



Die Freiwillige Feuerwehr Taunusstein-Hahn feierte die offizielle Inbetriebnahme ihres neuen Mannschaftstransportwagens.

3



Limbacher absolvierten einen gelungenen Testlauf beim internationalen Indoor-Aquathlon in Luxemburg.

6

### DAS WETTER

Wolkenlos bei Temperaturen von 0 bis zu 5°C.

SONNTAG



MONTAG Geschlossen Wolkendecke bei Werten von 2 bis zu 7°C.

## Seniorenbeirat hat sich viel vorgenommen

Der Arbeitskreis 1 des Taunussteiner Gremiums besucht Hahner Seniorenzentrum



Davon träumen viele alte Menschen. Gemeinsam vereint bis ins hohe Alter.

FOTO: PIXABAY

**Taunusstein.** Im Seniorenzentrum Taunusstein in der Lessingstraße im Ortsteil Hahn fand unter Leitung von Arbeitskreissprecher Manfred Buchta das erste Treffen des Gremiums statt, um über das Arbeitsprogramm 2024 zu beraten. Geplant seien Besuche der beiden Pflegeheime der Stadt sowie Gespräche mit der Kommunalen Wohnungsbaugesellschaft und dem Kompetenzzentrum Pflege, um für die Erstellung des Seniorenplans der Stadt Taunusstein die vorhandenen und eventuell noch erforderlichen Betreuungsangebote für Seniorinnen und Senioren zu erörtern. Einige Mitglieder des Arbeitskreises hatten zuvor bereits am Fachtag „Zukunft Wohnen“ teilgenommen, um sich über die Vielzahl

an Wohnformen und -projekten, wie z. B. das betreute Wohnen, das gemeinschaftliche Wohnen, Mehrgenerationenwohnen, Pflege WGs, Demenz WGs zu informieren und letztendlich notwendige Maßnahmen und Projekte für Taunusstein anzustoßen. Heimleiter Thomas Frohn und Stellvertreterin Mandy Pfuhl stellten die Möglichkeiten für Seniorinnen und Senioren im Seniorenzentrum Lessingstraße vor. Die Betreuungsarbeit für pflegebedürftige Menschen werde in drei Gebäuden mit unterschiedlich gestufter Betreuungsintensität als Pflegeheim, Pflegehotel und Pflegedomizil geleistet. Sie umfasse aktuell 158 Pflegeplätze. Durch geschulte Fachkräfte könne auch palliative Betreuung im

Seniorenzentrum selbst wahrgenommen werden. Das Durchschnittsalter der Bewohner betrage 86,9 Jahre, die durchschnittliche Verweildauer der Pflegebedürftigen liege bei drei Jahren. Unter den Gästen seien auch Nicht-Taunussteiner. Die Pflege und Betreuungsarbeit werde derzeit von 184 Mitarbeitenden geleistet, davon 141 in der Pflege- und Betreuung. Seit dem Jahr 2020 würden Pflegekräfte generalistisch, d.h. durch Zusammenfassung der bis dahin getrennten Berufsbilder Kinderpflege, Kranken- und Altenpflege zu einem vereinheitlichten Berufsprofil ausgebildet. Für die Altenpflege wirke sich das negativ aus, weil nach abgeschlossener Ausbildung viele Fach-

kräfte zum Krankenhaus tendierten. Seit längerem sei geplant, das Angebot durch Zukauf eines angrenzenden Grundstücks zu erweitern. Abschließend bewerteten Manfred Buchta, Sprecher des Arbeitskreises 1, sowie die teilnehmenden Mitglieder den Besuch im Seniorenzentrum Lessingstraße als guten Einstieg in die Arbeit des Gremiums im neuen Jahr. Das Pflegeheim sei mit seinen vielfältigen pflegeorientierten, sozialen und kulturellen Angeboten als sehr gute Adresse für Seniorinnen und Senioren einzuordnen. Auch die geplante Erweiterung zur Schaffung von Zusatzangeboten im Sinne einer Quartiersarbeit in diesem Bereich im Stadtteil Hahn fand einhellige Unterstützung.

## Marokkanische Himbeeren

Kommentar von Wolfgang Heck

Mein wöchentlicher Gang durch den Supermarkt. Zuerst gehe ich in die Obst- und Gemüseabteilung. Was ich dort sehe, bringt mich zu der Überzeugung, dass wir Verbraucher sehr verwöhnt sind und mit unserem Konsumverhalten mit dazu beitragen, dass es den kleinen Landwirtschaftsbetrieben nicht besser geht. Mein Blick fällt auf lupenreine Kartoffel. Drei Pfund für 2,99 Euro. Herkunftsland: Ägypten!!

Die Erdfrucht hat einen Weg von mehr als 3.000 Kilometer hinter sich. Ich erinnere mich gut, dass viele Bauern hierzulande ihre geernteten Kartoffeln verramschen mussten oder gar nicht erst vom Acker holten. Zu wenig wurde ihnen für die Knolle, der Deutschen liebstes Nahrungsmittel, bezahlt. Ist das nicht irre, dass Kartoffeln, die mit dem Flugzeug eingeflogen werden, den Weg ins Regal finden? Unwillkürlich frage ich mich, mit welchem Preis die Landwirte in Ägypten honoriert werden. Dass Orangen, Mandarinen, Kiwi und Co ins Land eingeführt werden, ist ja noch nachvollziehbar. Aber warum müssen es im Winter Himbeeren aus Marokko sein? Frischer Spargel aus Peru liegt genau so im Regal, wie Erd-

beeren aus Argentinien. Die Supermärkte und Discounter halten genau das vorrätig, was vom Verbraucher gewünscht wird. Erdbeeren zum Beispiel kann man mittlerweile das ganze Jahr über kaufen. Aus aller Herren Länder. Jeden Tag. Warum tun es in den Wintermonaten keine tiefgefrorenen Früchte? Trotz eisigen Temperaturen finden die „frischen“ roten Früchte Mitte Januar ihre Liebhaber. Welchen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck, von dem ja so gerne gesprochen wird, hat eigentlich so eine Schale Erdbeeren oder ein Kilo Kartoffeln aus Ägypten? Was müssten diese Produkte eigentlich kosten, wenn man allein die Transportkosten und den „CO<sub>2</sub>-Ausgleich“ dazurechnet?

Kohlrabi, ein typisches Wintergemüse, kommt aus Italien oder Spanien. Zwei Stück nur ein Euro. Klar, dass sich unsere Landwirte über diese Importe schwarzärtern. Spontan entsteht ein Bild vor meinen Augen, in dem die Traktoren nicht am Brandenburger Tor stehen, sondern vor den Importlagern der Agrarimporteure demonstrieren. Aber halt. Es wäre wohl ein Kampf gegen Windmühlen. Viel zu groß ist das Verlangen der Verbraucher nach den vielen Köstlichkeiten zu jeder Jahreszeit. Und die Nachfrage bestimmt nun mal das Angebot – oder war es doch eher umgekehrt? Darüber grübele ich jetzt bei einem leckeren Stück Himbeertorte nach. Bis nächste Woche!

**TAUNUSLUX**  
Immobilien-Service GmbH

- Hausmeisterservice
- Grünanlagenpflege
- Außenreinigung
- Gebäudereinigung
- Winterdienst
- Technischer Gebäudeservice
- Schlüsselnottdienst
- Baureinigungen

...und vieles mehr!

Röderweg 18  
65232 Taunusstein  
Tel. 06128-8593031  
www.taunuslux.de

**ABÜCHEL**  
seit 50 Jahren

Umzüge  
Lagerung  
Lastentaxi  
Transporte  
Montagen

3% auf unsere Angebote!  
Gutschein-Code: 280124

www.unser-umzug.de  
Telefon: 06128/43843  
Kurt-Schumacher-Straße 32a  
65232 Taunusstein

**MARKISEN**  
PREISWERTER vom HERSTELLER

KASSETTEN-MARKISEN  
GELENKARM-MARKISEN  
WINTERGARTEN-MARKISEN

**WINTERPREISE**

MARKISENTÜCHER  
AUS EIGENER NÄHEREI  
- PROFI-MONTAGEN -  
+ REPARATUREN

**RR-MARKISEN**  
Paul-Spindler-Str. 5-7  
Eingang/Parken über Friedhofsweg

**Nastätten**  
06772-960994

Unsere Ausstellung ist nur nach Terminvereinbarung geöffnet - dafür bis 20.00 Uhr + samstags.

www.Markisenfabrik.de

## Vielfältiges Programm

Mit der Kulturvereinigung Heidenrod

**Heidenrod.** Auch für das Jahr 2024 hat die Kulturvereinigung Heidenrod ein vielfältiges Programm zusammengestellt. Abwechslungsreich geplant sollte für jeden Kulturbegeisterten etwas dabei sein. Die aktuelle Programmplanung sieht wie folgt aus: 8. März - Gentlemans Jazztett (Gershwin); 17. März - Vernissage Rathaus Laufenselden/ Kinderbilder Thema Wald; 17. Mai - CelloDuo; 25. Mai - Kul-

turfahrt Maria Laach mit KV SWA; 21. Juni - Orgelkonzert / Altenberg; 30. Juni - Waldspaziergang mit Kunst und Musik/ Dörsbachtal; 19. Juli - Andreas Hertel Trio; 30. Aug. - Lilian Jakob Violine/Orgel; 27. Sept. - Blechbläser/Orgel Musikhochschule Mainz; 25. Okt. - Hermann Kock-Klangcraft; 9. Nov. - Absinth Orchester; 23. Nov. - Herbstmarkt; 13. Dez. - Swinging Christmas „die Katzen“.

## Familiencafé

Im MüZe Taunusstein in Hahn

**Hahn.** Das beliebte Familiencafé im Familienzentrum MüZe Taunusstein öffnet auch im neuen Jahr dienstags bis freitags von 9 bis 11.30 Uhr seine Türen. Familien mit Babys und Kleinkindern sowie Schwangere sind herzlich willkommen, bei einem Frühstück oder einer Tasse Kaffee oder Tee Kontakt zu anderen Eltern zu knüpfen, sich auszutauschen und ein bisschen zu entspannen. Am Freitagmorgen gibt es zusätzlich eine kostenlose Kinderbetreuung, dabei spielen Kinder im Nebenzimmer, wo

sie liebevoll betreut werden, was den Eltern Freiraum gibt. Am Donnerstagnachmittag von 15 bis 17.30 Uhr kann man sich mit selbstgebackenem Kuchen verwöhnen lassen, ebenfalls mit kostenloser Kinderbetreuung. Eine Voranmeldung ist nicht nötig, ebenso wenig wie eine Vereinsmitgliedschaft, wobei es aber durchaus gewünscht ist, Mitglied zu werden, denn auf diese Weise wird das Familienzentrum MüZe als Ganzes unterstützt und die Fortführung der Angebote gesichert.

## JJJ-Trio

**Laufenselden.** Am Sonntag, 28. Januar, um 17 Uhr wird es im Barockhaus Laufenselden wieder musikalisch: Das JJJ-Trio (Modern Latin Jazz) mit João Gomes - Saxophon, Querflöte/Jasper Hanel - Schlagzeug/ Joey Becker - E-Bass ist zu Gast.

Karibische Grooves, Lateinamerikanische Lebensfreude, energiereiche Improvisationen

und schöne Melodien - aus diesen Zutaten haben João Gomes, Jasper Hanel und Joey Becker in ihrer mehrjährigen Zusammenarbeit ihren Modern Latin Jazz entwickelt und ein einzigartiges Programm zusammengestellt. Hierbei stehen vor allem ihre Eigenkompositionen, aber auch unentdeckte Perlen verschiedener Jazzmusiker im Mittelpunkt.

## Heringessen

**Born.** Auch in diesem Jahr lädt die SPD Born wieder zum traditionellen Heringessen an Aschermittwoch ein. Da nur ein Kontingent von 80 Plätzen zur Verfügung steht, wird es wieder einen Vorver-

kauf geben, der am 4. Februar von 11 bis 12 Uhr im Bürgerhaus in Born stattfindet. Das Heringessen selbst findet statt am 14. Februar ab 19 Uhr in Hohenstein-Born im Bürgerhaus in der Mühlenbergstraße.

## Fackelwanderung

**Bad Schwalbach.** Auch in diesem Jahr veranstaltet die Freiwillige Feuerwehr, die Jugendfeuerwehr und der Förderverein der Gartenstadt Bad Schwalbach eine ganz besondere Veranstaltung: Am 2. Februar ab 17 Uhr laden sie zu einer Fackelwanderung ein. Die Bad Schwalbacher Pfad-

finder kümmern sich auch in diesem Jahr wieder liebevoll um die Verköstigung. Für eine Spende von 5 Euro erhalten Erwachsene eine Fackel, ein alkoholfreies warmes Getränk und einen kleinen Snack. Der Spendenerlös kommt der Kinder- und Jugendfeuerwehr sowie den Pfadfindergemeinschaften zugute und unterstützt ihre wichtigen, ehrenamtlichen Tätigkeiten.

Es wird darum gebeten, dass die Eltern die Fackeln für die Kinder entgegennehmen und sie während der Wanderung zu begleiten. Der Umwelt zu liebe bitten die Organisatoren außerdem darum, einen eigenen Becher mitzubringen.

## Frauenfrühstück

**Hahn.** Das geplante Frauenfrühstück in Hahn am Samstag, 3. Februar, wird verschoben auf Donnerstag 8. Februar, Beginn ist 14.30 Uhr. Der Veranstaltungsort ist das katholische Pfarrzentrum St. Johannes Nepomuk in Hahn, Aarstraße. Nach gemütlichem Kaffeetrinken und persönlichen Gesprächen wird der Gottesdienst für den Weltgebetstag (WGT) vorbereitet, der dieses Jahr aus Palästina, der Wiege des Christentums, kommt. In den

biblischen Texten des diesjährigen Gottesdienstes spielt die Sehnsucht nach Frieden eine zentrale Rolle und steht unter dem Motto: ein „Band des Friedens“ als Hoffnungszeichen. Wie in jedem Jahr spiegelt die Gottesdienst-Ordnung des WGT den Alltag, die Leiden und Hoffnungen der Christinnen und Christen wider, die sie entwickelt haben, um sie mit anderen zu teilen. Pfarrerin Imke Goerlitz und Frau Jutta Hartmann laden herzlich dazu ein.

## Fasching in NeuhoF

**Neuhof.** Die Kerbegesellschaft NeuhoF öffnet am 13. Februar die Türen der Aartalhalle im Ziegelhüttenweg zum närrischen Treiben für Jung und Alt. Die Kasse ist ab 14.30 Uhr besetzt, die Veranstaltung beginnt um 15 Uhr und endet um ca. 17.45 Uhr. Der Eintritt bleibt unverändert bei 3 Euro je Besucher. Wie gehabt werden die Veranstalter ein buntes abwechslungsreiches

Programm mit Tanz, Sport und Spiel anbieten. Das Programm wird wie alle Jahre von Nicole Kusch zusammengestellt und geleitet. Für das leibliche Wohl ist das bewährte Team der Kerbegesellschaft zuständig.

Wer spontan Lust hat, das Helferteam und somit den Verein zu unterstützen, meldet sich bei Familie Ott unter (06128) 72758.

## Kinderfastnacht

**Heftrich.** Der Vereinsring Heftrich mit seinen Mitgliedsvereinen Heimat-u. Verkehrsverein, Männergesangsverein, Reitsportgemeinschaft, Sportverein, Ski-u. Bouleclub und Turnverein sind Veranstalter der Kinderfastnacht am 4. Februar in der Willi-Mohr-Halle in Heftrich.

So richtig in Schwung kommen dann die jungen Besucher

durch das Duo „Gaudi-Express“ ! Mit Spiel und Spaß wird es der ganzen Familie nicht langweilig werden. Einlass für die Fastnachtsparty ist ab 13.11 Uhr, los gehts um 14.11 Uhr. Der Eintritt beträgt 3 Euro für Erwachsene und 2 Euro für Kinder. Alle Teilnehmer werden bestens mit erfrischenden Getränken, Würstchen, Pommes sowie Kreppl und Kaffee versorgt.



**Eberhard Weber, 2. Tenor:**  
**Ich bin dabei, weil Proben, Konzerte und Reisen menschlich verbinden und ungemein Spaß machen!**  
 Es gibt viele gute Gründe. Entdecken Sie Ihren.  
**Der Männerchor von hier:**  
[www.bleischer-chor.de](http://www.bleischer-chor.de)  
 Sängervereinigung Bleidenstadt-Watzhahn



## VERANSTALTUNGEN

### Montag, 29. Januar

- 19.30 Uhr, Jack McBannon (aka Willer), Singer/Songwriter, Der Weinländer, Rüdeshheimer Straße 21, Wiesbaden

### Dienstag, 30. Januar

- 19.30 Uhr, Bookends: Simon & Garfunkel „Through The Years“, Tribute Show, Kurhaus (Friedrich-von-Thiersch-Saal), Kurhausplatz 1, Wiesbaden

### Mittwoch, 31. Januar

- 10 bis 14 Uhr, Idsteiner Wochenmarkt, Löherplatz, Idstein

### Donnerstag, 1. Februar

- 8 bis 13 Uhr, Wochenmarkt, Schmidtbergplatz, Bad Schwalbach
- 14 bis 18 Uhr, Wochenmarkt, Dr. Peter-Nikolaus-Platz, Taunusstein-Hahn
- 19.30 Uhr, Amazing Shadows performed by Shadow Theatre Delight, das unglaubliche Schattentheater aus der Ukraine, Kurhaus (Friedrich-von-Thiersch-Saal), Kurhausplatz 1, Wiesbaden
- 19.30 Uhr, William Wahl: „Nachts sind alle Tasten grau“, Klavierkabarett, Theater im Pariser Hof, Spiegelgasse 9, Wiesbaden
- 20 Uhr, Andy Strauss: „Die zweifelhafte Welt der Amoral“, Slam Poetry/Stand-Up/Techno, Schlachthof Kesselhaus, Murnastraße 1, Wiesbaden

### Freitag, 2. Februar

- 19.30 Uhr, Anna Piechotta: „Liebeslieder zum Entlieben“, Musikkabarett, Theater im Pariser Hof, Spiegelgasse 9, Wiesbaden
- 19.30 Uhr, Hotelgefüster im Palast, Kulturabend mit Schauspiel und Musik, Theater im Palast, Am Kochbrunnenplatz 1, Wiesbaden
- 20 Uhr, Remode, Depeche Mode Show, Scheuer, Wallbacher Str. 2, Idstein-Wörsdorf, **AUSVERKAUFT**
- 20 Uhr, Die Neue Heinz Erhardt Revue: „Heute wieder ein Schelm“ mit Patrick L. Schmitz, Kurhaus (Friedrich-von-Thiersch-Saal), Kurhausplatz 1, Wiesbaden
- 20 Uhr, Das letzte Mal, Liebesthriller, Kammerspiele Wiesbaden, An der Bergkirche/Lehrstraße 6, Wiesbaden
- 20 Uhr, Die Männerfalle, Komödie, Galli Theater, Adelheidstraße 21, Wiesbaden
- 20 Uhr, Wer einmal stirbt, den braucht man nicht, schwarze Komödie, Akzent-Theater, Rheinstraße 60, Wiesbaden
- 20 Uhr, Münchner Lach- und Schießgesellschaft „AUFGESTAUT“, Kabarett, thalhaus Theater, Nerotal 18, Wiesbaden
- 20 Uhr, Supermolecular Dust Separator/The Killer Apes, Psychedelic/Rock'n'Roll, Kreativfabrik, Murnastraße 2, Wiesbaden
- Ab 22.30 Uhr, Back to 80's 90's mit DJ Julz, 80er/90er-Party, Scheuer, Wallbacher Straße 2, Idstein-Wörsdorf

### Samstag, 3. Februar

- 8 bis 13 Uhr, Wochenmarkt, Schmidtbergplatz, Bad Schwalbach

- 8 bis 14 Uhr, Idsteiner Wochenmarkt, Löherplatz, Idstein
- 11 Uhr, Ali Baba & Die 40 Räuber, Märchentheater, Galli Theater, Adelheidstraße 21, Wiesbaden
- 15 Uhr, Jim Knopf und die Wilde 13, Theater Hin & Weg, Am Kloster Klarenthal 15, Wiesbaden-Klarenthal
- 16 Uhr, Dornröschen, Märchentheater, Galli Theater, Adelheidstraße 21, Wiesbaden
- 19.30 Uhr, Bertold Brecht: „Ändere die Welt, sie braucht es!“, Simone Wehmeyer und Martina Grund präsentieren eine musikalische Collage des Brechtschen Blickes auf die Welt, Theater im Palast, Am Kochbrunnenplatz 1, Wiesbaden
- 19.30 Uhr, Moritz Nefenjakob: „Das Ufo parkt falsch“, Comedy, Theater im Pariser Hof, Spiegelgasse 9, Wiesbaden
- 20 Uhr, Remode, Depeche Mode Show, Scheuer, Wallbacher Straße 2, Idstein-Wörsdorf, **AUSVERKAUFT**
- 20 Uhr, Das letzte Mal, Liebesthriller, Kammerspiele Wiesbaden, An der Bergkirche/Lehrstraße 6, Wiesbaden
- 20 Uhr, Die Männerfalle, Komödie, Galli Theater, Adelheidstraße 21, Wiesbaden
- 20 Uhr, Wer einmal stirbt, den braucht man nicht, schwarze Komödie, Akzent-Theater, Rheinstraße 60, Wiesbaden
- 20 Uhr, Intrinsic Invest, Modern Urban Jazz, art. ist, Bornhofenweg 9, Wiesbaden
- 20.30 Uhr, Run Forrest Run/With Witch, Rock'n'Roll/Punk, Georg-Buch-Haus, Wellritzstraße 38a, Wiesbaden

- Ab 22.30 Uhr, Depeche Mode meets 80's Synthiewave mit DJ George, E-Pop/EBM/Wave/Electro-Party, Scheuer, Wallbacher Straße 2, Idstein-Wörsdorf
- Ab 23 Uhr, Let's Go Queer!, LSBT\*IQ & Friends Party, Schlachthof Kesselhaus, Murnastraße 1, Wiesbaden

### Sonntag, 4. Februar

- 11 Uhr, Ali Baba & Die 40 Räuber, Märchentheater, Galli Theater, Adelheidstraße 21, Wiesbaden
- 14 Uhr, Dornröschen, Märchentheater, Galli Theater, Adelheidstraße 21, Wiesbaden
- 15 Uhr, Jim Knopf und die Wilde 13, Theater Hin & Weg, Am Kloster Klarenthal 15, Wiesbaden-Klarenthal
- 16 Uhr, Dornröschen, Märchentheater, Galli Theater, Adelheidstraße 21, Wiesbaden
- 17 Uhr, Margit Sponheimer & Frank Goli-schewski, musikalische Lesung, Barockhaus Laufenselden, Kastellstraße 4, Heidenrod-Laufenselden
- 17 Uhr, Barockensemble Incontro, Ev. Bergkirche, Lehrstraße 6, Wiesbaden
- 17 Uhr, Heavysaurus, Kinderrock Konzert, Schlachthof Halle, Murnastraße 1, Wiesbaden
- 19.30 Uhr, „Domingo Latino“ mit Claudia Carbo, Theater im Pariser Hof, Spiegelgasse 9, Wiesbaden
- 20 Uhr, Das letzte Mal, Liebesthriller, Kammerspiele Wiesbaden, An der Bergkirche/Lehrstraße 6, Wiesbaden

## Fuhrpark in Hahn modernisiert

Feuerwehr erhält neuen Mannschaftstransportwagen



**Hahn.** Mit Stolz und Dankbarkeit feierte die Freiwillige Feuerwehr Taunusstein-Hahn die offizielle Inbetriebnahme ihres neuen Mannschaftstransportwagens (MTW). Das moderne Fahrzeug, welches den Fuhrpark auf den neuesten Stand bringt, ersetzt den Vorgänger aus dem Jahr 2007 mit einer Laufleistung von ca. 90.000 km. Der neue MTW ist auf einem VW Crafter-Fahrgestell aufgebaut. Der MTW, der im letzten Jahr angeschafft wurde, wird als multifunktionales Fahrzeug eingesetzt und übernimmt in der Freiwilligen Feuerwehr Taunusstein-Hahn vielfältige Aufgaben: Er wird

als Führungsfahrzeug im Einsatz für den Zugführer des Löschzugs Hahn eingesetzt, dient zur Personenbeförderung weiterer Einsatzkräfte und unterstützt außerhalb des Einsatzes den Feuerwehrverein für Besorgungsfahrten sowie zur Beförderung der Jugendfeuerwehr.

Die Finanzierung des neuen MTWs mit einer Gesamtsumme von ca. 84.000 Euro erfolgte durch eine gemeinschaftliche Anstrengung, die die Solidarität und den Gemeinsinn der Taunussteiner Bürgerinnen und Bürger widerspiegelt. Ein wesentlicher Teil der Kosten in Höhe von

45.000 Euro wurde durch die Erna Geffe-Stiftung gedeckt, deren Beitrag eine tragende Säule dieses Projekts darstellt. Hinzu kam ein signifikanter Anteil mit ca. 14.000 Euro, der über 87 Spender des Crowdfundings zusammengetragen wurde. Der Feuerwehrverein steuerte ebenfalls Spenden und Mittel bei, unterstützt durch finanzielle Zuschüsse der Stadt Taunusstein.

Für weitere Informationen und Rückfragen steht die Freiwillige Feuerwehr Taunusstein-Hahn über Instagram „feuerwehrhahn“ oder die Homepage „www.ff-hahn.de“ zur Verfügung.

## Gesprächskreis bei Demenz

Am 6. Februar in Bad Schwalbach

**Bad Schwalbach.** Für Dienstag, 6. Februar, lädt die Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus wieder zu einem Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz nach Bad Schwalbach ins Kompetenzzentrum Pflege, Martha-von-Opel-Weg 31, Raum E11 ein. Das Treffen findet von 17 bis 18.30 Uhr statt. Die Teilnahme ist kostenlos; eine Mitgliedschaft im Verein wird nicht vorausgesetzt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Im Gesprächskreis lassen sich Fragen zum Umgang mit Demenz klären und wo man Hilfe bekommt. Gut tut aber auch, über die große emotionale Herausforderung sprechen zu können, die die Begleitung eines Menschen mit Demenz oft mit sich bringt. Und das betrifft nicht nur pflegende Angehörige, sondern auch solche, deren Familienmitglied bereits in einem Pflegeheim lebt. Trotz der Schwere des Themas gibt es auch viele schöne Momente während

der Zusammenkünfte. Die Gesprächskreise werden von Moderatorinnen mit unterschiedlichen beruflichen Hintergründen geleitet. Sie verfügen außerdem über persönliche Erfahrungen in der Begleitung von Menschen mit Demenz. Wer nicht an einem Gesprächskreis teilnehmen kann oder möchte, kann auch eine telefonische Beratung in Anspruch nehmen. Kontakt unter (06124) 7254027 oder [info@alzheimer-rheingau-taunus.de](mailto:info@alzheimer-rheingau-taunus.de).

## Gottesdienst zum Amtsantritt

Am 3. Februar in Taunusstein-Hahn

**Hahn.** Anlässlich des Amtsantritts von Bürgermeister Joachim Reimann findet am Samstag, 3. Februar, um 11 Uhr ein ökumenischer Gottesdienst in der Katholischen Kirche St. Johannes Nepomuk in Taunusstein-Hahn (Aarstraße 140) statt. In dem Gottesdienst, der unter dem Bibelvers „Suchet der Stadt Bestes“ steht, soll der neue Bürgermeister für seine Arbeit unter den Segen Gottes gestellt

werden. „Mit dem neuen Bürgermeister hoffen wir, den Dialog zwischen den Kirchen und zwischen den Religionen auf stabile Füße zu stellen und auch von Seiten der Stadt dafür künftig Unterstützung zu erhalten“ betont Ökumenepfarrerin Heike Beck vom Evangelischen Dekanat. Schon bei der interreligiösen Taunussteiner Friedenswerkstatt am 21. Januar sei deutlich geworden, dass die verschiede-

nen Glaubensrichtungen sich gemeinsam für ein friedliches Miteinander in der Stadt Taunusstein einsetzen wollen.

Der sehr musikalische Gottesdienst wird von der Evangelischen Kirche in Taunusstein, der Katholischen Pfarrei Heilige Familie Untertaunus, der Freien Evangelischen Gemeinde Taunusstein und der Neuaussiedlerischen Kirche Taunusstein gestaltet.

## Dance & Relax

Im Familienzentrum Müze

**Hahn.** Normalerweise muss man zwei Kurse belegen, wenn man sich sportlich betätigen möchte und sich zusätzlich Entspannung wünscht. Dazu fehlt aber gerade Müttern oft die Zeit. Dieser Kurs im Familienzentrum Müze bietet beides in einem Kurs – Dance & Relax! Eine Mischung aus Tanzen zu moti-

vierenden Liedern und anschließend eine Entspannungseinheit mit Körperwahrnehmungsübungen und Entspannungstechniken erfüllen beide Bedürfnisse und danach fühlen sich die Teilnehmenden entspannt und mit sich verbunden. Im laufenden Kurs sind noch wenige Plätze frei, eine Anmeldung und Probestunde

ist ab sofort möglich. Die Kursleiterin Anika Grandicelli ist ausgebildete Zumba Trainerin und Regenerationscoach. Der Kurs findet wöchentlich montags von 18.30 bis 19.30 Uhr statt. Anmeldungen nimmt die Kursleiterin gerne entgegen unter (0157) 85552222 oder [anika.mamanodrama@gmail.com](mailto:anika.mamanodrama@gmail.com).

## WIR-Café im Februar

Team des Netzwerks „Idsteiner Frauentag“ stellt sich vor

**Idstein.** Am Donnerstag, 1. Februar, gibt es um 14.30 Uhr im Haus der älteren Mitbürger, Schulgasse 7, in Idstein die Möglichkeit, das Team des Netzwerks „Idsteiner Frauentag“ kennenzulernen. Beate Oehl, Koordinatorin und Initiatorin, gibt einen kleinen Einblick in die gemeinsame Arbeit, beginnend von der

ersten Vision 2004 bis heute. Das Netzwerk „Idsteiner Frauentag“ feiert in diesem Jahr sein 20-jähriges Jubiläum und kann auf eine erfolgreiche Zeit zurückschauen. Ziel ist es, interessierten Frauen unterschiedlichen Alters und Herkunft eine Plattform für Austausch und Begegnung zu ermöglichen.

Das WIR-Café der Hochschulstadt Idstein, organisiert vom Amt für Soziales, Jugend und Sport, richtet sich als offenes Angebot an alle Idsteiner Bürgerinnen und Bürger, mit und ohne Migrationshintergrund, sowie gleichermaßen an Geflüchtete, Geduldete und Menschen mit Inklusionsbedarf.

## Weltoffene Gastfamilien

Für Austauschschüler aus aller Welt gesucht

**Untertaunus.** Geborgenheit und Sicherheit schenken während des Schüleraustauschs und dabei selbst eine bereichernde Erfahrung machen: Auch 2024 haben Familien in der Region Rheingau-Taunus-Kreis wieder die Möglichkeit, ein internationales Gastkind für ein halbes oder ganzes Schuljahr bei sich zu Hause aufzunehmen. Rund 250 Jugendliche zwischen 15 und 18 Jahren reisen im Februar und September mit der gemeinnützigen Jugendaustauschorganisation AFS Interkulturelle Begegnungen e.V. nach Deutschland, um in einer Gastfamilie die Kultur und Sprache des Landes kennenzulernen und sich persönlich weiterzuentwickeln. Viele Gastfamilien entwickeln lebenslange Freundschaften zu ihren Gastkindern.

Gemeinsam mit AFS sucht Landrat Sandro Zehner Familien, die Jugendliche von einigen Wochen bis zu einem Jahr bei sich aufnehmen möchten. Gastfamilien sind so vielseitig wie die Welt: Groß- oder Kleinfamilien, Paare mit oder ohne Kinder, Alleinerziehende, gleichgeschlechtliche Paare oder Senioren können Jugendlichen aus aller Welt ein liebevolles Zuhause auf Zeit bieten – wichtig sind ein großes Herz, ein freies Bett, Gastfreundschaft und Neugierde auf eine andere Kultur.

Dafür gibt es zum einen ehrenamtliche Ansprechpartner vor Ort, zum anderen die AFS-Geschäftsstelle, die rund um die Uhr über eine telefonische Hotline erreichbar ist. Gastfamilie bei AFS zu sein ist ein Ehrenamt, in besonderen Fällen kann ein Haushaltskostenzuschuss beantragt werden.

Interessierte, die im Februar oder September ein Gastkind aufnehmen möchten, können sich direkt an die Austauschorganisation AFS Interkulturelle Begegnungen e.V. wenden – telefonisch unter (040) 39922290 oder per E-Mail an [gastfamilie@afs.de](mailto:gastfamilie@afs.de).

Eine Aufnahme ist für einen Zeitraum ab sechs Wochen bis zu einem Jahr möglich. Die Gastfamilien werden vor und während der Zeit des Austausches von AFS vorbereitet und betreut.

Weitere Informationen gibt es auch im Internet unter [www.afs.de/gastfamilienprogramm](http://www.afs.de/gastfamilienprogramm)

### IMPRESSUM

Die LZ am Sonntag erscheint im Untertaunus.

**Verlag:**  
ELZET Verlags-GmbH,  
Stiftstraße 20a,  
65232 Taunusstein-Bleidenstadt

**Geschäftsführung:**  
Jochen Grossmann,  
Oliver Naumann

**Anzeigenannahme:**  
Tel.: (06128) 944-220,  
Fax: (06128) 944-222  
E-Mail: [anzeigen@lzsonntag.de](mailto:anzeigen@lzsonntag.de)  
Internet: [www.lz-am-sonntag.de](http://www.lz-am-sonntag.de)

Zur Zeit ist Anzeigenpreisliste Nr. 23 vom 1.1.2024 gültig.

**Lokalredaktion:**  
E-Mail: [redaktion@lzsonntag.de](mailto:redaktion@lzsonntag.de)

**Vertrieb:**  
Tel.: (06128) 916023  
E-Mail: [vertrieb@lzsonntag.de](mailto:vertrieb@lzsonntag.de)

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

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

### BEILAGENHINWEIS

In Teilen der heutigen Ausgabe finden Sie folgende Beilagen:

**Nah & gut Steinheimer**  
**Nah & gut Herrmann**  
**Nah & gut Citymarkt**  
– Pessios

**Euro Fun Optik, Action,**  
**Alldrink, Bauhaus,**  
**Edeka, Norma,**  
**Logo Getränke, Netto,**  
**Tegut, LIDL, Rossmann,**  
**Expert Klein, Bauspezi**

### APOTHEKEN-NOTDIENST

**28.01.2024, 8.30 Uhr bis**  
**29.01.2024, 8.30 Uhr**

**Schlangen-Apotheke**  
Rheingauer Straße 27  
Schlangenbad  
(06129) 8808

**Medimed Apotheke**  
Rudolfstraße 2-4  
Idstein  
(06126) 710790

## Verwaltung geschlossen

**Bad Camberg.** Am 12. Februar ist Rosenmontag. An diesem Tag werden die Dienststellen und die Abteilungen der Stadt Bad Camberg, inklusive der städtischen Kindertagesstätten und dem Bürgerbüro, ab 12 Uhr geschlossen. Die Stadtwerke (Wasser und Abwasser) sind im Notfall unter (0177) 6556275 zu erreichen. Die Stadtverwaltung ist am darauffolgenden Werktag, 13. Februar, zu den regulären Öffnungszeiten wieder erreichbar.

Hier kommt  
Ihre Werbung  
besonders gut  
zur Geltung!

**LZ AM SONNTAG**  
LOKALZEITUNG FÜR DEN UNTERTAUNUS

## TRAUERANZEIGEN



### DANK E

sage ich allen Freunden, Nachbarn und Bekannten die mit uns den Weg gegangen sind und uns beim Abschied von Walter ihre Anteilnahme in so liebevoller und persönlicher Weise zum Ausdruck brachten.

**Walter  
Schauß**

† 09.12.2023

**Heide Schaub**  
im Namen der Familie

Breithardt, Januar 2024

Herberge der Trauer  
Bestattungshaus  
Rainer Tauber

Individuelle Gestaltung der Gedenkfeier und Erinnerungskaffee



Taunusstein Aarstraße 22 06128 - 45123

kontakt@bestattungshaus-tauber.de www.bestattungshaus-tauber.de

### Nachruf

In tiefer Trauer nehmen wir Abschied von unserem Ehrenmitglied

**Peter Lewenz**

der im Alter von 91 Jahren von uns ging.

Unsere aufrichtige Anteilnahme gilt seinen Angehörigen.

Wir werden Ihm stets ein ehrendes Andenken bewahren.

**Freiwillige Feuerwehr Hettenhain e.V.  
und die Alters- und Ehrenabteilung der  
Freiwilligen Feuerwehr Hettenhain**

*Als Gott sah, dass der Weg zu lang, der Hügel zu steil und das Atmen zu schwer wurde, legte er seinen Arm um dich und sprach: "Komm heim."*



**Dieter Greiling**

\* 15.02.1938 † 22.01.2024

In liebevoller Erinnerung  
**Verwandte und Freunde**

Traueranschrift: D. Greiling, c/o Hamm Bestattungen,  
Adolfstraße 110, 65307 Bad Schwalbach

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Donnerstag, dem 1. Februar 2024, um 14.00 Uhr auf dem Friedhof in Bad Schwalbach-Ramschied statt.

**Trauern und  
Abschied nehmen**  
mit einer Trauer-  
anzeige in der

**LZ AM SONNTAG**  
LOKALZEITUNG FÜR DEN UNTERTAUNUS

Wir stehen  
Ihnen gerne für  
ausführliche  
Informationen unter  
**06128/944-220**  
oder **anzeigen@  
lzonntag.de** zur  
Verfügung.

Manchmal bist Du in unseren Träumen, oft in unseren Gedanken.  
Du bist immer in unserer Mitte und für ewig in unseren Herzen.

**Günther  
Porkert**

† 27. Dezember 2023

**Herzlichen Dank**

allen, die meinem lieben Mann im Leben Vertrauen und Freundschaft schenkten und uns nach seinem Tode so zahlreich ihre liebevolle Anteilnahme auf vielfältige Weise zum Ausdruck brachten, sage ich, auch im Namen meiner Kinder, von Herzen Dank. Diese Wertschätzung hat uns tief bewegt.

Besonderer Dank gilt auch  
Pfarrer Dr. Jürgen Noack für die trostvollen Worte sowie dem Bestattungshaus Rainer Tauber für die würdevolle Gestaltung der Trauerfeier.

In liebevoller Erinnerung  
**Beate**

Hohenstein, im Januar 2024



**Telefon 0 67 75 - 269**  
**www.steinmetz-ganser.de**



**Franz Schüller**

† 2. Januar 2024

**Herzlichen Dank**

möchten wir allen sagen die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten und ihre Anteilnahme auf vielfältige und liebevolle Weise zum Ausdruck brachten.

Im Namen aller Angehörigen  
**Dorit Schüller**

Taunusstein, im Januar 2024

*Von allen Seiten umgibst Du mich und hältst Deine Hand über mir.*  
Psalm 139,5

Traurig nehmen wir Abschied von meiner geliebten Ehefrau und meiner herzenguten Mutter

**Romana Vaccaro**

geb. Kahlerova  
\* 20.02.1956 † 23.01.2024

**Michael Vaccaro  
André und Manuela Vaccaro  
Peggy und Tom Kane  
Albert und Amy Vaccaro  
Elvira Klems**  
sowie alle Angehörigen

Kondolenzanschrift: Familie Vaccaro, c/o Hamm Bestattungen,  
Adolfstraße 110, 65307 Bad Schwalbach

Die Trauerfeier findet am Montag, dem 29. Januar 2024, um 12.30 Uhr in der katholischen Kirche St. Elisabeth in Bad Schwalbach statt.

Die Beerdigung erfolgt im Anschluss auf dem Bad Schwalbacher Friedhof.

*Du bleibst in unseren Herzen.*

In Dankbarkeit nehmen wir Abschied von unserem lieben Vater

**Friedrich "Fritz" Hock**

\* 09.04.1934 † 16.01.2024

**Andreas und Heike  
Manuel  
Patrick und Vanessa  
mit Leonora und Fjell**

**Gerald und Hanne  
Maurice**

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Mittwoch, dem 31. Januar 2024, um 14.00 Uhr auf dem Friedhof in Bad Schwalbach-Ramschied statt.

Von Blumenspenden und Beileidsbekundungen am Grab bitten wir freundlichst abzusehen.

Ein gutes Herz hat aufgehört zu schlagen.  
Und alles Getrennte findet sich wieder.  
Unsere Eltern sind wieder vereint.

Plötzlich und für uns alle noch unfassbar verstarb



**Karl Maurer**

Maurermeister

\* 16. September 1938 † 11. Januar 2024

Wir sind dankbar, dass wir Dich so lange bei uns haben durften, und wir werden Dich sehr vermissen.

**Andreas Maurer  
Christine Woitalla, geb. Maurer und Siegfried  
Pascal und Steffen, Marcel, Dominik und Lea  
Rudi Heinrich und Helgard mit Tanja**  
sowie alle Angehörigen.

Traueranschrift: Familie Maurer, Breithardter Weg 16, 65232 Taunusstein-Orlen

Der Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Freitag, den 2. Februar 2024, um 11 Uhr auf dem Friedhof in Orlen statt.

Von freundlich zugedachten Kranz- oder Blumenspenden bitten wir abzusehen.

Es gibt Momente im Leben da steht die Welt für einen Augenblick still, und wenn sie sich dann weiter dreht, ist nichts mehr wie es war.

**Bernd Schneider**

\* 1. Januar 1967 † 15. Januar 2024

Wir werden dich nie vergessen.  
**Martina, Laura & Tim, Luca & Anastasia,  
Kurt, Annerose, Ralf, Gitta, Gaby & Olaf**  
sowie alle Angehörigen

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet im engsten Familien- und Freundeskreis statt.

# TRAUERANZEIGEN

*Einschlafen dürfen, wenn man das Leben nicht mehr selbst gestalten kann, ist der Weg zur Freiheit und Trost für alle.*

Traurig nehmen wir Abschied von

**Margarete (Marga) Oelsner**

geb. Hemme  
\* 05.06.1936 † 18.01.2024

In liebevoller Erinnerung  
**Dein Berthold**  
**Eckhard, Michael und Harald mit Familien**  
**Michael und Margarete**  
**Stefan, Silke mit Robin und Anna**

65232 Taunusstein-Hahn, Gottfried-Keller-Straße 35

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Freitag, dem 9. Februar 2024, um 11.00 Uhr auf dem Friedhof in Bad Schwalbach statt.

*Immer, wenn wir von ihr erzählen, fallen Sonnenstrahlen in unsere Seelen. Unsere Herzen halten sie gefangen, so, als wäre sie nie gegangen. Was bleibt, sind Liebe und Erinnerungen.*

Wir trauern um unsere liebe Mutter, Schwiegermutter, unsere herzengute Oma und Uroma, die nach einem langen, erfüllten Leben ihren Frieden finden durfte.

**Hilde Burkl**

geb. Schmidt  
\* 04.03.1932 † 23.01.2024

Du bleibst immer in unseren Herzen  
**Wilfried und Ulrike mit Familie**  
**Regina und Frank mit Familie**

Die Trauerfeier findet am Donnerstag, dem 1. Februar 2024, um 13.00 Uhr in der Evangelischen Kirche in Hennethal statt. Im Anschluss erfolgt die Beisetzung auf dem dortigen Friedhof. Von Beileidsbekundungen am Grab und in der Kirche bitten wir höflichst abzusehen.

*Wir wollen nicht trauern, dass wir Dich verloren, sondern dankbar sein, dass wir Dich gehabt haben.*

In stiller Trauer nehmen wir Abschied von

**Ursula Bodenheimer**

geb. Mennle  
\* 20.04.1937 † 23.01.2024

**Erich Bodenheimer**  
**Deine Kinder, Enkel und Urenkel**  
sowie alle Angehörigen

65232 Taunusstein-Watzhahn, Im Gründchen 7

Die Beisetzung findet im engsten Familienkreis statt.

“  
*Man sieht die Sonne langsam untergehen, und erschrickt doch, wenn es plötzlich dunkel ist.*

*Herzlichen Dank*

sagen wir allen, die ihr im Leben Freundschaft schenkten, ihre Anteilnahme auf vielfältige und liebevolle Weise zum Ausdruck gebracht haben und gemeinsam mit uns Abschied nahmen.

**Anni Schilder**

\* 10.01.1927 † 26.11.2023

Inge, Ellen und Andrea

## KLEINANZEIGEN

### Immobilienangebote

**Von Privat:** Wohnung, Haus oder Mehrfamilienhaus zum Kauf gesucht. Tel.: (0163) 3651788

**Freistehendes Haus,** gerne renovierungsbedürftig, in Taunusstein Wehen von Privat zum Kauf gesucht Tel.: (06128) 8586448

Sie wollen Ihre Immobilie gerne verkaufen **aber ein Wohnrecht behalten?** Seit mehr als 17 Jahren kaufen wir für den Eigenbestand Immobilien mit Verbleib im Objekt.  
[www.umbauterraum.de](http://www.umbauterraum.de) 0611 7322710

### Verschiedenes

Wer kann die Wartung für einen Treppenlift übernehmen? Tel.: (06128) 84147

### Verkauf

**Ess- und Kaffeeservice** günstig abzugeben + Damenfahrrad Tel.: (06775) 1345

**3 Gitterboxen** trockenes Kaminholz abzugeben. Pro Box € 100,-. Tel.: (01520) 9196394

### Geschäftliches

**Steuererklärung?** – Wir machen das! Für Arbeitnehmer, Rentner, Vermieter im Rahmen einer Mitgliedschaft. VLH Lohnsteuerhilfe e.V., Büros in Bad Schwalbach und in Wehen. Tel.: (06124) 7279334

**Umzüge mit Fachpersonal** Büchel. Tel.: (06128) 43843 [www.unser-umzug.de](http://www.unser-umzug.de)

**Ihr Handwerker vor Ort unterstützt Sie bei allen Arbeiten im Innen- und Außenbereich.** Tel.: (06128) 8600302

### Mietangebote

**Mitbewohner:in** für 2er-WG gesucht in 4 Zimmer Whg, Idstein-OT, €350 + NK, ab 1.3. oder später. Tel.: (06126) 91013 (Anrufbeantworter)

**Wir bieten eine UNTERVERMIETUNG** – auch gewerblich – in Schlangenbad-Georgenborn, zentral Mainstraße. Interessenten Kontakt: Tel.: (0171) 5324362

## STELLENMARKT



Die ASB Hessen Service GmbH ist ein Tochterunternehmen des ASB Landesverbandes Hessen e. V. und in verschiedenen Dienstleistungsbereichen aktiv. Wir suchen zum nächstmöglichen Termin einen

**Hausmeister (m/w/d) – Vollzeit**  
für den Rheingau-Taunus-Kreis und den Raum Wiesbaden

Weitere Details zu dieser Stellenanzeige finden Sie auf unserer Homepage unter [www.asb-service.de/jobs](http://www.asb-service.de/jobs)

**Interesse?** Dann bewerben Sie sich direkt über unsere Homepage oder senden Sie Ihre Bewerbung per E-Mail an folgende Adresse:

**ASB Hessen Service GmbH, z.Hd. Frau Christiane Barth**  
Aarstraße 110, 65232 Taunusstein, [bewerbungen@asb-service.de](mailto:bewerbungen@asb-service.de)  
oder Tel.: 0160-249 38 32

### Wohnwagen

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

### Stellengesuche

**Suche Putzstelle** in Hahn/Wehen/Bleidenstadt. Tel.: (0176) 72950569

**LZ AM SONNTAG** [www.lz-am-sonntag.de](http://www.lz-am-sonntag.de)  
LOKALZEITUNG FÜR DEN UNTERTAUNUS

Dipl.-Fw. (FH) Jürgen Distel  
S T E U E R berater

Wir suchen zum sofortigen bzw. nächstmöglichen Eintritt

**EINEN VERSIERTEN STEUERFACHWIRT** m | w | d  
**STEUERFACHANGESTELLTE** m | w | d

Sie haben die entsprechende Ausbildung, sind fit in Buchhaltung und verfügen über Kenntnisse in der Erstellung von Steuererklärungen und Abschlüssen.

### DAFÜR BIETEN WIR IHNEN:

- Ein unbefristetes Anstellungsverhältnis wahlweise in Vollzeit oder Teilzeit
- 13. Monatsgehalt
- Regelmäßige Fortbildung
- Interessanter Mandantenstamm zur eigenständigen Betreuung
- Sonstige freiwillige Sozialleistungen

Und das alles in einem netten und engagierten Team.

Könnten wir Ihr Interesse wecken? Ja!

Dann freuen wir uns auf Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen an:

**DIPL.-FW. (FH) / STEUERBERATER JÜRGEN DISTEL**  
Weiberstraße 8 · 65232 Taunusstein · Telefon: 06128-73066  
oder per E-Mail: [kanzlei@distel-steuerberater.de](mailto:kanzlei@distel-steuerberater.de)

## AUTOMARKT

Rheinstraße 44 · 65307 Bad Schwalbach · 06124 - 20660  
[www.autohaus-bad-schwalbach.de](http://www.autohaus-bad-schwalbach.de)

**AUTOHAUS**  
**BAD SCHWALBACH**  
WIR LEBEN AUTOS



NEUFahrzeuge · GEBRAUCHTWAGEN MIT GARANTIE  
REPARATUREN ALLER FABRIKATE · HU · AU VOR ORT



ORA GWM

**Ankauf von Gebrauchtwagen +** Wohnmobilen, auch mit Motor-, Getriebe- und Unfallschaden. Telefon: (06432) 952997 oder (0175) 4114850

**Ankauf KFZ aller Art, Verkauf RS CARCENTER**  
Bar – Höchstpreis – Abmeldeservice  
Platter Straße 78, Tsst.-Wehen  
Tel. 06128/982628 od. 0171/2627046

**DU LIEBST DEN KONTAKT ZU KUNDEN?**

Dann werde Teil unseres erfolgreichen Verkaufsteams und bewirb Dich bei uns als

**Mediaberater (m/w/d)**

- Flexible Arbeitszeit in Voll- oder Teilzeit
- Abwechslungsreich und spannend
- Auch für freundliche **Quereinsteiger** geeignet

Schick uns einfach Deine Bewerbung per Mail an [leitung@lzsonntag.de](mailto:leitung@lzsonntag.de)  
Elzet Verlags-GmbH | Stiftstraße 20a | 65232 Taunusstein

## Gudrun Lück-Haberland sagt „Tschüss“

Tai Chi Verein verabschiedet langjährige Übungsleiterin

**Taunusstein.** Mehr als 20 Jahre war Gudrun Lück-Haberland Übungsleiterin für Qi Gong-Kurse im Tai Chi Verein Taunusstein. Ihre Qi Gong-Kurse waren immer sehr gut besucht, entsprechend groß ist ihr „Fanclub“. Nun hat der Tai Chi Verein im 30. Jahr seines Bestehens Gudrun Lück-Haberland, die zu den Gründungsmitgliedern des Vereins gehört, mit großem Dank und besten Wünschen für die Zukunft verabschiedet. Ihr waren die gesundheitlichen Aspekte der Übungen immer besonders wichtig.

In den vergangenen Jahren hat sie sich intensiv dem „Stil-

len Qigong“ von Meister Li Zhi Chang zugewandt. Dazu organisierte sie einmal im Jahr Workshops mit Professor Li beim Tai Chi Verein Taunusstein. „Ich lebe mit dem Dao 'Der Weg ist das Ziel'. Unter diesem Motto bringe ich Familie, Beruf und Berufung in Einklang und ich fühle mich wohl dabei“, sagt sie.

In ihre großen Fußstapfen tritt Stefanie Keil, sie wird künftig die Qi Gong-Kurse abhalten. Der nächste Qi Gong-Kurs beginnt am 22. April in Bleidenstadt. Gudrun Lück-Haberland bringt sich als Vorstandsmitglied weiter in den Tai Chi Verein ein.



Gudrun Lück-Haberland zusammen mit ihrer Nachfolgerin Stefanie Keil (rechts).

FOTO: TAI CHI VEREIN

## Drei Heimspieltage

Taunussteiner Floorballer laden ein

**Neuhof.** Jetzt stehen drei Floorball-Heimspieltage auf dem Kleinfeld in der Aartalhalle Taunusstein-Neuhof auf dem Programm. Am 28. Januar erwarten die Gastgeber die fünf Teams aus Greidel, Mainz, Espenau, Frankfurt und Erlensee zum U15-Spieltag. Die gastgebenden U15-Floorballer treffen um 12.20 Uhr auf Espenau und um 14.40 Uhr auf Griedel. Am 3. Februar sind die U13-Teams aus Griedel, Mainz, Herzhausen, Ebersgöns und Frankfurt zu Gast in Taunusstein. Die heimischen Floorballluchse treffen um 12.20 Uhr auf Herzhausen und um

14.40 Uhr auf Griedel. Die Floorball-Heimspieltage auf Taunussteiner, die in dieser Saison zum ersten Mal mit Erwachsenen in der Liga starten, erwarten zum Verbandsliga-Heimspieltag am 4. Februar Teams aus Gießen, Griedel und Darmstadt. Danach folgen noch Heimspieltage für U11 am 24. Februar und für U17 am 2. März.

Der Eintritt an allen Spieltagen ist frei. Für Verpflegung mit Kaffee und Kuchen und anderen Speisen und Getränken ist gesorgt. Weitere Informationen sind auf der Internetseite der Floorballer unter [www.floorball-taunusstein.de](http://www.floorball-taunusstein.de) zu finden.

## Lego-Spektakel in Taunusstein

TV Wehen holt First Lego League in die Silberbachhalle

**Wehen.** Der TV Wehen eröffnet ein aufregendes Kapitel für 260 Schüler im Rhein-Main-Gebiet. Am 17. Februar ab 8 Uhr lädt der Verein zum Regionalentscheid der First Lego League (FLL) in die Silberbachhalle in Wehen ein. Die FLL ermöglicht es den Teilnehmern, selbstgebaute Lego-Roboter sowie Forschungspräsentationen zu aktuellen Themen zu präsentieren. Dieser Wettbewerb, bei dem Teamarbeit und Kreativität im Mittelpunkt

stehen, richtet sich an Schüler zwischen neun und 16 Jahren. Begleitet von erwachsenen Coaches arbeiten die Teams mindestens ein Vierteljahr lang an ihren Projekten, bevor sie zu den Regionalwettbewerben antreten.

Der TV Wehen hat sich erfolgreich um die Ausrichtung des Regionalentscheides beworben und wird nicht nur ein eigenes Team ins Rennen schicken, sondern auch die Veranstaltung für die nächsten drei Jahre

mit Unterstützung der Stadt ausrichten. Um die First Lego League auch in Schulen zu fördern, bietet der TV Wehen Lehrern und Erziehern die Möglichkeit, an einem Workshop während der Veranstaltung teilzunehmen. Ziel ist es, mehr Taunussteiner Kinder und Jugendliche für die FLL zu begeistern. Interessierte Lehrer und Erzieher können sich per Mail an [lego@tvwehen.de](mailto:lego@tvwehen.de) anmelden, um an diesem spannenden Event teilzunehmen.

## Isb h-Podcast: „Sportgebabbel“

Thema der Folge: Kindeswohl

**Untertaunus.** Wie Vereine zu einem sicheren Ort für alle werden können, zählt zu den wichtigsten Themen im organisierten Sport. Auf Bundesebene wird an einem Zentrum für Safe Sport gearbeitet, aber auch in den Ländern sind in den vergangenen Jahren viele Entwicklungen angestoßen worden. Verbände, Sportkreise und Vereine setzen sich aktiv dafür ein, dass sexualisierte und andere Formen von Gewalt gar nicht erst auftreten. Über den

Status quo spricht der Kindeswohlbeauftragte Heiko Heger in der aktuellen Folge des „Sportgebabbel“, dem Podcast des Landessportbundes Hessen (Isb h). Er ermutigt andere Vereine, im Bereich Kindeswohl aktiv zu werden – und dem „Bündnis Safe Kids“ der Sportjugend beizutreten.

Als Kindeswohl vor mehr als zehn Jahren zum gesamtgesellschaftlichen Thema wurde, stand vor allem die sexualisierte Gewalt im Fokus. „Ich werbe

dafür, den Blick zu weiten“, sagt Heger. Denn auch psychische Gewalt, also beispielsweise Mobbing oder Ausgrenzung, könne zu einem größeren Problem werden. Der ehemalige Hammerwurf-Hessenmeister engagierte sich bereits im Kindeswohl, als es im Vereinssport noch keine große Rolle spielte. Die fünfte Podcast-Folge findet sich auf allen gängigen Podcast-Plattformen (Spotify etc.) und online auf [landessportbund-hessen.de/podcast](http://landessportbund-hessen.de/podcast)

## Gymnastik für Senioren

Ab dem 30. Januar in der Turnerstubb der TG-Turnhalle

**Camberg.** Bei der Turngemeinde Camberg gibt es ab Dienstag, 30. Januar, einen neuen Kurs „Sitzgymnastik“. Ältere Mitbürger, insbesondere mit Bewegungseinschränkungen, die aber dennoch aktiv sein wollen, sind hier die Zielgruppe. Vormittags um 10.30 Uhr wird begonnen in der Turnerstubb der TG-Turnhalle in der Jahnstraße. Der

Stuhl dient als Haltepunkt und leichte Bewegungsübungen sind abwechslungsreich. Dabei wird kombiniert mit Kleingeräten und ein ruhiger Entspannungsteil bildet das Finale. Ziele sind u.a. eine gute Körperwahrnehmung, die Stärkung der Grobmotorik und eine bessere Beweglichkeit. Anmeldung und Rückfragen bitte unter (06434) 7506.

## Mitgliederversammlung

Beim TV Idstein am 1. Februar

**Idstein.** Am Donnerstag, 1. Februar, findet ab 19.30 Uhr im Turn- und Sportzentrum des TV Idstein die diesjährige Mitgliederversammlung des über 4200 Mitglieder starken Mehrspartenvereines statt. Aus diesem Grund fallen an diesem Abend die Trainingsstunden auf allen Sportanlagen aus. Neben den formalen Tagesordnungspunkten stehen die geplante Beitragserhöhung, die Jahresplanung des Vereines und der Abteilungen, sowie das Vereinskonzert „Verein vereint“ mit der Fahne der Wertschätzung im Mittelpunkt der Beratungen. Bei der Beitragserhöhung geht es um die verbesserte Übungsleiterentschädigung, weitere

Baumaßnahmen und natürlich auch um die Folge der Preissteigerungen per Inflation und Energiekosten. Die Beitragserhöhung wird durchschnittlich etwa 2 Euro/Mitglied/Monat ausmachen. Das ist, nachdem die letzte Erhöhung immerhin 5 Jahre zurückliegt und die geplante Erhöhung für die nächsten drei Jahre ausreichend sein sollte, sehr moderat. Der Vorstand verweist darauf, dass aus der letzten Erhöhung der Bau des Kunstrasenplatzes Glyn-Sportgelände inzwischen abschließend bezahlt ist und die Darlehnsbelastung aus dem Bau der Mike Schillings Halle deutlich zurückgefahren werden konnte.

**Limbach.** Einen gelungenen Testlauf beim internationalen Indoor-Aquathlon in Luxemburg absolvierten die Limbacher Klara Strohkendl (Jugend A), Samuel Braun (Junioren) und Tom Borst (Junioren). Verstärkt wurden die TSGler durch die beiden Wiesbadener Athleten des Talentstützpunktes Audrey Kurr (Jugend B) und Justus Zehmer (Jugend B).

Gestartet wurde altersklassenübergreifend über 300m Schwimmen in der Schwimmhalle. Nach dem Schwimmen wurde direkt in die Laufschuhe gewechselt und 800m auf der Indoor-Laufbahn in der benachbarten Halle gelaufen. Dieses sehr kurze und spannende Format sorgte für spannende

Rennen, da in den jeweiligen Läufen nur wenige Athleten in die nächste Runde einzogen bis es über Viertel- und Halbfinale zum finalen Showdown der besten zwölf Sportlerkam.

Tom Borst überzeugte als souveräner Zweiter seines Vorlaufes. In der nächsten Runde konnte er auch durch einen Wechselfehler nicht in den Kampf um das Halbfinale eingreifen. Die anderen Starter schieden jeweils in der ersten Runde aus; konnten sich dann jedoch im Hoffnungslauf nochmals gegen zum Teil deutlich ältere internationale Konkurrenz beweisen und wertvolle Rennerfahrung sammeln.

Ebenfalls am Start waren die Mitglieder des Bundesligaka-

ders der SG Limbach/Elz: Sebastian Klein (Junioren), Kolja Rüb (Jugend A) und Henri Malcharek (Jugend A), die mit guten Leistungen überzeugten und in Person von Klein und Malcharek wie Tom Borst den Einzug ins Viertelfinale schafften. Lea Borst (Jugend A) zeigte bei ihrer Premiere im Einteiler des Saarlandes ebenfalls eine überzeugende Leistung und zog bis ins Halbfinale vor, in dem sie nur knapp den Finalinzug verpasste.

Über den Jahreswechsel zog es die Hessenkaderathleten zum Schwimm- und Skilanglauftrainingslager nach Innsbruck. Gemeinsam mit dem Saarlandkader, dem das Limbacher Eigengewächs Lea Borst nach

ihrem Umzug in den dortigen Bundesstützpunkt mittlerweile angehört, wurden neben den täglichen Einheiten auch die Vierschanzentournee besucht und am Silvesterlauf in Innsbruck teilgenommen.

Unter anderem mit einem gemeinsamen Weihnachtslauf über 14 bis 24km am Morgen des Heiligabends bereiteten sich die Triathleten auf die Saison vor. Über den Winter werden so auch immer wieder regionale Laufwettkämpfe als Formtest und Tempoinheit absolviert. Nächste Schwerpunkte im Februar sind der Swim and Run in Darmstadt sowie ein Kick-Off Wochenende der Bundesligamannschaft auf der Ronneburg.



Das Limbacher Team beim gemeinsamen Weihnachtslauf.

FOTO: ARMIN BORST

# Planen - Bauen - Sanieren



## Isolierend & schalldämmend

Glasfasertapeten sind gesunde Multitalente

Die Zeiten, in denen eine Tapete rein dekorativ war, sind vorbei. Denn moderne Wandbeläge können viel mehr als nur schön aussehen: Sie tragen zu einem angenehmen Raumklima bei, können die Heizkosten senken und die Raumakustik verbessern. In

der Summe steigert das den Wohnkomfort merklich. Basis sind spezielle Glasgarne, aus denen die innovativen Wandbeläge gewebt werden. Die Ergebnisse sind verblüffend: Die Heizwärme entweicht wesentlich langsamer ins Mauerwerk, es wird also schneller

warm im Raum. Das spart Energie. Gleichzeitig verbessert sich die Akustik - die Tapete ist in die Schallabsorberklasse E eingestuft und reduziert störenden Hall. Das macht sich vor allem in größeren Räumen deutlich bemerkbar. Das Glasfasergewebe ist zudem

emissionsfrei, was sich positiv auf das Raumklima auswirkt. Die Multitalente aus Glasfaser werden meistens in Rohweiß geliefert und können in allen denkbaren Farben gestrichen werden. Zudem gibt es sie in verschiedenen Struktur-Designs.



Glasfasertapeten sehen nicht nur gut aus, sie können auch die Raumakustik verbessern.

FOTO: ANNASTILLS/ADOBESTOCK/VITRULAN.COM

■ (vitruLAN)

**WIR FINDEN FÜR JEDE SITUATION DIE PASSENDE LÖSUNG.**

Fenster und Türen in großer Vielfalt für modernes Wohnen.

**müller+co**  
Fenster und Türen

Auf dem Kleinen Feld 34  
65232 Taunusstein-Neuhof  
Telefon 06128 9148-0  
www.fenster-mueller.de

**Bücher**  
SCHLOSSEREI · METALLBAU

- Fenster
- Vordächer
- Reparaturen
- Torantriebe
- Haustüren
- Fenstergitter
- Einzäunungen
- Terrassendächer
- Garagentore
- Geländer
- Insektenschutz
- Feuerschutztüren

Wir fertigen für Sie aus Stahl, Aluminium und Edelstahl

Aarstraße 223 65232 Taunusstein Wehen  
Telefon: (0 61 28) 87 60 Telefax: (0 61 28) 8 64 01  
E-mail: info@buecher-metallbau.de www.buecher-metallbau.de

**christof diehl**  
RAUM · AUSSTATTUNGEN

Insektenschutz zum Aktionspreis bis zum 29.02.2024

**MHZ**  
LICHT · RAUM · WESEN

- Gardinen
- Sonnenschutz
- Tapeten
- Teppichböden
- Parkett
- Laminat
- Korkböden
- Polsterei

**10% Aktionsrabatt**

65510 Idstein · Wiesbadener Straße 33 · Telefon 061 26 22428 10  
info@raumausstattung-diehl.de · www.raumausstattung-diehl.de

**EINE OASE ZUM WOHLFÜHLEN**  
Design, Innovation und Qualität zu fairen Preisen

- Ganzglas-Duschabtrennungen nach Maß
- Glasplatten & Spiegel nach Maß auch mit hochwertiger Beleuchtung
- Ganzglastüren & -Anlagen
- Glasgeländer und Windschutz
- Küchenrückwände

Schon mal an Glas statt Fliesen gedacht? Besuchen Sie unsere Ausstellung!

**Ständig wechselnde Aktionen! Fragen Sie nach!**

**Glaseri Schmitt**

65232 Taunusstein · Erich-Kästner-Str. 3  
061 28 / 93 54 06 · info@glaseri-schmitt.de

Gesundheit

ANZEIGE

FULMINAN

Für sichtbar schöne und strahlende Haut



Der Wunsch einer jeden Frau: schöne Haut! Doch mit dem Alter erschläft die Haut an den typischen Problemzonen wie Gesicht, Dekolleté, Arme und Oberschenkel. Der Grund: Die körpereigenen Kollagenspeicher leeren sich. Doch Sie können etwas tun! Der beliebte Kollagen-Drink Fulminan (Apotheke) gibt reifer Haut, was sie braucht: Er führt dem Körper bioaktive Kollagen-Peptide zu, die Kollagenspeicher werden wieder aufgefüllt!

Zusätzlich enthält Fulminan ausgewählte Vitamine und Mineralstoffe, die ein strahlendes Hautbild unterstützen können: Vitamin C fördert eine normale Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut. Kupfer, Zink und Biotin tragen u. a. zu einem normalen Bindegewebe bzw. zum Erhalt normaler Haut bei. Vitamin E schützt die Zellen vor oxidativem Stress.

Machen auch Sie den Kollagen-Drink zu Ihrem täglichen Beauty-Ritual und fragen Sie in Ihrer Apotheke nach Fulminan!

Mit wertvollen Vitaminen und Mineralstoffen

Für Ihre Apotheke: (PZN 13306108)



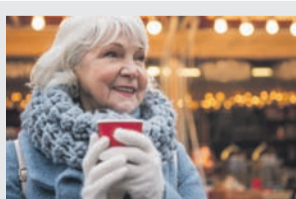
www.fulminan.de

# Winterblues in den Muskeln?

Zahlreiche Menschen profitieren von diesem CBD Gel

Die eisige Kälte im Winter strapaziert die Muskeln, Bewegung und sportliche Aktivitäten beanspruchen sie zusätzlich. Ein wahrer Winterblues für die Muskeln. Viele Menschen verlassen sich daher auf Rubaxx Cannabis CBD Gel – dem Nr. 1 Gel aus der Apotheke für die Pflege beanspruchter Muskeln.

Helmut W. liebt wie viele den Wintersport, doch entsprechend strapaziert sind seine Muskeln nach einem Tag in den Bergen. Denn durch körperliche Aktivitäten werden die Muskeln beansprucht, dazu gehören im fortgeschrittenen Alter auch schon alltägliche Bewegungen wie ausgiebige Winterspaziergänge. Daher ist es wichtig, die beanspruchten Muskeln und Verspannungen zu pflegen.



„Ich habe Rubaxx öfters nach dem Sport aufgetragen und die Muskeln entspannen sich dadurch deutlich. Es lässt sich leicht auftragen. Sehr empfehlenswertes Produkt!“  
(Irene T.)



Besonders in der kalten Jahreszeit klagen viele Menschen über beanspruchte Muskeln.

Seine Frau Ulrike ist froh, dass er Rubaxx entdeckt hat: „Mein Mann ist mehr als zufrieden, er meinte, das Gel ist das Beste, das er bisher verwendet hat, er geht mit Freude wieder

Ski fahren!“ Schnell hat sich das im Bekannten- und Familienkreis herumgesprochen, erzählt Ulrike weiter: „Seine Schwester hat es nun auch, sie ist auch sehr begeistert.“ Immer mehr

### Vitamin D: die Power für Knochen und Muskeln

Vitamin D, bekannt für den Erhalt normaler Knochen, ist ebenso wichtig für eine normale Muskelfunktion. Doch eine 40-jährige Person bildet nur noch etwa 75 % Vitamin D selbst, während eine 70-jährige Person nur noch die Hälfte bilden kann. Unser Tipp: das pureSGP Vitamin D3 1.000 I.E., das aus hochqualitativem, geschmacksneutralem Kokosöl besteht und eine optimale Aufnahme im Körper ermöglicht.

Menschen greifen zum Nr. 1 CBD Gel aus der Apotheke: Rubaxx Cannabis CBD Gel. Was steckt dahinter?

### Zertifiziertes Cannabis Gel mit hohem CBD-Gehalt

Experten haben sich umfassend mit dem Trendstoff CBD aus der Cannabispflanze beschäftigt und konnten aus der Cannabissorte sativa L. hochwertiges, reines CBD isolieren. Mit einer Dosierung von ~ 600 mg CBD ist Rubaxx Cannabis CBD Gel das Nr. 1 CBD Gel in deutschen Apotheken! Das Cannabis CBD

Gel ist mit Menthol und Minzöl angereichert, zur Pflege beanspruchter Muskeln und wird unter höchsten Qualitätsstandards in Deutschland hergestellt. Bei jeder Produktion wird streng darauf geachtet, dass die geforderte Menge an CBD im Produkt enthalten ist. Verbraucher können das Gel je nach Bedarf mehrmals täglich auf die Haut auftragen. Das Gel wird ganz einfach an der entsprechenden Körperstelle einmassiert. Aufgrund der leichten Formel zieht das Gel schnell ein und fettet nicht.

**Tipp für unsere Leser**

Jetzt Rubaxx CBD Gel auf [pureSGP.de](http://pureSGP.de) online bestellen und gratis Vitamin D3 sichern!\*

**UVP 14,95 € GRATIS\***

**pureSGP.de**

\*Bei einer Bestellung von Rubaxx Cannabis CBD Gel; nur solange der Vorrat reicht

\*CBD Gelle; Absatz nach Packungen, Quelle: Insight Health, MAT 06/2023 • Rubaxx Cannabis CBD Gel ist ein Kosmetikum und enthält ca. 600 mg CBD, kein THC. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Namen geändert

# Bewusst & gesund leben



## Natürlich schön von Kopf bis Fuß

Mit basischer Beautypflege Haut und Umwelt schützen

### Medizinische Fußpflege

Renate Sommer



Roßbachhöhe 6  
65232 Taunusstein  
Telefon  
0 61 28 - 4 52 61

www.lz-am-sonntag.de

Nachhaltigkeit und Natürlichkeit werden vielen Menschen immer wichtiger. Sie wollen die Umwelt und ebenso sich selbst weniger mit schädlichen Stoffen belasten. Das betrifft die unterschiedlichsten Lebensbereiche. Und so ist auch die Naturkosmetik weiter auf dem Vormarsch. Laut Statista hat sich der Umsatz in Deutschland hier im vergangenen Jahrzehnt etwa verdoppelt. Doch wie findet man sich in dem unüberschaubaren Beautydschungel zurecht? Ein Anhaltspunkt, der sich seit vielen Jahren bewährt hat,



Natürlich zarte Haut: Peelings mit einem mineralischen Pflegesalz können unschöne Verhornungen etwa an den Ellenbogen lösen.

FOTO: DJD/JENTSCHURA/GETTY IMAGES/PROSTOCK-STUDIO



### Termine in der Med. Fußpflege frei

Wir haben eine neue Kollegin in der Fußpflege, daher nehmen wir nun auch wieder neue Kunden auf.

Terminanfrage bitte telefonisch: 06128-73437

Cura Vera – Physiotherapie, Fußpflege, Gesundheitstraining & Kurse  
Idsteiner Str. 81, 65323 Taunusstein-Neuhof, Tel. 0 61 28 / 7 34 37



ist die basische Haut- und Körperpflege. Sie beinhaltet verschiedene Anwendungen,

die das heimische Badezimmer in eine echte Wellness-Oase verwandeln.

mit einem Peeling direkt unschöne Verhornungen lösen will, gibt ein wenig von dem Pflegesalz in die feuchten Hände und massiert die Haut behutsam in kreisenden Bewegungen. Unter www.p-jentschura.com gibt es weitere Anregungen in den verschiedenen Themenwelten. Sie können der Einstieg für eine regelmäßige basische Pflegeroutine sein.

Schönheit auch von innen kommt, sind zudem die richtigen Nährstoffe gefragt. Wie eine Untersuchung mit Probanden aus verschiedenen Ländern ergab, hatten diejenigen Studienteilnehmer die wenigsten Hautschäden, die überwiegend Gemüse, Olivenöl, Fisch, Getreide und Hülsenfrüchte verzehrten.

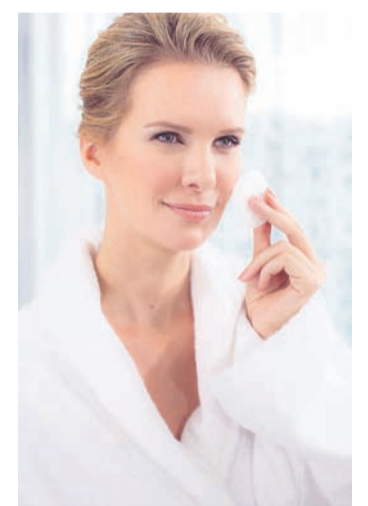
■ (dpd)

### Verwöhnende Bäder und Peelings

Wohltuende Entspannung bieten basische Voll-, Sitz- oder Fußbäder. Sie sollten kurweise zwei- bis dreimal pro Woche für mindestens 30 Minuten durchgeführt werden. Dabei heißt es einfach abschalten und genießen. Mithilfe eines basisch-mineralischen Pflegesalzes wie „Meine Base“ bekommt das Wasser einen pH-Wert von etwa 8,5, wodurch die Selbstfettung und Reinigung der Haut gefördert wird. Dieser Wert orientiert sich dabei ganz an dem Vorbild der Natur, schließlich ist schon das Fruchtwasser im Mutterleib basisch. Zusätzlich können Bürstungen die Ausscheidung von schädlichen Säuren über die Haut unterstützen. Dabei wird zugleich die Durchblutung gefördert, die Körperhülle wirkt glatter, feiner und rosiger. Wer

### Sauerstoff für eine schöne Haut

Eine wichtige Rolle spielt in der Schönheitspflege auch der Sauerstoff. Der menschliche Organismus besteht zu etwa 60 Prozent aus Sauerstoff. Die Versorgung erfolgt hauptsächlich über die Atmung, aber auch über die Haut. Sauerstoffbehandlungen nach Dr. h. c. Peter Jentschura für Gesicht und Körper können gezielt die Mikrozirkulation anregen und die Hautregeneration fördern. Tägliche Bewegung an der frischen Luft darf ebenfalls nicht fehlen. Da



Hautwasser mit Sauerstoff und ätherischen Ölen kann belebend wirken und die Mikrozirkulation anregen.

FOTO: DJD/JENTSCHURA INTERNATIONAL/DAVID HOELKER

**STARTE FIT & GESUND  
IN DAS NEUE JAHR!**

WIR SETZEN MIT DIR DEINE GUTEN VORSÄTZE IN DIE TAT UM!

### CLEVER FIT BAD CAMBERG

Frankfurter Str. 60-62 · 65520 Bad Camberg

### CLEVER FIT IDSTEIN

Black-und-Decker Str. 17 · 65510 Idstein

### CLEVER FIT BAD SCHWALBACH

Nikolaus-August-Otto-Straße 16 · 65307 Bad Schwalbach

**clever  
fit**

\* Bringe diese Anzeige mit ins Studio und erhalte 14 Tage kostenloses Probetraining. Nur einmal pro Person einlösbar.

\*\* Bei Abschluss einer All In Mitgliedschaft mit 18 Monaten Mindestlaufzeit trainierst du die ersten 6 Monate für nur 20,24 €/Monat, danach 39,90 €/Monat. Zzgl. einmaliger Startgebühr in Höhe von 49,90 € und vierteljährlicher Servicepauschale in Höhe von 9,90 €. Ein Angebot eines Studios der cf PP Fitness GmbH, Black-und-Decker Str. 17, 65510 Idstein; Frankfurter Str. 60-62, 65520 Bad Camberg.



### Gesunde Ernährung.

Aktuelle Foodtrends setzen auf frische, gesunde Bio-Lebensmittel und Lieferdienst 0151-22604111

65232 Taunusstein  
Aarstr. 110 • 06128-93 40 77  
Mo. bis Fr. 9:00 bis 20 Uhr  
Sa. 8:30 bis 18 Uhr

**terra verde  
biomarkt**



# Bewusst & gesund leben



## Fitnessfans wollen gut betreut sein

Studium/Ausbildung: Gute Perspektiven in der Fitness- und Gesundheitsbranche

Gesundheit ist ein zentraler Wert in der Gesellschaft; während der Pandemie hat sich der hohe Stellenwert von Fitness- und Gesundheitstraining deutlich gezeigt. Nach den Beschränkungen der vergangenen Jahre kommen immer mehr bestehende und neue Mitglieder in die Anlagen, um von den positiven Effekten eines Trainings langfristig zu profitieren. Das illustrieren die kürzlich erhobenen „Eckdaten der deutschen Fitnesswirtschaft 2023“. Darüber hinaus haben Fachkräfte in der Zukunftsbranche attraktive berufliche Möglichkeiten.



Wer trainiert, möchte dabei gut betreut sein: Fachkräften bieten sich in der Fitness- und Gesundheitsbranche sehr gute berufliche Perspektiven.

FOTO: DJD/DHFPG/BSA

### Verschiedene Optionen von Studium und Weiterbildung

Wegen der großen Nachfrage nach Fitness- und Gesundheitstraining muss eine bedarfsgerechte und fundierte Betreuung aller Mitglieder, die in Fitness- und Gesundheitsanlagen trainieren, sichergestellt sein. Entsprechend groß ist das Potenzial für gut ausgebildete Fachkräfte. Qualifizieren können sich künftige Fitness- und Gesundheitsexperten beispielsweise an der staatlich anerkannten Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG). Diese bietet sieben duale Bachelor-Studiengänge, vier Master-Studiengänge, ein Graduiertenprogramm sowie über 100 Hochschulweiterbildungen in den Bereichen Prävention, Gesundheit, Ernährung, Fitness, Sport und Informatik an. Zudem können sich Interessierte in Lehrgängen der BSA-Akademie nebenberuflich im Zukunftsmarkt Prävention, Fitness und

Gesundheit qualifizieren und weiterbilden. Mehr Infos zu beiden Qualifizierungsmöglichkeiten gibt es unter [www.dhfp-g-bsa.de](http://www.dhfp-g-bsa.de).

### Nachholbedarf in Fitness- und Gesundheitsbranche: Fachkräfte sind gefragt

„Der Nachholbedarf an Fitness- und Gesundheitsdienstleistungen ist enorm und die positiven Effekte zeichnen sich bereits im Markt ab. Entsprechend ist die Branche mehr denn je gefordert, diesen Bedarf zu decken“, betont beispielsweise auch Ralf Capelan, Vorstandsmitglied und Schatzmeister des Arbeitgeberverbandes deutscher Fitness- und Gesundheits-Anlagen (DSSV). Analog dazu schlägt sich diese Entwicklung auch in den Mitgliederzahlen deutscher Anlagen nieder: Ende 2022 konnten die Fitness- und Gesundheitsanlagen 10,3 Mil-

lionen Mitglieder verzeichnen. Dieser Wert entspricht einem Zuwachs von einer Million Mitgliedern im Vergleich zum Vorjahr und erreicht mit dieser Marke gleichzeitig erstmals das Vorkrisenniveau. Das zeigen die „Eckdaten der deutschen Fitnesswirtschaft 2023“, eine Datenerhebung des DSSV, der Prüfungs- und Beratungsgesellschaft Deloitte sowie der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG).

■ (dpd)

KERSTIN BENFER  
**HOL DIR DEINE GESUNDHEIT ZURÜCK**  
Du verdienst ein Leben voller Wohlbefinden. Meine individuelle Gesundheitsberatung unterstützt dich dabei, deine Gesundheit zurückzugewinnen und Beschwerden zu lindern. Erfahre, wie du deine Selbstheilungskräfte aktivierst und deine Lebensqualität steigert.

[www.kerstin-benfer.de](http://www.kerstin-benfer.de)  
[kb\\_keeppbreathing@yahoo.com](mailto:kb_keeppbreathing@yahoo.com) · 0157- 37731794

Ganzheitliche Ernährungs- und Gesundheitsberatung

**14 JAHRE HYPNOSE PRAXIS TAUNUSSTEIN**

**Schnelle Hilfe, professionell und kompetent**  
Gesundheit, Chronische Beeinträchtigungen, Selbstbewusstsein und Selbstfindung, Innere Blockaden, Probleme in Beruf und Partnerschaft, Ängste und Phobien, Trauer und Verlust, Gewichtsreduktion, Nichtraucher, Lebensfreude

**Für Kinder ab 10 J., Jugendliche und Erwachsene**

Erik Grösche · Heilpraktiker (Psychotherapie)  
Platter Straße 87 · Taunusstein-Wehen  
06128 - 247704 · [www.Horizontweiterer.de](http://www.Horizontweiterer.de)

**BULLS GYM** 2010

Muay Thai · Kickboxen/K1 · Fitness-Boxen  
Selbstverteidigungskurse auf Anfrage  
Personaltraining auf Anfrage

Erich-Kästner-Straße 5 • 65232 Taunusstein  
06128-7990816 od. 0179-5036821 • [info@bulls-gym.de](mailto:info@bulls-gym.de)

<b>BREITENSPORT</b> Bleibe fit, gesund und ausgeglichen.	<b>WETTKAMPF</b> Messe dich mit anderen, finde Deine Grenzen heraus und gehe über sie hinaus!	<b>FITNESS</b> Verbessere Deine Kondition, werde ausdauernder, selbstbewusster und stärker.
---	--	--

**PHYSIOTHERAPIE**

KG (Krankengymnastik)  
MT (Manuelle Therapie)  
KG-ZNS (PNF)  
MLD (Manuelle Lymphdrainage)  
KGG (Krankengymnastik am Gerät)  
CMD (Cranio-mandibuläre Dysfunktion)

Fußreflexzonen-therapie  
Triggerpunkt-therapie  
Schmerztherapie  
Faszien-Taping  
Faszientherapie  
Schröpftherapie

Infrarotlicht  
Heiße Rolle  
Warmpackung  
Kältetherapie

**(Kinder-) OSTEOPATHIE**

**Jetzt zeitnahe Termin vereinbaren**

**KONTAKT**  
Scheidertalstraße 198  
65232 Taunusstein  
06128-7579422  
[www.medi-rogh.de](http://www.medi-rogh.de)  
[mail@medi-rogh.de](mailto:mail@medi-rogh.de)

## Dein Kampfsport-Verein im Rhein-Main-Gebiet

Wir bieten u.a. auch

- Kurse für Kleinkinder ab 3 Jahren
- Eltern-/Kind-Training



**TAUNUS FIGHTER**  
BY

Kampfsport ist mehr als eine reine „Schulhofklopperei.“ Er ist vielseitig, bedient viele verschiedene Techniken, fördert die verschiedensten Muskelgruppierungen und funktioniert am besten in einer coolen Community. Diese findest du bei uns, bei den Taunusfightern in Idstein. Wir bieten euch Boxen, Krav Maga, Kick-Boxen Funktionelles Training, MMA oder Muay Thai an. Hierbei steht die Umsetzung unseres Wertesystem in jeder Sportart an erster Stelle. Vor allem im Jugend- und Kindertraining bringen wir den Kids den respektvollen Umgang mit ihren Mitmenschen spielerisch bei.

**TAUNUSFIGHTER GYM**  
Richard-Klinger-Straße 18  
65510 Idstein · Tel. 0176 66685890  
[info@taunusfighter-idstein.de](mailto:info@taunusfighter-idstein.de) · [www.taunusfighter-idstein.de](http://www.taunusfighter-idstein.de)

**TAUNUSFIGHTER PRO GYM**  
Großer Feldbergweg 2  
65510 Idstein · Tel. 0176 66685890  
[info@taunusfighter-idstein.de](mailto:info@taunusfighter-idstein.de) · [www.taunusfighter-idstein.de](http://www.taunusfighter-idstein.de)



# Zweite Verwendung für Tannenbäume vom Kinder-Sternschnuppenmarkt

## Projekt ‚Waldliebe‘ pflanzt sie im Taunussteiner Wald

**Untertaunus.** Am Sonntag, 14. Januar, ging in Wiesbaden der Kinder-Sternschnuppenmarkt für diese Saison zu Ende. Er überraschte Groß und Klein mit einem Wichtelwald aus insgesamt 140 eingetopften Tannenbäumen, die zwischen 1,20 und 2 Meter groß sind. Diese werden nun nachhaltig verwertet.

Christiane Hinninger führt hierzu aus: „Die 140 kleinen Tannen, die viele Menschen auf dem Wiesbadener Kinder-Sternschnuppenmarkt erfreut haben, sollen jetzt dank ehrenamtlicher Hilfe wieder wachsen können und damit nachhaltig verwertet werden.“

Die Tannenbäume wurden von der veranstaltenden Wiesbaden Congress & Marke-



(v.l.) Leon Martin, Jürgen Lehmann, Enno Uhde, Christoph Mika und Simon Rottloff packten beim Projekt mit an.

FOTO: WIESBADEN.DE

### STADA und DRK: Gesundheit für Alle

ANZEIGE

In Deutschland sind alle Menschen krankenversichert – das denkt zwar die Mehrheit, jedoch entspricht es nicht der Realität.

Trotz Versicherungspflicht haben in Deutschland mindestens 60.000 Menschen keine Krankenversicherung. Weit mehr Menschen können sich nicht die nötige Gesundheitsversorgung leisten.

An dieser Stelle setzen das Deutsche Rote Kreuz (DRK) und das Pharmaunternehmen STADA an. Mit regionalen Hilfsprojekten verbessert das DRK die Gesundheitsversorgung Bedürftiger. STADA unterstützt seit Mitte 2022 bei der Projekt-Finanzierung.

Mit jedem STADA-Produkt aus dem OTC-Generika-Sortiment, das in Apotheken verkauft wird, gehen 2 Cent an Projekte des DRK. OTC-Generika sind Standard-Arzneimittel mit bekannten Wirkstoffen, wie Paracetamol, Ibuprofen oder Pantoprazol.

Vom Sommer 2022 bis Ende 2023 sind so schon über 250.000 Euro

zusammengekommen, um Bedürftigen deutschlandweit zu helfen. Das Geld geht direkt an die lokalen Hilfsprojekte des DRK, zum Beispiel für die aktivierenden Hausbesuche in Süd-West-Deutschland. Die Kooperation zwischen STADA und dem DRK wird auch 2024 fortgesetzt. Jeder kann mit dem Kauf eines Medikaments aus dem OTC-Generikasortiment von STADA die Initiative unterstützen.



Durch regelmäßige Besuche helfen Ehrenamtliche älteren Menschen dabei, Demenz, sozialer Isolation und Bewegungsmangel entgegenzuwirken.

ring GmbH in Töpfen mit Erde gekauft und regelmäßig gewässert, damit sie auch nach der Veranstaltung weiter verwendet werden können. Simon Rottloff, Veranstalter des Kinder-Sternschnuppenmarktes ergänzt: „Gemeinsam mit dem in Taunusstein ansässigen Verein ‚Leben in Hammbach e.V.‘ werden die Bäume nun im Rahmen des Projekts ‚Waldliebe‘ im Taunussteiner

Wald eingepflanzt. Der Verein holt die Bäume nach Ende des Kinder-Sternschnuppenmarktes ab und lagert sie zwischen, bis sie eingepflanzt werden können.“

Gemeinsam mit Bürgermeisterin Hinninger dankt Rottloff dem Verein herzlich für das Engagement. Ein großer Dank gilt ebenfalls den ehrenamtlichen Akteuren, die die Bäume

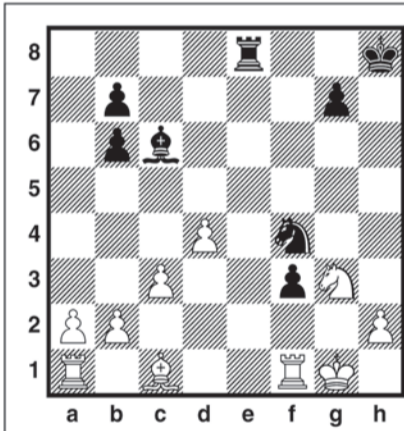
abholen (Garten- und Landschaftsbauer Leon Martin aus Taunusstein) und bis zur Einpflanzung im Frühjahr einlagern (Christoph Mika von der Firma Fornara, ebenfalls in Taunusstein ansässig) sowie dem Förster Hartmut Schneider von HessenForst, der das Projekt fachlich begleitet. Auch der Hambacher Ortsvorsteher Jürgen Lehmann begrüßt die Aktion: „Die Idee

‚Second life for first class trees‘, die den vielen Tannenbäumen nun im Taunussteiner Stadtwald zu einer neuen Heimat verhilft, passt großartig in das Nachhaltigkeitskonzept des Projektes, denn das Waldliebe-Konzept ist auf Jahre angelegt, es sind immer neue Aktionen und auch ein Bewässerungssystem ist geplant. Wir freuen uns auf die Taunussteiner ‚Neubürger‘.“

## Für kluge Köpfe!



### Schachaufgabe Nr. 31



Partiestellung Schwarz am Zug gewinnt (Matt in spätestens vier Zügen).

**Kontrollstellung:** Weiß: Kg1, Ta1, f1, Lc1, Sg3, Ba2, b2, c3, d4, h2 (10)

**Schwarz:** Kh8, Te8, Tf3, Lc6, Sf4, Bb6, b7, g7 (8)

### Rechenkünstler

6	+		:		=2
+		+		x	
	+		-		=1
-		-		-	
	-		+		=6
=3		=1		=5	

Welche Zahlen müssen in die weißen Felder des Schachbretts eingesetzt werden, damit sich waagrecht und senkrecht, jeweils der Reihe nach, eine schlüssige Rechenaufgabe ergibt?

### Kreuzworträtsel mit Pfiff

Sechs Felder in diesem Kreuzworträtsel werden schwarz. Finden Sie selbst heraus, welche Felder das sind.

1		2		3	4	
			5		6	
7	8					
9						
	10					

**Waagrecht:** 1 Knochengerüst, 5 Nestorpagei, 7 Chrisam, 9 Geländeform, 10 Geliebte des Zeus

**Senkrecht:** 1 Besucher eines Lokals, 2 Figur in „Die Vielgeliebte“, 3 orthodoxes Kultbild, 4 ugs.: nein, 6 Fluss zum Pregel, 8 verwesender Tierkörper.

### Silbenrätsel

Aus den Silben: bu - da - dal - die - ener - fe - flug - gie - ka - la - mot - ol - rei - ren - rund - sen - ska - skan - sum - to - ver - vi - wa **bilde man 11 Wörter nachstehender Bedeutungen.**

- beliebter alter Schlager
- Argernis, Eklat
- Meeresbucht
- vollendete Entwicklung
- Sichtvermerk im Pass
- Wahlspruch
- Tierleiche, Aas
- Tatkraft
- Handelsgüter
- Maßeinteilung
- Besichtigungsausflug

Die dritten Buchstaben - von oben nach unten - und die fünften - entgegengesetzt gelesen - ergeben einen Spruch.

### Im Handumdrehen

lau - Lese - Till - Taube - kein - Bar - Ras

Von den oben stehenden Wörtern ist der Anfangsbuchstabe zu streichen und dafür ein anderer Endbuchstabe hinzuzufügen, sodass neue, sinnvolle Wörter entstehen. Die angehängten Buchstaben nennen dann eine Fechtwaffe.

Renovierung	Roman von Zola	politisches Gemeinwesen	Eingeweihener (engl.)	Geruch tilgend. Mittel/Kurzw.	Abk.: South Carolina	engl. Jagdhund	Jünger, Verführer Jesu	handeln
Provinz in Kanada		schwerfällig	frz. Farbfernsehsystem/Abk.				Aufsichtsgeistlicher	Hauptstadt in Vorderasien
			darreichen	Blasmusiker	Schwellung	Verabredung (engl.)		
behtusam	Auto-stopper	eingedickter Frucht-saft			Ital. Gebirgstruppe	ost-westf. Landschaft	Zeichen für Helium	
Hüter d. wildlebenden Tiere		musku-lös	europ. Hochgebirge		dänische Insel südl. von Fünen	Speisefisch	japan. Selbstverteidigung	ver-steckt, ver-borgen
Hand-lungen, Aktio-nen	Hand-produkte, Stricke		Schweiz. Sagen-held	Mandel-zündung		ein Brenn-stoff	bestimm-ter Artikel	
Stäbe	Ab-schieds-gruß	Heb-riden-in-sel		Abk.: Mister	franz. Schrift-steller † 1951			
Kurz-form v. Eduard		Erfrichungs-getränke		Amts-, Ge-schäfts-bereich				31
Norm. Richt-schnur								

### Sudoku

Viel Vergnügen bei diesem japanischen Rätselspaß!

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

Das Diagramm ist mit den Zahlen 1 bis 9 aufzufüllen. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile und jeder Spalte und in jedem 3x3-Feld nur einmal vorkommen.

### Auflösung aus der vorigen Nummer

**Schach:** 1. De8 - h8†, Lg1 - h2; 2. Dh8 - a8, Lh2 - g1; 3. Da8 - a1, Kg1 - h2; 4. Da1 - h8 matt.

**Plattenrätsel:** 1 Sperling, 2 Miserere, 3 Diabetes, 4 Manitoba, 5 Rasputin.

**Symbolrätsel:** 2 8 5 + 4 1 2 = 6 9 7  
2 5 2 + 1 3 7 = 3 8 9  
3 3 + 2 7 5 = 3 0 8

**Lustiges Silbenrätsel:** 1 Maß halten, 2 Ausflug, 3 exportieren, 4 Heuschrecken, 5 Messehalle,

### Visitenkarte

Welchen Beruf übt diese Dame aus?

Änne D. Bihl Chur

### Schwedenrätsel:

■ ■ ■ L W ■ ■ ■ ■ ■ U P ■ ■ ■ ■ ■  
G E P A E C K A N N A H M E  
■ H T I T U S ■ I R A T  
D E N E B R R S O R A Y A  
■ D R R L E B E N S S G  
B E N D E N H H L E S E  
I M M E ■ E S E M I N A R  
■ B I R R E N N O T E  
B A R O N E ■ K ■ K O L I N  
■ D Y ■ T ■ S T I R N R ■  
■ L O B E L I E ■ A N Z I G  
■ I S A R ■ G ■ B U S U K I  
■ G L I B E R O S ■ L E E  
D E Z I M A L ■ R E T U R N

6 ausnahmsweise, 7 Stapelläufe, 8 Cafetier, 9 Heiligenschein, 10 Ischias, 11 Nachtwandler, 12 Erbrechen = Maehmaschine.

**Kombinationsrätsel:** Wer seinen Zorn bezwingt, hat seinen Feind besiegt.

**Nürnberger Trichter:** 1 K, 2 AK, 3 Kea, 4 Akte, 5 Kater, 6 Rakete, 7 Stärke, 8 Kaestner.

# CASTING – THE PROM

## Musikschule holt wieder den Broadway in den Untertaunus

**Hünstetten/Taunusstein.** Die Musikschule Hünstetten-Taunusstein startet in ein neues Musical-Abenteuer und holt sich wieder den Broadway in den Untertaunus. THE PROM heißt das Stück, das im Herbst 2025 insgesamt acht Mal auf die Bühne gebracht werden soll. Nominiert für sieben Tony Awards entwickelte sich dieses Musical zum Broadway-Liebling der Saison 2018/19 und löste eine solche Begeisterung aus, dass Netflix das Potenzial erkannte und daraus einen Film entwickelte, der mit Meryl Streep, Nicole Kidman und James Corden

aufgenommen wurde. Für die Produktion der Musikschule werden insgesamt 50 DarstellerInnen ab 14 Jahren gesucht, die Spaß am Singen, Tanzen und Schauspielen haben. Eine 15-köpfige Live-Band wird das Ganze begleiten. Wer Lust hat, bei diesem Projekt mitzumachen, kann sich gerne melden (mail@musikschule-ht.de) und weitere Informationen zum Casting anfordern. Die Musikschule Hünstetten-Taunusstein freut sich auf Ensemble-Mitglieder in allen Stimmlagen und in unterschiedlichem Alter. Insgesamt gilt es, 26 größere Rollen zu besetzen und

noch einmal ebenso viele Ensemble-Rollen. Erfahrene Coaches werden die Ensemble-Mitglieder während der Einstudierung begleiten. Das Casting findet am 02. und 03. März 2024 ab 10 Uhr in der Aula der IGS Wallrabenstein statt. Die Casting-Termine werden in der Reihenfolge der Anmeldung vergeben, Anmeldeschluss ist am 25.02.24.

Die Teilnahmebedingungen, das Anmeldeformular und alle weiteren Infos zum Casting und zu den Proben gibt es unter [www.musikschule-ht.de](http://www.musikschule-ht.de) oder im Musikschulbüro unter Telefon: 06126-53840.

## Reise

**Bad Schwalbach.** Das Seniorbüro der Stadt Bad Schwalbach hat noch freie Plätze für die Busreise ins Tannhäuser Tal in Österreich vom 9. bis 16. Juni. Der Preis von 1.095 Euro pro Person im Doppelzimmer beinhaltet die Busfahrt, sieben Übernachtungen mit Halbpension, unbegrenzter Wellnesszugang im Hotel und Aktivitätsangebot sowie ein schönes abwechslungsreiches Ausflugsprogramm. Anmeldungen sind noch bis zum 25. Januar zu den bekannten Öffnungszeiten des Seniorbüros (Montag, 15-17 Uhr und Donnerstag, 10-12 Uhr) im Rathaus möglich.

## Freibad gefördert

**Bad Schwalbach.** Dank einer finanziellen Förderung des Landes Hessen in Höhe von 736.000 Euro über das Förderprogramm „SWIM“, kann die Stadt Bad Schwalbach nun mit der Sanierung des Freibades beginnen. Insgesamt sollen über drei Millionen Euro in die Modernisierung der Schwimmbadtechnik, Energiesparmaßnahmen, den barrierefreien Umbau sowie die Modernisierung des veralteten Sanitärbereichs mit Umkleiden, das Kiosk und den Eingangsbereich investiert werden. Erste Maßnahmen sollen bis Ende 2024 umge-

setzt werden, vorzugsweise während der Schließungsmonate.

Das erste Ziel ist es, den Ausbau des Schwimmtrainings von Kindern aus der Umgebung auszubauen. „2022 haben im Freibad alleine im Bereich des Schulschwimmens 536 Kinder das Schwimmen erlernt. Nach der geplanten Maßnahme soll sich diese Zahl mindestens verdoppeln“, so Bürgermeister und Kurdirektor Markus Oberndörfer. Der Förderbescheid wurde durch den ehemaligen hessischen Innenminister Peter Beuth überreicht.

## Offener Themenabend

### Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

**Idstein.** Es kann jeden von uns treffen: Gestern habe ich noch ein selbstständiges Leben geführt und konnte alle Entscheidungen mit klarem Verstand treffen, doch dann kommt ein Unfall, eine plötzliche Erkrankung oder zunehmende Demenz, sodass ich nicht mehr in der Lage bin, wichtige Angelegenheiten meines Lebens selbstverantwortlich regeln zu können. Deshalb ist das Erstellen von

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung eine wichtige und sinnvolle Vorsorge. Sie geben Auskunft darüber, welche Bedürfnisse und Wünsche uns in der Situation einer schweren Erkrankung und am Lebensende wichtig sind und helfen, dass unsere Wünsche und Vorstellungen von einem Leben in Würde Berücksichtigung finden. Die Willensäußerungen, die in der Vorsorgevollmacht und in

der Patientenverfügung festgehalten werden, sind rechtsverbindlich für die An- und Zugehörigen, für Ärzte und Pflegende.

Heinke Geiter, Vorsitzende der Hospizbewegung im Idsteiner Land, wird am Dienstag, 20. Februar, um 19 Uhr im Gerberhau in Idstein in dieses Thema einführen, von den neuesten Entwicklungen berichten und wichtige Informationen geben.

## Lebensversicherungen – BGH-Urteil: Hohe Entschädigungen für Versicherte!

ANZEIGE

Wenn Sie eine Lebens- oder Rentenversicherung zwischen 1994 und 2007 abgeschlossen haben, sind Sie womöglich Opfer unzureichender Widerrufsbelehrungen geworden. Ihnen kann dann eine hohe finanzielle Entschädigung durch Ihre Versicherungsgesellschaft zustehen, da Sie von dieser rechtlich benachteiligt wurden.

In einem sensationellen Urteil hat der Bundesgerichtshof die Rechte von Versicherten massiv gestärkt und ermöglicht es Ihnen, sich Ihr Geld mit guter Verzinsung zurückzuholen, ohne Abzug der oft horrenden Maklerprovisionen und Verwaltungskosten. Das Beste dabei: Dies gilt auch für bereits ausbezahlte oder gekündigte Versicherungen. Auch hier können Sie nachträglich Tausende Euro zusätzlich vom Versicherer einfordern, selbst dann, wenn Ihnen Ihre Unterlagen nicht mehr vollständig vorliegen.

Aufgrund mangelhafter Widerrufsbelehrungen in den Vertragstexten

sind viele Versicherungsverträge auch heute noch anfechtbar. Man nennt dies „ewiges Widerrufsrecht“. Bei einem Widerruf erhalten Sie, anders als bei der Kündigung, alle eingezahlten Beiträge ohne Abzug von Maklerprovisionen und Verwaltungskosten zurück.



Starkes Urteil für Versicherte. Foto: MidJourney & Friedberg/stock.adobe.com

Und nicht nur das: Die Versicherung muss Ihnen eine sogenannte Nutzungsentschädigung dafür zahlen, dass sie mit Ihrem Geld Gewinne erwirtschaftet hat. So erhalten Sie im Idealfall das Doppelte Ihrer Beiträge zurück. Ein sattes Plus auf Ihrem Konto winkt: in Zeiten hoher Inflation eine wirklich gute Nachricht!

Ob Ihr Vertrag betroffen ist, prüft zum Beispiel das Düsseldorfer Verbraucherportal [helpcheck.de](http://helpcheck.de) gratis und unverbindlich für Sie. Die Prüfung erfolgt auf Basis Hunderter Urteile datenbankgestützt und individuell durch spezialisierte Anwälte. Sie werden nach der Vertragsprüfung beraten und können das Unternehmen, sofern Sie wünschen, rein auf Erfolgsbasis mit der Durchsetzung Ihres Anspruchs beauftragen.

Das bedeutet für Sie: Sie können nur gewinnen, da Sie nur einen Anteil des für Sie bei Ihrer Versicherung erzielten finanziellen Mehrwertes an das Verbraucherportal bezahlen. Ein fairer Deal, denn das Geld, das Sie ohnehin von der Versicherung erhalten hätten, bleibt komplett unangetastet. Das Unternehmen hat bereits über 50 Millionen Euro an seine Kunden ausbezahlt.

Die gratis Vertragsprüfung finden Sie hier: [www.helpcheck.de/auszahlung](http://www.helpcheck.de/auszahlung)

## Medizin

ANZEIGE



**Ständiges Müssen? Nächtlicher Harndrang? Das kann helfen!**

Häufiger Harndrang, der Urin kommt nur noch tröpfchenweise oder die Blase fühlt sich nicht entleert an? Schuld daran ist oft die Prostata. Dieses sogenannte „Männerorgan“ kann mit zunehmendem Alter wachsen und dadurch die Harnröhre blockieren. Experten haben ein Arzneimittel namens ProstaCalman entwickelt, das gleich drei Wirkstoffe in sich vereint: Serenoa repens, Pareira brava und Populus tremuloides. Diese Arzneistoffe sind dafür bekannt, u.a. den nächtlichen Harndrang zu reduzieren, den Urinfluss zu verstärken und den Restharn in der Blase zu verringern. Genial: ProstaCalman beeinträchtigt nicht die Sexualfunktion. Das Arzneimittel ist rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.



Abbildung Betroffenen nachempfunden. PROSTACALMAN. Wirkstoffe: Serenoa repens, Pareira brava, Populus tremuloides Dill. DZ. ProstaCalman wird angewendet entsprechend den homöopathischen Arzneimittelbildern. Dazu gehören: Blasenentzündungen und Beschwerden beim Wasserlassen, bei vergrößerter Prostata. [www.prostacalman.de](http://www.prostacalman.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

# Schmerzen bekämpfen – doppelt so schnell<sup>1</sup>

## Das geht mit flüssigem Ibuprofen in Kapselform

Wenn der Schmerz überhandnimmt, dann sollte es schnell gehen. Der Griff zu Ibuprofen ist für viele Schmerzgeplagte obligatorisch. Häufig greifen wir einfach aus Gewohnheit zur herkömmlichen Schmerztablette. Doch seit ein paar Monaten greifen immer mehr Schmerzgeplagte zur innovativen Flüssigkapsel von Spalt Forte, die doppelt so schnell<sup>1</sup> Schmerzen bekämpft wie herkömmliche Ibuprofen-Tabletten.

Ein Pochen an der Schläfe, ein Stechen im Knie, ein dumpfes Dröhnen im Kopf – Schmerzen kennt jeder von uns. Besonders häufig treten Kopf- und Gelenkschmerzen auf. Manchmal begleiten uns die Schmerzen Stunden, manchmal Tage und manchmal bleiben sie sogar dauerhaft. Egal wo der Schmerz sitzt und welcher Art er auch ist, der Wunsch der Betroffenen ist



immer derselbe: den Schmerz schnell abzuschalten!

**Schneller schmerzfrei mit Spalt: flüssiges Ibuprofen in Kapselform**

Seit über 88 Jahren vertraut Deutschland auf Spalt, wenn es um Schmerzen geht. Mit Spalt Forte hat die Expertenmarke eine Flüssigkapsel

entwickelt, die mit flüssigem Ibuprofen einen deutlich schnelleren Wirkeintritt ermöglicht als herkömmliche Ibuprofen-Tabletten.

**Das Besondere:** 400 mg vollständig gelöstes Ibuprofen wurden in eine einen Millimeter dünne, weiche Hülle in einer innovativen Flüssig-

kapsel eingeschlossen. Im Gegensatz zur Tablettenform liegt der flüssige Wirkstoff Ibuprofen deutlich schneller frei verfügbar vor, denn er muss nicht erst im Dünndarm aufgelöst werden. So wird die maximale Konzentration von Ibuprofen im Blutplasma doppelt so schnell erreicht wie bei Ibuprofen in Tablettenform. Das Ergebnis: schneller schmerzfrei mit langanhaltendem Effekt.

**Fragen Sie gezielt nach Spalt Forte**

Neben der extra schnellen Schmerzlinderung bekämpft Spalt Forte zusätzlich entzündlich- sowie schwellungsbedingte Schmerzen und Fieber. Zudem sind die kleinen Kapseln leicht einzunehmen und gut zu schlucken. Kein Wunder, dass Spalt Forte Flüssigkapseln in Deutschland so beliebt sind. **Spalt – schaltet den Schmerz ab, schnell!**

# Spalt

FORTE

Von dem deutschen Klassiker bei Schmerzen



Doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs vom Körper<sup>1</sup>

Bekämpft auch entzündlich bedingte Schmerzen

Wirkt langanhaltend Rezeptfrei

**Spalt schaltet den Schmerz ab - schnell!**

Für Ihre Apotheke: **Spalt Forte** (PZN 007938839)



[www.spalt-online.de](http://www.spalt-online.de)

S A L E

Rund um die Uhr  
shoppen auf  
[www.MODEHAUS-ARZ.com](http://www.MODEHAUS-ARZ.com)

Wir haben drastisch reduziert!

40% 20% 30%  
10% Einzelteile bis zu 50%  
auf die gesamte Herbst-Winterkollektion!



BETTY BARCLAY  
OPUS  
GERRY WEBER  
FYNCH-HATTON

BRAX  
FEEL GOOD  
CASA & MODA  
OLYMP

GIL BRET  
SAMOON  
CECIL  
pierre cardin

VM  
Vera Mont  
RABE  
BARBARA LEBEK

DIGEL  
MAC  
s.Oliver  
CALAMAR  
MEYER

AMBER & JUNE  
TONI  
SCHIESSER  
KUNERT

Modehaus Arz GmbH | Kirchstraße 34 | 65391 Lorch  
Telefon 06726 / 2088 | [info@modehaus-arz.com](mailto:info@modehaus-arz.com)



Facebook.com/ModehausArz  
Instagram.com/ModehausArz



Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9.30-18.00 Uhr | Sa. 9.30-16.00 Uhr