

FORMAT

SÜDHESSENS SCHÖNSTE SEITEN



WOHN(T)RÄUME Lieber wohnen, als nur träumen

MEDITERRAN Vorgeschmack auf den Urlaub FARBENFROH
Garten ganz bunt

Lebenskunst



Www.apitz-art.de

MEDITERRAN

Vorgeschmack: Der Süden zuhause 5
Summer-Vibes: Prosecco-Festival 6
Palmengarten: Sommer, Kunst & Blütenpracht 8
Lecker: Mediterranes fürs leibliche Wohl 10

WOHN(T)RÄUME

Bad: Schlichte Eleganz
Küche: Neue Farben in Pastell
Schlafen: Ruhe und Natürlichkeit
Wohnen: Ästhetik und Gemütlichkeit
18

FARBENFROH

Outdoor: Garten ganz bunt 22

KULTUR & MEHR

Südhessen: Der Sommer kann kommen 26

KREUZ & QUER Die Denksport- & Rätselseiten

Die Denksport- & Rätselseiten 32

Vorschau 34

Impressum 34











Der Sparren eines Steckenpferdes

ist das **Salz** des Lebens.

Jules & Edmond de Goncourt (Jules: 1830 - 1870, Edmond: 1822 - 1896)



Jetzt liegt alles am Sommer. Nach diesem Regenfrühling muss es doch endlich besser werden, sonst hilft nur die Flucht in sonnigere Gefilde. Der Urlaub lässt grüßen! Von klimabedingter Temperaturerhöhung jedenfalls war in den vergangenen Monaten nichts zu spüren. Schade eigentlich!

Nun liegt also alle Hoffnung auf dem Sommer. Oder darauf, sich auch bei Schmuddelwetter sinnvoll beschäftigen zu können. Überhaupt bin ich zu der Überzeugung gelangt, dass Menschen mit einem Hobby auf lange Sicht glücklicher sind, erfüllter. Das Schöne an einem Hobby, gleich welcher Art, ist, dass es dem Geist und meist auch dem Körper Beschäftigung bietet und die notwendige Auslastung. In Zeiten, in denen das Leben von Beruf und Kindern ausgefüllt ist, lässt sich solch ein Hobby quasi auf Sparflamme weiterbetreiben, um dann, wenn die Freizeit mehr wird, all die entstehenden Leerräume auszufüllen. So ein Hobby hat noch ganz andere Vorteile: Man lernt Gleichgesinnte kennen, wenn man mag, man hat also immer ein Thema für Gespräche, und wenn einem langweilig ist, gibt es sofort eine Beschäftigung.

Also: Wer noch ohne Hobby ist, sollte sich eines suchen - und allen anderen gratuliere ich, dass sie schon einen Zeitvertreib haben. Zuerst aber gilt natürlich:

Wie immer wünsche ich Ihnen viel Spaß mit Ihrem A4 FORMAT!

Ihr Andreas Giese Herausgeber



Mediterran...

Vorgeschmack auf den Urlaub!

Natur

schaf-

ladende

Mediterranes Flair, sommerliche Leichtigkeit und eine gemütliche Atmosphäre – diese Elemente zaubern ein unvergessliches Erlebnis in Ihrem Zuhause. Stellen Sie sich vor, an einem warmen Sommerabend im Garten zu sitzen, umgeben von leuchtenden Farben und dem verlockenden Duft köstlicher Speisen.

südländische Lebens-Das gefühl lässt sich durch eine geschickte Kombination von Speisen und Dekoration leicht ins eigene Heim holen. Beginnen wir mit der Auswahl für die Küche: Frische, saisonale Zutaten sind das Herz der mediterranen Küche. Ein bunt gemischter Salat mit saftigen Tomaten, knackigen Gurken und aromatischen Oliven, dazu ein knuspriges Baguette und ein Hauch von hochwertigem Olivenöl – schon wird das Essen zum Genuss. Gegrilltes Gemüse, zarter Fisch und würzige Antipasti runden das Menü ab und entführen die Sinne in südlichen Gefilde.

Die passende Dekoration unterstreicht das sommerliche Ambiente. Tische, geschmückt mit rustikalen Keramikschalen und handgefertigten Terrakotta-Vasen, sorgen für einen authentischen Look. Verwenden Sie natürliche Materialien wie Leinen für die Tischdecken und Servietten, um die Gemütlichkeit zu betonen. Dekorative Akzente setzen Sie mit mediterranen Farben: Sonniges Gelb, warmes Terrakotta, tiefes Blau und leuchtendes Grün spiegeln das

ndes Grün spie-Farbspiel der wider und fen eine ein-Atmosphäre. Ein besonderes Highlight sind frische Kräuter wie Basilikum, Thymian und Rosmarin, die nicht nur wunderbar duften, sondern auch optisch Akzente setzen. Arrangieren Sie diese in kleinen Töpfen auf dem Tisch, und lassen Sie Ihre Gäste den Duft genießen.

Mit diesen Tipps wird Ihr sommerliches Dinner zu einem unvergesslichen Erlebnis, das den südländischen Lebensstil in seiner ganzen Schönheit widerspiegelt. Genießen Sie die Leichtigkeit und die Geselligkeit eines mediterranen Abends – Buon Appetito! ase





Summer-Vibes



Der Sommer wird prickelnd

Unter dem Motto "Prosecco Summer Vibes – Zusammenkommen und den Sommer genießen" veranstaltet der Zusammenschluss aller Produzenten des italienischen Schaumweins Prosecco DOC eine deutschlandweite Eventreihe. Vom individuellen Tasting im ausgewählten Fachhandel über Supper Clubs bis hin zu Prosecco-Picknicks mit über 100 Gästen – die konzertierten Aktionen sollen das italienische Lebensgefühl nach Deutschland bringen und dabei auf Herkunft und Qualität des in Deutschland und weltweit beliebtesten Schäumers aufmerksam zu machen.

Begleitet wird die Aktion von einem online erhältlichen Verkostungspaket und einer Website, auf der alle Veranstaltungen kompakt zusammengefasst sind: www.prosecco-news.wine/summervibes. Dort finden Interessierte das passende Event in ihrer Nähe und viele weitere spannende Informationen rund um den prickelnden Schaumwein aus dem Nordosten Italiens. *red*

Sehnsuchtsorte mit familiärem Freiraum

Im Urlaub wollen wir vor allem eines: zur Ruhe kommen und unseren privaten Freiraum genießen, ohne dabei auf eine exklusive Atmosphäre und wohlverdiente Annehmlichkeiten zu verzichten. Was läge also näher, als die langersehnte Auszeit einfach in einem familiengeführten Feriendomizil zu verbringen? Im Land der 1.000 Inseln findet sich mit der Adriaperle Kroatien eine facettenreiche Urlaubsdestination, die als eine der sonnenreichsten Regionen Europas einen echten Sehnsuchtsort verkörpert. Deutschlands Spezialist für Kroatien-Reisen I.D. Riva Tours hat eine erlesene Auswahl aus über 150 gemütlichen Ferienhäusern und Ferienwohnungen im Repertoire, die hinsichtlich Lage, Ausstattung, Service Preis-Leistungs-Verhältnis und auf ganzer Linie zu überzeugen wissen, egal ob entlang der Kvarner Bucht, im idyllischen Dalmatien, im grünen Istrien oder an den Plitvicer Seen, einem der schönsten Nationalparks Europas. Von der romantischen Auszeit zu zweit über den Kurztrip mit Freunden bis zum Urlaub mit der ganzen Familie stehen verschiedene Unterkünfte zur Auswahl. Infos: www.idriva.de epr

Tipp

Auch vierbeinige Familienmitglieder dürfen sich auf sonnige Urlaubsaussichten freuen, denn Hunde sind in vielen Ferienunterkünften gerngesehene Gäste und genießen nach ausgedehnten Streifzügen durch die malerische Natur an ausgewiesenen Hunde- und Wildstränden gemeinsam mit Herrchen und Frauchen ihre wohlverdiente Abkühlung. Gut zu wissen: Die Nebenkosten für Strom, Gas und Wasser sind bei allen Unterkünften im Preis bereits enthalten, ebenso wie Bettwäsche, Handtücher, Kurtaxe, Klimaanlagennutzung (sofern vorhanden) und Endreinigung.



⊕ Prosecco DOC; ⊕ epr/l. D. Riva Tours

WWW.a4-format.d



Sommer Ĺ

Vielfältige Flora und einzig

Ob im Schatten der Bäume auf der Liegewiese, bei einem der vielen Konzerte im Musikpavillon oder zwischen den herrlichen Blüten des Rosengartens - nirgends lässt sich der Sommer schöner verbringen als im Palmengarten. Wer Frankfurts grüne Oase noch besser kennenlernen will, kann sich einer der regelmäßig am Wochenende stattfindenden öffentlichen Führungen anschließen. Immer donnerstagabends stehen darüber hinaus spannende Themenführungen auf dem Programm für alle, die den Garten und seine Pflanzenvielfalt entspannt nach Feierabend entdecken wollen.

Ab Mitte Juli erwartet die Besucher ein besonderes Highlight: In der Kunstausstellung "Verspielt? Roulette mit der Insekten- und Pflanzenwelt" widmen sich 30 Künstler und Künstlerinnen







M Palmengarten artige Kunst

dem Zusammenspiel von Blüten und Bestäubern und beleuchten unsere Abhängigkeit von den Netzwerken der Natur. Entlang einer Kunstroute durch die Schauhäuser und das Freiland stoßen Besucher auf Metallskulpturen, Videoanimationen, Klangkunst, Fotografie, Malerei und andere Medien. Die Kunstwerke zelebrieren die Schönheit von Insekten und Pflanzen und zeigen, was auf dem Spiel steht, wenn das Artensterben ungebremst voranschreiten sollte.

Über den gesamten Sommer hinweg wird es auch immer wieder Gelegenheit geben, sich selbst kreativ mit dem Thema der Ausstellung zu beschäftigen, zum Beispiel bei Schreib- oder Malworkshops. Führungen, Artist talks und weitere Veranstaltungen ergänzen das Programm.















Gratinierter grüner Spargel

Zutaten: 2 Bund grüne Spargel · 3-4 Zitronen · 150 g Parmesan frisch gerieben · 2 EL Olivenöl · Salz, Pfeffer

Zubereitung: Backofen auf 200° Ober-/Unterhitze vorheizen. Pfanne mit dem Olivenöl erhitzen. Spargel in die heiße Pfanne legen und alle 2-3 Minuten wenden, bis er von allen Seiten etwas angebräunt ist. Zwischendurch den Spargel immer wieder mit Zitronensaft beträufeln, geriebenen Parmesan hinzugeben. Salzen und etwas Pfeffer zugeben. Spargel nach ca. 15 Minuten aus der Pfanne nehmen und in eine Auflaufform geben, nochmals mit Parmesan bestreuen, Zitronensaft hinzugeben. Mit 3-4 in Scheiben geschnittene Zitronenscheiben garnieren. Für ca. 10 Minuten in den Backofen geben, bis der Käse goldbraun und knusprig ist, dann servieren.







Röstpfirsich mit Caprese-Salat

Zutaten: 8 kleine Pfirsiche, geviertelt · extra natives Olivenöl · Meersalz, schwarzer Pfeffer · 4 große Tomaten (unterschiedliche Sorten) · 2 Mozzarella-Kugeln · frische Basilikumblätter · weißer Balsamico

Zubereitung: Backofen auf 200 °C (Umluft 180 °C) vorheizen. Die Pfirsichviertel in eine Auflaufform von Le Creuset (26 cm) geben, mit Olivenöl beträufeln. Mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen. Auf der obersten Schiene im Backofen 20 Minuten lang rösten. Abkühlen lassen. Tomaten in Scheiben schneiden auf einer Servierplatte anrichten. Geröstete Pfirsiche darüber verteilen. Mozzarella in Stücke reißen, darauf verteilen und mit den Basilikumblättern garnieren. Mit Olivenöl und weißem Balsamico-Essig beträufeln.







Gesunde Gemeinsamkeit

Die gesunde südländische Küche zeichnet sich durch eine reichhaltige Verwendung von frischem Gemüse, Obst, Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Nüssen und Olivenöl aus. Fisch und Meeresfrüchte sind ebenfalls zentrale Bestandteile, während rotes Fleisch selten konsumiert wird. Kräuter und Gewürze verleihen den Gerichten Geschmack und reduzieren den Bedarf an Salz. Diese Ernährungsweise fördert Herzgesundheit, senkt das Risiko chronischer Krankheiten und unterstützt ein gesundes Gewicht.

Typische Gerichte sind Salate mit Olivenöl-Dressing, gegrillter Fisch, Gemüse-Eintöpfe und Vollkornbrot. Zudem gehört der moderate Konsum von Rotwein häufig dazu. Die mediterrane Diät kombiniert Genuss mit Gesundheitsvorteilen und betont frische, natürliche Zutaten. Diese Ernährung wird oft mit einem aktiven Lebensstil und sozialen Mahlzeiten in Verbindung gebracht, was zusätzlich zu einem allgemeinen Wohlbefinden beiträgt. Die südländische Küche ist nicht nur eine Ernährungsweise, sondern ein Lebensstil, der auf Balance, Vielfalt und Genuss setzt. ase





Wohn(t)räume Lieber wohnen, als nur träumen



Neuinterpretation eines Klassikers

Die Designsprache bestimmter Möbel verrät nicht nur ihren gestalterischen Ursprung, sondern hält den Spirit einer ganzen Ära lebendig. So auch die ikonische Bad-Kollektion "Hommage" von Villeroy & Boch, die in die Metropolen Anfang des 20. Jahrhunderts entführt. Hier, wo sich das Image des Badezimmers erstmals weg von der reinen Nasszelle und hin zum eleganten Lifestyle-Ort transformierte, trafen opulente Formen auf hochwertige Materialien. Nun nimmt das Traditionsunternehmen sein 275. Firmenjubiläum zum Anlass, seinen Bad-Designklassiker neu zu interpretieren: "Hommage an Hommage" verkörpert den luxuriösen Stil der frühen 1900er Jahre, kleidet sich aber in der modernen Keramikfarbe Pure Black! So setzt der komplett in Mattschwarz gehaltene Säulenwaschtisch dank markanter Linienführung und historischem Stufendesign edle Akzente. Eine freistehende Badewanne mit eleganten Echtholzfüßen ist auf Wunsch ebenfalls in Schwarz verfügbar. Vervollständigt wird das Gesamtbild neben passenden WCs und weiteren Waschbecken durch nostalgische Gründerzeitmöbel. Mehr zur Kollektion "Hommage an Hommage" sowie zum 275. Geburtstag von Villeroy & Boch unter www.villeroy-boch.com. epr

© epr/Villeroy & Boch; © Axor/Hansgrohe SE/akz-o



Die Geschmäcker sind bekanntlich verschieden. So auch, wenn es um die Badezimmereinrichtung geht. Dieser Rückzugsort erhält erst dann eine Wohlfühlatmosphäre, wenn er auf den individuellen Geschmack seiner Benutzer abgestimmt ist. Durch eine Vielzahl an Materialien – von Holz über Glas bis hin zu Marmor - kann ein klares Designstatement kreiert werden, das sich in jedes Interieur einfügt. Selbst das Erscheinungsbild von technisch raffinierten Thermostaten lässt sich individuell anpassen, um dem Badezimmer eine ästhetische und ganz persönliche Note zu verleihen. akz-o

Variationsreichtrum

Eine enorme Variantenvielfalt bietet beispielsweise das Thermostat Shower Select ID der Designmarke Axor aus dem Haus Hansgrohe. Aus hochwertigem Metall gefertigt ist es in drei unterschiedlichen Formensprachen - eckig, rund und softsquare - sowie(in sämtlichen exklusiven FinishPlus Oberflächen der Marke erhältlich. Von "Polished Gold Optic" bis "Brushed Black Chrome", sind die zahlreichen exklusiven Varianten allesamt brillante Oberflächen.





So geht Zukunft

Wer ein Haus baut, kommt an der aktuellen Diskussion über zukunftsfähige Heizsysteme nicht vorbei. Bestärkt wird die Thematik durch politische Vorgaben, dass Heizanlagen im Neubau ab 2024 zu 65 % mit erneuerbaren Energien betrieben werden müssen. Vor diesem Hintergrund sind der Einbau von Wärmepumpen sowie deren niedriger Verbrauch in aller Munde. Nur wenigen ist jedoch bewusst, dass sich der erhebliche Investitionsrahmen von rund 40.000 bis 50.000 Euro für eine Wärmepumpe samt angeschlossenem Heizsystem schwerlich über die Verbrauchswerte amortisiert. Wird dieses komplexe und technisch aufwendige System zur Effizienzsteigerung noch mit Photovoltaik o. ä. ergänzt, schrauben sich die Ausgaben weiter in die Höhe – und bringen viele an die finanzielle Grenze. Eine günstige, planbare und technisch leicht umsetzbare Alternative stellt die Infrarotheizung dar, deren Investition mit 10.000 bis 15.000 Euro weit überschaubarer ist. Dieser geringere Kostenaufwand ermöglicht es, von Beginn an in zusätzliche Technologien, wie bspw. eine Photovoltaikanlage, zu investieren. Jene kompensiert den evtl. höheren Strombedarf von Infrarotheizungen und macht das Gebäude gleichzeitig

GEG-konform, ökologisch fit und zukunftsfähig. Und mehr noch: Schaut man sich die zu erwartende Nutzungsdauer von Luft-Luft-Wärmepumpen an, liegt diese i. d. R. bei unter 20 Jahren – eine Zeitspanne, die keine vollständige Amortisation der Anschaffung zulässt. Wer hingegen auf hochwertige Infrarotheizungen, etwa von DIGEL HEAT, setzt, kann nicht nur bei der Investition, sondern über den gesamten Lebenszyklus hinweg mit geringerer wirtschaftlicher Belastung rechnen. Langzeittests des TÜV SÜD bescheinigen den DIGEL HEAT Produkten eine technische Lebensdauer von weit über 30 Jahren - ein kostspieliger Austausch ist somit ausgeschlossen. Zudem profitieren die Bewohner bei den Infrarotheizungen "made in Germany" von behaglicher Strahlungswärme, die - im Gegensatz zur trägen Wärmebereitstellung wasserbasierter Fußbodenheizungen – schnell, einfach und effizient zur Verfügung steht. Nicht zuletzt sind die Infrarotheizsysteme modular, sie können mit wenig Aufwand erweitert, angepasst und digitalisiert werden. Mehr zu Infrarotheizungen als lohnende Alternative zur Wärmepumpe sowie praktische Berechnungstools unter www.

digel-heat.de. epr

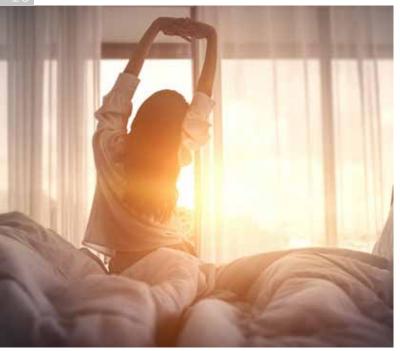


Die neuen Trendfarben für die Küche

Allen technischen Raffinessen zum Trotz: Die Farbe ist das Erste, was einem beim Anblick einer Küche ins Auge fällt. Sie soll ein gutes Gefühl vermitteln, lange Freude machen und – gerade bei offenen Wohnkonzepten – auch zur restlichen Einrichtung passen. Lange dominierte das neutrale Weiß die Kücheneinrichtungen, in den letzten Jahren waren dagegen vielfach sehr dunkle Fronten angesagt. Jetzt geht der Trend wieder in Richtung hell: Sanfte Pastelltöne bringen auf dezente Weise Farbe in die Küche und sind genau richtig für ein kreatives und frisches Design. Zu den absoluten Trendfarben 2024 gehören Jade und Koralle. Das zarte Jadegrün sorgt für Frische und macht sich besonders gut auf großen Flächen. Es passt hervorragend zu Arbeitsplatten und Nischenrückwänden in Naturstein- oder Marmoroptik. Genauso frisch, aber etwas wärmer kommt die Trendfarbe Koralle daher. Der soft-rosige Ton harmoniert sehr gut mit aktuellen Grautönen, zum Beispiel dem sehr beliebten Taupe. Grau bleibt ohnehin auch dieses Jahr eine der tonangebenden Küchenfarben, gerne auch als helles Greige (ein Mischton zwischen Grau und Beige). Interessante Alternativen für Liebhaber dunklerer Töne bieten etwa Schiefer, Mineralgrün und Mattschwarz – puristisch oder in Kombination mit warmen Holzoptiken. Um verschiedene Farbvarianten durchzuprobieren, bietet sich etwa der Online-3D-Küchenplaner unter www.kuechentreff.de an. So ist man nicht nur auf die Vorstellungskraft angewiesen, sondern kann die Wirkung direkt sehen. djd







Weniger Stress, weniger Schmerz

Fast jeder ist mal mehr, mal weniger von Stress betroffen. Zu einem Dauerzustand sollte dies allerdings nicht werden. Das gilt ganz besonders für kopfschmerzgeplagte Menschen. Denn in einer Umfrage unter mehr als 3.000 Betroffenen, gaben 65 Prozent Stress als häufigen Auslöser ihrer Attacken an. Dabei triggern vor allem der Wechsel zwischen sehr stressreichen und -armen Phasen, sowie stressbedingte Schlafstörungen, Ängste oder Depressionen. Stressmodulation und -reduktion durch Entspannung, Selbstfürsorge, Bewegung und feste Schlafzeiten können langfristig helfen. Im Akutfall sind coffeinhaltige Schmerzmittel wie Thomapyrin eine gute Wahl, da sie das Pochen im Kopf schnell, wirksam und gut verträglich lindern. Unter www.kopfschmerzen.de gibt es weitere Tipps und Informationen. djd-k

Die Ruhe dekorieren

Wenn die Temperaturen steigen, steigt auch die Vorfreude auf den Sommer 2024! Desenio freut sich, die neuesten Kunstwerke mit dem Launch der Sommerkollektionen zu enthüllen: Drei Wege, den Sommer zu stylen. Diese Kollektionen bieten die Möglichkeit, eine sommerliche Ästhetik für jedes Interieur zu schaffen.

Inspiriert von der friedvollen Schönheit der Küste, lädt die Sea Salt Kollektion ein, die beruhigenden Farben des Ozeans willkommen zu heißen. Mit Nuancen, die an azurblaues Wasser und sonnengeküssten Sand erinnern, hilft diese Sammlung von Wandbildern, ein Zuhause zu gestalten, in dem man sich nach einem Tag voller Schwimmen, Segeln und Sonnenbaden entspannen kann!





Erholsame Nachtruhe

Holz strahlt Wärme und Behaglichkeit aus. Kein Wunder also, dass das natürliche Material in den eigenen vier Wänden so beliebt ist. Zumal Holz auch das Raumklima reguliert. Das sorgt für eine ausgeglichene Atmosphäre, die vor allem im Schlafzimmer gefragt ist. Gerade hier wünschen wir uns Harmonie und Geborgenheit, um entspannt einschlafen und erholt aufwachen zu können. Voglauer greift diesen Wunsch nach einer ansprechenden, wohngesunden Einrichtung auf und präsentiert Naturholzmöbel, die mit handwerklichem Esprit und viel Liebe zum Detail im schönen Abtenau im Salzburger Land gefertigt werden. Ob knarzige Altholzeiche bei Valpin, einzigartiges Spaltholzdesign bei Vmontanara oder individuell gewachsene Wildeiche-Maserungen bei Vvaganto: Die ungezähmte Natürlichkeit des Holzes - kombiniert mit puristischer Ästhetik – verwandelt das Schlafzimmer in eine Wohlfühloase. Mehr unter www.voglauer.com. epr





Für viele Menschen spielen bei der Gestaltung ihres Zuhauses nicht nur ästhetische Aspekte eine Rolle - sondern auch die Frage, wie umweltverträglich die Materialien sind. Schließlich haben sie direkte Auswirkung auf ein gesundes Raumklima und können somit auch das persönliche Wohlbefinden beeinflussen. Ein wichtiger Faktor stellt dabei die Wahl der Wandfarben dar: Natürliche Inhaltsstoffe ermöglichen eine

sowohl stilvolle als auch ökologisch verantwortungsvolle Raumgestaltung.

Heutzutage steht Heimwerkern eine breite Palette an ökologischen Materialien für die Wandgestaltung zur Verfügung. Dazu gehören nicht nur Lehm- und Mineralfarben, sondern auch Lehmputze, die für eine strukturierte Wandoberfläche sorgen. Diese Materialien sind in der Handhabung genauso unkompliziert und sicher wie herkömmliche Dispersionsfarben - vorausgesetzt, die Selbermacher beachten einige einfache Regeln: "Für eine optimale Haftung bei Erstanstrichen oder auf ungleichmäßig saugenden Untergründen empfiehlt sich die Verwendung eines Mineraltiefgrunds", erklärt Ralph Albersmann, Malermeister und technischer Berater bei Schöner Wohnen-Farbe. did

Natürliche Materialien

Lehm, einer der ältesten Baustoffe der Menschheit, fördert durch seine feuchtigkeitsregulierenden Eigenschaften ein angenehmes Raumklima. So absorbiert etwa die Naturell Lehmfarbe von Schöner Wohnen-Farbe überschüssige Raumfeuchtigkeit und gibt sie später wieder ab. Ein weiterer Vorteil ist der hohe pH-Wert, der auf natürliche Weise einer Schimmelbildung vorbeugt. Für leicht strukturierte Oberflächen bietet sich der Streich-Lehmputz an. Für mineralische Untergründe wie Kalk- oder Kalkzementputze sind Naturell Mineralfarben geeignet. Weitere nützliche Tipps zur Anwendung gibt es etwa unter www.schoener-wohnen-farbe.com. Die Nachhaltigkeit der Materialien ist abzulesen am unabhängigen Umweltsiegel Blauer Engel. djd





Fischgrät ist "in"

Beide Böden zeichnen sich durch hohe Alltagstauglichkeit aus und ermöglichen daher eine Verlegung im gesamten Wohnbereich - sogar in Feuchträumen wie der Küche und dem Badezimmer. Trendtime 3, so der Name des Fischgrät-Vinyls, wird sowohl für die schwimmende Verlegung mit SPC-Trägerplatte als auch zum Verkleben in verschiedenen attraktiven Dekoren verfügbar sein. Und auch beim Modular ONE Fischgrät findet sich unter sechs facettenreichen Eiche-Dekoren garantiert die passende Nuance. Da es bei beiden Fußbodenvarianten keiner linken oder rechten Stäbe bedarf, kann die Verlegung ganz einfach im DIY-Verfahren von Heimwerkern durchgeführt werden. Mehr unter www.parador.de.

Fußbodenklassiker in neuem Gewand

Fußboden in eleganter Fischgrät-Verlegung feiert als moderner Klassiker seit nicht allzu langer Zeit sein Comeback als Grundlage für eine stilvolle Einrichtung. Das unverwechselbare Verlegemuster, das einst die Böden pompöser Ballsäle der Renaissance zierte und noch heute in vielen Altbauten zu finden ist, erfreut sich heute auch im Neubau großer Beliebtheit. Mit einem hohen Maß an Ästhetik verleihen die im rechten Winkel kunstvoll aneinander gelegten Dielen jedem Raum das gewisse Extra. Fußbodenhersteller wie Parador haben diesen Trend längst erkannt und Dielen für die Fischgrät-Verlegung in ihre Parkett- und Laminat-Sortimente integriert, welche aktuell um neue elegante und moderne Dekore ergänzt werden. Ganz getreu dem Credo "Tradition trifft Innovation" geht Parador in 2024 aber noch einen Schritt weiter und kleidet den beliebten Klassiker in ein bisher nicht dagewesenes Gewand: Als einziger Fußbodenhersteller bietet das Unternehmen aus dem nordrhein-westfälischen Coesfeld im kommenden Jahr exklusiv die Möglichkeit, das Fischgrät-Muster mit PVC-freiem Vinyl und ihrem Designboden Modular ONE zu realisieren enr





"Gesund schlafen - schöner wohnen"

www.raumausstattung-kniess.de Tel. (06151) 5 44 07



Ganz wie im Süden

Bis zum nächsten Urlaub dauert es noch ein bisschen, das Wetter lässt auch zu wünschen übrig - wo bleibt der Sommer? Warum also nicht den Süden einfach nach Hause holen?

2 | Amefa - Besteckset "Eclat Nature"

3 | mittelpunkt. - Teller "Bergsteigerglück" & Schale "Nebelwiesen"

4 | LIITON - Whiskygläser 2er-Set "Grand Canyon"



1 | Villa Eden: "Sich um sich selbst zu kümmern ist der beste Weg, sich um andere kümmern zu können." Dem Leitfaden des Autors Brian McGill folgt die Villa Eden in Meran / Südtirol. Ausgezeichnet für das beste Spa-Konzept und als das beste Destination-Spa in Europa, zählt das außergewöhnliche Refugium, das sich mit nur 25 exquisiten Suiten herrlich in einen privaten Park bettet, zu den führenden Retreat-Hotels weltweit.





Farbenfroh...

Garten

ganz bunt



Bienenfreundliche Stauden von Volmary sind mit ihren hübschen, pollenreichen Blüten nicht nur eine wahre Augen-, sondern auch eine Bienenweide.

Fin Paradies für Insekten

Möchten Sie einen Garten, der sowohl farbenfroh blüht als auch ökologisch wertvoll ist? Dann sind bienenfreundliche Stauden das Richtige! Sie sind nicht nur eine Augenweide in jedem Garten, sondern bieten Bienen und anderen Insekten mit ihrem Pollen und Nektar auch wertvolle Nahrungsquellen. Volmary hat in seinem Sortiment dafür die passende Auswahl an wunderschönen mehrjährigen Stauden. Thymian ist zum Beispiel eine tolle bienenfreundliche Staude. Er ist nicht nur als aromareiches Gewürz bekannt, sondern zieht mit seinem Duft und seinen kleinen Blüten viele Bienen an. Ebenfalls attraktiv ist der Zwerg-Schmetterlingsflieder (Buddleja) "Summer Bird". Mit einer Höhe von nur ca. 80 cm bleibt die Pflanze wunderbar kompakt. Infos unwww.volmary-garten.de. ter:

spp-o





Ganz schön schnittig

Das Schneiden von Sträuchern und Bäumen gehört zu den wichtigsten Aufgaben im Garten: Ein Fassonschnitt im Sommer verleiht ihnen nicht nur ein ansprechendes Äußeres, die Pflegemaßnahme dient auch der Gesundheit und dem gleichmäßigen Wachstum. Ein kräftiger Rückschnitt im Herbst oder im Winter bildet dann die Basis für eine gesunde Entwicklung der Pflanzen im nächsten Frühjahr. Nach dem Schnitt gelangen wieder ausreichend Sauerstoff und Sonnenlicht an Baum oder Hecke, sodass das Wachstum gefördert wird. Gleichzeitig beugt das Entfernen morscher, kranker oder abgestorbener Äste auch Krankheiten wie Pilzbefall vor, bei Bäumen werden Gefahren durch abbrechende Äste vermieden. Für ein ermüdungsfreies Arbeiten empfehlen sich moderne Gartenhelfer wie der Akku-Gehölzschneider GTA 26 von Stihl: Er erleichtert das Schneiden von Zweigen und Ästen mit bis zu acht Zentimeter Durchmesser und ermöglicht ein schnelles und sicheres Arbeiten. Dank der neuen, anderthalb Meter langen Verlängerung sind mit dem Gehölzschneider auch Schnitte in größerer Höhe mit festem Boden unter den Füßen möglich. Unter www.stihl.de finden sich mehr Tipps zur Strauch- und Baumpflege. djd

© Luisa23 - stock.adobe.com; © Volmary GmbH/akz-o

Eine bunte Mischung an Farben, Formen und Höhen machen das ausgewogene Bild eines gut geplanten Gartens aus.

Gefährliche Blutsauger

Zecken sind Wirte für verschiedene Krankheitserreger. Sie übertragen etwa das Virus FSME, das Hirnhautentzündungen verursacht. Wer in einem Risikogebiet lebt oder dorthin reisen will, sollte sich impfen lassen. Die Impfung zahlt die Krankenkasse. Neben FSME können Zecken Menschen auch mit Borreliose infizieren. Die Auslöser sind Bakterien, die Gelenk- und Hirnhautentzündung, Herzprobleme und Gesichtslähmung verursachen. Einige Betroffene leiden lebenslang unter Schmerzen und Lähmungen. Gegen Borreliose gibt es keine wirksame Impfung. Bei einer schweren Erkrankung kann eine private Unfallversicherung, etwa die der DEVK, mögliche finanzielle Einbußen abfedern. Detaillierte Informationen zum Unfallschutz gibt es unter www. devk.de/unfall. djd

ipps zur strauch- und Baumpnege. aja devk.de/unfall. d

Hier findet der Regen seinen Weg

Die zunehmende Flächenversiegelung führt dazu, dass Niederschläge nicht mehr ausreichend versickern können. Stattdessen muss die Kanalisation den Großteil aufnehmen und ist damit etwa bei Starkregenereignissen schnell überfordert. Es drohen Überflutungen. Stattdessen sind Lösungen gefragt, um Flächen wieder zu entsiegeln. Hausbesitzer können dazu beitragen, indem sie sich bei Terrassen, Gartenwe-

gen, Einfahrten und Stellplätzen für versickerungsfähige Betonpflastersteine entscheiden. Somit findet ein Teil des Regens seinen Weg ins Erdreich - die Kanalnetze werden entlastet. Viele Kommunen unterstützen diesen Schritt mit Nachlässen bei der Berechnung der Abwassergebühren. Unter www. betonstein.org etwa gibt es ausführliche Informationen zu versickerungsfähigen Pflastersteinen. djd



Frisches Gemüse direkt vom Balkon

Wer keinen Garten hat, kann trotzdem Gemüse anbauen. "Urban Gardening" heißt das Konzept, das den Innenhof, die Dachterrasse oder den Balkon in eine kleine grüne Oase verwandelt. Bei der Wahl der Gemüsesorten sind Kreativität und persönlichem Geschmack kaum Grenzen gesetzt. Besonders beliebt sind Tomaten, aber

auch Gurken, Kürbis, Zucchini und Paprika machen auf dem Balkon eine gute Figur. Sie lieben die Wärme und wachsen problemlos in Kübeln. Außerdem sind sie kompaktwachsende Pflanzen – ein Vorteil bei beengten Platzverhältnissen. Für den Ernteerfolg spielt natürlich die richtige Topfgröße eine wichtige Rolle. In zu kleinen

Töpfen können sich die Wurzeln nicht voll entfalten, die Ernte bleibt spärlich. Ebenfalls wichtig: das Loch im Topfboden, damit keine Staunässe entsteht, die zu Fäulnis und Pilzerkrankung führen kann. Tomaten und andere Gemüsesorten mit einem hohen Nährstoffverbrauch brauchen beim Einpflanzen ein nährstoffreiches Substrat. txn

Die Qualität der Erde ist von entscheidender Bedeutung für das Wachstum von Gemüsepflanzen in Kübeln.





Planschvergnügen gegen die Hitze

Je heißer die Sommer, desto wichtiger wird eine erfrischende Abkühlung. Immer mehr Menschen in Deutschland setzen dabei auf den Pool im eigenen Garten, nach Angaben des Bundesverbandes Schwimmbad & Wellness (bsw) dürfte es hierzulande etwa zwei Millionen solcher Becken geben. Und der Weg zum eigenen Pool ist leichter und günstiger als häufig vermutet.

- 1. Im Vorfeld gut beraten lassen: Je nach Platz und örtlichen Gegebenheiten sind verschiedenste Lösungen möglich, entsprechend sorgfältig sollte man sich im Vorfeld informieren und fachkundig beraten lassen. Für Schwimmbecken unter 100 Kubikmeter ist in der Regel keine Baugenehmigung erforderlich.
- 2. Pool fürs Leben statt kurzlebiger Sommerspaß: Die langlebige Alternative zu eher kurzlebigen Pop-up-Pools aus dem Baumarkt sind Fertigpools aus Polypropylen. Sie sind bereits vollständig montiert, verrohrt und verkabelt. An der Installation kann man sich je nach Geschicklichkeit selbst beteiligen oder auf die Unterstützung durch die Experten eines Anbieters wie Pool-Systems setzen. Mehr Infos gibt es unter www.pool-systems.de.
- **3. Poolabdeckung einplanen:** Experten empfehlen, eine energiesparende, umweltfreundliche Poolabdeckung von vornherein einzuplanen. Sie hilft gegen Verdunstung und das einmal eingefüllte Wasser bleibt länger im Becken. Zudem trägt eine Poolabdeckung zur Sicherheit für Kinder und Haustiere bei. Bei der Abdeckung hat man die Wahl zwischen Überdachung und elektrischem Rollo. *djd*

Je nach Platz und örtlichen Gegebenheiten sind verschiedenste Pool-Lösungen möglich, entsprechend gut sollte man sich beraten lassen.



Steinharter Auftritt –

kurvenreich oder geradlinig, aber immer einfühlsam.

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.



© Neudorff/txn; © DJD/Pool-Systems.de/Alexandre Zveiger/Shutterstock

Kultur & me

Landkreis vergibt Preise für Denkmalschutz

Der Landkreis Darmstadt-Dieburg vergibt dieses Jahr bereits zum 19. Mal den Denkmalschutzpreis des Kreises. Bis zum 1. Juli 2024 können Vorschläge bei der Kreisverwaltung Darmstadt-Dieburg eingereicht werden. Groß-Umstadts Bürgermeister René Kirch wirbt für die Preisverleihung: "Wenn man – wie ich – das Glück hat, in einem so schönen denkmalgeschützten Rathaus zu arbeiten, welches als Fotomotiv ebenso beliebt wie bekannt ist, weiß man den Charme der alten Bauten zu schätzen." Bei dieser Aktion soll besonders bauhistorisches Engagement in der Denkmalpflege gewürdigt werden, wobei es nicht von Bedeutung ist, ob es sich um ein so bekanntes Gebäude wie das Rathaus oder das Alte Amtsgericht oder aber um ein schön restauriertes Fachwerkhaus handelt. Um an der Preisverleihung teilzunehmen benötigt man nur eine Empfehlung von Außenstehenden. Diese Außenstehenden können von den Vereinen, kommunalpolitisch Aktiven bis hin zu einem Spaziergänger, welcher das Anwesen zufällig besichtigt, jeder sein. Weitere Informationen über die Preisverleihung und deren Voraussetzungen können bei der Fachabteilung Denkmalschutz der Kreisverwaltung Darmstadt-Dieburg unter der Telefonnummer 06151-8812331 eingeholt werden. Alle Vorschläge müssen schriftlich eingereicht werden, dies kann digital per E-Mail an denkmalschutz@ladadi.de oder per Post an Kreisverwaltung Darmstadt-Dieburg, Abteilung Denkmalschutz, Jägertorstraße 207, 64823 Darmstadt erfolgen. red



Buntes Comedyprogrammin Bensheim

Am Sonntag den 09. Juni gastieren DIE FEISTEN mit Ihrem neuen Programm "FAMILIEN-FEST" in Bensheim! Und genau das soll es auch werden, ein Fest, denn wenn sie das tun, was sie am liebsten tun, purzeln jede Menge neue Lieder aus ihrer Songschreibmaschine.

Ganz neue Geschichten in guter Gesellschaft der feisten Hits. DIE FEISTEN – das sind Multiinstrumentalist Rainer und Gesangskünstler C. Die beiden Humor-Vokalisten, die Ihre Rollen auch gerne mal tauschen, singen stets amüsant und in ihrer eigenen Art über das Leben und die skur-

rilen Geschichten, die dieses schreibt. So entstanden Hits wie "Flamingo Dolores" oder "Du willst immer nur F...?" Mit vollem Körpereinsatz versetzten die Beiden ihr Publikum in Ekstase. Von Rock über Blues bis zum absoluten Gänsehautmoment wird alles geboten! red





Nonstop in die Innenstadt

Rund 950 Haltepunkte fahren die On-Demand-Shuttles des Dadi-Liners schon an. Einige liegen im Stadtgebiet von Darmstadt. Dort kommen nun ab Sonntag, 2. Juni 2024, vier neue Haltepunkte hinzu: Mathildenplatz, Klinikum, Nordbahnhof und Südbahnhof.

Seit rund eineinhalb Jahren ergänzt der DadiLiner den Öffentlichen Nahverkehr in Weiterstadt, Griesheim, Erzhausen, Pfungstadt und Babenhausen. Die Fahrzeuge, die per App oder Telefon bestellt werden können, fahren dabei nicht nur innerorts, son-

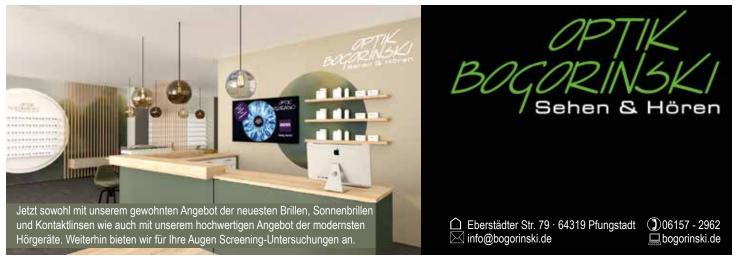
dern verbinden im westlichen Bediengebiet die beteiligten Kommunen auch flexibel miteinander.

Diese Anbindung ans bestehende Nahverkehrsnetz soll nun noch enger geknüpft werden: Ab dem 2. Juni 2024 fährt der DadiLiner auch an den Nordund Südbahnhof in Darmstadt. Zudem bringen die Fahrzeuge ihre Passagiere auf Wunsch direkt bis zum Mathildenplatz und zum Haupteingang des Klinikums in der Darmstädter Innenstadt. red

Klassik im Kastanienhof

Die Ensembles der Heppenheimer Musikschule sowie ausgewählte solistische Beiträge von Schülern sorgen für eine stimmungsvolle Konzertatmosphäre im wunderschönen Ambiente des Kastanienhofs. Nebst einer Bearbeitung von Smetanas bekanntestem Werk "Die Moldau" erklingt Musik von Prokofiev und Chopin, um nur einige zu nennen. red

Info: Sonntag, 09.06.2024 | 17:00 Uhr | Einlass 16:30 Uhr; Saalbau-Kino (Kastanienhof) | Wilhelmstraße 38 | Heppenheim; Eintritt frei





Potenzieller Krankheitsüberträger

Ursprünglich stammt die Asiatische Tigermücke aus Südostasien. Durch den weltweiten Handels- und Reiseverkehr hat sie sich ausgebreitet - auch im Kreis Groß-Gerau geschieht dies zunehmend. Dessen warmes Klima und die milden Winter begünstigen die Ansiedlung der Tigermücke, die im Jahr 2022 erstmals im Kreis nachgewiesen wurde. Zur Verbreitung legen die Weibchen ihre Eier bevorzugt in kleine wassergefüllte Gefäße, wie Blumentopfuntersetzer, Vogeltränken oder verstopfte Dachrinnen. Die Mücken sind wärmeliebend und breiten sich insbesondere im Hochsommer massenhaft aus. Im Kreis Groß-Gerau können sich so im Zeitraum von Mai bis Oktober – in Abhängigkeit von der Temperatur – etwa vier bis sechs Tigermückengenerationen entwickeln. Weitere Informationen zum Thema gibt es auf der Website des Hessischen Landesamts für Gesundheit und Pflege (hlfgp.hessen.de/klimawandel-und-gesundheit/asiatische-tigermuecke). Für medizinische Nachfragen zu diesem Thema steht auch das Gesundheitsamt des Kreises unter 06152 989-211 zur Verfügung. red

Praktikumswochen Hessen 2024

Vom 24.06. - 23.08.2024 haben junge Menschen zwischen 14 und 20 Jahren die Möglichkeit, in die Arbeit einer städtischen Kindertageseinrichtung und so in den Beruf der Erzieherin / des Erziehers hineinzuschnuppern. Darüber hinaus bietet sich dadurch eine gute Gelegenheit, die Atmosphäre einer Kita aufzunehmen. Indem wir über die verschiedenen Ausbildungswege informieren, möchten wir einen Beitrag zur Berufsorientierung leisten und gleichzeitig die Fachkräfte von morgen kennenlernen. Teilnehmende Schüler ab einschließlich der achten Klasse werden dafür vom Schulunterricht freigestellt. Die Teilnahme ist kostenfrei. Organisiert wird die Aktion "Praktikumswochen Hessen 2024" durch das Hessische Wirtschaftsministerium mit dem Hessischen Ministerium für Kultus, Bildung und Chancen und den Netzwerken in den OloV-Regionen (Optimierung der lokalen Vermittlungsarbeit im Übergang Schule-Beruf) sowie den Partnern des Bündnis Ausbildung Hessen. Interessierte können sich ab sofort unter www.praktikumswochen-hessen.de/unternehmen für einen oder mehrere Schnuppertage anmelden. red





Mundart-Musik-Comedy mit "Bees denäwe"

Gemeinsam mit der Stadtverwaltung der Kreisstadt Groß-Gerau präsentiert der Verein Kulturcafé auch 2024 wieder die schöne Veranstaltungsreihe GG LOKAL. Der Auftakt findet am 15. Juni um 19 Uhr im Hof der Alten Schule im Stadtteil Dornheim statt. Ohne elektronische Verstärkung, ohne Strom und ohne Hochdeutsch begeistern die beiden Mundartmusiker Klaus Lohr und Franz Offenbecher, besser gemeinsam bekannt als "Bees Denäwe", ihr Publikum. Das abwechslungsreiche Programm kann regelrecht als Angriff auf die Lachmuskeln gewertet werden, ist aber auch mit gesellschaftskritischen Tönen bestückt. Veranstaltungsort ist die Alte Schule im Stadtteil Dornheim, Gernsheimer Landstraße 1, 64521 Groß-Gerau. red

Sommer Jazzparade

Auch bei der 21. SummerJazzParade am 7. Juli auf dem Marktplatz in Groß-Umstadt erwartet die Besucher wieder ein überaus buntes Programm mit einer Menge internationaler Live-Musik! Um 10 Uhr findet in der Ev. Stadtkirche ein Gospelgottesdienst statt. Es singt der Gospel-Chor Groß-Umstadt. Zwischen 10 bis ca. 12:30 Uhr übergueren Oldtimer im Rahmen des 22. Bad Königer Klassikerfestivals den Marktplatz aus Richtung Obere Marktstraße kommend. Ab 11:30 Uhr stimmt man sich traditionell beim Jazzfrühschoppen im "Umstädter Brauhaus" ein. Die Parade startet um 16 Uhr am Bahnhof und führt über die St. Peray-Straße, die Carlo-Mierendorff-Straße, die Georg-August-Zinn-Straße und die Obere Marktstraße zum historischen Marktplatz. Danach gibt's auf dem Marktplatz, wie auch in Parks, Cafés und Biergärten mitreißende Konzerte und beste Stimmung bis weit in den Abend hinein. red

Der Experte

Der Sommer steht vor der Tür und damit natürlich auch die lang ersehnte Urlaubsreise. Ich weiß nicht, ob Sie sich schon für Ihr Ziel für diese Ferien entschieden haben, aber ich bin ganz sicher, dass Sie einige Vorbereitungen treffen



werden, bevor es los geht. Infos über Ihr Reiseziel, über das dortige Wetter und die üblichen Umgangsformen werden Sie sich gewiss ebenso besorgen wie über die optimale Reiseroute. Aber denken Sie bitte auch an eines: Die beste Art, am Ziel zu bezahlen. Für diesen Punkt möchte ich Ihnen unsere Mastercard Gold ans Herz legen. Denn damit sind Sie auf der sicheren Seite. Sie können damit weltweit bargeldlos bezahlen und im Ausland kostenfrei Bargeld auszahlen lassen. Sie und Ihren Familie sich mit der Mastercard Gold sicher unterwegs mit Reiseversicherungen und Reise-Notfallservices. Zudem genießen Sie den kostenfreien Schutz beim Online-Shopping. Inklusive ist auch der Diebstahlschutz. Ihr Verlust ist auf maximal 50 Euro begrenzt, wenn Ihre Karte abhandenkommt und Sie diese sofort sperren. Nicht zu unterschätzen sind auch die 5 Prozent Rückvergütung bei Reisebuchungen über den Reisebuchungsservice.

In diesem Sinne wünsche ich einen unvergesslichen Urlaub.

Autor: Bastian Locher, Direktor Privatkunden, Kreissparkasse Groß-Gerau





© Tigermücke AdobeStock; © Stadt Groß-Umstadt

Hofausschank in der Lohmühle

Pünktlich zu Beginn der warmen Jahreszeit öffnet das Weingut Lohmühle wieder seine Tore. Am 1. Juni startete wieder der Hofausschank. Am Fuße des Herrnbergs, einer der Umstädter Weinlagen, liegt das Anwesen im Tal der kleinen Wächtersbach am Ortsrand von Groß-Umstadt. Hier kann man wunderbar im Grünen sitzen und den Wein genießen. Vom 1. Juni bis 28. Juli ist der Ausschank immer Freitags und Samstags ab 16 Uhr, Sonntags schon ab 14 Uhr geöffnet. Zum Wein wird eine kleine Auswahl an einfachen Speisen angeboten. Das Weingut Lohmühle gehört zu den selbst vermarktenden Winzern in Groß-Umstadt, red





Ein Festival, das die Essenz von Ibiza einfängt und sie direkt auf den Marktplatz von Groß-Umstadt bringt - das ist 39Grad - Soul of Ibiza. Vom 19. bis 21. Juli 2024 erwartet die Besucher ein unvergessliches Wochenende voller Musik, Tanz und unbeschwerter Atmosphäre.

Das Festival beginnt am Freitag mit einem Höhepunkt für Liebhaber von Vintage und Hippie-Vibes: Ein Flohmarkt, der nicht nur die Möglichkeit zum Stöbern in alten Schätzen bietet, sondern auch eine Atmosphäre schafft, die direkt aus den besten Tagen der Hippie-Bewegung zu stammen scheint.

Am Samstag wird der Marktplatz ab 16 Uhr von DJ DIDI (DE) und seinem einzigartigen DJ-Bus in eine pulsierende Ibiza-Partyzone verwandelt. Danach wird Manuel Lojo, bekannt aus "The Voice of Germany", die Bühne betreten. Der Spanier wird die größten Latino-Hits der letzten

Jahre zum Leben erwecken. Höhepunkt sind die originalen Gipsy Kings unter Leitung von Patchai Reyes, wenn sie mit ihren Welthits das Publikum verzaubern.

Auch der Sonntag verspricht keine Abkühlung. DJ DIDI (DE) wird erneut mit seinem chilligen Sound für das perfekte Ausklingen des Wochenendes sorgen.

Tickets unter www.39gradibiza. de. red



Immobilien in der Vorsorge

Immobilienvermögen haben in den vergangenen Jahren erhebliche Wertsteigerungen erfahren. Um die Steuerwerte von Immobilien an die tatsächlichen Marktwerte anzupassen, wurde das Bewertungsverfahren Anfang 2023 geändert. Allerdings nicht die Freibeträge für Schenkungen und Erbschaften. Eigentümer von Immobilien müssen daher bei Übertragungen mit höheren Mittelabflüssen durch die Schenkungs- und Erbschaftssteuer rechnen. Zusätzlich wird die Energiewende und die daraus resultierenden Modernisierungsanforderun-

gen weitere Belastungen mit sich bringen. Vor diesen Hintergründen macht es Sinn, sich rechtzeitig mit dem eigenen Immobilienvermögen auseinanderzusetzen. Erfahren Sie bei dieser Veranstaltung alles Wichtige zu diesem Thema von den Experten für Vermögens- und Unternehmensnachfolge und zertifizierten Estate Plannern (CEP) Heinz Ripperger, Bereichsleiter Volksbank Darmstadt Mainz, und Christian Spengler, Leiter Generationenberatung der Volksbank Darmstadt Mainz, sowie von einem Notar.

Welche Vollmachten wichtig? Wie kann man Immobilienkonflikte in der Familie vermeiden? Welche Übergabemodelle gibt es zu Lebzeiten und im Todesfall? Wie lassen sich Freibeträge (Erbschaft/Schenkung) in der Familie effektiv nutzen? All diese und noch viele weitere Fragen werden am Donnerstag, 27. Juni ab 18 Uhr (Einlass 17.30 Uhr) in der Volksbank Darmstadt Mainz, Am Sandböhl 5-15 in Groß-Gerau geklärt. Anmeldung unter: www.volksbanking.de/vorsorge-events. PR

"Mulans" im Mollerhaus

Mulan ist ein bekanntes Frauenbild in der chinesischen Literatur. In der frühesten schriftlichen Überlieferung, der "Mulan-Ballade" (ca. 386-535 n. Chr.), verkleidet sich Mulan als männlicher Soldat, um an Stelle ihres alten Vaters in die Schlacht zu ziehen. Zu Beginn des 20. Jahrhunderts wurden einige chinesische Frauen durch Mulans Geschichte ermutigt und engagierten sich für die Selbstbefreiung: "Mulan" kämpft nicht mehr für ihren Vater und ihr Land, sondern für Frauenrechte und Gleichberechtigung. Die Solo-Performance "MULANS" im Darmstädter Theater Mollerhaus am 15. Juni um 19 Uhr basiert auf der Erforschung der Geschichte des Feminismus in China und der Selbsterforschung der Performerin Yinfu Gao in Bezug auf ihre Körperbewegungen. Yinfu Gao startet in der eigenen Schulzeit und analysiert in einer fulminanten Performance zwischen populärem Tanz, Martial Arts und feiner Bewegungsrecherche Frauen- und Männerbilder. red



© Weingut Lohmühle; © Gipsy Kings

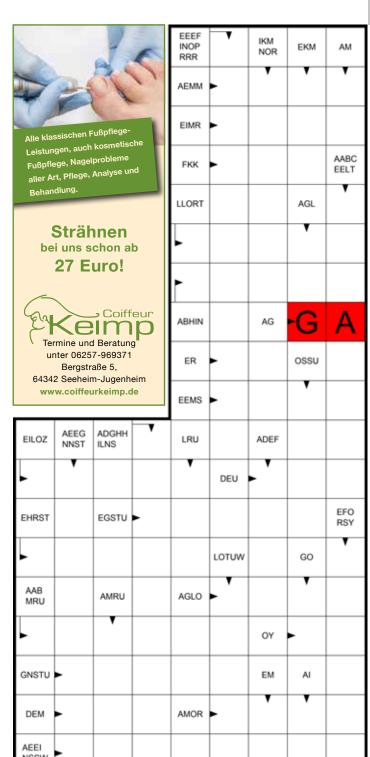
www.a4-format (

			Here									X-/					0		
Oper von Bizet	Abstell- raum	Zier- strauch	Hoch- gebirgs- schutt- strom	bibli- scher König	•	süd- norweg. Küsten- stadt	russ. Herr- scher † 912	•	Stadt in Japan	Fremd- wortteil: Luft	7	österr. Bild- hauer (16, Jh.)	•	niederl. Maler † 1676	Abge- stumpft- heit	"	"Super- man"- Darstel- ler (Chr.)	Cherus- kerfürst	_
-	•	•	V	'		Schmei- chelei	-		•			beson- dere Fähigkeit	-	•			Y		
franzö- sisches Kugel- spiel	-					Frage- wort	-			gläser- nes Labor- gefäß	•		3					Ge- schäfts- räume	
Edel- stein-	-						Schotter	-		yerais					griech. Göttin der	-		•	
imitation			_1	blind- wütiges	- IIv	-	and the second				7.3	100			Jugend eh. Auto- renn-				
Hanf-	<u>_6</u>		teil-	Töten	п			ê			970				strecke in Berlin nord-				
abfall süd-			weise			ii.	22		rre	7		4			deutsch: Schilf		Raketen-		
deutsch: Straßen- bahn	-				D	er	EIN DIE	Ē		3		-			Getränke (Kw.)		treib- stoff		
Männer- name	-				fi	jr E	HE	EII	VE			A	1		•	$\binom{7}{7}$	Ţ,		
Biene	latein- amerika- nischer Tanz	Abk.: Tonkunst	-				verlo					V			griech. Name der Aurora	-			unter- fränk. Stadt am Main
•	¥			span. Mehr- zahl-	u	ınd die	Ringe	gibt':	s bei u	ns!	VO(JELS JCk mit	AN Charak	G ter	boshafte Scha- den-	aufre- gendes Erleb-		Kose- wort für	V
•				artikel	Heid					g - S C Darmst				34 85	freude	nis		Mutter	
südost- asia-			_2		verwun- derte	Fluss	7	•	Stadt in Geldern	Teil der	_	dt. Farb- fernseh-	7	Grabin-	Segel-				
tische Sprache		Eiweiß			Frage, wirklich?	Pforz- heim			(Nieder- lande) elektron.	Bibel (Abk.)		system (Abk.)		schrift (Abk.) algeri-	take- lung		\11		
scharf	-			Veran-		verlang-			Routen- planer (Kw.)	<u> </u>				sche Geröll- wüste	-			an sich bringen	
•				staltun- gen (engl.)		samte TV-Dar- stellung	-								priester- liches Gebet	-		·	
kataloni- scher Dichter † 1478	Initialen des Autors Camus		englisch:	'	Ge	win	nen t de		14	F (2 N	ΛΔ	\perp	Ort in Polen	-			
ein Farbton	-		•		Sie	mit	t de	m	1	SÜD	HESSEN	s schö	NSTE SE	N I Iten	Pistole (Gauner- sprache)		polni- scher Schrift- steller		
Zier- gefäß	-						hr Du				1		1		-		¥		
•			Frauen- name				ngutso von 10			į	ζ.H	5		@Judex	Hausflur im Bauem-	-		5	
Pferde-		Abk.:	V				rem l gorin:		er			3	/		haus Männer-				ārmel-
zuruf: links!		Land- tag		4		fungs			-	* *					kurz- name schmale	griechi-		wahr-	Umhang ▼
Helden- gedicht Hafen	alter	Kunst-		ei-						el mit Na ntur stilE					Rinne, Rille	scher Buch- stabe		schein- licher Sieger	
des antiken Roms	Name von Izmir	stoff- belag in Stadien		förmige Gebilde					E-Mail: g	ewinnsp				o⊂ ∠,	-		(10		
-	'	'		'	unver- letzt	altes Kodier- gerät	"	•	altgrie- chischer Helden- tempel	•	Treppe	Stadt in Lettland	•	Selbst- laut	-				
kurz für: Flugzeug	-		8		•				Wäsche- stück	•					Erd- geist		Abk.: Verrech- nungs- einheit	-	
•				US- Künstler † (Man)		aus Ton	-					franzö- sisch: Esel		US- Schau- spielerin (Zsa-Zsa)	- '				
Titelfigur der Brontë † (,Jane')		G	einer der "Beatles" (Starr)	•					Keim- zelle		Ewigkeit in der griech. Antike	-		,200 200)		Fremd- wortteil: drei	-		
die Nase betref- fend	-					gern haben	-		•				bibli- scher König (A.T.)	-			populär	-	
Rufname Warhols † 1987	-				wieder in Ordnung bringen	-							,,	duftende Busch- pflanze	•				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11									

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

WFR WAR'S?

In Würzburg wurde am 24. Juni 1882 unser Juni-Kind geboren. Der Vater verließ nach mehreren wirtschaftlichen Fehlschlägen die Familie und wanderte nach Amerika aus. Unsere gesuchte Person verließ daraufhin vorzeitig das Gymnasium, um Geld für die Familie zu verdienen. 1904 ging er zum Militär, wurde jedoch nicht als Berufssoldat übernommen. Er sorgte dafür, dass 1913 erstmals das Deutsche Sportabzeichen vergeben wurde. Die Olympischen Spiele 1916 wurden durch sein Zutun nach Berlin vergeben, fielen aber dann wegen des Krieges aus. 1920 initiiere er die Reichsjugendspiele, die Vorläufer der Bundesjugendspiele. Im selben Jahr war er an der Gründung der ersten Sporthochschule der Welt in Berlin beteiligt und schleuste 1930 Sepp Herberger dort ein, obwohl jener kein Abitur hatte. Die Olympischen Spiele 1936 wurden maßgeblich von unserer Persönlichkeit mitgeplant und durchgeführt, er führte auch den Fackellauf bei der modernen Olympiade wieder ein. Auch die Sporthochschule in Köln wurde von ihm gegründet, deren Rektor er nach dem Krieg wurde. 1962 starb er in Köln.





A4-FORMAT IM JULI 2024:



Paris, je t'aime

Willkommen in der Stadt der Liebe

Salat & Sonnenschein

Draußen genießen

Raus und los

Ferienideen vor der Haustür

ParisPhoto - stock.adobe.com

Lösung der Rätsel der Ausgabe im Mai 2024



Die Gesuchte war: Audrey Hepburn (* 4. Mai 1929 als Audrey Kathleen Ruston in Ixelles/Elsene, Belgien; † 20. Januar 1993 in Tolochenaz, Schweiz) war eine Schauspielerin britisch-niederländischer Herkunft. Später wurde ihr Name zu Edda Kathleen van Heemstra Hepburn-Ruston geändert.

Unser Mai-Gewinner:

Inès Rückert, Pfungstadt

Die Gewinne können nach telefonischer Terminabsprache (06257 96 27 46) in der Redaktion des A4 FORMATs (Schillerstraße 2, Seeheim-Jugenheim) abgeholt werde

EPEN HARH KENHA TREFF TO GA KAJAREME KAJAREME CLAHHUS CLAH		W
HAR		■ A S T I
L N M H KEN I A T R E F F S T M G C O O L KA J A L M H U S C L A I M M B M F A M I M F E M C O U N H E I L M M O HOLOW THE COLOR T M A M I M F E M C O I N A M I M F E M C O I N A M I M F E M C O I N A M I M I M I M M O		■EPEN
KENTATE FFF TENTATE FFF TENTAT		■HAR■
TREFF I I AT I I AT I I I AT I I I I AT I I I I I I I I I I I I I I I I I I I		■ L N ■ H
I I A T S T III G C O O L C O O L C O O L C O O C C O		KENTA
STEG COOL KAJALHUS TEREVEN CLAIMBBF ABIFECO UNHEILEOD TARGO		TREFF
COOL KAJALMHUS TMREUENS CLAIMMSSF AMISFEME UNHEILSO TARGISMO		■ I ■ A T
KAJAL HUS T REUEN CLAIM BBF CLAIM BBF UNHEIL CO		■ST■G
KAJAL HUS T REUEN CLAIM BBF ANI FEME UNTERDO		■COOL
T R E U E N C C L A I M B B F F M A D I D F E M E U N H E I L C O Ger T A R G I D D N E M O		■■■V■H■GA
CLAIM B B F A B I F E M E UNHEIL CO TARGI D D INE NEMO		KAJALHHUS
MAMIMFEME UNHEIL■CO ■TARGI■■D INE■NEMO		■T■REUEN■
UNHEIL CO TARGI D TARGI D		CLAIMBBEF
TARGI■■D TARGI■■D INE■NEMO		■A■I■FEME
rden. INENEMO		UNHEILECO
- INC - NEWO	der	■ T A R G I ■■ D
■ SAN I TAER	rden.	■ I N E ■ N E M O
_		■SANITAER

A⁴FORMAT IMPRESSUM

Verlac

agentur stilEcht GmbH Schillerstraße 2 64342 Seeheim-Jugenheim Telefon: 0 62 57 / 96 27 46 Fax: 0 62 57 / 96 27 47 E-Mail: info@agentur-stilecht.de www.agentur-stilecht.de

Verleger & Chefredakteu

Andreas Giese (V.i.S.d.P.) Telefon: 0 62 57 / 96 27 45

Redaktion

agentur stilEcht GmbH Schillerstraße 2 64342 Seeheim-Jugenheim Telefon: 0 62 57 / 96 27 46 Fax: 0 62 57 / 96 27 47 Mail: redaktion@agentur-stilecht.de www.agentur-stilecht.de

Anzeiger

Gültige Anzeigenpreisliste: Januar 2023

Anzeigenverkauf:

Andreas Giese Telefon: (06257) 96 27 45 Mail: anzeigen@a4-format.de

Frscheinung

Monatlich an zahlreichen Auslagestellen in Südhessen

Gestaltund

agentur stilEcht GmbH

Druck

agentur stilEcht GmbH

Entonachwois

Titelfoto: © rh2010 - stock.adobe.com

Wenn nicht anders vermerkt, wurden uns die Fotos von den betreffenden Einrichtungen, Unternehmen und Veranstaltern etc. zur Verfügung gestellt.

A4 FORMAT ist ein Lifestvlemagazin für die Region Rhein-Main und Neckar. Es erscheint monatlich und ist kostenlos an verschiedenen Auslagestellen erhältlich. Zudem ist das Magazin für 36 Euro pro Jahr (inklusive Mehrwertsteuer und Versand im Inland) im Abonnement zu erhalten. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Sämtliche Copyrights liegen bei der agentur stilEcht GmbH. Nachdruck, elektronische Speicherung und Verbreitung, auch auszugsweise bedürfen der Einwilligung der agentur stilEcht GmbH. Eine Verwertung ohne die Einwilligung der agentur stilEcht GmbH ist strafbar. Zitate nur mit Quellenangaben. Alle Rechte vorbehalten. Unverlangt eingesandte Manuskripte, Illustrationen und Fotos sind der Redaktion willkommen, jedoch wird dafür keine Haftung übernommen. Bei Nichterscheinen des Magazins durch höhere Gewalt oder Arbeitskampf besteht kein Anspruch auf Rückerstattung oder Minderung des Bezugspreises.

agentur stil Echt

Kaviar

muss es nicht immer sein.



Aber wenn es um Ihre Werbung geht:

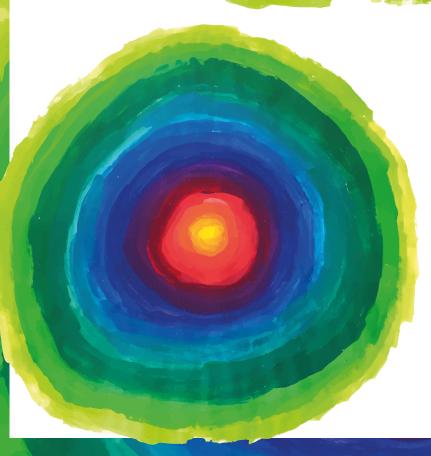
Warum nicht?



- Geschäftsausstattung (Visitenkarte, Briefpapier, Rechnungspapier etc.)
- Beschilderungen und
 Beklebungen aller Art
 (Autobeschriftung, Firmen- &
 Bauschilder, Banner, Fahnen etc.)
- * Anzeigengestaltung
- ** Plakate, Flyer, Broschüren (Text, Bilder, Gestaltung und Druck)
- **Geschäftsberichte**
- **#** Gestaltung, Konzeptionierung und Programmierung von Internetseiten
- * Logoentwicklung und -design
- ***** CI & CD für Unternehmen

schillerstraße 2 · 64342 seeheim-jugenheim · fon: (06257) 96 27 45 e-mail: info@agentur-stilecht.de · www.agentur-stilecht.de





FARBENREICH

Kerstin Geduldig-Khalili Malbegleiterin · Diplom-Kunsttherapeutin (IHKD)

- Begleitetes Malen
- u. für Kinder
- ... für Jugendliche
- ... für Erwachsene
- Ein Ort
- ... der Ruhe & Kreativität
- ... der Persönlichkeitsentwicklung
- ... der Selbstreflexion
- ... der Lebensbegleitung
- Einzel- & Gruppenangebote
- Seminare

Heidelberger Straße 35 · Seeheim (Eingang über Fliederweg)

www.das-farbenreich.de

Nutzen Sie unser breit gefächertes Programm für mehr Ausgeglichenheit!