DER ISEBORJER

UNSER ♡ SCHLÄGT FÜR NEU-ISENBURG

7713

Samstag, 31. Oktober 2026 · Ausgabe 269 | www.RheinMainVerlag.de | Auflage: 12.600 Exemplare

PATENEHRUNG

Ein Mal im Jahr bedankt sich die FES bei ihren Sauberkeitspaten. Wertschätzung für ehrenamtliches Engagement wird gepflegt. Mehr dazu auf **Seite 3.**

CHARITY

Mit der Bernd Reisig Stiftung startet DER FRANKFURTER eine neue Runde seiner Charity-Aktion. Mehr zur Stiftung im ersten Beitrag auf **Seite 6.**

Kostenlos!

DER ISEBORJER EPAPER

Als ePaper online jeden Donnerstag. Einfach den QR-Code scannen und aktuelle Informationen lesen.

Mehr als 400 Unterschriften für die Wiedererrichtung des alten Dorfbrunnens

Heimat- und Geschichtsverein übergibt Petition an die Stadt

NEU-ISENBURG (PM) I Der Heimat- und Geschichtsverein Pour l'Ysebourscn e. V. hat seine Petition zur Wiedererrichtung des historischen Dorfbrunnens auf dem Marktplatz abgeschlossen und im Rathaus Neu-Isenburg eingereicht. Nach Angaben des Vereins haben mehr als 400 Menschen das Anliegen mit ihrer Unterschrift unterstützt. Darunter seien mehr als 300 Bürgerinnen und Bürger aus Neu-Isenburg sowie knapp 100 Menschen aus dem Alten Ort.

Der Verein setzt sich dafür ein, den historischen Brunnen bei der künftigen Gestaltung des Marktplatzes zu berücksichtigen. Das Bauwerk mit einem Durchmesser von rund zwei Metern gilt nach Darstellung des Vereins als ältestes Bauwerk der Stadt. Es sei später vom Hugenottenrathaus überbaut und nach dessen Abriss zugeschüttet worden.

Der Brunnen könne nach Ansicht der Initiatoren in unterschiedliche Gestaltungskonzepte integriert werden, etwa in Verbindung mit einem offenen Klassenzimmer oder einer im Pflaster markierten Kontur des früheren Rathauses. Damit ließen sich Denkmalschutz, Stadtgeschichte und die Nutzung des Platzes miteinander verbinden.

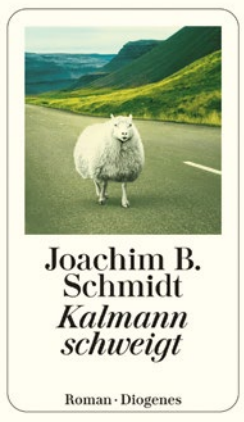
Bei der Unterschriftensammlung habe der Verein zahlreiche positive Rückmeldungen erhalten. Besonders viele Anwohner des Marktplatzes hätten sich für das Vorhaben ausgesprochen. Zugleich berichtet der Verein von Schwierigkeiten, unter anderem bei der Ansprache von Schulen und städtischen Einrichtungen.

Nun hofft Pour l'Ysebourscn auf eine offene Zusammenarbeit mit der Stadt und eine Beteiligung der betroffenen Bürgerinnen und Bürger an der weiteren Planung.

FOTO: HEIMAT- UND GESCHICHTSVEREIN POUR L'YSEBOURSCH E.V

ISENBURG TIPP „TO GO“

Joachim B. Schmidt liest aus „Kalmann schweigt“



Ein isländischer Sheriff, eine geheimnisvolle Geldkiste und ein Dorf voller Konflikte: Mit seinem neuen Roman „Kalmann schweigt“ entführt der Schweizer Autor Joachim B. Schmidt seine Leserinnen und Leser in den rauen Norden Islands.

Im abgelegenen Dorf Raufarhöfn sorgt Kalmann, ein liebenswerter Sonderling und selbst ernannter Sheriff, für Ordnung – zumindest nach seinen eigenen Vorstellungen. Als er eine alte Blechkiste voller Geld entdeckt, gerät er in ein undurchsichtiges Spiel. Gleichzeitig erhitzt die geplante Lachszucht norwegischer Investoren die Gemüter im Ort.

Am Donnerstag, 5. November 2026, um 19.30 Uhr liest Joachim B. Schmidt aus seinem neuen Roman und kommt mit dem Publikum ins Gespräch. Veranstaltungsort ist die Gemeinde am Marktplatz in Neu-Isenburg. Ein Abend für alle, die spannende Geschichten, eigenwillige Figuren und die besondere Atmosphäre Islands schätzen.

Eintritt: 14 Euro. Karten gibt es im Vorverkauf bei der Buchhandlung buch78, Frankfurter Straße 78, Neu-Isenburg, sowie an der Abendkasse. Veranstalter ist die Buchhandlung buch78.

Wo: buch78, Frankfurter Straße 78, Neu-Isenburg
Wann: 05. November, 19:30 Uhr

FOTO: STADT NEU-ISENBURG

Rund um die Uhr einkaufen in Zeppelinheim

ZEPP MARKT 24/7 schließt Versorgungslücke mit regionalen Lebensmitteln und internationalen Spezialitäten

NEU-ISENBURG (PM) I In Zeppelinheim ist ein neues Nahversorgungsangebot offiziell eröffnet worden: Der ZEPP MARKT 24/7 bietet Lebensmittel, Getränke und Feinkost an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr. Damit endet eine rund zehnjährige Suche nach einer Einkaufsmöglichkeit im Stadtteil.

Zur Eröffnung am 22. Oktober durchschnitten Bürgermeister Dirk Gene Hagelstein, Erster Stadtrat Stefan Schmitt, Ortsvorsteher Thorsten Reblin, dessen Stellvertreter Sebastian Stern sowie Andrea Quilling von der städtischen Wirtschaftsförderung gemeinsam mit der Betreiberfamilie Altindag das rote Band.

Der Verkaufscontainer mit Automaten steht auf einem städtischen Grundstück in der Flughafenstraße, nahe der Packstation. Das Sortiment reicht von Freilandeiern und Kartoffeln aus der Region über italienische Pasta, Gräf-Völsings Rindswurst und Frankfurter Grüne Soße bis hin zu türkischen Spezialitäten, spanischen Süßigkeiten und asiatischen Instantnudeln. Der Einkauf erfolgt über Automaten, die Bedienung ist unkompliziert. Bezahlt werden kann derzeit ausschließlich bar. Alkohol wird nicht angeboten. Die Stadt Neu-Isenburg unterstützte das Vorhaben bei der Standortsuche und Umsetzung. Die Betreiberfamilie möchte das Angebot künftig weiterentwickeln und freut sich über Anregungen und Wünsche unter kontakt@zepp-markt.de. Auch für Interessierte aus Neu-Isenburg und Gravenbruch dürfte sich ein Besuch lohnen. FOTO: STADT NEU-ISENBURG

Elterncafé an der Brüder-Grimm-Schule startet

Schulsozialarbeit lädt einmal im Monat zum ungezwungenen Austausch ein

NEU-ISENBURG (PM) I Kaffee trinken, ins Gespräch kommen und andere Eltern kennenlernen: An der Brüder-Grimm-Schule in Neu-Isenburg startet am Mittwoch, 4. November, ein neues Elterncafé. Unter dem Motto „Ungezwungen ins Gespräch kommen“ lädt die städtische Schulsozialarbeit künftig an jedem ersten Mittwoch im Monat von 7.30 bis 8.15 Uhr in die Schulmensa ein.

Das Angebot soll Eltern und Erziehungsberechtigten eine unkomplizierte Anlaufstelle im Schulalltag bieten. Anders als bei klassischen Elternabenden oder Sprechstunden stehen weder Noten noch individuelle schulische Leistungen im Mittelpunkt. Vielmehr geht es um einen offenen Austausch über allgemeine Erziehungs-, Jugend- und Alltagsthemen in einer geschützten, bewertungsfreien Atmosphäre.

v. l. n. r.: Schulsozialarbeit Luca Orellana, Mensa Mitarbeitende Beata Pietrusa, stellv. Schulleitung Joe Bremer, Schulsozialarbeit Erhan Dogan FOTO: STADT NEU-ISENBURG

Kaffee und Kekse werden kostenlos bereitgestellt, belegte Brötchen können zusätzlich in der Mensa gekauft werden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Auch wer nur kurz vor dem Weg zur Arbeit auf einen Kaffee vorbeischauen möchte, ist willkommen. Das Projekt wird vollständig von der Schulsozialarbeit organisiert und durchgeführt, die zum Fachbereich Jugendförderung und Schulsozialarbeit der Stadt Neu-Isenburg gehört. Auch Lehrkräfte und weitere pädagogische Fachkräfte können sich freiwillig am Austausch beteiligen.

Patientenakademie Langen

Vorträge für Patienten und Interessierte

REFERENTEN: PROF. DR. DR. MED. R. LEHMANN, CHEFARZT & DR. MED. JÖRN SCHMITT, STLV. CHEFARZT DER MED. KLINIK I / KARDIOLOGIE
ORT: NEUE STADTHALLE LANGEN, KLEINER SAAL
TERMIN: 03.NOVEMBER UM 18:00 UHR

Herz aus dem Takt: Herzrhythmusstörungen und Vorhofflimmern im Fokus

Informationsveranstaltung im Rahmen bundesweiten Herzwoche

Im Rahmen der diesjährigen bundesweiten Herzwoche der Deutschen Herzstiftung e. V. laden Chefarzt Prof. Dr. med. Lehmann und sein Kollege und Stellvertreter Dr. Jörn Schmitt zu einem Vortragsabend ein. Die Informationsveranstaltung widmet sich umfassend dem diesjährigen Schwerpunktthema und beleuchtet sowohl die medikamentösen als auch die modernsten technischen Behandlungsmöglichkeiten von Herzrhythmusstörungen und hier insbesondere dem Vorhofflimmern.

Das menschliche Herz schlägt im Laufe eines Lebens mehr als zwei Milliarden Mal. Gerät dieser Takt jedoch dauerhaft oder zeitweise aus dem Rhythmus, kann das die Lebensqualität massiv einschränken und gesundheitliche Risiken bergen. Die gute Nachricht: Die moderne Medizin bietet heute hochwirksame und schonende Therapieverfahren, um das Herz wieder in die richtige Bahn zu lenken. Um Betroffenen, Angehörigen und Interessierten einen tiefen Einblick in das Thema zu geben, ist die Veranstaltung in zwei thematische Vorträge unterteilt:

Vortrag 1:
Allgemein: Rhythmusstörungen und medikamentöse Therapie von Vorhofflimmern

Chefarzt Prof. Dr. med. Lehmann übernimmt den ersten Teil des Abends. Er gibt einen verständlichen Überblick über die verschiedenen Formen von Rhythmusstörungen, deren Ursachen und Diagnosemöglichkeiten. Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf der medikamentösen Therapie. Prof. Lehmann zeigt auf, wie moderne Medikamente den Herztakt stabilisieren können – eine Behandlung, die Patienten im Alltag Sicherheit gibt und „nach Maß" auf die individuelle Situation angepasst wird.

Vortrag 2
Die Spezialtherapie: Technische Details der Katheterbehandlung bei Vorhofflimmern

Im zweiten Teil widmet sich Dr. Schmitt der Katheterbehandlung von Vorhofflimmern – einer der häufigsten Herzrhythmusstörungen. Er erklärt die hochspezialisierten technischen Details der modernen Katheterbehandlung (Ablation). Schritt für Schritt wird aufgezeigt, wie über minimale Zugänge die krankhaften elektrischen Impulse im Herzen dauerhaft ausgeschaltet werden können, um den normalen Sinusrhythmus wiederherzustellen.
Im Anschluss an die Vorträge nehmen sich beide Mediziner ausreichend Zeit, um die Fragen der Besucher zu beantworten. Der Eintritt zur Veranstaltung ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Weitere Informationen:
Telefon: 06103 / 912 13 41;
E-Mail:
jas.kaiser@asklepios.com
www.asklepios.com/langen

Probealarm im Kreis Offenbach

Sirenen heulen am Samstag, 7. November, zur Überprüfung der Warnsysteme

NEU-ISENBURG (PM) I Im Kreis Offenbach werden am Samstag, 7. November, die Sirenen getestet. Der kreisweite Probealarm dient dazu, die Funktionsfähigkeit der Warnsysteme zu überprüfen und die Bevölkerung mit den unterschiedlichen Signalen vertraut zu machen.
Um 11 Uhr ertönt zunächst eine Minute lang ein auf- und abschwellender Heulton als Warnsignal. Zehn Minuten später folgt die Entwarnung: ein eine Minute langer, gleichbleibender Heulton.
Die Sirenentonüberprüfung findet regelmäßig am ersten Samstag in der Mitte eines Quartals statt. Es handelt sich um einen Probealarm, bei dem keine konkrete Gefahr besteht.
Weitere Informationen zum Probealarm gibt es auf der Internetseite des Kreises Offenbach unter www.kreis-offenbach.de/probealarm. Hinweise zum Verhalten in Gefahrensituationen bietet außerdem die Stadt Neu-Isenburg unter www.neu-isenburg.de. FOTO: STADT NEU-ISENBURG

IMPRESSUM

DER ISEBORJER
UNSER ♡ SCHLÄGT FÜR NEU-ISENBURG

Büro:
Bieberer Straße 137,
63179 Obertshausen
info@rheinmainverlag.de
www.rheinmainverlag.de

Redaktionsleitung: Beate Tomann
redaktion@rheinmainverlag.de

Verantwortlich: Markus Echternach

Alle unter der Büroanschrift des Verlages.

Gesamtauflage: 12.800

Erscheint am Wochenende in Neu-Isenburg.

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH
Bieberer Straße 137, 63179 Obertshausen
Tel.: 06104 66720-40

Geschäftsführung:
Bernd Maas, Angelika Hofferberth

Auflage im Gesamtverlag: 670.177

Layout/Satz:
EMG MEDIEN FABRIK GmbH,
Theresenstraße 2, 61462 Königstein

Druck/Weiterverarbeitung:
VRM Druck GmbH & Co. KG
Alexander-Fleming-Ring 2
65428 Rüsselsheim

Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH
Obertshausen, Tel. 06104-4970-0

Anzeigen: Gesamtpreisliste Nr. 44,
gültig ab 01. Oktober 2026

Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

Redaktionsschluss: Dienstag, 11 Uhr
Anzeigenschluss: Dienstag, 12 Uhr

Für die Richtigkeit telefonisch aufgegebener Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen. Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Gewinnspielen und Preisausschreiben ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder.

Zur Herstellung von DER ISEBORJER wird Recycling-Papier verwendet.

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Keine kostenlosen Zeitungen" an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de.

DER ISEBORJER nicht bekommen?

Zustellhotline: Tel. 06104-4970-0
Mo. – Fr. 8.00 – 16.30 Uhr

FranceMobil zu Gast an der Brüder-Grimm-Schule

Französische Sprache und Kultur spielerisch entdecken

NEU-ISENBURG (PM) I Französisch einmal ganz anders erleben: Diese Gelegenheit hatten die Schüler des Französischkurses der Jahrgangsstufe 8 an der Brüder-Grimm-Schule beim Besuch von FranceMobil. Das Programm des Deutsch-Französischen Jugendwerks bringt die Sprache und Kultur unseres Nachbarlandes auf lebendige und spielerische Weise in deutsche Klassenzimmer.
Zwölf junge Franzosen reisen im Rahmen des Programms jeweils ein Jahr lang durch Deutschland. Mit Sprachspielen, interaktiven Übungen und abwechslungsreichen Aktivitäten vermitteln sie Jugendlichen, dass Französisch weit mehr ist als ein Schulfach. Gleichzeitig können die Schüler ihre bereits erworbenen Sprachkenntnisse praktisch anwenden und neue Einblicke in die Vielfalt Frankreichs gewinnen.
An der Brüder-Grimm-Schule gehört der Besuch von FranceMobil bereits seit einigen Jahren zum festen Angebot. Auch Bürgermeister Dirk Gene Hagelstein und Schulleiter Jan Redmann ließen es sich diesmal nicht nehmen, aktiv an dem Projekt teilzunehmen und die Jugendlichen zu motivieren.
Der Vormittag bot den Schülerinnen und Schülern eine abwechslungsreiche Begegnung mit der französischen Sprache und Kultur und leistete zugleich einen Beitrag zur deutsch-französischen Freundschaft.

DER ISEBORJER
Unser Herz schlägt für Neu-Isenburg!
Sie wollen eine Anzeige schalten? Weitere Informationen finden Sie auf **www.RheinMainVerlag.de**

Gedenkveranstaltung zum Novemberpogrom

Leeor Engländer spricht in Neu-Isenburg über das Leben und Vermächtnis der Holocaust-Überlebenden

NEU-ISENBURG (PM) I Mit einer Gedenkveranstaltung erinnert die Stadt Neu-Isenburg am Dienstag, 10. November, an die Novemberpogrome von 1938. Im Mittelpunkt steht das Leben und Wirken der Holocaust-Überlebenden Margot Friedländer. Beginn ist um 19 Uhr in der Seminar- und Gedenkstätte Bertha Pappenheim. Bereits um 17.30 Uhr findet ein Gottesdienst zum Pogromgedenken in der Kirche am Marktplatz statt.

Am 10. November 1938 brannten nationalsozialistisch gesinnte Neu-Isenburger das Haus I des Heims des Jüdischen Frauenbundes nieder. Frauen und Kinder mussten mit ansehen, wie ihr Zuhause zerstört wurde. Zuvor waren jüdische Bürgerinnen und Bürger misshandelt und Geschäfte geplündert worden. Viele Bewohnerinnen des Heims wurden später deportiert und ermordet.

Die diesjährige Gedenkveranstaltung erinnert an Margot Friedländer, die 1921 in Berlin geboren wurde, die nationalsozialistische Verfolgung überlebte und nach ihrer Rückkehr aus den USA zu einer bedeutenden Stimme der Erinnerungskultur wurde. Bis zu ihrem Tod im Mai 2025 setzte sie sich für Menschlichkeit, Demokratie und den Kampf gegen Antisemitismus ein.

Zu Gast ist Leeor Engländer, Kuratoriumsmitglied der Margot-Friedländer-Stiftung und langjähriger Freund der Holocaust-Überlebenden. Über zwei Jahrzehnte begleitete er ihren Lebensweg und ihr Engagement als Zeitzeugin. Er publiziert regelmäßig über jüdisches Leben und Antisemitismus in Deutschland.

Vor der Veranstaltung findet eine Kranzniederlegung vor dem Bertha-Pappenheim-Haus mit Stadtverordnetenvorsteherin Christine Wagner und Bürgermeister Dirk Gene Hagelstein statt.

Der Eintritt ist frei. Anmeldungen nimmt die Seminar- und Gedenkstätte per E-Mail oder telefonisch unter 06102 241-754 beziehungsweise 06102 241-755 entgegen.

Fit und beweglich mit Pilates

TSG Neu-Isenburg startet neuen Kurs für Einsteiger und Fortgeschrittene

NEU-ISENBURG (PM) I Mehr Kraft für die Körpermitte, eine bessere Haltung und mehr Beweglichkeit: Die TSG 1885 Neu-Isenburg bietet ab Samstag, 7. November, einen Pilates-Kurs für Einsteiger und Fortgeschrittene an. Bis zum 12. Dezember treffen sich die Teilnehmenden jeweils samstags von 9.30 bis 10.30 Uhr, um unter Anleitung Körperbewusstsein, Balance und Beweglichkeit zu trainieren.

Die Kursgebühr beträgt 42 Euro für Mitglieder und 90 Euro für Nichtmitglieder. Mitzubringen sind eine Matte und gute Laune.

Anmeldung und weitere Informationen gibt es per E-Mail an mitglieder@tsg1885.de. Weitere Kursangebote der TSG, darunter auch spezielle Angebote für Kinder und Familien wie Nappydancers® und Fitdankbaby®, sind auf der Vereinswebsite unter tsg-neu-isenburg.de zu finden.

Herbstferien voller Action im Miramar

Elf Jugendliche aus dem Jugendzentrum Gravenbruch erleben einen abwechslungsreichen Tag im Erlebnisbad in Weinheim

NEU-ISENBURG (PM) I Ein Tag voller Wasserspaß, Nervenkitzel und gemeinsamer Erlebnisse: Am Donnerstag, 8. Oktober, machte sich eine Gruppe des Jugendzentrums Gravenbruch (JUZ) auf den Weg ins Erlebnisbad Miramar nach Weinheim. Elf Jugendliche wurden dabei von zwei pädagogischen Fachkräften begleitet.

Im Bad stand zunächst die Rutschenwelt auf dem Programm. Ob rasante Steilrutschen oder kurvenreiche Reifenbahnen – die Jugendlichen nutzten die vielfältigen Attraktionen und lieferten sich unterhaltsame Rutsch-Duelle. Auch im Wellenbad und in den Strömungskanälen war jede Menge Bewegung geboten.
Ein Höhepunkt des Ausflugs war die Musik- und Lasershow, bei der Licht- und Soundeffekte das Erlebnisbad in eine besondere Atmosphäre tauchten. Gemeinsam ließ die Gruppe den ereignisreichen Tag ausklingen, bevor sie gegen 21 Uhr die Heimreise antrat. Ein Zwischenstopp bei einer Fast-Food-Kette sorgte für die nötige Stärkung.
Gegen 22 Uhr kam der Bus am Jugendzentrum Gravenbruch an. Für die Jugendlichen ging damit ein gelungener Ferientag zu Ende, der sicherlich noch lange in Erinnerung bleiben wird.
FOTO: STADT NEU-ISENBURG

ANZEIGE

Proteinreich durch den Alltag
Körniger Frischkäse jetzt neu von Quäse

Proteinreich essen und mehr Vielfalt in den Alltag bringen? Das geht ganz unkompliziert. Körniger Frischkäse ist ein vielseitiger Begleiter für eine bewusste Ernährung – ob zum Frühstück, als Snack zwischendurch oder als Zutat für Bowls, Salate und andere Lieblingsgerichte.
Jetzt gibt's auch von der Proteinmarke Quäse einen Körnigen Frischkäse. Der 200-Gramm-Becher liefert 22 Gramm Protein und enthält dabei nur rund 4,5 Prozent Fett. So entstehen im Handumdrehen proteinreiche Mahlzeiten: zum Beispiel diese goldbraunen Quetschkartoffeln mit Körnigem Frischkäse.
Schon gewusst? Mit dem Körnigen Frischkäse erweitert Quäse sein bisheriges Sortiment erstmals um eine neue Produktkategorie. Bekannt ist die Marke bisher für ihren Käse aus Quark, der mit rund 30 g Protein je 100 g besonders proteinreich ist.

Rezept für vier Portionen
Zutaten: 1 kg kleine, festkochende Kartoffeln, 4 EL Olivenöl, 200 g Körniger Frischkäse, frischer Thymian oder Rosmarin, grobes Meersalz, Pfeffer

Foto: Quäse/Denise Schuster

Zubereitung: 1. Die Kartoffeln mit Schale in einem großen Topf mit Salzwasser etwa 20 Minuten gar kochen. Anschließend abgießen und etwas ausdampfen lassen. Währenddessen den Ofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. **2.** Ein Backblech mit Backpapier auslegen. **3.** Die gekochten Kartoffeln auf das Backblech legen und mit einem sehr robusten Trinkglas oder Kartoffelstampfer vorsichtig leicht flach drücken (quetschen). Mit Olivenöl einpinseln, mit Pfeffer und Meersalz bestreuen und nach Wunsch ein paar Zweige Thymian und/oder Rosmarin darauflegen. **4.** Im vorgeheizten Ofen ca. 30–35 Minuten goldbraun backen, bis die Kartoffeln außen knusprig und innen noch weich sind. **5.** Mit dem Körnigen Frischkäse anrichten und nach Belieben mit frischen Kräutern bestreuen.

Nährwerte pro Portion: 351 kcal, 40 g KH, 11 g EW, 17 g F. Weitere proteinreiche Rezepte finden Sie unter **www.quaese-protein.de/rezepte**

Kunst zum Entdecken, Staunen – und Mitnehmen

Discovery Art Fair bringt internationale Gegenwartskunst und starke Positionen aus der Rhein-Main-Region nach Frankfurt

FRANKFURT (RED/BT) I An diesem Wochenende steht die Messe Frankfurt ganz im Zeichen zeitgenössischer Kunst. Die Discovery Art Fair bringt mehr als 120 Ausstellende aus rund 20 Ländern in Halle 1 zusammen. Dabei treffen internationale Galerien auf junge Talente und etablierte Namen auf eigenständige Künstlerpositionen. Auch die Rhein-Main-Region ist mit mehr als 20 Galerien und Kunstschaffenden stark vertreten.

Zu übersehen sind einige Arbeiten kaum. So bringt Aktionskünstler Dennis Josef Meseg für seine Installation „Paradise Circus“ rund 15 Tonnen verschossene Gewehrpatronen in die Messehalle – etwa zwei Millionen Stück. Aus der Distanz entsteht eine goldglänzende Landschaft, deren Schönheit in irritierendem Gegensatz zur Herkunft des Materials steht.

Spektakulär ragt auch Peter Lindenbergs „Ikarus“ in die Höhe: Ein 4,60 Meter großer Cessna-Flügel wird zum Sinnbild für Aufbruch, Wagemut und die Verletzlichkeit großer Träume. Lebensgroße Figuren des Berliner Bildhauers Joachim Schmettau treten dagegen fast unmittelbar mit ihrem Publikum in Beziehung.

Doch die Discovery Art Fair will bewusst keine Kunstmesse nur für Experten sein. Besucher können mit Galeristen und Künstlern direkt ins Gespräch kommen, kostenlose Kuratorenführungen nutzen – und Kunst auch kaufen. Beim Förderprogramm „Discover a Talent“ erhalten fünf von einer Fachjury ausgewählte Künstler eine besondere Bühne. Bei der „Silent Auction“ können zudem verdeckte Gebote auf ausgewählte Werke abgegeben werden.

Die Messe läuft noch bis Sonntag, 1. November. Vielleicht bleibt es beim Staunen – vielleicht beginnt bei einem Bild oder einer Skulptur aber auch jene ganz persönliche Verbindung, wegen der ein Kunstwerk am Ende mit nach Hause darf. FOTOS: BT

Eis frei für die ganze Familie

„Family on Ice“ lädt am 7. November kostenlos in die Eissporthalle ein

FRANKFURT (RED/BT) I Schlittschuhe schnüren, Neues ausprobieren und den Profis über die Schulter schauen: Am Samstag, 7. November, verwandelt sich die Frankfurter Eissporthalle von 9 bis 17 Uhr in einen großen Treffpunkt für kleine und große Wintersportfans. Beim Aktionstag „Family on Ice“ ist der Eintritt frei – und auf allen vier Eisflächen mit insgesamt 9.000 Quadratmetern darf nach Herzenslust gelaufen werden. Ein Höhepunkt ist der Besuch der Löwen Frankfurt. Die Eishockeyprofis absolvieren von 13.30 bis 14.30 Uhr ein öffentliches Training, um 15 Uhr folgt eine Autogrammstunde. Schon von 10 bis 15 Uhr können Besucher beim Torhüterschießen und im Mitmachparcours ihr Talent testen. Der Nachwuchs der Löwen zeigt ab 15.15 Uhr sein Können.

Elegant wird es bei den Eiskunstlaufvorführungen der Vereine FTG Frankfurt, Makkabi Frankfurt und TGS Vorwärts von 14.45 bis 15.15 Uhr. Wer lieber Tempo macht, kann mit dem OEC Frankfurt zwischen 10 und 15 Uhr auf dem Außenring ins Eisschnelllaufen hineinschnuppern.

Auch Anfänger sind willkommen: Kleine Eis-Pinguine helfen beim sicheren Start. Die Eissporthalle ist barrierefrei zugänglich; für Menschen im Rollstuhl steht ein Eisgleiter bereit. So soll der Tag vor allem eines bieten: unbeschwerten Spaß auf dem Eis.

Termin:
Samstag, 7. November, 9–17 Uhr
Eissporthalle Frankfurt. Eintritt frei.

Neue Bäume für den Stadtwald

Große Pflanzaktion im Revier Goldstein – Mithelfer willkommen

FRANKFURT (RED/BT) I Gemeinsam anpacken für einen widerstandsfähigen Stadtwald: Am Samstag, 14. November, lädt Umweltdezernentin Tina Zapf-Rodríguez von 10 bis 16 Uhr zur Pflanzaktion im Revier Goldstein ein. Traubeneichen, Vogelkirschen, Winterlinden, Flaumeichen und Esskastanien sollen künftig den Wald bereichern. „Unser Stadtwald kämpft mit der Klimakrise“, betont die Stadträtin und hofft auf viele helfende Hände.

Pflanzaktion 2025. FOTO: STADT FRANKFURT AM MAIN/HOLGER MENZEL

Wer mitmachen möchte, muss sich vorher für ein Zeitfenster anmelden. Pro Person können bis zu zehn Bäume gepflanzt werden. Mitzubringen sind möglichst ein eigener Spaten, Handschuhe, feste Schuhe und wetterfeste Kleidung. Spaten gibt es bei Bedarf auch vor Ort.

Treffpunkt: Pflanzfläche im Stadtwald, Revier Goldstein. Vom Parkplatz Luftbrückendenkmal sind es rund 1,7 Kilometer Fußweg, von der S-Bahn-Station Zeppelinheim etwa 2 Kilometer. Wetterbedingte Änderungen: stadtwaldhaus-frankfurt.de.

Frankfurt sagt Danke

660 Sauberkeitspaten sorgen ehrenamtlich für ein lebenswerteres Stadtbild – FES würdigt ihren Einsatz mit einem besonderen Abend

BORNHEIM (RED/BT) I Sie sammeln weggeworfene Becher, Verpackungen und Zigarettenkippen, melden wilde Müllablagerungen und kümmern sich oft über Jahre um „ihre“ Straße, einen Platz oder eine Grünanlage. Dafür bekommen sie kein Geld und meist auch wenig öffentliche Aufmerksamkeit. Umso wichtiger war der Abend im Saalbau Bornheim, an dem Frankfurt einmal ganz bewusst Danke sagte: den inzwischen mehr als 660 Sauberkeitspatinnen und -paten, die in der ganzen Stadt ehrenamtlich aktiv sind.

Birgit Holm, Mike Josef, Dr Markus Sänger, Benjamin Scheffler und Tina Zapf-Rodríguez. FOTOS: BEATE TOMANN

Mehr als 350 von ihnen waren der Einladung der FES gefolgt. Traditionell richtet das Unternehmen einmal im Jahr einen Dankeschön-Abend aus – mit gutem Essen, Unterhaltung und vor allem viel Anerkennung für einen Einsatz, der alles andere als selbstverständlich ist.

Oberbürgermeister Mike Josef, Umweltdezernentin und FES-Aufsichtsratsvorsitzende Tina Zapf-Rodríguez sowie FES-Geschäftsführer Benjamin Scheffler würdigten in sehr persönlichen Worten Menschen, die nicht darauf warten, dass andere etwas tun. Sie packen selbst an. Und sie zeigen damit jeden Tag, dass öffentlicher Raum uns alle angeht.

Genau darin liegt die besondere Bedeutung der Sauberkeitspaten: Sie beseitigen nicht einfach Müll. Sie übernehmen Verantwortung für ihr unmittelbares Umfeld und geben ein sichtbares Beispiel für Gemeinsinn. Wer mit Greifzange und Müllsack unterwegs ist, macht vor, dass eine lebenswerte Stadt eine Gemeinschaftsaufgabe ist. Und vielleicht bringt gerade dieses Vorbild auch den einen oder anderen dazu, den eigenen Abfall künftig nicht achtlos fallen zu lassen.

Das FES-Patenprogramm gibt es bereits seit 26 Jahren, die Zahl der Engagierten wächst stetig. Noch 2025 waren 586 Patinnen und Paten registriert, inzwischen sind es 660. Die FES unterstützt sie mit Handschuhen, Greifzangen, Müllsäcken und festen Ansprechpartnern.

Dass der Dankesabend keineswegs nur feierlich, sondern auch unterhaltsam war, dafür sorgte Moderator Axel Heilmann, der charmant und humorvoll durch das Programm führte. Dr. Markus Sänger gewährte den Gästen zudem einen spannenden Einblick in das Frankfurter Müllheizkraftwerk und zeigte, was mit dem Abfall der Stadt nach der Sammlung geschieht. Für Farbe, Musik und beste Stimmung sorgten die Oldies der Fidelen Eckenheimer, während FFH-Dummfrager Boris Meinzer danach die Gäste kräftig zum Lachen brachte. Doch bei allem Entertainment blieb die wichtigste Botschaft des Abends spürbar: Eine Stadt funktioniert dort besonders gut, wo Menschen nicht nur an sich selbst denken. Die Frankfurter Sauberkeitspaten investieren Zeit und Kraft für etwas, von dem am Ende alle profitieren. Ihr Engagement macht Frankfurt nicht nur sauberer – sondern auch ein Stück solidarischer.

Die Oldies der Fidelen Eckenheimer tanzten.

Axel Heilmann moderierte.

SPORTKREIS-AKTUELL

Sportkreis Frankfurt setzt erfolgreiche Gedenkstaffeln beim Mainova Frankfurt Marathon fort

Jedes Jahr bildet der Mainova Frankfurt Marathon den sportlichen Höhepunkt und zugleich den Abschluss der Aktivitäten des Sportkreis Frankfurt e.V. im Rahmen der Europäischen Woche des Sports. Auch 2026 wurde diese Tradition fortgeführt. Unter dem Motto „#BEACTIVE – Wir bringen alle in Bewegung“ starteten sechs Staffeln in verschiedenen Altersklassen. Dabei stand nicht nur die sportliche Herausforderung, sondern vor allem Werte wie Gemeinschaft, Vielfalt und die verbindende Kraft des Sports im Mittelpunkt. Gleichzeitig war die Teilnahme ein Zeichen der Erinnerung an das ehemalige Sportkreis-Vorstandsmitglied Ralph Tschirner, dessen Idee eines integrativen und generationsübergreifenden Sports die jährlichen Staffeln des Sportkreis lebendig halten. Ralph Tschirner hatte von 2010 bis 2019 insgesamt zehn Staffel-Projekte organisiert, bei denen stets ein soziokulturelles Thema im Mittelpunkt stand. Seine Überzeugung, dass Sport

Menschen, unabhängig von Herkunft, Alter oder persönlichen Voraussetzungen verbindet, prägt die Initiative bis heute. Nach seinem Tod entstand 2024 die Idee, ihm mit gemeinsamen Gedenkstaffeln beim Mainova Frankfurt Marathon zu gedenken und seine wertvolle Arbeit fortzuführen. Seither ist die Gedenkstaffel „Running Ralph“ Ausdruck dieser besonderen Verbundenheit und ein sichtbares Zeichen dafür, wie nachhaltig Sport Menschen und ihre Lebenswege prägen kann – und umgekehrt. Zum Rückblick: https://sportkreis-frankfurt.de/news

A-WISSEN

Marc Schrott

Apotheker

Der neue Podcast:
www.apothekeprime.de/podcast

Kleie kann was

Abfallprodukt der Mehlherstellung oder ist da mehr? Die Kleie landete durch die industrielle Mehlherstellung nur noch bei den Tieren im Futter. Irgendwann fiel jedoch auf, dass Menschen mit einem hohen Vollkornanteil in der Ernährung seltener Stoffwechselerkrankungen und Magen-/Darmprobleme hatten. In Klöstern war schon lange bekannt, dass die Getreidekost mit allen Kornbestandteilen die Verdauung und den Stoffwechsel verbessern kann. Kleie ist die Frucht- und Samenschale des Getreidekorns – egal ob von Dinkel, Roggen oder Hafer. Die einzelnen Kleien unterscheiden sich in der Zusammensetzung der Vitamine und Mineralstoffe. Grundsätzlich dient der Ballaststoff als Nährstoffsubstrat für die Darmbakterien. Das stabilisiert die Darmschleimhaut und wirkt dort entzündungshemmend. Die Ballaststoffstruktur verlangsamt die Kohlenhydrataufnahme, wodurch der Blutzuckerspiegel weniger schnell ansteigt. Müsli, Quark oder Smoothies, Backwaren, Suppen oder Teige profitieren von einer Anreicherung mit Kleie.

E-Rezepte aus der Region am gleichen Tag geliefert bekommen: Einfach apothekeprime als App herunterladen, Gesundheitskarte an das Handy halten und wir kümmern uns umgehend um die Belieferung! Bleib daheim mit Apotheke prime. Bei Rückfragen erreichen Sie uns unter 06171 9161 444.

Ihr Marc Schrott
Fachapotheker
für Allgemeinpharmazie

Bleib daheim mit apotheke prime

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

BEILAGEN-HINWEIS

Beachten Sie folgende Beilagen in der Gesamtausgabe oder in Teilbelegungen:

alte apotheke · apotheke im rewe center Martin Beyhl · Netto Marken-Discount · brocks'sche Apotheke · E center HERKULES · LIDL · PENNY. · DOUGLAS · nah & gut · XXXLutz · JYSK Scandinavian Sleeping & Living · BAUHAUS · möma · BAUMARKT GLOBUS · EDEKA · Kaufland

Sport, der Erinnerung lebendig hält

Zwei neue Bildungsangebote auf dem Makkabi Campus verbinden Geschichte und Gegenwart

DORNBUSCH (RED/BT) I Wie kann Sport jüdisches Leben sichtbar machen, an Verfolgung erinnern und Vorurteile abbauen? Rund 100 Gäste beschäftigten sich am Mittwoch auf dem Makkabi Campus mit dieser Frage. Zusammen1 Hessen, MAKKABI Deutschland und TuS Makkabi Frankfurt eröffneten zwei Bildungsangebote: den interaktiven Escape Room „Fixing The Boat – Finding Identity“ und die Ausstellung „Zwischen Erfolg und Verfolgung – Jüdische Stars im deutschen Sport bis 1933 und danach“.

Im Escape Room lösen Gruppen gemeinsam Rätsel an Bord eines geheimnisvollen Bootes. Dabei entdecken sie jüdische Traditionen, Geschichte und die Vielfalt heutiger jüdischer Identitäten. Anschließend werden die Erlebnisse pädagogisch aufgearbeitet: Was prägt Identität? Wie entstehen Vorurteile? Und was kann jeder für ein gutes Miteinander tun? Das kostenlose Angebot richtet sich an Gruppen ab 16 Jahren, etwa Schulklassen, Vereine und Sportteams.

Die Ausstellung erzählt von erfolgreichen jüdischen Athletinnen und Athleten, die den deutschen Sport mitgestalteten – und später von den Nationalsozialisten ausgegrenzt, vertrieben oder ermordet wurden. Kurator Lorenz Peiffer erinnerte daran, dass Sport Menschen verbinden, aber auch ausgrenzen könne.

„Wir verstecken uns nicht, sondern schaffen einen Raum, in dem jüdisches Leben selbstverständlich, offen und selbstbewusst im Herzen Frankfurts stattfinden kann“, sagte Makkabi-Präsident Alon Meyer. Mit Blick auf das Gedenken an die Novemberpogrome von 1938 stand auch die Verantwortung der Sportvereine im Kampf gegen Antisemitismus im Mittelpunkt.

Beide Angebote sind bis zum 17. Dezember auf dem Makkabi Campus zu erleben. Der Escape Room kann über die Vereinswebsite gebucht werden.

Diskussionsrunde zur Eröffnung.
FOTOS: MAKKABI FRANKFURT/NOEL DODEL

Das Programm der Ausnahmekunstler bietet die bekanntesten und schönsten Gospelsongs in einem zweistündigen Programm mit Live-Band. Im Repertoire des Chores sind weltbekannte Titel wie: "Oh Happy Day", "Joshua fit the Battle", "Down by the Riverside" und "Walk in Jerusalem"! Jedes Konzert ist ein Ausnahmekonzert. Gänsehaut und Glücksmomente sind garantiert! **So, 24. Januar 2027 / 17 Uhr**
DREIKÖNIGSKIRCHE - Frankfurt
***Karten* im VVK: an den bekannten Reservix oder Eventim Vorverkaufsstellen Tel: 0761-88 84 99**

DER FRANKFURTER HEIMATZEITUNG MIT HERZ
JETZT TICKETS ONLINE IM TICKETSHOP SICHERN

S(W)INGING CHRISTMAS FOR KIDS
06.12. Frankfurt, hr-Sendesaal

20.12. Frankfurt, Saalbau Volkshaus Sossenheim

Alle Heimspiele Frankfurt, NIX Eissporthalle

TICKETS SICHERN UNTER der-frankfurter.adticket.de
IN KOOPERATION MIT ADticket

Frau Friedrich kauft an
Pelze & Zinn, Lederjacken aller Art, alte Nähmaschinen, Alt-/ Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Handtaschen, Schmuck, Modeschmuck, Bernstein, Perrücken, Schallplatten, Ferngläser, Puppen, Krokotaschen, Taschen-/, Armbanduhren, Eisenbahn, Kristalle, Messing, Bilder, Orden, Kleidung, Gobelin, Gardinen, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Atlaskarten, Pfeifen, Teleskope, Postkarten, Schreibmaschinen, Möbel, Bücher, Haushaltsauflösung. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteinschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös, 100% diskret, zahle alles bar vor Ort. Mo.-So. von 8.00-21.00 Uhr, auch an Feiertagen.
Tel.: 069 - 34 87 58 42

Herr Eiffler kauft an
Pelze aller Art, Alt u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernsteinschmuck, Perücken, Puppen, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteinschätzung.
Zahle absolute Höchstpreise!
100% seriös und diskret!
+++Barabwicklung vor Ort+++
Mo. – So.: 8.00 - 20.00 Uhr
☎ 06105 / 9 67 60 55

Renovierung rund ums Haus
Maler o Fliesen o Verputz
Telefon: 0163 3145555

Gisela, 76 J., trotz meines Alters noch jung im Herzen u. gutaussehend. Leider habe ich niemanden mehr, mit dem ich offen reden o. kuscheln kann, für den ich kochen kann, für den ich ganz Frau sein kann. Oder gibt es Sie doch? Dann erwarte ich Ihren Anruf üb. PV, gemeins. können wir ein schönes Leben haben. **Tel. 0176-34488891**

Attraktive Karin, 71 J., seit üb. 1 Jahr verwitwet, bin e. ganz liebe, bodenständige Frau mit e. tollen schlanken, vollbusigen Figur, bin sehr vielseitig, zärtlich, romantisch und treu, da ich keine Kinder habe wohne ich ganz allein. Ich würde Dich gerne mal zu mir einladen, damit wir uns kennen lernen können. pv **Tel. 0151 - 20593017**

Herr Kunzmann kauft an
Pelze aller Art, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernsteinschmuck, Perücken, Puppen, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen.
Auch Haushaltsauflösungen.
Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteinschätzung.
Zahle absolute Höchstpreise!
100% seriös und diskret!
+++ Barabwicklung vor Ort +++
Mo. - So.: 8.00 - 20.00 Uhr
Tel.: 06104 / 98 79 935

EGRO Direktwerbung GmbH

ZUSATZJOB IDEAL FÜR
- Aktive Hausfrauen
- Mobile Rentner
- Alle, die ein Auto haben

WIR SUCHEN FÜR DEN RAUM FRANKFURT
Kontrolleur (m/w/d) Aufgaben: per Sichtkontrolle, ob Zeitungen oder Prospekte pünktlich und korrekt zugestellt werden.

SIE SIND:
- Mobil mit eigenem PKW und übers Handy erreichbar
- Gerne unterwegs und haben Spaß am Umgang mit Menschen
- Durchsetzungsstark bei stets freundlichem Auftreten

WIR BIETEN:
- Lukrativen Nebenverdienst
- Dauerhafte Beschäftigung
- Sicherheit eines zuverlässigen Arbeitgebers
- Solide Einarbeitung

BEWERBEN SIE SICH HIER:
info@egro-direktwerbung.de
oder anrufen unter Tel.: 06104 49 70-0

Egro-Direktwerbung GmbH
Bieberer Straße 137 - 63179 Obertshausen
Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe
Verlage · Zustellorganisationen · Agenturen

KAUFE AUTOS
PKW, Busse, LKW, Geländewagen, Wohnwagen/-mobile, Traktoren, Bagger, auch mit Mängeln. Zustand egal.
Bitte alles anbieten, zahle bar und fair.
24 Stunden erreichbar!
06157/9168006
0177/3105303

KFZ BARANKAUF u. Busse in jeglichem Zustand, auch mit Unfall. Sichere Abwicklung. ☎ 0157-72170724 o. 069-20793977

Kaufe Wohnmobile & Wohnwagen, Zustand egal auch mit Mängel Tel. 0174/6004673

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen, ☎ 03944 - 36160, www.wm-aw.de Fa.

FRAU MONIKA kauft an:
Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Figuren, Porzellan, Schallplatten, Eisenbahn, Leder- und Krokotaschen, Silberbesteck, Bleikristall, Zinn, Modeschmuck, Möbel, Kleider, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Gardinen, Uhren, Münzen, Bernstein, Perlen, Bilder, Gobelin, Messing, Teppiche, Orden, Fernglas, Puppen, Perücken, Krüge, komplette Nachlässe sowie Haushaltsauflösungen.
Kostenlose Besichtigung und Wertschätzung +++ 100% seriös und diskret +++ Barabwicklung vor Ort. Mo - So von 08 - 21 Uhr
Tel.: 069 / 15 02 95 93

Ankauf aller Art
Frau Bach kauft an:
Leder- und Lammfelljacken, Pelze, Nerze aller Art, Vorwerk-Staubsauger, Silber, Silberbesteck, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Modeschmuck, Uhren, Münzen, Musikinstrumente, Modelleisenbahn, Kleidung, Goldschläger, Tennisschläger, Schreib- u. Nähmaschinen, Bilder, Porzellan, Bleikristall, Zinn, Teppiche, Perücken, Krüge, Bernstein, Leder- und Krokotaschen, Antiquitäten, Messing, Gardinen, Möbel, Schallplatten, Orden, Ferngläser, Puppen, Briefmarken, Kompl. Nachlässe aus Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Wertschätzung. Zahle bar vor Ort. Täglich 7:30 - 21 Uhr, auch am Wochenende. ☎ **069 -59772692**

KFZ BAR ANKAUF
Alle Fahrzeuge
PKW's, Busse, Geländewagen, Oldtimer, Wohnwagen/-mobile, Traktoren, Bagger.
Alles anbieten! (Baujahr, km, Zustand egal)
Sofort Bargeld! Jederzeit erreichbar.
Telefon: 06158 / 60 86 988 • 0173 / 30 87 449

Wir kaufen Motorräder
Aller Marken, alle Modelle
Auch mit Mängeln, Unfall o. Standschaden
Zahle Höchstpreise!
Tel.: 0173 / 30 87 449 • 06158 / 60 86 988

KAUFE ALLE WOHNMOBILE UND WOHNWAGEN
AUCH MIT MÄNGELN UND SCHÄDEN
ZAHLE BAR UND HÖCHSTPREISE!
0174 / 187 0081 • 06258 / 50 89 921

SUCHE FAHRZEUGE
PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile etc. für Export, Zustand egal, zahle Höchstpreise – sofort Bargeld, bitte alles anbieten, jederzeit erreichbar.
Tel.: 06258 / 50 89 921 • 0151 / 718 723

KFZ-ANKAUF
WIR KAUFEN JEDES FAHRZEUG
JEDE MARKE • JEDES ALTER • JEDER ZUSTAND
PKW · BUSSE · GELÄNDEWAGEN · WOHNMOBIL · UNFALLWAGEN · MOTORRAD
ALLES ANBIETEN • SOFORT BARGELD
EINFACH & SICHER!
Jederzeit erreichbar (Montag – Sonntag)!
☎ 06157/8085654 o. 0176/11199111
A.G. Automobile • Robert-Bosch-Str. 4 • 64319 Pfungstadt
a.g.automobile1@web.de • www.kfz-ankauf-24h.de

120 km Draht und Gitter
1900 Türen und Tore am Lager
ZÄUNE · GITTER · TORE
Draht-Weissbäcker KG
Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg
Tel. (06071) 98810
Fax (06071) 5161
www.draht-weissbaecker.de
E-Mail: draht@weissbaecker.de
DRAHT WEISSBÄCKER
- Draht- und Gitterzäune
- Schiebetore · Drehkreuze
- Schranken · Türen · Pfosten
- Sicherheitszäune · Tore
- Mobile Bauzäune · Alu-Zäune
- sämtliche Drahtgeflechte
- Alu-Toranlagen · Gabionen
- auch Montagen
- auch Privatverkauf

Zwei, die seit Jahrzehnten über Geld sprechen

Anzeige

Der eine kaufte 1996 die T-Aktie – und gibt heute unumwunden zu, damals auch ein „Opfer“ der Werbeoffensive mit Manfred Krug gewesen zu sein. Der andere setzte als junger Lokalredakteur auf einen Pumpenhersteller aus der Region und durfte sich nach einiger Geduld über mehr als 50 Prozent Kursplus freuen. Lars Winter und Jens Castner wissen noch ziemlich genau, wie alles angefangen hat. Inzwischen liegen Jahrzehnte Börsenerfahrung dazwischen. Winter war unter anderem stellvertretender Chefredakteur von Börse Online und beschäftigt sich besonders mit deutschen Nebenwerten und Unternehmen in Sondersituationen. Castner leitete Börse Online als Chefredakteur und begegnete im Laufe seiner journalistischen Karriere Investoren wie Warren Buffett, Charlie Munger und George Soros.

Künftig werden beide das neue Verlagsangebot „mehr-geld.info“ mit ihrem Wissen, ihren Analysen und Einschätzungen begleiten. Und zwar nicht nur online: Lars Winter und Jens Castner werden auch Woche für Woche mit eigenen Kolumnen in den Printausgaben des Verlages zu lesen sein. Aber können zwei Männer, die seit Jahrzehnten an der Börse zu Hause sind, auch diejenigen erreichen, die bei Begriffen wie ETF, Cashflow oder Dividendenrendite bislang lieber weiterblättern? Und was passiert eigentlich, wenn eine Empfehlung danebenliegt? Wir haben nachgefragt.

Herr Winter, Herr Castner, Sie beschäftigen sich beide seit Jahrzehnten mit der Börse. Erinnern Sie sich noch an Ihre erste eigene Aktie – und war sie eine gute Entscheidung?

Lars Winter: Meine erste Aktie war tatsächlich die T-Aktie. Das war 1996 zum Börsengang der Deutschen Telekom. Ich war damals auch ein „Opfer“ der omnipräsenten Werbeoffensive mit Schauspieler Manfred Krug. Die T-Aktie ging an die Börse – und ich ging mit. Rückblickend war es für mich die richtige Entscheidung, auch wenn der Kauf mir vermutlich unter dem Strich kaum Gewinne beschert haben dürfte. Wichtiger als die damalige Kursentwicklung war aber, dass der Kauf meine Leidenschaft für die Börse geweckt hat, die mich bis heute begleitet.

Jens Castner: In meinem Fall war es KSB, einer der weltweit führenden Pumpenhersteller mit Sitz in Frankenthal und einem großen Werk im oberfränkischen Pegnitz, wo ich seinerzeit als Jungredakteur arbeitete. Das Unternehmen hatte gerade eine Krise überwunden, der Kurs lag noch am Boden. Einige Kollegen, die bereits Börsenerfahrung hatten, meinten, das sei eine ideale Kaufgelegenheit, zumal wir als Lokaljournalisten sehr nah am Geschehen dran waren: Es war das beherrschende Thema der ganzen Stadt, dass es beim größten Arbeitgeber der Region wieder bergauf ging. Nach einer anfänglichen Geduldsprobe stieg der Kurs um mehr als 50 Prozent. Von diesem Zeitpunkt an hatte mich das Börsenfieber gepackt.

Viele Menschen sagen noch immer: „Aktien? Das ist nichts für mich.“ Warum hält sich diese Skepsis in Deutschland so hartnäckig?

Jens Castner: Die deutsche Regierung hat die Bürger über Jahrzehnte zu Sparern erzogen, leider nicht zu Eigentümern. Das Sparbuch galt als sicher, während Aktien mit Spekulation gleichgesetzt wurden. Börsencrashs, der Neue Markt oder Fälle wie Wirecard haben dieses Bild zusätzlich geprägt. Dabei wird häufig Schwankung mit Risiko verwechselt: Den Kursrückgang einer Aktie sieht man sofort, den schleichenden Kaufkraftverlust des Geldes auf dem Konto dagegen nicht.

Muss man viel Geld haben, damit sich der Einstieg an der Börse überhaupt lohnt?

Lars Winter: Nein. Heute kann man bereits mit 25 oder 50 Euro im Monat einen kostengünstigen Sparplan beginnen. Viel wichtiger als ein großes Startkapital sind Zeit, Regelmäßigkeit und eine breite Streuung. Wer einzelne Aktien kaufen möchte, braucht allerdings etwas mehr Kapital, um nicht alles auf eine oder zwei Firmen setzen zu müssen. Zum Einstieg ist ein breit gestreuter ETF daher oft die vernünftigere Basis. Die wichtigste Entscheidung ist jedoch, dass man überhaupt Aktien kauft. Je früher, desto besser.

Erfahrung schützt nicht vor Fehlern

Was macht für Sie eine gute Aktie aus – und woran erkennen Sie, dass Sie lieber die Finger davon lassen sollten?

Jens Castner: Eine gute Aktie verbindet ein verständliches Geschäftsmodell, eine solide Bilanz, verlässliches Management und dauerhaft starke Mittelzuflüsse mit einer vernünftigen Bewertung. Auch ein brillantes Unternehmen ist noch lange kein gutes Investment, wenn im Kurs bereits zehn perfekte Jahre vorweggenommen sind. Vorsichtig werde ich bei ständig wechselnden Prognosen, immer neuen „bereinigten“ Kennzahlen, hohem Schuldenstand, Kapitalerhöhungen und Gewinnen, die durch buchhalterische Kniffe entstehen, aber nicht in harter Währung in der Unternehmenskasse ankommen.

Börsenexperte Jens Castner Foto: Jörg Lang

Herr Winter, Sie suchen gerne nach Unternehmen, die viele Anleger noch gar nicht auf dem Schirm haben. Was reizt Sie gerade an solchen Aktien?

Lars Winter: Bei den großen Konzernen verfolgen oft 30 oder mehr Analysten jede Kleinigkeit. Bei einem Nebenwert sind es vielleicht zwei – manchmal auch gar keiner. Dort entstehen eher Fehlbewertungen. Zudem kommt man häufig näher an Vorstände und andere Entscheider heran. Besonders interessant finde ich Unternehmen, bei denen zusätzlich etwas in Bewegung gerät: ein neuer Großaktionär, ein Aktienrückkauf, ein Verkauf von Unternehmensteilen oder eine operative Wende. Nebenwerte sind aber kein Selbstläufer. Liquidität, Bilanz und Unternehmensführung muss man besonders sorgfältig prüfen.

Herr Castner, Sie haben Warren Buffett, Charlie Munger, George Soros und andere Größen der Finanzwelt persönlich erlebt. Gibt es einen Satz oder eine Erkenntnis aus diesen Begegnungen, die Ihre Sicht aufs Investieren bis heute prägt?

Jens Castner: Es war weniger ein einzelner Satz als die Haltung dieser Investoren. Buffett und Munger beeindruckten durch ihre Geduld und die Gelassenheit, auch mal eine Gelegenheit auszulassen, wenn sie sie nicht verstanden. Von Soros habe ich gelernt, wie wichtig konsequentes Risikomanagement ist. Aber wenn ich einen einzelnen Satz zitieren müsste, wäre es mit Sicherheit dieser von Warren Buffett: „Sorgt Euch nicht zu sehr um Politik oder das Auf und Ab der Wirtschaft. Kauft einfach Aktien von guten Unternehmen, seid geduldig und blendet die Nebengeräusche aus.“

Sie sind beide seit Jahrzehnten am Kapitalmarkt unterwegs. Haben Sie trotzdem schon einmal richtig danebengelegen – und was haben Sie daraus gelernt?

Lars Winter: Natürlich. Wer lange an der Börse ist und behauptet, nie mit einer Aktie auch mal Schiffbruch erlitten zu haben, hat entweder ein schlechtes Gedächtnis oder ist nicht ehrlich. Ich habe in den Jahren 2008 und 2009 viel Geld in Continental investiert und meine Aktienposition rund um die gescheiterte Übernahme durch Schaeffler mit immer weiter fallenden Kursen stetig nachgekauft, also verbilligt, wie wir Börsianer sagen. Die Position war am Ende so groß, dass praktisch mein gesamtes Kapital in dieser einen Firma steckte. Wäre Conti pleite gegangen, was damals inmitten der Finanzkrise nicht ausgeschlossen war, wäre ich es auch gewesen. Gott sei Dank bin ich am Ende sogar noch mit Gewinn rausgekommen. Aber dabei hatte ich mehr Glück als Verstand. Das würde mir heute nicht mehr passieren. Ich würde nie mehr alles auf eine Karte setzen und habe meine Investments breit gestreut in verschiedenen Assetklassen angelegt. Fehler kann man als Anleger machen, aber man sollte daraus lernen, um sie beim nächsten Mal nicht zu wiederholen.

„Das Geld ist nicht weg, es hat nur jemand anderes“, lautet eine alte Börsenweisheit. Ihr neues Angebot heißt ausgerechnet „mehr-geld.info“. Müssen wir also auch über weniger Geld sprechen?

Jens Castner: Unbedingt. „mehr-geld.info“ beschreibt ein Ziel und ist keine Renditegarantie. Wer über Chancen spricht, muss genauso offen über Verluste, Fehlentscheidungen und Risiken reden. Die alte Börsenweisheit mag buchhalterisch stimmen – sie ist nur wenig tröstlich, wenn man selbst auf der falschen Seite steht. Wir wollen deshalb nicht allein zeigen, wo Anleger Geld verdienen können, sondern auch, wie sie große und vermeidbare Verluste umgehen.

Was soll „mehr-geld.info“ anders machen?

Informationen über Aktien gibt es heute überall. Warum braucht es dann überhaupt noch ein Angebot wie „mehr-geld.info“?

Jens Castner: Zunächst einmal ist mehr-geld.info kein reines Börsenportal. Wir wollen alle Facetten zum Thema Finanzen beleuchten, von konkreten Spartipps über Basiswissen bis zu konkreten Aktienanalysen. Informationen sind heute im Überfluss vorhanden, Orientierung dagegen nicht. Eine Meldung verrät, dass eine Aktie um 12 Prozent gefallen ist. Sie erklärt aber nicht, ob damit eine Kaufchance entstanden oder die gesamte Investmentthese zerbrochen ist. Wir wollen Nachrichten filtern, Zusammenhänge herstellen und klar sagen, was wir daraus ableiten. Entscheidend ist nicht, noch mehr Meldungen zu produzieren, sondern die wichtigen von den unwichtigen zu trennen.

Was wollen Sie bei „mehr-geld.info“ anders machen als klassische Börsenportale, Newsletter oder die unzähligen Finanztipps in sozialen Netzwerken?

Lars Winter: Wir wollen weder permanent Alarm schlagen noch jeden zweiten Wert zur Kursrakete erklären. Wir verbinden journalistische Sorgfalt mit jahrzehntelanger Börsenpraxis. Fakten, Annahmen und Meinung sollen klar voneinander getrennt werden. Zu einer Empfehlung gehören für uns immer auch Bewertung, Risiken und die Frage, was schiefgehen könnte. Außerdem wollen wir uns später an unseren Aussagen messen lassen – nicht nur die Treffer feiern und die Fehlgriffe still verschwinden lassen.

Für wen ist „mehr-geld.info“ gedacht: für erfahrene Anleger – oder ausdrücklich auch für Menschen, die bislang noch nie eine Aktie gekauft haben?

Jens Castner: Für beide. Einsteiger sollen bei uns die Grundlagen verständlich erklärt bekommen, ohne sich durch Fachchinesisch kämpfen zu müssen. Erfahrene Anleger erwarten dagegen neue Ideen, belastbare Zahlen und eine klare Einschätzung. Gute Finanzinformationen müssen verständlich sein, dürfen aber nicht oberflächlich werden. Diesen Spagat wollen wir schaffen.

Börsenexperte Lars Winter Foto: privat

Was dürfen die Leser konkret von Ihnen erwarten? Und gibt es Bereiche oder Schwerpunkte, für die jeweils einer von Ihnen besonders steht?

Lars Winter: Meine Schwerpunkte liegen seit jeher auf deutschen Nebenwerten und Unternehmen in Sondersituationen. Als Stockpicker suche ich unabhängig von der allgemeinen Marktlage nach Aktien, deren Chancen vom Markt noch nicht ausreichend erkannt werden. Bei interessanten Kandidaten prüfe ich Geschäftsmodell, Bewertung, Bilanz und Cashflow. Wenn möglich, führe ich zudem vertiefende Gespräche mit Vorständen oder anderen Entscheidern. Die Leser dürfen von mir daher keine bloßen Aktientipps erwarten, sondern nachvollziehbare Investmentideen mit klarer Begründung, möglichen Kurstreibern und einer ehrlichen Darstellung der Risiken.

Jens Castner: Ich beschäftige mich intensiv mit unterbewerteten Unternehmen, Value Investing und den langfristigen Prinzipien erfolgreicher Investoren – in Deutschland ebenso wie international. Darüber hinaus soll „mehr-geld.info“ nicht nur aus Aktientipps bestehen. Altersvorsorge, ETFs, Vermögensaufbau und ganz praktische Anlageentscheidungen gehören ebenfalls dazu.

Werden Sie sich bei einer Aktie eigentlich immer einig sein – oder darf Lars Winter sagen „kaufen“, während Jens Castner davon überhaupt nicht überzeugt ist?

Lars Winter: Das darf nicht nur passieren, es wird passieren. Börse lebt davon, dass Menschen dieselben Fakten unterschiedlich bewerten. Erzwungene Einigkeit wäre unehrlich und für die Leser wenig hilfreich. Wichtig ist, dass jeder seine Argumente, Annahmen und Risiken offenlegt. Dann können sich die Leser ein eigenes Urteil bilden.

Und was macht jetzt der Staat?

Mit dem Altersvorsorgedepot setzt der Staat ab 2027 stärker auf Aktien, Fonds und ETFs. Ist das aus Ihrer Sicht ein echter Wendepunkt für die Aktienkultur in Deutschland?

Lars Winter: Es kann ein Wendepunkt werden. Erstmals rückt der Staat bei der geförderten privaten Vorsorge die langfristigen Renditechancen des Kapitalmarkts stärker in den Mittelpunkt, statt jede Schwankung durch teure Garantien verhindern zu wollen. Ein Gesetz allein schafft allerdings noch keine Aktienkultur. Die Produkte müssen einfach, transparent und kostengünstig sein. Vor allem müssen die Menschen verstehen, warum vorübergehende Kursverluste bei einem Anlagehorizont von mehreren Jahrzehnten kein Unglück, sondern normal sind.

Mit der geplanten Frühstartrente sollen künftig sogar Kinder früh mit kapitalgedeckter Vorsorge in Berührung kommen. Ist dieser Schritt Ihrer Meinung nach längst überfällig?

Jens Castner: Ja. Die vorgesehenen 10 Euro im Monat werden niemanden allein reich machen. Wertvoll sind vor allem der frühe Start, der Zinseszinseffekt und der Anlass, in Familien über Geldanlage zu sprechen. Die Frühstartrente sollte deshalb mit Finanzbildung verbunden werden. Ein Depot, das irgendwo unbemerkt geführt wird, schafft noch keine Anleger. Nach dem Kabinettsbeschluss muss das Vorhaben allerdings zunächst noch das Gesetzgebungsverfahren durchlaufen.

Was würden Sie jemandem raten, der das Altersvorsorgedepot nutzen möchte, sich bislang aber überhaupt nicht mit Wertpapieren beschäftigt hat?

Lars Winter: Nicht mit der Suche nach der vermeintlich heißesten Aktie beginnen. Zunächst sollte man Förderbedingungen, Kosten, Laufzeit und eingeschränkte Verfügbarkeit verstehen. Für viele Einsteiger dürfte ein breit gestreuter, kostengünstiger Aktien-ETF oder ein vergleichbares Standardprodukt sinnvoller sein als eine Sammlung einzelner Aktien. Beiträge automatisieren, einmal im Jahr überprüfen und nicht jeden Tag ins Depot schauen – damit ist bereits viel gewonnen.

Angst, Gier – und eine einzige Regel

Wenn Sie einem Börsenneuling nur eine einzige Regel mit auf den Weg geben dürften – welche wäre das?

Lars Winter: Investieren Sie langfristig, breit gestreut und nur mit Geld, das Sie in den kommenden Jahren nicht benötigen. Wer unter Zeitdruck verkaufen muss, macht sich von der jeweiligen Börsenstimmung abhängig. Die wichtigste Regel überhaupt lautet aber: Investieren Sie Ihr Geld an der Börse. Und fangen Sie möglichst früh damit an.

Was ist an der Börse gefährlicher: zu wenig Wissen, zu viel Angst oder zu viel Gier?

Jens Castner: Zu wenig Wissen lässt sich beheben, genau deshalb starten wir ja mehr-geld.info. Zu viel Angst kostet Rendite, weil man gar nicht investiert oder im falschen Moment verkauft. Am gefährlichsten ist jedoch meist die Gier. Sie verleitet dazu, Risiken auszublenden, sich zu verschulden oder alles auf eine vermeintlich sichere Wette zu setzen. Angst bremst – Gier kann ruinieren.

Wenn ein Leser nach einem Jahr „mehr-geld.info“ sagt: „Das hat mir wirklich etwas gebracht“ – was sollte er dann gelernt oder für sich mitgenommen haben?

Lars Winter: Er sollte uns nicht blind folgen, sondern bessere eigene Entscheidungen treffen können. Er sollte eine Nachricht von einer Investmentthese unterscheiden, Kurs und Wert nicht verwechseln und Chancen stets gemeinsam mit den Risiken betrachten. Wenn unsere Leser nach einem Jahr systematischer investieren, in hektischen Börsenphasen ruhiger bleiben und einen realistischen Plan für ihren Vermögensaufbau besitzen, dann hat „mehr-geld.info“ seinen Zweck erfüllt.

Noch zwei Wochen bis zum Start von „mehr-geld.info“ – nächste Woche lesen Sie, warum Ihr Geld mehr Aufmerksamkeit verdient.

Weitere Informationen unter: **WWW.DER-FRANKFURTER.DE**

DER FRANKFURTER Charity – Die Bernd Reisig Stiftung

Gemeinsam helfen, wo Unterstützung gebraucht wird

Frankfurter Stiftung stellt ihre Arbeit vor und wirbt um Spenden, Zustiftungen und ehrenamtliches Engagement

CHARITY (JB) I Menschen in schwierigen Lebenssituationen zu unterstützen und konkrete Hilfe dort zu ermöglichen, wo sie gebraucht wird – dafür steht die Bernd Reisig Stiftung aus Frankfurt am Main. Mit ihren sozialen Projekten setzt sich die Stiftung für obdachlose und hilfsbedürftige Menschen ein und möchte ihnen Unterstützung, Aufmerksamkeit und ein Stück gesellschaftliche Teilhabe ermöglichen.

Oberbürgermeister Mike Josef, Bernd Reisig und Nargess Eskandari-Grünberg bei einem Gänseessen für Bedürftige im Ratskeller des Römers. FOTO: BERND REISIG STIFTUNG

Ein wichtiger Bestandteil der Stiftungsarbeit sind Veranstaltungen, bei denen Menschen unmittelbar erreicht werden. Dazu zählen beispielweise unter anderem das traditionelle Weihnachtsgans-Essen, bei dem die Stiftung 1.000 Obdachlose und hilfsbedürftige Personen in den Frankfurter Römer Ratskeller einlädt oder auch das Osteressen für obdachlose und hilfsbedürftige Menschen, bei dem die Stiftung 3.500 Menschen in 5 hessischen Städten und Aschaffenburg mit einem leckeren Grünesoße-Menü zu Karfreitag versorgt. Bei diesen Aktionen stehen nicht nur die Versorgung mit Essen und Getränken, sondern auch die persönliche Begegnung und das Gefühl, nicht vergessen zu werden, im Mittelpunkt.

Jährlich führt die Stiftung bis zu fünf solcher Veranstaltungen durch. Hinzukommen Einzelprojekte wie bspw. die Verteilung von Schlafsäcken, die Ausgabe von 54.000l Getränken während des Hochsommers u.v.m.

Doch hinter jeder Veranstaltung stehen umfangreiche Vorbereitungen, zahlreiche engagierte Menschen und finanzielle Aufwendungen. Die Arbeit der Bernd Reisig Stiftung ist auf Unterstützung angewiesen. Spenden helfen dabei, bestehende Projekte umzusetzen und weitere Hilfsangebote auf den Weg zu bringen.

Hilfe braucht Menschen, die mitmachen

Die Stiftung lädt deshalb Privatpersonen, Unternehmen und Institutionen dazu ein, sich einzubringen. Neben Geldspenden sind auch Sachspenden, Partnerschaften und ehrenamtliche Mitarbeit wertvoll. Wer bei Veranstaltungstagen helfen möchte, kann sich auf der Homepage der Stiftung über Möglichkeiten des Engagements informieren. www.berndreisigstiftung.de

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit einer Zustiftung. Während eine gewöhnliche Spende grundsätzlich zur Finanzierung der laufenden Stiftungsarbeit eingesetzt werden kann, stärkt eine Zustiftung das Stiftungskapital. Damit kann sie dazu beitragen, die finanzielle Grundlage der Stiftung langfristig zu festigen. Die konkrete Verwendung richtet sich nach den geltenden Vorgaben der Stiftung.

SPENDEN SIE

So können Sie helfen:
Jede Unterstützung zählt. Ob einmalige Spende, regelmäßiger Beitrag, Zustiftung oder ehrenamtlicher Einsatz – jede Form des Engagements kann einen Unterschied machen. Weitere Informationen zur Stiftungsarbeit, zu Projekten und Möglichkeiten der ehrenamtlichen Mitarbeit gibt es unter: **www.berndreisigstiftung.de**

Spendenkonto:
Kontoinhaber: Bernd Reisig Stiftung – helfen helfen
IBAN: DE81500502010200654144
BIC: HELADEF1822
Verwendungszweck: Stichwort DER FRANKFURTER + (Adresse, falls eine steuerabzugsfähige Spendenbescheinigung gewünscht ist)

Ein Einkauf, doppelte Freude

Lions Club sammelt im Skyline Plaza für Kinderhaus Nied

FRANKFURT (RED/BT) I Ein Artikel mehr im Einkaufskorb kann viel bewirken: Am Freitag, 6., und Samstag, 7. November, lädt der Lions Club Frankfurt am Leonhardsbrunn gemeinsam mit dem Skyline Plaza zur Aktion „Kauf eins mehr“ ein. Wer im dm-Markt des Einkaufszentrums einkauft, kann einen zusätzlichen Artikel erwerben und ihn direkt am Lions-Stand vor dem Geschäft spenden.

Die gesammelten Produkte kommen dem Kinderhaus Nied zugute. Die Einrichtung bietet Kindern im Stadtteil Hausaufgabenhilfe, Sport- und Kreativangebote sowie Ausflüge und Ferienprogramme.

Am Samstag, 7. November, gibt es von 14 bis 18 Uhr kostenloses Kinderschminken vor dm. Auch freiwillige Geldspenden sind willkommen.

Löwen Frankfurt vor der Länderspielpause zu Hause gefordert

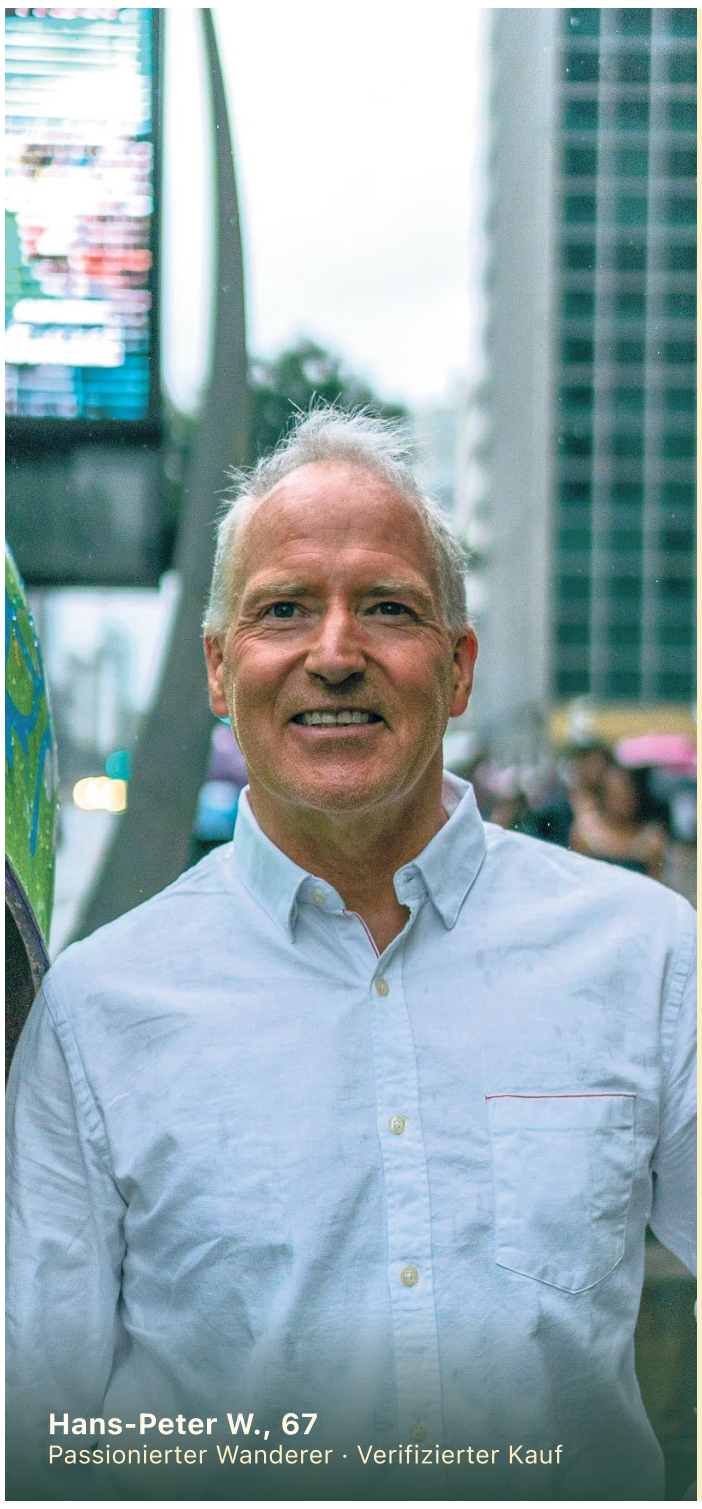
Sonntag: Heimspiel gegen Ingolstadt

BORNHEIM (SK) I Für die Löwen Frankfurt stehen an diesem Wochenende noch zwei Spieltage in der PENNY DEL auf dem Programm, ehe es in die Länderspielpause geht. Bereits am Donnerstag absolvierten die Frankfurter Eishockey-Profis ihr erstes von zwei Gastspielen in dieser Saison beim Tabellennachbarn aus Augsburg. Das Ergebnis der Partie gegen die Panther stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest. Schon am Sonntag geht es in der heimischen NIX Eissporthalle (Am Bornheimer Hang, Frankfurt-Ost) weiter: Dann kommt der nächste bayrische Gegner auf die Löwen zu.

Die Löwen gegen Wolfsburg. FOTO: LÖWEN FRANKFURT

Den ERC Ingolstadt, aktuell im Tabellenmittelfeld, haben die Löwen in dieser Spielzeit bereits zweimal geschlagen. In der Vorbereitung feierte Frankfurt zu Hause einen 5:3-Sieg. Beim Auswärtsspiel vor drei Wochen holte sich das Team von Headcoach Tom Pokel zwei Punkte. Der Sieg im Penaltyschießen gelang durch den Treffer von Kapitän Maksim Matushkin, der sich am vergangenen Sonntag eine Verletzung zuzog und für rund drei Monate ausfallen wird.

Karten für das Heimspiel am Sonntag (16:30 Uhr) gibt es auf der Website der Löwen Frankfurt (www.loewen-frankfurt.de/tickets). Nach der Länderspielpause geht es für die Löwen am Freitag, den 13. November, weiter. Dann sind die Pinguins Bremerhaven (19:30 Uhr) zu Gast in der NIX Eissporthalle.



HEILNATURA HERZ & GEHIRN ANZEIGE

★★★★★

„Mein Herz bringt mich auf jeden Gipfel — also tue ich auch etwas für mein Herz.“

Jede Woche auf Tour, im Winter Langlauf: Hans-Peter verlangt seinem Kreislauf einiges ab. Fisch mag er — aber nicht zweimal pro Woche. Dabei braucht der Körper die Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA regelmäßig: Sie tragen zu einer normalen Herzfunktion bei, DHA auch zur Erhaltung der Gehirnfunktion. Heilnatura hat dafür die Lösung: die Omega-3-Fischöl-Kapseln.

DARUM OMEGA-3 VON HEILNATURA

✔ **Hochdosiert:** 500 mg EPA + 250 mg DHA pro Tagesdosis
✔ **Trägt zu normaler** Herz- und Gehirnfunktion bei
✔ **Geschmacksneutral verkapselt** — kein Fischgeruch, kein Nachgeschmack
✔ **Laborgeprüft** — ohne Aroma-, Farb- und Süßungsmittel

Zwei Kapseln täglich zur Mahlzeit decken die Versorgung verlässlich — eine Dose mit 60 Kapseln reicht für einen Monat.

„Zwei Kapseln zum Frühstück — und ich habe den Kopf frei für die nächste Tour.“

Omega-3-Fischöl-Kapseln · die Lösung von Heilnatura
Neukunden: **25 % Rabatt** mit Code **WILLKOMMEN**
QR-Code scannen oder „Heilnatura Omega 3“ googeln — Code im Warenkorb eingeben.

Nahrungsergänzungsmittel. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge nicht überschreiten. Kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung. Rabatt nur für Neukunden, einmalig einlösbar.