

A4 FORMAT

SÜDHESSENS SCHÖNSTE SEITEN



Bunt, bunter,
Herbst!

DELIZIÖS

Das bringt uns der Herbst

BEHAGLICHKEIT

Cozy in den Herbst

AB GEHT'S

Ideen für die Herbstferien

Wilder Herbst



Aritz



www.apitz-art.de

BEHAGLICHKEIT

- Einmummeln: Cozy in den Herbst 5
- Wohltemperiert: Jetzt wird's gemütlich 6
- Küche: Gut durchdacht 8
- Bad: Abgestimmte Formensprache 10
- Einrichtung: Weiß & wertbeständig 12

JETZT WIRD'S BUNT!

- Garten: Alles fit für den Herbst 14

DELIZIÖS

- Regional: Das bringt uns der Herbst 18
- Lecker: Herbst auf dem Teller 20

HIER & DA

- Südhessen: Im Herbst ist viel zu erleben 22

KREUZ & QUER

- Die Denksport- & Rätselseiten 32
- Vorschau 34
- Impressum 34



Es ist wenig, was man zur *Seligkeit* braucht.

Friedrich von Schiller (1759 - 1805)



Es ist Herbst. Mal wieder. Eigentlich etwas völlig normales, jedes Jahr aufs Neue, und doch ist der Herbst eine Jahreszeit, an der sich die Geister scheiden. Für manche ist es der sprichwörtliche Goldene Herbst, die Zeit der bunten Wälder, der Stürme und gemütlichen Weinfeste. Eine bunte, behagliche Zeit. Andere werden im Herbst melancholisch, empfinden den Abschied vom Sommer als traurig und starren mental wie gebannt auf den nahenden Winter. Übertragen aufs Leben ist das das Klagen über die Vergänglichkeit. Gewiss kann man das so sehen und dabei Trübsal blasen. Aber diese Stimmung lässt völlig außer acht, was uns der Herbst alles schenkt. Die Enten, die wärmende Mittagssonne, manch fröhliche Stunden und die Hoffnung auf den Frühling, der alles neu macht nach dem kommenden Winter. Alles liegt also im Auge des Betrachters. Ich finde, dass jede Jahreszeit ihre Reize hat, obgleich ich vermutlich auf den Winter verzichten könnte. Aber man gewöhnt sich an fast alles, wenn man jeweils die schönen Seiten auf sich wirken lässt. Alles ist Ansichtssache und nahezu Jedes hat auch sein Gutes. Ich zum Beispiel bin in einer Stadt mit rund 70.000 Einwohnern aufgewachsen, habe länger in Darmstadt gelebt und dann in Seeheim-Jugenheim, wo auch unser Verlag seinen Sitz hat. Alles hatte seine Reize und war individuell liebenswert. Inzwischen lebe ich in einem Dörfchen mit nicht einmal 500 Einwohnern und empfinde die Ruhe dort als Balsam für die Seele. Eine Großstadt käme für mich nie in Frage. Ganz im Gegensatz zu diversen Freunden und Bekannten, die ohne die quirlige Hektik von Frankfurt oder München nicht leben wollen würden. Zufriedenheit und Glück hängt also nicht allein von den konkreten Umständen ab, sondern auch, wie man auf sie schaut.

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

Ihr Andreas Giese
Herausgeber

Behaglichkeit

Cozy in den Herbst

Die Tage werden kürzer, die Nächte kühler. Man trinkt schon wieder lieber einen heißen Tee als ein kühles, frisches Bier. Das sind untrügliche Zeichen für den Herbststeinbruch, der dieses Jahr abrupt und viel zu früh kam. Dieses Plötzliche hat viele Schwalben überrascht und sie das Leben gekostet. Da haben wir es doch erheblich besser.

Wir werfen kurzerhand die

Heizung an, mummeln uns in eine dicke Decke, machen es uns auf dem Sofa gemütlich und lesen ein Buch – der Klassiker für einen verregneten Herbstnachmittag, an dem man nicht mal einen Hund vor die Tür jagen würde. Was kann man gegen den aufkommenden Winterblues noch alles tun? Natürlich hilft es immer, wenn man sich an der frischen Luft bewegt, das pustet die Lungen durch und

stärkt die Abwehrkräfte, pusht den Kreislauf und schafft damit Wärme. Aber man kann schließlich nicht den ganzen Tag durch den Wald pilgern, man möchte sich auch mal ausruhen. Und schon ruft das Canapé. Die richtige Stimmung kommt erst auf, wenn man die Wohnung umdekoriert und herbstlich gestaltet, warme Farben, weiche Stoffe, Kamin. Machen Sie es sich cozy! ase





Jetzt wird's gemütlich!



Wohl temperiert

Wann ist es Zeit für einen Dachfensteraustausch? Aufgrund der Kosten zögern manche, den Austausch in Angriff zu nehmen. Deswegen ist es wichtig zu wissen, dass es dafür staatliche Förderprogramme gibt. Eine Velux Studie mit den Wetterdaten Münchens aus dem Sommer 2023 zeigte, dass ein modernes Fenster mit guten Dämmwerten auch ein Aufheizen des Dachgeschosses im Sommer deutlich reduziert. Bis zu 3,8 Grad Celsius geringer stieg die Temperatur in einem Raum mit zwei Fenstern mit Dreifach-Isolierverglasung im Vergleich zu dem mit zwei etwa 25 Jahren alten Modellen. Dank staatlicher Förderprogramme kann man die Kosten für den Austausch deutlich reduzieren und höherwertige Fenster für einen geringeren Preis zu bekommen. So ist etwa beim Ersetzen eines alten Dachfensters gegen ein neues Velux Klapp-Schwingfenster mit energieeffizienter Verglasung eine 20-prozentige Förderung möglich. Wer prüfen will, welche Fördermöglichkeiten für den Fenstertausch beim individuellen Bauvorhaben am eigenen Wohnsitz verfügbar sind, findet unter www.velux.de/förderung einen Fördergeld-Check. *spp-o*

Nachhaltig denken, neu bauen

Nachhaltigkeit und Umweltschutz sind Themen, die vielen Menschen heute am Herzen liegen. Das gilt besonders, wenn es um den Bau eines Eigenheims geht – für die meisten stellt dies schließlich die größte Investition ihres Lebens dar. So entsteht ein Zuhause, das schonend mit Ressourcen und Energie umgeht und gleichzeitig mit einem gesünderen Raumklima überzeugt. Das Naturmaterial Holz, das Menschen bereits seit Jahrtausenden verwendet, spielt dabei eine zentrale Rolle.

Holz ist gleichermaßen energiesparend in der Verarbeitung wie auch nachhaltig in der Nutzung. Hinzu kommt, dass Bäume be-

reits während ihres Wachstums erhebliche Mengen Kohlendioxid binden und somit zu einer positiven Ökobilanz des Neubaus beitragen. Das fängt mit der Außenhaut des Eigenheims bereits an: Holz bildet die Basis beispielsweise für die ÖvoNatur Therm von WeberHaus, eine hochdämmende Gebäudehülle, die heutige Anforderungen an die Energieeffizienz mehr als erfüllt. Zusätzlich zur energiesparenden Bauweise kommen umweltfreundliche Technologien wie Photovoltaikanlagen, Wärmepumpen und eine kontrollierte Wohnraumlüftung zum Einsatz. Unter www.weberhaus.de finden sich weitere Informationen zum nachhaltigen Bauen.

Tipp:

Das hohe Qualitätsniveau setzt sich nahtlos im Inneren fort, mit viel Behaglichkeit, der warmen, natürlichen Atmosphäre von Holz und mit einer Raumluftqualität, die gesetzliche Anforderungen weit übertrifft. Schadstoffgeprüfte, umweltfreundliche Materialien sowie natürliche Baustoffe tragen zu einem dauerhaft gesünderen Raumklima bei. Dabei setzt der Fertighausanbieter auf eine ressourcenschonende Bauweise und eine effiziente Materialnutzung. Abzulesen ist die nachhaltige Qualität an verschiedenen unabhängigen Prüfzeichen.





Nur schwarz:

Moderne Küchengestaltung setzt optisch auf Reduktion. Nichts soll den Blick stören. Und so ist Schwarz das Maß der Dinge bei Küchengroßgeräten, die sich in Schwarz perfekt sowohl mit Massivhölzern als auch mit Grautönen kombinieren lassen - wie bei der Serie pureBlack von Oranier. *spp-o*

Bequem & barrierefrei

Frische Luft von Anfang an. Man wird nicht jünger. Mal zwickt es hier, mal zieht es dort. Auch die Konzentration lässt bisweilen nach. Wer in die Jahre kommt oder ein Handicap hat, der ist für jede Unterstützung im Alltag dankbar. Vom Treppenlift bis zum barrierefreien Bad – viele Alltagshilfen werden zunehmend in Anspruch genommen. Nur in der Küche ist das bisher nicht so, was sich jetzt ändert.

Ein aktuelles Beispiel für eine barrierefreie Küchengestaltung ist die von Oranier entwickelte innovative Automatiksteuerung „hoodCON“, bei der das Kochfeld mit der Dunstabzugshaube kommuniziert. Die meisten Induktionskochfelder des deutschen Herstellers werden serienmäßig mit dieser kostenlosen Zusatzfunktion ausgestattet. Auch viele der Dunstabzugshauben verfügen über eine entsprechende Schnittstelle. *spp-o*





Küche im Wohnraum integriert

In der Küche trifft man sich gerne. Das war schon bei Großmutter so. Das gemeinsame Zubereiten der Speisen oder sogar das Abwaschen der Teller bieten oft eine Gelegenheit für gute Gespräche. Küche ist etwas Geselliges – und Geselligkeit sollte nicht im abgeschlossenen Raum stattfinden. Deshalb geht der Trend immer mehr dazu über, die Küche als zentralen Lebensmittelpunkt in den Wohnraum zu integrieren. Dies schafft man oft durch Kochinseln, die eine Brücke zwischen Küche, Essbereich und Wohnraum bilden.

Viele Küchenhersteller haben ihr Programm erweitert, so dass das Mobiliar fließend in den Wohnraum übergehen kann. So ist es möglich, die Esszimmer-Vitrine, den Fernseh-Unterschrank, einen Arbeitsplatz oder den Hauswirtschaftsraum mit in die Küchenplanung einzubeziehen.

Trendige Farben und Oberflächen, mit Griff oder grifflos – alles fügt sich ineinander und

ergibt ein Ganzes. Nicht nur optisch ist alles aus einem Guss, auch die Funktionalität der Küchenmöbel kann auf Schränke im Wohnbereich übertragen werden. Schubladen sorgen mit einer gekonnten Einrichtung für Ordnung, Vitrinenschränke und Lichtsysteme bringen Gemütlichkeit in den Abendstunden. So verbindet sich der gesamte Wohnbereich mit Komfort, Lebensqualität und Wohlfühlatmosphäre.

Alles ist also möglich, fast jeder Wunsch kann umgesetzt werden. Im Küchenstudio Gerlach Living in Reinheim finden sich vielfältige Möglichkeiten für die Gestaltung der neuen Küche mit dem passenden Umfeld von namhaften Küchenherstellern. Gerlach Living bietet individuelle Beratung, professionelle Planung nach Ihren Wünschen, termingetreue Lieferung sowie ein erfahrenes Montageteam. *PR*



Darmstädter Str. 51
64354 Reinheim

www.gerlach-living.de
T.: 06162-919522





Badträume und Budget

Ein modernes Badezimmer, das den eigenen Wohnstil widerspiegelt und hohen Komfortansprüchen gerecht wird, steigert die Wohnqualität und bietet einen persönlichen Rückzugsort. Gefragt sind ästhetische und funktionale Ausstattungen, die das Bad in eine echte Wohlfühloase verwandeln.

Für eine erste Orientierung zu Wunschvorstellungen und Budgeteingrenzungen gibt es praktische Tools, die dabei helfen, diese Fragen zu beantworten und einen Überblick über die zu erwartenden

Kosten zu erhalten. Unter www.die-badgestalter.de/badrechner steht ein Online-Rechner zur Verfügung, mit dem sich durch wenige Eingaben ein Kostenrahmen definieren lässt. Hier können Ausstattungswünsche, Raumgrößen und Details eingegeben werden, um eine Vorstellung für das erforderliche Badbudget zu bekommen. Parallel bietet die Website Inspirationen und Anregungen, die dabei helfen, die eigenen Badwünsche und den persönlichen Einrichtungsstil genauer zu definieren, sowie eine Fachbetriebssuche. *djd*



Klare Kante: Waschplatz, bei dem sich eckig-geometrische Formen harmonisch ergänzen.

Abgestimmte Formensprache

Ein aufgesetzter Waschtisch oder ein Möbeleinbaumodell können die Form des Unterschranks aufnehmen und Ruhe in das Design des Waschplatzes bringen. Ein Spiegelschrank ist in der Regel rechteckig, nahezu wandbündig eingebaute Modelle nutzen den Raum optimal und unterstützen die zurückhaltende Badgestaltung. Alternativ bietet sich auch ein Lichtspiegel an, der ebenso wie eine Dusch- oder Badewanne Ecken und Kanten mit sich bringt. "In diesem ästhetischen Kontext macht auch das eckige WC Sinn", führt Produktdesigner Christoph Behling (Geberit) aus. Es gibt heute bereits eine Auswahl an WC-Keramiken mit eckiger Grundform und dazu passendem Sitz und Deckel. Als angenehmen Nebeneffekt erwähnt Behling, dass viele Nutzende die leicht vergrößerte Sitzfläche als komfortabler empfinden. Auch innovative WCs mit Duschfunktion sind bereits erhältlich. Bei dem Modell AquaClean Sela Square von Geberit verbirgt sich unter der eckigen Hülle eine Extraportion Wellness mit der WhirlSpray-Duschtechnologie, die einen besonders sanften Duschstrahl und eine angenehme Po-Reinigung verspricht. *djd*

Clevere Badmöbel

Großzügig, hell und gut organisiert: So sieht für viele Menschen ihr Traumbad aus. Doch das deutsche Durchschnittsbad ist nur circa neun Quadratmeter groß, in urbanen Regionen oft noch kleiner. Doch wohin im kleinen Bad mit all den Artikeln und Badtextilien, die wir für die tägliche Körperpflege benötigen? Gefragt sind Badezimmermöbel, die möglichst viel Stauraum bieten, Ordnung schaffen und

dabei eine ansprechende und zeitgemäße Ästhetik besitzen. Waschtischunterschranke, Seitenschränke und Lichtspiegelschränke von Herstellern wie Geberit bieten vielfältige Kombinationsmöglichkeiten, die sich optimal auf einen vorhandenen Raum abstimmen lassen. Unter <https://mix-and-match.geberit.com> kann man Spiegel, Keramiken und Möbel digital zusammenstellen und sich Inspirationen holen. *djd*

Stauraum schaffen:

Ein Unterschrank nutzt den Raum unter dem Waschtisch optimal. Wie in der Küche haben sich auch hier Möbel mit Auszügen bewährt. Der Grund: Der Inhalt ist übersichtlicher und besser erreichbar, wenn die Schubladen dem Nutzer entgegenkommen und er von oben hineingreifen kann, statt in die Knie gehen und in einem klassischen Schrank mit Türen kramen zu müssen. Moderne Ablauflösungen für den Waschtisch ermöglichen zudem bei Badserien wie Acanto von Geberit den Verzicht auf einen Siphonausschnitt, wodurch mehr Stauraum in den Schubladen entsteht. Ein verschiebbares Ordnungssystem und eine Innenbeleuchtung schaffen Übersicht.

LEBENSART IN KERAMIK



LULAY
STEIN | KERAMIK

Lulay Natursteinobjekte GmbH
Weiherhausstraße 11
D 64646 Heppenheim
Tel. 0 62 52 / 99 27-0

www.marmor-lulay.de

Mit Holz läuft es besser

Wenn es um die Bodengestaltung geht, stellt für viele das Naturmaterial Holz die erste Wahl dar. Der Klassiker unter den Bodenbelägen ist in einer Vielzahl an Qualitäten, Formaten, Farben und Strukturen erhältlich. Robustheit und Nutzungszeit sind wichtige Kriterien bei der Auswahl. Bei Parkett entscheiden Holzart und Versiegelung darüber, wie stark der Boden belastet werden kann. "Laubhölzer wie Buche und Eiche sind weniger empfindlich als weiche Nadelhölzer wie Kiefer oder Fichte", erklärt Technikreferent Florian Zeller vom GD Holz (Gesamtverband Deutscher Holzhandel). Um den Belag zu finden, der die eigenen Anforderungen am besten erfüllt, empfiehlt der Fachmann den Besuch im Holzfachhandel. Unter www.holzvomfach.de etwa finden sich Ansprechpartner aus der eigenen Region. *djd*



Ganz in Weiß

Über Geschmack lässt sich bekanntlich nicht streiten. Und so sind sich die meisten bei der Einrichtung der eigenen vier Wände einig: Weiß ist immer in. Helle Wandfarben lassen Räume freundlicher, harmonischer und optisch größer erscheinen, zudem lässt sich der neutrale Farbklassiker vielfältig mit den verschiedensten Wohnstilen, Teppichen und

Möbelstücken kombinieren. Mit einem weißen Anstrich zieht somit einfach und schnell Frische ins Haus ein – eine Verschönerung, die mit den richtigen Tipps mühelos gelingt.

Das Verschönern geht mit der richtigen Vorbereitung und der passenden Ausstattung leicht von der Hand. "Die Wand sollte sauber und staubfrei sein, da-

mit sie die Farbe gut aufnimmt. Vor dem Streichen sollte man für eine glatte Oberfläche noch Bohrlöcher und Risse glatt verfüllen, empfiehlt Malermeister Ralph Albersmann, Technischer Berater bei Schöner Wohnen-Farbe. Aufgrund der extremen Deckkraft etwa von Polarweiß genügt meist bereits eine Schicht, um alte Farben zu verbergen. *djd*

Zeit für Genuss

Kochen ist nicht nur eine Notwendigkeit, sondern stellt für viele ein beliebtes und spannendes Hobby dar. Rund 35,6 Millionen Menschen in Deutschland kochen regelmäßig, berichtet Statista. Anschließend folgt der Genuss der Gaumenfreuden – am liebsten in einer fröhlichen Runde mit der Familie oder guten Freunden. Feines Porzellan, eine schön dekorierte Tafel und ein wohnliches Ambiente runden die gepflegte Tischkultur ab. Großen Anteil daran hat nicht zuletzt ein individuell anpassbarer Sitzkomfort.

Die moderne Architektur setzt auf Offenheit. Küche, Essbe-

reich und Wohnzimmer gehen häufig fließend ineinander über. Daher dient der Esstisch nicht nur zu gemeinsamen Mahlzeiten, sondern auch für Spieleabende, zum Lesen oder für andere Hobbys. Hochwertige Sitzmöbel tragen dazu bei, dass die Bewohner hier gerne viele Stunden verbringen. Vor allem Anpassungsfähigkeit und Komfort sind dabei gefragt: Die flexible Sitzfläche und Rückenlehne der Esstischstühle etwa von Stressless folgen den Bewegungen des Körpers und ermöglichen eine Vielzahl von Sitzpositionen. So können Gastgeber und Gäste stundenlang bequem und entspannt sitzen, essen und die ge-

meinsame Zeit genießen. Ein praktisches Detail sind auch Drehfüße für die Stühle. Diese Funktion erleichtert das Hinsetzen und Aufstehen, da die Sitzfläche einfach zur Seite gedreht werden kann, ohne den Stuhl vom Tisch wegzuziehen.

Bei Design, Farbe und Materialien kann man aus einer Vielzahl an Optionen auswählen – passend zum persönlichen Geschmack und Einrichtungsstil. Mit niedrigen oder hohen Rückenlehnen, mit oder ohne Armlehnen sowie Gestellvarianten aus Holz oder Stahl lassen sich zum Beispiel die Stühle im norwegischen Design individuell anpassen. *djd*

In unserer schnelllebigen und hektischen Zeit sind die eigenen vier Wände ein wichtiger Rückzugsort, in dem der Alltagsstress vor der Haustür zurückbleibt. Für die Ausstattung ihres Zuhauses wünschen sich viele Menschen Materialien, die für viele Jahre schön bleiben und wenig Pflege erfordern, die also im besten Sinne nachhaltig sind. Bodenbeläge spielen hierbei eine wichtige Rolle.

Wertbeständige Einrichtung

Auf Dauer schön, ökologisch vorteilhaft, nahezu unbegrenzt haltbar und extrem pflegeleicht sind keramische Fliesen. Unter www.deutsche-fliese.de gibt es dazu viele Infos und Einrichtungsideen. Vom authentischen Holzlook über edel-klassische Natursteindekore bis zur urbanen Beton- und Estrichanmutung sowie dekorative Musterfliesen findet heute jeder die perfekten Bodenfliesen für den eigenen Geschmack. *djd*



Wohlfühlatmosphäre
am laufenden (Gardinen-) Band

Beratung,
Lieferung
& Montage
gratis!

100 Jahre

„Gesund schlafen - schöner wohnen“

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

Kniess
Betten- & Raumausstattung

Jetzt wird's BUNT!





Ist das Beet eng bepflanzt, hat das Unkraut kaum Platz.

Tipps für unkrautfreie Beete

In jedem Garten wächst es: das Unkraut. Zwischen Stauden und Sträuchern gedeihen Giersch und Gänsefuß, Quecke und Knopfkraut. Nimmt man die Situation gelassen, breiten sich manche Kräuter allzu sehr aus und bedrängen die Wunschpflanzen. Also muss man aktiv werden.

Mulchen: Wer seinen Boden mulcht, schützt ihn nicht nur vor dem Austrocknen, sondern macht auch lästigen Unkräutern das Leben schwer. Schließlich nimmt ihnen die Mulchschicht das Licht. Die schützende Decke sollte nur wenige Zentimeter dick sein. Als Mulchmaterial eignen sich beispielsweise Rasenschnitt, gehäckseltes Laub, Schafwolle und Rindenhumus.

Eng pflanzen: Rücken die Stauden im Beet dicht zusammen, lassen sie dem Unkraut keinen Platz. Scheint eine Pflanze eine andere zu verdrängen, lichtet man allerdings besser aus. Bevor man eine Fläche bepflanzt, muss man sie komplett vom Un-

kraut befreien. Praktisch ist es, ihnen mit geeignetem Gerät zu Leibe zu rücken. Solide, handgeschmiedete und clever durchdachte Werkzeuge produziert Krumpholz – und das seit 225 Jahren. Der Gartendisk dieses Herstellers etwa bewegt sich wie ein scharfer Teller über die Fläche, lockert die Erdoberfläche auf und kappt das unerwünschte Kraut.

Jäten: Ist man im Frühjahr besonders eifrig und entfernt jedes kleine Kraut, kann man sich im Sommer entspannen. Großes Gerät hat im bepflanzen Beet allerdings nichts zu suchen. Krumpholz hat auch für dicht bewachsene Flächen die richtigen Werkzeuge parat: Die zwei Seiten der Unkraut- und Jätehacke funktionieren ebenso gut wie die schmale Sichel des Cape Cod Weeders. In ganz engen Bereichen sind der Sauzahn oder der Fingerjäter mit ihren sichelförmigen Zinken perfekt. Mehr Informationen zu den Werkzeugen gibt es auf www.krumpholz1799.de. akz-o



Pflück it yourself

Nachhaltig, regional, saisonal und günstig: Zur modernen Küche passen selbst gesammelte Wildpflanzen hervorragend. Der Wildpflanzenguide des Deutschen Jagdverbands – kostenloser Download unter www.jagdverband.de – stellt die wichtigsten vor und liefert gleich Rezepte dazu. Im Sommer haben zum Beispiel diese Pflanzen Saison:

Dost: auch Oregano oder wilder Majoran. Der würzig-kräftige Geschmack passt gut zu Wildgerichten wie panierten Rehsteaks.

Quendel: Er heißt auch wilder Thymian und eignet sich besonders für Eintöpfe, Suppen und Saucen.

Franzosenkraut: Mild, frisch und angenehm knusprig schmeckend, macht es sich vor allem in Salaten gut.

Mädesüß: Passend zum Namen hat es ein mild-süßes, vanilliges Aroma und wird gerne zum Aromatisieren von Getränken und für Süßspeisen verwendet. *djd*



Jetzt ist Pflanzzeit

Äpfel, Birnen, Kirschen oder Pflaumen – wer es fruchtig und aromatisch mag, genießt es, frisches Obst direkt aus dem heimischen Garten zu ernten. Jetzt im Herbst und bis Mitte Dezember ist für die meisten Obstbäume genau der richtige Zeitpunkt für die Pflanzung. Ausnahmen sind nur sehr wärmebedürftige Arten wie Pfirsich, Aprikose, Nektarine oder Walnuss. Hier empfiehlt es sich, ausschließlich im Frühjahr zu pflanzen, damit die Bäume bis zum Winter ihre Wurzeln gut entwickeln können. *akz-o*



Hingucker im Garten

Rosen gelten nicht nur als Symbol für Liebe und Schönheit, sondern sie sind auch wahre Klimaheldinnen in unseren Gärten. In Zeiten des Klimawandels, mit steigenden Temperaturen und Trockenperioden, zeigen Rosen eine bemerkenswerte Anpassungsfähigkeit. Durch ihre tief ins Erdreich reichenden Wurzeln können sie auch in trockenen und heißen Bedingungen gut gedeihen. Diese Eigenschaft ermöglicht es den Rosen, auf Reserven im Boden zuzugreifen und so selbst längere Trockenphasen zu überstehen. Sie sind regelrechte Überlebenskünstlerinnen und trotzen den widrigsten klimatischen Bedingungen.

Besonders empfehlenswert sind sogenannte ADR-Rosen, die im Rahmen der Allgemeinen Deutschen Rosenneuheitenprüfung (www.adr-rose.de) auf ihren Gartenwert geprüft wurden: Größte Bedeutung hat dabei die Widerstandsfähigkeit gegenüber Blattkrankheiten, wie Mehltau, Rost und Sternrußtau. Der Arbeitskreis ADR hat sich zum Ziel gesetzt, die Auswahl von attraktiven und gesunden Rosensorten zu vereinfachen. *spp-o*



Kleines Dünge-Einmaleins

Mit Luft und Liebe ist es nicht getan. Um zu gedeihen, brauchen Pflanzen auch Wasser und Dünger. Magnesium, Kalium, Stickstoff und viele andere Nährstoffe sorgen für üppiges Wachstum und eine reiche Ernte. Mit diesen Tipps ist jede Pflanze gut versorgt. Eine clevere Wahl ist ein organisch-mineralischer Volldünger, der die Vorzüge beider Optionen vereint. Wie beispielsweise der Compo Bio Blaudünger (**compo.de**). Dieser besteht zu 100 % aus rein natürlichen Rohstoffen in Bioqualität, die so zusammengestellt sind, dass selbst Starkzehrer bestens versorgt werden. Mit sofortigem Effekt genauso wie mit Langzeitwirkung. Ein Flüssigdünger eignet sich optimal für Topf- und Kübelpflanzen. Er wird alle zwei bis drei Wochen ins Gießwasser gegeben. Am besten nehmen die Wurzeln den Dünger auf, wenn das Pflanzsubstrat bereits leicht feucht ist. Im Beet ist fester Dünger deutlich praktischer.

Gedüngt wird in der Regel während der Wachstums- und Blühphase, bei den meisten Pflanzen also zwischen Frühjahr und Spätsommer. Wie häufig man das Grün in dieser Zeit mit Dünger versorgt, hängt von Düngerart und dem Bedarf der Pflanze ab. Wer Zierpflanzen in Topf und Beet aber besonders gut durch den Winter bringen möchte, versorgt sie auch im Herbst mit den passenden Nährstoffen. Hier ist Compo Bio Herbst-Fit eine gute Wahl. *spp-o*

Ernte im Hochbeet

Gärtnern im Hochbeet ist aus vielerlei Gründen eine gute Idee. Im Inneren verrotten Äste und Laub zu einem nährstoffreichen Boden für die Pflanzen. Und weil die Sonne nicht nur von oben auf das Gemüse scheint, sondern auch die Seiten des Beetes erwärmt, beginnt die Gartensaison im Hochbeet früher.

Ein Hochbeet-Aufsatz steht direkt auf dem Hochbeet. Wände und Dach aus Glas oder lichtdurchlässigem Kunststoff fangen Sonnenstrahlen ein und halten kalte Winde ab. Besonders praktisch und durchdacht ist das Kombi-Set „Timber“ von Juwel, bestehend aus einem Hochbeet und dem passenden Aufsatz, Thermohaus genannt. Dank der wärmeisolierenden Hohlkammerplatten herrscht ein Mikroklima, in dem sich frühe Keimer und spätes Gemüse äußerst wohl fühlen.

Wenn die Temperaturen sinken und die Tage kürzer werden, neigt sich die Gemüsesaison ihrem Ende entgegen. Ein Aufsatz als Mini-Gewächshaus zögert dieses Ende allerdings um einige Wochen hinaus. Selbst winterfestes Gemüse ist hier gut vor Wind und Wetter geschützt. Den Beginn der nächsten Saison lässt sich mit dem Hochbeet-Aufsatz um einige Wochen vorverlegen, schließlich erwärmt sich die Luft innerhalb der Scheiben schneller. Aussaat und Pflanzen startet also deutlich früher als in den Beeten ohne Dach. *spp-o*



www.baumann-gaerten.de

Sehen und **gesehen werden** ist nicht immer das pure Vergnügen

Wer will schon im eigenen Garten beobachtet werden? Unsere Lösung gegen unerwünschte Einblicke: Sichtschutz aus Glas, Holz, Stein, Pflanzen, bedrucktem Acrylglas oder einer Kombination aus Pflanzen und Werkstoffen. Weil der Mensch Nischen braucht, bauen wir welche; stilgerecht und wohnlich. Freuen Sie sich auf die Geborgenheit Ihres Gartens – durch gekonnt gestalteten Sichtschutz!

 **Baumann**
Gärten & Freiräume
Tel. 06155.7 82 42

Delizios!

Das bringt uns der Herbst

Draußen wird es ungemütlich, da wird es Zeit für Mood-Food! Das Essen soll die Stimmung auffangen und gleichzeitig aufhellen. Im Herbst duftet es überall nach frisch gebackenen Kürbiskuchen und warmen Suppen, die das Herz erwärmen. Die kühle Luft draußen macht das heimische Essen umso wohl-

ger, wenn man sich in eine Decke kuschelt und einen heißen Tee genießt. Gemütliche Abende am Esstisch, Kerzenlicht und die reiche Ernte der Saison schaffen eine besondere Atmosphäre. Jeder Bissen fühlt sich an wie eine Umarmung, die den Herbst in seiner ganzen Pracht willkommen heißt.



Von nebenan

Wo kommen Nahrungsmittel her, unter welchen Bedingungen und in welcher Qualität sind sie entstanden? Mit diesen Fragen beschäftigen sich zahlreiche Verbraucher. Vor allem Regionalität liegt dabei vielen an Herzen: Für fast vier von zehn Menschen in Deutschland (38 Prozent) ist dies ein wichtiger Kaufgrund, berichtet Statista aus einer eigenen repräsentativen Umfrage im Juni 2023. Neben kurzen Produktionswegen sprechen insbesondere Qualität und nachhaltige Methoden für regionale Spezialitäten. *djd*

Das Leben feiern

In einer Welt, die oft von Hektik und Stress dominiert wird, ist es wichtiger denn je, Momente des Glücks und der Freude bewusst zu erleben und zu feiern. Die exklusive Kollaboration zwischen Gin Gold, dem Super-Premium-Gin aus dem Hause Osborne, und der renommierten Designerin Rebekka Ruetz bietet genau dafür eine inspirierende Vorlage. Die Partnerschaft vereint Genuss und Mode auf höchstem Niveau und erinnert uns daran, das Leben in all seinen Facetten zu feiern. *akz-o*

So wird's lecker

Kürbissuppe mit Popcorn-Topping

Die herbstliche Küche ist geprägt von wärmenden Eintöpfen, deftigen Gerichten und Gewürzen wie Zimt und Muskat. Besonders beliebt ist die Kürbissuppe.

Zutaten (für 4 Personen): 800 g Hokkaidokürbis · 600 g Möhren · 1 Stück Ingwer, ca. 5 cm lang · 1 Zwiebeln · 2 EL Butter · 1 Liter Gemüsebrühe · 500 ml Kokosmilch · Salz und Pfeffer · Sojasauce · 1 Zitrone · Koriandergrün zum Garnieren

Zubereitung: Kürbis, Möhren, Ingwer und Zwiebel schälen und würfeln, in der Butter andünsten. Mit der Brühe aufgießen und in etwa 15 - 20 Minuten weichkochen. Dann sehr fein pürieren, eventuell durch ein Sieb streichen. Die Kokosmilch unterrühren, mit Salz, Pfeffer, Sojasauce und Zitronensaft abschmecken und noch mal erwärmen. Mit Korianderblättchen garniert servieren. **Für das Topping:** Fertiges Popcorn (www.popcorn.org) in eine große, saubere Papiertüte geben. Petersilie, Thymian, Basilikum, Oregano und Cajun-Creole-Gewürz auf das Popcorn streuen. Beutel verschließen und schütteln, um die Gewürze zu verteilen. Zum Servieren über die Suppe streuen.



Panna Cotta in Caprese-Art

Zutaten: 3 Blatt Gelatine · 500 ml Sahne · 100 g Pecorino Romano DOP · 1 TL Zucker · 3 gr. Fleischtomaten · Olivenöl · Fleur de Sel · Abrieb einer Zitrone · Basilikumblätter (Deko) · Spritzer von Capri-Zitrone

Zubereitung: Sahne erwärmen, geriebenen Käse und Zucker darin schmelzen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen, in Sahne-Mischung einrühren. Masse in Glasförmchen füllen, mind. 6 Stunden kühlen. Tomatenscheiben auf Tellern arrangieren, Panna Cotta in die Mitte stürzen, mit Olivenöl, Fleur de Sel und Zitronenabrieb verfeinern.



Im Wallis streift man den Raclette du Valais AOP bis heute mit einem Messer unter Hitze ab. Für ein Käsefondue werden meist mehrere Sorten gemischt, um ein besonderes Aroma zu kreieren. Bei Schweizer Raclettekäse handelt es sich



um vollfetten Schnittkäse, der hervorragend schmelzbar ist. Kartoffeln, Silberzwiebeln und Cornichons begleiten klassisch das Raclette. Käse aus der Schweiz steht seit jeher für Natürlichkeit, Qualität, Tradition und Geselligkeit.

Zum Zusammenkommen und Dahinschmelzen

Wenn die Tage kälter und kürzer werden, ist es Zeit für geschmolzenen Käse. Mit den Schweizer Nationalgerichten Raclette und Fondue gelingt gemeinsamer Genuss ganz entspannt. Zusammen in gemütlicher Runde am Tisch zubereitet, wird das Essen zum Erlebnis. Die Herkunft des Fondues ist umstritten. Sowohl die Schweiz als auch Savoyen in Frankreich erheben Anspruch auf den Ursprung des Fondues. Sicher ist: Das Käsefondue wurde in den Westalpen erfunden. Beim Raclette ist die Lage eindeutig. Die Hirten der Urschweiz schöpften bereits 1291 bei einem würzigen Raclette neue Kraft. Das bezeugen schriftliche Überlieferungen aus Klöstern von Ob- und Nidwalden. Dazu setzten sie einen halben Käselaiab der Hitze des Feuers aus und streiften den geschmolzenen Käse mit einem Messer ab. Auch heute genießt man den Raclette du Valais AOP im Wallis genauso. *akz-o*

© Graciela/akz-o, Käse aus der Schweiz/akz-o

DU HAST BOCK AUF WAS NEUES?
ONLINE BEWERBUNG IN WENIGER
ALS 2 MINUTEN.



Liebig
Wir schaffen Genuss!
Pfungstadt • Bickenbach • Crumstadt • Seeheim • Eberstadt • Stockstadt

www.a4-format.de

Hier & da

Ideen

JazzLounge in Groß-Umstadt

Am 13. Oktober 2024 um 18:00 Uhr lädt das Kulturmanagement der Stadt Groß-Umstadt zur JazzLounge in die Stadthalle ein. Im Mittelpunkt steht die beeindruckende Yvonne Isegrei, die das Publikum mit ihrer Vielseitigkeit als Gitarristin, Sängerin und Songwriterin begeistert. Bekannt durch ihre Auftritte mit der Al Jones Band, tourte sie viele Jahre durch Europa und hinterlässt mit ihrer kraftvollen Mischung aus Blues, Funk und Soul einen bleibenden Eindruck.

An diesem Abend entführt Yvonne Isegrei gemeinsam mit ihrer Band das Publikum auf eine musikalische Reise, die den Blues in seiner ganzen Vielfalt präsentiert. Mit einer Kombination aus Eigenkompositionen und frisch interpretierten Klassikern beweisen die Musiker, dass der Blues weit mehr ist als nur zwölf Takte und drei Akkorde. Mit Charme und Energie führt Yvonne durch das abwechslungsreiche Programm und verleiht ihm mit ihrer einzigartigen Stimme und ihrem dynamischen Gitarrenspiel eine ganz persönliche Note.

Tickets sind im Vorverkauf für 16 Euro an den bekannten Vorverkaufsstellen sowie online unter www.gross-umstadt.de erhältlich. Weitere Informationen sind unter 06078 – 781 264 oder per E-Mail an a.borchert@gross-umstadt.de erhältlich. *red*



Sicherheit geht vor

Die Stadt Groß-Umstadt beteiligt sich an der Initiative „KOMPASS“ des Hessischen Ministeriums des Innern, für Sicherheit und Heimatschutz. Ziel der Initiative ist es, gemeinsam mit der Polizei, der Stadtverwaltung und weiteren Akteuren ein maßgeschneidertes Sicherheitskonzept für die Stadt zu entwickeln. Weitere In-

formationen zur Initiative finden sich unter www.kompass.hessen.de. Im Rahmen dieser Initiative wurde im Februar dieses Jahres eine Bürgerbefragung zum persönlichen Sicherheitsgefühl und Alltagsverhalten der Einwohnerinnen und Einwohner durchgeführt. Die Ergebnisse dieser Umfrage sollen nun in

einer öffentlichen Sicherheitskonferenz vorgestellt und gemeinsam diskutiert werden. Die Stadt Groß-Umstadt lädt daher alle Interessierten zur 1. Sicherheitskonferenz ein, die am Mittwoch, den 30. Oktober 2024, um 17:00 Uhr in der Stadthalle, Am Darmstädter Schloss 6 stattfinden wird. *red*

für die Herbstferien & mehr

Mit dem Nachtwächter unterwegs

Am Mittwoch, den 9. Oktober 2024, lädt die Stadt Groß-Umstadt zu einer besonderen historischen Führung ein. Um 18:00 Uhr geht es mit dem Nachtwächter, stilgerecht gewandet mit Gassenspieß, Laterne, Horn und Dreispitz, durch die malerischen Gassen der Altstadt. Mit einem Augenzwinkern erzählt er so manche spannende Anekdote aus seinem damaligen Berufsalltag.

Treffpunkt für die Tour ist am historischen Rathausportal am Marktplatz in Groß-Umstadt. Der Teilnahmebeitrag beträgt 5,- Euro pro Person, Kinder sind frei. Eine vorherige Anmeldung ist nicht nötig. Weitere Nachtwächterführungen in diesem Jahr finden am 13. November und 11. Dezember statt. Mehr Informationen unter 06078 / 781-261 oder tourismus@gross-umstadt.de. *red*

35. Musikwochen

Die 35. „Musikwochen der Kreisstadt Heppenheim“ haben im September begonnen und werden bis zum 31. Dezember gehen. Geboten werden Musikstile wie Folk, Tango, Jazz, Kammermusik, Chanson, Weihnachtsmusik, Musical, Chormusik und auch Schülerkonzerte, eine offene Bühne und ein literarisches Konzert. Das Programm gibt es auf www.heppenheim.de. Öffentliche Konzerte, welche im Zeitraum stattfinden, können gerne noch aufgenommen werden. *red*

Viel Lesestoff

Besucher der Heppheimer Stadtbücherei haben die Auswahl aus über 33.000 Medien vor Ort und über weitere 100.000 eMedien in der Onleihe. Wer Ausgefallenes und Spezielles sucht, das in Heppenheim nicht vorhanden ist, kann das Angebot der Fernleihe nutzen, dann kommt das gewünschte Buch zu Forschungszwecken aus einer wissenschaftlichen Bibliothek direkt nach Heppenheim. Sie können den gesamten Bestand auch bequem von zuhause recherchieren und in den Neuerwerbungen stöbern (opac.winbiap.net/heppenheim). Die Stadtbücherei Heppenheim kann selbstverständlich auch von Lesern die nicht in Heppenheim wohnen genutzt werden. Im Rahmen der Interkulturellen Woche erhält die Bücherei Anfang November, am 09.11., wieder Besuch aus einer fernen Galaxie zum überregional bekannten StarWars-Tag. Zwei Stunden lang kann zu den Öffnungszeiten im ganzen Haus mit den lebensechten Originalen gefachsimpelt werden und das Familienalbum um einige Starfotos erweitert werden. *red*

volksbanking.de/100

Gute Zinsen, gute Laune! Der Weltspartag wird 100.

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Bis zu **4,25%***
Zinsen p.a. sichern!

Wir haben genau das Richtige für Sie, wenn Sie eine sichere und attraktive Geldanlage suchen. Weitere Informationen und Terminvereinbarung: volksbanking.de/100

Volksbank Darmstadt Mainz

*im 4. Laufzeitjahr bei der Anlage als SuperPlus.



Die Tanzstunde

Professor Ever Montgomery muss für eine Preisverleihung tanzen lernen. Eigentlich keine allzu schwierige Aufgabe, würde er nicht Körperkontakt verabscheuen, denn Ever ist Autist. Seine Nachbarin, die Tänzerin Senga Quinn, hat da ganz andere Probleme: Von einer verkorksten Beziehung und schwierigen Familienverhältnissen mal ganz abgesehen, ist es nach einem Unfall fraglich, ob sie je wieder in ihrem Beruf arbeiten kann. Die Stimmung ist also ziemlich gereizt, als Ever sie um Unterricht bittet, zumal Senga das absurd hohe Honorar zunächst als unmoralisches Angebot missversteht. Eine romantische Komödie mit viel Schwung, choreografiert von der Tanzschule MüllerMerkt, die am 11. Oktober um 20 Uhr im Theater Mollerhaus in Darmstadt gegeben wird. *red*



It's magic?

Wie man in Sachen Geldanlage mehr erreichen kann, zeigt die Volksbank Darmstadt Mainz am 26. November 2024 in Bensheim: "Magie und Moneten - Für Ihre Geldanlage braucht es keine Magie!" lautet der Slogan des Abends.

Erfahren Sie alles Wichtige und Wissenswerte zum Thema Geldanlage im aktuellen Marktumfeld

von René Lorenz, Direktor Regionalmarkt bei der Volksbank Darmstadt Mainz, und Hartmut Runge, Vertriebsdirektor der Union Investment. Mit dabei: Marc Gettmann – ein Mentalmagier, der Sie begeistern, verblüffen und faszinieren wird.

Auf Sie wartet ein Abend mit wichtigen Informationen und guter Unterhaltung. Nutzen

Sie die Gelegenheit zu einem netten Austausch bei einem Getränk und kleinen Leckereien. Am besten gleich anmelden und zwar online unter volksbanking.de/magie o. telefonisch: 06131 148-8000. *PR*

**Dienstag, 26. November 2024,
19:00 Uhr (Einlass: 18:30 Uhr),
Kultur- und Kongresszentrum
Bensheim, Am Bürgerhaus 14**



GOLDREGEN

für vinum autmundis

Kommende Events

09. Oktober After Work Party

10. Oktober Gin & Wein

16. Oktober After Work Party

23. Oktober After Work Party

30. Oktober After Work Party

02. November Letzte Bütt mit Liveband

... und viele weitere.

Kontakt und Anfragen:
events@vinum-autmundis.de
oder 06078 2349. Alle weiteren Infos zu Terminen und Veranstaltungen:
www.vinum-autmundis.de/events

Guter Wein ist kein Zufall – er entsteht durch Erfahrung und harte Arbeit im Weinberg und Keller, unter der Leitung von Kellermeister Max Jantke. Das Können und die Leidenschaft unserer Winzerfamilien sind in jedem Glas zu schmecken.

Gleich vier Mal Gold holt die PIWI-Rebsorte Johanniter, der Sauvignon Blanc trocken, der Silvaner halbtrocken und die Rotwein-Cuvée Noir bei der AWC Vienna, der weltweit führenden Weinbewertung.

Tipp: Jetzt heißt es wieder: „Wo's Sträußchen hängt, wird ausgeschenkt.“ Im Riegelgartenweg 1 in Groß-Umstadt öffnet vinum autmundis die traditionelle Straußwirtschaft mit regionalen Speisen und frischem Federweißen.



Straußwirtschaft in Groß-Umstadt ist geöffnet

Mittwoch - Sonntag | Reservierungen per Mail an events@vinum-autmundis.de

www.vinum-autmundis.de

Die Odenwälder Winzergenossenschaft eG Riegelgartenweg 1 | 64823 Groß-Umstadt | 06078 2349

frischer Federweißer,
traditionelle Speisen &
After Work Parties



Hits für Kids vor der Tür

Der Odenwald im Dreiländereck Baden-Württemberg, Hessen und Bayern ist ein vielseitiges Urlaubsziel für Familien. Zwischen Berg und Tal gibt es viele Ferienwohnungen in kleinen Orten oder auf Bauernhöfen, Rad- und Wanderwege direkt vor der Tür.

Unter Adlern und Geiern: Alle Besucher halten den Atem an, wenn knapp über ihren Köpfen Adler und Geier vorbeifliegen oder neben ihnen über die Bänke hüpfen. Die Deutsche Greifenwarte auf Burg Guttenberg zeigt täglich Flugshows, bei denen die imposanten Tiere im freien Flug übers Neckartal kreisen. Zudem gibt es auf der mittelalterlichen Burg eine preisgekrönte Ausstellung, die vom Leben der Ritter erzählt. Infos: www.tg-odenwald.de/hitsfuerkids

Als Höhlenforscher untertage: Die Eberstadter Tropfsteinhöhle bietet spezielle Kinderführungen für kleine Naturforscher an.

Die Kleinsten können sogar im Kinderwagen durch den Höhlengang geschoben werden, der sich mehr als 600 Meter in die Tiefe schlängelt. Die Muschelkalkformationen sind bis zu zwei Millionen Jahre alt. Im Besucherzentrum wird das Naturwunder multimedial erklärt, nebenan gibt es zwei Naturlehrpfade.

Radeln auf dem Smart Pfad: Auf Deutschlands längstem MINT-Outdoor-Pfad radelt die ganze Familie zu spannenden Erlebnisstationen, an denen insgesamt 45 Exponate zum Knobeln und Experimentieren, Forschen und Tüfteln, Beobachten und Balancieren einladen. Anders als in der Schule geht es hier um spielerische Aktivitäten an der knapp 20 Kilometer langen Route auf dem Main-Neckar-Radweg zwischen Mudau und Amorbach. In den Touristinfos gibt es ein Expeditionsheft mit Tipps und Rätseln.



Wilden und zahmen Tieren begegnen: Im Wildpark Schwarzach treffen die Besucher mehr als 400 einheimische und exotische Tiere in artgerechten Gehegen. Auf der Streichelwiese warten zahme Haustiere auf die Kinder. Daneben bietet der weitläufige Naturerlebnispark einen Afrika-Spielplatz zum Toben, einen Streichelzoo und einen Schaubauernhof, eine Kindereisenbahn im Country-Stil und einen Kiosk. *djd*

Im Wildpark Schwarzach leben auch zahme Tiere, die sich streicheln lassen.





Am Rand der Margareten-
schlucht genießen die Wanderer
einen Panoramablick über das
Neckartal.

Über die Höhen am Neckar zum Limes

Zwischen Neckar und Odenwald erstrecken sich Fern- und Rundwanderwege, auf denen Aktivurlauber Land und Leute kennenlernen oder in die Geschichte reisen können. Der Qualitätsweg Neckarsteig von Heidelberg bis Bad Wimpfen führt zum Beispiel oberhalb des Flusses durch den Odenwald, seine neun Etappen sind mit der S-Bahn auch für Tagestouren zu erreichen. Zu den Sehenswürdigkeiten am Wegesrand zählen historische Fachwerkstädte, Schlösser und Burgen, aber auch Naturschätze wie die Margareten Schlucht mit dem höchsten Wasserfall im Odenwald. Sechs Römer-Pfade führen auf den Spuren der Römer zum Limes, ihrem zweitausendjährigen Grenzwall. Am Wegesrand sind Kastelle, nachgebaute Palisaden und Wachtürme zu entdecken. Unter www.tg-odenwald.de steht ein interaktiver Tourenplaner bereit.



**OPTIK
BOGORINSKI**
Sehen & Hören

🏠 Eberstädter Str. 79 · 64319 Pfungstadt 📞 06157 - 2962
✉️ info@bogorinski.de 🌐 bogorinski.de

Jetzt sowohl mit unserem gewohnten Angebot der neuesten Brillen, Sonnenbrillen und Kontaktlinsen wie auch mit unserem hochwertigen Angebot der modernsten Hörgeräte. Weiterhin bieten wir für Ihre Augen Screening-Untersuchungen an.



Die Lust am Lesen steht im Vordergrund der Feierlichkeiten zum 25-jährigen Bestehen der Umstädter Bücherei.

25 Jahre Lesefreude

Das 25-jährige Bestehen der UmStadtBücherei in der Stadthalle feiert die Stadt Groß-Umstadt mit einer Reihe von Veranstaltungen, die sich über mehrere Wochen erstrecken. Auf dem Programm stehen verschiedene Lesungen für Kinder und Erwachsene, eine Buchempfehlungsshow für Grundschul Kinder, bis hin zu einer Kindertheaterveranstaltung. Höhepunkt der Feierlichkeiten ist die Jubiläumsveranstaltung am Samstag, den 16. November ab 11:00 Uhr in der Stadthalle von Groß-Umstadt. Hier werden die neu gestalteten Räumlichkeiten der Bücherei vorgestellt, außerdem gibt es mehrere Vorleseaktionen für Kinder. Auch der Gewinner des Jubiläumsquiz wird bekanntgegeben. Der Eintritt ist frei. Für das erwachsene Publikum gibt es einen weiteren Höhepunkt am Donnerstag, den 28. November um 20 Uhr im Pfälzer Schloss: Der Autor Benjamin Cors liest aus seinem Spiegel-Bestseller „Krähentage“. Tickets gibt es für 10 Euro im Vorverkauf und 11 Euro an der Abendkasse. Aufgrund des Umbaus im Eingangsbereich und Kinderbereich der Stadtbücherei, wird die UmStadtBücherei in der Zeit vom 7. – 19. Oktober geschlossen sein. *red*

Sparen auf der Sonnenseite

Die Modulpreise sind weiterhin niedrig und das neue Solarpaket bringt bürokratische Erleichterungen mit sich. Unternehmen können mit einer Photovoltaikanlage ihre Stromrechnung senken, unabhängiger werden und ihr positives Image stärken. Der Wartungsaufwand der Anlagen ist oft gering, der Eigenverbrauch des erzeugten Stroms ist in der Regel besonders wirtschaftlich. Gründe genug für den Kreis Groß-Gerau, eine Online-Veranstaltung zum Thema „Photovoltaik im Unternehmen“ anzubieten. Die Veranstaltung ist für 15. Oktober 2024 von 15 bis 17 Uhr geplant. Einleitend referiert Lukas Nikolai von der LandesEnergieAgentur Hessen GmbH über politische, rechtliche und technische Grundlagen. Dabei stellt er Vorteile für Unternehmen heraus, beschreibt verschiedene Wege zur eigenen Anlage und erklärt, wann sich ein Speicher lohnen kann. Anschließend beschreibt Christoph Hesselmann von der Opel Energy GmbH Tipps und Tricks zu Planung, Bau und Betrieb, bevor er ein Best-Practice-Beispiel vorstellt. Die Veranstaltung findet im Rahmen der 2019 gestarteten Reihe „Energie im Unternehmen“ statt. Alle Unternehmen und Interessenten, inner- und außerhalb des Kreises, sind dazu eingeladen. Anmeldung unter <https://eveeno.com/174779887>, alternativ per E-Mail an klima@kreisgg.de oder telefonisch bei Patrick Ehmann vom Kreis Groß-Gerau unter 06152 989-582. Infos unter: <https://klima.kreisgg.de/unternehmen/energie-im-unternehmen/> *red*



"New Work" als Chance

Ein gutes Arbeitsklima, flexible Arbeitszeitmodelle, individuelle Weiterbildungsmöglichkeiten und eine klare Trennung zwischen Beruf und Privatleben erwartet die Generation Z, die jetzt in den Arbeitsmarkt eintritt, von ihrem Arbeitgeber. Das Konzept des "New Work" bedeutet ein Umdenken und eine Herausforderung auch für HR-Manager. Das berufsbegleitende Onlinestudium Bachelor New Work & Transformation Management von Wings etwa, dem Fernstudienanbieter der Hochschule Wismar, vermittelt aktuelles Wissen über die „neuen Arbeitnehmer“ und bietet innovative Lösungsansätze. Ziel ist es, gezielt angehende Manager auszubilden, die dieses Know-how anwenden und Personalthemen als zentrale unternehmerische Aufgabe umsetzen können. Alle Infos: wings.de/newwork. *djd-k*

Lernbegleitung extern

Eltern sollten ihren Kindern die Schulaufgaben nicht abnehmen, sondern sie bei Schwierigkeiten nachhaltig zur Selbsthilfe anleiten. Oft fehlen Mama oder Papa jedoch die Zeit oder auch die Nerven, neben ihrem eigenen Arbeitstag und den Aufgaben im Haushalt auch noch die geduldige Lernbegleitung für die Kinder zu übernehmen. Oft kommt es dann zu Konflikten, die weder dem Familienfrieden noch dem Lernfortschritt des Kindes guttun. Dieses Problem lässt sich mit einer externen Nachhilfe leicht lösen, beispielsweise beim Studienkreis. Die ausgebildeten Fachkräfte finden in der Regel schnell einen Zugang zu den Kindern und kennen sich auch im aktuellen Schulstoff aus. Unter www.studienkreis.de liest man mehr darüber. *djd-k*

Der Experte

Es zieht sich wie ein roter Faden durch die Geschichte. Sparen ist entscheidend für finanzielle Absicherung der Zukunft. Schon unsere Großeltern und Urgroßeltern wussten, dass der kluge, langfristige Umgang mit den Einnahmen die Basis ist für finanzielle Unabhängigkeit und Freiheit. Um diesen Gedanken bei den Menschen stets wach zu halten, gibt es seit genau 100 Jahren den Weltspartag, traditionell in der letzten Oktoberwoche. Ins Leben gerufen wurde der Weltspartag 1924 auf dem 1. Internationalen Sparkassenkongress in Mailand. Dieses besondere Jubiläum feiert die Kreissparkasse Groß-Gerau in diesem Herbst mit einer ganzen Weltsparwoche. Vom 28. Oktober bis zum 1. November geht es ums Sparen in all seinen Facetten, für die Alterssicherung ebenso wie für den Immobilienkauf und vieles mehr. Bereits ab dem 19. Oktober können Sparkassenkunden an unserem großen Gewinnspiel teilnehmen. Zwölf Tage lang gibt es dann die Chance auf täglich tolle Preise im Gesamtwert von 20.000 Euro zu gewinnen. Auch Geschenke für Kinder gibt es, zum Beispiel den Plüschesel Oli, ein Smartphone Lanyard oder ein Smartphone Ringlicht. Zusätzlich zu den Geschenken verlosen wir unter allen jungen Sparern einen rund 70 Zentimeter großen Plüschesel Oli. Alle Infos zur Weltsparwoche finden Sie unter kskkg.de/weltsparwoche.



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

Mit großem Jubiläums-Gewinnspiel



100 Jahre
Weltspartag

Wir machen aus dem Weltspartag eine ganze Weltsparwoche - vom 28. Oktober bis zum 1. November.

Nehmen Sie vom 19. bis 30. Oktober am großen Jubiläums-Gewinnspiel teil. Sie haben 12 Tage lang die Chance auf viele tolle Preise im Gesamtwert von 20.000 Euro.



Weitere Infos auf
kskkg.de/weltsparwoche



Kreissparkasse
Groß-Gerau

Weil's um mehr als Geld geht.

Herbstzeit ist Lesezeit

Bücher sind wie das Fenster zur Welt. Sie bieten uns nicht nur Einblicke in verschiedene Kulturen, historische Ereignisse und imaginäre Welten, sondern fördern auch unser persönliches Wachstum und unsere Entwicklung. Bücher eröffnen neue Perspektiven und erweitern unser Wissen. Durch das Lesen können wir uns in andere Zeiten und Orte versetzen, andere Kulturen kennenlernen und Einblicke in die Gedankenwelt von Menschen erhalten, die ganz anders leben als wir. Diese Vielfalt an Erfahrungen hilft uns, ein umfassenderes Verständnis der Welt zu entwickeln. *akz-o*



Lesen...

... fördert die Empathie: Beim Lesen tauchen wir tief in das Leben und die Gefühle der Figuren ein. Wir erleben ihre Freuden und Leiden, was unsere Fähigkeit zur Empathie stärkt.

... stärkt die kognitiven Fähigkeiten: Das regelmäßige Lesen fördert unsere geistige Fitness. Es verbessert die Konzentration, das Gedächtnis und die Sprachfähigkeiten. Die Auseinandersetzung mit komplexen Texten und die

Reflexion über deren Inhalte trainieren analytisches Denken und Problemlösungsfähigkeiten.

... unterstützt die Entwicklung von Kreativität und Vorstellungskraft: Bücher sind eine Quelle unendlicher Inspiration. Besonders in der Belletristik finden wir innovative Ideen und ausgefallene Konzepte, die unsere eigene Vorstellungskraft anregen. Dies kann nicht nur die kreative Seite fördern, sondern auch unsere

Fähigkeit, originelle Lösungen für alltägliche Probleme zu finden.

... bildet und vermittelt Wissen: Bücher sind eine unschätzbare Quelle des Wissens. Sie bieten detaillierte Informationen zu nahezu jedem Thema und sind oft das Ergebnis jahrelanger Forschung und Expertise. Durch das Lesen von Sachbüchern oder historischen Berichten können wir unser Wissen erweitern und Entscheidungen treffen. *akz-o*

Für Bücherwürmer!

Eine interessante Möglichkeit, um kostenlos an die neuesten Bestseller, aber auch altbewährte Klassiker aus allen Genres zu kommen, bietet die Internetseite www.lesehits.de. Hier nimmt man nach Beantwortung einer sogenannten Bewerbungsfrage automatisch

an einem Gewinnspiel teil. Die Gewinner erhalten dann jeweils ein Exemplar des vom Moderator vorgestellten Buches. Für echte Leseratten bietet dieses Portal einen Überblick über verschiedene Genres ebenso wie eine kurze Zusammenfassung des jeweiligen Buches. *akz-o*



Leseland Hessen

Das hessenweite Literaturfestival lädt zum 22. Mal Autoren für Lesungen aus ihren Neuerscheinungen nach Hessen ein. In diesem Jahr präsentieren 139 Autoren bis zum 1. November ihre neuen Bücher. Insgesamt sind 217 Veranstaltungen in 58 hessischen Städten und Gemeinden geplant.

„Leseland Hessen bietet Literatur zum Erleben. Im vielfältigen Programm finden sich neben spannenden Krimi-Lesungen und der Bestseller-Lesung im Gemeindesaal auch außergewöhnlichere Formate

wie eine musikalische Lesung mit 100 Songs durch Italien“, so Kunst- und Kulturminister Timon Gremmels.

Zu Gast sind zahlreiche prominente Namen der Gegenwartsliteratur wie Clemens Meyer, Deniz Ohde, Rafik Schami oder Melanie Raabe. Wer es spannend mag, kommt auch dieses Mal nicht zu kurz mit Krimi-Lesungen unter anderem von Michael Kobr, Zoë Beck oder Arne Dahl. Auch Tennis-Legende Andrea Petković hat mehrere Auftritte, um ihr Buch „Zeit, sich aus dem

Staub zu machen“ vorzustellen. Neben den öffentlichen Veranstaltungen gibt es zahlreiche Kinderbuchlesungen an hessischen Schulen.

„Leseland Hessen“ wird seit 2013 vom Hessischen Literaturforum im Mousonturm e.V. in Frankfurt durchgeführt, organisiert und koordiniert. Seit 2018 wurde Leseland Hessen in die institutionelle Förderung des Hessischen Literaturforums integriert. Eine Übersicht über alle Orte und Termine ist abrufbar unter: www.leseland-hessen.de. *red*

endlich wieder
Details hören

Hörgeräte
Henning
MEISTERBETRIEB
www.hoergeraete-henning.de

Auerbach
☎ 06251 770366

Seeheim
☎ 06257 9994457

Jugenheim
☎ 06257 904070

Kontur	Verbindungs- masse aus Gips	Hinter- grund- berichte	Ägyptische Schutz- göttin	franzö- sisch: Salz	skandi- navische Haupt- stadt	Haupt- stadt der Steier- mark	Stadt in Minas Gerais (Bras.)	Trink- spruch in Skandi- navien	Börsen- aufgeld	früherer äthiop. Fürsten- titel	ein Bild ein- fassen	Metall- fein- gehalt	nicht zu emp- fehlen
					amerika- nische Lastzug	9			mit der Hand fassen				
est- nische Insel (deutsch)			13		Besitz (... und Gut)			kretische Königs- tochter (Sage)		11			Mit- knecht
Theater- nach- spiel						extrem viele					Haupt- stadt in Ost- europa		
	3			Roman von Emile Zola							franzö- sischer Schrift- steller †		8
144 Stück			Trink- spruch (Zum ...)								schweiz. Medi- ziner † 1973	10	
un- gefahr											Öl- pflanze	Meeres- boden- erschüt- terung	
Provinz in Florida													
Heim für Obdach- lose	Sieb	Initialen von Abers			latei- nisch: Luft						ugs.: einen		Frei- denker
											Ver- suchs- raum (Kw.)	ankün- digen, an- melden	franzö- sisch: man
Speise- saal für Studen- ten	deutsch für 'Mono- gamie'			Initialen Hitch- cocks	japa- nische Münze		Lebens- gefährtin Lennons (Yoko)	Musik- note	be- stimmter Artikel (3. Fall)	franzö- sisch: Straße	Blut- ader		
ehe- lichen						2	Schön- ling (franz.)			See in Bayern			franz. Back- spezia- lität
				aus- schütten	ein Monats- name						Ort im Allgäu		
Männer- kurz- name	franz. Heimat- dichter † (Jean)	int. Kfz-K. Libanon									US- Regis- teur †		6
US- Schauspieler (Richard)											sagen- hafter König Trojas	Sauer- stoff	
abge- lächter Hering			7										4
				Möbel- plüsch							englisch: Ausgang		
Düssel- dorfer Flanier- meile	englisch, span.: mich, mir										Zwerg der Edda		nicht Samstag, nicht Sonntag
Form des Sauer- stoffs											Krimi- nelle, Lang- finger	griechi- scher Buch- stabe	Stadt im Münster- land
Buchen- frucht	Kanada in der Landes- sprache	Kirchen- diener		chem. Zeichen für Radium									
					Weber- kamm	antikes Kriegs- schiff		Nerven betref- fend	US-High Tech- Aktien- index	Vorname der Lolo- brigida	voll- tönend		
Unab- hängig- keit							nordi- scher Meer- nese				skand. Männer- name	Initialen v. Kolum- bus	
			5	ein Niloten- stamm		US- Schauspieler (James)				chinesi- sche Dynastie	Grund- stücks- miete		1
Shet- land- insel	hinwei- sendes Wort						japani- sche Meile		ein Palmen- produkt			ehem. portug. Kolonie in Indien	
Schmalz- kringel					afrika- nischer Kropf- storch					kauka- sischer Stein- bock		12	Abk.: Loga- rithmus
Jäger- rucksack				Gegen- stand von Heiligen							Bewoh- ner von Laos		

Funkelnder Herbst

Bis Ende Oktober

20%

auf ALLE Diamanten



VOGELSANG
Schmuck mit Charakter

www.vogelsang-schmuck.de

Heidelberger Landstr. 200 · 64297 Darmstadt · Tel.: 0 61 51 / 94 34 85

Gewinnen Sie mit dem **A⁴FORMAT** SÜDHESSENS SCHÖNSTE SEITEN

noch mehr Durchblick:
1 x Brillengutschein
im Wert von 100 Euro
von unserem Partner
Optik Bogorinski
in Pfungstadt!



Lösungswort aus dem Kreuzworträtsel mit Namen und Telefonnummer bis zum 21. Oktober 2024 senden an: agentur stilEcht GmbH, Schillerstraße 2, 64342 Seeheim-Jugenheim, E-Mail: gewinnspiel@agentur-stilecht.de

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13

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

WER WAR'S?

Der 16. Oktober 1925 war der Geburtstag unserer Oktober-Persönlichkeit. Sie erblickte an diesem Tag in London das Licht der Welt. Das öffentliche Leben war ihr von klein auf bekannt, denn der Vater war Politiker, die Mutter Schauspielerin. Die Halbschwester unserer gesuchten Persönlichkeit war die spätere Frau von Sir Peter Ustinov. Als der 2. Weltkrieg ausbrach, wanderte sie mit ihrer Mutter nach Amerika aus. Aus zweiter Ehe hat die Gesuchte zwei Kinder. In Montreal und New York sammelte sie erste Erfahrungen, erhielt mit 19 Jahren die erste Rolle in einem Hollywood-Thriller an der Seite von Ingrid Bergmann - und erhielt prompt einen Oscar-Nominierung für die beste Nebenrolle. Da Stimme und Aussehen vom Hollywood-Standard abwichen, war ihre Rollenauswahl auch eher atypisch und sie wurde meist auf ältere Rollen besetzt. Krimis waren aber immer "ihr Ding", damit wurde sie bekannt und einem breiten Publikum in einer 264 Folgen langen Serie unvergessen. 2014 erhielt sie den Ehren-Oscar für ihr Lebenswerk. Am 11. Oktober 2022 starb die Theater- und Filmschauspielerin, Autorin und Synchronsprecherin in Los Angeles.



Alle klassischen Fußpflege-Leistungen, auch kosmetische Fußpflege, Nagelprobleme aller Art, Pflege, Analyse und Behandlung.

Strähnen bei uns schon ab 27 Euro!



Termine und Beratung unter 06257-969371
Bergstraße 5,
64342 Seeheim-Jugenheim
www.coiffeurkeimp.de

CCEE		GIL	CIO	AL
FHII		MOW		
LNO				
EILM				
ACCO				
IOW				EEEE LPRU
FILOU			ENO	
EEIKN		EP		
EH			ARUZ	
ALOV				
AEMRT	AAIN PRST	AEEFH MNST	ORS	AIRS
				ISU
OPSST		AGORS		GIN NNU
			BEHIN	EI
AAI MNR		EIMR	BEIN	
				IN
AEEHR				IU NR
IMN			HINR	H I R N
EGNN NRTU				

MOBIL

NACHHALTIG

GUT

Jetzt Termin machen zum Reifenwechsel!

KRAFT

AUTOHAUS

RENAULT

DACIA
EINFACH GUT

Autohaus Kraft GmbH und Co. KG · Heidelberger Str. 12 · 64342 Seeheim-Jugenheim · Tel.: 06257-97303 · www.renault-seeheim.de · facebook.com/AutohausKraft

A4-FORMAT IM NOVEMBER 2024:



So will ich leben

Tipps für Junggebliebene

Raus geht's

Unterwegs im November

Überbacken

Herzhaft lecker genießen

IMPRESSUM

Verlag
 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 & Chefredakteur
 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

Anzeigen
 Gültige Anzeigenpreisliste: Januar 2023

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

Erscheinung:
 Monatlich an zahlreichen Auslagestellen in Südhessen

Gestaltung
 agentur stilEcht GmbH

Druck
 agentur stilEcht GmbH

Fotonachweis
 Titelfoto: © Shopping King Louie - 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 Lifestylemagazin 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.

Lösung der Rätsel der Ausgabe im September 2024

Lösungswort:
HANDFLÄCHE

Die Gesuchte war:
 Rosamunde Pilcher OBE
 (geborene Scott; * 22. September 1924 in Lelant, Cornwall, England; † 6. Februar 2019 in Longforgan, Perth and Kinross, Schottland) war eine britische Schriftstellerin.

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

Unser September-Gewinner:

Martina Dörr, Pfungstadt

M	A	S	T	A
R	I	A	L	
K	G	B		
G	N	R		
D	R	A	K	E
G	A	L	A	N
E	U	I		
F	U	T		
I	H	R		
S	N	I		
T	R	U	C	K
A	H	O	O	G
S	T	O	R	M
I	E	N	O	N
R	O	S	I	N
N	U	B	U	K
A	G	E	R	U
L	O	N	D	O

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









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

Schaulade

Schönes und Schenken

eberstadt



10 Jahre

Schaulade!

10 %
auf ALLES!*

* bis 31. Oktober 2024 und nicht anwendbar auf Produkte von Wendt & Kühn

Feiern
Sie mit!

