

LEBENS LUST



Das Magazin für Ihre Region



...Summer in the City...

Gesundheit | Lust auf Genuss | Wohnkultur

ZAHNGESUNDHEIT

Gesunde Zähne, gesunder Geist

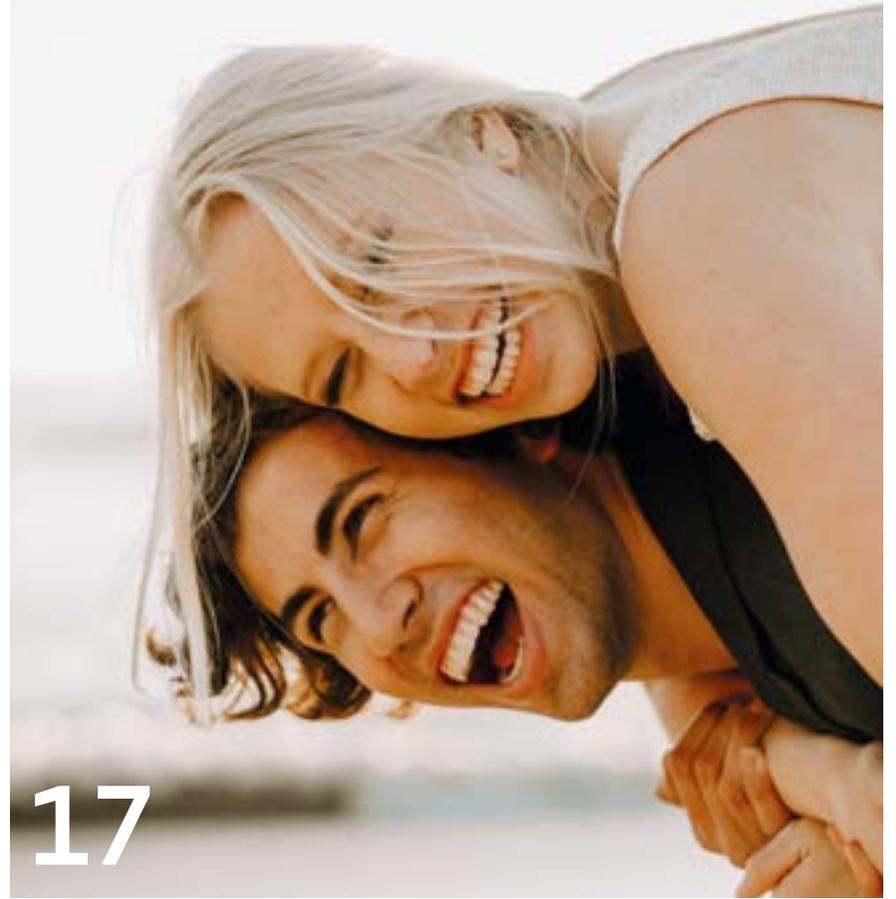
BLÜTENKÜCHE

Aromenvielfalt und Augenweide zugleich



GESUNDHEIT

- 16 Sommer, Sonne – Sonnenbrand**
Sonnenschäden und andere Hauterkrankungen mit orthomolekularer Medizin effektiv behandeln
- 17-19 Gesunde Zähne – Gesunder Körper**
Warum unser Kauapparat eine Schlüsselrolle für unser Wohlbefinden spielt
- 20-21 Endlich wieder unbeschwert lachen**
Dank neuen festen Zähnen an nur einem Tag
- 22-23 "Es geht nicht um das Gebiss – es geht um den ganzen Menschen"**
Bei den „Zahnärzten Fritsch“ steht ganzheitliche Zahnmedizin im Fokus
- 24 Implantate und Zahnersatz an einem Tag**
Mehr als 20 Jahre internationale Implantaterfahrung



LUST AUF GENUSS

- 25-27 Dreiklang der Sinne**
Farmerhaus, Lodge, Blumeins
- 28-29 Aromenvielfalt und Augenweide**
Blumige Köstlichkeiten erobern die Küche
- 32-33 Schweinefleisch aus Freilandhaltung**
vom Börncheshof in Groß-Umstadt/Raibach – Eine vorbildliche Schweinerei
- 34-34 Goodbye Plastik!**
Verpackungsloses Einkaufen wird immer beliebter
- 38-39 Kein Stress für Haut und Haar**
Tipps für die richtige Pflege im Sommer



WOHNKULTUR

- 41-43 50 Plus – Baden ohne Barrieren**
Kreative Ideen und optimale Lösungen
- 46-47 Mischen possible! So gelingt ein stilvoller Mustermix bei Wohntextilien**
Raumausstatter Pötz aus Darmstadt
- 49-53 Ein florales Fest für die ganze Familie**
„Gartenwelten“ am 16. und 17. Juni in Dieburg



SOMMER-FEELING ...



Draußen wird es immer wärmer – Sommer-Feeling pur... Wir faulenzen im Park, und wenn wir nicht gerade damit beschäftigt sind, Würstchen und Maiskolben zu drehen, sollten wir uns auf jeden Fall den himmlischen Sommer-Themen widmen. Spätestens jetzt ist es wieder an der Zeit, sich mit Guter-Laune-Sommer-Urlaubs-Lektüre einzudecken. Zeit, mal wieder so richtig Seele baumeln und sich von der Sonne verwöhnen zu lassen: Was für eine Vorstellung vom süßen Nichtstun in der schönsten Zeit des Jahres.

Nur leider arbeiten wir auch im Sommer, und vom süßen Nichtstun keine Spur. Stellt sich nur die Frage: Wie komme ich luftig durch den Arbeitstag? Einen Cocktail nach Feierabend mit Freunden und dazu noch einen knackigen Sommersalat aus der Kräuterküche.

Apropos Kräuterküche: Falls Sie Lust haben sich selbst ans Werk zu machen, haben wir einige leckere Rezepte mit und aus essbaren Wildkräuterblüten für Sie zusammengestellt. Die zauberhaften Blüten sind nicht nur äußerst dekorativ, sondern schmecken auch noch super lecker. Unsere Lieblingsrezepte finden Sie auf den Seiten 30-31.

Kräuter pflanzen aus therapeutischen Aspekten – das ist ein ganz neuer und ganzheitlicher Ansatz in der Hirschklinik.

Die Idee: Mit dem Anbau von Gemüse oder Kräutern mehr Bewusstsein für gesunde Nahrungsmittel zu schaffen. Außerdem hat die Bewegung im Freien und Beschäftigung mit Pflanzen auch eine gesundheitsfördernde Wirkung. Mehr zum Thema „Heilendes Gärtnern während der Reha“ finden Sie auf Seite 5.

Ein Thema, mit dem wir uns in dieser Ausgabe in besonderer Weise beschäftigt haben, ist der Verpackungsmüll. Gerade verhandelt man in Brüssel darüber, ob sogar teilweise der Gebrauch von Plastikartikeln gesetzlich verboten werden soll. Unsere Devise an dieser Stelle lautet: Umweltschonendes Konsumieren – Einkaufen mit mehr Herz und Verstand! Unsere Redakteurin hat sich aufgemacht und jede Menge Wissenswertes für Sie zusammengetragen. Mehr dazu auf den Seiten 34-35.

Und Außerdem berichten wir noch über die neuen Wohlfühlrends bei Wohntextilien. Ob Orientalisches Paisley, romantische Blüten, schottische Karos, maritime Streifen oder Ethno-Kelim-Muster, eigentlich ist alles erlaubt. Aber aufgepasst! Besonders beim textilen Einrichten sollte man dennoch einige Regeln beherzigen, damit das Matchen von kontrastreichen Wohnstoffen auch wirklich gelingt. Wie's geht? Dazu lesen Sie auf Seite 46 und 47.

Und last but not least dürfen natürlich auch in der Sommerausgabe die Gesundheitsthemen nicht fehlen. Auf den Seiten 17-24 berichten wir über die Bedeutung schöner strahlender Zähne und warum diesen eine besondere Schlüsselrolle für unser Wohlbefinden zukommt.

Einen schönen seidenen Teint und glänzendes Haar, wer wünscht sich das nicht – gerade im Sommer? Damit Sie die heißen Tage in Shorts und Flipflops auch in vollen Zügen genießen können, finden Sie auf Seite 38 und 39 einige Pflegetipps und Tricks für Haut und Haare.

So, jetzt heißt es: Einfach zurücklehnen und die warmen Tage genießen. Wir wünschen Ihnen einen perfekten Start in den Sommer und viel Freude mit unserer neuen Ausgabe

F. Oehmichen

Ihre
Friederike Oehmichen



Redaktion:
Chefredaktion und Herausgeberin V.i.S.d.P.
Friederike Oehmichen
Telefon: (0 61 51) 10 12 130
Fax: (0 61 51) 10 12 139
www.magazin-lebenslust.de
oehmichen@magazin-lebenslust.de

Verlag: Ulrich Diehl Verlag und
Medienservice GmbH
Marktplatz 3, 64283 Darmstadt

Texte: Friederike Oehmichen,
Nicola Wilbrand-Donzelli, Alexander Götz
Fotografie: Arthur Schönbein,
Christian Grau, Erik Erstfeld
Satz: Angela Schmidt, Obla Design;
Andrea Groß, Visuelles Design Groß

Anzeigenleitung:
Friederike Oehmichen Mobil: 0163 7350002
Stellvertretende Anzeigenleitung:
Angelika Giesche Tel: (0 61 58) 917 433

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

Druck: alpha print medien AG, Darmstadt

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

Jährliche Offenlegung der Eigentumsverhältnisse:
Die Publikation LebensLust erscheint in der Ulrich Diehl
Verlag und Medienservice GmbH, Eigentumsverhältnisse:
Ulrich Diehl 100%



IMPRESSUM

WILLENBÜCHER
BESTATTUNGEN



Seit 1868 in Familienbesitz

Das Leben ist ein Geschenk.
Ein liebevoller Abschied auch.

Herdweg 6–8 · Bessungen · Telefon (061 51) 6 47 05 · www.willenbuecher.org · info@willenbuecher.org

Maximalversorger mit



Gesundheitsversorgung auf höchstem Niveau.

Unser Ziel: die bestmögliche Behandlung aller Patientinnen und Patienten! Modernste diagnostische und therapeutische Verfahren und interdisziplinäre Zusammenarbeit sind unser Maßstab in allen unseren Kliniken, Instituten und Einrichtungen in Südhessen.

www.klinikum-darmstadt.de

Emilia Seniorenresidenz



MARIEN
HOSPITAL
Darmstadt

MVZ Medizinisches Versorgungszentrum
am Klinikum Darmstadt GmbH

Klinikum Darmstadt GmbH
Akademisches
Lehrkrankenhaus

mit Sicherheit gut versorgt



HEILENDES GÄRTNERN WÄHREND DER REHA

In der Asklepios Hirschpark Klinik können Patienten Hochbeete beackern

Der Rahmen ist ideal, um sich von einer Operation zu erholen und wieder auf die Beine zu kommen. In der Asklepios Hirschpark Klinik in Alsbach-Hähnlein wird nämlich nicht nur eine intensive Reha- und Heil-Behandlung nach orthopädischen oder internistischen Eingriffen durch ein hochqualifiziertes Kollegium aus Ärzten, Psychologen und Physiotherapeuten garantiert. Auch die idyllische, ruhige Umgebung der Bergstraße samt dem schönen klinikeigenen Park trägt ihren Teil zur Genesung der Patienten bei. Genau diese Liaison von Natur und modernen Therapiemethoden nutzt nun das engagierte Experten-Team der Klinik, um ein innovatives Projekt im Rahmen des Reha-Programms umzusetzen. Im Fokus stehen seit neuestem in Holzumrandungen angelegte Hochbeete, die von Patienten ‚beackert‘ werden können.

„Mit den neuen Hochbeeten, in denen erst einmal nur Nutzpflanzen gedeihen sollen, verfolgen wir mehrere therapeutische Aspekte“, erklärt Chefarzt Heiko Hermann. „Zum einen – da ist unser Ansatz ganzheitlich – schaffen wir mit dem Anbau von Gemüse oder Kräutern mehr Bewusstsein für gesunde Nahrungsmittel. Zum anderen fließen solche Erkenntnisse in die Lehrküche ein. Unsere Gäste lernen am praktischen Beispiel in der Ernährungsberatung, wie man selbstgezeugene Produkte richtig verarbeiten und diätetisch verwenden kann.“

Ein weiterer Vorteil sei, ergänzt der erfahrene Orthopäde und Hygienemediziner, dass insbesondere ältere Patienten, die häufig angestammte Hobbygärtner seien, hier im Rahmen der Reha ihrer Leidenschaft wieder langsam nachgehen und zudem ihr Wissen über Nutzpflanzen und deren Verwertung so auch an jüngere Patienten weitergeben könnten. Eine generationsübergreifende Verknüpfung also, die bezüglich schlechter Essgewohnheiten eine positive Wirkung auf Fast-Food- und Fertigprodukte-Fans haben kann.

Die wichtigste Aufgabe, die die neuen Hochbeete erfüllen, ist jedoch, dass sie für mehr seelisches Wohlbefinden und Stabilität bei den Patienten sorgen sollen. Psychologin Eva Heinecker, die seit Januar das Kompetenz-Team der Klinik verstärkt, erklärt, wie das funktionieren kann: „Gerade im Hinblick auf Schmerzbewältigung helfen wir mit diesem Angebot, den Fokus der Patienten etwas zu verschieben. Besonders bei Schmerzen spielt dies eine ganz zentrale Rolle. Denn meist ist der Scheinwerfer der Aufmerksamkeit nur noch auf das jeweilige Leiden gerichtet. Das Gärtnern im Hochbeet ist ein Versuch, den Fokus auf die Dinge zu richten, die funktionieren, um so den Kreislauf zu durchbrechen und die Beschwerden weniger stark wahrzunehmen.“

Doch es gibt noch mehr positive Effekte, die durch die Arbeit mit Erde und Pflanzen während eines Reha-Aufenthaltes entstehen können. Durch das Gärtnern gewinne man auch etwas Abstand vom Alltag, ergänzt Heiko Hermann. „Der Patient ist vertieft in eine äußerst befriedigende Arbeit – das hat fast meditative Wirkung. Außerdem kommt man so auch mal raus aus dem bisherigen Reha-Trott. Es ist gewissermaßen eine kleine Erholung von sich selbst – weg von der Spirale aus Ängsten und Schmerz.“

Die aufgebockten Mini-Biotope können aber noch mehr für die Patienten der Asklepios Hirschpark Klinik leisten. Denn durch aktives Werkeln im Beet lässt sich nach einem Eingriff etwa am Knie, der Hüfte oder Herzen schneller lernen, – zum Beispiel mit Unterstützung der Ergotherapie – die eigenen Fähigkeiten und Kräfte wieder besser einzuschätzen sowie Bewegungsabläufe angst- und gefahrlos zu üben und zu verinnerlichen. Zudem hat die Bewegung im Freien und Beschäftigung mit Pflanzen bereits eine gesundheitsfördernde Wirkung.



„Unser Hochbeet-Projekt hat auch viel mit Verantwortungsübernahme und Kontrollerleben zu tun“, so Psychologin Heinecker. „Der Patient merkt so nämlich: ‚Ich kann ja doch etwas tun – auch wenn ich nach der OP das Gefühl hatte, nur noch wenig zustande zu bringen. Es gibt also Fortschritte‘. Ein Effekt, der sich



Fotos: ©Angela Schmidt

nicht nur positiv auf das Selbstvertrauen auswirkt, sondern auch Einfluss auf den Heilungsprozess hat.“

Die Idee in der Asklepios Hirschpark Klinik ‚Gärtnern‘ ins therapeutische Reha-Programm zu integrieren, könnte also ein Erfolg werden, so dass zukünftig eine Fortsetzung in erweiterten Dimensionen nicht ausgeschlossen ist, wie Chefarzt Hermann abschließend anmerkt. „Wir sehen das Hochbeet als kleinen Versuchsballon, den wir jetzt steigen lassen. Wenn das gut angenommen wird und alles optimal funktioniert, kann man später auch ein größeres Areal als therapeutisches Projekt gärtnerisch angelegen.“

 **ASKLEPIOS**
Hirschpark Klinik



...BEVOR DAS HERZ BRICHT

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

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

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

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

Gesünder leben:

Kann ein „Herz brechen“?

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

men, dass der Herzmuskel nicht mehr pumpt, sondern nur noch „fibrilliert“, dann erlischt die Blutversorgung für den Körper und das Gehirn. Das Herz steht still.

Kann dies so plötzlich geschehen oder gibt es vorwarnende Ereignisse?

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

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

Dr. Ruch (lacht): Schnellstes aufhören zu rauchen! Nein, im Ernst: Durch Vorsorge-medicin! Es gibt heutzutage Möglichkeiten auch beim sogenannten „Gesunden“ ohne Katheterinterventionen die Herz-

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

Welche Verfahren gibt es da?

Dr. Ruch: Seit der Entwicklung schneller Computertomographen, welche das Herz in 1 bis 5 Sekunden komplett abbilden, ist man schnell genug, um die Pulsation des Herzens auszugleichen. Über eine Vene wird Kontrastmittel ver-



Dr. med. Martin Ruch

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

Studium Humanmedizin / Philosophie

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

Post Doc Max-Planck-Institut Immunbiologie Freiburg (Prof. v. Kleist)

Innere Medizin und Interventionelle Radiologie Hochrhein-Klinik Bad Säckingen – Schwerpunkt-Klinik für Herz- und Gefäßerkrankungen

Gefäßchirurgie Uniklinik Ulm Radiologie Universitätsklinik Basel und Straßburg

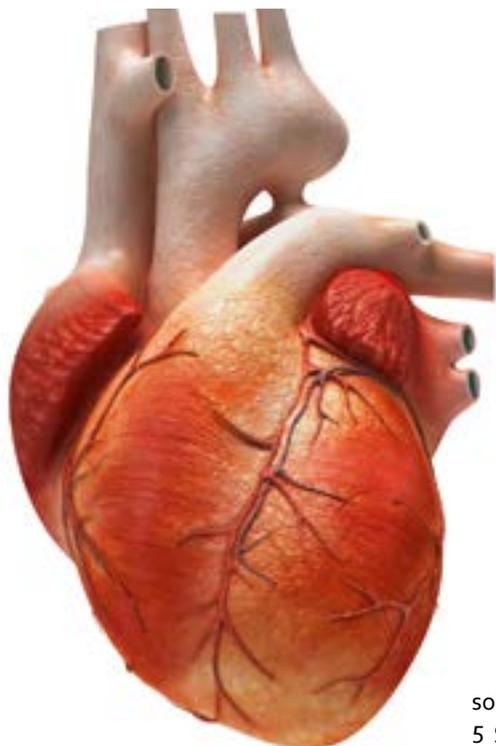
Medical Imaging Cambridge Addenbrookes Hospital, Prof. Adrian Dixon (England)

Rijkshospital Oslo, Prof. Frode Laerum (Norwegen)

99/2001 Consultant The Bartholomew and Royal London Hospital

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

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



abreicht; die Herzkranzgefäße stellen sich dar, dies kann dreidimensional in einer Computersimulation nachberechnet werden. So erhalten wir dann Aufnahmen der Herzkranzgefäße, die es sogar ermöglichen durch diese Herzkranzgefäße „hindurchzufliegen“.

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

Das ist doch eine Methode mit Strahlenbelastung?

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

Wie geht eine solche Untersuchung vor sich?

Dr. Ruch: Sie geht eigentlich so vor sich wie jede Computertomographie der Lunge etc. Der Patient sollte nüchtern sein, wir brauchen etwa 1 Stunde, weil der Patient vorher etwas zur Ruhe kommen

sollte. Der eigentliche Scan geht knapp 5 Sekunden, danach sind wir bereits in der Lage mitzuteilen, ob eine relevante Erkrankung der Herzkranzgefäße vorliegt. In unserer Gruppe diskutieren wir Aufnahmen mit einem Kardiologen. In einem Abschlussgespräch wird der endgültige Befund dann mit dem Patienten besprochen – es geht ja schließlich um eine relevante Diagnose.

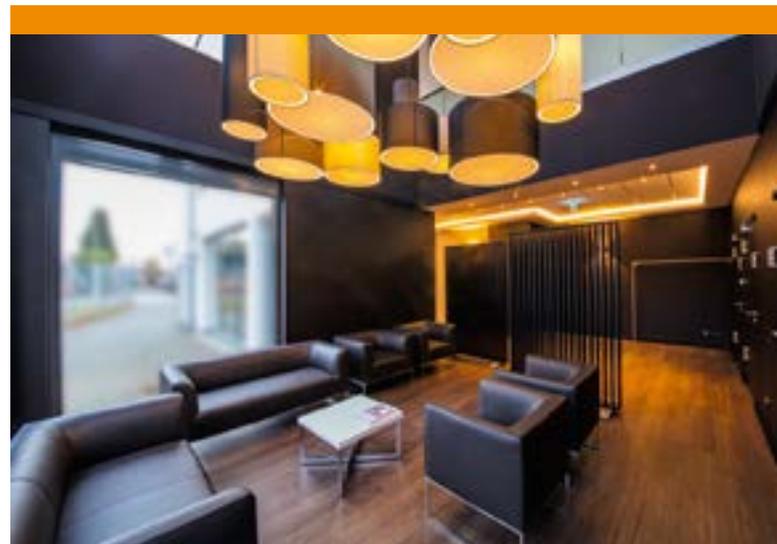
Wir halten es je nach Ergebnis für wichtig, den Patienten nicht einfach mit seiner Herzerkrankung dann „sitzen zu lassen“, es ist wichtig, danach therapeutische Konzepte ggf. auch an einem eigens hierfür optimierten Institut zur Weiterbehandlung zu erstellen. Sehr oft reicht es allerdings, dem Patienten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

Die da wären?

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

Welche Methoden gibt es noch?

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



RHEIN-MAIN-ZENTRUM FÜR DIAGNOSTIK

DieRadiologen

Fachärzte für Diagnostische Radiologie

Dr. med. Heike Jennert
Dr. med. Katja Failing
Dr. med. Stefan Oehm
Dr. med. Martin Ruch PhD MBA
Sondernummer für Privatsprechstunde,
Vorsorgemedizin, Früherkennung und
Sportmedizin:

Fon 0 61 51. 78 04-100

Rhein-Main-Zentrum für Diagnostik DieRadiologen

Gutenbergstraße 23 (neben Loop 5)
64331 Weiterstadt
Fon 0 61 51. 78 04-0
Fax 0 61 51. 78 04-200
www.dieradiologen-da.de
info@dieradiologen-da.de

PFLEGE ZU HAUSE – KOMPETENZ GIBT SICHERHEIT

Der Reha-Service vom Sanitätshaus Kattler berät Betroffene und Pflegende

Die Abteilung Reha-Service des Sanitätshauses Kattler gibt Rat für Angehörige und Betroffene und ist Ihr Ansprechpartner zur Anschlussversorgung nach dem Krankenhaus und dem Reha Aufenthalt. Die ausführliche Beratung für Betroffene und Pflegende gehören selbstverständlich dazu. In unserer Werkstatt werden die Rehamittel konfiguriert, technisch gewartet und repariert. Sowohl die Dokumentation, wie

auch die technischen Sicherheitskontrollen führen unsere Reha-Service-Experten fachgerecht durch.

Unser Team im Bereich Rehabilitationstechnik ist immer dann gefragt, wenn Mobilität und Eigenständigkeit eingeschränkt oder nicht mehr gegeben sind. Mit unseren hochwertigen Hilfsmitteln sorgen wir bei den Betroffenen und deren Familien für mehr Lebensqualität, Selbstständigkeit und Wohlbefinden.

Die Medizin- und Rehabilitationstechnik ist eine Schlüsseltechnologie unserer Gesellschaft. Ältere und Menschen mit Handicap werden durch Einsatz von reha-technischen Hilfsmitteln in die Lage versetzt, ihr Leben selbstständiger zu gestalten.

Als mittelständiges Unternehmen, Sanitätshaus Kattler (seit 1847, familiär geführt), liegt es unseren Geschäftsinhabern Hr. Stephan & Fr. Kirsten Walter sehr am Herzen, gerade im Bereich der Palliativversorgung werktags innerhalb von 12 Stunden eine Versorgung zu ermöglichen.

Hier können wir dabei helfen, einen besonders schwierigen Teil qualitativ aufzuwerten.

Auch ist die schnelle, unkomplizierte Anschlussversorgung nach Krankenhaus und/oder Reha-Einrichtungen möglich.

Sauerstofftherapie wird auch sehr groß geschrieben im Sanitätshaus Kattler, denn Sauerstoff ist Leben!

Sauerstoffmangel hat zur Folge, dass Organ- und Gewebezellen ihre Funktion nicht mehr ausreichend erfüllen können.

Ursachen für die Unterversorgung sind z.B. Durchblutungsstörungen, Lungenerkrankungen oder Herzkrankheiten.

Eine Sauerstoff-Langzeit-Therapie ist naheliegend, wenn Patienten unter Sauerstoffmangel leiden und alle sonstigen therapeutischen Maßnahmen ausgeschöpft sind. Man unterscheidet folgende Systeme:

1. Mobiler Sauerstoff Konzentrator von GCE Zen-O

- Perfekt für längere Reisen
- Ermöglicht eine Nutzung während des Schlafens
- Konstant Flow bis 2 Liter pro Minute
- Geringes Gewicht (4,6kg)
- Keine Wartung
- Sorgenfrei unterwegs mit GCE O Zen-O

2. Sauerstoffkonzentratoren

3. Stationäre Sauerstoff-Flaschen

4. Tragbare Sauerstoff-Flaschen/ Sauerstoff-Sparsysteme

Das alles und noch viele andere Hilfsmittel für die Rehabilitation Älterer und Menschen mit Handicap finden Sie bei uns im Sanitätshaus Kattler.

Weiterer Service des Sanitätshauses Kattler:

- Beratung von Patienten, Fachpersonal vor Ort in Seniorenzentren und ambulanter Pflegedienst
- Wartung von Rehamitteln
- Reparaturen in unserer Werkstatt
- Versorgungen in Einrichtungen
- Leih-Service (Rollstuhl, Rollator...)
- Technische Sicherheitskontrollen für Rehamittel
- Genehmigungs- und Abrechnungsfomalitäten mit den Kostenträgern
- Wir garantieren Ihnen, dass alle Hilfsmittel kurzfristig verfügbar sind
- Gerne beraten wir Sie kompetent und fachgerecht.

Bitte vereinbaren Sie dazu einen Termin mit unserem Reha Service.

Somit wird sichergestellt, dass Ihre Ansprechpartner im Haus sind und Wartezeiten vermieden werden.

Wir versorgen mit:

- Aktiv-Rollstühlen
- Leichtgewicht- Rollstühlen
- Multifunktions- Rollstühlen
- Elektro-Rollstühlen
- Gehhilfen
- Elektromobilen
- Lauflernhilfen und Stehhilfen
- Treppenlifter, Treppensteigergeräten
- Pflegebetten & Zubehör
- Mobilen Liftsystemen, Patientenlifter
- Transfer- und Positionierungshilfen
- Hilfen für das Bad, wie Toilettenstühle
- Griffen, Badewannenliftern, Duschstühlen

KATTLER  **SANITÄTSHAUS**
Seit 1847

Sanitätshaus Kattler – Rheinstraße 3
64283 Darmstadt – Telefon 06151-9999-0
info@kattler.de – www.kattler.de

**Brustevent
am 27.9.18**

An diesen Tag informieren unsere Hersteller Amoena Thuasne und Anita, über neue BH's, Prothesen und Badeanzüge.

**Mit Liebe gekocht. Mit Herz geliefert.
Der Johanniter-Menüservice.**



Zuhause Essen ohne Einkaufen und Zubereiten: Wir liefern Menüs ins Haus, die mit Liebe und Sorgfalt zubereitet wurden.

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne persönlich.

Tel. 06071 209618

www.johanniter.de/menueservice

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



**MIT LIEBE GEKOCHT,
MIT HERZ GELIEFERT**

Menüservice der Johanniter liefert nach Hause

Gutes Essen hält Körper und Seele zusammen. Aber dafür Einkaufstüten schleppen und stundenlang am Herd stehen? Der Johanniter-Menüservice bietet eine Alternative. Einfach à la Carte auswählen und zu Hause gutes Essen genießen.

Bei der täglichen Anlieferung warmer Mittagsmenüs (gebietsabhängig), liefert das freundliche Personal der Johanniter 365 Tage direkt bis auf den Tisch. „Unser Mitarbeiter haben täglich Kontakt zu unseren Kunden. Gerne sind sie behilflich beim Öffnen der Behälter, reichen bei Bedarf das Essen an und helfen bei der Rücknahme des gebrauchten Geschirrs“, sagt Andreas Werner, Menü-Service Verantwortlicher bei den Johannitern in Ihrer Nähe. Ortschaften, die weiter vom

Hauptsitz Dieburg entfernt liegen, steht eine Versorgung mit hochwertiger Tiefkühlkost zur Verfügung. Über 200 qualitativ geprüfte Gerichte inkl. jeglicher Sonderkostformen stehen per Katalog zur Auswahl. Die Mahlzeiten können in Eigenregie per Mikrowelle, Wasserbad oder Backofen erwärmt werden.

Der Ablauf der Bestellung ist einfach: per Telefon, Fax oder E-Mail oder dem Fahrer die Bestellung mitgegeben. Von großem Vorteil ist, dass der Lieferservice auf eine Vertragsbindung verzichtet.

Weitere Informationen zum Menüservice gibt Andreas Werner unter der Tel.-Nr.: (06071) 20 96 18 oder per Mail unter www.juh-da-di.de.



ALICE KULTUR SOMMER 2018



JAZZ UND FILMMUSIK BEIM ALICE-KULTURSOMMER 2018

Zum zehnten Mal lädt das Alice-Hospital in der Ferienzeit zum Alice-Kultursommer ein.

Bereits zum zehnten Mal verwandelt sich der Park am Alice-Hospital zu einer Konzertbühne und lädt die Bevölkerung ein, das Krankenhaus von seiner anderen Seite kennen zu lernen. Am Fuße der Mathildenhöhe bieten die Veranstalter Darmstädter Musik, Odenwälder Speisen und Bergsträßer Wein. Ob liegend auf der Picknickdecke, sitzend im Gartenstuhl oder stehend am Tisch – fühlen Sie sich wohl in dieser außergewöhnlichen Atmosphäre zur Matinee am Alice-Hospital. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter draußen statt. Die Konzerte beginnen jeweils um 11:00 Uhr. Der Eintritt ist frei.

Den Beginn machen am 1. Juli die »Red Hot Hottentots«. Sieben Musiker, gemeinsam mehr als 300 Jahre Erfahrung in der Jazz-Szene, präsentieren seit der Gründung 1972, kreativ- und abwechslungsreich, eigene Arrangements. Die »Red Hot Hottentots« haben bis heute ein Repertoire erarbeitet, das einerseits ein Garant für eine moderne, swingende Spielweise bis hin zu Elementen des

Bebops bietet und andererseits eine nie verleugnete Liebe zum klassischen Hot Jazz beinhaltet.

Die »Deutsche Philharmonie Merck Horns« spielt am Sonntag, den 8. Juli, »Horns in Movies«. Das Hornensemble rekrutiert sich aus Hornisten der Deutschen Philharmonie Merck. Zum zweiten Mal spielt das Hornensemble ein sinfonisches Konzert mit dem Schwerpunkt Filmmusik. Auf ihrem Programm stehen die Filmkompositionen Titanic, Braveheart, Star Trek, Hook, Skyfall – sowie Back to the Future. So einzigartig diese Besetzung mit zwölf Hörnern anmutet, so vielfältig ist das Klangspektrum dieses Ensembles.

Die Darmstädter Band »Art of Jazztainment« bildet am 15. Juli den Abschluss der Veranstaltungsreihe. Die Jazzband um die Saxophonistin Anke Schimpf und den Bassisten Christoph Paulssen schöpfen aus ihrem umfangreichen Repertoire und interpretieren Songs aus Soul, Pop und Jazz auf ganz eigene Art und

Weise. Die charmante Sängerin Sherita Owusu-Tasa ergänzt den Sound mit ihrer herausragenden Stimme und hinterlässt den Wunsch nach mehr. Das Jazzquintett verspricht die Gäste der Matinée zu verzaubern.

Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter draußen statt. Die Konzerte beginnen jeweils um 11:00 Uhr. Der Eintritt ist frei. *Der Alice-Kultursommer findet im Rahmen des Kultursommers Südhessen statt und wird vom Hessischen Ministerium für Wissenschaft und Kunst gefördert und von der Sparkassen-Kulturstiftung Hessen-Thüringen unterstützt.*

Sonntag 1. Juli, 11:00 Uhr
Red Hot Hottentots
Mehr als 300 Jahre Erfahrung

Sonntag 8. Juli, 11:00 Uhr
Deutsche Philharmonie Merck Horns
Horns in Movies

Sonntag 15. Juli, 11:00 Uhr
Art of Jazztainment
Ein Jazzquintet, das verzaubert

Alice-Hospital · Dieburger Str. 31
64287 Darmstadt · Tel.: 06151/402 0
info@alice-hospital.de





OPTIMALE BEDINGUNGEN FÜR PATIENTEN

Spezialisierung und kurze Wartezeiten
dank Ausbau des Netzwerks

Seit dem 1. April diesen Jahres verstärken neue Spezialisten das Expertenteam der Fachärzte Rhein-Main im Medic-Center in der Georg-August-Zinn-Straße 90 in Groß-Umstadt: Die Neuzugänge sind Dr. med. Frank-Michael Pelka und Dr. med. Kerstin Riemann. Beide Ärzte sind bereits seit fast 20 Jahren als Chirurgen tätig.

Dr. Pelka ist Facharzt für Chirurgie und Spezialist für Handerkrankungen und -verletzungen. Er verstärkt jetzt Dr. med. Konrad Haßelbacher, der seit mehr als neun Jahren an dem Groß-Umstädter Standort als Handchirurg und niedergelassener Arzt tätig ist.

Dr. Riemann ist Fachärztin für Chirurgie und Expertin auf dem Gebiet der minimal-invasiven Chirurgie. Sie verstärkt das viszeral- und allgemeinchirurgische sowie proktologische Team rund um Dres. med. Arkan, Debertshäuser und Nowak.

Durch ihr medizinisches Engagement bringen die Fachärzte nicht nur ihre Expertise auf ihrem jeweiligen Spezialgebiet mit ein, sondern schließen auch eine nicht unerhebliche Versorgungslücke in der Region: Durch das neue Fachärzteamgebot verkürzen sich nämlich die Anmelde- und Wartezeiten für die Patienten.

Das Leistungsangebot am Praxisstandort Groß-Umstadt umfasst außerdem auch Experten auf dem Gebiet der Endoprothetik. So ist der Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie, Ralf Dörrhöfer, ausgewiesener Spezialist für Hüft- und Knie-Arthrose.

Die Praxisräume der Fachärzte Rhein-Main befinden sich im 2. Stock des Medic-Centers, von der B45 kommend **direkt neben dem Baumarkt**. Rund um das Haus befinden sich kostenfreie Parkplätze, von denen aus ein barrierefreier Zugang zur Praxis möglich ist. **Auch die Buslinien 671, X71 und GU2 halten direkt vor dem Gebäude.**

Zwischen dem Restaurant und dem Brillen-Studio gelangt man durch die Glastür ins Treppenhaus und zu den Aufzügen.

Zur hohen Qualität der Fachärzte Rhein-Main trägt ein zentraler Grundsatz des Netzwerks ganz entscheidend bei – Spezialisierung. Das bedeutet: Jeder Facharzt hat sich auf ein ganz bestimmtes Teilgebiet der Medizin spezialisiert und behandelt ausschließlich in diesem. Dabei setzen die Ärzte auf moderne sowie schonende Therapieverfahren und OP-Methoden.

IM MEDIC-CENTER

HANDCHIRURGIE

Verletzungen und Erkrankungen an der Hand

Was tun, wenn die Hand schmerzt?

Dr. Pelka: Täglich benutzen wir unsere Hände zum Greifen, Tasten und Festhalten. Der wahre Stellenwert dieser kleinen Wunderwerke aus zahlreichen Knochen, Muskeln, Bändern, Nerven und Sehnen wird uns jedoch häufig erst dann bewusst, wenn sie nicht mehr richtig funktionieren und selbst ganz alltägliche Dinge zur Qual werden. Trotzdem ignorieren viele die ersten Anzeichen wie Kribbeln, Taubheitsgefühle oder sogar Schmerzen lange. Dabei gilt: Je früher eine Behandlung erfolgt, desto besser sind die Chancen, nicht nur Schmerzfreiheit zu erreichen, sondern auch die Funktion der Hände zu erhalten. Patienten sollten im Idealfall einen spezialisierten und erfahrenen Facharzt aufsuchen.

auch die Krümmfingerkrankheit oder Morbus Dupuytren. Viele der Erkrankungen im Bereich der Hände und Finger können sehr gut durch einen operativen Eingriff behandelt werden. Im Netzwerk Fachärzte Rhein-Main erfolgt dieser wenn möglich ambulant. Das hat den Vorteil, dass der Patient nach einem Eingriff zu Hause in seiner gewohnten Umgebung genesen kann. Neben der Operation ist für den Heilungsprozess auch die Nachsorge, die im Idealfall vom behandelnden Operateur selbst durchgeführt wird, sowie Physiotherapie enorm wichtig.

Welche Erkrankungen gibt es an der Hand?

Dr. Pelka: Zu den häufigsten Erkrankungen der Hände und Finger zählen neben dem Karpaltunnel-Syndrom, also dem Einklemmen des Mittelnervs im Bereich des Handwurzelkanals, und Arthrosen



HANDCHIRURGIE: Dr. med. Frank-Michael Pelka

Facharzt für Chirurgie
Handchirurgie, Orthopädie und Unfallchirurgie,
Spezielle Unfallchirurgie, Notfallmedizin

- Medizinstudium in Köln und Approbation als Arzt
- Anerkennung als Facharzt für Chirurgie
- Assistenzarzt für Unfall-, Hand- und Wiederherstellungschirurgie
- Anerkennung der Zusatzbezeichnung Unfallchirurgie
- Oberarzt für Unfall-, Hand- und Wiederherstellungschirurgie
- Anerkennung als Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie
- Anerkennung der Zusatzbezeichnung spezielle Unfallchirurgie
- Anerkennung der Zusatzbezeichnung Handchirurgie
- niedergelassener Arzt mit Schwerpunkt Handchirurgie im ZOC (Zentrum für Orthopädie und Chirurgie) in Dieburg
- April 2018 Fachärzte Rhein-Main, u.a. in Groß-Umstadt

HERNIEN

Leisten-, Nabel-, Bauchwand- und Narbenbrüche

Was ist eine Hernie?

Dr. Riemann: Etwa zehn Prozent der Bevölkerung entwickelt im Laufe ihres Lebens einen Nabel- oder Bauchwandbruch, eine sogenannte Hernie. In etwa 75 Prozent der Fälle handelt es sich um einen Leistenbruch. Männer sind hiervon etwa achtmal häufiger betroffen als Frauen. Dafür entwickeln Frauen viermal häufiger einen sogenannten Schenkelbruch, der klinisch oft nur schwer vom Leistenbruch zu unterscheiden ist.

Welche Behandlungsmethoden gibt es?

Dr. Riemann: Verursacht der Leistenbruch beim Mann Beschwerden, wie etwa ziehende Schmerzen in der Leiste, so ist eine operative Versorgung notwendig. Diese erfolgt mittlerweile „maßgeschneidert“, da es verschiedene OP-Verfahren gibt: Abhängig von der Größe des Bruches, Voroperationen, eingenommenen Medikamenten und Vorerkrankungen kommt ein offenes oder minimal-invasives Verfahren in Frage. Letztendlich entscheidet der Operateur jeweils im Einzelfall in enger Absprache mit dem Patienten über das passende OP-Verfahren. Ein Kunststoffnetz wird in jedem Fall eingesetzt, da beim Erwachsenen die Wahrscheinlichkeit für das erneute Auf-

treten eines Bruches ohne Kunststoffnetz zu hoch ist. Auf den Netzeinsatz bei Jugendlichen kann noch verzichtet werden.

Wann ist eine Operation notwendig?

Dr. Riemann: Bei Frauen ist mit der Diagnose einer Hernie eine Operation dringend erforderlich. Das liegt daran, dass sich ein Schenkelbruch, den Frauen häufiger erleiden, öfter einklemmt als ein „normaler“ Leistenbruch. Da es sich bei einem eingeklemmten Bruch um einen Notfall handelt, gilt es dieser Einklemmung zuvorzukommen. Maßgeschneidert wird also bei Männern und Frauen der Zeitpunkt der Operation und beim einzelnen Patienten das OP-Verfahren, ob offen oder minimal-invasiv.



VISZERALCHIRURGIE:

Dr. med. Kerstin Riemann

Fachärztin für Chirurgie
Viszeralchirurgie, Spezielle Viszeralchirurgie
Master of Health Business Administration

- Medizinstudium in Gießen
- Ausbildung zur Fachärztin für Chirurgie
- Zusatzbezeichnung Viszeralchirurgie
- Oberärztin, später Leitende Oberärztin am Klinikum Main-Spessart
- Leitende Oberärztin in der Allgemein Chirurgie am Kreiskrankenhaus Alzenau-Wasserlos (heutiger Standort Alzenau des Klinikums Aschaffenburg-Alzenau)
- Hauptchirurgin im dortigen „Kompetenzzentrum Hernienchirurgie“
- Fernstudium der Gesundheitsökonomie und Abschluss „Master of Health Business Administration“ (MHBA)
- Zusatzbezeichnung „Spezielle Viszeralchirurgie“
- April 2018 Fachärzte Rhein-Main, u.a. in Groß-Umstadt

Fachärzte Rhein-Main

Netzwerk der Emma Klinik



FACHBEREICHE:

Allgemeinmedizin

Hausärztliche Versorgung an den Standorten Bischofsheim und Groß-Gerau

Allgemeine Chirurgie

Oberflächen- und Weichteilchirurgie

Endoprothetik

Hüft-, Knie- und Schultergelenkchirurgie

Gefäß- und Viszeralchirurgie

Besenreiser, Blinddarmerkrankungen, Gallensteine, Krampfadern, Leistenbrüche, Nabel- und Narbenbrüche, Portimplantationen

Handchirurgie

Arthrose, Dupuytren'sche Kontraktur (Krummfingererkrankung), Nervenengungen (Karpaltunnel-, Ulnarissyndrom u.a.), Schnappfinger, Tennis- und Golferellenbogen, Verletzungen der Hand

Orthopädie

Arthrosebehandlung, Chirotherapie, Schmerztherapie, Sportbetreuung, Behandlung des Haltungs- und Bewegungsapparates

Orthopädische Chirurgie

Arthroskopische Chirurgie, Fußchirurgie, Schulterchirurgie, Sporttraumatologie

Proktologie

Analfissuren und -fisteln, entzündliche Darmerkrankungen, Hämorrhoiden, Inkontinenz, Krebsvorsorge

Wirbelsäulenchirurgie

konservative und operative Behandlung

Kontakt

64823 Groß-Umstadt, Georg-August-Zinn-Straße 90
im Medic-Center 2. OG, Tel. 06078 9348330

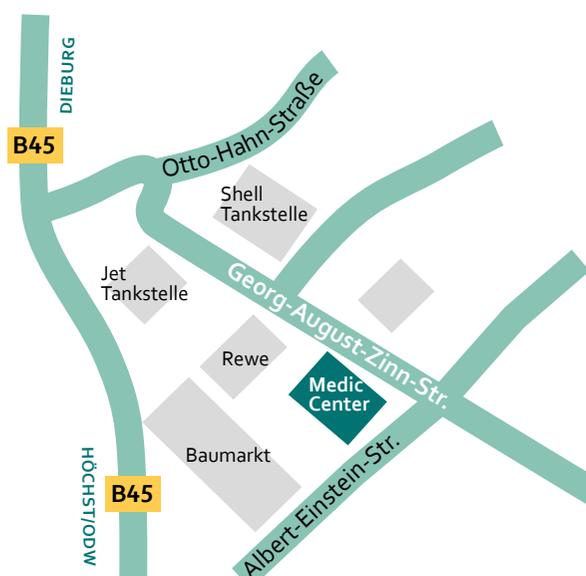


Weitere Standorte

Bischofsheim, Groß-Gerau, Hanau, Idstein, Mainz, Neu-Isenburg,
Offenbach, Raunheim, Rüsselsheim, Seligenstadt, Wiesbaden

www.fachärzte-rhein-main.de | www.emma-klinik.de

SO FINDEN SIE ZU UNS:

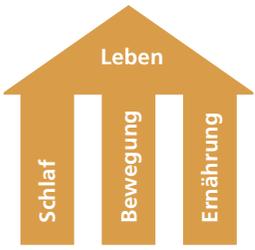


Entspannt schlafen - himmlisch träumen



RELAX 2000

Die drei wichtigsten Säulen für ein gesundes Leben



Entspannen im Relax 2000:
45 dreidimensional gelagerte Spezialfederkörper sorgen für 70mm Einsinktiefe und damit für beste Körperanpassung. Nur so wird Ihre Wirbelsäule im Schlaf optimal entlastet. Die Federkörper können zudem ganz nach Ihren persönlichen Bedürfnissen eingestellt werden. Relax 2000 passt in jedes bestehende Bett, am besten natürlich in unsere metallfreien Relax Massivholzbetten.

Schreinerei & Innenausbau
SCHADT GmbH

Gernsheimer Str. 105 · 64319 Pfungstadt
Tel: (0 61 57) 2372 · Mobil: 0171-4 408544
www.schreinereischadt.de · info@wohnartig.de

WOHNEN · KÜCHE · BADMÖBEL · TÜREN · FENSTER · WINTERGÄRTEN

ERHOLSAME ENTSPANNUNG IM NATURBETT

Relax 2000 trägt die Wirbelsäule durch die Nacht

Um sich ausreichend entspannen zu können, benötigt unsere Wirbelsäule während des Schlafes Bewegungsfreiheit durch den Wechsel der Liegeposition. Dazu ist jetzt kein maßgeschneidertes Bett mehr nötig – das erledigt das Bettssystem Relax 2000 des Salzburger Unternehmens Relax – Natürlich Wohnen. Ermöglicht wird die Anpassung an die persönlichen Bedürfnisse durch 45 patentierte Spezialfederkörper. Mit speziellen Zugelementen in der Mitte kann mit wenigen Handgriffen eine optimale Schulter- und Beckenentlastung erreicht werden. Relax 2000 wird individuell für jede gängige Bettgröße produziert und für den Einbau ist keine zusätzliche Montage nötig. Der Einlegerahmen ist in vier

Varianten erhältlich: Starr, mit Sitzhochstellung, mit Sitz- und Fußhochstellung und mit Motorrahmen. Darüber hinaus ist Relax 2000 komplett metallfrei – ein weiteres Plus für einen erholsamen Schlaf. Die verwendeten Holzarten sind allesamt unbehandelt und stammen ausschließlich aus nachhaltiger, einheimischer Produktion.

Weitere Informationen:
Schreinerei & Innenausbau Schadt GmbH
Gernsheimer Str. 105
64319 Pfungstadt
Tel. 06157 2372



REISESTRÜMPFE VON MEDI

Reisen ist eines unserer liebsten Hobbys. Oft sind es kurze Trips, doch gerne zieht es uns in ferne Länder. Eine lange, beengte Anreise im Flugzeug oder Auto ist unter anderem der Preis, den man dafür zahlt, fremde Kulturen kennenzulernen. Oft haben wir bei der Ankunft schwere Beine und geschwollene Knöchel. Das Thromboserisiko ist erhöht. Um dieses Risiko zu senken

und mit leichten Beinen den Urlaub beginnen zu können, hat medi spezielle Reisestrümpfe entwickelt.

Kompressionsstrümpfe von medi – Schutzengel auf Reisen

Durch langes, fast bewegungsloses Sitzen in Autos, Bussen oder Flugzeugen verlangsamt sich der Blutkreislauf. Die Venen haben viel damit zu tun, das Blut aus den Beinen in Richtung Herz zu pumpen. In Flugzeugen kommen die trockene Luft sowie der niedrige Luftdruck erschwerend hinzu. Dies hat zur Folge, dass Beine anschwellen und müde werden. Das Thromboserisiko ist erhöht.

Auch Menschen, die über ein gesundes Venensystem verfügen, können dann eine Reisetrombose bekommen. Die

Reisestrümpfe von medi üben eine gezielte Kompression aus und unterstützen somit die natürliche Blutzirkulation. Wie bei anderen medizinischen Kompressionsstrümpfen nimmt der Druck von der Fessel aus nach oben hin ab. Das Resultat: Die Beine fühlen sich auch nach längerem Sitzen leicht und entspannt an, das Risiko der Reisetrombose wird deutlich minimiert.

Sowohl für Frauen als auch für Männer gibt es im Sanitätshaus spezielle Strümpfe, die sich optisch kaum sichtbar von normalen Strümpfen unterscheiden. Die Größe wird durch Fesselumfang und Unterschenkellänge definiert.

Text: medi



Orthopädische Schuheinlagen nicht nur für Sportler...



Nicht nur Sportler haben längst erkannt, dass mit einer individuell angefertigten Schuheinlage der Fuß beim Laufen unterstützt wird.

Eine Fußdruckmessung ermöglicht eine präzise Druckverteilungsmessung der auf den Füßen lastenden Kraft. Wir fertigen computerunterstützt Fußeinlagen mit der idealen Kombination von stützenden, führenden, entlastenden und dämpfenden Materialien an.

Eine orthopädische Schuheinlage ist eine Sonderanfertigung und ausschließlich auf Ihre Füße und Ihren Schuh abgestimmt.



Fotos: medi

SANITÄTSHAUS
BEHRMANN
1876

Schützenstraße 10
64283 Darmstadt
Tel: 06151 / 23 92 5

Rheinstraße 49
64367 Mühlthal
Tel: 06151 / 39 66 240

Mail: info@behrmann-online.de
www.behrmann-online.de



In der Strahlentherapie RheinMainNahe werden zudem Tumorpatienten behandelt, die einer Strahlentherapie bedürfen: z. B. bei Brust-, Darm-, Prostata- und Lungenkrebs. Hinzu kommt die Behandlung von aufgetretenen Metastasen.

Foto: Strahlentherapie RheinMain, Urheber: realize



Praxis Rüsselsheim



Foto: Strahlentherapie RheinMain, Urheber: DasAtelier

Dr. G. Lochhas,
Fachärztin für Strahlentherapie

Strahlentherapie RheinMainNahe

Mainz • Rüsselsheim • Bad Kreuznach

Strahlen · Helfen · Heilen

Reizbestrahlung gegen Dauerschmerzen

Wenn jede Bewegung schmerzt, ist das eine große Belastung. Unzählige Menschen sind von entzündlichen und degenerativen Erkrankungen der Gelenke und Weichteile betroffen. In vielen Fällen bringt eine Reizbestrahlung dauerhafte Schmerzfremheit oder zumindest eine deutliche Verbesserung der Beschwerden. Durchgeführt wird diese bewährte Methode an den Standorten der Strahlentherapie RheinMainNahe in Rüsselsheim, Mainz-Hechtsheim und Bad Kreuznach.

Eingesetzt wird die Reizbestrahlung u. a. beim schmerzhaften Fersensporn, aktivierten Arthrosen, degenerativen Veränderungen der Schulterregion, chronischen gelenknahen Schleimbeutelentzündungen und beim Tennisellenbogen. Diese Beschwerden entstehen oft an stark beanspruchten Körperregionen und Sehnenansätzen. „Häufig haben die Patienten schon einen längeren Leidensweg hinter sich, wenn sie zu uns kommen. Zunächst versuchen viele auch, durch eine Schonhaltung

die Schmerzen zu mindern. Das ist natürlich nur bedingt möglich und kann mitunter zu einer Verschlimmerung der Beschwerden führen“, so Dr. Gabriele Lochhas, lfd. Fachärztin am Standort Rüsselsheim.

Effektive und schonende Behandlung

Bei der Reizbestrahlung wird mit einer sehr niedrigen Strahlendosis der Entzündungsprozess in den betroffenen Sehnen oder Gelenken zum Abklingen gebracht. Die Behandlung umfasst in der Regel sechs Termine in einem Zeitraum von zwei bis drei Wochen. Die Erfolge können sich mitunter auch erst einige Wochen nach Abschluss der Behandlung einstellen. Auch kann es erforderlich sein, dass die niedrig dosierte Bestrahlung mit einer zweiten Behandlungsserie wiederholt werden muss. Hierüber werden die Patienten im ausführlichen Vorgespräch informiert. An den Standorten der Strahlentherapie RheinMainNahe erfolgt die Behandlung mit einem modernen Linearbeschleuniger. Das garantiert die genaue Platzierung der

Strahlendosis bei gleichzeitiger maximaler Schonung des umliegenden Gewebes. Dr. Ute Metzmann: „Chronische gelenknahe Entzündungen, die mitunter erheblich die Lebensqualität der Betroffenen einschränken, bilden sich in den seltensten Fällen von selbst zurück. Mit der Bestrahlung wird ein deutlicher Rückgang der Beschwerden und damit eine bessere Beweglichkeit erreicht.“

Wirksamkeit ist belegt

Eine über zwei Jahre durchgeführte praxisinterne Auswertung von behandelten Patienten ergab, dass knapp 60 Prozent direkt nach der letzten Bestrahlung entweder komplett beschwerdefrei waren oder eine Besserung der Beschwerden angaben. Sechs bis 14 Wochen nach der letzten Bestrahlung waren bereits über 70 Prozent der Patienten ganz beschwerdefrei bzw. eine deutliche Verbesserung war eingetreten. Die Wirksamkeit der niedrig dosierten Bestrahlung bei Dauerschmerzen wurde somit bestätigt.

Dr. med. Gabriele Lochhas,
Dr. med. Ute Metzmann,
PD Dr. med. Ralph Mücke

August-Bebel-Str. 59 d / am GPR-Klinikum
65428 Rüsselsheim
Tel: 0 61 42 - 79 44 80
August-Horch-Str. 12 · 55129 Mainz
Tel: 0 61 31 - 61 99 80
Mühlenstr. 39a · 55545 Bad Kreuznach
Tel: 0 67 1 - 920 65 80

info@strahlentherapie-rheinmainnahe.de
www.strahlentherapie-rheinmainnahe.de



FAMILIENPFLEGE

Wenn Eltern plötzlich auf fremde Hilfe angewiesen sind ...

Die Familie ist ein Ort der Geborgenheit und des Vertrauens für Eltern und Kinder. Aber was macht man, wenn durch unvorhergesehene Ereignisse dieser Ort auf einmal erschüttert wird? Wenn die Mutter oder der Vater selbst erkranken, oder durch erneute Schwangerschaft, Geburt oder Erschöpfungsdepression den Familienalltag nicht mehr meistern können? Wie kann man Hilfe von außen bekommen, und steht einem diese überhaupt

zu? Im Alltag unserer Arbeit erleben wir es immer wieder, dass Familien gerade in solchen Extremsituationen auf sich alleine gestellt sind, was aber nicht sein müsste.

Bei der ambulanten Familienpflege handelt es sich um eine besondere Hilfeleistung, für Familien mit Kindern bis zum 12. Lebensjahr, deren Kosten von den Krankenkassen getragen werden. Fällt ein Elternteil krankheitsbedingt oder durch eine Notsituation aus, steht bei dieser Pflegeform die Betreuung und Versorgung der im Haushalt lebenden Kinder im Vordergrund.

Mit Hilfe einer Bescheinigung der Notwendigkeit einer Haushaltshilfe nach § 38 SGB V des behandelnden Arztes kann ein Antrag bei der Krankenkasse gestellt werden. Unsere Mitarbeiter unterstützen und betreuen sie dann bei der Hausarbeit und der Versorgung der Kinder.



Foto: ©Konstantin Yuganov - fotolia.com

Für uns ist es wichtig, Familien in solchen Situationen aufzufangen und zu begleiten. Daher beginnt unsere Arbeit nicht erst mit der Durchführung der Familienpflege, sondern wir stehen Ihnen bereits bei der Beratung und Beantragung der

Leistungen zur Seite. Mehr Informationen zur Familienpflege erfahren Sie über den Pflegedienst Hessen-Süd Janssen GmbH, Eschollbrücker Str. 26, 64295 Darmstadt, Tel.: 06151/ 501400

seit 1996

Pflegedienst Hessen-Süd
immer in Ihrer Nähe

Zuhause ist es doch am schönsten!

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

Pflegedienst Hessen-Süd Janssen GmbH
Eschollbrücker Str. 26 · 64295 Darmstadt | Hauptstraße 10 · 64331 Weiterstadt
Tel: 06151 501 400 | Tel: 06150 52 9 52

www.pflegedienst-hessen-sued.de

SICHER SOZIAL STARK



Immobilien gehören zu den begehrtesten Kapitalanlagen. Pflegeimmobilien sind als Altersvorsorge noch attraktiver und sicherer als Privatimmobilien. Eine solide Wertentwicklung, der Schutz vor Inflation, eine sichere Rendite und Steuervorteile machen sie besonders interessant.

Während bisher meist große Investoren in Pflegeimmobilien investiert haben, eröffnen sich jetzt auch für private Investoren zukunftssträchtige Perspektiven in diesem ständig wachsenden Markt. Die Mieterträge werden durch die Betreiber garantiert. In Kombination mit einem langfristigen Pachtvertrag sind Pflegeimmobilien daher eine nachhaltige Investitionsform, die Wirtschaftlichkeit und Sozialengagement vereint.

Mayen, der ideale Standort für unser Projekt. Lebendiges Zentrum der Vulkaneifel, reich an kulturellem Erbe und ursprünglicher Natur. Leben und erleben – ein Platz zum Wohlfühlen.

Immobilien
by **OLIVERHEEB**

BERATUNG, VERKAUF UND VERWALTUNG
OHC Oliver Heeb Consulting GmbH
Tel.: +49 (0) 6151 / 36097-00
www.pflege-konzept.de

Nachgefragt

PFLEGEIMMOBILIEN ALS GELDANLAGE?

Pflegenotstand, fehlende Pflegeplätze, demografischer Wandel. Lohnt sich die Investition in Pflegeimmobilien als sichere Geldanlage und als Baustein für die eigene Vorsorge? Wir haben dazu mit Oliver Heeb von OHC Oliver Heeb Consulting GmbH gesprochen.

Ja, die Investition in eine Pflegeimmobilie lohnt sich gleich mehrfach, wenn das Konzept stimmt: Hier erzielen Sie eine planbare und abgesicherte Rendite, erwerben einen Anteil an einer Immobilie der wiederverkauft aber auch vererbt oder verschenkt werden kann, haben keine Arbeit mit der Vermietung oder Instandhaltung und investieren in einen absoluten Wachstumsmarkt.

Wachstumsmarkt und sichere Geldanlage – die Situation

Etwa 30 % der Pflegebedürftigen benötigen einen Platz in einem Pflegeheim, 750.000 Menschen in Deutschland leben bereits im Pflegeheim und die Kapazitäten sind nach wie vor knapp. Selbst wenn man Prognosen mit Vorsicht bewertet, der Trend steht außer Frage. Bis 2025 steigt der Bedarf um weitere 500.000 Plätze, das statistische Bundesamt geht

sogar davon aus, dass der Bedarf bis 2060 auf 4,8 Millionen Plätze ansteigt.

Wer also eine Pflegeimmobilie kauft, investiert in einen Wachstumsmarkt. Die Mieterträge werden durch die Betreiber garantiert. In Kombination mit einem langfristigen Pachtvertrag sind Pflegeimmobilien daher eine nachhaltige Investitionsform, die Wirtschaftlichkeit und Sozialengagement vereint.

Pflegeheim neu gedacht – eine zukunftsfähige Alternative

Viele Pflegeeinrichtungen werden immer noch nach den gleichen Überlegungen wie vor 20 Jahren konzipiert und betrieben. Dass das auch anders geht zeigt das Beispiel „Haus Maarland“ in Mayen. Ein Gesamtkonzept von OHC, Prof. Dr. Metzger von Open Minded und dem Pflegeexperten Cura Sana.

Mit Prof. Dr. Metzger flossen hier praktische Erkenntnisse aus seinem Spezialgebiet „Bauen für Demenz“ ein. Der Betreiber, die Cura Sana Gruppe, ausgewiesene Spezialisten im Pflegebereich, haben zurzeit 16 Objekte im Portfolio die in das Projekt eingebracht werden. Sie sichern



ein notarielles Vorbelegungsrecht aller zur Auswahl stehenden Einrichtungen zu – eine Investition in Mayen ist also gleichzeitig die Eintrittskarte in die gesamte Pflegewelt der Cura Sana.

Das Haus Maarland bietet in der ersten Ausbaustufe 99 Pflegeeinheiten, struk-

turiert in Wohngruppen mit 12 bis 13 Bewohnern, gemeinsamen Aufenthaltsbereichen mit Küche und Balkonen, eigenem Café mit Außenplätzen im eigenen kleinen Park. Alle Wohnungen sind barrierefrei und mit großen Fensterflächen und hochwertigen Materialien ausgestattet. In der zweiten Ausbaustufe wird angrenzend ein Appartementhaus für betreutes Wohnen und Personalwohnungen errichtet.

OHC Oliver Heeb Consulting GmbH übernimmt Beratung und Verkauf der Immobilien inklusive der Verwaltung. Lassen Sie sich beraten 06151 36097-00. Mehr Infos unter www.pflege-konzept.de



Wer eine Pflegeimmobilie kauft, investiert in einen Wachstumsmarkt – In Kombination mit einem langfristigen Pachtvertrag sind Pflegeimmobilien eine nachhaltige Investitionsform.

SOMMER, SONNE – SONNENBRAND?

Sonnenschäden und andere Hauterkrankungen mit orthomolekularer Medizin effektiv behandeln



Dr. med. Sabine Wiesner

Durch Sonneneinwirkung wird unsere Haut ständig mit schädlichen UV-Strahlen belastet – dies führt zu einer vermehrten Bildung von sog. Freien Radikalen (aggressive Sauerstoffverbindungen, die die Haut und das darunter liegende Bindegewebe schädigen). Das sind Gründe für vermehrte Faltenbildung, vorzeitige Hautalterung und unter Umständen sogar Hautkrebs.

In der orthomolekularen Therapie werden daher Antioxidantien eingesetzt, die als Radikalfänger die Haut vor diesen Schäden schützen sollen. Außerdem tragen Mikronährstoffe zur Linderung von Symptomen bei Sonnenallergie bei:

- **Vitamin C** wirkt antioxidativ und ist für die Kollagenbildung essentiell. Da unser Körper es nicht gut speichern kann, empfiehlt sich die Einnahme eines „Lang-

zeit-Vitamin-Cs“, also eine retardierte Form

- **Vitamin E** wirkt ebenfalls antioxidativ, wobei eine Kombination aus den insgesamt 8 Unterarten eingenommen werden sollte – gängige Präparate enthalten oft nur das alpha-Tocopherol, das bei langer hochdosierter Einnahme schädlich wirken kann

- **Carotinoide** (v.a. Beta-Carotin) erhöht die Widerstandsfähigkeit der Haut und mindern das Auftreten von Hautrötungen. Der besondere Vorteil dieses Antioxidans besteht darin, dass es sich direkt in der Haut anreichert – beginnen Sie mit der Einnahme am besten 4 – 6 Wochen vor Ihrem Urlaub

- **Die Vitamine des B-Komplexes** (inkl. direkt verwertbarer Folsäure) sind wichtig für Reparatur- und Erneuerungsprozesse der Haut

- **Vitamin D** wirkt regulierend auf das Immunsystem. Hochwertige Präparate enthalten Vitamin D in seiner aktiven D3-Form

- **Calcium** hat (besonders als Hydroxylapatit) zellstabilisierende Wirkungen und



VITAMIN D – DAS SONNENVITAMIN

Warum eine ganzjährige Einnahme sinnvoll ist

Vitamin D wirkt regulierend auf unser Immunsystem. Ein niedriger Spiegel steht in Verbindung mit einer Vielzahl von Erkrankungen – nicht nur mit Hauterkrankungen.

Ca. 90% der Deutschen haben einen Vitamin-D-Mangel!

Ziel ist ein 25-OH-D-Spiegel von mindestens 40-60 ng/ml, als ideal sehen viele Therapeuten Spiegel ab 70 ng/ml an – je nach Gesundheits- bzw. Krankheitszustand. Hier reicht der eine Vitamin-D-reiche Ernährung (z.B. Fisch oder Avocados) nicht aus.

Die individuelle Dosierung errechnet sich aus Körpergewicht und Blutspiegel. Dabei ist ein Verhältnis von 1,25-(OH)²-Vitamin D: 25-OH-Vitamin D < 1 anzustreben, um seine gesundheitsfördernden Wirkungen zu entfalten. Um eine so günstige Vitamin-D-Ratio zu erreichen sind z.T. zusätzliche Mikronährstoffe nötig. Erst ab einem UVB-Index über 3 wird Vitamin D in der Haut gebildet, allerdings nicht mehr, wenn wir einen Lichtschutzfaktor über 14 verwenden. Selbst wenn wir im Sommer(urlaub) doch die Eigenproduktion ankurbeln: eine ganzjährige Einnahme ist unter o.g. Voraussetzungen sicher und effektiv und deswegen empfehle ich sie.

kann lichtbedingten Reizungen vorbeugen – die Einnahme sollte etwa 2 Wochen vor einem Sonnenurlaub beginnen

- **Die Mineralstoffe Selen und Zink** sind ebenfalls antioxidativ, wirken wundheilungsfördernd, zellstabilisierend und allergiemindernd

- **Sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe** wie **Traubenkern-OPC** und **Quercetin** optimieren den antioxidativen Zellschutz

Die Haut ist mit ca. 2 m² unser größtes Organ und hat vielfältige Aufgaben zu erfüllen: Tast-, Schmerz-, Temperatursinn, Schutzfläche gegen Umwelteinflüsse, Ausleitungsorgan für Schadstoffe sowie ein wichtiges „Psycho-Organ“.

Die Zahl der Hauterkrankungen nimmt ständig zu – auch bei Kindern. Dabei sind besonders diejenigen betroffen, die in einer weitgehend „sterilen“ Umgebung – d.h. ohne „Trainingslager“ für ihr Immunsystem – aufwachsen.

Unsere Haut als Grenzfläche nach außen steht in enger Verbindung mit den Schleimhäuten unseres Körpers, also den inneren Grenzflächen – beide zusammen stellen einen wesentlichen Teil unseres Immunsystems dar. Bei chronischen Hauterkrankungen ist daher immer auch eine geschädigte Darmschleimhaut (bis hin zum leaky gut) sowie eine Störung der Darmflorazusammensetzung anzunehmen und der Darm mitzubehandeln.

Vorrangige Ziele der orthomolekularen Therapie sind

- die Verbesserung der Immunabwehr
- die Hemmung der Entzündung
- die Verbesserung der Wundheilung und
- die Stabilisierung der Barrierefunktion.

Bei allen Hauterkrankungen werden die bereits genannten Mikronährstoffe eingesetzt. Je nach Krankheitsbild werden sie ergänzt um weitere Wirkstoffe wie z.B.:

- **Omega-3-Fettsäuren** (EPA und DHA) z. B. bei Psoriasis und Neurodermitis, da diese stark entzündungshemmend und juckreizmindernd wirken

- gleiches gilt für die **Gamma-Linolensäure**, die außerdem die Widerstandsfähigkeit und Feuchtigkeit der Haut verbessert

- **Schwarzkümmelöl** ist darüber hinaus ein tolles Antiallergikum (auch z.B. bei Heuschnupfen)

- **Phosphatidylcholin** und **Q10** zusätzlich können eine Schuppenflechte verbessern

Dabei werden in der Anfangsbehandlung deutlich höhere Dosen als in der Dauertherapie eingesetzt – selbstverständlich immer unter Berücksichtigung bestehender Begleiterkrankungen und -medikationen und immer in höchster verfügbarer Qualität und Reinheit, wobei die Behandlung in die Hände eines erfahrenen Therapeuten gehört.



dr. med.
sabine wiesner

fachärztin für
innere medizin
ernährungsmedizin

- hausärztliches und internistisches Leistungsspektrum
- Ernährungsmedizin
- Orthomolekulare Medizin
- Gesundheitsförderung
- Präventionsmedizin
- Burn-Out-Diagnostik
- Aromatherapie
- Störfeld-Diagnostik
- Raucherentwöhnung
- Patientenschulungen für Diabetiker mit und ohne Insulin
- Schulungen für Patienten mit Asthma und COPD

dr. med. sabine wiesner • jugenheimer straße 24 • 64665 alsbach-hähnlein
fon 06257 - 610 61/2 • mobil (notdienst) 0172-8635631 • fax 06257-7818
s.wiesner@praxiswiesner.de • www.dr-wiesner-alsbach.de



ZAHNGESUNDHEIT

Fotos: ©khamkor | DaniVivanco

GESUNDE ZÄHNE – GESUNDER KÖRPER

Warum unser Kauapparat eine Schlüsselrolle für unser Wohlbefinden spielt

Ein strahlendes Lächeln. Positive Ausstrahlung. Wer schöne Zähne besitzt, hat im wahrsten Sinne des Wortes gut lachen. Unsere Kauleiste ist nämlich ein Aushängeschild – eine repräsentative Visitenkarte, die im besten Fall Attraktivität, Jugendlichkeit und Gesundheit vermittelt. Freundlich die Zähne zu zeigen wirkt deshalb nur noch halb so sympathisch, wenn ein ungepflegtes und vielleicht lückenhaftes Gebiss entblößt wird.

Für den Körper sind schlechte und von seinem Besitzer vernachlässigte Kau-

werkzeuge allerdings mehr als eine Frage der Ästhetik. Der Zustand des Gebisses hat nämlich erheblichen Einfluss auf die Gesundheit. Forschungen haben mittlerweile zahlreiche Zusammenhänge zwischen Zahnproblemen und organischen Beschwerden beziehungsweise Krankheiten nachweisen können.

Verwunderlich sind solche Wechselwirkungen nicht: Denn der Mundraum, wo ja die Zerkleinerung und Verdauung von Essen beginnt, ist eine wichtige ‚Schnitt-

stelle‘ zwischen Mensch und Umgebung. So werden mit der Nahrung, die ja gewissermaßen Fremdmaterial von außen ist, auch jede Menge Krankheitserreger aufgenommen, mit denen ein intaktes Immunsystem jedoch meist problemlos fertig wird.

Bedenklich wird es, wenn die Körperabwehr durch Entzündungen über längere Zeit geschwächt wird, was besonders in der Mundregion schwere Folgen haben kann.

Fortsetzung S.19 ▶



GENUSSREICHE SOMMERMONATE

In der Residenz „Am Kurpark“ in Bad König genießt man das Alter

Grillabende, Cocktails am Nachmittag, Spargel und Erdbeeren, Eisbecher-Genuss – auf den Sommer freuen sich die Bewohnerinnen und Bewohner der Residenz & Hotel „Am Kurpark“ in Bad König ganz besonders.



„In den warmen Monaten sind unsere Bewohner gerne draußen und so organisieren wir entsprechende Events, um diesem Wunsch nachzukommen“, erläutert Rezeptionsleiterin und Veranstaltungs-Koordinatorin Frau Nicole Rup. „Zum Glück haben wir eine überdachte Sonnenterasse, so dass unsere Bewohner auch bei unerwartetem Sommerregen trotzdem schön trocken sitzen z. B. wenn wir grillen.“ Daran haben die Bewohner viel Freude. Das Küchenteam bereitet extra dafür verschiedene Salate vor und grillt vom Steak bis hin zum Garnelenspieß alles, was das Herz begehrt.

„Wir bieten unseren Bewohnern viele Möglichkeiten, aktiv zu sein und im Haus soziale Kontakte zu knüpfen sowie individuell den Ruhestand nach eigenen

Vorstellungen zu gestalten und zu genießen“, erklärt Frau Silvia Uhlig, die Vermietungsberaterin. Tatsächlich leben sich die Bewohner in der Residenz in Bad König in der Regel schnell ein, finden die Unterstützung, die sie benötigen und neuen Schwung, eigenen Interessen nachzugehen.

„Ich bin mit meinem Mann vor drei Jahren in die Residenz gezogen und kann jedem nur empfehlen, nicht zu lange zu warten. Die Menschen sind freundlich, die Service-Leistungen umfangreich und der Preis stimmt“, ist Frau Ruth Laber zufrieden mit ihrem Leben. Wer sich selbst ein Bild vom Ruhestand in der Residenz in Bad König machen möchte, kontaktiert Frau Uhlig unter 06063.9594-0 oder info@seniorenresidenz-badkoenig.de



Hier erfahren Sie mehr:
www.senioren-wohnekonzepte.de
06063.9594-0 | info@seniorenresidenz-badkoenig.de
Werkstraße 27 | 64732 Bad König

RESIDENZ & HOTEL
„AM KURPARK“
BAD KÖNIG



Pflegeheim „Haus Marianne“ Pflege in familiärer Atmosphäre

- Stationäre Pflege und Betreuung
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Das 1. zertifizierte singende Pflegeheim im Odenwald
- Wohnbereich für Menschen mit Demenz



www.altenpflegeheim-marianne.de · Tel: (0 61 64) 13 86
Ostertalstraße 5 · 64385 Reichelsheim/Ober-Ostern

Ein schönes Lächeln muss nicht teuer sein



Das Team um Dr. Mamuša – hier von links nach rechts – Dr. Schneider, G. Acar, M. Ehrensberger, S. Jung, N. Lang und Dr. Mamuša erwartet Sie in freundlicher und ruhiger Atmosphäre.

- Neuer Zahnersatz in Topqualität
- Angstpatienten willkommen
- Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Beratungstermin



Zahnarztpraxis
Dr. Mladen Mamuša

Friedrich-Ludwig-Jahn-Str. 15
64331 Weiterstadt-Braunshardt
Telefon (0 61 50) 40 303



Jetzt schon vormerken!

Gartenwelten

16. + 17. Juni 2018
Dieburg im Schlossgarten

Fortsetzung von S.17

Dieser Bereich besteht nämlich aus einem sensiblen Zusammenspiel von Zähnen, Kieferknochen, Zahnfleisch, Zunge, Gaumen und Schleimhäuten, das Kauen, Schlucken und Sprechen erst möglich macht. Ist eine dieser Komponenten angeschlagen und das Immunsystem arbeitet zudem nicht optimal, gerät das ausbalancierte Gefüge aus dem Takt. Die Folge: Die gesundheitlichen Probleme im Mund können ausstrahlen auf andere Bereiche im Organismus.

Solche Störungen werden uns jedoch meist durch Alarmsignale des Körpers angezeigt. So gehören zum Beispiel Zahnschmerzen zum Unangenehmsten, was Nerven uns als Warnbotschaft zu übermitteln haben. Doch genauso gibt es ‚stillere‘, schleichende Anzeichen, wie etwa hartnäckiger Mundgeruch oder Verdauungsprobleme, die unter Umständen mit kranken Zähnen zusammenhängen.

Manchmal fehlen deutliche Symptome, die auf tückische Wechselwirkungen hindeuten würden, aber auch komplett – zumindest am Anfang. Das ist beispielsweise der Fall, wenn sich die für Zahnwurzelentzündungen verantwortlichen Bakterien erst nach und nach durch das Gefäßnetz ausbreiten und sich schließlich irgendwann an einer anderen Stelle im Körper – etwa in den Nebenhöhlen oder an den Herzklappen – anlagern.



Foto: ©Toa Heftiba

Wer zu oft zuckerhaltig isst, riskiert mehr als nur optische Abstriche.

und im Gehirn Blutgerinnsel verursachen. Nachhaltige Beschwerden kann der Kauapparat aber auch dann machen, wenn Zähne schief stehen und die Statik nicht richtig ausgerichtet ist. Die Folgen einer Fehlstellung des Bisses beziehungsweise des Kiefers sind dann nicht selten etwa Migräne, Rückenschmerzen, ein verspannter Nacken oder Tinnitus.

Wer sein Gebiss vernachlässigt, Prophylaxe nicht ernst nimmt, zu oft zuckerhaltig isst und darauf setzt, dass Zähne als härtestes Material im Körper auch bei schlechter Pflege ein Leben lang hart im Nehmen bleiben, riskiert also viel mehr als nur optische Abstriche. Deshalb ist ein regelmäßiger Gang zum Zahnarzt

extrem wichtig, weil hier der Experte mit innovativen Behandlungsmethoden dafür sorgen kann, dass der Kauapparat gesund und intakt bleibt.

Aber auch diejenigen, bei denen – aus ‚dentaler Perspektive‘ – das Kind bereits in den Brunnen gefallen zu sein scheint, weil ihre Zahnreihen mit den Jahren lückenhaft oder stark restaurierungsbedürftig geworden sind, haben gute Chancen von zahnmedizinischen Spezialisten nachhaltige Hilfe zu bekommen: So kann die Prothetik heute mittels modernster Kronen-, Brücken- oder Festimplantat-Versorgung sogar bei vermeintlich ‚hoffnungslosen‘ Fällen wieder ein perfektes Lächeln und einen gesunden Zahnstatus herstellen, der letztendlich dem ganzen Körper nützt. Denn an jedem Zahn hängt ja gewissermaßen ein Mensch!

Nicola Wilbrand-Donzelli

Ähnlich sind die Abläufe bei einer chronischen Zahnfleischentzündung, der Parodontitis. Sie gefährdet auf Dauer nicht nur die Stabilität der Zähne – es kann sogar Zahnverlust drohen – sondern die beteiligten Erreger gelangen irgendwann ins Blut und verteilen sich. Studien fanden mittlerweile heraus, dass es beispielsweise einen Zusammenhang zwischen Parodontitis und dem Entstehen von Diabetes gibt. Andere Untersuchungen zeigten wiederum, dass sich durch chronische Zahnfleischentzündungen das Risiko von Herzinfarkt und Schlaganfall deutlich erhöht. Denn Keime, die vom Zahnfleisch in den Kreislauf gelangen, können im Herzen

ZAHNGESUNDHEIT



Foto: ©Hans Kopp

Ein regelmäßiger Gang zum Zahnarzt ist extrem wichtig, dass der Kauapparat gesund und intakt bleibt.



Foto: ©Hian Oliveira

ENDLICH WIEDER UNBESCHWERT LACHEN

Dank neuen festen Zähnen an nur einem Tag



Gesunde, ästhetische Zähne tragen in hohem Maß zur persönlichen Lebensqualität bei. Dies wird vor allem immer dann bewusst, wenn Zähne erkrankt sind oder gar fehlen. Moderne Behandlungskonzepte innerhalb der zahnärztlichen Implantologie ermöglichen feste „dritte“ Zähne an nur einem Tag, die sich anfühlen, als wären es die eigenen. Wasserglas, Haftcreme und eine lockere Prothese haben damit keinen Platz mehr im Leben, denn der neue Zahnersatz ist durch innovative Zahnimplantate fest im Mund verankert.

Die Optionen der zahnärztlichen Implantologie sind heute bei Zahnverlust so innovativ und dabei substanzschonend wie nie zuvor. Allen voran das Behandlungskonzept All-on-4®, das es dank einer speziellen Technik erlaubt, den Verlust mehrerer oder aller Zähne mit festsitzendem, implantatgetragenen Zahnersatz innerhalb nur einer Behandlungssitzung zu kompensieren. Auch für Angstpatienten ist diese Behandlungsmethode ideal geeignet.

Was steckt hinter dieser Methode?

Das All-on-4®-Konzept ist in seinen Ursprüngen bereits über 40 Jahre alt und steht heute für ein sicheres und schonendes Verfahren, das einem einfachen Prinzip folgt. Namensgebend für das All-on-4®-Konzept ist die Tatsache, dass meist vier Implantate pro Kiefer ausreichend sind, um die Zahnbrücke sicher und dauerhaft zu verankern. Dies ist abhängig vom vorhandenen Knochenangebot sowie der individuellen Kiefersituation. Die Implantatanzahl ordnet sich dabei der stabilen Verankerung des Zahnersatzes unter. Außerdem kann ein zeitaufwändiger Knochenaufbau durch diese spezielle Implantationstechnik meist



Neue feste Zähne an nur einem Tag - kein Problem mit dem innovativen All-on-4®-Konzept.

Seit mehr als 35 Jahren steht das O.P.I. in Darmstadt für eine hochqualitative Versorgung im Mund-, Zahn-, Kiefer- und Gesichtsbereich und wird bereits in zweiter Generation geführt. Im Bild zu sehen: Praxisinhaber Dr. Jan Foitzik.

vermieden werden. Die Implantate sind sofort nach dem Eingriff belastbar, sodass die Versorgung mit Zahnersatz sehr kurzfristig und damit für den Patienten komfortabel erfolgen kann.

Neue feste Zähne im O.P.I. Darmstadt

Als kompetenter Ansprechpartner für Qualitätszahnmedizin in Darmstadt ist das O.P.I. ZENTRUM FÜR ZAHNMEDIZIN & CHIRURGIE in der Lage, Patienten einen sicheren, vorhersagbaren und vor allem ästhetischen Zahnersatz auf Implantaten herzustellen. Die implantologische Sofortversorgung wird dabei ausschließlich von Facharzt für Oralchirurgie und Praxisinhaber Dr. Jan Foitzik durchgeführt. Dabei kann aufgrund verschiedener Zertifizierungen in den Fachbereichen Implantologie und der damit einhergehenden hohen Fachkompetenz auch der Verlust mehrerer oder aller Zähne innerhalb nur einer Sitzung kompensiert werden. Die einzelnen Behandlungsschritte sollen nachfolgend genauer vorgestellt werden:

1. Beratung & Untersuchung

Für das Erstgespräch zum Thema All-on-4® nehmen wir uns viel Zeit, um über die Behandlung aufzuklären und alle Fragen ausführlich zu beantworten. Uns ist es wichtig,

Die individuellen Patientenwünsche werden beim persönlichen Gespräch neben der Ästhetik und der Funktionalität der Zahnimplantate bestmöglich berücksichtigt.



die patientenseitigen Wünsche und Erwartungen zu erfahren und diese von Anfang an mit in die Behandlungsplanung aufzunehmen. Nach Untersuchung der Mund- und Kieferregion wird eine Röntgenaufnahme angefertigt, um den aktuellen Zustand von Mund und Kiefer genauer einsehen zu können.

2. Diagnose und Planung

Ein präzises und minimalinvasives Implantationsverfahren setzt eine umfassende Diagnostik voraus. In unserer Praxis wird dies mithilfe der strahlungsarmen dreidimensionalen Volumentomographie (DVT) ermöglicht, welche so detailliert wie möglich die anatomischen Gegebenheiten des Kie-

fers und den damit zusammenhängenden Zahnwurzeln und Nervenbahnen erfasst. Neben dieser präzisen 3D-Röntgenmethode werden Fotografien und Abdrücke von Ober- und Unterkiefer angefertigt, um die notwendigen Patientendaten zu vervollständigen. Mittels einer speziellen Software wird für jedes Zahnimplantat die ideale Position im Mund ermittelt und mithilfe einer Schablone übertragen.

3. Der Tag des Eingriffs

Morgens

Unser Praxisteam nimmt Sie freundlich in Empfang und beantwortet alle eventuell noch bestehenden Fragen, bevor die Vorbereitung für den Eingriff beginnt. Dieser wird auf Grundlage der zuvor erhobenen dreidimensionalen Daten vorgenommen. Der Eingriff wird meistens unter Sedierung oder unter Vollnarkose durchgeführt. Insofern erforderlich, werden vor der Implantation Zähne entfernt und die Wundbereiche mit einem photodynamischen Laser von Bakterien befreit. Anschließend werden mithilfe der navigierten Implantologie passgenaue Öffnungen für die einzusetzenden Zahnimplantate angefertigt. Die dafür individuell angefertigten Bohrschablonen ermöglichen eine schonende, minimalinvasive Implantation, die für den Patienten nahezu schmerzfrei ist.

Mittags

Nach dem Einsetzen der Implantate sind es nur noch wenige Stunden bis zu den neuen, sofort belastbaren Zähnen. Im nächsten Schritt wird dafür der Zahnersatz individuell angefertigt.

Nachmittags

Im letzten Schritt wird dem Patienten der festsitzende Zahnersatz eingesetzt und er verlässt unsere Praxis wieder mit einem strahlenden Lächeln. Die Wartezeit zwischen den Behandlungsschritten verbringen Sie in unserem Ruheraum.

Auch nach dem Eingriff umfassend für die Patienten da

Der erste Nachsorgetermin findet am nächsten Werktag statt, eine weitere Kontrolle erfolgt etwa sieben bis zehn Tage nach dem Eingriff, um die korrekte Einheilung zu kontrollieren. Zwei bis drei Wochen später erfolgt der nächste Kontrolltermin, bei dem Patienten zusätzlich hilfreiche Tipps zu Pflege und Reinigung des Zahnersatzes erhalten. Da es sich beim eingesetzten Zahnersatz vorerst um eine provisorische Versorgung handelt, wird bei einem nächsten Termin – circa drei bis sechs Monate später – dann der finale Zahnersatz passend zur ausgeheilten Mundsituation gefertigt und eingesetzt.

DIE BEHANDLUNGSVORTEILE

METHODISCH UND PERSÖNLICH

- Das All-on-4®-Konzept ist in der Regel fast immer anwendbar
- Die Anzahl der Zahnarztbesuche und Behandlungsdauer reduzieren sich
- Auch die Kosten reduzieren sich um etwa 30 Prozent im Vergleich zur herkömmlichen Methode
- Für Angstpatienten ist eine stressfreie Behandlung unter Sedierung oder Narkose möglich
- Patienten verlassen die Praxis mit festsitzenden Zahnersatz in individueller Ästhetik und mit optimaler Funktionalität
- Innerhalb eines Tages erhalten Patienten neue, schöne, festsitzende Zähne
- Die Behandlung kann im O.P.I. Darmstadt auf Wunsch auch samstags stattfinden
- Die Methode ist so konzipiert, dass lange Einheilzeiten ohne Zähne entfallen
- Ein aufwändiger Knochenaufbau kann meist vermieden werden
- Die individuell gefertigte Brücke ermöglicht eine gaumenfreie Lösung

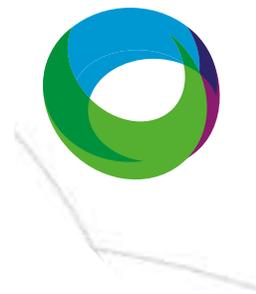
Neue feste Zähne an nur einem Tag - kein Problem mit dem innovativen All-on-4®-Konzept.

Der Eingriff gestaltet sich minimalinvasiv und schonend, dieser kann unter Sedierung oder in Narkose erfolgen.



ÜBER DAS O.P.I.

Seit mehr als 35 Jahren steht das O.P.I. in Darmstadt für eine hochqualitative Versorgung im Mund-, Zahn-, Kiefer- und Gesichtsbereich und wird bereits in zweiter Generation geführt. Dr. Jan Foitzik und ein Team von acht spezialisierten Ärzten und Zahnärzten und rund 30 zahnmedizinische Mitarbeiter kümmern sich um das Wohl der Patienten. In Kombination mit unserem Zahntechnikmeister Thomas Gross machen wir es möglich, dass Sie in jedem Fall die Praxis mit neuen Zähnen verlassen können. Das gesamte Leistungsspektrum ist dabei umfassend auf die Patientenbedürfnisse abgestimmt und deckt diese ganzheitlich ab.



O.P.I. ZENTRUM FÜR ZAHNMEDIZIN & CHIRURGIE

Dr. Jan Foitzik,
Prof. Dr. Dr. Dr. Christian Foitzik & Kollegen

Nieder-Ramstädter-Strasse 18-20
64283 Darmstadt
T 0 61 51 . 2 66 44
M info@opi-darmstadt.de
www.opi-darmstadt.de

ÖFFNUNGSZEITEN
MO - FR 8.30 UHR - 18.00 UHR

„ES GEHT NICHT NUR UM DAS GEBISS – ES GEHT UM DEN GANZEN MENSCHEN“

Bei den ‚Zahnärzten Fritsch‘ steht ganzheitliche Zahnmedizin im Fokus

Kiesstraße 62 in Darmstadt. Diese Adresse bürgt für zahnärztliches Knowhow auf höchstem Niveau. Seit neuestem kann das Team um Tobias Fritsch, der 2009 die Nachfolge seines Vaters Dr. Claus Peter Fritsch antrat, die Patienten in modernisierten und vergrößerten Praxis-Räumlichkeiten willkommen heißen. Auf insgesamt 400 Quadratmetern haben nun innovativ ausgestattete Behandlungszimmer, ein großzügiger und einladender Empfangsbereich sowie das angegliederte Zahntechniklabor ausreichend Platz.

Es ist ein ausgesprochen ansprechender Rahmen, in dem neben Praxisleiter Tobias Fritsch noch zwei weitere Zahnmediziner mit Unterstützung von insgesamt zwanzig Assistentinnen beziehungsweise Technikern, dafür sorgen, dass hier täglich modernste Zahnmedizin mit breitem Leistungsspektrum engagiert und kompetent umgesetzt werden kann. „Wir decken hier

bis auf die Kieferorthopädie alle wichtigen Behandlungssegmente ab“, erläutert Tobias Fritsch. „Dazu gehören unter anderem neben der Prophylaxe und der Kinderzahnheilkunde genauso neueste Methoden der Wurzelkanalbehandlung, ästhetische Anwendungen oder innovative Techniken der Parodontologie.“

Ein wichtiger Tätigkeitsschwerpunkt des Praxischefs ist zudem das Fachgebiet der Implantologie, auf das sich Tobias Fritsch schon früh spezialisiert hat und für das er gerade noch einen zusätzlichen Masterstudiengang absolviert. „Wir bieten hier sämtliche klassischen Verfahren dieser Disziplin in all ihren Formen an. Dabei kommt vor allem der gut verträgliche Implantat-Werkstoff Titan zum Einsatz. Das ist übrigens“, so Fritsch, „einer der wenigen Behand-

„Ganzheitliche Zahnmedizin ist ein absolut wichtiges Zukunftsthema mit faszinierenden Aspekten.“

lungsbereiche, wo man heute noch nicht komplett auf Metall verzichtet. Sobald die rechtlichen Komponenten in den Leitlinien mit aufgeführt werden, wird auch hier bald ausschließlich metallfrei implantiert. Ansonsten arbeiten wir aber – und das wird die Zukunft sein – bei der Zahnsanierung mittlerweile weitestgehend metallfrei, was übrigens einen positiven Einfluss auf den gesamten Organismus hat.“

Im Fokus des Praxisteam Fritsch steht so stets ein ganzheitlicher, systemischer Ansatz. Aus diesem Grund hat die biologische Zahnheilkunde, die den Zusammenhang von Zahngesundheit und körperlichem Wohlbefinden untersucht, hier auch einen besonderen Stellenwert. „Das ist ein absolut wichtiges, ausbaubares Zukunftsthema mit faszinierenden Aspekten und das zudem noch kaum in anderen Praxen angeboten wird“, weiß Tobias Fritsch. „Genau

dieser neue Blick aufs ‚Ganze‘ – auf den ganzen Menschen – hat nämlich auch dazu geführt, dass man in der modernen Zahnheilkunde heute zunehmend metallfrei behandelt, weil man so beispielsweise Herz-Kreislaufkrankungen entgegenwirken beziehungsweise vorbeugen kann.“

Auch bei nötigen Eingriffen setzt die Zahnarztpraxis Fritsch auf ein erweitertes Serviceangebot: So gibt es seit Abschluss des Umbaus auch die Option, Vollnarkose-Behandlungen mit entsprechender anästhetischer Facharzt-Begleitung etwa für Angst-Patienten, Kinder oder bei komplizierten Implantat-OPs durchzuführen. Ein Aufwachraum steht für solche Fälle natürlich ebenfalls zur Verfügung.

Zudem hat nun neben der klassischen Röntgentechnik weitere detailgenauere Diagnostik mittels der Digitalen Volumentomographie (DVT) in den Räumlichkeiten der Praxis Einzug gehalten. Auch bei diesem innovativen dreidimensionalen Bildgebungsverfahren ist Tobias Fritsch gut aufgestellt und baut auf wegweisende Anwendungen. Nur die Implantation selbst muss noch vom Behandler selbst durchgeführt werden und das wird sich in absehbarer Zeit auch nicht ändern.

Tobias M. Fritsch
Zahnarzt für Implantologie
Parodontologie und
Ästhetische Zahnheilkunde





Komplettiert wird die tägliche Arbeit des zahnmedizinischen Kompetenzteams in der Kiesstraße durch die sprichwörtliche Verzahnung mit dem Techniklabor, das sich in der Etage unter dem Behandlungsbereich befindet. Der Standard hier ist ebenfalls auf dem höchsten technischen Niveau: Alle Abläufe, wie etwa das Fräsen von Keramik-Zahnersatz, werden nämlich digital gesteuert. „Das Praktische bei unserem hauseigenen Labor ist außerdem“, ergänzt Tobias Fritsch, „dass wir zahntechnische Aufträge nicht rausschicken müssen. Alles kommt direkt aus einer Hand. Vor allem durch die kurzen Wege können wir gemeinsam mit unseren erfahrenen Zahntechnikern jederzeit direkt am Patienten arbeiten und auf individuelle Wünsche ganz spontan eingehen beziehungsweise bei auftretenden Problemen unmittelbar reagieren. Das ist maximale Dienstleistung.“

Der Anspruch, für die Patienten optimale Bedingungen bereitzustellen, spiegelt sich auch in ganz praktischen Dingen wider: So ist die Anbindung an die Praxis im erweiterten City-Bereich perfekt. Die Straßenbahnhaltestelle ist nur einen Steinwurf von der Kiesstraße 62 entfernt und für Autofahrer gibt es Parkplätze im Innenhof.

Ein besonderes Extra sind zudem die erweiterten, extralangen Öffnungszeiten bei „Zahnärzte Fritsch“: Montags bis donnerstags ist von acht bis 20 Uhr Behandlungszeit – freitags bis 18 Uhr und außerhalb der Sommersaison sogar samstags alle zwei Wochen. „Wir stemmen den ganzen Ablauf hier mit zwei Schichten“, so Fritsch, „denn wir haben festgestellt, dass dieses Angebot auf großes Interesse stößt. Bei immer mehr Menschen ist nämlich der stressige Berufsalltag heute zunehmend enger ge-

taktet und immer weniger wollen dann während der Arbeitszeit eine Auszeit wegen eines Arzttermins nehmen.“

Im Alltag bedeutet dieser außergewöhnliche Service für die gesamte Praxis-Belegschaft perfekte Organisation und Flexibilität zugleich. So wechseln die Frühbeziehungsweise Spätschichtbesetzungen regelmäßig. Durch dieses rotierende System haben Patienten immer die Möglichkeit, auf ihren Wunschbehandler zu treffen.

Die XL-Öffnungszeiten haben sich mittlerweile sogar über die Grenzen Darmstadts hinaus herumgesprochen. Denn es kämen,



so berichtet Tobias Fritsch, immer öfter auch Geschäftsleute aus dem Rhein-Main-Gebiet, die bevorzugt Behandlungstermine nach 18 Uhr wahrnehmen würden.

Insgesamt ist die aktuelle Erweiterung der von Tobias Fritschs' Vater vor fast 42 Jahren gegründeten Zahnarztpraxis also mehr als eine gelungene architektonische Baumaßnahme: Es ist die geglückte Symbiose von innovativer Zahnmedizin und viel Wohlfühl-Atmosphäre. Und das gilt sowohl für das Fachpersonal als auch für die Patienten. „Unser Beruf wird immer mehr zur Dienstleistung, wo Zuhören und Erklären einen wachsenden Stellenwert einnehmen“, resümiert Tobias Fritsch. „Es menscht also in jeder Beziehung. Genau diese Philosophie haben wir versucht, in den neuen Räumlichkeiten und der ansprechenden Ausstattung umzusetzen. Man wird vom Eingang über die Rezeption, bis hin zum Behandlungsraum von positiven Eindrücken begleitet. Wir zeigen so – mit unserer Arbeit und mit dem erfrischenden Ambiente der Praxis – dass es in der modernen Zahnmedizin eben nicht nur um das Gebiss, sondern um den ganzen Menschen und dessen Wohlbefinden geht.“



Zahnärzte Fritsch
Kiesstraße 62
64283 Darmstadt

Telefon: 06151-41177
info@zahnaerzte-fritsch-darmstadt.de
www.zahnaerzte-fritsch-darmstadt.de

Öffnungszeiten
Mo. – Do. 8 – 20 Uhr
Fr. 8 – 18 Uhr

- Prophylaxe
- Parodontitisbehandlung
- Zahnimplantate
- Ästhetische Zahnheilkunde
- Zahnersatz
- Füllungen / Inlays
- Wurzelkanalbehandlung
- Funktionsdiagnostik
- Kinderzahnheilkunde
- Angstpatienten
- Laserbehandlung



Oliver Stephan Eckrich
Zahnarzt-Implantologe

Gabriele Bernhard
Zahnärztin

Sven Richter
Zahnarzt

Dr. med. dent Géraldine Croissant
Zahnärztin

IMPLANTATE UND ZAHNERSATZ AN EINEM TAG

Mehr als 20 Jahre internationale Implantaterfahrung

Die moderne Technik und ebenso moderne Behandlungsmethoden in der zahnärztlichen Implantologie geben uns heute die Möglichkeiten, unsere Patienten mit Implantaten zu versorgen und sofort nach der Implantat-OP mit einer komfortablen langzeitprovisorischen Versorgung nach Hause zu entlassen.

Die Versorgung am Tag der Operation bietet einen enormen Komfortgewinn und die computergestützte Implantation erlaubt das Einsetzen der Implantate ohne die üblichen Schnitte und Nähte, es müssen jedoch wie bei jeder Implantation besonders zwei Voraussetzungen gegeben sein, um dies realisieren zu können:

- präzise computergestützte 3D-Planung vor der Implantation
- ausreichende Knochenverhältnisse im Mund des Patienten

Hier beginnt die Erfolgsgeschichte unserer Sofortversorgungskonzepte. In unserer Praxis analysiert Herr Eckrich mit den modernsten technischen Möglichkeiten die Situation und Gegebenheiten des Patienten dreidimensional.

Im Anschluss nutzen wir die entsprechend geeigneten Implantate und Prothetikkomponenten der Sofortversorgungskonzepte verschiedener Premiumimplantathersteller. Jedes dieser Konzepte wurde für jeweils unterschiedliche Spezialsituationen entwickelt und wir verwenden das entsprechend geeignete für die

individuelle Patientensituation. Wir haben ständig eine Vielzahl an unterschiedlichen Implantaten auf Lager und können somit individuell die beste Lösung für unsere Patienten anbieten. Dies erlaubt uns sowohl die Berücksichtigung der anatomischen als auch der finanziellen Aspekte.

Das vorhandene Knochenangebot kann optimal ausgenutzt werden und zeit- und kostenintensive Knochenaufbauten sind somit oft vermeidbar.

Computergestützte Implantologie

Profitieren auch Sie von der computergestützten Implantation und der Auswahlmöglichkeit aus verschiedenen Implantatsystemen sowie unserer Erfahrung aus klinischen Situationen mit mehr als 10.000 gesetzten Implantaten in 20 Jahren.

Mit einer strahlungsarmen digitalen Diagnostik können wir uns schon vor einem Eingriff ein sehr genaues Bild über den Behandlungsverlauf machen. Die dreidimensionale DVT-Diagnostik macht die implantologische Behandlungsplanung in allen Dimensionen „sichtbar“.

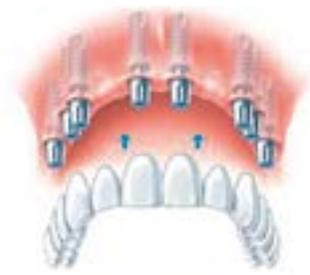
Auf Basis dieser Daten können wir einen Eingriff sehr genau vorausplanen. Am Computer lässt sich der Kiefer wie ein 3D-Modell in jede Richtung drehen und von allen Seiten betrachten – es ist sogar möglich, in den Knochen „hineinzusehen“ und die Qualität des Knochens zu beurteilen. So werden zum Beispiel beim Einsetzen eines Implantats die empfindlichen Nervenregionen genau erkannt und können optimal geschützt werden. Eine individuell angefertigte computerberechnete „Schablone“, die exakt zu Ihrer Kiefersituation passt, wird eingesetzt – für einen präzisen, punktgenauen Eingriff.

Eine passgenaue und hochwertige provisorische Versorgung können wir mit den digitalen Planungsdaten schon vor dem Implantationstermin in unserem eigenen Meisterlabor fertigen. Sie verlassen die Praxis am Tag des Eingriffs mit einem ästhetischen Provisorium. Die Behandlungszeiten verkürzen sich, und die Kosten sind aufgrund der exakten Planbarkeit von Anfang an völlig transparent.



Individuelle Bohrschablone*

Die Zahnersatzversorgung wird dann beispielsweise auf den Implantaten fest-sitzend verschraubt. Diese Art der Versorgung fühlt sich an wie eine festsitzende Brücke auf natürlichen Zähnen und funktioniert auch dementsprechend komfortabel.



Festsitzender Zahnersatz: Eine implantatgetragene Brücke auf 4-8 Implantaten*



Oder die Implantate unterstützen eine herausnehmbare Prothese und stabilisieren diese. Die Stabilität ist um ein Vielfaches grösser als bei einer Vollprothese. Der Zahnersatz sitzt an Ort- und Stelle, verrutscht nicht und hebt sich beim Kauvorgang auch nicht mehr ab.

Nach parodontalen Erkrankungen oder im höheren Alter kommt häufig auch noch ein Knochendefizit im horizontalen Bereich hinzu. Das Knochenlager wird nicht nur niedriger sondern auch schmaler und die Patienten haben große Probleme mit dem Halt von Totalprothesen speziell im Unterkiefer. Spezielle Sofortversorgungskonzepte auf im Durchmesser reduzierten Implantaten sind hier das Mittel der



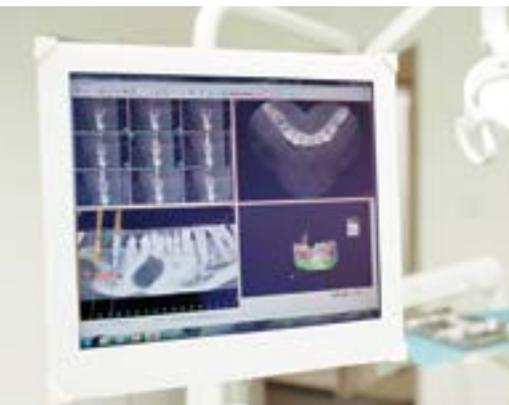
Herausnehmbare Prothese auf Implantaten*

Wahl. Die sogenannten Mini-Implantate sind mit Durchmessern zwischen 1,8 und 2,9mm schmal genug, um auch bei stark reduzierten Knochenverhältnissen noch stabil verankerbar zu sein. Sie dienen der Prothesenstabilisierung, sind wirtschaftlich kostengünstig und können sogar in vorhandene Prothesen eingearbeitet werden.



Totalprothese mit Mini-Implantaten*

Frau Gabriele Bernhard und ihr Team beraten Sie gerne und freuen sich auf Ihren Besuch! Tel. 06150 4710



3D-Implantatplanung: Mehr Transparenz und Sicherheit für den Patienten



Zahnärzte

Gabriele Bernhard
Stephan Eckrich
Sven Richter
Dr. med. dent Géraldine Croissant

Vorm Heiligen Kreuz 15
64331 Weiterstadt

Mo. – Do. 8.00 – 20.00 Uhr

Freitag 8.00 – 18.00 Uhr

Tel. 06150 – 4710

Mail: info@Zahnarztpraxis-Bernhard.de

www.Zahnarztpraxis-Bernhard.de

* Bildquelle: Dentsply und Dentsply ExpertEase



DREIKLANG DER SINNE

Farmerhaus, Lodge, Blumeins

Als Ursula und Alfred Schodlok vor mehr als 50 Jahren das Farmerhaus in Groß-Umstadt für ihre Gäste öffneten, war Afrika ein Mythos, ein Traum. Sohn Alexander hat ihn mit seiner Frau Monika, den Söhnen Sandro und Marlon weitergeträumt. Entstanden sind nach dem Restaurant das afrikanische Gästehaus „Lodge“ und das Refugium „Blumeins“ mit fünf wunderschönen Suiten – ein Dreiklang des Genießens. Mehr dazu auf der nächsten Seite. ▶



LUST AUF GENUSS



Fotos: ©UDVM GmbH



*Ursula und Alfred Schodlok,
Söhne Sandro und Marlon*

Südafrika genießen

Seit nunmehr fünf Jahrzehnten steht das „Farmerhaus“ über Groß-Umstadt für exzellente südafrikanische Speisen und Getränke. Seit einigen Wochen ist Michael Wendt neuer Küchenchef. Die Küche Südafrikas sei wie „ein Topf, in dem sich die Aromen dieser Welt treffen“. Wendt lässt keinen Zweifel daran, dass er diesen Topf bestens kennt und ihn tüchtig umrühren wird. Er hat in Sterne-Restaurants gearbeitet, kam aus Hamburg nach Südhessen, ist seit Jahren mit den Schodloks freundschaftlich verbunden. Nach vielen Stationen ist er nach eigener Aussage endlich dort angekommen, wo er sein

Kochleben lang hinwollte. „Im Farmerhaus kann ich meine ganze Leidenschaft zu Südafrika ausleben – für unsere Gäste“, erklärt er. Er zaubert aus südafrikanischen Geschmacks-Komponenten Menüs und überrascht mit betörendem Cross-over. Alexander Schodloks Weinverstand hat die passenden Tropfen vom Kap im Keller. Ungekünstelt gastfreundlich empfängt er mit seiner Frau Monika die Gäste „zur Erlebnisreise der Sinne und des guten Geschmacks“. Den unvergleichlichen Blick über die Weinberge in die Weite der Rheinebene gibt es inklusive.





Wohnen wie am Kap

Die 300 Jahre alte Hofreite im Zentrum von Groß-Umstadt stand viele Jahre leer und schrie geradezu danach, zu einem Schmuckstück gemacht zu werden. Die Schodlok-Söhne Sandro und Marlon sahen die Möglichkeit, den Wunsch vieler Gäste nach einer Herberge für die Nacht nach einem Abend im Restaurant zu erfüllen. „Wir haben die Farmerhaus-Lodge für unsere Gäste mit viel Fantasie so hergerichtet, wie wir es vom Kap kennen“, betont Marlon Schodlok. Wie viel Zeit die Brüder damit verbrachten, das denkmalgeschützte Gemäuer in eine Wohlfühloase mit sechs Doppelzimmern und zwei Suiten zu verwandeln und mit der Magie südafrikanischer Kultur zu verbinden, sei schwer zu sagen. „Hier können Gäste nach einem genussreichen Abend im

Restaurant in aller Ruhe ausschlafen und frühstücken. Den Transfer übernehmen wir persönlich“, wirbt Sandro Schodlok. Ideal seien die Zimmer auch für Gesellschaften wie Hochzeiten und Firmenveranstaltungen. Die Gastgeber: „Willkommen sind uns alle, die sich südafrikanisch verzaubern lassen möchten.“

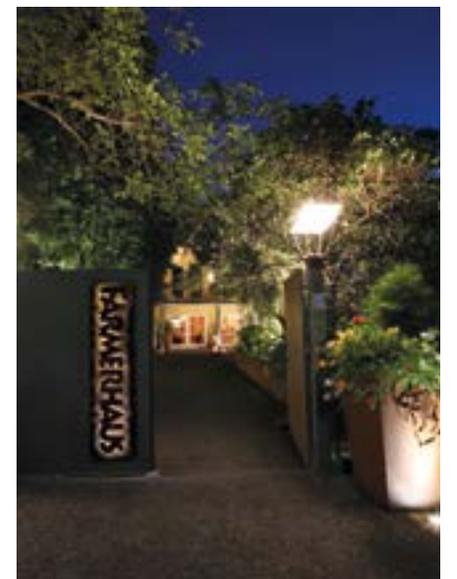
Reservieren und buchen unter:
www.Farmerhaus.de

Lebensfreude bei Freunden

Florence, Violette, Leilani, Anthea und Manolya: Monika und Alexander Schodlok, Gastgeber im Refugium „Blumeins“, haben sich Blumennamen für die fünf mit viel Liebe eingerichteten Suiten ausgesucht, um die Magie des Appartementshauses in Groß-Umstadt in Worte zu fassen. Für Umbau und Restaurierung der Jugendstilvilla hat die ganze Familie die Ärmel hochgekremgelt. Die Söhne Sandro und Marlon haben das Haus im Grünen in vier Jahren mit viel Liebe zum Detail zu einem Wohlfühlort gemacht. In jeder Suite hängen Kunstwerke der Malerin Monika Schodlok. „Dem Alltag entfliehen, Unterschlupf finden. So verstehen wir unser Refugium“, erklärt Sandro Schodlok, der zum Beispiel die Auswahl der Designer-Lampen zu seiner Herzensaufgabe machte. „Jede ein exklusives Unikat. Sie strahlen Wärme und heimelige Geborgenheit bei Freunden aus.“

Zu buchen sind Suiten im „Blumeins“ unter: www.blumeins.de

Die Gästebücher des Farmerhauses zeichnen eine Geschichte, die von vielen Prominenten mitgeschrieben wurde. Darunter sind Namen wie Gitarrenvirtuose Carlos Santana, der schon als junger Mann und mehrfach nach Groß-Umstadt kam. Auch die Darmstädter Günther Strack oder Robert Stromberger und viele andere haben sich eingetragen. Diese aktuelle Notiz steht vom 6.2.18 im Gästebuch: „Nur den Menschen, die mein Herz wirklich berührt haben, war es vergönnt, an diesen magischen Ort von mir eingeladen zu werden.“ (Stefanie Dominik Buxtehude am 6.2.18 ins Gästebuch)





AROMENVIELFALT UND AUGENWEIDE

Blumige Köstlichkeiten erobern die Küche

Blüten essen? Nein, bloß nicht!. So reagiert manch einer, wenn er hört, dass das, was normalerweise in der Vase oder auf dem Beet zu bewundern ist, nun auf dem Teller landet. Doch meist lässt die anfängliche Skepsis nach, wenn der Gaumen erst einmal mit delikatem Blütenzauber in Berührung gekommen ist.

Und das geschieht nicht unbedingt nur beim Sternekoch. Längst hat der Trend mit Blumen zu kochen und sie zur gastronomischen Verfeinerung einzuset-

zen, auch in der Alltagsküche Einzug gehalten. Ein paar Klassiker kennen viele bestimmt schon: Zum Beispiel gefüllte, goldgelbe Zucchini-Blüten, feurige Kapuzinerkresse, Salat mit Gänseblümchen oder duftende Holunderblüten-Pfannkuchen.

Doch es gibt noch einiges mehr zu entdecken beziehungsweise wiederzuentdecken. Denn das Veredeln von Speisen mit Blumen und Blüten war bereits in der Antike äußerst beliebt. Und auch noch

unsere Großmütter und Urgroßmütter nutzten oftmals in der Küche blühende Blättchen. Mit Ringelblumen etwa, dem ‚Safran der armen Leute‘, wurde Suppen, Soßen oder Butter gelb gefärbt und mit lieblichen Veilchen konnte man Frikassee oder Süßspeisen verfeinern.

Die fragilen Blumen-Köpfchen, die übrigens viele Vitamine und Mineralstoffe enthalten, sind eben nicht nur zu Dekorationszwecken geeignet. Sie können das kulinarische I-Tüpfelchen sein und für ▶





*Sauerklee eignet sich sowohl
als erfrischende Beigabe zu
allen Salaten als auch als
komplettes Gemüse oder
Suppe ...*

ganz neue Geschmacksvariationen sorgen. Dazu meint Blütenspezialistin und Buchautorin Martina Kabitzsch. „Blütenküche ist viel mehr als nur Kapuzinerkresse im Salat oder gezuckerte Rosen auf einer Torte (...) Es geht um die alte, lange vergessene Kunst, einem Gericht mit einem Hauch feinen Blütenaromas eine ganz besondere Note zu verleihen.“

Dass Blütendelikatesen keine abgehobene Kochkunst sind, beweisen Rezepte, die auch perfekt zu einem sommerlichen Grillabend passen. Deftiges und Bodenständiges aus Fleisch harmoniert nämlich sehr gut mit zartem, blumigen Beiwerk. Gegensätze ziehen sich eben an. Wie wäre es etwa mit einem Hähnchen in Lavendel-Zimt-Marinade oder Scampis mit Rosen-Marinade?

Das Tolle an der blühenden Aroma-Küche ist, dass man viele Grundzutaten im eigenen Garten findet oder auf der Wiese hinterm Haus. Viele unserer Blumen, wie zum Beispiel Rosen, Vergissmeinnicht, Margeriten, Kornblumen, Taglilien oder Salbei Blüten sind nämlich essbar. Insgesamt eignen sich etwa 1500 Pflanzenblüten in unseren Breiten als delikate Gaumenfreuden.

Hobbyköche, die mit Blumigem experimentieren möchten, sollten jedoch nicht einfach drauf los sammeln. Einige Regeln helfen, die zarten, floralen Zutaten richtig zu verarbeiten. So ist es ratsam, möglichst immer ungespritzte Pflanzen zu verwenden, die eher vom eigenen Beet anstatt vom Gartencenter beziehungsweise Blumenladen stammen.

Trotzdem ist auch bei der Ernte vor der eigenen Haustür Vorsicht geboten. Denn unter den blumigen Augenweiden gibt es auch Ungenießbares. So sind etwa Fingerhut, Engelstropfete, Lilie, Eisenhut, Rittersporn, Oleander oder Akelei giftig. Botanisches Knowhow zu studieren geht hier über probieren.

Auch beim Pflücken heißt es: ‚Aufgepasst!‘ Denn filigrane Blüten sind sehr empfindlich. Damit sie nicht verwelken, ist es am besten, sie erst unmittelbar vor der Verwendung zu pflücken – idealerweise vormittags, wenn die Knospen sich gerade zur Blüte öffnen und die Aromen am intensivsten sind. Ganze Blüten lassen sich aber auch in einer Wasserschale einige Stunden frisch halten.

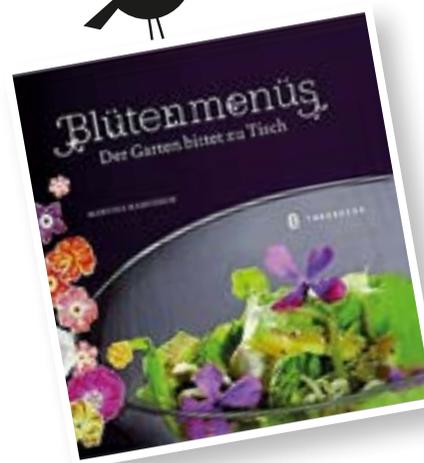
Später bei der Verarbeitung haben allerdings Stiele, grüne Kelchblätter, Staubgefäße und Stempel im Blütenmahl nichts mehr verloren. Zudem sollte man die hauchdünnen Blattschichtungen nach versteckten Insekten oder Raupen untersuchen. Diese Mitbewohner auf der Blume können dann abgeschüttelt oder behutsam abgewaschen werden.



Der farbenfrohe Supermarkt der Natur hat also einiges zu bieten. So sind der Kombinationslust beim vielfältigen duftigen Blütenreigen für den Gaumen fast keine Grenzen gesetzt: Und das Auge isst sowieso immer mit, wenn Fliederblüten Desserts bekronen, Hornveilchen Sekt-Aperitifs verfeinern, Gänseblümchen zum Butterbrotbelag werden, Ringelblumenbutter Grillfleisch würzt oder sich mit Eischnee und Puderzucker ummantelte Rosenblätter im Ofen zu Edel-Chips verwandeln.

Gute Anlässe, kulinarisch neugierig zu sein und mal Blühendes zu kosten, gibt es jetzt in der warmen Jahreszeit sowieso dauernd... vielleicht schon beim nächsten Grillabend mit Freunden. Unser Serviervorschlag zur Begrüßung: Cocktails mit in Eiswürfeln eingefrorenen Blüten. Schon allein dadurch wird ein Hauch von Blumen-Paradies auf die sommerliche Tafel gezaubert.

Nicola Wilbrand-Donzelli



BUCHTIPPS:

Martina Kabitzsch:
Blütenmenüs – der Garten bittet zu Tisch
Gebundene Ausgabe, 29,90 EUR

Erica Bänzinger, Ruth Bossardt:
Blütenküche, Gebundene Ausgabe, 19,90 EUR

KRÄUTER

Aber nicht nur die bunten Frühlingsblüher, auch der Honig von Wildblüten ist eine äußerst schmackhafte Angelegenheit und kommt in meiner Küche nicht nur aufs Frühstücksbrötchen oder zum Süßen in den Tee.

Mit Honig lassen sich auch süße Gerichte aufwerten und Herzhaftes zur Delikatesse – einfach zum Niederknien...

BIRNEN-TARTE MIT LAVENDELBLÜTEN

ZUTATEN FÜR DEN TEIG:

- 200 g Weizenmehl
- 1 EL Vanillezucker
- Salz
- 100g weiche Butter
- 1 Ei
- 5 mittelgroße Birnen
(meine Birnen waren riesig,
so dass 3 gereicht haben)

FÜR DIE VANILLE-FÜLLUNG:

- 2 Eigelb
- 250 ml Schlagsahne
- 60g Zucker
- 1 Päck. Vanillin-Zucker
- 1/2 Päck. Vanillepuddingpulver

AUSSERDEM:

- 5 EL Aprikosen-Konfitüre
(wenn möglich Rosen-Marille)



ZUBEREITUNG:

- 1 Die Butter mit dem Vanillezucker, Salz, Mehl und dem Ei zu einem glatten Teig verkneten. Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und für kurze Zeit im Kühlschrank kaltstellen. Eine gefettete oder mit Backpapier ausgelegte Tarte- oder Kuchenform mit dem Teig auskleiden, dabei am Rand hochziehen.
- 2 Die Birnen schälen, vierteln, entkernen und der Länge nach in Spalten schneiden. Die Birnenspalten dicht an dicht, kreisförmig auf den Teig legen.
- 3 Die Zutaten für die Vanille-Füllung mit einem Schneebesen möglichst glatt verrühren und über der Tarte verteilen.
- 4 Die Tarte in der Mitte des auf 175°C Umluft vorgeheizten Ofens für ca. 50 Minuten backen, bis sie eine schöne goldgelbe Farbe hat.
- 5 5 EL Aprikosen-Konfitüre (wenn möglich Rosen-Marille) erhitzen und glatt rühren. Sobald die Tarte aus dem Ofen kommt und etwas abgekühlt ist, mit der flüssigen Aprikosen-Konfitüre bepinseln und Lavendelblüten drüber streuen. Die Tarte vollständig auskühlen lassen und dann genießen!

**LUST AUF
GENUSS**

Guten Appetit





KRÄUTER-FOCCACIA MIT BRENNNESSEL UND SPITZWEGERICH

ZUTATEN:

- | | |
|--|---|
| <p>1 Handvoll sehr klein geschnittener Brennnesselblätter und/oder Brennnesselnüsschen (die muss man nicht klein schneiden)</p> <p>1 Handvoll sehr klein geschnittener Spitzwegerichblätter und/oder junger Spitzwegerichköpfe</p> | <p>200 ml warmes Wasser</p> <p>1/2 Tüte Trockenbackhefe</p> <p>1/2 TL Salz</p> <p>250 g Mehl</p> <p>2 EL Olivenöl</p> <p>grobes Meersalz</p> |
|--|---|

ZUBEREITUNG:

Trockenhefe ist hart im Nehmen. Bäcker bitte weggucken. Mehl in eine Schüssel geben und mit Trockenhefe und Salz vermischen. Dann so viel Wasser hinzugeben, bis eine geschmeidiger, knetbarer Teig entstanden ist und in diesen die Kräuter unterkneten. Je besser der Teig geknetet wird, desto luftiger wird die Foccacia. Anschließend den Teig auf das doppelte Volumen aufgehen lassen.

Den Teig noch einmal kurz durchkneten und zu flachen Fladen formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Foccacia mit Öl einpinseln und mit Meersalz bestreuen und nochmal ein paar Minuten gehen lassen.



www.ihr-guter-liebig.de

WIR BACKEN FÜR IHRE GESUNDHEIT.

Unsere Produkte bestehen nur aus besten Zutaten, die Ihnen neben dem Genuss eine gesunde und ausgewogene Ernährung ermöglichen.

Der Sauerteig für unsere beliebten Brote wird täglich von Hand nach alter Tradition aus Roggenvollkornmehl hergestellt.

Schnitzer intelligent ernähren **Probieren Sie zum Beispiel unser Schnitzer Vollwertbrot aus 100% frisch gemahlenem Vollkornmehl. Hmmm – das schmeckt.**

Ihr guter...

Liebig

BÄCKEREI · KONDITOREI

Pfungstadt · Lindenstr. 50
Eberstadt · Schwanenstr. 6
Crumstadt · Friedrich-Ebert-Str. 44
Seeheim · Pflugstädter Str. 7
Bickenbach · Pflugstädter Str. 1



Auf dem Blech im Ofen 30 min bei 180 Grad Umluft backen. Foccacia am besten gleich warm essen. Frisch schmeckt sie am besten.

LUST AUF
GENUSS

Guten Appetit



Käse & Wein-Seminar

Sie sind fasziniert von Wein und lieben Käse? Dann folgen Sie uns auf eine spannende Expedition hinter die Kulissen von Weinbau und Käseherstellung. Erfahren Sie in unserem Weinseminar in Darmstadt mehr über das richtige Verkosten von Wein und Käse und wie Sie die beiden mit der richtigen Kombination zu einem kulinarischen Traumpaar machen. Probieren Sie faszinierende Tropfen und aromatische Käsesorten. Schulen Sie Ihre sensorischen Fähigkeiten. Dabei entdecken Sie vielleicht auch einen neuen, aufregenden Lieblingswein oder den perfekten Käse für sich

Aber keine Angst vor dem Kombinieren! Die Basis bildet der eigene Geschmack. Und natürlich die eigenen Vorlieben, ob man im Zusammenspiel eher Ähnlichkeiten oder Kontraste im Geschmack bevorzugt. Im Gegensatz zu aufwendig zubereiteten Speisen ist Käse ein „Einzelprodukt“, bei dem es leichter fällt, seine persönlichen Vorlieben in Verbindung mit dem passenden Wein herauszufinden. Am Ende gilt: Der beste Wein zum Käse ist der, der einem am besten dazu schmeckt

Wer schon einmal Wein und Käse in vollendeter Form genossen hat, wird wissen wie gut diese beiden Geschmackskomponenten harmonieren. Aber keineswegs ist dieser Genussklassiker ein Selbstläufer. Die Welt der Weine und ebenso des Käses sind so komplex, dass eine willkürliche Kombination fatal wäre. Manche Mythen halten sich dank gefährlichem Halbwissen hartnäckig. Es muss zum Beispiel gar nicht immer ein Rotwein sein. Zu vielen Käsesorten passt ein Weißwein sogar viel besser. Aber worauf kommt es denn bei der perfekten Paarung an? Welche Eigenschaft muss ein Wein haben, damit er zu einem kräftigen Käse schmeckt oder welche Charakteristika sollte ein Käse mitbringen, um einen fruchtigen Wein ideal zu begleiten?

Neben einer guten Portion Fachwissen spielen natürlich auch immer die eigenen Vorlieben eine Rolle. Manche mögen es gerne, Kontraste zu erzeugen und andere lieben es, wenn Käse und Wein sich in Mundgefühl und Geschmack ähneln. Haben Sie keine Scheu, Kombinationen auszuprobieren, die Ihnen geschmacklich plausibel erscheinen. Damit Sie dabei aber nicht völlig im Dunkeln tappen, erfahren Sie in unserem Weinseminar, worauf es beim Kombinieren

und Probieren ankommt. Ein öliger Wein passt meistens gut zu einem fetthaltigen, milden Käse. Ein süßlicher Wein hingegen ergänzt sich ideal mit einem säurehaltigen Vertreter.

Wir zeigen in unserem Weinseminar, wie Sie Weine und Käse kategorisieren und richtig kombinieren lernen. Wir degustieren charakteristische und sehr unterschiedliche Weine und reichen dazu verschiedene Käsesorten. Lernen Sie Spannendes über Käseherstellung und Weinanbau und nähern Sie sich so Schritt für Schritt Ihrer persönlichen Lieblingskombination von Wein und Käse.



Foto: Bru-nO/pixabay.com

Weinseminar im Haus der Balten in Darmstadt

- Ihr Gastgeber Karl Eisele begrüßt Sie mit einem Glas Winzersekt zu Ihrem Weinsensorik-Seminar.
- Erfahren Sie mehr über Käse und Wein.
- Spannende Einführung zur Käse- und Weinherstellung.
- Lernen Sie unterschiedliche Reb- und Käsesorten kennen.
- Erfahren Sie, worauf Sie bei der Kombination von Wein und Käse achten müssen.
- Sie erhalten einen kurzen Überblick zum richtigen Verkosten von Wein und Käse.
- Verkostung von 8 Wein- und Käsesorten (von Ziege, Kuh und Schaf) aus unterschiedlichen Ländern Europas.
- Wasser und Brot wird zum Neutralisieren dazu gereicht.
- Lernen Sie die unterschiedlichen Wein- und Käsesorten sensorisch erkennen und zuordnen.

20. Juni, 19:00 Uhr: Käse & Wein

Haus der Balten Herdweg 79 64285 Darmstadt
49,50 Euro/pro Person

Anmeldung unter mail@weine-events.info oder telefonisch 01575-3505548

Veranstalter: Weine & Events UG, Bahnhofstraße 3 64380 Roßdorf

Patschulls
Schlemmer Post

SCHWEINEFLEISCH AUS FREILAUFHALTUNG

vom Börncheshof in Groß-Umstadt/Raibach – Eine vorbildliche Schweinerei

Der Börncheshof von Anja Trczensky und Christian Fuhr liegt etwas abgelegen, inmitten von Feldern und der puren Natur. Alle Schweine werden in tierfreundlicher Freilaufhaltung aufgezogen: Die Tiere haben neben einem geräumigen Stall einen Auslauf unter freiem Himmel mit allen Wettereinflüssen wie Sonne, Regen, Tag und Nacht zur Verfügung. Die Börncheshof-Schweine schlafen und kuscheln in Ruhezeiten mit Fußbodenheizung - ein Klima, in dem sie sich „sauwohl“ fühlen. Die Fütterung erfolgt aus hofeigenem Futter-Anbau - frei von Gen-Soja, vorbeugenden Antibiotika, Medikamenten und Wachstumsförderern. Der Börncheshof wurde daher kürzlich vom hessischen Ministerium für Landwirtschaft und Verbraucherschutz mit dem Preis für landwirtschaftliche Nutztierhalter im Bereich „Tierschutz in der Landwirtschaft“ ausgezeichnet.

Unterstützt wird der Börncheshof in der Vermarktung seiner Schweine von Claudia Wild, Inhaberin der SBW-Fachberatung für Fleischer und Gründerin der „Initiative Landschwein“. Während der Landwirt in erster Linie mit seinem Ackerbau wie auch seiner Schweineaufzucht beschäftigt ist und der Lebensmittel-Einzelhandel gerne regionale Produkte aus allen Sortimenten anbietet, ist es Aufgabe der „Initiative Landschwein“ beide an einen Tisch zu bringen – so wie den Börncheshof und den EDEKA Markt von Daniel Patschull. Denn der ist sich seiner Verpflichtung seinen Kunden gegenüber bewusst: „Meine ethische Grundhaltung zur Erzeugung von Lebensmitteln sowie die Wünsche der doch immer mehr sensibilisierten anspruchsvollen Kundschaft bewegen mich, gerade die Herkunft von tierischen

Produkten zu überdenken. Immer öfter fahren Kunden auf die Bauernhöfe und überzeugen sich persönlich von der artgerechten Tierhaltung und dies ermögliche ich meinen Kunden durch die räumliche Nähe zum Börncheshof in Raibach“ so Daniel Patschull. Neben der Unterstützung regionaler Betriebe stehen weitere Attribute ebenfalls im Gleichklang mit Patschulls Haltung: Die besonders artgerechte Tierhaltung, kurze Transportwege, schonende Schlachtung und handwerk-

liche Verarbeitung. Sie sind zudem die Voraussetzungen für die hervorragende Qualität, beste Frische und den ausgezeichneten Geschmack des Schweinefleisches. Es behält aufgrund seines hohen Muskelanteils seinen Saft und zieht kein Wasser in der Pfanne. Genießen Sie den angenehmen Duft beim Anbraten! Dank der artgerechten Haltung (über die Aufzucht und Fütterung bis zu Schlachtung, durchlaufen die Tiere ihre natürlichen Entwicklungsstufen) schmeckt es eben auch besonders gut.

Der Familienbetrieb praktiziert nicht nur mit voller Überzeugung und Herz Tierschutz in der Landwirtschaft, er bietet Konsumenten auch die Möglichkeit, sich persönlich von den optimalen Bedingungen der Tiere zu überzeugen – anders als bei anonymer Supermarktware. Wer also möchte, kann vor Ort vorbeischaun und sich selbst ein Bild machen.

Näheres unter: www.boerncheshof.de

Alexander Götz



Foto: ©Arthur Schenkein



**DANIEL
PATSCHULL**

Edeka in Arheilgen · Untere Mühlstraße 3 – 5 · 64291 Darmstadt Arheilgen
Telefon: 06151 130 640 · Öffnungszeiten: Mo – Sa 7 – 21 Uhr · www.edeka.de



Daniel Patschull auf dem Börncheshof

AUF DEN PUNKT

Daniel Patschull zum Thema artgerechte Tierhaltung in der Landwirtschaft

Artgerechte Tierhaltung bedeutet für mich weitaus mehr, als eine Kreatur in würdevollen Umständen aufzuziehen. Für mich ist dies eine Haltungsfra-ge. Gerade in Zeiten von Preissuchma-schinen und Vergleichsportalen, auf der Suche nach dem besten Preis, werden wichtige Werte geopfert. Ein T-Shirt zum Beispiel wird mehrere tausend Kilometer entfernt von uns produziert, es wird versendet, verzollt, der Pro-duzent und der Händler wollen ihre bestmögliche Marge. Welchen Wert hat Arbeit für die Menschen in solchen Ländern? Welche Arbeitsbedingungen muten wir ihnen zu?

Wir brauchen aber nicht so weit zu schauen. Erst kürzlich hörte ich im Ra-dio die Werbung: Ein Pfund Schweine-Nackensteak für unter 2,- Euro. Wie kann dieser Preis überhaupt zustande kommen? Doch nur, wenn Tiere nicht mehr artgerecht gehalten werden. Das heißt: Für einen maximalen Ge-winn bei der Fleischproduktion, werden Mast Schweine auf ein extrem beschleu-

nigtes Wachstum und eine hohe Fleisch-fülle hin gezüchtet. Wenig Bewegung und eiweißreiches Kraftfutter fördert das Turbowachstum. Ihre Körperpropor-tionen werden dabei den Verbraucher-wünschen angepasst. Das Fleisch soll möglichst billig und mager sein – Rinder und Schweine aus Filets, Steaks und Schinken bestehen. Dagegen hat ein Bauer, der seine Tiere artgerecht hält, kaum noch eine Chance – weder was die Menge noch was den Preis angeht. Dass darunter allerdings nicht nur die Tiere leiden, sondern auch die Qualität und der Geschmack des Fleisches, ist eigent-lich logisch.

Die Folge: Mittlerweile stammt über 90 Prozent Fleisch aus Massentierhaltung. Es ist längst überfällig umzudenken. Fleisch aus artgerechter Tierhaltung heißt bewusster genießen, bedachter konsumieren. Natürlich ist das Fleisch aus kontrollierter Tierhaltung auch teurer – gute Qualität hat nun mal ihren Preis und das zu Recht. Denn der Weg vom Tier zum Schnitzel kostet Zeit und Geld. Schweine und Rinder, die ausge-wogenes Futter und genügend Auslauf haben, setzen eben nicht so schnell Fett an – wer kennt das nicht ...

Fazit: Fleisch aus artgerechter Haltung kostet zwar etwas mehr, ist dafür aber auch gesünder. Besser nur ein bis zwei-mal pro Woche Fleisch essen, dafür ein wirklich gutes.

Ob nun Fleisch aus konventioneller oder artgerechter Tierhaltung, das entschei-det jeder für sich.

So sind wir ein echtes Vorbild für unsere Kinder, die gerade in dieser Sache nicht genug sensibilisiert werden können. Achtsamer und respektvoller Umgang mit den Ressourcen unseres Planeten – das ist die große Aufgabe für unsere und kommende Generationen.

Alexander Götz



Foto: © Paul Herrmann



...endlich wieder
Grillsaison

Saftig, weich und mit brauner Kruste,

... so muss ein Schweinekotelett sein. Über heißer Flamme und glühenden Kohlen bekommt ein Kotelett genau die Röstaromen, die es so unwiderstehlich gut macht. Damit es auch gelingt, sollen Sie vor allen auf drei Dinge achten: Qualität, Qualität, Qualität...!

Wichtig: Die Schnittstärke sollte 3 – 4 cm betragen und der Knochen unbedingt dran bleiben – das verlangsamt die Garzeit! Und ja, es darf auch etwas marmoriert sein, denn Fett ist nicht nur ein Geschmacks-träger, sondern verhindert auch das Austrocknen beim Grillen.



Foto: Velatasche Ando – eigenmannDurot

GOODBYE PLASTIK!

Verpackungsloses Einkaufen wird immer beliebter

und ihr Leben nachhaltiger gestalten möchten. Es ist Verzicht aus Überzeugung und das Vorleben einer Haltung, die die sorglose Wegwerf-Mentalität kritisch hinterfragt.

Endlos lange Supermarktregale - gefüllt mit zahllosen miteinander konkurrierenden Produkten. Jede Menge Einweg-Verpackungsmüll etwa durch eingeschweißtes Gemüse, Mini-Trinkjoghurt-Fläschchen oder Fertig-Pasta in Kunststoff und Pappumhüllung. Konsumenten, die ohne solch verschwenderisches Drumherum auskommen wollen, können nun vermehrt in Läden einkaufen, die ihre Produkte ohne Plastikdosen, Styropor-Boxen, Folien-Polsterung, Tüten oder beschichtete Tetra-Packs anbieten. Das Konzept heißt: Unverpacktes Shoppen durch Abfüllen in eigens mitgebrachte Behältnisse wie Vorratsdosen oder Schraubgläser.

Nicht jedem ist nämlich heute wirklich bewusst, welchen schädigenden Einfluss die entsorgten PVC-Massen auf unsere Umwelt haben. Das Meiste an Kunststoffmüll müssen nämlich die Weltmeere tragen. Nur das Wenigste wird vorschriftsmäßig verbrannt. Rund acht Millionen Tonnen landen so jedes Jahr in den Ozeanen und gelangen dann durch Wind und Strömungen fast überall hin.

Es dauert schließlich Jahrzehnte, bis sich Tüten, Sixpack-Halterungen oder Flaschendeckel zersetzen. Vorher werden sie aber noch unzähligen Tieren zum Verhängnis, die sich entweder in den Materialien verfangen oder die unverdaulichen Fremdkörper fressen. So verhungern viele Meeresbewohner mit vollem Magen. Und auch wenn UV-Licht und Wellen das

Dieser Trend nimmt in letzter Zeit Fahrt auf. Mittlerweile gibt es insbesondere in größeren Städten Unverpackt-Geschäfte, die nur ‚Pures‘, seien es Lebensmittel oder auch Hygieneartikel im Sortiment haben. Sie sind Teil des weltweiten ‚Zero-Waste-Lifestyles‘ (‚ohne Müllzeugung‘), der vor allem Menschen anspricht, die den täglichen Müll aus ihrem Alltag so weit wie möglich verbannen

*Unverpackt-Geschäfte
nehmen Fahrt auf ... als Teil des
'Zero-Waste-Lifestyles'*



Foto: © Beir/Ladewig – Unverpackt Kiel

Plastik mit der Zeit immer weiter zerkleinern, bleiben die nur wenigen Millimeter großen Mikropartikel lange Zeit weiter eine Gefahr für das Ökosystem. Vor allem Kleinstlebewesen wie Plankton, Korallen oder Muscheln nehmen die Substanzen auf und befördern sie so wieder in die Nahrungskette.

Diejenigen, die sich entscheiden, möglichst verpackungsfrei den Wocheneinkauf zu erledigen, lernen auf jeden Fall Shopping der anderen Art kennen. Es ist entschleunigter Konsum mit einer überschaubaren Produktpalette in Verkaufsräumen, die nicht selten den Tante-Emma-Charme von ‚Anno dazumal‘ besitzen: Weder gibt es marktschreierische Verkaufspackungen mit bunten Schriftzügen und Fotos noch knisternde Zellophan-Hüllen in mehreren Lagen: Keine Verlockung also, keine Verführung, nur ‚nackte‘, lose Ware – meist in Form von Basics mit langer Haltbarkeit wie Reis, Nudeln Erbsen, Zucker, Salz, Mehl, Kaffee, Tee, Schokodrops oder Gummibärchen. Alles ist in neutralen Schütten oder Flaschen untergebracht. Selbst Seife, Öl, Essig und Spülmittel werden in Spendern angeboten.

Das Konzept „Lose, nachhaltig und gut“ bedeutet fast immer auch Bio-Qualität. Der Haken dabei ist aber: Kunden müssen bei fast allen Produkten etwas tiefer in die Tasche greifen, weil die Händler nicht zu den gleichen günstigen Konditionen einkaufen können wie Großmärkte. Dafür kauft man meist nur so viel ein, wie man wirklich braucht und verschwendet langfristig weniger Lebensmittel. Und man muss den Einkauf und die jeweiligen gewünschten Mengen planen. Spontane Lustkäufe wie im Supermarkt sind so eher selten.

Bisher steckt die Bewegung, „Einkauf ohne Verpackung“ noch in den Kinderschuhen. Sogar Supermärkte versuchen hin und wieder bei einzelnen Produkten



*Unzähligen Tieren wird
der Kunststoffmüll zum
Verhängnis, die unver-
dauliche Fremdkörper
fressen.*

Foto: © David Clode

dem Trend Rechnung zu tragen. Doch Experten prophezeien, dass solche Ansätze derzeit noch ein Tropfen auf dem heißen Stein sind. Denn das Einweg-Verpackungsvolumen wird in den nächsten Jahren weiter steigen. Die Auflösung fester Familienstrukturen, die Vereinzelung der Gesellschaft, der Zeitmangel in einem immer stressigeren Berufsalltag – all diese Veränderungen der Verzeehr- und Konsumgewohnheiten führten zu einem immer weiter wachsenden Verpackungsaufwand. Das fand eine Studie des Marktforschungsinstitutes Rheingold heraus. Vorgefertigte Salate samt Plastikbesteck etwa, Kaffee in portionierten

Plastikkapseln oder Miniatur-Duschgel seien Ausdruck dieser Entwicklung.

Auf den Werkstoff Plastik zu verzichten ist aber auch deshalb schwer, weil luftabgeschlossene hygienische Kunststoffverpackungen für Hersteller und Handelsketten sehr praktisch sind. Diese machen den Transport einfacher, halten die Läden sauber, schützen die Waren und machen sie durch ihre Aufmachung zudem unverwechselbar.

So sind unverpackte Artikel insbesondere im Food-Bereich bisher innerhalb der etwa 40.000 deutschen Lebensmittelge-

schäfte noch eine Nische. So schnell wird das verpackungsfreie Einkaufen also nicht überall kommen. Vorbildcharakter für zukünftiges, umweltschonendes Konsumieren, hat dieser Trend aber dennoch allemal.

Nicola Wilbrand-Donzelli



Foto: © Bert Ladevig - Unverpackt Kiel



TIPP:

Auch in Darmstadt gibt es seit Herbst 2016 einen „Unverpackt-Laden“. Er befindet sich im Martinsviertel in der Gutenbergstraße 5 B – Nähe Kopernikus-Platz.

Gegen Unzufriedenheit bei der WEG-Verwaltung haben wir ein probates Mittel.

Eine gute Nachricht für
alle Wohnungseigentümer,
Verwaltungsbeiräte,
Sparfüchse und
Serviceliebhaber.

Der Wechsel zu einer [passgenauen] WEG-Verwaltung ist jetzt ganz einfach!

Sie sind an einem Verwalterwechsel grundsätzlich interessiert? Dann ist jetzt der richtige Zeitpunkt für eine komfortable Lösung. Denn damit bei der Übernahme der Verwaltung alles von Anfang an optimal läuft, hat die HEAG Wohnbau eine umfassende Checkliste entwickelt. So lernen wir Sie und Ihr Objekt sofort richtig kennen und die Übergabe und der Start funktionieren reibungslos! Unser Wechselservice in der Übersicht:

- [1] Übernahme aller Unterlagen vom bisherigen Verwalter sofort nach Bevollmächtigung
- [2] Sichtung und Aufbereitung aller Unterlagen
- [3] gründliche Gebäudeaufnahme bei Vor-Ort-Termin
- [4] Analyse sämtlicher Dienstleistungsverträge hinsichtlich Qualität und Preis
- [5] Überprüfung der Qualität von Dienstleistungen vor Ort

Bad Nauheimer Straße 4
64289 Darmstadt
Tel. 06151 3600-300
Fax 06151 3600-350
info@heagwohnbau.de
www.heagwohnbau.de



HEAG 
WOHNBAU

URLAUBSGEFÜHLE RAUS IN DIE NATUR...



Foto: ©rawpixel.com

Besuchen Sie uns auf den
GARTENWELTEN, wir freuen uns auf Sie!

SOMMER 2018 – URLAUB FÜR DIE SINNE

Sie haben es sich verdient

Die heutige schnelllebige Zeit stellt hohe Anforderungen an unser körperliches und geistiges Wohlbefinden. Je stärker der Druck von außen zunimmt, desto wichtiger ist es, sich gezielte Freiräume zu schaffen, in denen man entspannen, regenerieren und neue Kraft für den Alltag sammeln kann. Es macht keinen Unterschied, ob es Ihr erster oder Ihr fünfter Besuch ist – wir können es kaum erwarten, Sie willkommen zu heißen.

Nehmen Sie eine Auszeit, auf bequemen Liegestühlen nahtlos bräunen, einen erfrischenden Sommerdrink genießen oder sich mit einem eisgekühlten Cocktail in der Relax-Lounge erfrischen. Zwischendurch prickelnde Sommeraufgüsse, eine Salzbrise

im Soledampfbad, danach zur Abkühlung duschen oder ein belebendes Bad zur Erfrischung im Außenpool erleben.

Auf über 2500m² finden Sie alles, was Ihnen wohltut. Oasen der Ruhe, eine Vielzahl von Massageangeboten, hochwertige Kosmetik, eine hervorragende Frische-Küche mit leichten mediterranen Köstlichkeiten, deftigen Steaks vom Lavastein-Grill oder Fischspezialitäten, serviert unter freiem Himmel oder im Restaurant und vieles mehr.

Wellness zu erleben heißt: Zeit für sich haben, ausatmen, entspannen.

Investieren Sie in Ihren Körper und Ihre Gesundheit, es ist Ihr höchstes Gut.

Genießen Sie einen Tag, der mit echter Gastfreundschaft, netten Menschen, einem wundervollen Ambiente für Sie zu Ihrem Wellness-Tag wird.

UNSERE WOHLFÜHLANGEBOTE FÜR SIE:

Das besondere Special „After Work Chillen“ lockt nach Feierabend zum Entspannen: von Montag bis Donnerstag gibt es ab 18:00 Uhr das Fünf-Stunden-Saunaticket zum Preis vom 23,- €



Poolfeeling statt Freibadstress... ...mehr als ein Tag Urlaub!

...wenn das eiskalte Getränk zu Ihnen an den Liegestuhl kommt, dann sind Sie in unserem Sommer-Wellness-Resort.



www.die-sauna.de

die sauna
Wellness-Resort und Spa

Salina Wellness GmbH | Am Ohlenberg 29 | 64390 Erzhausen | Tel.: +49 (0) 61 50 / 8 10 13



Immer eine Kopfbedeckung tragen und keine Angriffsfläche für UV-Strahlen bieten! Das schützt auch den Kopf vor Überhitzung und vor einem Sonnenstich. Nach dem Schwimmen - aber spätestens am Abend - das Haar immer gründlich mit viel Süßwasser auswaschen. Danach hilft gegen die spröde Mähne auch eine Glanzspülung. Alternativ funktionieren aber genauso verdünnter Essig (3 Esslöffel auf einen halben Liter H₂O).

Finger weg von heißem Wasser! Am besten sind lauwarme Temperaturen bei der Haarwäsche. Ansonsten stellen sich nämlich die winzigen Schuppenstrukturen auf, die die Frisur stumpf machen. Zudem fettet das Haar bei hochtemperierten Duschgängen schneller, weil warmes Wasser die Kopfhaut dazu anregt, verstärkt Talg zu produzieren.

Mit heißer Fönluft sollte man genauso vorsichtig sein. Deshalb ist es ratsam immer die niedrigste Stufe zu wählen. Oder noch besser: Die geliebte Pracht möglichst immer an der Luft trocknen lassen. Ein praktischer Helfer kann hierbei auch Schaumfestiger sein. Er wird ins nasse Haar geknautscht und gibt so dem Ganzen nicht nur Halt sondern bildet zugleich einen wirksamen Schutzfilm.

Noch wesentlich intensivere Hege und Pflege als unsere Hauptbehaarung braucht allerdings unser größtes Organ, die Haut: Sie schirmt uns gegen alle Umwelteinflüsse ab, ist aber zugleich Hitze, Kälte, Sonne und Meerwasser immer unmittelbar ausgesetzt. Da sollte natürlich zunächst ein starker Sonnenschutz – anfangs mit mindestens Faktor 30 – gegen die krebserregende

KEIN STRESS FÜR HAUT UND HAAR

Tipps für die richtige Pflege im Sommer

Flatterkleider, Shorts und Flipflops. Endlich ist Sommer! Das ganze Jahr freuen wir uns darauf, wenn wieder Picknick- und Badewetter ist und wir die Sonne genießen können. Für Haut und Haare ist die warme Jahreszeit allerdings weniger entspannend. Sie reagieren nämlich ‚gestresst‘ bei zu viel Hitze und UV-Strahlung. In Kombination mit Chlor aus dem Pool oder Salzwasser aus dem Meer plus Sand vom Strand sind die Strapazen oft noch größer.

Haare reagieren

– insbesondere lange – auf zu viel Sommer-Sonnen-Genuss meist mit Trockenheit. Die Frisur wird dann strohig und brüchig. Und bei gefärbtem Haar verbleicht die Farbe oder die Struktur wirkt stumpf. Wer den Aufenthalt in der Sonne ohne Reue genießen will, sollte deshalb einige Regeln beherzigen:





Foto: ©Andisheit A

und UVA- und UVB-Strahlung allererste Priorität haben. Ansonsten gilt es, die Haut möglichst vor Austrocknung zu schützen, denn die Sommermonate sind durch Schweiß, Hitze und Schwimmvergnügen eine besondere Belastung. Die Folge: Die Haut verliert durch die anhaltende ‚Durstphase‘ noch mehr Feuchtigkeit, wird oft rau, rissig und schuppig, sie beginnt zu jucken und teilweise treten sogar Entzündungen auf. So ist es nach einem Bade-Sonnentag besonders wichtig, dass sich unser gerade weniger widerstandsfähiges ‚dickes Fell‘ regelmäßig wieder richtig erholen kann. Und das geht am besten mit gesunder ‚kosmetischer Nahrung‘ von außen, damit unsere Epidermis-Hülle wieder in Balance kommt.

Zunächst kühlt ein Duschgang die Haut und reinigt sie von reizenden Salz- und Sandresten. Niemals sollte man dabei Seife verwenden. Sie trocknet die strapazierte Haut nur noch zusätzlich aus, weil der Säureschutzmantel geschädigt wird. Empfehlenswert ist ein PH-neutrales Duschgel mit rückfettenden Zusätzen.

Anschließend sollte die Haut ausgiebig mit Fett und Feuchtigkeit, wie sie beispielsweise in Aloe Vera enthalten ist, verwöhnt werden. Lotionen mit Urea oder mit natürlichen Pflanzenölen wie etwa aus Avocados, Oliven oder Mandeln sind ebenfalls ein gutes Mittel, um Feuchtigkeitsverlust der Epidermis entgegenzuwirken.

Zu einem wohltuendem ‚After-Sun-Swim-and-Heat-Programm‘ passt aber auch immer ein Ganzkörper-Peeling. Es bewirkt, dass alte, trockene Hautschuppen weggerubbelt werden und die Durchblutung angekurbelt wird. Eine selbst angerührte Mischung aus Olivenöl und grobem Meersalz ist hier übrigens eine preisgünstige Alternative zu einem gekauften Peeling-Produkt.

**20 JAHRE-SCHÖNE HAARE
NETTE LEUTE
COCKTAILS
& MUSIK**

Du und alle Deine Freunde sind herzlich eingeladen, um mit uns das 20 jährige Jubiläum zu feiern.

Leckere Cocktails und nette Leute warten auf Euch!

DJ Peter Gräber sorgt für ordentlichen Sound!

Sei unser Gast und ‚Erlebe Schönheit‘.

**SA 7 JULI 2018 - AB 20:00 UHR
FREIER EINTRITT
NECKARSTR.12 DARMSTADT**

**HAARE
mittmann**

Gut zu wissen ist auch, dass man durch Vitamine, die man beispielsweise mit leckerer, leichter Kost in Form von Obst, Salaten oder Gemüse zu sich nehmen kann, die ‚Fitness‘ und Widerstandskraft der gestressten Sommerhaut gewissermaßen von innen unterstützen kann. So fördert Vitamin A die Regeneration der Zellen, Vitamin

C neutralisiert freie Radikale, Vitamin E zögert den Alterungsprozess der Haut hinaus und Provitamin B 5 hilft schließlich dabei, die Feuchtigkeit in unserer schützenden ‚Körperhülle‘ zu binden.

Nicola Wilbrand-Donzelli

Wir bringen Ihren Urlaub ins Rollen

Englands sonniger Süden

6-tägige Rundreise an die Englische Riviera und nach Kent

Termin: So 08.07. – Fr 13.07.2018 (Ferientermin)

Fährüberfahrt Calais - Dover - Calais
5 Übernachtungen mit Englischem Frühstück und Abendessen
Ausflüge und Besichtigungen
»bitte ausführliches Informationsblatt anfordern«

Reisepreis im DZ 645,00 €

Weitere Informationen, Beratung und Buchung in unserem Büro

Fordern Sie auch unseren kostenlosen Tagesfahrten-Flyer an!

Pfungstädter Str. 176-180 | 64297 Darmstadt
Telefon 0 61 51 / 5 52 71 | info@brueckmann-reisen.de
www.brueckmann-reisen.de

AUGEN-SCREENING

Optik Bogorinski untersucht umfassend

Wer kennt das nicht: Wer seine Augen untersuchen lassen möchte, wartet oft viele Wochen auf einen Termin beim Facharzt. Nils Bogorinski kennt dieses Problem seiner Kunden auch.

Er hat sich nun beim Zentralverband der Augenoptiker zum Optometristen (HWK) weiterbilden lassen und die Prüfung vor der Handwerkskammer erfolgreich abge-

legt. Dadurch hat er die Qualifikation erlangt, umfassende Messungen und Untersuchungen an den Augen seiner Kunden durchzuführen. Hierzu wurden modernste Untersuchungsgeräte angeschafft.

Das umfassende Screening-Programm, das im ältesten Fachgeschäft Pfungstadts angeboten wird, umfasst nicht nur die Sehleistung des Kunden, sondern Nils

Bogorinski kann mittels verschiedenster Messmethoden auch den allgemeinen Gesundheitszustand der Augen feststellen. Hierzu gehört beispielweise die Augeninnendruckmessung, die Gesichtsfeldüberprüfung und die Analyse des Augenhintergrunds. Diese Messungen und Untersuchungen werden leider nicht von der Krankenkasse übernommen, sondern sind vom Kunden privat zu zahlen, genauso wie IGEL-Leistungen beim Facharzt. Wenn die ermittelten Messergebnisse Auffälligkeiten aufweisen, wird er selbstverständlich den Besuch beim Facharzt empfehlen.

Für Nils Bogorinski ist es besonders

wichtig, dass sich die Kunden für das Augen-Screening genügend Zeit nehmen, um eine ruhige und stressfreie Untersuchung zu gewährleisten. Zeitnahe Termine können Sie gerne telefonisch oder persönlich im Geschäft vereinbaren.

Optik Bogorinski

Eberstädter Straße 36
Pfungstadt

Montag - Freitag von 9 bis 13 Uhr
und von 14.30 bis 19 Uhr,
Samstag von 9 bis 13 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Tel.: 06157-2962 | www.bogorinski.de



Neu bei uns

POLASKOP 3D-Seehtest Jetzt Termin vereinbaren



OPTIK BOGORINSKI

Brillen Kontaktlinsen

Eberstädter Str. 36
64319 Pfungstadt
Fon 06157-2962
www.bogorinski.de
eMail optik.bogorinski@t-online.de

BRINGEN SIE IHR LEBEN WIEDER AUF KURS!

Rufen Sie an -
Glück ist Ihre Entscheidung!

Dr. phil. Ralf Friedrich
Heilpraktiker für Psychotherapie



06071 2088360

Was ist mir mein persönliches Glück wert?

Ein Mensch denkt: „Ich gebe viel Geld für mich aus. Für Kleidung und gutes Essen, Kino und Frisör oder andere Dinge, die mir eine Freude bereiten. Doch manchmal komme ich in Situationen, die machen mir zu schaffen, bereiten mir Sorgen. Warum ist meine Karriere ins Stocken geraten? Wie kann ich endlich zu einer Bikini-Figur kommen, ohne mich selbst zu sabotieren? Warum kommen meine Gedanken nachts nicht zur Ruhe und rauben mir meinen Schlaf? Diese und andere Fragen nehmen mir Kraft und Energie. Eigentlich bräuchte ich Hilfe, gerne würde ich dafür auch bezahlen, doch wer kann mir darauf eine Antwort geben?“

Ich kenne solche Situationen gut aus meinem eigenen Leben und vor allem aus der Arbeit mit meinen Klienten und Klientinnen. Als professioneller Coach bin ich darauf ausgebildet, diese und andere Lebensfragen mit Ihnen zu klären mit dem Ziel, dass Sie selbst Antworten finden, die zu Ihnen passen. Dabei setze ich verschiedene Techniken ein, z.B. Aufstellungen mit dem Systembrett, Arbeit mit Bildern oder Bio-Feedback-Anwendungen. Nach nur drei Gesprächen können Sie schon viel innere Klarheit haben und setzen Lösungen um, die zu Ihnen passen. Durch meine professionelle Hilfe kommen Sie schneller an Ihr Ziel und gestalten Ihr Leben noch aktiver. Es ist ein kleines Investment in Ihr eigenes Glück!

FEUCHTE WÄNDE?

WIR LEGEN IHR MAUERWERK TROCKEN!

URSAL®
Abdichtungstechnik GmbH

Verputzen, Fliesen
und Laminat
verlegen sind auch
unsere Stärken!

Feuchte Wände im Bereich von Grundmauern und Kellerwänden? Mit der dauerelastischen URSAL 2000-S-Kapillarwassersperre wird die Ursache auf Dauer beseitigt. Kostenlose Fachberatung am Objekt mit elektronischer Feuchtigkeitsmessung.

Kein Ausgraben. Keine Putzkosmetik.

10 Jahre Garantie!

seit 35 Jahren bewährt



URSAL Abdichtungstechnik GmbH
Groß-Gerauer-Weg 52 • 64295 Darmstadt
www.ursal.de • info@ursal.de
Tel.: 06151 / 31 46 26

WOHN KULTUR

Das Magazin für Wohntrends in Ihrer Region



Wohnen mit Stil

50 PLUS – BADEN OHNE BARRIEREN

Kreative Ideen und optimale Lösungen

FRÜHLINGSDIÄT FÜR DIE WOHNUNG

Wie man richtig ausmistet

minova[®]
EXCLUSIV **bad** 

50 PLUS – BADEN OHNE BARRIEREN

Kreative Ideen und optimale Lösungen



Selbstständig und so lange wie möglich im vertrauten Umfeld wohnen bleiben: So stellen sich Senioren ihren wohlverdienten Ruhestand vor. Die Körperhygiene alleine bewältigen zu können, auch wenn womöglich die Beweglichkeit mit den Jahren etwas nachlässt, gehört in jedem Fall dazu. Doch hier fangen häufig die Probleme an: Hohe Eintritte in die Badewanne oder rutschige Fliesen stellen typische Gefahrenpunkte für Unfälle im Haushalt dar. Ein sicheres Bad ohne Stolperfallen ist für ältere Menschen wichtig und gefährliche Hürden lassen sich meist mit einfachen Mitteln entschärfen.

Geht es um Barrierefreiheit, ist eine durchdachte Planung von Sanitäreinrichtungen und Einrichtung erforderlich. Eine schwellenlose sowie altersgerechte Einrichtung ist in diesem Fall besonders wichtig. MINOVA BAD berät seine Kunden professionell und zeigt vielfältige Konzepte, kreative Ideen und optimale Lösungen auf – gerade für schwierige Raumsituationen: Das Unternehmen entwickelte eine Kombination aus einer speziellen raumausnutzenden Badewanne mit einer Dusche, die auch patentiert wurde. Dazu geben formschöne Griffe sowie bequeme Sitzmöglichkeiten sicheren Halt und schaffen zusätzlich Komfort. So bleibt Baden und Duschen auch im fortgeschrittenen Alter eine wahre Freude, statt zu einer quälenden Last zu werden.

Mehr Komfort, Sicherheit und Unabhängigkeit

Geprüfte Fachkräfte von Minova Bad erledigen bei vorhandener Pflegestufe, sämtliche Korrespondenz sowie Beantragung von Zuschüssen!

Waschtische aus Corian® auf kleinstem Raum

Großzügige Waschtische mit vielen Ablagen, vor denen man bequem sitzen kann und höher angepasste WCs bieten Senioren oder Menschen mit eingeschränkter Beweglichkeit die Chance, ihre Körperpflege länger ohne Unterstützung zu bewältigen.

Maßgefertigte Corian® Waschtischplatten sind schlag- und kratzfest, unempfindlich z. B. gegen Nagellacke und Haarfarbe und außerdem verschleißresistent und langlebig. Die große Farbpalette mit über 100 Farben lässt dabei kaum einen Wunsch offen.



Nischen-Spiegelschränke

Größer, weiter und offener wirken kleine Bäder, wenn nach Maß angefertigte Spiegelschränke in Nischen integriert werden. So gewinnt man den oft fehlenden Stauraum und kann auch in kleinen Bädern für Bewegungsfreiheit sorgen.

Licht an für einen besseren Überblick

Ein weiterer wichtiger Faktor bei der Planung eines barrierefreien Badezimmers ist die Raumbeleuchtung. Das richtige Licht im Bad sorgt dafür, dass wir uns wohlfühlen und uns zu jeder Tageszeit optimal orientieren können. Eine Akzentbeleuchtung setzt obendrein Schönes in Szene und sorgt für Atmosphäre. Eine Aufgabenbeleuchtung unterstützt z. B. beim Schminken oder Rasieren.

minova[®]
EXCLUSIV **bad**



6,4m²

Bild · Minova Bad

PASSGENAUE LÖSUNGEN

individuelle Bädergestaltung –
im vereinbarten Zeitrahmen

Weit mehr als zwanzig qualifizierte und speziell ausgebildete Handwerker – davon mehr als zehn Meister – sind seit vielen Jahren für MINOVA BAD und dessen Kunden tätig. Die Profis arbeiten in einem Planungsbüro an passgenauen Lösungen für individuelle Bädergestaltung – kein Bad ist von der Stange und kein Bad ist wie das

andere. Beim Entwurf des perfekten Bades geht es nicht nur um die Optik, sondern auch um den zeitlichen Ablauf der Arbeiten. Daher wird die Planung so abgestimmt, dass alle Gewerke wie in einem Uhrwerk ineinander greifen. So erhält der Kunde sein Ergebnis exakt im zuvor vereinbarten Zeitrahmen.



Bild · Minova Bad

6,7m²

„Kleine Bäder erfordern gute Planung und viel Erfahrung, um den vorhandenen Raum optimal auszunutzen.“

AUS DEM ALLTÄGLICHEN DAS BESONDERE MACHEN

Mit viel Liebe zum Detail

Vorteilhafte Gestaltung und Liebe zum Detail machen auch aus kleinen Bädern etwas Besonderes. Hier liegt eine ganz besondere Stärke von MINOVA BAD. Geht nicht, gibt's nicht! Auch aus dem kleinsten Badezimmer gestaltet MINOVA BAD etwas grundlegend Neues, das man

zuvor nicht für möglich gehalten hat. Oft helfen wenige, aber gekonnte Eingriffe in die Ausgestaltung eines Raumes, um ihn in neuem Glanz mit viel mehr Großzügigkeit erscheinen zu lassen. Lassen Sie sich von den Planungsexperten von MINOVA BAD überzeugen.

ZUVERLÄSSIGKEIT UND PÜNKTLICHKEIT

Höchste Sorgfalt und Präzision

Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit sind das Credo von MINOVA BAD. Denn selbst die beste Planung und optimalste Lösung ist hinfällig, wenn ungenau gearbeitet wird und Termine nicht eingehalten werden.

Von daher ist es für MINOVA BAD von absoluter Bedeutung, alle Arbeiten mit höchster Sorgfalt und Präzision durchzuführen und zeitliche Vereinbarungen mit Kunden zu 100% einzuhalten.

4,7m² Bild · Minova Bad



Schöner und wohnlicher TIPPS FÜR KLEINE BÄDER

- Bei einem kleinen Bad lieber auf die Badewanne verzichten.
- Natürliche Materialien wie Stein und Holz machen ein kleines Bad sinnlich und behaglich.
- Licht lässt ein kleines Bad geräumiger wirken.
- Gutplatzierte Spiegel sind ein guter Trick, um ein kleines Bad optisch zu vergrößern,

Einladung

zur Hausmesse
Samstag, 16. Juni
10:00 bis 15:00 Uhr

Kompletter
Renovierungsservice
für kleine Bäder
von 3 - 8 m²



Besuchen
Sie uns!

Kleine Bäder überraschend anders!



5,1m²



„Ich habe einen ganz einfachen Geschmack. Ich bin stets mit dem Besten zufrieden.“

Oscar Wilde



5,7m²

MINOVA BAD Dipl.-Ing. W. Stallmeier GmbH
Brunnenweg 7 • 64331 Weiterstadt

Tel. 06150 1009-0
www.minova-bad.de

Ausstellung:
Mo.-Fr. 10-12 u. 14-18 Uhr

minova^{oo}
EXCLUSIV bad^{oo}

EIN RAUM, ZWEI PARTNER, VIELE LÖSUNGEN...

Ein perfektes Duo

Es gibt verschiedene Gründe für eine notwendige Badsanierung, wie beispielsweise nach einem Wasserschaden, ein Umbau zum barrierefreien Bad, die Sanitärkeramik, Armaturen und Leitungen sind defekt oder die Optik und Funktionalität entspricht einfach nicht mehr den eigenen Anforderungen und Wünschen. Ganz egal ob nun ein kleines oder ein großes Badezimmer, je nach Anlass und Umfang steht am Anfang immer die Planung. Sie ist das A und O, also das Herzstück, wenn es gut werden soll, und gut werden soll es, dafür sorgen zwei starke Unternehmen und Partner aus Griesheim.

Björn Schweitzer und sein Team von 'Schweitzer Gebäudetechnik' in der Nehringstraße 20 und das Traditionsunternehmen 'Fliesen Karch GmbH' in der Pfützenstraße 73.

Björn Schweitzer hat das Geschäft von der Pike auf gelernt und 2011 in zweiter Generation von seinem Vater übernommen. Die Griesheimer Firma hat sich neben Kraft-Wärme-Kopplungsanlagen, Pellets- und Solaranlagen auch auf Badsanierung spezialisiert. „Wir bieten maßgeschneiderte Komplettlösungen

angepasst auf die individuellen Bedürfnisse und Wünsche unserer Kunden von der Beratung, Planung, Projektbetreuung, Koordination der Fachfirmen bis hin zur Fertigstellung, quasi alles aus einer Hand“, erklärt der Jungunternehmer.

Auch bei 'Fliesen Karch' ist man der Tradition verpflichtet. Thomas Klein und Orlando Medo führen bereits seit Jahren das Griesheimer Traditionsunternehmen 'Fliesen Karch GmbH'. Thomas Klein kennt das Geschäft wie kaum ein anderer, denn er hat in dem genau die-

sem Betrieb seine Ausbildung absolviert. 2004 hat er dann seinen Beruf zu seiner Passion gemacht und das Unternehmen gemeinsam mit Orlando Medo übernommen. Mittlerweile beschäftigt man in dem inhabergeführten Familienunternehmen sieben Mitarbeiter.

Zu Ihrem Leistungsspektrum gehören: Fliesenarbeiten für Bäder, Wohnräume, Terrassen, Treppen, Küchen und Natursteinarbeiten, auch Komplettlösungen sind möglich.

Hohe Qualitätsstandards, Zuverlässigkeit und Präzision sind das absolute Credo der Unternehmer, denn gemeinsam lässt sich Großes schaffen, da sind sich beide Griesheimer Betriebe einig. Beste Voraussetzungen also, dass Ihr Badezimmer ein wahrer Wellnessstempel wird.



KOMPETENZ UND QUALITÄT BEI FLIESEN UND BAD

Thomas Klein und Orlando Medo führen das Griesheimer Traditionsunternehmen Fliesen Karch. Thomas Klein gehört dabei als Urgestein dazu. Er hat in dem Betrieb zunächst gelernt, arbeitete dann im Betrieb und übernahm ihn zusammen mit Orlando Medo im Jahr 2004. Sieben Mitarbeiter beschäftigt das inhabergeführte Familienunternehmen. Schwerpunkte der Kompetenz sind Fliesenarbeiten für Bäder, Wohnräume,

Terrassen, Treppen, Küchen und Natursteinarbeiten. Auch Komplettlösungen sind möglich. Fliesen Karch arbeitet mit sorgfältig ausgewählten Fachbetrieben für Bäder und Küche zusammen. Vorteil: Präzise Abstimmung der unterschiedlichen Handwerke untereinander und ein hoher Qualitätsstandard. Die Mitarbeiter werden regelmäßig durch Werksbesuche bei den Herstellern von Fliesen weitergebildet.



Die neuen und die alten Chefs von Fliesen Karch: Orlando Medo, Josef Karch, Thomas Klein und Johann Karch (v.l.n.r.)



Das Markenzeichen von Fliesen Karch sind Bäder aus einer Hand, zusammen mit anderen ortsansässigen Firmen gestalten Sie den Ablauf Ihres neuen Traumbades für Sie stressfrei.

- Planung
- Wellnessbereiche
- Seniorenbäder
- Fliesen-, Platten- u. Mosaikverlegung
- Bodenbeläge
- Natursteinarbeiten
- Außen- und Innentreppen
- Fensterbänke
- Raumgestaltung
- Balkon- und Terrassensanierung
- Verfügen
- Reparaturen



Fliesen Karch GmbH · Pfützenstraße 73 · 64347 Griesheim
Tel. (06155) 3991 · fliesen-karch@gmx.de · www.fliesen-karch.de

QUALITÄT UND SERVICE RUND UM IHREN SCHLAF

Fachgerechte Beratung bei Kohlpaintners
Betten- und Matratzenwelt



Fotos: ©by röwa / ©Kohlpaintner

GROSS-ZIMMERN. „Mein Schulter-Nackenbereich tut so weh“, „Ich habe schlecht geschlafen“ oder „Ich weiß einfach nicht, wie ich mich richtig hinlegen soll“, sind Sätze, die wir alle kennen und bereits verwendet haben. Im heutigen Matratzenschlingen ist es nicht leicht, die perfekte Matratze für sich zu finden. Man wird erschlagen von Angeboten und Rabatten, vor allem online. Schnelle Entscheidungen, ein Klick und schon bestellt. Ohne Beratung und ohne Probeliegen. Dabei kann es schwere Folgen haben, auf der falschen Matratze zu schlafen. Bei Kohlpaintners passiert das nicht. Dort werden Sie optimal beraten und vor allem wird Ihnen durch Fachwissen geholfen. In dem Familienbetrieb steht guter Service, Qualität und Gesundheit an oberster Stelle. Die Mitarbeiter suchen mit Ihnen nicht nur irgendeine Matratze, sondern die Richtige. Hierbei spielen Vorerkrankungen, Körpergröße und Gewicht eine große Rolle. Durch regelmäßige Schulungen sind die Mitarbeiter der Matratzenwelt in der Lage zu erkennen, ob Sie ergonomisch richtig auf der Matratze liegen. Die individuelle und vor allem zeitintensive Beratung ist Familie Kohlpaintner besonders wichtig. Denn nur wer sich intensiv

mit dem Kunden beschäftigt, findet die optimale Lösung für den Schlaf. Bei der Qualität vertrauen Kohlpaintners auf regionale Hersteller. Diese Matratzen sind alle zu 100% schadstofffrei, sowohl Kern als auch Bezug. Hier kommt deutsche Qualitätsproduktion direkt und traditionell aus der Region. Ist der Matratzentyp ausgesucht, können Sie zwischen verschiedenen Bezugstoffen auswählen. Hierbei werden Körpereigenschaften wie schnelles Schwitzen oder Frieren berücksichtigt. Ist die ergonomisch richtige Matratze gefunden, können Sie zusätzlich Bettgestelle, Bettwäsche und Bettbezüge in der Matratzenwelt erwerben. Betten mit Komforthöhe und ausgefallenem Design gehören ebenfalls ins breitgefächerte Sortiment. Auf Wunsch werden die gekauften Produkte zu Ihnen kostenlos nach Hause geliefert und die Altteile gratis entsorgt. Da Zufriedenheit in dem Familienbetrieb einen hohen Stellenwert einnimmt, gibt es die 100 Tage Zufriedenheitsgarantie und den After-Sale-Service. Denn auch nach dem Kauf steht Ihnen das Team für weitere Fragen oder Beschwerden zur Verfügung. Ziehen Sie nicht erst einen Fachmann zu Rate, wenn es schon zu spät ist. In Bezug auf Gesundheit lohnt es sich immer, präventiv zu handeln. Besuchen Sie die Matratzenwelt und lassen Sie sich fachgerecht beraten – für Ihren Schlaf.

Kohlpaintners
Betten- und Matratzenwelt
Waldstr. 55 | 64846 Groß-Zimmern
Tel. 0 60 71 - 4 28 25
E-Mail: kohlpaintner@gmx.de
www.matratzenwelt.net
Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9.30 - 19 Uhr
Sa. 9.30 - 16 Uhr



www.matratzenwelt.net

Für Ihren Schlaf sind wir hellwach!



Unser Service für Sie:

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



KOHLPAINTNER'S
**Betten-
und
Matratzenwelt**

Waldstraße 55 • Groß-Zimmern

Tel: (0 60 71) 4 28 25 • www.matratzenwelt.net

Offen: Mo.–Fr. 9.30–19 Uhr • Sa. 9.30–16 Uhr

HÖCHSTE QUALITÄT
seit 1967



Stoffe · Dekorationssysteme
Bodenbeläge · Teppiche
Sonnenschutz · Insektenschutz
Polster

Roßdörfer Platz · Darmstadt
Tel: 06151-47 909
www.poetz-raumgestaltung.de



MISCHEN POSSIBLE !

So gelingt ein stilvoller Mustermix bei Wohntextilien

Orientalisches Paisley, romantische Blüten, schottische Karos, maritime Streifen oder Ethno-Kelim-Muster mit ein bisschen Vintage-Flair. Der zeitlose Trend bei der großen Auswahl von Heimtextilien heißt „Jeder, wie er möchte“. Das Schöne daran ist: Man braucht sich nicht unbedingt für einen Stil entscheiden. Es darf gemischt werden. Strikte No-Gos oder Beschränkungen, wie viel und welche Stoff-Melangen für einen perfekten Interieur-Look miteinander kombiniert werden dürfen, gibt es nicht.

Bei der Umsetzung von eigenen textilen Einrichtungsideen, sei es mithilfe von Kissen, Decken, Teppichen, Polstern oder Gardinen sollte man dennoch planvoll und behutsam vorgehen. Denn kunterbuntes Drauflos-Stylen mit allem, was gefällt und was einem zwischen die Finger kommt, ist mit gutem innenarchitektonischen Mustermix nicht gemeint.

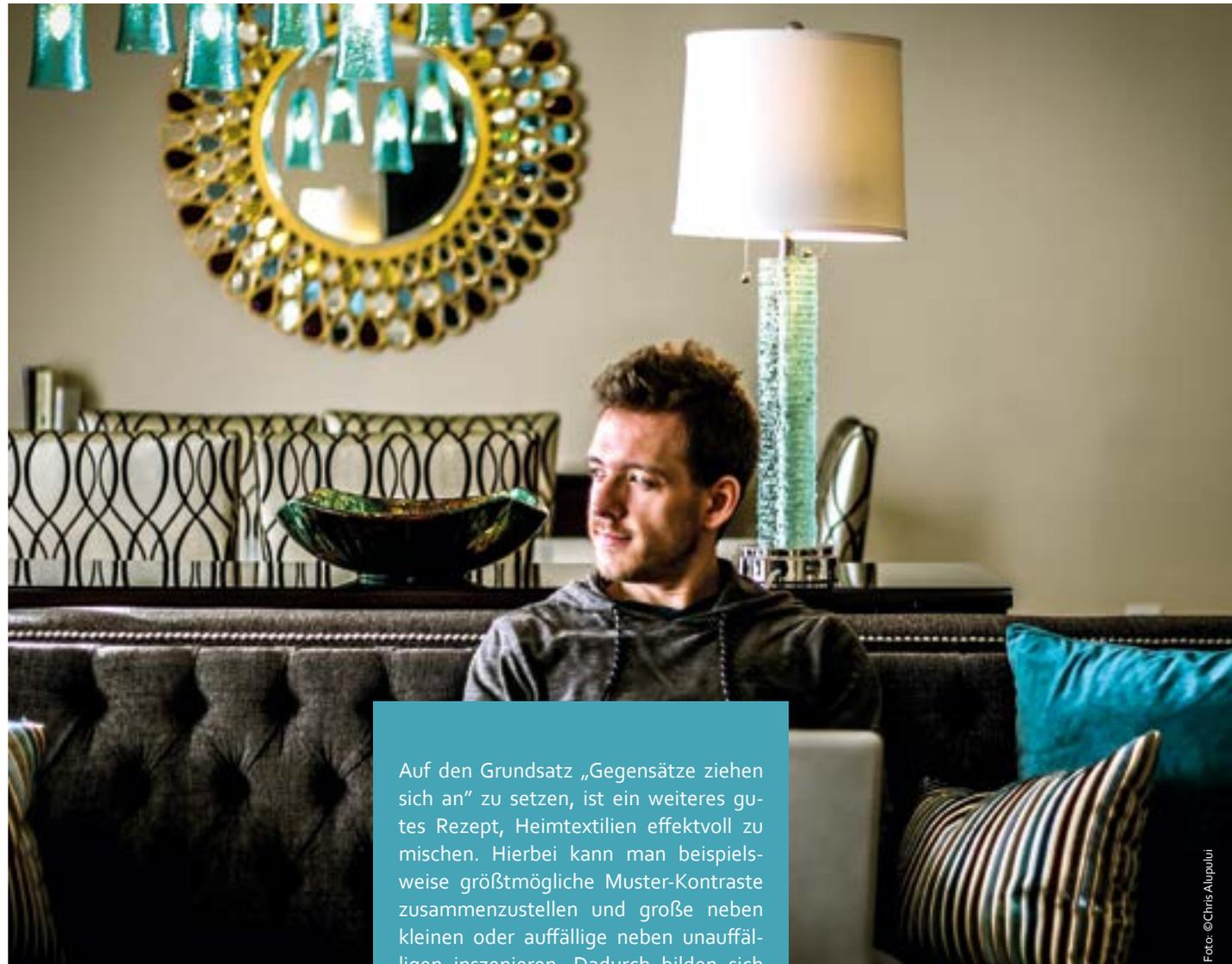
Vielmehr ist es ratsam, beim textilen Einrichten einige Regeln zu beherzigen, damit das Matchen von kontrastreichen Wohnstoffen auch wirklich gelingt. Dabei geht es vor allem darum, trotz unterschiedlichen Muster-Designs eine ausbalancierte optische Linie zu finden, die allen beteiligten Accessoires Wirkung verleiht, aber gleichzeitig auch das zusammengestellte Ensemble harmonisch erscheinen lässt.



Foto: ©Tim Wright

Die wichtigste Grundregel beim Mixen lautet: Immer sollte man nach Gemeinsamkeiten und verbindenden Elementen Ausschau halten. Dabei ist es am praktischsten, sich an einem Key-Piece wie etwa einer Tagesdecke oder Sofa-Polsterung zu orientieren. Ihre Farbgebung und Stofflichkeit geben dann gewissermaßen den Ton vor.

Am einfachsten gestaltet sich die Suche nach passenden Teilen – das kann auf dem Flohmarkt oder im Fachhandel sein – wenn man versucht, bei den anderen textilen Stücken wie etwa bei verschiedenen Kissen, den vorgegebenen Grundton des ‚Haupt-Accessoires‘ oder Abstufungen dieses Grundtons zu wiederholen. Egal welche Muster man dann wählt und zusammenwürfelt, die Mischung funktioniert, weil ein gemeinsamer Nenner vorhanden ist und für ein ausbalanciertes Gesamtbild sorgt. Wer etwas experimentierfreudiger ist, kann schließlich nach diesem Prinzip genauso mehrere Töne miteinander kombinieren. Es gibt dann eben zwei oder drei gemeinsame Akzentfarben.



Auf den Grundsatz „Gegensätze ziehen sich an“ zu setzen, ist ein weiteres gutes Rezept, Heimtextilien effektiv zu mischen. Hierbei kann man beispielsweise größtmögliche Muster-Kontraste zusammensetzen und große neben kleinen oder auffällige neben unauffälligen inszenieren. Dadurch bilden sich bestimmte optische Hierarchien, deren Paarung als Ganzes wieder stimmig wird

Ähnlich kann man auch vorgehen, indem man nicht Farben sondern diverse Muster eines bestimmten Wohnstils, einer Epoche oder Versatzstücke aus der Formsprache der Modewelt zugrunde legt. Der Rahmen ist dann eine bestimmte thematische Welt. So passen beispielsweise zum Landhausstil nicht nur kleine Blümchenmuster, sondern auch klassische Matratzenstreifen und Karomuster, während Batik, Ibiza-Spitze, Paisley oder Ikatstoffe mit ihrem typischen Zickzack sich eher zu einem Hippie- beziehungsweise Ethno-Bild vereinen lassen.

Gelungene textile ‚Misch-Kalkulationen‘ in der Wohnung lassen sich aber genauso mittels einheitlicher Stoffqualitäten erreichen. Dieselbe Haptik bei allen Mix-Komponenten lässt dann konkurrierende Muster, Motive oder Farben zu einer geschmackvollen Kombination verschmelzen. Das kann dann zum Beispiel mit warmem sinnlichen Samt sein oder kühlem sommerlichen Leinen.

Mit ein paar Tricks kann es also gelingen: Das raffinierte Spiel mit den Unterschieden. Gelungene, spannungsreiche Akzente, die die Blicke auf sich ziehen, sollten beim Wohnstyling allerdings nur mit Maß eingesetzt werden und sich harmonisch in das gesamte Ambiente einfügen. Mehr ist hier nicht mehr! Mustermix-Inseln – und das gilt vor allem für kleine Zimmer – brauchen musterlosen Freiraum als neutralen, beruhigenden Gegenpol um sich herum. Nur so können die textilen Eyecatcher überzeugen und laufen nicht Gefahr überladen, gewollt oder kitschig zu wirken.

Nicola Wilbrand-Donzelli





Dr. Ruch | Dr. Failing | Dr. Oehm | Dr. Jennert



RHEIN-MAIN-ZENTRUM FÜR DIAGNOSTIK

DieRadiologen

Eines der modernsten Diagnosezentren Europas

Radiologische Diagnostik | Vorsorgemedizin | Früherkennung | Sportmedizin

- 3Tesla-Ultrahochfeld-Kernspintomografie
- Hochauflösende Multislice-Computertomografie
- CT-Koronarangiografie
- MRT des Herzens
- Digitale Mammografie
- Digitales Röntgen
- Knochendichtemessung
- 3D Ultraschall
- Brustkrebsfrüherkennung
- 3 Tesla MR-Mammografie

Rhein-Main-Zentrum für Diagnostik
DieRadiologen

Gutenbergstraße 23 (neben Loop 5)

64331 Weiterstadt

Fon 06151.78 04-0

Fax 06151.78 04-200

www.dieradiologen-da.de

info@dieradiologen-da.de

Privatsprechstunde: Fon 0 61 51. 78 04-100



GARTEN Lust

Gesundheit | Lust auf Genuss | Wohnkultur



ANWENDUNGEN FÜR AUSSEN AUS KERAMIK

Die Ersten nutzten bereits die langen Wochenenden im Mai, um sich an einem schönen Fleckchen Erde, sei es im eigenen Garten, in der Region oder irgendwo auf der Welt zu erholen.

In der Sommerküche kochen, ganz wie im Süden

Freunde haben eine Gartenlaube auf ihrem Terrain gebaut und dabei neben der Konstruktion aus Holz den Fußboden mit wohnlichen Fliesen und die Küchenzeile mit wunderschön dekorativ bunten Fliesen aus Italien belegen lassen. Dort werden laue Sommerabende bei italienischer Antipasti und einem Aperol Spritz verbracht - fertig ist das italienische Flair in heimischen Gefilden.

Sommerliche Abkühlung

Andere wiederum finden Erfrischung unter einer Gartendusche oder im einem eigenen Pool, Whirlpool oder vielleicht sogar in einem Außenschwimmbad (was in den südlichen Ländern üblicher ist). Wie auch immer, denken Sie auch an den Boden, denn sicher will niemand im schlammigen Gras duschen; wenn dieser nicht ganz gefliest werden soll, können Trittsteine verlegt werden und auch den Weg vom Haus zur Dusche bilden.

Die Duschwände können mit dem Haus harmonisieren, indem z. B. eine mit Naturstein versehene Wand, farblich abgestimmt, die Gartendusche schmückt. Eine geflieste Sitzbank im Duschbe-

reich kann sinnvoll sein, wenn man vom Schwimmen und Sonnenbaden müde ist, ebenso eine Ablage für die Handtücher und das Duschzeug. Die Wasserleitungen können alternativ auch artistisch verkleidet werden, mit Bruchmosaik „à la Gaudi“.

Eine andere Idee wäre: Sie erweitern Ihr Badezimmer nach außen. Glastüren zur Außendusche lassen entsprechendes natürliches Licht durch und erweitern den Wohnraum. Oder aber Sie entscheiden sich für eine Dusche, die - durch beiseite schiebbare Türen- sowohl im Haus als auch im Freien sein kann.

Außerdem gibt es spezielle „Schwimmbadfliesen“ und Rinnen, sollte das Becken des Schwimmbades gefliert werden. Wird ein Edelstahlbecken gewünscht, dann macht es Sinn den Umgang sowie den Duschbereich mit entsprechend rutschhemmenden Fliesen zu versehen, damit Familie und Freunde nicht ausrutschen. Auch die Liegen zum Lesen und Ausruhen können sich auf einem schönen Fliesen- oder Natursteinbelag befinden und somit ein stimmiges Bild zwischen Innen und Außen, Haus und Garten abgeben.

Grillen und Feiern ohne Hemmungen

WM-, Grillparty oder ein anderes Fest steht an: 50 Gäste möchten bewirtet werden und freuen sich auf einen spannenden Abend. Statt dass Ihre Gäste Ihnen den sorgfältig gepflegten Rasen

zertreten, wäre es besser diese würden sich auf einem eigens angelegten Grillplatz einfinden. Sie könnten dort auch eine Cocktailbar errichten oder einen Holzbackofen aus Naturstein gestalten lassen – der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Fliesen, Backstein, Steinplatten, Beton oder Natursteine könnten hier zum Einsatz kommen. Bei der Suche nach der richtigen Steinart sollten Farbe und die Art der Oberfläche begutachtet werden, gerade auch im Hinblick auf Sicherheit und Stabilität. Es gibt sehr ausgefallene und moderne Muster, aber auch sehr traditionelle und mediterrane.

Lieblingssitzplatz im Freien

Natürlich nicht zu vergessen: Balkon, Terrasse und Innenhöfe. Zusätzlich zu den Bodenfliesen kann man sich an einer schönen Trennwand zum Nachbarn, einer gefliesten Sitzzecke, einer plätschernden Natursteinwand oder aber dekorativen Außenkaminwand (evtl. in einer 3D-Optik) erfreuen. Inzwischen bieten einige Fliesenhersteller eine große Auswahl an ansprechenden Dekoren zu ihren Serien an. Auch eine Natursteinanwendung kann sehr wirkungsvoll sein.

Durch fachgerechte Verlegung frostsicherer Fliesen kann man Vorurteilen begegnen, dass Fliesen im Winter reißen und bei Nässe rutschig sind. Sie können harte Winter und große Temperaturschwankungen mühelos überstehen,



wenn diverse Dinge beachtet werden, die der gelernte Fliesenleger kennt. Alternativen zu (Wasch-)Betonplatten bieten heutzutage keramische, 2 cm-starke, Terrassenplatten, die in Splitt oder auf Stelzlager verlegt werden. Diese sind auch in Holz- oder Natursteinoptik erhältlich. Manche Hersteller liefern die passende Terrassenplatte zur Innenraumfliese, so dass man den Eindruck hat, das Wohnzimmer nach außen hin zu verlängern.

Vorteile: Fliesen sind und bleiben pflegeleicht, robust, langlebig, dekorativ und haben aufgrund ihrer Rutschhemmung eine hohe Trittsicherheit.

FADEL_RAUMIDEE GmbH & Co. KG aus der Dieburger Straße 100, Darmstadt zeigt auf den Gartenwelten 2018 in Dieburg entsprechend schöne Exemplare. Als 89-jähriger Fachbetrieb in Familienhand besteht hier entsprechend Erfahrung im Umgang mit den Materialien Fliese und Naturstein. Anja Fadel, Dipl. Ing. (Architektur) der TU Darmstadt liefert die entsprechenden Ideen dazu, denn im Hause Fadel werden Technik und Design kombiniert.

Moderne Architektur in zentraler Ortslage

Seniorengerecht: Das Projekt „City Wohnen Eberstadt“

Mit dem Projekt City Wohnen Eberstadt der Animus GmbH sind in zentraler Ortslage und moderner Architektur 20 Wohnungen sowie zwei Gewerbeeinheiten bzw. Arztpraxen im vorderen Erdgeschoss entstanden – in zwei durch eine gemeinsame Tiefgarage verbundenen Gebäuden. Das Gerüst am Vorderhaus ist nun verschwunden, so dass das Haus richtig sichtbar wird. Die ersten Bewohner ziehen im Mai ein.

Die Wohnungen im rückwärtigen Erdgeschoss verfügen über großzügige Gärten, die zum Entspannen und Ausruhen einladen. Zwei Penthousewohnungen mit Dachterrassen erlauben einen Blick über den Stadtteil ins Grüne. Zwei Wohnetagen bzw.

8 Wohnungen sind barrierefrei mit dem Aufzug direkt von der Tiefgarage aus erreichbar. Deshalb sind die Einheiten von 40 bis 80 qm speziell für seniorengerechtes Wohnen geeignet. Die Wohnungen im Vorderhaus sind teilmöbliert und mit Einbauküche ausgestattet. Insgesamt sind noch wenige Wohnungen frei zum Verkauf. In der Tiefgarage ist ausreichender Parkraum vorhanden. Hier sind optional Ladestationen für Elektro-Mobile bzw. E-Bikes möglich. Durch Straßenbahn- und Bushaltestellen in der Nähe ist das Objekt auch für den ÖPNV gut erschlossen – mit direkter Verbindung in die Darmstädter City. Eberstadt ist ein traditionsreicher Stadtteil Darmstadts mit einem lebendigen Kultur- und Gemeinschaftsleben



sowie engagierten Vereinen. Die Nahversorgung mit Einzelhandel oder Arztpraxen ist gut und vielfältig. In weniger als 10 Fußminuten erreicht man die umgebende Landschaft mit Naturschutzgebiet und Streuobstwiesen.

City Wohnen Eberstadt
Heidelberger Landstraße 214-216
Tel. 06151/300 909 39
www.citywohnen-eberstadt.de

Besichtigung nach
telefonischer Vereinbarung:
06151 30 09 09 39



EIN FLORALES FEST FÜR DIE GANZE FAMILIE

„Gartenwelten“ am 16. und 17. Juni 2018
im Schlossgarten Dieburg

Wer weiß schon, dass Salbei nicht gleich Salbei ist oder dass es zigtausende verschiedene Rosensorten gibt. Das und vieles mehr rund um Blumen, Kräuter, Pflanzen, Haus und Garten können interessierte Gäste mit der Passion für Botanisches am 16. und 17. Juni bei den „Gartenwelten“ von „Cottage Garden Events“ in Dieburg erfahren. Der wunderschöne historische Schlosspark bietet für dieses florale Ereignis die perfekte Kulisse.

Aussteller aus ganz Deutschland zeigen während des zweitägigen Gartenfestes eine Vielzahl an außergewöhnlichen Pflanzen und zauberhafter Floristik, originellen Gartenaccessoires und exklusiven Gartenmöbeln. Aber auch ausgefallene Stoffe und Wohnaccessoires sowie Schmuck und Hüte runden die

Angebotspalette ab. Und für diejenigen, die ihre gärtnerischen Horizonte erweitern und ihren grünen Daumen trainieren möchten, geben Fachleute gute Tipps und Ratschläge für die Gestaltung und Pflege des heimischen Paradieses.

Doch damit nicht genug: Neben Blühendem und Grünem, kunsthandwerklichen Accessoires und anspruchsvoll designter Outdoor-Einrichtung erwartet die Besucher bei „Gartenwelten“ auch ein buntes Rahmenprogramm mit delikaten Gaumenfreuden, musikalischen Leckereien und einem vielseitigem Kinderprogramm. So kann der 20. und 21. des Wonnemonats Mai in Dieburg zu einem Erlebnis für die ganze Familie werden – ein Event also für große und kleine Gartenfreunde.

www.gartenwelten.org



**Cottage
Garden Events**

Veranstalter: Ulrich Diehl Verlag und Medienservice GmbH,
Marktplatz 3, 64283 Darmstadt, Tel. 06151-3929866 oder
gartenwelten@udvm.de

Jetzt schon vormerken!

www.gartenwelten.org

**Garten
welten**

**16. + 17. Juni 2018
Dieburg Im Schlossgarten**

Fliesen und mehr...



„In unseren Räumen
finden Sie Inspiration“



AMBIENTE
BERATUNG
SORTIMENT
PREIS/LEISTUNG
HANDWERK
INNENARCHITEKTUR

fadel

Dieburger Str. 100, 64287 Darmstadt
Telefon 06151 6691034
info@fadel-raumidee.de
www.fadel-raumidee.de
www.facebook.com/fadel.raumidee

FADEL_RAUMIDEE

Jetzt schon vormerken!

www.gartenwelten.org
Gartenwelten

16. + 17. Juni 2018
Dieburg Im Schlossgarten



Foto: ©Claus Volker



**SO GÜNSTIG
KOMMEN WIR
NICHT MEHR
ZUSAMMEN.**



Aktionspreis gültig bis 30.06.2018

Der ASX

BASIS 1.6 Benziner
86 kW (117 PS) 5-Gang

Statt ~~19.490,-~~ EUR¹

nur

14.990,- EUR²

Klimaautomatik
Audiosystem

5 Jahre
Garantie*

* 5 Jahre Herstellergarantie bis 100.000 km, Details unter www.mitsubishi-motors.de/garantie

Messverfahren VO (EG) 715/2007 ASX
BASIS 1.6 Benziner 86 kW (117 PS) 5-Gang
Kraftstoffverbrauch (l/100 km) innerorts 6,9;
außerorts 4,9; kombiniert 5,7. CO₂-Emission
kombiniert 131 g/km. Effizienzklasse C.

1 | Unverbindliche Preisempfehlung der MMD Automobile GmbH, Mielestraße 2, 61169 Friedberg, ab Importlager, zzgl. Überführungskosten, Metallic- und Perleffektlackierung gegen Aufpreis.

2 | Hauspreis



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

Besuchen Sie uns in Dieburg
auf den Gartenwelten.
Wir erwarten Sie mit unseren neusten
Modellen – lassen Sie sich überraschen.
kommen – sehen – staunen

KS-ZWEIRADSTORE

IHR PARTNER RUND UM DAS
E-BIKE | ROLLER | MOTORRAD

Beim Thema Zweirad sind Sie bei uns gut aufgehoben.
Angefangen bei Reparatur, über Ersatzteilversorgung
und Verkauf.

Besuchen Sie uns doch in einer unserer Filialen.
Wir freuen uns auf Sie!

STORE GROSS-UMSTADT

KS-Zweiradstore
Warthweg 12
64823 Groß-Umstadt

Tel: 06078/7824670

STORE HÖCHST

KS-Zweiradstore
Aschaffburger Str. 49
64739 Höchst im Odenwald

Tel: 06163/9357619



KREIDLER

Bild kann vom Original abweichen

Kreidler Eco 6 Edition

~~UVP 2899,-~~

2699,-

erhältlich mit
Shimano 8 Gang Nexus
Shimano 10 Gang XT Schaltung



LIONS CLUB
DARMSTADT-CASTRUM



LIONS CLUB
DARMSTADT-LOUISE BÜCHNER

**18. BENEFIZ
GOLFTURNIER**

im Golf Sport Park Groß-Zimmern

23. JUNI 2018

Jetzt anmelden und
„Spielend helfen“

Infos und Anmeldung unter:
www.lions-golfturnier.de



PERFEKTES GRÜN – UND DER GÄRTNER MACHT BLAU

VIKING iMow Roboter mäher für kleine Rasen

Mähen oder mähen lassen – das ist eigentlich keine Frage mehr. Denn die beiden neuen iMow Roboter mäher MI 422 und MI 422 P von VIKING übernehmen die Mäharbeit sauber, leise und zuverlässig auch in kleinen und mittleren Gärten bis rund 1.000m². Dank einfacher Bedienung und ausgeklügelter Technik können Hobby-Gärtner die FüÙe hochlegen – und das perfekt gemähte Grün genießen.

Gute Nachrichten für die Besitzer von kleinen und mittleren Gärten, wie sie bei Einfamilien- und Reihenhäusern üblich sind: VIKING schickt mit den beiden neuen iMow Roboter mähern der Serie 4 zwei Spezialisten ins Rennen. Der MI 422 ist optimal für Rasenflächen bis 500 Quad-

ratmeter, der MI 422 P bewältigt bis 1.000 Quadratmeter. Beide Modelle sind einfach in der Bedienung, pflegen den Rasen perfekt und vergleichsweise schnell und verfügen über umfangreiche Schutzfunktionen. Die neuen MI 422 und auch die großen Brüder MI 632 gibt es ab sofort bei der Firma Seippel Landmaschinen GmbH in Groß-Umstadt. Dort können Sie auch einen Mäher in Aktion erleben. Außerdem wird der Mäher bei dem Dieburger Gartenfest seine Runden drehen.

Einfache Bedienung, wenig Aufwand

Bei der Konstruktion der neuen Roboter mäher stand für VIKING einmal mehr die Nutzerfreundlichkeit im Vordergrund. Technische Vorkenntnisse sind für den Betrieb des Geräts und die Mähplanprogrammierung so gut wie nicht erforderlich: Eine gut verständliche Software erleichtert die Bedienung und schlägt bereits einen optimierten Mähplan vor.

Ist der iMow Roboter mäher einmal eingestellt, mäht zu den festgelegten Zeiten völlig selbsttätig und befreit sich mittels



Am 16.+17.6.17
10% Rabatt
ausgen. Sonderartikel, Rabattkombinationen sind nicht möglich

Sa, 16. Juni · 14-18 Uhr
Kellerführung mit Fassweinprobe, ab 19 Uhr Weinfest mit Jigger Jam

So, 17. Juni · 11-18 Uhr
Kellerführung mit Fassweinprobe, 11-15 Uhr Frühschoppen mit Musik

vinum autmundis · Riegelgartenweg 1 · Groß-Umstadt
(06078) 2349 · www.vinum-autmundis.de

spezieller Reinigungsscheibe selbst von anhaftendem feinen Grasschnitt.

Einmal Schneiden und Mulchen bitte

Der iMow Roboter mäher ist ein „Mulcher“: Das bedeutet, der wenige Millimeter feine Rasenschnitt, der beim täglichen Mähen entsteht, fällt auf die

Grasnarbe und stärkt als natürlicher Dünger einen dichten und kräftigen Wuchs. Am besten kommen Sie zur persönlichen Beratung zum Stihl-Dienst und Viking-Premiumpartner Seippel Landmaschinen nach Groß-Umstadt. Dort kümmert man sich seit über 100 Jahren um Landwirtschaft, Garten- und Grundstückspflege.



SEIPPEL
LANDMASCHINEN GMBH

Besuchen Sie uns
auf der Gartenmesse
in Dieburg am
16.+ 17. Juni 2018.

QMF[®]
Qualifizierter Motorgeräte-Fachhandel

BERATUNG



VERKAUF



SERVICE

Direkt an der B45.

Motorgeräte vom Fachmann!

Erleben Sie Stihl und Viking Gartengeräte auf den Gartenwelten in Dieburg oder das ganze Jahr über in unserem Fachgeschäft in Groß-Umstadt. Egal ob Benzin, Akku oder Elektro, wir bieten auch für Sie das richtige Antriebskonzept. Und damit Sie nicht die Katze im Sack kaufen, können Sie vorher fast alle Geräte testen oder mieten. Fachgerechte Beratung, betriebsbereite Übergabe, Lieferservice, Reparaturservice, gute Preise, Finanzierung und noch viel mehr gibt es bei Ihrem MotorgeräteFachhändler.



64823 Groß-Umstadt  Warthweg 8-10  fon 06078/93 25 - 0  fax 06078/93 25 - 21
 www.facebook.com/Seippel.Landmaschinen

www.seippel-landmaschinen.de
www.seippel-motorgeraete.de

*Ein Pavillon ist einfach immer
Blickfang im heimischen Garten
Foto: Garten & Design/spp*

OUTDOOR-FEELING GENIESSEN

Gemeinsam feiern
zur Fußball-WM



Die Deutschen sind Grill-Fans. Dabei geht es vielen längst nicht mehr nur um die reine Zubereitung von Fleisch und Co. auf dem Rost, sondern auch um das sogenannte Outdoor Living: draußen sein, Spaß haben, schlemmen und genießen in geselliger Runde.

Sobald die Außentemperaturen es zulassen ist es höchste Zeit für Outdoor-Wohnzimmerverlängerung. Getränke werden gekühlt – das Essen samt Grillgut vorbereitet und es geht hinaus in den Garten. Und wie vor vier Jahren steigen zur WM-Zeit wieder viele Gartenpartys. Hier wird dann mit Leidenschaft gebrutzelt, doch vorbei sind die Zeiten, als nur Würstchen und Nackensteaks auf dem Grill landeten

— der Trend geht vielmehr zu Abwechslung und echtem Genuss. Die Auswahl an Zubehör dafür ist inzwischen groß. Besonders beliebt sind beispielsweise die sogenannten Feuertöpfe. Dabei handelt es sich um gusseiserne Töpfe mit Deckel, die auf den Grill gestellt werden können oder einfach direkt in die Glut eines Lagerfeuers.



*Der „Troll“ ermöglicht Braten, Grillen,
Räuchern und sogar Wärme am Abend.
Foto: Leda Werk/akz-o*



Steinharter Auftritt –

kurvenreich oder geradlinig,
aber immer einfühlbar.

Unser **Kurven-Thomas** und sein Team liefern, was Ihren Garten trittsicher macht: Fachgerechte Pflaster- und Verlegearbeiten für Wege, Terrassen, Einfahrten, Treppen – so hart und belastbar wie unsere Jungs. Aus Beton und Naturstein entsteht Bleibendes – durch die Ästhetik des Könnens.

Baumann
Gärten & Freiräume
Tel. 06155.7 82 42



Gusseiserne Feuerstellen überzeugen mit hohem Gewicht und langer Lebensdauer.
Foto: Leda Werk/akz-o

Was spricht also dagegen, die diesjährige WM und die Erfolge der heimischen Mannschaft in einem Garten-Pavillon zu feiern. Ob geschlossen mit edler Ornamentverglasung oder offen, ob edel filigran oder etwas robuster gestaltet – ein Pavillon ist einfach immer Blickfang und gleichzeitig einladende Ruhe-Oase im heimischen Garten. Mitten im Grünen lässt sich hier herrlich entspannen und Siege feiern. (akz)

Wenn es nach Sonnenuntergang merklich kühler wird im Garten spenden die Feuertöpfe außerdem wohltuende Wärme. Dank variabler Bodenplatten eignen sie sich die sowohl für den Betrieb mit Scheitholz als auch handelsüblicher Holzkohle. Rund ums Feuer finden sich die Fußballfans auch am späten Abend ein und genießen das warme Spiel des Feuers und das stimmungsvolle Licht. Mit Feuertöpfen lassen sich auch kulinarische Leckereien zaubern. Warum nicht mal gemeinsam Marshmallows und Stockbrot rösten?



Metz

Stadionatmosphäre zu Hause erleben.

Sichern Sie sich jetzt Ihren WM-Rabatt für den Micos „Made in Germany“:

| | | |
|-----------|-----------|-----------|
| Micos 43" | Micos 49" | Micos 55" |
| 100€ | 200€ | 300€ |

Made in Germany

Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrem Fachhändler oder auf www.metz-ce.de

Gültig für die Modelle Metz Micos 43/49/55 TX68 UHD twin
Vom 2. Mai bis 14. Juli 2018 – beim teilnehmenden Fachhändler & nur solange der Vorrat reicht.

Fernseh Simandl Bismarckstraße 65-67
www.fernseh-simandl.de 64293 Darmstadt
Tel. 0 61 51 / 666 777

Anzeige

Alles für einen relaxten Sommer!



www.menger.design

farbenkrauth
MEHR ALS NUR BAUMARKT

Für Sie in Darmstadt-Bessungen, Heidelberger Str. 195, Tel: DA/96 89 0, www.farbenkrauth.de

Tipp der Woche:

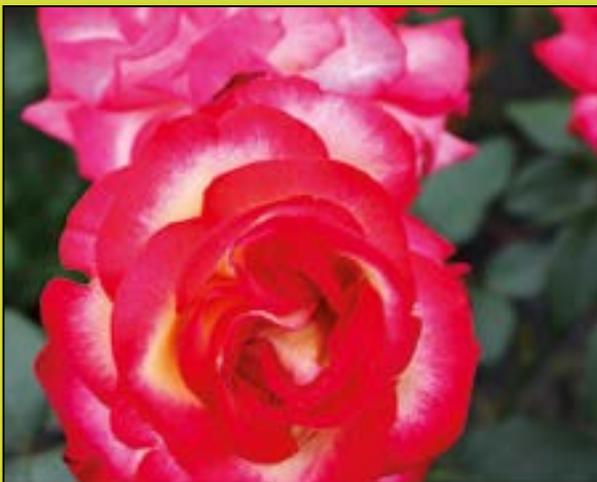
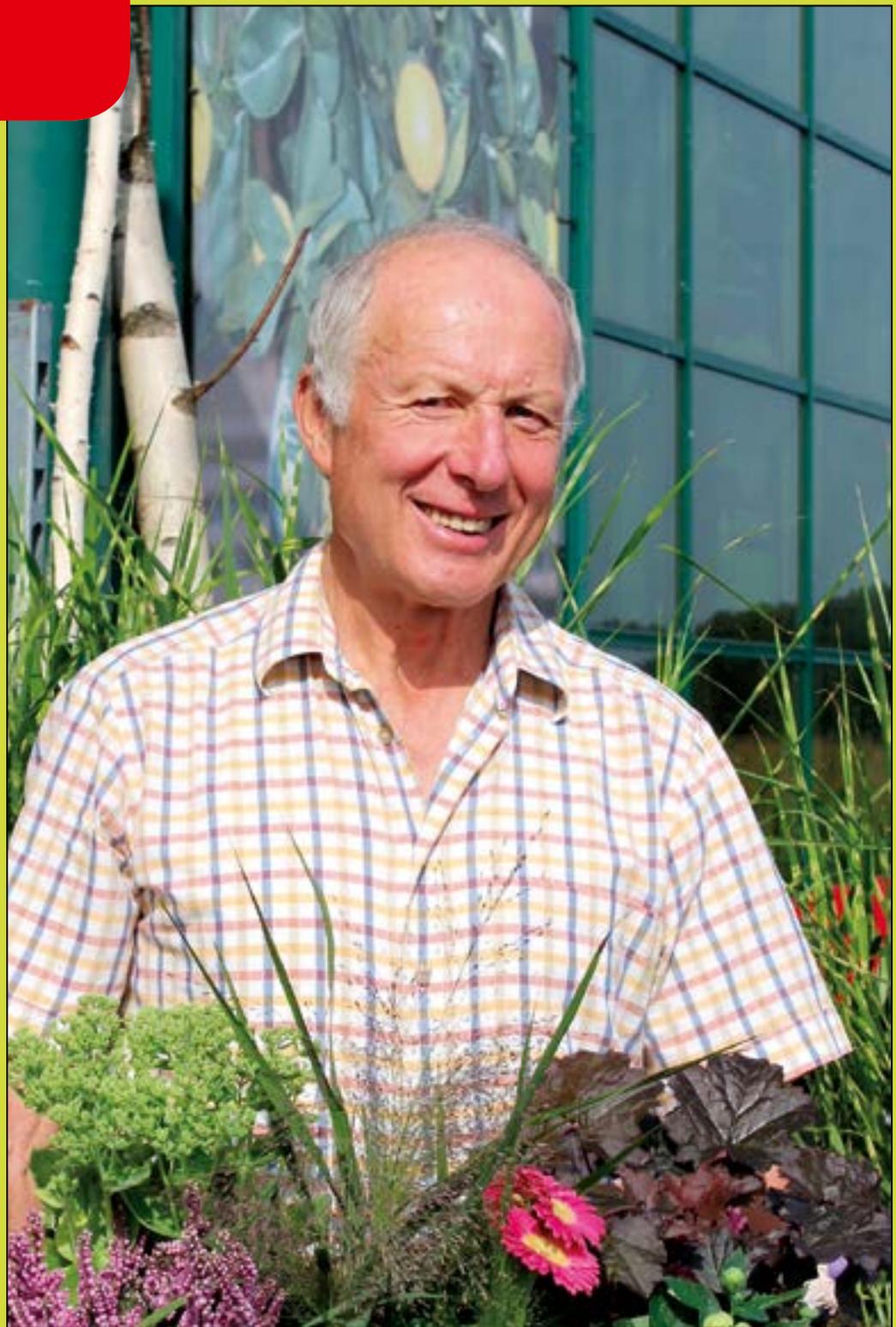
Zum 1. Juli übergebe ich die Gärtnerei Roßdorf an die nächste Generation.

Natürlich wollen meine Söhne einiges verändern.

Deshalb sind jetzt Bäume, Sträucher, Stauden, Rosen oder auch Gartenkeramik und Pflanzgefäße zum Schnäppchenpreis erhältlich.

Natürlich wie gewohnt in bester Qualität.

Lassen Sie sich begeistern und sparen Sie dabei.



Jetzt **20%** auf alle Rosen



Schmetterlingsflieder
ab **7,99€** abzgl. **20%**



Löwer

Roßdorf

.....einfach gut

Roßdorf

Dieburger Str. 62 (direkt an der B 38)
Telefon (0 61 54) 6 94 09-0

Mo. – Fr. 8.30 Uhr – 18.30 Uhr
Sa. 8.30 Uhr – 18.00 Uhr

www.gaertnerei-loewer.de

XXL-Tomaten
ca. 80cm

jetzt nur **4,99 €**