schwerfällt, uns zu entspannen und einzuschlafen. Häufig werden Medikamente genommen, um ungesunde Schlafgewohnheiten wieder in den Griff zu bekommen. Die Ursachen werden allerdings damit nicht beseitigt. Deutlich gesünder und sehr wirkungsvoll zur Verbesserung der Schlafqualität ist dagegen das Saunieren. Ein Saunabad stärkt nicht nur das Immunsystem, fördert die Durchblutung und wirkt sich positiv auf Herz und Kreislauf aus – wer regelmäßig in die Sauna geht, kann auch seinen Schlaf enorm positiv beeinflussen.

Doch was genau geschieht im Körper, und warum hat die Sauna einen positiven Effekt auf unseren Schlaf? Indem die Körpertemperatur in der Sauna kurz vor dem Schlafengehen erhöht wird, will der erhitzte Körper anschließend automatisch seine Temperatur wieder regulieren. Beim typischen finnischen Saunabad, das heißt geringe Luftfeuchte und ca. 90° Celsius Temperatur, wird der Körper für etwa zehn bis 15 Minuten einem starken Hitzereiz ausgesetzt. Die Haut und auch die Gewebeschichten darunter werden erwärmt. Die Hitze führt zu einer leichten Erweiterung

der Blutgefäße, lockert die Muskeln, und die Verspannungen lösen sich von alleine. Der Körper regeneriert und erholt sich. Danach erfolgt die Rückkühlung, das heißt der Körper wird stark abgekühlt – im Wasserbad, unter der Dusche oder an der frischen Luft. Beide gegensätzlichen Reize, also Erhitzung und Rückkühlung, trainieren das Kreislaufsystem, vor allem wenn es regelmäßig angewendet wird. Die Blutgefäße werden bei Hitze geweitet und ziehen sich bei Kältereizen wieder zusammen. Nähere Informationen gibt es unter: www.saunaverbaende.de



Schaffrin Garten und Landschaftsbau – Ihr kompetenter Ansprechpartner für Gartengestaltung, Pflasterarbeiten, Holzterrassen, Bewässerungsanlagen und vieles mehr

Der Familienbetrieb gegründet 1993, seit 2009 unter der Leitung von Patrick Leo Schaffrin, welcher vom Fachverband Garten und Landschaftsbau im Jahre 2017 zum besten Meister in Hessen geehrt wurde. Seinen Ausbildungs- und Meisterbetrieb hat er mit viel Engagement zu einem Unternehmen gemacht, welches mit Qualität und Zuverlässigkeit zu überzeugen weiß. Ihre Wünsche und Vorstellungen realisiert er mit seinem Team auf exakte Weise. Eine genaue Planung sorgt für eine reibungslos und termingerechte Fertigstellung. Das Team Schaffrin schafft moderne, klassisch-elegante, naturnahe und traditionelle Gärten. Selbst schwierige Baumfällungen und Baumschnitte können sicher und präzise umgesetzt werden. Dank der regelmäßigen Gartendauerpflege freuen Sie sich über gut betreute Pflanzen. Durch die Installation von Bewässerungsanlagen sind Ihre Pflanzen zudem optimal mit Flüssigkeit versorgt. Wir verwenden ausschließlich hochwertige Materialien von renommierten Herstellern. Selbst anspruchsvolle Aufgaben erfüllen wir zu Ihrer vollsten Zufriedenheit.

- GARTENGESTALTUNG
- PFLASTERARBEITEN
- STEINARBEITEN
- MAUERN
- ZAUNANLAGEN
- HOLZTERRASSEN
- BEREGNUNGSTECHNIK
- GARTENPFLEGE
- HECKEN- & GEHÖLZSCHNITT
- BAUMFÄLLUNGEN & -SCHNITT
- ROLLRASEN
- TEICHE

Schaffrin
Meisterbetrieb | Garten und Landschaftsbau

Rosenhof 12 | 64560 Riedstadt
Tel. 061 58 / 91 54 51
info@schaffrin-galabau.de
www.schaffrin-galabau.de

Feuchte Wände im Keller? -ANZEIGE-

Durch Feuchtigkeit in Wänden entsteht Schimmel, Ausblühungen, Salpeter und Abplatzungen, die Bausubstanz

wird angegriffen. Besteht das Problem schon länger und bleibt unbehandelt, wird die Wohnqualität eingeschränkt.

Gesundheitliche Folgen sind nicht auszuschließen. Der Wert der Immobilie wird dadurch nachhaltig gemindert. Der Fachbetrieb BOA Bautenschutz löst Probleme mit feuchten Wänden

zuverlässig. Von innen, ohne auszusachtern. Das System und die Produkte die wir einsetzen für (Horizontal- und Flächensperren) sind technologisch revolutioniert. Die Wände werden trocken, bleiben garantiert atmungsaktiv und das Mauerwerk erhält seine natürliche Fähigkeit zur Wärmedämmung zurück. Die Wirksamkeit der in Deutschland hergestellten Produkte wurde von der staatlichen Materialprüfungsanstalt Nordrhein Westfalen bestätigt. Der Hersteller gibt eine Garantie auf die Wirksamkeit bis zu 25 Jahre (Ausführung durch einen Fachbetrieb). Anschließend sollten die Wände mit einem Sanierputzsystem weiterbehandelt werden.

Fassaden sind dauerhaft der Witterung ausgesetzt. Sowohl Regen, Temperaturschwankungen als auch starke Sonneneinstrahlung können im Laufe der Jahre schadhafte auf die verwendeten Materialien einwirken. Nimmt eine Fassade ständig mehr Feuchtigkeit auf als sie wieder abgeben kann, kann dies Schäden verschiedenster Art begünstigen und den Wert der Immobilie drastisch mindern. Fassaden sollten unbedingt vor Feuchtigkeit geschützt werden. Ebenfalls wird die wärmedämmende Eigenschaft der Außenwände stark beeinträchtigt, wenn diese durchfeuchtet sind. Durchfeuchtete Putzfassaden führen zu Verschmutzungen, die ein Gebäude auch optisch in Mitleidenschaft ziehen. Die Lösung ist eine Fassadenhydrophobierung, die BOA Bautenschutz seit Jahren anwendet. Dabei wird die Fassade gereinigt und anschließend hy-

drophobiert mit einem wasserabweisenden Material. (Schlagregen kann nicht mehr in die Fassade eindringen, Algen haben keine Chance). Die Oberfläche bleibt diffusionsfähig. Die behandelte Fassade behält über viele Jahre ihre Optik. Ebenso kann eine Hydrophobierung als Oberflächenschutz auf neue Dispersions- und Mineralanstriche aufgebracht werden, was die Haltbarkeit des Farbanstriches erheblich erhöht.

Der Fachbetrieb BOA Bautenschutz hat sich seit über 10 Jahren spezial-

siert auf Bauwerksabdichtung mit verschiedenen Abdichtungssystemen von namhaften Herstellern. NEU: Besuchen Sie unseren Web-Shop Rufen Sie an und vereinbaren einen Termin für eine kostenlose Beratung und Schadenanalyse vor Ort.

BOA Bautenschutz und Baustoffe GmbH
64625 Bensheim, Tel. 06251-9449544
oder 0179-5334256
www.boa-bautenschutz.de



FASSADEN: vorher und nachher

BOA BAUTENSCHUTZ

HANDWERKER GESUCHT! **BOA Webshop**

FEUCHTE WÄNDE • NASSE KELLER • SCHIMMEL

- Bauwerksabdichtung
- Rißverpressung/Druckwassersperrung (Horizontal- und Flächensperren)
- Fassadenhydrophobierung
- 25 Jahre garantierte Wirkung
- Balkon & Laubengang (Beschichtung an 1 Tag)

BOA Bautenschutz und Baustoffe GmbH
Zertifizierter Fachbetrieb • 64625 Bensheim
Mobil: 01 79/5 33 42 56 • Tel.: 0 62 51/9 44 95 44
www.boa-bautenschutz.de



DOPPELTE HORIZONTALSPERRE



LANGE SAMSTAGE AUF DER PFUNGSTÄDTER EINKAUFSSTRASSE!

02. + 09. + 16.12.
BIS 16:00 UHR*
*VEREINZELT LÄNGER
AM 23.12.
BIS 18:00 UHR

LATE NIGHT SHOPPING AM 22.12. BIS 22:00 UHR!

OH DU SHOPPIGE!

LÄNGERE ÖFFNUNGSZEITEN FÜRS SCHÖNERE SHOPPEN AUF DER PFUNGSTÄDTER EINKAUFSMEILE

Ho, ho, ho – alle Jahre wieder steht die Zeit an, die bei einigen von uns den Einkaufsfrust und das Stressniveau hö, hö, höher werden lässt... aber das muss nicht sein!

Der Großteil der Geschäfte auf und an der zentralen Eberstädter Straße in Pfungstadt laden an den Dezembersamstagen zum entspannten Weihnachtsshoppen ein.

Hier kann bei verlängerten Öffnungszeiten nach den besonderen und persönlichen Geschenken gesucht werden, mit denen wir unsere Lieben unterm Weihnachtsbaum doch so gern überraschen möchten!

Dank der herausragenden Fachberatung und dem individuellen Service, wird der Einkauf nicht zur Qual, sondern zum stimmungsvollen Erlebnis. Die kurzen Wege zwischen den Geschäften, die verschiedenen Aktionsangebote, aber auch das ein oder andere dargereichte Weihnachtsplätzchen tragen zur erfolgreichen und stimmungsvollen Geschenkesuche bei - die perfekte Einstimmung auf die frohen Festtage!

„Das besonders Schöne am Einkaufen in Pfungstadt ist, dass man nicht im Stau steht, um in ein Parkhaus zu fahren oder in einer endlos langen Menschenglange vor einer Kaufhauskasse warten muss, um dann vielleicht doch geschenkemäßig einen Griff ins Klo zu landen“, weiß eine Kundin aus leidvoller Erfahrung zu berichten, um dann noch ein bisschen mehr ins Detail zu gehen: „Hier fühlt man sich auch nicht wie am Fließband abgefertigt: die angenehm kompetente Beratung lässt mich das Einkaufen genießen. Auch ist der zwischenmenschliche Kontakt dem schnöden Tastendrücker beim Online-Shopping überlegen und hat mich schon vor einigen Fehlentscheidungen bewahrt; ich verlasse mich nun wieder lieber auf die persönliche Betreuung und ein individuelles Umtauschrecht, falls überhaupt nötig.“

„In der Tat kommt ein Umtausch bei uns wegen der eingehenden Beratung eher selten vor“, bestätigt eine Einzelhändlerin und fügt mit einem Zwinkern hinzu: „Die Freude über die passenden Geschenke überwiegt sehr deutlich.“

Zu all diesen positiven Aspekten, legen die Pfungstädter Einzelhändler für die ganz eng getakteten Mitmenschen noch einen drauf: am **Freitag, den 22.12.** haben die teilnehmenden Geschäfte zum **Late Night Shopping** sogar **bis 22:00 Uhr** geöffnet!

Süßer die Glocken nie klingen: Weihnachten kann kommen!

CB
Meine
PARFÜMERIE
Eberstädter Str. 46
0 61 57 32 44

CESARI
EXCLUSIV SCHUH & TRENDMODE
Ink. Metin Emir
Eberstädter Str. 42
0 61 57 939 66 33

Exzellent
Welt der Genüsse
& Präsente
Eberstädter Str. 29
0 61 57 8 55 21

50 Jahre
fashion
CONCEPT
Eberstädter Str. 53
0 61 57 46 46

von Marion und Jare
Eberstädter Str. 47
0 61 57 8 45 45

G
Cristine Gopmann
Goldschmiedatelier & Juwelier
Meisterbetrieb
Eberstädter Str. 38
0 61 57 913 910 1

WIR SIND DABEI:

MCS-Pfungstadt
Mobile Communication Shop
Eberstädter Str. 34
0 61 57 919 70 75

Rosenläschen
Eberstädter Str. 68
0 61 57 77 75

Stil³
Stilvoll. Stylish. Passt.
Pfarrgasse 33
0 61 57 913 917 5

STILWERK
Wohnen | Floristik | Genuss
PFUNGSTADT
Eberstädter Str. 45
0 61 57 98 99 931

welz SEIT 1833
Juwelier & Uhrmacher
Goldschmiedearbeiten
Eberstädter Str. 31
0 61 57 36 15



Finnischer Weihnachtsbasar in der Villa „Pillenburg“ im Paulusviertel Darmstadt

Leckerer Flammhachs im Hof sowie Handarbeiten und nordische Geschenkartikel | Weihnachtsmann begrüßt Große und Kleine



DARMSTADT | Der diesjährige Weihnachtsbasar findet am Samstag, dem 2. Dezember 2023, in der Jugendstilvilla der Deutsch-Balten im Paulusviertel, Herdweg 79, in Darmstadt statt.

Die Öffnungszeiten sind von 10 bis 18 Uhr, wobei man draußen auch danach noch einen Glögi genießen kann. Es wurde - wie beim finnischen Weihnachtsmann in Korvatunturi - bereits viel gebacken und gestrickt. Draußen im Hof wird Flammhachs zubereitet sowie Handarbeiten und nordische Geschenkartikel angeboten.

In der Cafeteria kann man sich in der weihnachtlichen Stimmung verweilen, vielleicht sich mit Freunden zum Frühstück, Kaffee, Glögi (Glühwein) und Leckereien aus der finnischen Küche treffen.

Finnische Lebensmittel und Spezialitäten werden auch zum Verkauf angeboten.

Weiter können Sie in der Bücherecke schmökern oder mit ein bisschen Glück schöne Preise an der Tombola

gewinnen. Der Weihnachtsmann selbst wird auf dem Basar die kleinen und großen Gäste um 14 und 16 Uhr begrüßen.

Einige Hintergrund-Informationen zum Verein:

Muttersprachlicher Finnisch-Unterricht im Rhein-Main-Gebiet. Der Finnische Schulverein Frankfurt am Main e.V. wurde 1976 als Elterninitiative gegründet. Anfangs „Montagsschule“ genannt, war die Einrichtung die erste muttersprachliche Sprachschule für finnische Kinder in Deutschland.

Der gemeinnützige Verein bietet unterstützenden Unterricht in finnischer Sprache für ca. 140 finnischstämmige Kinder und Jugendliche im Raum Rhein-Main. Unterrichtet wird wöchentlich im Umfang von zwei Unterrichtseinheiten.

Zurzeit hat der Verein insgesamt über 20 Gruppen für Kinder ab drei Jahren in und rund um den Vereins-

sitz Frankfurt: Frankfurt Dornbusch, Frankfurt Bergen-Enkheim, Bensheim.

Für die ganz kleinen (U3) werden Eltern-Kind Gruppen in Bensheim und Bergen-Enkheim angeboten. Der Verein unterstützt die Eltern in der zwei- oder mehrsprachigen Erziehung ihrer Kinder und trägt zur Erhaltung der Muttersprache in den in Deutschland lebenden finnischen Familien bei.

Die Ziele des Unterrichts sind die Förderung der mündlichen und schriftlichen Ausdrucksfähigkeit sowie die Erweiterung des Wortschatzes in finnischer Sprache.

Die Tätigkeit des Vereins wird vom Finnischen Kultusministerium und dem Zentralamt für Unterrichtswesen fachlich anerkannt und gefördert.

Auch finanziell bilden die Fördermittel vom finnischen Staat den Hauptanteil des Vereinshaushaltes. Weitere Einnahmequellen sind die Mitgliederbeiträge sowie der alljährliche Weihnachtsbasar.

Finnischer Schulverein Frankfurt am Main e.V. (Montagsschule)
Inka Kuusela, Vorstand
Volkerstrasse 20
D-64625 Bensheim
inka.kuusela@gmx.de
www.suomikoulu-frankfurt.de

12 Mal top auf der Focus-Klinikliste 2023

Klinikum Darmstadt ist erneut top-nationales und top-regionales Krankenhaus | weitere Auszeichnungen für zehn Fachkliniken

DARMSTADT | Das Klinikum Darmstadt wird erneut als Top Nationales und Top Regionales Krankenhaus von Focus Gesundheit empfohlen (Heft 8/2022). Das kommunale Krankenhaus gehört damit laut Focus-Klinikliste 2023 zu den Top Krankenhäusern Deutschlands.

Neben diesen beiden Auszeichnungen sind weitere Fachkliniken als Top Kliniken für 2023 gelistet: Gleich dreimal ist die Urologische Klinik von PD Dr. Rolf Gillitzer ausgezeichnet - für Blasenkrebs, Nierenkrebs und Prostata-Syndrom; die Chirurgische Klinik I unter der Leitung von Prof. Dr. Dietmar Lorenz für Darmkrebs und Gallenchirurgie. Die Frauenklinik unter der Leitung von PD Dr. Sven Ackermann ist gelistet für Brustkrebs, die Klinik für Gefäßmedizin unter der Leitung von Dr. Farzin Adili für Gefäßchirurgie, die Hautklinik von PD Dr. Maurizio Podda bei Hautkrebs, für Schlaganfall die Klinik für Neurologie und Neurointensivmedizin von Prof. Dr. Rainer Kollmar, sowie die Medizinische Klinik V unter der Leitung von Prof. Dr. Helga Bernhard für Lymphome.

„Auch im dritten Jahr der Pandemie ist es uns gelungen, unsere medizinische Qualität sichtbar zu machen. Neben den vorhandenen Zertifizierungen der Fachgesellschaften beschleunigen diese Datenerhebungen von extern ebenfalls, welches hohes

Niveau hier am Klinikum Darmstadt vorgehalten wird. Es freut mich sehr und macht uns stolz, dass wir unsere Schwerpunkte haben in diesen Zeiten halten können; denn wir standen und stehen ja täglich als Klinikum der höchsten Versorgungsstufe im Spannungsfeld zwischen der Aufrechterhaltung der Versorgung aller Patientinnen und Patienten“, sagt der medizinische Geschäftsführer Prof. Dr. Nawid Khaladj. „Die Auszeichnung als Top-Krankenhaus mit vielen Top-Kliniken zeigt wofür wir stehen und wie wir von außen wahrgenommen werden. Das geht nur mit hervorragenden medizinischen und pflegerischen Teams und allen anderen Fachkräften, denen unser großer Dank und hohe Anerkennung gehören. Das ist eine tolle Leistung!“

In die Bewertung gingen laut Focus unter anderem ein: fach- und abteilungsspezifische Fallzahlen, eine große Umfrage unter Krankenhäusern und Ärzt*innen, Angaben zu Personal, Qualitätsmanagement, Pflege und Hygiene aus der Umfrage und G-BA-Qualitätsberichten, Zertifikate einschlägiger Fachgesellschaften, Anzahl der Focus Top-Mediziner in der Einrichtung.

Zwei weitere Auszeichnungen kommen von Focus Money hinzu: Top Karrierechancen 2022 in den Öffentlichen Krankenhäusern sowie für IT-Spezialist*innen 2022. (Klinikum Darmstadt)



BACKE BACKE KUCHEN...und Lieder singen mit Omas, Opas, Mamas, Papas.

Laternenbasteln und Martingänse selbst gebacken

Gute Stimmung im „Drop In(klusive)“ | Babytreff in Pfungstadt-Eschollbrücken

ESCHOLLBRÜCKEN | Vor kurzem wurden im Baby Treff Drop In(klusive) Laternen gebacken und Martingänse gebacken, neben Gesprächen bei warmen Getränken.

Karoline Linder-Dittmann hatte für den St. Martins-Umzug am Samstag Liedblätter vorbereitet. Begleitet von Matthias Hirt auf der Gitarre wurde mit den Müttern, Omas, Opas und Vätern die traditionellen Lieder kurz eingeübt.

Grundsätzlich besteht bei diesen wöchentlichen Treffen die Möglichkeit, sich über die vielen alltäglichen Dinge im Zusammenleben mit einem

Kleinkind mit anderen Eltern bei Kaffee, Tee und Plätzchen auszutauschen.

Der Treff findet jeden Mittwoch von 9 bis 11.00 Uhr und auch jeden Freitag von 14.30 bis 16.30 Uhr im Jugendraum, Bürgerheim Eschollbrücken für Familien mit Kindern von 0 bis 3 Jahren statt.

Die offenen Treffen sind kostenlos und bedürfen keiner Anmeldung. Infos erhält man bei Matthias Hirt, Telefon 06157/988-1601 oder matthias.hirt@pfungstadt.de oder im Web bei www.familienzentrumpfungstadt.de (Kiju Pfungstadt)

Thermalbaden in Bad Schönborn

Ausflug für Senioren am 16. November und 14. Dezember

BAD SCHÖNBORN | Im Rahmen des kommunalen Seniorenprogramms finden am Donnerstag, dem 16. November, sowie am Donnerstag, dem 14. Dezember, wieder Fahrten ins Thermalbad nach Bad Schönborn statt. Treffpunkt ist um 13 Uhr an der

Bushaltestelle in der Raiffeisenstraße in Seeheim. Die Rückkehr ist gegen 18 Uhr vorgesehen. Eine vorherige Anmeldung bei Andrea Lehrian vom kommunalen Seniorenbüro ist erforderlich: Tel. 06257/990-284, E-Mail andrea.lehrian@seeheim-jugendheim.de

Braukunst in Pfungstadt

Besuch bei „BrauDich“

PFUNGSTADT | Das Bierbrauen hat in Pfungstadt eine lange Tradition. Am Mittwoch, den 4. Oktober, statteten Bürgermeister Patrick Koch und Kulturstadtrat Hans-Joachim Heist dem Team von „BrauDich“ (Martin Walter, Marcel Kopp und Tom Hill) einen Besuch ab und wurden vor Ort in die Geheimnisse der Braukunst eingeweiht.

Aus Liebe zum Bier ... „Martin Walter braut seit mehr als zwanzig Jahren Bier. Als sogenannter Micro-Brauer, lange Zeit im Burggraf Bräu in Auerbach.

Aber wie kommt einer auf die Idee, sich in diesen Zeiten mit einer eigenen Brauerei selbstständig zu machen? Er fand in Deutschland einfach nicht das Bier, das er haben wollte. Die industriell hergestellten Biere sind ihm zu uniform „und haben nichts mit dem zu tun, was da frisch aus dem Sudkessel kommt!“



SPONSORING: Tolle Engel aus dem Trendmaterial Makramee.

Die Servals haben die Cheer-Matte gerockt

PFUNGSTADT | ORLANDO | Riesen Freude herrscht bei der Pfungstädter FTG, Abt. Cheerleading, deren Juniorenteam, die Servals, bestehend aus

21 Mädchen im Alter von 10 bis 16 Jahren, sich für die Summit 2024 qualifiziert haben. Die Summit ist die Weltmeisterschaft der Junioren und

findet in den USA/Orlando statt. Das war eine ganz tolle Leistung unserer Mädels, findet das Trainerteam. Die Mädels haben hart gearbeitet, viel trainiert und sich die Qualifizierung redlich verdient. Nach einem holpri-

gen Saisonstart unter anderem durch personelle Wechsel wegen neuer Altersgrenzen, hat das Team super zusammengefunden und Nervenstärke bewiesen.

Diese Qualifizierung ist der Traum eines jeden Sportlers. Die Mädels trainieren jetzt hart an der neuen Routine und wollen Höchstleistungen bringen. Die Motivation ist hoch, der Druck allerdings auch!

Cheerleading ist eine eigenständige Wettkampfsportart die Elemente aus Turnen, Akrobatik und Tanz vereint. Viel Lob zollen auch die Eltern der Mädchen den Servals und ihrem Trainerteam für die herausragende Leistung, die nun mit der Teilnahme an der WM der Junioren gekrönt wird. Viele der Eltern sind mit Hingabe dabei, unterstützen ihre Kinder, fahren diese zu den Meisterschaften, die deutschlandweit ausgetragen werden und feiern sie lautstark auf der Matte an.

Einen Wehrmutstropfen gibt es allerdings: Cheerleading ist ein kostspieliger Sport, denn die Uniformen, die Reisen zu den Meisterschaften und damit einhergehende Übernachtungen, Kosten für Musik und Tanztrainer sind schon immens. Nun kommen die Kosten von ca 2500 € pro Sportler für die WM Reise dazu. Die Servals würden sich sehr freuen, wenn sie noch Sponsoren oder Spender finden könnten. Die Mädchen haben sich dazu in Eigeninitiative eine tolle Aktion ausgedacht: Sie basteln tolle Engel aus dem Trendmaterial Makramee, die sie für 5 € pro Stück verkaufen. Damit versuchen sie, die Reisekosten ein wenig zu senken. Bestellbar sind die süßen Engelchen unter E-Mail info@blumengalerie-pfungstadt.de.



VIELE ERFOLGREICHE REPARATUREN beim letzten Repair-Café im Familienzentrum Pfungstadt in diesem Jahr: Am Samstag, 04. November 2022 von 15 bis 18 Uhr öffnete das „Repair-Café“ im Bürgerheim Eschollbrücken zum letzten Mal in diesem Jahr seine Türen.

Bereits vor Beginn der Veranstaltung standen die ersten „Kunden“ vor dem Familienzentrum Pfungstadt. Über 30 Reparaturen konnten zum Teil erfolgreich durchgeführt werden. Ein singender Weihnachtsmann war allerdings nicht mehr reparabel. Ein Radio, ein Stromumwandler, eine Heckenschere, ein Fernseher, ein Bügeleisen, ein Fahrrad, u. a. wurden von den ehrenamtlichen Reparateuren nach Fehlern untersucht. Die Hilfesuchenden kamen aus Pfungstadt, Biebesheim, Gernsheim und Darmstadt. Wer sich ehrenamtlich mit engagieren möchte und sich im Reparieren ein wenig auskennt, kann sich gerne bei Organisator Matthias Hirt melden. Das nächste Repair Café findet am 03. Februar 2024 statt. Weitere Infos unter: www.repaircafe-pfungstadt.de oder www.familienzentrum-pfungstadt.de und Matthias Hirt, matthias.hirt@pfungstadt.de, Telefon 06157 988 1601.



HeilPädagogische Betreuung Mobil!

Tatjana von Janso



TATJANA VON JANSO

Der soziale, heilpädagogische Dienstleister „HeilPädagogische Betreuung Mobil!“

Professionelle Begleitung und Beratung für Menschen mit verschiedenen Beeinträchtigungen

Oft werden Menschen mit Behinderung in Heime untergebracht, weil Angehörige überfordert sind und durch überfüllte Dienstleister sowie knappe Kapazitäten keine angemessene Unterstützung bekommen.

Die stationären Einrichtungen, Werkstätten, aber auch Tagesstätten haben wiederum durch Personalmangel keine Zeit, diese Personengruppe gezielt und individuell zu fördern.

An dieser Schnittstelle knüpfen wir an.

Wir möchten die Ressourcen der Menschen in ihrem gewohnten Umfeld fördern, begleiten und Familien unterstützen, die Entlastung bei der Betreuung Ihres Familienangehörigen benötigen.

Der soziale, heilpädagogische Dienstleister „HeilPädagogische Betreuung Mobil!“

bietet Menschen mit verschiedenen Einschränkungen professionelle Begleitung und Beratung. Hier werden sowohl Betroffene als auch ihre Angehörigen unterstützt, die oftmals mit der Situation überfordert sind. Das Team besteht aus erfahrenen pädagogischen und Betreuungsfachkräften, deren Hauptziel es ist, Menschen in ihrer gewohnten häuslichen Umgebung auszuheilen und zu entlasten.

Wir betreuen und widmen uns Menschen mit schweren kognitiven Beeinträchtigungen, Menschen mit Störungen aus dem Autismus Spektrum (z. B. frühkindlicher Autismus) sowie Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen.

Das Angebot unseres mobilen Dienstes ist vielfältig und reicht von Beratungsgesprächen über praktische Alltagshilfe bis hin zur Freizeitgestaltung, um sowohl kognitive als auch soziale Fähigkeiten zu fördern.

Die Kosten für die Leistungen werden in der Regel im Rahmen des persönlichen Budgets nach § 29 Abs. 1 SGB IX, z.B. vom überörtlichen Sozialhilfeträger (LWV Hessen) übernommen.

Unsere Dienstleistungen:

- Fördern und Erhalten der kognitiven Fähigkeiten z. B. durch Gedächtnistraining, kreatives Gestalten und Unterstützung und Planen beim Erlangen einer sinnvollen Tagesstruktur
- Psychosoziale Unterstützung (z.B. durch Gespräche)
 - Entlastung für Angehörige
 - Unterstützung im Alltag
- Freizeitgestaltung, z.B. Tagesausflüge
 - Arztbegleitung
- Tiergestützte Intervention mit unseren Therapiehunden in Ausbildung Josie & Lucky

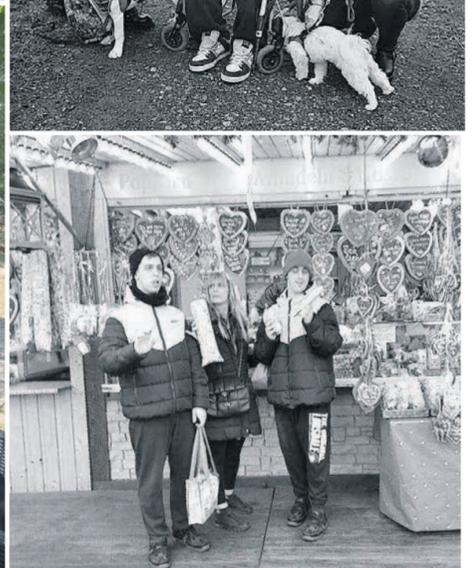
Das Team von HeilPädagogische Betreuung Mobil begleitet unsere Kunden in der häuslichen Umgebung, aber es gibt auch viel Action außerhalb der eigenen vier Wände, die Bilder zeigen einen kleinen Einblick.

Sie haben Fragen? Wir beraten Sie gerne.
Ansprechpartner

HeilPädagogische Betreuung Mobil!
Tatjana von Janso (Inhaberin und Leitung)
Bad Nauheimer Straße 4
64289 Darmstadt
Telefon 06151/73475933
Fax 06151/73475150
www.hpb-mobil.de
tatjana-vonjanso@hpb-mobil.de

Najim El Farsioui
(Stellvertretende Leitung)
najim.elfarsioui@hpb-mobil.de
Büro Öffnungszeiten:
Montag-Freitag 8.00-17.00 Uhr

Es sind noch Kapazitäten frei! Sprechen Sie uns an: Telefon 06151/73475933





BALD: NEUERÖFFNUNG DER ZWEITEN ETAGE

bei AH Personal Training & Studio in Seeheim-Jugenheim:
EXKLUSIVE KLEINGRUPPENKURSE



MISSION

In sorgfältiger Planung wurden die sinnvollsten Konzepte der Gesundheitsbranche vereint und mit einem erstklassigen Ambiente kombiniert.

Gemeinsam setzen wir Ihre gesundheitlichen Ziele um und helfen Ihnen zu dauerhaft mehr Lebensqualität.



QUALIFIKATION

Unser Team besteht aus ausgebildeten Personal Trainern und erfahrenen Sportstudenten.

Die komplette Trainings- und Ernährungsplanung inklusive der Einweisungen und regelmäßigen Check-Up Termine werden von uns übernommen.

STUDIOLEISTUNGEN

- Personal Coaching
- EMS Training
- Ernährungsberatung
- Power Plate
- Lymphdrainage
- Wassermassage
- Kraftgeräte
- Kleingruppenkurse
- uvm.



VISION

Wir legen großen Wert auf respektvollen Umgang, familiäre Atmosphäre und individuelle Betreuung.

Bei uns gilt: Qualität vor Quantität. Um die hohe Betreuungsqualität dauerhaft gewährleisten zu können, ist unsere Mitgliederzahl limitiert.



WASSERMASSEGE

Unser Wassermassagebett bietet eine entspannende und schmerzlindernde Erfahrung, da es durch gezielte Wasserstrahlen den Körper massiert. Die gleichmäßige Verteilung des Drucks auf die Muskeln kann Verspannungen lösen und die Durchblutung verbessern.



LYMPHDRAINAGE

Unsere Lymphdrainage ist eine sanfte Massagemethode, die die Entgiftung des Körpers fördert, indem sie den Lymphfluss anregt. Sie reduziert Schwellungen und Ödeme, fördert die Heilung nach Operationen und Verletzungen und kann Entspannung und Stressabbau bewirken.

ERFOLG IST DIE BESTE MOTIVATION



Seeheim-Jugenheim feiert bald die Eröffnung der zweiten Etage im AH Personal Training & Studio, die unter anderem eine breite Palette von Kleingruppenkursen für Fitnessbegeisterte bietet.

Das Kursangebot ist regional einzigartig und umfasst Yoga, Pilates, Rückenfit, Faszientraining, Bauch-Beine-Po, Boxen, Bootcamp und viele mehr.

Für alle Interessierten steht der Kursplan vorab auf der Website des Studios zum Download bereit. Und hier gibt es noch eine großartige Neuigkeit: Bis zum Ende des Jahres bietet das AH Personal Training & Studio eine besondere Aktion an - „**Lebenslang kostenfreie Kurse***“. Das bedeutet, dass Sie sich keine Gedanken über zusätzliche Kosten machen müssen, um an den Kursen teilzunehmen.

* Während einer Mitgliedschaft ihrer Wahl.

ALEXANDER HICKE PERSONAL TRAINING & STUDIO

Beethovenring 59 | 64342 Seeheim-Jugenheim | Tel.: 0157 - 35 46 61 59 | info@ah-studio.de | www.ah-studio.de

NOVEMBER ANGEBOT

DER MODEBOUTIQUE IM GOLFCLUB GERNLSHEIM



**SEIT 25 JAHREN
VERKAUFT
CAROLA ISSEL
ERFOLGREICH
TOP MODE**

**AUF DIE
KOMPLETTE
MODE UND DIE
SCHUHE IN
CAROLA ISSELS
MODEBOUTIQUE
IM GOLFCLUB
GERNSHEIM
GIBT ES IM
NOVEMBER
20 PROZENT
10 PROZENT**

bei Vorlage dieses Artikels aus der Frankensteiner Rundschau! Sie erhalten diesen Rabatt einmalig auf das reguläre Sortiment für Damen und Herren.

Gerade an trüben, grauen Novembertagen gibt es nichts Schöneres, als ein Besuch der Modeboutique Issel im Golfresort Gernsheim.

Neben dem Restaurant Althaus finden Männer und Frauen funktionelle und bequeme Kleidung.

„Nach dem Restaurantbesuch einfach mal reinschauen!“ meint die Inhaberin Carola Issel.

Im Winter ist die Boutique geöffnet von Montag bis Sonntag und an Feiertagen von 10:00 bis 17:00 Uhr - DIE Gelegenheit zum Weihnachtseinkauf für viel beschäftigte Männer und Frauen. Bei einer Tasse heißen Glühweins berät Inhaberin Carola Issel ihre Kunden persönlich und zeigt ihnen ausgefallene Kleidungsstücke, die nicht jeder hat.

„Ich habe alle gängigen Mode-Marken im Programm und kann alle Größen bestellen“ so die Modeexpertin. „Viele Stammkunden kommen extra hierher in meinen Laden, um bei mir zu shoppen, weil ich immer was Ausgefallenes da habe“ so die

Modedachfrau. „Selbst die zahlreichen Hotelgäste bestaunen immer wieder diese riesige Auswahl an toller Mode, die sie so noch nie in einem Golfclub gesehen haben.“

Stammkunden lieben Carola Issel und ihre Modedachverkäuferinnen wegen ihrer Beratung. „Alle haben ein gutes Auge, wissen was mir und meinem Ehemann passt“ so Golfclubmitglied Andrea Kanzler. „Bei Carola kann ich Kleidung kaufen, ohne sie anzuprobieren“.

Ein Traum für alle Menschen, die beruflich eingespannt sind und wenig Zeit zum Shoppen haben. Eisblau, Beige und Orange sind in diesem Jahr die Modifarben. In modische Kunstfellwesten in Purpur, Schwarz oder Orange. Alles aus pflegeleichtem Material.

„Ich bin Stammkundin bei Carola, da sie funktionelle Kleidung verkauft, die man auch beim Gassi gehen anziehen kann“ so Pia Klein. Die Golferin ist happy, dass ihre 11jährige Hündin nun mit auf den Golfkurs darf. So wird Golfen zum Familiensport.

Stammkunde Hermann Ritzert war auf Suche nach neuen Schuhen und Carola Issel hatte die Richtigen auf Lager: „Ich mag die Schuhe von Ecco, die sitzen gut am Fuß und haben eine rutschfeste Sohle“.

**CAROLA ISSEL:
ICH LADE SIE
HERZLICH EIN...**

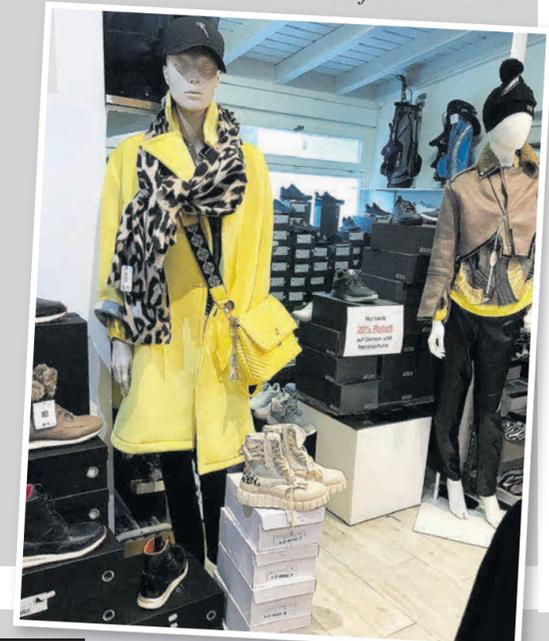
...Nicht nur Golfer und Golferinnen zum entspannten Shopping! Öffnungszeiten: täglich von 10:00 bis 17:00 Uhr, auch an Sonn- und Feiertagen!



„DIE BERATERINNEN HABEN EIN GUTES AUGE, wissen was mir und meinem Ehemann passt“ so Golfclubmitglied Andrea Kanzler.



„ICH BIN STAMMKUNDIN BEI CAROLA, da sie funktionelle Kleidung verkauft, die man auch beim Gassi gehen anziehen kann“ so Golferin Pia Klein.



**MODEBOUTIQUE IM GOLFRESORT GERNLSHEIM
CAROLA ISSEL**

GOLFPAKALLEE 1
64579 GERNLSHEIM/ALLMENDFELD
TELEFON 06157 / 93 04 62
PROSHOP-ISSEL @T-ONLINE.DE

Darmstädter Weihnachtsmarkt

„Feuer & Eis“ | Late-Night-Shopping | Stadtrundgang, Weihnachtsmarktbühne | Glühweinprinzessin



VOM 20. NOVEMBER BIS 23. DEZEMBER 2023 lädt der Weihnachtsmarkt wieder in die Darmstädter Innenstadt ein. Beim Bummel über den Darmstädter Weihnachtsmarkt versetzen Duft von Lebkuchen, Glühwein, Kunsthandwerk und die adventliche Atmosphäre uns in Weihnachts-Stimmung.



ERFAHREN SIE, WOHER DIE WEIHNACHTSBÄUME kommen und wer alles rund um den Weihnachtsmarkt beschäftigt ist. Nehmen Sie sich eine Auszeit, nehmen Sie am Stadtrundgang teil und stimmen Sie sich auf das bevorstehende Weihnachtsfest ein.

DARMSTADT | Der Weihnachtsmarkt lädt vom 20.11. bis 23.12.2023 wieder in die Darmstädter Innenstadt ein.

Die Kulinarischen und handwerklichen Spezialitäten laden zu vorweihnachtlichem Treiben auf den Darmstädter Weihnachtsmarkt ein. Die adventlich geschmückte Innenstadt und die Weihnachtsbäume auf dem Marktplatz, dem Luisenplatz und dem Ludwigsplatz sorgen für Weihnachtsstimmung.

Das besondere Highlight jedes Jahr sind die Stände aus den Darmstädter Partnerstädten. Ob Kunsthandwerk auf Liepaja (Lettland) oder kulinarische Spezialitäten wie ungarisches Lángos oder Wein und Käse aus Saanen (Schweiz) – die Partnerstädte werden von Darmstädtern wie Besuchern jedes Jahr sehnsüchtig erwartet.

Die Öffnungszeiten sind Mo-Do. 11:00-21:00 Uhr, Fr. und Sa. 11:00-22:00 Uhr, So. 12:00-21:00 Uhr. Am Totensonntag (26.11.) bleibt der Weihnachtsmarkt geschlossen. Das vielfältige Programm des diesjährigen Weihnachtsmarktes bietet für jeden Geschmack etwas:

Die Weihnachtsmarktbühne auf

dem Marktplatz: Freitags 19:00 bis 21:00 Uhr: „Bandfreitag“ mit Duos und kleinen Bands.

Samstags 15.30 bis 17:00 Uhr: Familienprogramm.

Sonntags 15.30 bis 17:00 Uhr: Programm für Junggebliebene, Kulturkiste auf dem Friedensplatz

Mittwochs 16.30 bis 17.30 Uhr: Kinderzeit.

Freitags, 18.15 bis 20.15 Uhr: „Kulturkistenfreitag“ mit Duos und kleinen Bands.

Die Darmstädter Glühweinprinzessin auf dem Darmstädter Weihnachtsmarkt

Sie ist bei der Eröffnung am 20. November 2023, um 18.15 Uhr anwesend sowie am 06. Dezember ab 17:00 Uhr mit dem Nikolaus in der Innenstadt und auf dem Weihnachtsmarkt unterwegs. Außerdem an den Adventssamstagen nachmittags im Luisencenter sowie auf dem Weihnachtsmarkt anwesend.

„Feuer & Eis“ und Late-Night-Shopping

Freitag, 24. November, 18-21 Uhr
Spektakuläre Feuershows und eisige Walkacts erwarten die Besucher an diesem Abend in der Darmstädter Innenstadt. Dazu laden die mehr als

Darmstadt-Bessunger Weihnachtsmarkt



ABSEITS VON HEKTIK UND TRUBEL...Elf Stände begeistern mit bunter Angebotspalette von Kunsthandwerk über Bernsteinschmuck bis zu Plätzchen und französischen Teesorten. Der Besuch des Nikolaus, der die Jüngsten mit kleinen Gaben beglückt, ist ebenso Tradition, wie musikalische Darbietungen, die weihnachtlich einstimmen. Der Markt findet immer am 1. und 2. Adventswochenende auf dem Forstmeisterplatz in Bessungen statt.

400 Geschäfte bis 21 Uhr zum Einkaufen und Genießen ein.

Adventlicher Stadtrundgang - Besonderheiten zum Weihnachtsmarkt: Neben Infos zu Kultur und Geschichte der Stadt gibt es bei dem Rundgang viele Besonderheiten und Wissenswertes zum Darmstädter Weihnachtsmarkt zu entdecken. Zum Abschluss gibt es einen Glühwein, der im Führungspreis enthalten ist. Die

Führung findet am 25.11. sowie den vier Adventssamstagen (2.12., 9.12., 16.12. und 23.12.), jeweils 17 Uhr statt und dauert 60 Min. Treffpunkt ist am Darmstadt Shop am Luisenplatz. Die Karte kostet 13,50 Euro. Tickets sind nur im Vorverkauf erhältlich, im Darmstadt Shop am Luisenplatz oder unter <https://www.darmstadt-tourismus.de/veranstaltungen/darmstaedter-weihnachtsmarkt.html#/>

Stiftung Heiligenberg feiert Restaurierung der Gärtnervilla

SEEHEIM-JUGENHEIM/Viele Spaziergänger auf dem Heiligenberg kennen das markante historische Gebäude, unweit des Schlosses Heiligenberg, eingerüstet und mit davor geparkten Fahrzeugen von Handwerkern. Drei Jahre hat die umfangreiche Sanierung des denkmalgeschützten Gebäudes gedauert. Jetzt erstrahlt das Haus aus der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts nicht nur innen in neuem Glanz, auch der Garten um das Haus und das umgebende Gelände wurden nach alten Vorlagen wiederhergestellt und bepflanzt. Mit einer Investitionssumme von 1,2 Millionen € stellt die Wiederherstellung der Gärtnervilla das bisher größte

von der Stiftung Heiligenberg realisierte Projekt dar. Finanziell ermöglicht wurde es durch Fördermittel des Bundes, Unterstützung des Landes Hessen und Mittel der Stiftung Heiligenberg. Den Abschluss der Restaurierung nahm die Stiftung Heiligenberg zum Anlass zu einer Feierstunde ins Schloss einzuladen. In seiner Begrüßung erläuterte Dr. Joachim Horn, Vorsitzender der Stiftung Heiligenberg Jugenheim, warum die repräsentative Gärtnervilla früher tatsächlich die Wohnung des Hofgärtners und seiner Familie war. Gärtner waren damals besonders wichtige Mitarbeiter, produzierten und lieferten sie doch Obst und Gemüse für die Versorgung der Herrschaft



und des Personals. Darüber hinaus genossen sie oft eine Vertrauensstellung und fungierten als Verwalter, vor allem in Abwesenheit ihrer Herrschaft. Nach ihrer Er-

bauung wurde die Villa zunächst von der Gärtnerfamilie Gernet bewohnt. Nach dem 1. Weltkrieg wurden Schloss und Park verkauft. Nach dem 2. Weltkrieg wurde sie vom Leiter des damals neu gegründeten und auf dem Heiligenberg ansässigen Pädagogischen Instituts, Prof. Hans-Michael Elzer und seiner Familie bewohnt. Zuletzt stand die Villa bis zur Restaurierung lange leer. In Kürze werden nun Mitarbeiter der Akademie auf dem Felsberg in den frisch restaurierten hellen Räumen arbeiten. Wie Dr. Holger Zinke der Gründer der Akademie erläutert, wird dort interdisziplinär untersucht werden, wie Menschen von ihrer Umgebung geprägt und inspiriert werden. Und wie sie gleichzeitig ihre Umgebung gestalten und veredeln.

Sauna & Infrarot Profi e.k.

Parkhofstraße 10 · 64646 Heppenheim
Fon 06252-966 72 43 · Fax 06252-966 72 91
Mobil 0170 -5 30 49 46
sauna-infrarot-profi@t-online.de
www.sauna-und-infrarotkabinen.de

Ob Sauna- oder Infrarotkabine, Standard- oder Massanlage, privat oder gewerblich, bei uns sind Sie immer richtig!

Beratung · Planung · Ausführung · Service
Alles aus einer Hand

Besuchen Sie unsere Ausstellung
Montag bis Samstag
nur nach Terminabsprache.
Wir haben keine festen Öffnungszeiten



SB-Lagerhaus

GRIESHEIM



Mehr Platz fürs Leben



Drive-in Boxen
24/7
zugänglich

Selfstorage | Selbst einlagern,
was nicht gebraucht wird.



Neu ab
01.12.23:
**MINI-
Lagerboxen**

1 m² nur
16 €**
mtl.

2 m² nur
25 €**
mtl.

Inhouse Boxen
**20%
Rabatt***

*Es handelt sich um eine befristete Aktion für eine Inhouse-Lagerbox. Die Aktion ist gültig bis zum 31.01.2024. Die Mindestmietdauer beträgt 3 Monate. Der Aktionspreis wird für max. 1 Jahr berechnet. Nicht mit anderen Rabatten kombinierbar und nur solange der Vorrat reicht.
** Angebotspreise inkl. MwSt. gültig bis 31.01.2024. Die Mindestmietdauer beträgt 3 Monate. Der Aktionspreis wird für max. 1 Jahr berechnet. Nicht mit weiteren Rabatten kombinierbar. Solange Vorrat reicht.

Friedrich Friedrich Darmstädter Speditions- und Möbeltransportgesellschaft mbH

Wiesenstraße 5 • 64347 Griesheim

E-Mail: griesheim@sb-lagerhaus.de • Telefon: 06155 / 83 67-0

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



Ein Job mit ZUKUNFT!

Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams einen **STEUERFACHANGESTELLTEN (M/W/D)** oder mit ähnlicher Qualifikation

Eine abwechslungsreiche Tätigkeit:

- ▶ Betreuung und Beratung von Mandanten
- ▶ Finanz- und Lohnbuchführung
- ▶ Erstellen von Steuererklärungen
- ▶ Prüfen von Steuerbescheiden
- ▶ Erstellen von Jahresabschlüssen

Ein attraktiver Arbeitgeber:

- ▶ ein unbefristeter Arbeitsvertrag
- ▶ familiäre Arbeitsatmosphäre
- ▶ flexible Arbeitszeiten
- ▶ individuelle Fortbildungsmöglichkeiten
- ▶ attraktive Mobilitätsangebote: Stromtankstelle, Deutschlandticket, Jobrad



Kanzlei: Vorderstraße 13 · 64589 Stockstadt/Rhein
Beratungsstelle: Gernsheimer Str. 30 · 64665 Alsbach-Hähnlein
Bewerbung ganz einfach per Mail an: a.gils@gils-steuern.de

Gesundheitszentrum Pfungstadt verlost fünf Gutscheine im Wert von je 100 Euro!

SO KÖNNEN SIE GUTSCHEINE GEWINNEN: Schicken Sie eine Postkarte bis 30. November 2023 mit dem Lösungswort und Ihrer Telefonnummer an die Frankensteiner Rundschau, Bürgermeister-Lang-Str. 9, 64319 Pfungstadt.

PFUNGSTADT | Die Mitglieder und Kunden haben dem Gesundheitszentrum in Pfungstadt höchste Zufriedenheit bescheinigt: 4,94 von 5 möglichen Punkten wurden durchschnittlich vergeben: **Die Weiterempfehlungsquote liegt bei 100 Prozent!** Damit zählen die Pfungstädter Profis zu den Top-Adressen in Deutschland.



ANJA BRENNER, Ihre Therapeutin für die GANZHEITLICH MEDIZINISCHE THERAPIELIEGE freut sich auf Sie!

LÖSUNGSWORT HIER EINTRAGEN:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Segelquerstange am Mast	Aristokratin	Vorname von Lingen	Buchenfrucht	14	modern, zeitgemäß	Internet-Rechnerstation	Seemannsruhmacht	Schmerzmittel	irisch-schott. Tanz
9	22. gr. Buchstabe operative Medizin	6	kurzer Regenguss	13					
Schiffstockwerk	3	Hirtenlied	12						
lichte Glut		7					ugs.: eine Freiluftspiel	15	1
US-Soldat	chem. Z.: Indium	Reissorte	Wandmalerei auf Kalkputz				kurz für: in dem Gestalt b. Kästner		20
fertig gekocht									
11	Zuruf an Pferde: Halt!	17					zart, empfindlich	Abk.: Nation. Olymp. Komitee	2
Erwerbstätigkeit	4								
Lobserhebung	Schwertfelle								
Segelkante	eh. chinesisches Par-tischef	16					Abk.: Brot-einheit	ein Bibeltitel (Abk., neu)	Sporenpflanzen
	Heizgerät mit Strombetrieb	19							5
									8
									10

Gesundheits-Zentrum Pfungstadt
DIE LÖSUNG FÜR IHRE RÜCKEN PROBLEME

Telefon 06157 9811691
Eberstädter Straße 67
64319 Pfungstadt
pfungstadt@kformen.com
www.koerperformen.com

Ältere haben viel Potenzial

Arbeitsmarkt

Die Deutschen werden immer älter – und damit auch die Arbeitnehmenden. Durchschnittlich 39 Prozent der Belegschaft in deutschen Unternehmen sind aktuell älter als 50 Jahre – Tendenz steigend. Doch wie passen Unternehmen ihre Personalpolitik an die älter werdenden Mitarbeiter an? Tatsächlich ergreifen aktuell nur 60 Prozent der Unternehmen Maßnahmen, um ältere



IN ZUKUNFT wird die Arbeitskraft sogenannter „Silver Worker“ in vielen Unternehmen stärker gefragt sein.

Beschäftigte länger im Unternehmen zu halten – das zeigte die Randstad-ifo Personalleiterbefragung Q2/2023. Rund 85% der Verantwortlichen setzen dabei auf flexible Arbeitszeitmodelle. Auch altersgerechte Arbeitsplätze (43%), Altersteilzeit und Gesundheitsförderung (je 41%) sind beliebte Instrumente, um die sogenannten „Silver Worker“ zu binden. Geldanreize und Förderung hingegen spielen eine untergeordnete Rolle: Nur in wenigen Unternehmen (16%) kommen Gehaltserhöhungen oder gezielte Weiterbildungen (14%) zum Einsatz. „Mitarbeiter ab 50 Jahren sind schon heute

ein einflussreicher Faktor für Unternehmen“, sagt Carotta Köster-Brons von Randstad Deutschland. „Und ihre Bedeutung wird in den kommenden Jahren wachsen. Die Wirtschaft kann es sich nicht mehr leisten, die ältere Generation zu übersehen.“ Tatsächlich sind viele Menschen ab Mitte 60 fit und aktiv und wollen sich nicht oder nur teilweise aus dem Berufsleben zurückziehen. Unternehmen sollten frühzeitig im Gespräch ausloten, wie eine zukünftige Beschäftigung aussehen könnte. (im)

Mehr Förderung für Ausbildung Schwerbehinderter

Trotz Handicap Karriere machen

Junge Menschen mit Behinderung sollen leichter eine Lehrstelle auf dem ersten Arbeitsmarkt finden. Deshalb gibt es seit Jahresbeginn das sogenannte Budget für Ausbildung (Sozialgesetzbuch, Paragraf 61a). Das bedeutet: Arbeitgeber bekommen Fördergeld, wenn sie Jugendlichen, die eine Beeinträchtigung haben, eine berufliche Perspektive bieten. Die Eingliederungshilfe ergänzt das sogenannte Budget für Arbeit, das bereits seit 2018 Arbeitgeber mit Geldleistungen unterstützt und gleichzeitig behinderten Menschen vorsieht. Dazu können Unternehmen bei der Einrichtung behindertengerechter Arbeitsplätze umfangreiche Zuschüsse erhalten. Durch den Dschungel der verschiedenen Förderinstitutionen helfen Integrationsfachdienste und renommierte Personaldienstleister. So bietet Randstad deutschlandweit Schwerbehindertenvertretungen, die sich darauf spezialisiert haben, Arbeitgeber umfassend zu Gesetzen und Fördermöglichkeiten zu informieren. Unter der E-Mail-Adresse einstieg-zeitarbeit@randstad.de bietet der große deutsche Personaldienstleister allen Arbeitnehmern und Arbeitgebern die Möglichkeit, sich über Eingliederungshilfen für Mitarbeiter mit Handicap zu informieren. (im)

9					
		7	5		
3		4	8	7	2
	9		1		
	8			2	
	2	7		1	3
		5		6	
5	4	2			1
2		3	9	4	

Was tun nach Pause in der Erwerbstätigkeit?

Beratung für Frauen zum beruflichen Wiedereinstieg

Wie kann der Wiedereinstieg ins Berufsleben für Frauen gelingen, die durch Elternzeit oder eine familienbedingte längere Pause ihre Erwerbstätigkeit unterbrochen haben? Das Frauenkompetenzzentrum femkom Darmstadt e.V. bietet einstündige Beratungstermine für betroffene Frauen im Rahmen des Projekts „Per-

spektive Wiedereinstieg“ an. Denn der berufliche Wiedereinstieg bedeutet Veränderung und Herausforderung auf vielen Ebenen: sich neu orientieren, weiterbilden, sich einarbeiten sowie die Kinder und den Partner auf neue Lebensrhythmen einstellen. Eine vorherige Anmeldung für die kostenlosen Beratungstermine ist erforderlich: Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde, Andrea Lehrian, Tel. 06257/990-284, E-Mail andrea.lehrian@seeheim-jugendheim.de. Auf Wunsch kann die Beratung auch telefonisch oder online durchgeführt werden. Darüber hinaus ist es möglich, einen individuellen Beratungstermin zu vereinbaren. Weitere Informationen gibt es unter www.femkom.de/femkom-perspektive-wiedereinstieg.

Wir kaufen Wohnmobile und Wohnwagen
03944 - 36160
www.wm-aw.de
Wohnmobilcenter Am Wasserturm

GOURMET-JOURNALIST WERDEN



Restaurants und Cafés besuchen und Berichte schreiben
Möchten Sie in Ihrer Freizeit so ganz „nebenbei“ Geld verdienen? Geeignet für Jedermann. Freiberufliche Tätigkeit bei freier Zeiteinteilung, kein Mindestumsatz. Telefon 06157.989699.

FRANKENSTEINER RUNDschau

Friedrich Friedrich Darmstädter Speditions- und Möbeltransportgesellschaft mbH
DMS UMSATZ & LOGISTIK

KOMM INS TEAM!

Mitarbeiter*in Marketing



IT-Systemadministrator (m/w/d)



Noch Fragen? Wir helfen gerne weiter.
> n.richter@friedrich-umzug.de
> 06155/8367-50 (Nelli Richter)

IMPRESSUM

DIE FRANKENSTEINER RUNDschau IST EINE UNABHÄNGIGE LOKALE ANZEIGEN- UND NACHRICHTENZEITUNG

Verlag und Herausgeber: Verlag Frankensteiner Rundschau
Inhaberin Karin Marianne Weber
Diplom-Grafik-Designerin
Bürgermeister-Lang-Straße 9
64319 Pfungstadt
Telefon: 0 61 57 / 98 96 99
Telefax: 0 61 57 / 98 76 99
E-Mail: redaktion@frankensteiner-rundschau.de
Internet: www.frankensteiner-rundschau.de

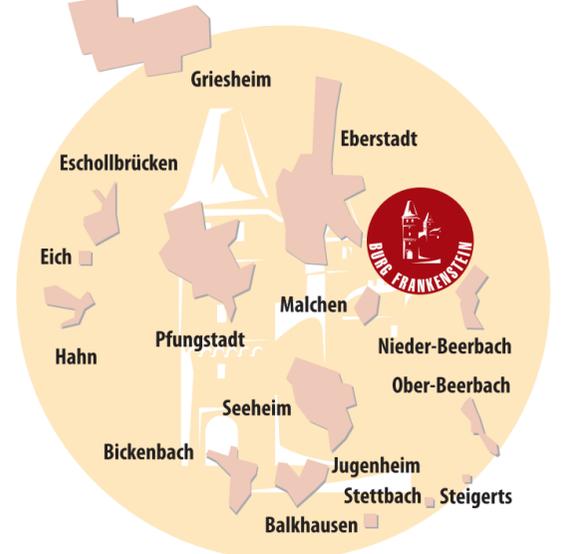
Gesamtleitung/Geschäftsleitung/Verlagsleitung/Grafik-Design: Karin Marianne Weber
Chefredaktion: Karin Marianne Weber
Anzeigenpreise: Siehe Mediadaten

Auflage 43.200
Verteilung kostenlos in alles Haushalte
Auslegung an bekannten Stellen
Online Ausgabe kostenlos für Kunden
Veröffentlichte Beiträge, die mit Autorenerweisen gekennzeichnet sind, geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandene Fotos und Manuskripte bestehen keine Haftung, Leserbriefe, Vereins- und Firmenberichte können eventuell veröffentlicht werden. Nachdrucke der Texte und gestalteten Anzeigen in der Frankensteiner Rundschau (siehe copyright) sind keinesfalls erlaubt. In diesem Fall werden Kosten fällig & berechnet.

DAS VERBREITUNGSGEBIET

Die Frankensteiner Rundschau erreicht **43.200 Haushalte** durch kostenlose Verteilung

Eine Rundschau rund um die Frankensteiner Region



- FREIZEITKONTAKTE**
Sportliche Dame sucht für Unternehmungen
nette Leute zum Wandern, radeln, walken, joggen... u.s.w. Meldet Euch unter ☎ 06157-9885869
- GESUNDHEIT & FITNESS**
Jetzt Nichtraucher werden -
natürlich, sanft, nachhaltig. www.spritzegegen-rauchen.com ☎ 06257-905852
- BAUEN**
Tresorbau Balkmann: bis 50 % - Schlüsseldienst
Beratung/Verkauf/Reparatur. Besuchen Sie unsere Ausstellung von Mo-Do 9-17 h, Fr 9-16 h. Ostendstraße 11, 64319 Pfungstadt, Onlineshop: www.balkmann-tresore.de ☎ 06157-83333
- ANKAUF**
Zahle für Ansichtskarten vor 1970 bis 1,00 €
Kaufe auch Schallplatten Pop-Musik. ☎ 06151-55174
- KREATIVES MALEN**
Kreativ malen: Malgruppe hat noch Plätze frei!
Herzlich willkommen in geselliger Runde, nach Terminabsprechung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich (3€+Materialkosten). Ort: Darmstadt-Eberstadt im Gebäude des CVJM. Ausführliche Informationen unter: ☎ 0157-57524759
- ANZEIGE PER EMAIL AUFGEBEN**
Leicht gemacht! Schicken Sie gleich eine E-Mail an redaktion@frankensteiner-rundschau.de und Absender mit Telefonnummer nicht vergessen. Mehr Informationen unter Telefon 06157-989699!

Wir suchen eine/n
Bauschreiner/in
(m/w/d)

für Fertigung und Montage mit Fenster- und Rolladenbau Erfahrung - zuverlässig und motiviert - mit Führerschein BE/3

SCHREINEREI BÖTTIGER KG
KUNSTSTOFFFENSTER & ROLLADENBAU
Im Bangert 21 • 64319 Pfungstadt • Tel. 06157-82091

Upskilling und Reskilling |
Das steckt hinter den Schlagworten

Was können Unternehmen tun, wenn sich die begehrten und benötigten Fachkräfte trotz aller Anstrengungen auf dem Arbeitsmarkt einfach nicht finden lassen? Eine Möglichkeit ist, das Potenzial der eigenen Belegschaft neu in den Blick zu nehmen. Gibt es Mitarbeitende, denen zwar vielleicht das einschlägige Wissen für die offene Stelle fehlt, deren



RESKILLING IST EINE EFFEKTIVE METHODE, bei der Mitarbeitende gezielt umgeschult werden, um das erforderliche Know-how im Unternehmen aufzubauen und ihre Fähigkeiten an neue Anforderungen anzupassen.

Im Lebenslauf Profil zeigen

Personal-Manager entscheiden sich in wenigen Sekunden für einen Bewerber - oder gegen ihn. Das schien schon Leonardo da Vinci zu ahnen: Als er sich vor 540 Jahren um eine Stellung am Hofe der Familie Sforza - der reichen Herzöge von Mailand bewarb, verließ er sich nicht nur auf



FÜR DEN ARBEITGEBER SICHTBAR WERDEN - schon mit ihrem Lebenslauf können Bewerber auf sich aufmerksam machen und überzeugen. Dabei spielen persönliche Stärken und Erfolge eine wichtige Rolle.

Auffassungsgabe, Soft Skills und Motivation aber erwarten lassen, dass sie es sich in absehbarer Zeit aneignen könnten? Dann wäre ein sogenanntes Reskilling eine gute Möglichkeit, das gewünschte Know-how im Unternehmen zu schaffen. Darunter versteht man das Umschulen, um Menschen fit für eine neue Aufgabe zu machen. Früher hat man sich im Gegensatz dazu in der unternehmensinternen Qualifizierung vor allem auf Upskilling konzentriert, also Maßnahmen, bei denen Mitarbeitende Fähigkeiten erwerben, um ihren Job weiterhin erfolgreich ausüben zu können. „Der Fachkräftemangel erfordert bei der Mitarbeiterentwicklung einfach neue Flexibilität“, so Petra Timm, Pressesprecherin von Randstad Deutschland. „Bei Randstad haben wir beispielsweise die YouGrow Academy ins Leben gerufen, an der wir entsprechend begabte Quereinsteigende im Programmieren ausbilden - IT-Kräfte werden schließlich händeringend gesucht.“ Die sogenannte Talent Mobility, die Entwicklung vorhandener Mitarbeitender in neue Richtungen, kann außerdem zur Bindung an das Unternehmen beitragen. Denn es sind gerade die leistungsfähigen, kreativen und engagierten Arbeitskräfte, die sich schnell unterfordert oder gelangweilt fühlen und eine neue Herausforderung dann häufig in einem anderen Unternehmen suchen. Bekommen sie die Chance, im selben Betrieb etwas Neues zu lernen und sich weiterzuentwickeln, bleiben diese Top-Mitarbeitenden dem Unternehmen häufiger erhalten. Reskilling ist eine effektive Methode, bei der Mitarbeitende gezielt umgeschult werden, um das erforderliche Know-how im Unternehmen aufzubauen und ihre Fähigkeiten an neue Anforderungen anzupassen. (m)

PROKOPP
PERSONALDIENSTLEISTUNGEN

Wir suchen **Mitarbeiter (m/w/d)** für Lager und Produktion sowie **Facharbeiter für Industrie und Handwerk**

Büro Worms: Telefon 06241/6046
Bewerbung gerne auch online: info@prokopp-personal.de

Wenn's mit dem Studienplatz nicht gleich klappt

Der Abschnitt reicht nicht für den sofortigen Studienbeginn. Und jetzt? Diese Frage stellt sich jedes Jahr ganz schön vielen jungen Leuten, die im ersten Anlauf am NC (Numerus Clausus) in ihrem



ARBEITEN WÄHREND DES WARTESEMESTERS: Schon vor dem Studium wichtige Berufserfahrungen sammeln und Unternehmen kennenlernen.

Arbeitszeitmodelle im Wandel

Jeder Dritte wünscht sich eine verkürzte Arbeitswoche

Die Arbeitswelt verändert sich rasant und mit ihr auch die Arbeitszeitmodelle. Immer mehr Arbeitnehmende wünschen sich flexiblere Arbeitszeiten, um Beruf und Privatleben besser unter einen Hut zu bekommen. Eine aktuelle Umfrage zeigt, dass mehr als jeder dritte Arbeitnehmende in Deutschland eine verkürzte Arbeitswoche bevorzugen würde. Besonders ältere Arbeitnehmende und Frauen sprechen sich für eine Verkürzung aus. Doch kürzere Arbeitszeiten machen nicht alle glücklich. Denn Unternehmen stehen vor der Herausforderung, die Produktivität zu erhalten und gleichzeitig ihren Mitarbeitenden Flexibilität zu bieten. „Für viele Fachkräfte zählt zeitliche Flexibilität jedoch zu den entscheidenden Kriterien bei der Arbeitgeberwahl. Arbeitnehmende möchten ihre Arbeitszeiten an ihr Leben anpassen, nicht umgekehrt“ erklärt Petra Timm, Pressesprecherin von Randstad Deutschland. In einer Randstad Umfrage gaben 77 % der Arbeitnehmenden an, dass zeitliche Flexibilität wichtig oder sogar sehr wichtig für sie ist. Da es an Arbeitskräften mangelt, experimentieren viele Unternehmen mit alternativen Arbeitszeitmodellen, um neue Mitarbeitende zu gewinnen und bestehendes Personal zu halten. (m)



IMMER MEHR UNTERNEHMEN bieten alternative Arbeitszeitmodelle wie die 4-Tage-Woche, um Fachkräfte zu gewinnen. (m)

Wunschstudium scheitern. Immerhin rund 40 Prozent der Bachelorstudiengänge in Deutschland sind mit einer solchen Zulassungsbeschränkung versehen. Doch das bedeutet in den seltensten Fällen das Aus für den Traum vom Studium! In vielen Fällen sieht der NC an einer anderen Uni oder in einem anderen Bundesland ganz anders aus. Wer also bereit ist, für sein Studium umzuziehen, vergrößert damit seine Chancen. Gleiches gilt für diejenigen, die andere Studiengänge in Betracht ziehen: In vielen Bereichen gibt es Studiengänge, die sich ähneln, aber mit unterschiedlichen NCs belegt sind. Eine weitere Möglichkeit ist, sich an privaten Hochschulen zu bewerben - allerdings kann das Studium dort richtig ins Geld gehen. Der klassische Weg zum Wunschstudienplatz ist aber immer noch: einfach aussitzen. Alle sechs Monate erhöhen sich die Chancen auf das Studium, weil Wartesemester angerechnet werden. In dieser Wartezeit ist vieles möglich, angefangen von Praktika über längere Reisen bis hin zum Jobben.

ein Empfehlungsschreiben. Er listete genialerweise alle seine bisherigen Projekte auf und wies so auf seine besonderen Begabungen und Leistungen hin. Diese Aufzählung dürfte wohl sehr lang geworden sein. Der moderne Lebenslauf sollte jedoch nicht mehr als zwei Seiten umfassen. Womit kann ich Eindruck machen - lautet auch heute der Grundsatz. „Deshalb nicht bescheiden sein und die besonderen Stärken und Erfolge gleich am Anfang in einer eigenen Rubrik zusammenfassen“, empfiehlt Petra Timm vom Personaldienstleister Randstad. „Der Lebenslauf sollte sich immer auf das Wesentlichste konzentrieren und trotzdem vollständig lückenlos sein.“ Mehr Infos unter www.randstad.de/bewerbung. (m)

Frauen auf dem Weg an die Spitze

Frauen holen langsam auf, aber immer noch ist nur jede dritte Führungsposition weiblich besetzt. Dabei steigen Frauen mit ebenso guten Qualifikationen in die Berufswelt ein wie ihre männlichen Kollegen. „In einer aktuellen Studie konnten wir feststellen, dass 48 Prozent der Frauen glauben, ihr Arbeitgeber wolle sie nicht beruflich fördern“, berichtet Petra Timm, Pressesprecherin von Randstad Deutschland. „Bei Männern sind es nur 40 Prozent.“ Viele männliche Chefs haben - bewusst oder unbewusst - vor allem männliche Mitarbeiter im Blick. Sind in den Führungsebenen Frauen und Männer gleichermaßen vertreten, so stehen die Chancen besser, dass alle im Team unabhängig vom Geschlecht gesehen und gefördert werden. Das erhöht nicht nur die Jobzufriedenheit der Angestellten, sondern nützt auch dem Unternehmen. (m)

schneider caravanning®

Wir sind seit 1962 ein erfolgreiches Unternehmen und seit 2018 auch in Weiterstadt mit unserer ADAC-Wohnmobil-Mietstation sowie Wohnmobil-Service

Zur Teamverstärkung in der Filiale Weiterstadt suchen wir Dich,
eine/n Mitarbeiter/in (w/m/d) in Vollzeit
Außerdem bieten wir eine Ausbildungsstelle zum/zur Automobilverkäufer/in (w/m/d)

Wenn Du Dich für Caravan begeisterst und interessiert bist, dann solltest Du nicht zögern, Dich bei uns zu bewerben.

Wir bieten Dir
Vollzeit Arbeitsplatz mit Zukunftsgarantie
Abwechslungsreiches Arbeitsfeld
Unbefristeter Arbeitsvertrag
Ein tolles Arbeitsklima

Was wir wünschen
PC-Kenntnisse
Kundenorientiertes Arbeiten

Dein Ansprechpartner:
Schneider Caravanning GmbH · Jörg Rosenwirth · Tel. 06151-1376660
In der Krümme 16-20 · 64331 Weiterstadt · schneidercaravanning.de

Bewirb Dich per E-Mail an: bewerbung@schneidercaravanning.de

STARK IM SERVICE

Wir suchen zur Unterstützung unseres Teams zum schnellstmöglichen Eintritt

Heizungsmonteur (m/w)
Heizungswartungsmonteur (m/w)
Sanitärmonteur (m/w)

Wir erwarten eine abgeschlossene Berufsausbildung, FS Kl. B sowie Teamfähigkeit.

Sollten wir Ihr Interesse geweckt haben, richten Sie ihre Bewerbung an:

Stork Haustechnik GmbH & Co. KG

24h-Notdienst

Pfungstadt: Mainstraße 97
Telefon 06157.989761 · Fax 919376
Darmstadt: Telefon 06151.371207
info@stork-haustechnik-darmstadt.com
www.stork-haustechnik.com

KNOW HOW SEIT 1945

DIE EIGENEN KOMPETENZEN richtig einsetzen, Initiative zeigen und beruflich Verantwortung übernehmen: Frauen, denen das gelingt, sind im Job zufriedener.

Physiotherapeut/in (m|w|d) gesucht!

Zugegeben - nicht alle unserer Patienten sind so kuschelig. Aber unser kleines Team in einer modernen Praxis mit sehr gutem Betriebsklima möchte Sie gerne willkommen heißen - und da ist uns jedes Mittel recht!

Wir bieten eine selbstständige Arbeit bei fester Anstellung in Voll- oder Teilzeit bei guter Bezahlung - gerne auch für Berufsanfänger.

Besonders freuen wir uns auch auf Bewerbungen mit Zusatzqualifikationen in Manueller Lymphdrainage, Manueller Therapie oder PNF.

Bitte melden Sie sich ganz formlos unter 0151 20973244 bei Rosita Fabacsovics oder Jürgen Müller oder unter praxis@physiofab.de

Physiotherapie

Praxis für integrative Krankengymnastik
Eberstädter Straße 68
64319 Pfungstadt
Telefon 06157 81801
www.physiofab.de

Der Wunschberuf Recruiter

Fachkräfte brauchen derzeit fast alle Unternehmen dringend. Deshalb suchen gerade größere Firmen händeringend nach Fachkräften, um Fachkräfte zu finden und zu binden - also nach Recruitern. Sie benötigen starke Kommunikationsfähigkeiten, Empathie und Organisationstalent, um effektiv mit Kandidaten zu interagieren und den Überblick über viele Bewerbungen zu behalten. (m)

Seit 1996

Pflegedienst Hessen-Süd
Immer in Ihrer Nähe

Wir stellen ein:

- Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen für Hauswirtschaft und Pflege, sowie examinierte Pflegekräfte (m/w/d)
- Voll-/Teilzeit oder Minijob
- Gerne auch Wiedereinsteiger und Wiedereinsteigerinnen

Was wir Dir bieten:

- Unbefristete Verträge
- Pünktliche Lohnzahlung
- 28 Tage Urlaub
- Umfassende Einarbeitung und einen festen Ansprechpartner (PDL)
- Fortbildungsmöglichkeiten digital und in Präsenz
- Urlaubsgeld und Teamevents
- Bonusssystem (Edenred-Karte)
- Ein starkes engagiertes Team
- Vertrauensvolles und familiäres Miteinander
- Weitere Vorteile

Senden Sie Ihre Bewerbungsunterlagen an:
Pflegedienst Hessen-Süd Janssen GmbH | Eschollbrücker Str. 26 | 64295 Darmstadt
gerne per Mail an: info@pflagedienst-hessen-sued.de
www.pflagedienst-hessen-sued.de

SPIELWAREN Hofmann
Wir wissen was gespielt wird
Unser 300 Seiten
Weihnachtskatalog
ist da!
Jetzt
Mitnehmen!

Heidelberger Landstraße 235a
64297 Darmstadt - Eberstadt
Telefon 06151 / 54 5 27
www.hofmann-spielwaren.de

DER IST DICK!



Patinnen und Paten gesucht

DARMSTADT | Für die Familienpatenschaftsprojekte des Caritasverbandes in Darmstadt „KIM – Kinder im Mittelpunkt“ und „Guter Start ins Leben“ werden ehrenamtlich Tätige gesucht, die Familien im Alltag unterstützen, begleiten und entlasten. Seit einigen Jahren unterstützen Ehrenamtliche Familien im Alltag und sorgen so für Entlastung. Das Projekt, angeleitet durch Mitarbeiterinnen des Caritasverband Darmstadt e.V., findet immer mehr Zulauf und verdeutlicht den großen Bedarf an Unterstützung in Familien. Um den Bedarf zu decken, sucht der Caritasverband regelmäßig nach neuen Paten*innen, die Interesse und Freude daran haben, sich ehrenamtlich für Familien zu engagieren.

Auch dieses Jahr ab September findet wieder eine mehrteilige Schulung zur Familienpaten*in statt. Diese Schulung wird durch die Projektkoordinatorinnen organisiert und begleitet. Am Ende der Schulung werden Zertifikate verliehen und passende Einsätze in Familien besprochen. Wenn Ihr Interesse geweckt ist und Sie gerne mehr erfahren möchten, freuen wir uns über einen Anruf oder eine Nachricht: Für den Raum Landkreis Darmstadt - Dieburg: Frau Ewa Kupilas, Tel.: 06071 9866-17, e.kupilas@caritas-dieburg.de. Für den Raum Darmstadt: Frau Hafsa El Ouaamari, Tel.: 06151 39499 17, h.elouaamari@caritas-darmstadt.de (Caritasverband Darmstadt e.V.)

49 €
monatlich
ohne Vertragslaufzeit

SPORTSTUDIO
AKUFGYM
FIT WITH A SMILE
Hier kommt zusammen,
was zusammen gehört!

Mühlthalstraße 21
64297 Eberstadt
Tel.: 06151 · 594710

Bewegung - die Medizin
des 21. Jahrhunderts

Fitnessstraining, Rehatraining,
Herz-Kreislauftraining, Sauna
und über 20 Kurse pro Woche



Weihnachtskonzert des ESOC Chorus

2. Dezember 2023, um 19 Uhr in der Christuskirche in Darmstadt-Eberstadt

DA-EBERSTADT | Einen stimmungsvollen musikalischen Reigen präsentiert der ESOC Chorus in seinem diesjährigen Weihnachtskonzert. Im Mittelpunkt steht Benjamin Brittens A Ceremony of Carols, ein Werk für Chor, Solisten und Harfe, das 1942, noch mitten im Zweiten Weltkrieg, entstanden ist. Für seinen weihnachtlichen

Liederzyklus vertonte Britten englische und lateinische Texte aus dem 14. bis 16. Jahrhundert. Dabei reicht die musikalische Bandbreite vom gregorianischen Choral und einem begeisterten Willkommen! für die Weihnachtszeit über zarte, der Muttergottes und dem Jesuskind gewidmete Stücke bis hin zum dramatischen

Kampf des Guten gegen das Böse, um schließlich in einem erleichtert jubelnden Deo gratias, Gott sei Dank! zu enden. Im zweiten Teil des Konzertes stehen Melodien aus verschiedenen Ländern auf dem Programm, aber auch bekannte deutsche Weihnachtslieder, in die das Publikum gerne einstimmen darf. Der ESOC Chorus wird

bei diesem Konzert von Iván Gómez Cervantes an der Harfe begleitet, die musikalische Leitung hat Kushtrim Gashi. (www.esoc-chorus.de) Karten zu 13.- € gibt es an der Abendkasse (Kinder bis 12 Jahre haben freien Eintritt) oder ab 15. November im Vorverkauf in der Buchhandlung Schlapp Eberstadt, Heidelberger Landstr. 190 und bei Kirche & Co, An der Stadtkirche 1, Darmstadt. Außerdem können Karten auch unter tickets@esoc-chorus.de bestellt werden.

Eberstädter Singtreff | Volkslieder und Schlager

Herzliche Einladung zum offenen Singtreff für alle

DARMSTADT-EBERSTADT | Wer kennt sie nicht – die alten Lieder, bei denen man sofort mitsingen kann, wie: „Die Gedanken sind frei“ und „Mein Vater war ein Wandersmann“... Oder „Über den Wolken“ und „Mein kleiner grüner Kaktus“... Haben Sie Lust bekommen mitzusingen? Sie sind ganz herzlich willkommen. Es gibt Liedermappen mit Texten und dann geht's los, begleitet von Gitarre und ganz viel Freude. Wir „proben“ nämlich nicht, sondern genießen den Moment des miteinander Singens und Klingens. Das bringt Lebensfreude, Gemeinschaft und fördert nebenbei auch noch Gesundheit und Wohlbefinden. Alle können mitmachen – auch diejenigen, die meinen, nicht singen zu können. Der Singtreff ist eine offene Veranstaltung und lädt zum regelmäßigen oder punktuellen Mitsingen ein. Kommen Sie gerne spontan ohne Anmeldung. Wir singen: - jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat von 15 bis 16 Uhr im Gemeindezentrum St. Georg, Stockhausenweg 50, 64297 Darmstadt - jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat von 15 bis 16 Uhr in der Geibel'schen Schmiede, Oberstraße 20, 64297 Darmstadt. Angeleitet wird das gemeinsame Singen von Angela Brantzen. Sie ist Singleleiterin für heilsames und gesundheitsförderndes Singen, Musikerin, und Liedermacherin und leitet vielfältige Singgruppen in Darmstadt und Umgebung. Der Eintritt ist frei. Kontakt, Termine und weitere Infos: www.angela-brantzen.de, info@angela-brantzen.de, Mobil: 0175-6522757. (Jana Freund)

Pfandhaus Bergstraße
diskret, schnell und einfach

Dieter Mundt Zwischen den Bächen 15
64625 Bensheim
Tel. 06251 1039642
info@pfandhaus-bergstrasse.de




UNTER DER MUSIKALISCHEN LEITUNG VON Kushtrim Gashi werden Lieder aus verschiedenen Ländern und ebenso bekannte Weihnachtslieder das Publikum an diesem Abend begeistern.

Eberstädter Singtreff
Volkslieder und Schlager

Offener Singtreff
Für alle, die es lieben,
in Gemeinschaft zu singen
Einfach kommen und mitmachen!

1. und 3. Mittwoch im Monat
Gemeindezentrum St. Georg

2. und 4. Donnerstag im Monat
Geibel'sche Schmiede

jeweils 15 - 16 Uhr, Eintritt frei

Termine und Infos
Singen mit Angela
www.angela-brantzen.de
info@angela-brantzen.de
0175-6522757



WFMG WORLD MARTIAL ARTS CHAMPIONSHIPS 2023
RÜSSELSHEIM/GERMANY

Waffel House

SILA INTERNATIONALER SUPERMARKT

CERTIFICATE
WORLD CHAMPIONSHIPS 2023

VIZEWELTMEISTER HANNES MARB (Kickboxen Pointfighting): Harvest the Gain! Mit dieser Einstellung trat Meister Hannes aus der Kampfsportschule San-Ti in Darmstadt-Eberstadt bei der WFMG Weltmeisterschaft an. Im Kickboxen Pointfighting musste er sich erst im Finale Udo Sohn mit 12:10 Punkten geschlagen geben. Norbert Lamp (Gesamtvorstand der Deutschen Olympischen Gesellschaft) freute sich sehr, dass Hannes auch im Finale seinem Motto "Fairplay gewinnt immer" treu geblieben ist. Er korrigierte im Kampf zwei Entscheidungen der Referees, die Treffer von Udo Sohn nicht werteten. Ein hochdramatischer Abschlus-Fight, der für die gut 1000 ZuschauerInnen in Rüsselsheim ein unvergessliches Kampfsportevent zu Ende gingen ließ. (H.Marb)

Leckere Kuchentheke

PFUNGSTADT | Mitte Oktober öffnete das „Café Klatsch“ wieder seine Türen. Um 15 Uhr hatten fleißige Kuchenbäcker des DRK Eschollbrücken/Eich ein vielfältiges Buffet bereitgestellt. Große und kleine Menschen hatten eine gemütliche Zeit zum gemeinsamen Spielen und Unterhalten bei leckerem selbstgebackenem Kuchen. Das „Café Klatsch“ wird einmal im Monat von Vereinen und Institutionen aus Eschollbrücken in Kooperation mit der Kinder- und Jugendpflegschaft Eschollbrücken. Weitere Infos bei Jugendpfleger Matthias Hirt unter 06157-9881601 oder Email matthias.hirt@pfungstadt.de oder www.familienzentrum-pfungstadt.de

Breitwieser
BESTATTUNGEN
Ihr Bestattungshaus
in Darmstadt-Eberstadt

Andreas Klingor ist ihr persönlicher Berater im Trauerfall und bei der Bestattungsvorsorge und jederzeit für Sie erreichbar.

Offene Sprechstunde:
Jeden Mittwoch, nach telefonischer Voranmeldung, von 13 - 16.30 Uhr in unserem Büro.

Tel 06151 - 55890

Ringstraße 61,
64297 Darmstadt-Eberstadt
www.breitwieser-bestattungen.de



– Beratung
– Verkauf
– Service
– Schulung

akku3
darmstadt

Ihr Fachgeschäft für
Akkus, Batterien, PC-Systeme,
Seniorenbedarf und Telekommunikation.
Wir beraten Sie gerne.

Öffnungszeiten:
Montag bis Samstag
9-13 Uhr

Akku-Service Dreier
info@akku3.de
Oberstraße 6 • 64297 DA-Eberstadt • Tel. 0 61 51/59 47 88

