

Bad Sodener Woche

14-tägliche erscheinende unabhängige Lokalzeitung für Bad Soden am Taunus mit den Stadtteilen Neuenhain, Altenhain sowie die Gemeinde Sulzbach.

Auflage: 14.700 Exemplare

Von Anfang an
in guten Händen

Ihr Immobilienmakler aus
Bad Soden.

06196 5602 300

blumenauer consulting
Immobilien

FINE COUNTRY

www.blumenauer-consulting.de
Königsteiner Str. 6, Bad Soden

Herausgegeben vom Verlagshaus Taunus Medien GmbH · Theresenstraße 2 · 61462 Königstein im Taunus · Tel. 0 61 74 / 93 85 - 0 · Fax 0 61 74 / 93 85 - 50

27. Jahrgang

Donnerstag, 11. April 2024

Kalenderwoche 15

RB 11 für unbestimmte Zeit eingestellt – Fehlende Kommunikation erregt die Gemüter



Dieses Bild wird es für sehr lange Zeit am Bad Sodener Bahnhof nicht mehr geben: Seit Freitag, dem 29. März, verkehrt dort nur noch die S3 nach Frankfurt.
Foto: Stadt Bad Soden am Taunus

Bad Soden/Sulzbach (bs/Sc) – Seit Freitag, 29. März, wurde der Betrieb der RB 11 von Bad Soden am Taunus nach Frankfurt-Höchst auf unbestimmte Zeit eingestellt. Grund sind wohl Vorarbeiten für die Regionaltangente West (RTW). Dies teilte das Verkehrsunternehmen Start Taunus in einer Presseerklärung mit.

Betroffenen Städte nicht informiert

„Wir haben von der Einstellung des Schienenverkehrs der RB 11 auch nur aus der Presse erfahren“, beschwerte sich Bürgermeister Dr. Frank Blasch. Im Bahnhof Höchst begannen ab Freitag vorbereitende Arbeiten am Gleis 11, an dem üblicherweise die Züge der RB 11 halten. Im Sommer sollen dann die eigentlichen Baumaßnahmen für die Regionaltangente West (RTW) beginnen. Geplant ist, dass Ersatzbusse die Strecke zwischen Bad Soden am Taunus und Frankfurt-Höchst bedienen, bis die Regionaltangente fertiggestellt ist. „Auch über den geplanten Schienenersatzverkehr wurde die Stadt nicht informiert“, berichtet Bürgermeister Blasch, der sich gemeinsam mit Elmar Bociek (Bürgermeister der Gemeinde Sulzbach) nach Bekanntwerden der Maßnahme mit einem Fragenkatalog an die RTW Planungsgesellschaft GmbH und

den Rhein-Main-Verkehrsverbund (RMV) gewandt hat. Bis heute warten sie in wesentlichen Teilen auf Antworten des Rhein-Main-Verkehrsverbundes (RMV) und dessen Partnern. Auch die Gemeinde Sulzbach zeigte sich bereits vor Ostern ob der Nachricht befremdet, dass die zwischen Frankfurt-Höchst und Bad Soden verkehrende Regionalbahn RB 11 ab Karfreitag den Betrieb bis voraussichtlich Herbst 2028 einstellen würde. Auch mehr als eine Woche danach haben sich die Wogen bei Sulzbachs Bürgermeister Elmar Bociek nicht geglättet – denn auf eklatante Kommunikationsdefizite der Verkehrsunternehmen im Vorfeld der aus Sicht der betroffenen Öffentlichkeit erst einmal unpopulären Maßnahme folgten bislang keine spürbaren Reinigungsaktivitäten seitens der auffällig

wortkargen Verantwortlichen. „Unsere Irritation entspringt insbesondere dem Umstand, dass wir erst Anfang der Karwoche von dieser Betriebseinstellung erfahren haben – und das obendrein aus der Presse, die eine Erklärung des Verkehrsunternehmens Start Taunus aufgriff“. Als „kommunikatives Umding“ bezeichnet Bociek die Tatsache, dass keine direkte Information mit entsprechendem Vorlauf seitens der mit der Betriebseinstellung betrauten Entscheider floss. Dadurch sei „unsere Gemeinde im Vorfeld jeder Möglichkeit beraubt worden, die aus der Betriebseinstellung der Linie RB 11 resultierenden Konsequenzen und Lösungen rechtzeitig an die Öffentlichkeit zu vermitteln“, kritisiert Bociek.

Fortsetzung Seite 2

Dr. med. vet.
Katja Feuerbacher

DIE
TIERARZTPRAXIS
IN
IHRER NÄHE!

Telefon 06174 23443
info@kleintierpraxis-kelkheim.de

Mauk
GARTENWELT

Der Garten wartet auf dich!

GLANZ-MISPELN IN GROSSER AUSWAHL
Büsche, Spaliere und Stämmchen in vielen Sorten und Größen

Pflanzen-Mauk Gartenwelt GmbH
An den Drei Hasen 39
61440 Oberursel
Mo. – Fr.: 9 – 19 Uhr
Sa.: 9 – 16 Uhr
So.: 11 – 16 Uhr

www.mauk-gartenwelt.de

Angebote gültig, solange der Vorrat reicht. An Feiertagen geschlossen. *An Sonntagen nur Verkauf von Pflanzen mit passendem Zubehör und Floristik.

stoffers

„Wir hätten rechts fahren müssen“
„Hast du nicht links gesagt?“

Hören Sie denn wirklich noch alles gut?

Besuchen Sie uns in
Bad Soden, Königstein oder Hofheim

www.hoerakustik-stoffers.de
hofheim@hoerakustik-stoffers.de

Klein

feinköstlich seit 1926

www.metzgerei.de

VOLVO

Mobilität
auf Schwedisch.
Erleben Sie die Welt von Volvo.
Jetzt Probefahrt vereinbaren.

Hahnstraße 45
60528 Frankfurt

Emil Frey - Hessengarage GmbH
Tel. (069) 39 00 05-201
www.volvofrankfurt.de

Steinpflege vom Experten

Wir reinigen Ihre Dächer, Pflaster, Platten, Natursteine und Betonbeläge.
Wir entfernen Flechte, Moos, Gräser und Unkraut. Wir garantieren dauerhaften Schutz vor Unkraut.
Terrassenreinigung mit Langzeitschutz.
Aus Alt mach Neu. Sauber, schnell und zu fairen Preisen. Wir schützen und imprägnieren jeden Stein.
Alle Fragen sind erwünscht.

Unverbindliches Angebot gerne vor Ort. 20 % Rabatt auf alle Leistungen.

Montag bis Samstag:
9.00 bis 18.00 Uhr
Tel. 0163 3513017

Web-dahin mit **apotheken prime**

Lösen Sie Ihr E-Rezept rund um die Uhr ein!

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

www.ihre-apotheker.de

SCHNABEL

Renovier Zentrum
Maler - Böden - Gardinen

Neues Meister-Team & neue Ausstellung
hohe Rabatte
www.Schnabel-Kelkheim.de

Das Wochenendwetter wird Ihnen präsentiert von:

**Frankfurter Straße 51
65779 Kelkheim
Tel. 06195 – 7204240
www.schreinerpreuss.de
E-Mail: info@schreinerpreuss.de**

Schreineri Preuß GmbH
Raumgestaltung in Holz

PaX
FENSTER UND TÜREN
Partnerbetrieb

RB 11 für unbestimmte Zeit ...

Fortsetzung von Seite 1

„Dass der Bürgermeister der von der Einstellung der RB 11 wahrscheinlich am stärksten betroffenen Kommune noch nicht einmal direkt über den Umstand, den Beginn und die voraussichtliche Dauer der Maßnahme informiert wird, ist alles andere als ein professionelles und transparentes Vorgehen. Mich erreichten bereits Bürgerbeschwerden hierzu und ich konnte nur achselzuckend antworten, dass ich davon keine Kenntnis habe!“, so Blasch. Hinzu kommt, dass es aufgrund der Umbauarbeiten rund um den Zentralen Busbahnhof schwierig ist, einen Haltepunkt für einen zusätzlichen Bus einzurichten.

gleichbaren Fahrtzeit mit der RB 11 von neun Minuten. Einen Bus von Bad Soden über Sulzbach nach Höchst, der an jeder Milchkanne hält, gibt es mit der Linie 253 bereits. Aus meiner Sicht wäre ein 'Expressbus' von Bad Soden nach Höchst ohne Halt eine sinnvolle Alternative“, schlägt Blasch vor. Vom Bahnhof Sulzbach aus fährt die Linie 253 bis nach Höchst in 19 Minuten, der Schienenersatzverkehr benötigt 25 Minuten. „Den wird doch niemand von Sulzbach aus nutzen! Diese Schleife kostet also nur Zeit und ist von begrenztem Wert.“ Von Sossenheim nach Höchst gibt es mehrere Alternativverbindungen, die die gleiche Zeit benötigen wie der Schienenersatzverkehr. Auch diese Verbindung ist nicht erforderlich. „In der Abwägung plädiere ich daher definitiv dafür, eine direkte Ersatzlinie von Bad Soden nach Höchst ohne Zwischenhalt zu schaffen. Die Fahrtzeit dürfte maximal 20 Minuten betragen und nicht, wie jetzt geplant, 38“, fordert der Bürgermeister. Der Schienenersatzverkehr aus Richtung Höchst kommt hat seine Endhaltestelle aktuell in der Salinenstraße. Die Starthaltestelle befindet sich auf der Königsteiner Straße, wo auch die Buslinie 253 startet, die alternativ genutzt werden kann.

WIR BAUEN FÜR SIE!
Barrierefreie Umbau ZOB (bis Mitte 2025)

ERSATZHALTESTELLEN

- A - Königsteiner Straße (FR Königstein)
253 Königstein
811 Königstein
812 Schwalbach Limes
- B - Königsteiner Straße (FR Pfm Höchst)
253 Frankfurt Höchst via Sulzbach MTZ
816A Bachborn Heimbach-Klein-Schule
811 Bad Soden Rosenhalstraße
412 Hofheim via Liederbach
53R11 Schienenersatzverkehr (Einseitig)
- C - Salinenstraße Richtung Soden (barrierefrei über Kronberger Str.)
883 Sulzbach MTZ via BS Gesundheitszentrum
- D - Salinenstraße Richtung Norden (barrierefrei über Kronberger Str.)
883 Königstein via Bad Soden Altenhain
828 Statibus Bad Soden
53R11 Schienenersatzverkehr (Ausstieg)

Fahrscheinverkauf beim Fahrer
VIELEN DANK FÜR IHR VERSTÄNDNIS

Grafik: Stadt Bad Soden

„Expressbuslinie“ gefordert

„Außerdem stellt der Schienenersatzverkehr für mich mit einer Fahrtzeit von 38 Minuten offen gestanden kein wirkliches Alternativangebot für die Fahrgäste dar bei einer ver-

Vorgesehener Ersatzverkehr in Sulzbach nicht möglich

Der von den Verantwortlichen für die Strecke vorgesehene Schienenersatzverkehr (SEV) zieht, nach Ansicht von Bociek, im Vergleich zum Regelbetrieb der RB 11 und der regulären Buslinie 253 nicht nur erhebliche Zeiteinbußen von bis zu annähernd 30 Minuten nach sich.

„Vielmehr hätten die Planer im Fall der Abstimmung mit unserer Gemeinde, die leider komplett unterlassen wurde, schnell festgestellt, dass ein SEV direkt am Bahnhof „Mitte“ in Sulzbach aufgrund der Vollsperrung der Bahnstraße bis Ende April 2024 lange Zeit gar nicht in Frage kommt“, beklagt Bociek das desaströse Feintuning.

Uns gibt es auch online!

Alle Ausgaben finden sich auch im Netz unter www.taunus-nachrichten.de

Der Bürgermeister fordert von den ausführenden Verkehrsunternehmen deshalb ebenfalls eine direkte Ersatzlinie, „welche analog zur entfallenden RB 11 keine zeitintensiven Zwischenhalte vorsieht und somit den Zeitverlust für die Fahrgäste erträglich gestaltet“. In diesem Kontext richtet Bociek seinen ausdrücklichen Dank an den Fahrgastverband „Pro Bahn Hessen“ und Lokalpolitiker, die sich wie die betroffenen Kommunen konstruktive Gedanken über geringstmögliche Einschränkungen für ÖPNV-Nutzerinnen und -Nutzer machen würden.

„Hoffen wir, dass sich die hier eigentlich zuständigen Verkehrsunternehmen an diesem Engagement ein Beispiel nehmen und rasch tragfähige Alternativlösungen präsentieren“, unterstreicht ein angesichts der Kette kommunikativer Nachlässigkeiten weiterhin verschuppfter Bürgermeister.

Auslagestellen

Bad Sodener Woche

TV Fay, Altenhainer Straße 2
Bürgerhaus Neuenhain, Hauptstraße 45
Seniorenstift Augustinum, Georg-Rückert-Straße 2
MTK Privatklinik, Kronberger Straße 36a
MTK Klinik, Kronberger Straße 36
Bürgerbüro, Kronberger Straße 1
My Thai Bad Soden, Milan's Kiosk und Postladen, Am Bahnhof 7
Königsteiner Str. 91
Rathaus Bad Soden, Königsteiner Straße 73
Tanzschule Pelzer, Zum Quellenpark 31
Schreibwaren Max, Königsteiner Straße 52
Taurus Residenz, Am Eichwald 22
Aral Tankstelle, Königsteiner Straße 23
Reifen Diehl, Königsteiner Straße 23
Presse Butzer Lotto, Hauptstraße 41
Backhaus Heislitz, Am Bahnhof 1
Zeitungsente, Königsteiner Str. 67

Auch kleine Anzeigen bringen oft großen Erfolg!

Hausmesse

20.+21. April 2024 10-17 Uhr

- 10% Rabatt auf Mietverträge
- 20% Rabatt auf lagernde Campingstühle
- Knallharte Preisreduzierung bei allen Lagerfahrzeugen und vieles mehr

Müller
Caravan | Camping | Freizeitartikel
Junkernwiese 2, 63697 Hirzenhain

malibu **carthago** **Dethleffs**
Das Reisemobil. Ein Freund der Familie

Einbruch bei der Feuerwehr in Altenhain



Ein Blick durch die eingeschlagene Plexiglasscheibe

Foto: Privat

Altenhain (Sc) – In der Nacht auf Dienstag brachen Unbekannte bereits zu dritten Mal in die Feuerwache in Altenhain ein. Zwischen Montag, 22 Uhr und Dienstag, 9.40 Uhr verschafften sich die Täter Zutritt zur Wache in der Kirchstraße. Sie warfen mit einem Stein den Plexiglas-Einsatz eines Rollltores ein und gelangten so in die Fahrzeughalle. Von den Ladeflächen der dort abgestellten Feuerwehrfahrzeuge entwendeten sie mehrere Werkzeuge, wobei es sich zu wiederholten Male um schweres Gerät, unter anderem in Gestalt eines Spreizers und einer Rettungsschere handelte.

Diebe gefährden Menschenleben

Dass es den Dieben dabei offensichtlich egal ist, dass sie mit ihren Raubzügen bei der Altenhainer Feuerwache effektiv Menschenleben gefährden, muss dahingestellt bleiben. Thomas Velten, stv. Stadtbrandinspektor der Stadt Bad Soden kann bei so viel Ignoranz gegenüber den Bürgern nur mit dem Kopf schütteln. „Unsere Feuerwache in Altenhain liegt in unmittelbarer Nähe zur B8, so dass wir i.d.R. gerufen werden, wenn es auf der Bundesstra-

ße zu schweren Unfällen kommt. Dabei wird z.B. eine Rettungsschere zur Öffnung eines PKW und der Bergung oft schwer verletzter Personen benötigt.“

Da dieses Gerät nun in Altenhain fehle, so Velten, müsse bei Bedarf eine andere Feuerwache alarmiert werden, die jedoch unter Umständen einen längeren Anfahrtsweg habe. Darüber hinaus müssen die nun fehlenden Gerätschaften ersetzt werden, was den Bad Sodener Steuerzahler ca. 25.000 Euro kosten dürfte.

Die Feuerwehr spricht inzwischen von einer Einbruchserie, deren Verhinderung jedoch nur sehr schwer möglich sei. „Jede zusätzliche Sicherheitsmaßnahme will gut überlegt sein, denn sie kostet wertvolle Zeit beim Ausrücken der Fahrzeuge im Ernstfall – selbst eine Kameraüberwachung, die keinen Diebstahl verhindert, sondern nur aufzeichnet, ist ein Problem, denn bei der Überwachung öffentlicher Räume gebe es sehr schnell Probleme mit dem Datenschutz“, so Velten.

Die Kriminalpolizei hat die Ermittlungen aufgenommen und nimmt Hinweise unter der Rufnummer (06196) 2073-0 entgegen.

SPD-Flohmarkt in der Hasselgrundhalle

Bad Soden (bs) – Am kommenden Samstag, 13. April, veranstaltet die SPD Bad Soden wieder ihren Frühjahrsflohmarkt. Von 8 bis 14 Uhr werden im Mehrzweckraum der Hasselgrundhalle Haushaltsgegenstände und allerlei Nützliches querbeet angeboten. Der Flohmarkt ist wie immer eine Fundgrube für Liebhaber und Sammler. Wie die Vorsitzende der Arbeitsgemein-

schaft Sozialdemokratischer Frauen in Bad Soden, Doris Rexer, betont, kommt der Erlös des Flohmarkts diesmal dem Frauen helfen Frauen e.V. zugute. Der gemeinnützige Verein berät und unterstützt Frauen, die von Gewalt bedroht oder betroffen sind. Er ist der Träger des Frauenhauses in Hofheim, wo Frauen aus dem Main-Taunus-Kreis Schutz vor häuslicher Gewalt erhalten.

Impressum

Bad Sodener Woche

Herausgeber: Verlagshaus Taunus Medien GmbH
Theresenstraße 2
61462 Königstein
Tel. 06174 9385-0

Geschäftsleitung: Alexander Bommersheim

Anzeigenleitung/Anzeigenverkauf: Angelino Caruso
Tel. 06174 9385-66
caruso@hochtaunus.de

Geschäftsstelle: Theresenstraße 2
61462 Königstein

Redaktion: redaktion-bs@hochtaunus.de

Auflage: 14.700 verteilte Exemplare für Bad Soden mit allen Stadtteilen inkl. Sulzbach

Preisliste: z. Zt. gültig Preisliste Nr. 41 vom 1. Januar 2023

Druck: Druck- und Pressehaus Naumann, Gelnhausen

Internet: www.taunus-nachrichten.de

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen.

- Anzeige -

Juristen-Tipp **Scheidungs-Ratgeber**

Teil 7: Vermögen: Alles wird geteilt? von Andrea Peyerl

„Alles was wir an Vermögen besitzen, wird geteilt.“ Ein Irrtum, der anlässlich der Trennung und Scheidung zu unerfreulichen Ergebnissen führen kann. Wer den gesetzlichen Güterstand gewählt und keinen Ehevertrag geschlossen hat, lebt in einer sog. Zugewinnsgemeinschaft. Sie ist keine Vermögensgemeinschaft. Jeder ist Inhaber des Vermögens, das auf seinen Namen verwaltet wird. Es kommt also zunächst darauf an, wer beispielsweise als Eigentümer im Grundbuch steht oder auf wessen Namen das Sparbuch oder das Aktiendepot geführt wird. Gleiches gilt für Schulden gegenüber der Bank oder anderen Gläubigern. Eine gemeinsame Haftung besteht nur dann, wenn der Darlehensvertrag von beiden Eheleuten unterzeichnet wurde. Der Zugewinn, also das „Plus“, das ein jeder Ehegatte

während der Ehe erwirtschaftet hat, wird nach dem Gesetz erst anlässlich des gerichtlichen Scheidungsverfahrens festgestellt und dann ausgeglichen. Vor diesem Stichtag liegt das Trennungsjahr. Jede Veränderung der Vermögensverhältnisse oder des Vermögensbestandes wirkt sich unmittelbar auf die Zugewinnausgleichsansprüche aus. Durch eine einvernehmliche notarielle Vereinbarung können Sie den Zugewinnausgleich auch vor der Scheidung regeln. Lassen Sie sich frühzeitig hierzu beraten. Fortsetzung am Donnerstag, den 25. April 2024. Bereits erschienene Teile können Sie gerne über die Kanzlei anfordern.

Andrea Peyerl, Rechtsanwältin und Fachanwältin für Familienrecht, Kronberg im Taunus



PEYERL

Kanzlei für Familienrecht

Andrea Peyerl
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Familienrecht

Frankfurter Straße 21
61476 Kronberg im Taunus

Tel. 06173 32746-0
Fax. 06173 32746-20

info@peyerl-ra.de
www.peyerl-ra.de

TSG Altenhain blickte auf ein erfolgreiches Jahr zurück

Altenhain (bs/Sc) – Bereits Ende März fand die ordentliche Hauptversammlung der TSG Altenhain 1900 e.V. statt. Die Vereinsverantwortlichen konnten an dem Abend mit Stolz nicht nur auf das umfangreichste Breitensportangebot in der Vereinsgeschichte verweisen, sondern ganz nebenbei auch eine Rekord-Mitgliederzahl vermelden. Die finanzielle Basis ist stabil und das top eingerichtete Vereinsheim Kahlbachquelle kann mit einer attraktiven BluesHaus-Musibühne aufwarten. Darüber hinaus erwies sich das Modell HSG Neuenhain-Altenhain als überaus erfolgreich.

So musste man für die stattfindende Mitgliederversammlung der TSG Altenhain 1900 e.V. kein Prophet sein, um zu wissen, dass es eine sehr angenehme und konstruktive Sitzung werden würde. Nachdem Vorstand und Abteilungen sowie Übungsleiter zunächst über die Vielfalt des Sportjahres 2023 berichtet hatten, zeigten sich die Anwesenden erfreut, dass die Mitgliederzahl des Vereins zum 31.12.2023 auf nunmehr 912 Mitglieder angewachsen war. Das entspricht einem Zuwachs von über 8 Prozent – gut ein Drittel (311) der Mitglieder sind Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren. Die positive Mitglieder wird allgemein dem erweiterten Angebot zugerechnet.

Zahlreiche neue Angebote

Neu im Programm ist Nordic Walking unter der Leitung von Andrea Griem, mit zwei Trainingsterminen in der Woche

(Sommer) und einem Termin im Winter. Beim Angebot für Kinder hat sich in 2023 besonders viel getan: Montags wurden die „Bewegungsmäuse“ von 2-3 Jahre – eine Verbindung aus Tanz und Musik – ins Programm genommen. Diese Gruppe, unter der Leitung von Laura Höhnisch, wurde erst jüngst beim Sportförderpreis der Stadt Bad Soden ausgezeichnet und hat ein Preisgeld in Höhe von 750 Euro erhalten. Donnerstagnachmittags wurde das Kinderturnen neu organisiert, so dass es inzwischen zwei sehr nachgefragte Gruppen gibt: Sports & Fun für Kids im Alter von 7-9 Jahren unter der Leitung von Elena Helmer sowie die „Turnfüchse“ im Alter von 4-6 Jahren unter der Leitung von Victoria Möbus, Birgit Schwestka und Alice Laporte.

Ebenfalls neu im Programm hat sich die Gruppe Hip-Hop Kids (8-12 Jahre) freitags unter der Leitung von Luca Toma etabliert.

Erfolgsgeschichte Wuzzelauf

Ein Riesenerfolg war die 14. Auflage des Wuzzelaufes im September 2023. Erneut konnten 30.000 Euro für insgesamt zwölf verschiedene karitative Projekte – unter anderem auch für Kinder und Jugendliche innerhalb Altenhains (z.B. Grundschule, Kindergarten, Spielplatz) und natürlich auch an ARQUE – gespendet werden. Für das bereits laufende Sportjahr 2024 wurde auf den 15. Wuzzelauf am 8. September 2024 und das fast wöchentliche

musikalische Livemusikangebot von Blueshaus in der Kahlbachhalle hingewiesen.

Kostensteigerungen

Die Vorbereitungen für die im Kalenderjahr 2025 stattfindende 125-Jahrfeier des Vereins laufen an. Der Verein steht unverändert finanziell auf soliden Füßen. Die Verantwortlichen sind stolz darauf, dass ganz bewusst die Beiträge für Kinder und Jugendliche mit lediglich 3 Euro mtl. (36 Euro jährlich) besonders niedrig gehalten werden konnten.

Die gestiegenen Kosten führten allerdings auch in 2023 dazu, dass die Beiträge die Kosten des gesamten, sehr umfangreichen Sportbetriebes der TSG nicht mehr decken konnten. Es ist daher davon auszugehen, dass im Rahmen der Mitgliederversammlung im Frühjahr 2025 eine Erhöhung der Beiträge ab dem Kalenderjahr 2025 vorgeschlagen werden muss.

Bernd G. Krause dankte allen Übungsleitern und Mitgliedern des Vorstandes für die sehr engagierte und vorbildliche, ehrenamtliche Arbeit, ohne die ein inzwischen so großer Breitensportverein nicht existieren könnte und freut sich auf die Fortsetzung der vielfältigen sportlichen Aktivitäten und Projekte der TSG Altenhain im laufenden Kalenderjahr 2024. Ein besonderes Augenmerk gilt dem anstehenden 125-jährigen Jubiläum, das am Sonntag, den 25. Mai 2025, gefeiert werden soll.

JEAN LB IMMOBILIEN
Die mit den schönsten Immobilienangeboten

Kostenfreie Einwertung Ihrer Immobilie!

Jean LB Immobilien
Telefon 06196 204 7400
E-Mail tanja.biedermann.leiss@jean-lb.com
Zum Quellenpark 16 · 65812 Bad Soden
www.jean-lb.com

HABL IMMOBILIEN

Sonniges Baugrundstück in Feldrandlage
Verkaufspreis: 629.000,- EUR
zzgl. Courtage 5,95 % inkl. MwSt.
QM: 724, GRZ 0,4, GFZ 0,7
Bebaubar mit bis zu 500 QM WFL
Habl Immobilien, Tel.: 069 65402320,
E-Mail: info@habl-immobilien.de

Kranken Kindern helfen.

Bitte unterstützen Sie kranke Kinder mit Ihrer Spende für das neue Kinderzentrum Bethel.

Online spenden unter:
www.kinder-bethel.de

Was wäre, wenn... – Theatergruppe Blickwechsel geht dieser Frage nach

Neuenhain (es) – Ein neuerlich gefundenes Schriftstück stellt Jesu Auferstehung infrage. Welch ein ungeheurer Bericht am Morgen in den Tageszeitungen. Am Ortskiosk treffen Menschen unterschiedlichster Couleur ein, um den Tag mit dem Kauf von Zeitung, Snacks und Kaffee zu beginnen. Die Nachricht verbreitet sich blitzschnell und regt zur Diskussion darüber an. Da prallen Charaktere und Meinungen aufeinander: Menschen voller Zweifel, Menschen mit tiefem Glauben, Menschen denen Jesus fremd ist, Macher, Zweifler, Fromme, Enttäuschte, Suchende. Von der Position Anwesender: „Na endlich ist das klar“, über die Annahme, dass das ein Fake ist, bis zu Erschrecken und Verunsicherung wird mit schauspielerischem Können dargestellt. Wenn das wahr ist, wie habe ich dann bisher mein Leben gelebt? Habe ich selbst mit meiner Sicherheit über die Botschaft der Bibel, andere Menschen zum Glauben verführt.

Ist das nun eine persönliche Schuldfrage, treibt zum Beispiel den Gemeindepädagogen, der die Jugendlichen im Konfirmandenunterricht begleitet, in die Verzweiflung. Glaubwürdig werden die Charaktere von den sieben Laiendarstellern herausgearbeitet. Interessant die unterschiedlichen Fragen, Empörung und Meinungen zu sehen und zu hören. Die Argumente der jeweiligen Personen machen nicht Halt vor der eigenen Betroffenheit, Infragestellung und Haltung der Zuschauer.

Herzliche Einladung! Im Anschluss an das Theaterstück, können bei einem kleinen Imbiss die vielleicht aufgekommene Fragen miteinander diskutiert werden.

Ort: Evangelisch-methodistische Kirche, Rother Weingartenweg 5, 65812 Bad Soden-Neuenhain

**Datum: 12. April 2024 – Beginn 19 Uhr
Einlass ab 18.30 Uhr, Eintritt frei**

„Soccer Court“ kommt

Sulzbach (bs) – Am **Freitag, 26. April** gastiert **zwischen 15 und ca. 21 Uhr** der sogenannte „Soccer Court“ im Sulzbacher Heinrich-Kleber-Park. Das Jugendhaus ermöglicht es in Kooperation mit der Sportjugend Hessen, der Mobilen Beratung Schwalbach und dem Streetworker der Stad Bad Soden allen Kindern und Jugendlichen, ihre

fußballerischen Fertigkeiten zwanglos und in entspannter Atmosphäre auszuleben. Coole Musik, kalte Getränke sowie lockere Gespräche untermalen und begleiten das Kick-Event. Der „Soccer Court“ befindet sich am Tag des sportlichen Geschehens auf der Grünfläche zwischen dem Rathaus und dem Parkplatz Am Lergesberg.

Rosenhof
SENIORENWOHNANLAGEN
... denn Sie haben noch viel vor!

**WIR LADEN SIE HERZLICH EIN ZUM
TAG DER OFFENEN TÜR
IM ROSENHOF KRONBERG**



Viele Informationen rund um das Leben und die Betreuungsmöglichkeiten im Rosenhof

Hausführungen mit Präsentation von Musterappartements

Kleine Köstlichkeiten aus der Rosenhof-Küche sowie erfrischende Getränke

**SONNTAG
21. APRIL 2024
14.00 – 17.00 UHR**

*Wir freuen uns
auf Ihren Besuch!*

Rosenhof Kronberg • Am Weißen Berg 7 • 61476 Kronberg • Tel. 06173/93 44 93
kronberg@rosenhof.de • www.rosenhof.de • [facebook.com/www.rosenhof.de](https://www.facebook.com/www.rosenhof.de)

oben
RESTAURANT & SKYBAR

Brunch mit Ausblick
auf die Frankfurter Skyline aus 85m Höhe
Sonntags von 12-15 Uhr | EUR 69,- pro Person

www.oben-frankfurt.de oder T: 069 6681 9840 84

MELIÄ FRANKFURT CITY

Bettenzellekens
IHRE NUMMER 1 IN BAD HOMBURG

SCHLAFEN SIE GUT!
In unseren Häusern in Bad Homburg und Frankfurt erleben Sie eine großartige Produktauswahl rund um Ihren guten Schlaf.

Bad Homburg: Waisenhausstraße 2, 61348 Bad Homburg
Flagship-Store: Hanauer Landstraße 174, 60314 Frankfurt
Cityhaus Frankfurt: Sandgasse 6, 60311 Frankfurt

www.betten-zellekens.de ☎ 069/420000-0

positiv-MAGAZIN
– Die Welt gehört den Optimisten –
www.positiv-magazin.de
Das Online-Magazin für eine glücklichere Zukunft!

BEILAGENHINWEIS
Unsere heutige Auflage enthält eine Beilage von

XXX Lutz

Der Bäcker Eifler

Sportpark
Königstein

Wir bitten unsere Leser um freundliche Beachtung!

OPEL ZOO
Erholung • Bildung • Forschung • Artenschutz

Ganzjährig täglich geöffnet!
Winterzeit: 9 bis 17 Uhr
Sommerzeit: 9 bis 18 Uhr
Juni, Juli, August: 9 bis 19 Uhr

www.opel-zoo.de

Saunabrand in Altenhain



Durch ihr schnelles Eingreifen konnten die Wehren aus Altenhain, Neuenhain und Bad Soden ein Übergreifen des feuers auf den Dachstuhl verhindern
Fotos: Bommersheim

Altenhain (bs) – Am Dienstagabend vergangener Woche mussten die Freiwilligen Feuerwehren von Altenhain, Neuenhain und Bad Soden gegen 17 Uhr zu einem Saunabrand in der Straße Kastanienhain in Altenhain ausrücken. In dem Einfamilienhaus war die Sauna, die sich angrenzend zum Wohnbereich befand, aus noch unbekanntem Grund in Brand geraten. Die Wehren konnten durch ihr schnelles und beherztes Eingreifen ein Übergreifen des Feuers auf den Dachstuhl verhindern. Der Einsatz band die Rettungskräfte bis ca. 22 Uhr – erst dann konnte – Dank der Nutzung einer Wärmebildkamera – Entwarnung gegeben werden.



FreiBadSoden macht sich fit für die neue Badesaison



Neu im FreiBadSoden-Team: Markus Zeitler bei den Vorbereitungen für die Badesaison
Foto: Stadt Bad Soden

Bad Soden (bs) – Die Auswinterungsarbeiten im FreiBadSoden sind bereits seit Mitte März in vollem Gange. Das Team um die Badchefin Katja Gilcher ist derzeit damit beschäftigt, die Becken zu reinigen und kleine technische Reparaturen vorzunehmen.

Eintrittspreise mussten moderat angepasst werden

Wie bereits angekündigt, müssen die Eintrittspreise in der kommenden Badesaison aufgrund der gestiegenen Energiekosten moderat angepasst werden. So kostet die Familienkarte in diesem Jahr 140 Euro anstatt, wie bisher, 125 Euro. Die Einzelkarte für Erwachsene kostet ab sofort sechs anstatt, wie bisher, fünf Euro. Für die Leiterin des FreiBadSoden, die Meisterin für Bäderbetriebe Katja Gilcher, und ihr Team stehen bis zur Ankunft der ersten Schwimmer noch viele Aufgaben an. Nach der Grundreinigung muss die Wasseraufbereitungstechnik wieder hochgefahren, eingestellt und kontrolliert werden. Die Sonnenschutzanlagen und Spielgeräte kommen wieder an ihre Plätze, die Gärtner schneiden derzeit schon die Hecken zurück und bringen den Rasen auf Vordermann. Seit

wenigen Tagen neu im FreiBadSoden-Team ist Markus Zeitler. Der ausgebildete Fachangestellte für Bäderbetriebe wird ab dieser Saison neben der Beckenaufsicht auch bei der Wartung technischer Anlagen und der Betreuung der Badegäste unterstützen. Markus Zeitler hat seine Ausbildung zum Fachangestellten für Bäderbetriebe bei den Frankfurter Bädern absolviert und ist seit 2018 mit Rat und Tat für die Badegäste im Einsatz. Er freut sich nun auf seine neuen Aufgaben.

Saisonkarten bestellen

Bestens bewährt hat sich in den vergangenen Jahren, die Anträge für Saisonkarten von der städtischen Homepage herunterzuladen, auszudrucken, auszufüllen und ab dem Tag der diesjährigen Saisonöffnung an der Kasse vom FreiBadSoden abzugeben, wo die Anträge dann zeitnah bearbeitet werden. Wann die ersten Badegäste ins Wasser springen können, steht allerdings noch nicht fest. „Das hängt von vielen technischen Faktoren ab – und natürlich vom Wetter“, erläutert Katja Gilcher. „Sobald wir den Termin verbindlich wissen, werden wir ihn auf allen Kanälen mitteilen.“

caritas Caritasverband Main-Taunus

#dasistmeinort
Hier gibt das WIR-GEFÜHL den Ton an.

www.dasistmeinort.de

BEWIRB DICH JETZT

ÖSSUR

Schmerzen im Knie?
Bei dauerhaften Beschwerden greift man oft zu Schmerzmitteln. Doch es gibt eine **Therapie ohne Nebenwirkungen**: Mit einer **Knieorthese** können Sie sich wieder schmerzfrei bewegen.

Sie haben Knieschmerzen beim Gehen, Treppensteigen, Aufstehen oder nachts? Dies weist auf eine Arthrose hin. Dabei wird die schützende Knorpelschicht immer dünner und die Knochen reiben schmerzhaft aneinander. Die Unloader One® X setzt an dieser Ursache an. Sie öffnet den Gelenkspalt, damit die Gelenkflächen nicht mehr aneinander reiben. Die Orthese entlastet das Gelenk und ermöglicht eine schmerzfreie Bewegung.

Orthesen-Testtage
Die Unloader One® X Knieorthese können Sie bei uns im Haus unverbindlich testen. Unsere Experten beraten Betroffene und geben Tipps zur Kniegesundheit und zu Arthrose-Hilfsmitteln.

Gutschein
Hilft bei Schmerzen im Knie. Unloader One® X

Quelle: www.ossur.com/de-de/Quellenverzeichnis-Entlastungsorthesen

Jetzt kostenlos Knieorthese testen.
rosenkrantzscherer Ihr Sanitätshaus
22. – 26.04.2024
Anmeldung: 06172 / 677216

Rosenkranz-Scherer Bad Homburg
Zeppelinstr. 24, 61352 Bad Homburg, www.rosenkrantz-scherer.de

Klettern für Kinder

Altenhain (bs) – Ab Freitag, den 19. April, findet bei der TSG Altenhain 1900 e.V. Klettern für Kinder in zwei Gruppen in der Kahlbachhalle (Kirchstraße 31 in Altenhain) statt. Die 1. Gruppe ist für Kinder von 6 bis 8 Jahren von 16.30 bis 17.30 Uhr und die 2. Gruppe für Kinder von 9 bis 12 Jahren von 17.30 bis 19 Uhr. Beide Angebote finden fortlaufend freitags statt. Es handelt sich nicht um einen Kurs, sondern es ist eine flexible Teilnahme möglich – allerdings mit Voranmeldung.

Individuelle körperliche und soziale Stärken werden in der Gruppe gefördert. Klettern an der Kletterwand ist insofern kein Individualsport, da es immer in Zweiergruppen stattfindet. Die Kinder lernen dabei gegenseitige Rücksichtnahme und Aufmerksamkeit gegenüber anderen, da dies für ihre Sicherheit unumgänglich ist. Eines der Hauptanliegen ist es nicht nur, die individuelle Geschicklichkeit und Kraftausdauer zu fördern, sondern auch die sozialen Kompetenzen zu erhöhen und ein Bewusstsein für den eigenen Körper zu entwickeln.

Maximal zwei Schnupperteilnahmen sind kostenfrei, anschließend ist die TSG Mitgliedschaft (Kinder/Jugendliche 36 Euro p.a.) zzgl. 4 Euro pro Teilnahme notwendig. Eine 10er Karte ist vor Ort (nur Barzahlung) erhältlich.

Zum Schnuppern bitte vorab anmelden!

Weitere Infos unter www.tsg-altenhain.de oder direkt bei den Kursleiterinnen **Gabi Dudda** (Tel: 06127/3019), **Johana Toop** (Tel. 0176-83480472) und **Laura Nordmeyer** (Tel. 0176-43542905).

„Let’s dance“

Sulzbach (bs) – Im Spiegelsaal der Eichwaldhallen geht es am **Samstag, 27. April**, rhythmisch-dynamisch zu: Das Sulzbacher Jugendhaus und das Bad Sodener Jugendcafé laden gemeinsam alle Mädchen ab 12 Jahren zum diesjährigen Mädchentag ein.

Dank der hohen Nachfrage greift wieder eine Tänzerin und Choreographin von „Heartbeat“ ins Geschehen ein. Im Verlauf des frei nach dem Motto „Let’s dance“ gestalteten Tages holen die motivierten Teilnehmerinnen bei bewegenden (Hip Hop-)Beats und kosmischen Klängen zwischen 11 und 15 Uhr bestimmt wieder alles aus sich heraus. Bei freiem Eintritt sorgen stärkende Getränke und Snacks dafür, dass mit den unweigerlich glühenden Sohlen keine nachhaltigen Ermüdungserscheinungen einhergehen. Interessierte können sich per E-Mail unter jugendhaus@sulzbach-taunus.de oder juca.badsoden@gmx.de anmelden und weitere Infos erhalten. Die Organisatorinnen und Organisatoren freuen sich auf einen „taktvollen“ Tag mit den Jugendlichen!

Infotag und Eröffnungsfeier von MVV Energie in Schwalbach



Kommen Sie vorbei!

Samstag, 13.04.2024 von 11.30 Uhr bis 15.30 Uhr
Katharina-Paulus-Straße 6b,
Schwalbach am Taunus

- Beratung und Expertenvorträge zu Photovoltaik und Wärmepumpen
- Kinderschminken für die Kleinen
- Leckeres Essen aus dem Foodtruck



Mehr Informationen zur Veranstaltung und zu unseren Lösungen unter mvv.de/eroeffnung



FRÜHJAHRSAKTION 2024

Nur 3 Tage gültig!

30% Rabatt auf alle Arbeiten

Jetzt ist die beste Zeit Unkraut zu bekämpfen! Fachbetrieb für Steinreinigung

Dachreinigung · Dachimprägnierung · Dachbeschichtung · Dachrinnen-Reinigung · Fassadenreinigung · Steinreinigung

Steinreinigung



- Professionelle Reinigung ohne Hochdruck!
- Industriemaschine (80% Luft / 20% Wasser mit 5.000 Umdrehungen pro Min.)

Kunstharzverfugung



- Egal wie Breit oder Tief Ihre Fugen sind, wir haben die optimale Lösung!
- Nie mehr Unkraut in den Fugen
- Wasserdurchlässig oder wasserundurchlässig
- Härtet aus · farblos

Dachziegelreinigung



- Reinigen der Dachziegel
- Dachrinnen säubern

Dachreinigung statt 17,90 € / m² JETZT ab 7,90 € / m²

Dachbeschichtung



1. Reinigen der Dachziegel
 2. Dachrinnenreinigung
 3. Imprägnierung
 4. Dachbeschichtung
- Dachziegel werden 2x beschichtet

Schwarz	Schiefergrün	Alufarbe
Rötlich	Ziegelfit	Maackel
Türkis	Stahlblau	Moosgrün

ACHTUNG!!! DACHRINNENREINIGUNG AB 1,99 € / lfm. NUR IN DER AKTIONSZEIT!!!

Im Umkreis von 100km bieten wir Ihnen eine unverbindliche Beratung mit kostenloser Probereinigung ohne lange Wartezeit an!



Stein-Reinigung

Umweltfreundlich ohne Chemie



Stein-Flächenpflege

Wirkformel gegen Fugenbewuchs



Stein-Veredelung

Mit Langzeit-Antigrün-Schutz



Stein-Fugensanierung

Umweltfreundlich ohne Chemie

SPEZIAL-KUNSTHARZ-VERFUGUNG

- Kein Unkraut mehr in den Fugen
- Kein Auswaschen der Fugen durch Regen
- Witterungsbeständig & keine Frostschäden
- Keine Leerräume durch Fugenmaterial
- Keine unschönen Zementschleier



Inhaber: Peter Pohl
Berner Straße 81
60437 Frankfurt

Mobile Arbeitszeiten:
Mo. - Sa. 08:00 - 20:00 Uhr
Kostenlose An- & Abfahrt

www.reinigungsservice-pp.de
Mobil: 0163 830 64 57
Tel.: 069 - 24 74 150 58

- Anzeige -



Marc Schrott

Apotheker

Müde oder erschöpft?

Müdigkeit ist ein Symptom und keine Krankheit. Der Begriff „LongCovid“ hat zu einer extrem starken Wahrnehmung von Erschöpfungssymptomen geführt. Deshalb ist es wichtig, die persönlichen Ursachen herauszuarbeiten. Bei Umfragen haben sich drei Viertel der Deutschen im Alter von 30 bis 40 Jahren als erschöpft bezeichnet. Müde zu sein, kann emotionale, kognitive oder körperliche Ausprägungen haben. Die allgemeine Wirtschaftslage, die dauerhafte Informationsflut und die politische Lage führen zu einer mangelnden Motivation, die auch als Erschöpfung wahrgenommen werden kann. Was wir alle verdrängt haben, ist die Tatsache, dass unser Körper nach Infektionen schon immer einen gewissen Zeitraum gebraucht hat, um wieder die gleiche Fitness zu erlangen, wie vorher. Der Körper fährt während dem Gesundheitsprozess die körperlichen Aktivitäten runter und das Immunsystem hoch. Bei LongCovid oder PostCovid ist oftmals die Lungenfunktion eingeschränkt. Wer außer Atem kommt, ist nicht mehr der „Alte“. Bedenken Sie, jeder Sportler braucht Zeit zur Regeneration.

Wenn die Niedergeschlagenheit in Richtung Depression geht, dann ist das behandelbar. Tagesmüdigkeit kann auch von schlechtem Schlaf, z.B. Atemaussetzern im Schlaf bei Schnarchern herrühren. Eisenmangel wird als Ursache überschätzt.

Unser Team von 40 Apothekern oder die Service-Hotline der Apothekeprime-Website 06171 9161 444 beantworten gern Ihre Fragen.

Ihr
Marc Schrott
Fachapotheker
für Allgemeinpharmazie



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



Der neue Podcast:
www.apothekeprime.de/podcast

Vielfalt an Farben und Formen

Die Sodener Kunstwerkstatt e.V. im Badehaus

Bad Soden (es) – Am Freitag, den 5. April, eröffnete die Sodener Kunstwerkstatt mit einer viel beachteten Vernissage die Ausstellung in den Räumen im historischen Badehaus.

Vierzig Bad Sodener Künstlerinnen und Künstler zeigen in den historischen Räumlichkeiten vom 6. bis 28. April ihr Schaffen. Nicht weniger als 108 Werke der unterschiedlichsten Stilrichtungen wie Öl- und Aquarellgemälde, Zeichnungen, Skulpturen, Fotografien sowie Keramik-, Textil-, Holz- und Lichtobjekte gilt es zu bestaunen. Alle Werke zeichnet aus, dass sie eine große Kreativität und künstlerische Schaffenskraft widerspiegeln.

„Kulturtempel“

In ihrer Begrüßung bedankte sich die Stadtrat Renate Richter bei allen Künstlerinnen und Künstlern, die zu dieser Ausstellung beigetragen haben. Ein großer Dank ging auch an die Stadt Bad Soden, die sich vor mehr als 20 Jahren dazu entschied, die Räume im Badehaus für die örtliche Kultur zur Verfügung zu stellen. Ein regelrechter „Kulturtempel“ ist damit entstanden. Im Haus befinden sich nicht nur die Stadtbibliothek, das Stadtarchiv, ein Kunstkabinett und das Stadtmuseum, sondern seit geraumer Zeit im 2. Stock auch der Verein der Sodener Kunstwerkstatt. Großer Dank galt auch Claudia Neumann, die mit ihrem Engagement für die Kunst in Bad Soden nahezu unersetzlich ist.

Kraftakt Ausstellung

Die Vorsitzende des Vereins Sodener Kunstwerkstatt e.V. – und selbst ebenfalls Künstlerin – Monica Bader-Deutschmann dankte in ihrer Ansprache besonders Renate Richter, die seit 26 Jahren alle Kunstausstellungen begleitet. Ihren Ausführungen war auch zu entnehmen, welche Herausforderung



Zur Eröffnungsvernissage gab es viele lobende Worte für die Initiatoren und die Künstlerinnen und Künstler. Renate Richter (Stadtrat), Monica Bader-Deutschmann (Vorstand Sodener Kunstwerkstatt e.V.) und Gerd Elzenheimer (von links)

Fotos: Schaller

es ist, alle zwei Jahre die Künstlerinnen und Künstler aus Bad Soden für eine Ausstellung „unter einen Hut“ zu bringen. Dies sei nichts für schwache Nerven und bedürfe eines großen ehrenamtlichen Engagements – man denke nur an das Entwerfen der Einladung, die Erstellung und Publikation der Presstexte und alles andere, was das „Backoffice“ sonst noch organisiert. Ganz zu schweigen von dem Einsatz und der Regie des Galeristen Peter Elzenheimer, der mit viel „Hoch und Runter auf der Leiter“ für die stilvolle Präsentation der Werke verantwortlich zeichnet – was ihm auch in diesem Jahr wieder hervorragend gelungen ist.

Große künstlerische Vielfalt

Die große künstlerische Vielfalt der gezeigten Werke macht auch aus, dass unter den teilnehmenden Kunstschaffenden ein hoher Anteil ausländischer Mitbürger vertreten ist. Die manchmal unterschiedliche, oft kulturell geprägte Sichtweise lässt die Künstlerinnen und Künstler Landschaften und die darin agierenden Menschen in ganz unterschiedlichen Weisen darstellen – Stim-

mungen und damit verbundene Gesten werden so unterschiedlich interpretiert und in einen neuen Kontext gesetzt. Die Ausstellungsräume sind durch das Arrangement der Kunstwerke fast unmerklich in Bereiche gegliedert. Landschaften in Öl und Aquarell, die miteinander harmonisch korrespondieren. Skulpturen, die fast fliegen und ein Tisch voller Keramik laden zum spontanen Verweilen ein – ein Guckkasten zum Entdecken und eine magische Lichtinstallation fesseln die Betrachter. Beim Betrachten der Kunstwerke entstand spontan die tiefgreifende Frage: Was macht mein Leben eigentlich aus? – Wenn Kunst es vermag, uns mit existenziellen Fragen zurückzulassen, dann hat sie ihren Zweck ganz sicher mehr als erfüllt.

Die wunderbare Ausstellung kann noch bis zum 28. April zu den bekanntesten Öffnungszeiten mittwochs, samstags und sonntags von 15 bis 18 Uhr besucht werden.

Der Eintritt ist frei.

Es ist ein Ausstellungskatalog zu erwerben, der die Vita der Künstler und Künstlerinnen wiedergibt.



Die Künstlerinnen und Künstler können sich über großes Interesse an „ihrer“ Ausstellung freuen.

Nordic Walking und Babys in Bewegung

Bad Soden (bs) – Ab 17. April bietet der Erste Sodener Schwimm-Club 1927 e.V. wieder „Babys in Bewegung“ an. BiB ist ein lizenziertes Programm des Deutschen Turnerbundes, welches Eltern und Babys durch das erste Jahr begleiten soll. Die Kursinhalte sind Lieder, Fingerspiele, Babymassage, Sinnes- und Bewegungsanregungen. Bei BiB geht es um

erste Begegnungen mit Gleichaltrigen, Kontakt und Austausch für die Eltern und Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung.

Ebenfalls neu: **Nordic Walking** – am 16. April 2024 geht es los. Treffpunkt ist am ESSC-Clubhaus.

Für beide Kurse wird um Anmeldung auf der Homepage: www.essc-online.de gebeten

„Mittagstisch“ ersetzt „Seniorenfrühstück“

Sulzbach (bs) – Gleicher Tag und Ort, neuer Titel, andere Uhrzeit: Wie gewohnt freitags treffen sich in der Sulzbacher **Trattoria Mamma Mia** örtliche Seniorinnen und Senioren zum ungezwungenen Plausch – allerdings nicht mehr zum morgendlichen Seniorenfrühstück, sondern **ab 12 Uhr** beim Nachfolgeformat Mittagstisch. Alle Beteiligten wissen den Wechsel zu schätzen – inzwischen auch diejenigen, die am über

die Jahre lieb gewonnenen Seniorenfrühstück hingen. Der von einigen Teilnehmerinnen und Teilnehmern mit Augenzwinkern akzentuierte Vorteil sei, dass um die Mittagszeit zu leckeren italienischen Speisen buchstäblich „ausgeschlafene“ Gespräche zustande kämen. Sowohl die Gäste als auch das zuvorkommende Bewirtungsduo Somma begrüßen, dass die gemeinsame Geschichte der Verbundenheit eine nahtlose Fortsetzung gefunden hat.

✓ seit 30 Jahren ✓ Meisterwerkstatt ✓ Online Shop + Versand weltweit ✓ 1.000 m² Ladenfläche



Fahrräder & E-Bikes vom
Fahrrad-Fachhändler
direkt vor Ort

20 Fahrradmarken:

SPECIALIZED ORBEA TREK HIBIKE GHOST KONA uvm.

Jetzt Beratungs-TERMIN buchen:



hibike.de

Öffnungszeiten: Di-Fr 10 - 19 Uhr | Sa 10 - 16 Uhr
Westerbachstr. 9 | 61476 Kronberg

13 Leasinganbieter, z. B.

JOBRAD lease a bike

BIKELEASING BUSINESS BIKE

BARES FÜR WA(H)RES

Experten für Schmuck, Diamanten, Luxusuhren und Bernstein vom 15.04. – 20.04.2024 zu Gast bei Scheurenbrand & Seiler in Bad Homburg



Goldschmuck und Goldmünzen

FOTO: PS

Bad Homburg. Jahrzehntlang verstaubten Schmuck und Uhren in Kästen und Schubladen - bis heute. Die Experten von „Bares für Wa(h)res“ in Kooperation mit Juwelier Scheurenbrand & Seiler sind in Hessen unterwegs und bewerten kostenlos Ihre Schätze. Egal ob kaputter Goldschmuck, welchen Sie sich als Urlaubsmitbringsel gekauft hatten, oder uraltes Silberbesteck, wel-

ches Sie von Ihrer Großtante geerbt haben. Viele von Ihnen entdecken wahre Schätze, die Sie schnell in Geld umwandeln können. Das bringt immer mehr Menschen dazu, in ihren Schmuckschatullen zu kramen. Selbst Bernstein genießt aufgrund hoher Nachfrage im fernen Osten seinen persönlichen Höhenflug. Oft sogar als „langweilig“ oder „aus der Mode gekommen“ ab-

gestempelt, könnte sich jetzt Bernsteinschmuck als große finanzielle Überraschung entpuppen. Für besonders schöne Honigbernsteinketten, im Idealfall in Oliven- oder Kugelform, kann man schon mit ein paar Hundert bis zu mehreren Tausend Euro rechnen. Aufgrund der stark wachsenden Nachfrage aus dem Ausland hat sich der Preis für besonders schöne Stücke in den

letzten 7 Jahren verzehnfacht. Es lohnt sich also durchaus nachzuschauen, ob nicht eventuell noch die einen oder anderen Bernsteinketten in Vitrinen befinden. Ebenfalls hoch im Kurs stehen Luxusuhren der Marken Rolex, Breitling, Omega und Co. Besonders interessant sind alte Vintage-Uhren aus den 60er und 70er Jahren, welche ihre Preise in den letzten Jahren um ein Vielfaches steigern konnten. Hier lohnt es sich durchaus, die alten „Wecker“ aus dem Tresor zu holen und diese den Experten vorzulegen. Laut Experten kann beispielsweise eine Rolex GMT Master aus den 70er Jahren bis zu 9.000 EUR

erzielen. Des Weiteren bieten die Experten von „Bares für Wa(h)res“ kostenlose Wertschätzung von Diamanten an. Besonders interessant sind Diamanten im Brillant-Schliff ab einer Größe von 0,50 Carat. Hier gilt immer die Faustregel: ein einzelner großer Diamant ist wertvoller als viele kleine Diamanten. Ein Besuch bei den Experten lohnt sich in jedem Fall, denn hier wird Ihr Schatz professionell taxiert und zu einem fairen Preis entgegengenommen. ps

Bares für Wa(h)res bei Scheurenbrand & Seiler
Louisenstraße 48
61348 Bad Homburg
Tel. 06172-8 56 99 57



Taschenuhr und Silbermünzen

Foto: PS



Zinnkrug und Zinnbecher

Foto: fotolia

Unser Expertenteam:

Werner Boesen,
Goldschmiedemeister

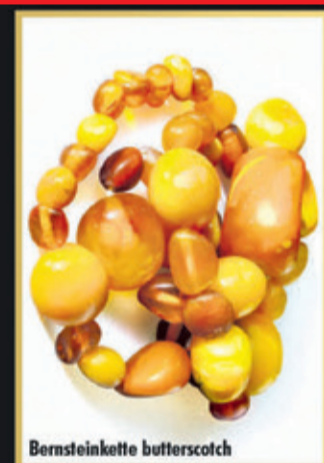
André Brauburger,
Uhrmachermeister

Charbel Issa,
Schmuck- und Uhrenexperte

Philip Gergin,
Uhrenexperte

BARES FÜR WA(H)RES - AKTION VOM 15.04. – 20.04.2024

Nutzen Sie diese einmalige Chance! Kostenlose Wertschätzung und Barankauf vor Ort.



Bernsteinkette butterscotch



Silberbesteck-Auflage

**Sofort
BARGELD**

für

ZINN

SILBER

SILBERBESTECK-
AUFLAGE

BERNSTEIN

KORALLE

LUXUSUHREN



Goldschmuck



Silber



Luxusuhren

**Sofort
BARGELD**

für

ALTGOLD

BRUCHGOLD

ZAHNGOLD

GOLDMÜNZEN

GOLDBARREN

GOLDUHREN

Scheurenbrand & Seiler

seit 1947

Louisenstraße 48 · 61348 Bad Homburg · Tel. 06172-8 56 99 57 · www.scheurenbrand-seiler.de
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 10.00 - 18.00 Uhr · Samstag 10.00 - 16.00 Uhr

Stellenmarkt

Aktuell

Teilzeitsekretär/in (m/w/d)

zur Verstärkung unseres kleinen Teams gesucht, für ca. 21 Std./Woche (Mi-Fr), plus Urlaubs- und ggf. Krankheitsvertretung der Kollegin. Individuelle Einarbeitung durch die Kollegin. Schreivarbeiten mit „Microsoft Office“.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung per E-Mail an:

Sachverständigenbüro für Immobilienbewertung und Bauschäden
Dipl.-Ing. Christian Angersbach
Heuchelheimer Str. 14 • 61348 Bad Homburg
E-Mail: privat@angersbach.online

Wir suchen ab sofort
Raumausstatter m/w/d
In Voll- oder Teilzeit.
Übertarifliche Bezahlung
B. Hähnlein
Raumgestaltung-Fußbodenbau
Info@haehnlein-raumgestaltung.de
Tel.: 069 341264

Auch kleine Anzeigen
bringen oft großen Erfolg!

**Wir suchen Verstärkung!**

Wir sind ein Familienunternehmen im Schuh-Einzelhandel mit einer über 50-jährigen Tradition. Für unsere Zentrale in Kelkheim suchen wir:

Lagermitarbeiter*in (m/w/d) in Teilzeit
Auszeichner*in (m/w/d) als Aushilfe

Ihre Bewerbung senden Sie uns gern an bewerbung@majo-schuhe.de oder Sie rufen uns einfach unter **06195-97650-0** an.

majo Schuhe
Markenschuhe clever einkaufen e.K.
Margarete-von-Wrangell-Str. 2
65779 Kelkheim

majo
MARKENSCHUHE **CLEVER** EINKAUFEN

Stützen am Rathaus müssen nun selbst gestützt werden

Hier hat der Zahn der Zeit genagt: die Stütze des Rathausvorbaus. Foto: Stadt Bad Soden

Bad Soden (bs) – Das Bad Sodener Rathaus an der Königsteiner Straße – fertiggestellt im Jahr 1959 – steht unter Denkmalschutz. Auffällig ist der zur Straße gelegene Vorbau, der von zwei Stützen aus Stahlbeton getragen wird. Diese sind aufgrund ihres Alters stark geschädigt, was sich im freigelegten Zustand leicht erkennen lässt. Derzeit laufen weiter die Planungen und Vorarbeiten, um den Vorbau künftig zu stützen.

In dem Vorbau liegen das Büro des Bürgermeisters und der Konferenzraum. Aber der Rathaus-Chef und die Besucher müssen sich nicht sorgen: Einstürzen können diese Räume nicht, das haben Berechnungen der Statik ergeben. Allerdings besteht Handlungsbedarf.

Nachdem die Treppe im Bereich rund um die rechte Stütze abgesperrt und dann geöffnet wurde, haben Fachleute Lage und Zustand des darunterliegenden Fundaments überprüft. Das Ergebnis war, dass der Zustand der Stützen schlecht und eine Sanierung nicht mehr möglich ist.

Arbeiten Ende April

So kamen die Experten zu dem Schluss, dass eine Hilfskonstruktion aus verzinktem Stahl errichtet werden soll, um dem Vorbau und den Stützen dann mit doppelten T-Trägern zusätzlichen Halt zu geben.

Für diese Arbeiten erwartet die städtische Abteilung Gebäude und Liegenschaften in der Woche nach Ostern den Eingang entsprechender Angebote. In der darauffolgenden Woche könnten die Aufträge vergeben werden, die Arbeiten Ende April beginnen – und die Baustelle dann bald verschwunden sein.

Fußgängerampel auf der B 8/519 ist in Betrieb

Die provisorische Bedarfsampel ist jetzt in Betrieb.

Foto: Stadt Bad Soden

Bad Soden (bs) – Autofahrer haben es schon gemerkt: Die provisorische Bedarfsampel auf der Bundesstraße 8/519 ist in Betrieb gegangen. So können jetzt Fußgänger sicher in Richtung Rote Mühle oder auf der anderen Seite in die Altenhainer Feldmark gelangen. Die jetzige provisorische Ampel erhält ihren Strom über eine Oberleitung. Die Vorarbeiten für den Anschluss der vollständigen Ampelanlage sind bereits abgeschlossen. Wann diese jedoch endgültig fertiggestellt wird, steht derzeit noch nicht fest, teilte die zuständige Behörde Hessen Mobil mit. Denn laut Regierungspräsidium Darmstadt liegt dieser Bereich an der viel befahrenen Bundesstraße in einem Gebiet, auf dem „grundsätzlich von dem Vorhandensein von

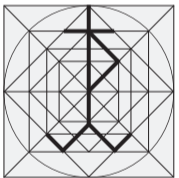
Kampfmitteln ausgegangen werden muss“. Mit anderen Worten: Das Erdreich rund um den Überweg muss von Experten gründlich untersucht werden – Sicherheit hat höchste Priorität. Wie viel Zeit das in Anspruch nimmt, lässt sich nicht exakt angeben.

Per Knopfdruck

Daher wird einstweilen diese provisorische Ampel gute Dienste leisten. Fußgänger und Radfahrer bekommen per Knopfdruck grünes Licht und gelangen sicher auf die jeweils andere Seite.

Die Installation der Bedarfsampel ist Teil der Sanierung der Bundesstraße in diesem Bereich, die Hessen Mobil bereits im vergangenen Sommer abgeschlossen hatte.

STEINMETZ- UND BILDHAUERMEISTER

**GRABMALE**

TREPPEN - BODENBELÄGE
RESTAURIERUNGEN
IDEEN AUS MARMOR & GRANIT
www.steinmetz-pyka.de

DIRK PYKA HAUPTSTRASSE 21
65812 BAD SODEN-NEUENHAIN
TEL.: 0 61 96 / 2 15 49 · Mobil 0176 / 34 49 40 76

Goldankauf

Ihr Partner für schnellen, seriösen und kompetenten Gold-, Silber- und Dentalgold-Ankauf

Juwelier Wagner
in Königstein,
Klosterstraße 1
Tel.: 06174 610801

Du fehlst.

*Nichts ist schwerer als einen geliebten Menschen gehen zu lassen.
Mit einer Traueranzeige teilen Sie Ihren Schmerz, finden Halt bei Freunden und nehmen würdig Abschied.*



Druckhaus
Taunus

**W. STEFFENS & SOHN**
Grabsteine

KRONTHALER STRASSE 53
61462 KÖNIGSTEIN - MAMMOLSHAIN
TELEFON 0 61 73 / 94 09 90 · TELEFAX 0 61 73 / 94 09 91

Die Stadt Bad Soden am Taunus nimmt Abschied von

Margrit Haupt

* 14. November 1941 † 25. März 2024

Margrit Haupt arbeitete bis zu ihrem Renteneintritt im Jahr 2001 im damaligen Liegenschaftsamt in Neuenhain.

Wir trauern um eine hochgeschätzte Mitarbeiterin, die sich mit großem Engagement für ihre Stadt eingesetzt hat.

Bad Soden am Taunus, April 2024

Dr. Frank Blasch
Bürgermeister

Barbara Hermanowski
Personalratsvorsitzende

Die Stadt Bad Soden am Taunus nimmt Abschied von ihrem Ehrenstadtverordneten

Bodo Wilke

* 17. April 1940 † 21. März 2024

Bodo Wilke gehörte von 1972 bis 1976 der Gemeindevertretung der Gemeinde Neuenhain im Taunus an und war in der Zeit von 1977 bis 2006 insgesamt 21 Jahre lang Stadtverordneter der Stadt Bad Soden am Taunus.

Im Jahr 1992 erhielt Bodo Wilke die Ehrenspange der Stadt Bad Soden am Taunus, 1997 wurde ihm der Ehrenbrief des Landes Hessen verliehen.

Im Jahr 2007 wurde er zum Ehrenstadtverordneten ernannt.

Bodo Wilkes Fokus während seiner Zeit als Gemeindevertreter und Stadtverordneter lag auf der baulichen Entwicklung der Stadt.

Mit Herzblut diskutierte er, wenn es um die Erarbeitung von Bebauungsplänen ging. Dementsprechend gehörte er nahezu die gesamte Zeit seiner parlamentarischen Arbeit dem Ausschuss für Planung, Bau, Umwelt und Verkehr an.

Wir trauern um einen verdienten und engagierten Bürger, der sich mit großem Engagement für unsere Stadt eingesetzt hat

Bad Soden am Taunus, im März 2024

Helmut Witt
Stadtverordnetenvorsteher

Dr. Frank Blasch
Bürgermeister

Immobilien

Verkäufe • Vermietungen • Gesuche

Haus-t-raum
Ihre Immobilie. Unsere Verpflichtung.
Steinbach
Frisch renovierte 2-Zimmer-Wohnung, modernes Bad, Balkon, toller Ausblick für nur **189.000,- € inkl. EBK.**
Bj. 1970, Klasse D, Verbrauch 128 kWh, Gas
☎ **06174 - 911 75 40**

Haus-t-raum
Ihre Immobilie. Unsere Verpflichtung.
Kelkheim
Neuwertige DHH
Schöne Lage, 290 m² Sonnengrundstück, 5 geräumige Zimmer, 2 moderne Bäder, Fbhzg., Doppel-Carport, für nur **879.000,- € inkl. EBK**
Bj. 2016 Klasse B, Bedarf 50,1, Gas
☎ **06174 - 911 75 40**

Haus-t-raum
Ihre Immobilie. Unsere Verpflichtung.
Königstein
Luxus „Haus im Haus“ im Bereich der Parkstraße, 200 m², 5 Zi., 2 neue Bäder, großer Balkon mit Burgturm, Fahrstuhl für nur **2.460,- € inkl. 2 TG-Plätze, zzgl. NK/Kt.**
Bj. 1992, Verbrauch 179 kWh, Klasse E, Gas
☎ **06174 - 911 75 40**

Haus-t-raum
Ihre Immobilie. Unsere Verpflichtung.
Sie möchten Ihre Immobilie verkaufen/vermieten?
Gerne erstellen wir Ihnen kostenlos und unverbindlich eine Schätzung.



Verkauf • Vermietung
☎ **06174 - 911 75 40**

Haus-t-raum
Ihre Immobilie. Unsere Verpflichtung.

IMMOBILIEN-INFO

Aktion Verkaufswertschätzung

Guten Tag liebe Leserinnen und Leser, überlegen Sie, in den nächsten 12 Monaten Ihr Haus, Ihre Wohnung oder Ihr Grundstück zu veräußern? Gerne erstellen wir Ihnen kostenlos und unverbindlich eine Verkaufswertschätzung. Hierbei wird nicht nur der reine Sachwert berücksichtigt, sondern auch die Verkaufschancen aufgrund der aktuellen Marktlage, der Zustand des Hauses und die entsprechende Nachfrage für Ihre Immobilie. Interessierte Kunden können unter Telefon 06174 9117540 einen Termin vereinbaren. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Ihr
Dieter Gehrig
Dieter Gehrig

Angaben ohne Gewähr.
Haus-t-raum Immobilien GmbH • Altkönigstr. 7 • 61462 Königstein
E-Mail: info@haus-t-raum.de • www.haus-t-raum.de

Neuer Showroom mit über 400 m² Fläche



AUSSTELLUNG:
Parkettböden
Vinylböden
Möbel
Küchen
Fenster
Haustüren
Innentüren
Treppen
Terrassenböden
Pflegetmittel

Frankfurter Straße 51
65779 Kelkheim
Tel. 06195 - 7204240
www.schreinereipreuss.de
E-Mail: info@schreinereipreuss.de

Schreinerei Preuß GmbH
Raumgestaltung in Holz

PoX
Partnerbetrieb

WaDiKu
Entrümpelungen von A-Z
M. Bommerheim

Wohnungsauflösung



Dienstleistungen Kurierdienste

Mobil: 0176-45061424
E-Mail: wadiku@aol.com

Ihr Weg in Ihr neues Zuhause!



Frühjahrs-Kickoff beim TSG Altenhain – Lauftreff

Altenhain (bs) – Es geht endlich wieder los! Das Frühjahr ist angebrochen. Der Lauftreff der TSG Altenhain, der sich zum Ziel gesetzt hat, einen kontinuierlichen und konsequenten Trainingsaufbau zu betreiben, startet wieder durch. Fernziel: Teilnahme am legendären 10 km Wuzzelauf am Sonntag, 8. September – in seiner 15. Auflage. Der Lauftreff ist für all jene etwas, die bisher noch keine größeren Lauferfahrungen gesammelt haben, sich aber mal trauen wollen. Fortgeschrittene sind ge-

nauso willkommen. Zusätzlich gibt es als „Neustart“ eine langsamere Anfängergruppe, die mit Gehpausen, langsam aber kontinuierlich über Wochen, die Laufabschnitte bis zum erwünschten Durchlaufen verlängert. Kickoff ist nach der Winterpause am **Dienstag, den 16. April, um 19 Uhr**, Treffpunkt ist auf dem Parkplatz an der Kahlbachhalle. Von diesem Tag an wird regelmäßig trainiert – immer dienstags und donnerstags um 19 Uhr, sowie sonntags um 10 Uhr. Die verschiedenen

Lauf-Gruppen mit unterschiedlichem Niveau starten zeitlich immer parallel, ein Gruppenwechsel ist möglich und gemeinsames Stretching im Anschluss sinnvoll. Es wird eine „Reinschnupperphase“ von ca. 3 Wochen angeboten – anschließend ist eine TSG-Vereinsmitgliedschaft (Erwachsene 78 Euro pro Jahr) erforderlich. Weitere Infos unter www.tsg-altenhain.de oder direkt beim Übungsleiter Bernd G. Krause, krause-bernd@t-online.de, 06174-931191.

Frühstück für Alleinerziehende

Bad Soden (bs) – Einmal im Monat treffen sich im Bad Sodener Familienzentrum Schatzinsel Alleinerziehende mit ihren Kindern zum gemeinsamen Frühstück. Das kostenfreie Angebot der Ev. Familienbildung Main-Taunus hat sich zur beliebten Gelegenheit zum Kontakteknüpfen für getrennt- oder al-

leinerziehende Eltern aus der gesamten Umgebung etabliert. Das nächste Treffen findet am **Sonntag, 28. April, von 9.30 bis 11.30 Uhr** im Familienzentrum Schatzinsel, Königsteiner Straße 6a in Bad Soden statt. Getränke und Brötchen stehen bereit, alle Teilnehmenden können gerne et-

was zum Belegen beisteuern. Natürlich gibt es auch wieder eine Spielecke für die Kleinen und viel Zeit für Gespräche. Neue Gesichter sind herzlich willkommen. **Es wird um Anmeldung gebeten bis zum 25. April unter www.evangelische-familienbildung.de**

HORN
IMMOBILIEN GMBH



„WIR ÖFFNEN DIE TÜREN ZU IHREM NEUEN ZUHAUSE!“

Sonja Horn

Brunnenstraße 6
65812 Bad Soden
+49 6195 677570
info@immo-horn.com
www.immo-horn.com

• Beratung • Verkauf
• Vermietung • Wertermittlung

Bauen & Wohnen

Wohnen ohne Krabbeltiere und Niesattacken – Insekten- und Pollenschutz-Systeme verwehren unerwünschten Gästen zuverlässig den Zutritt

(epr) Insekten und Pollen sind für das ökologische Gleichgewicht zwar unerlässlich, aber für viele Menschen nicht nur lästig, sondern auch sehr unangenehm. Insbesondere Allergiker leiden unter Pollenflug & Co. Draußen hat man wenig Möglichkeiten, sich zu schützen, aber für

die eigenen vier Wände gibt es wirkungsvolle Lösungen: DEFLEX hält ein breitgefächertes Angebot an effektivem, widerstandsfähigem und stabilem Insektenschutz bereit, das von Möglichkeiten für Fenster sowie Dreh-, Schiebe- und Terrassentüren bis hin zu Plisseesystemen für

Türen und Fenster reicht. Auch in puncto barrierefreies Wohnen überzeugt DEFLEX: Dank der flachen unteren Führungsschiene bieten die Plisseesysteme einen schicken Schutz für Wintergärten und Terrassenöffnungen mit einer Maximalbreite von bis zu 4,50 Metern einflügelig (zweiflügelig bis 8 Meter) und einer Maximalhöhe von bis zu 3 Metern. Bei der Nachrüstung von Insektenschutzsystemen an Fenstern mit Rollläden hält das Unternehmen mit dem DEFLEX®-Rollladengleitstück cleveres Zubehör bereit, das den Rollläden auf Abstand hält und so ein geräuschloses und sicheres Gleiten vor dem Insektenschutzelement ermöglicht. Haustierhalter stehen oft vor einer besonderen Herausforderung: Wie kann der selbstständige Freigang der felligen

Freunde trotz Insektenschutztür ermöglicht werden? Mit DEFLEX® Haustierklappen in unterschiedlichen Größen und Varianten ist

das kein Problem! Sie werden in die Drehtür integriert und sorgen mit verschiedenen Schließmechanismen dafür, dass Hund oder Kat-

ze nicht ungewünscht in den Garten hinaus- oder fremde Tiere hineingelangen können. Mehr unter www.deflex-insektenschutz.de



Keine juckenden Stiche, kein lästiges Gebrumm: Plisseesysteme sorgen auch bei großen Abmessungen – Wintergärten oder Terrassen – für sicheren Schutz vor Insekten. (Foto: epr/DEFLEX)

BEI QUALITÄT MACHEN WIR KEINE KOMPROMISSE!

Fenster und Türen - Made im Taunus.



müller+co
Fenster und Türen

Merzhausener Straße 4 - 6
61389 Schmitt-Brombach
Telefon 06084 42-0
www.fenster-mueller.de

Kurz notiert!

CRO - BAU
Elektroarbeiten • Trockenbau
Sanitärarbeiten • Malen • Tapezieren
Fliesen-, Parkett- u. Laminatverlegung
Fassadendämmung • Gartenarbeiten
Abbrucharbeiten • Entrümpelungen
Zvonimir Kovacevic • 01578-3163313
www.cro-bau.de • info@cro-bau.de

Sandstrahlen
Verzinken • Pulverbeschichten
Alles in einer Hand
www.sandstrahlarbeit.de
Tel. 06122 5873680

Unser Anzeigenfax
0 61 74 / 93 85-50

Über 60 Jahre Komplettservice rund um den ÖLTANK

Zugelassener Fachbetrieb nach Wasserrecht

- ♦ Tank-Reinigung ♦ Tank-Sanierung ♦ Tank-Demontage
- ♦ Tank-Stillegung ♦ Tankraum-Sanierung ♦ Tank-Neumontage

TANK-MÄNGELBEHEBUNG

Auch bei gefülltem/teilgefülltem Tank. Der Heiz- und Warmwasserbetrieb läuft weiter.

Tankrevision-Stadtler GmbH • 65933 Frankfurt/M • Lärchenstr. 56
☎ 069/39 26 84 • ☎ 069/39 91 99 • Fax 069/39 91 99 od. 38 01 04 97
tankrevision-stadtler@t-online.de • www.tankrevision-stadtler.de
Oberursel: ☎ 06171/7 43 35 • Wiesbaden: ☎ 06122/50 45 88
Mainz: ☎ 06131/67 28 30 • Heusenstamm: ☎ 06104/20 19



© Verena Meier Fotografie

Damit der Nacken nicht mehr schmerzt.

Viele schauen täglich stundenlang auf den Bildschirm ihres Handys oder Computers. Die Folgen sind Verspannungen und Kopfschmerzen.

Achten Sie einmal drauf: Beim Blick aufs Smartphone oder den Computer senken die meisten von uns nicht nur ihre Augen, sondern den ganzen Kopf. Was für uns eine selbstverständliche Bewegung ist, ist für die Muskulatur ein enormer Kraftakt.

„In dieser Position muss unsere Halswirbelsäule einer hohen Kraft entgegenwirken. Die Bänder sind ständig gedehnt, die Muskulatur ist angespannt, der Bereich kann nicht mehr gut mit Blut versorgt werden.“ erklärt Professor Bernd Kladny, Chefarzt der Orthopädie und Unfallchirurgie in der deutschen „Apotheken Umschau“. Statt der üblichen vier bis sechs Kilogramm muss der Nacken in dieser Position ganze 20 Kilogramm stützen. Die Folgen sind oft Verspannungen. Die naheliegendsten Lösungen: Entspannung, Bewegung, weniger Zeit vor dem Bildschirm. Doch für viele, insbesondere Büroangestellte, ist das kaum eine Option. Experten empfehlen, für nachhaltige Effekte auch den Rücken zu stärken. Damit sollte am besten früh angefangen werden. Ab 25 Jahren schwindet die Muskelkraft kontinuierlich. Ab 50 Jahren ver-

lieren wir jährlich bis zu zwei Prozent der Muskeln – außer wir trainieren sie bewusst.

**JETZT
100 EURO
SCHNELL-
STARTER-
RABATT
SICHERN!***

Den Nacken und Rücken stärken

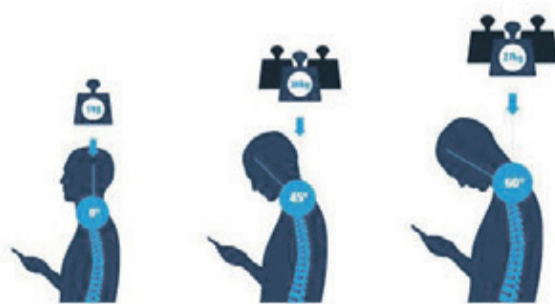
Kieser ist seit 57 Jahren auf gesundheitsförderndes Krafttraining an Maschinen spezialisiert. Um dem verspannten Nacken entgegenzuwirken, empfiehlt sich das Training an den verschiedenen Rücken- und Nackenmaschinen. Ergänzendes Training für die Schulter- und Brustmuskulatur beseitigt weitere muskuläre Ungleichheiten und stärkt so den gesamten Rücken. Dieses ganzheitliche Training stellt sicher, dass alle wichtigen Muskelgruppen des Körpers trainiert werden. In lediglich zwei wöchentlichen Einheiten à 30 Minuten.



Die typische Position am Schreibtisch: Wir hocken zusammengesackt vor dem Bildschirm und haben den Kopf wie eine Schildkröte nach vorn geschoben. Der Brustkorb fällt nach hinten, der Kopf sinkt automatisch nach unten. Um in dieser Position geradeaus zu schauen, müssen Sie den Nacken zwangsläufig überstrecken. Spüren Sie, wie Sie Ihre Schultern angespannt nach oben ziehen und welcher Druck im Bereich auf den obersten Halswirbeln und Bandscheiben lastet? Ein ergonomisch eingerichteter Arbeitsplatz hilft nur bedingt. Um eine dauerhaft aufrechte Haltung einzunehmen, ist ein gezielter Muskelaufbau unerlässlich.

Den Nacken durch Krafttraining stärken – das bringt's:

- Stabilisiert die Wirbelsäule
- Unterstützt die aufrechte Haltung
- Schützt vor vorzeitiger Ermüdung und vor Überlastung
- Beugt Verspannungen und Beschwerden vor
- Reduziert Nackenschmerzen



Wer den Kopf neigt, belastet Halswirbelsäule, Muskeln, Bänder und Sehnen mit einem Vielfachen der Last. (Quelle: nach Hansraj 2014.)

Jetzt Starttermin vereinbaren und 3x kostenlos trainieren. Bei Direktabschluss erhalten Sie einen **Schnellstarterrabatt von 100 Euro**.

Die Aktion gilt für Neukunden bis zum 30.04.2024.

EFFIZIENTES TRAINING

2x **30** MIN.

PRO WOCHE GENÜGEN

Kieser Bad Soden

Königsteiner Straße 6a | Telefon (06196) 57 23 700

badsoden1@kieser.com | kostenlose Kundenparkplätze | [kieser.de](https://www.kieser.de)

*Das Angebot gültig für Neukunden bis zum 30.04.2024. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

KIESER