

## Akrobatisches Feuerwerk aus China

**Der Chinesische Nationalcircus geht wieder auf Tour und macht auch Station in Hessen**

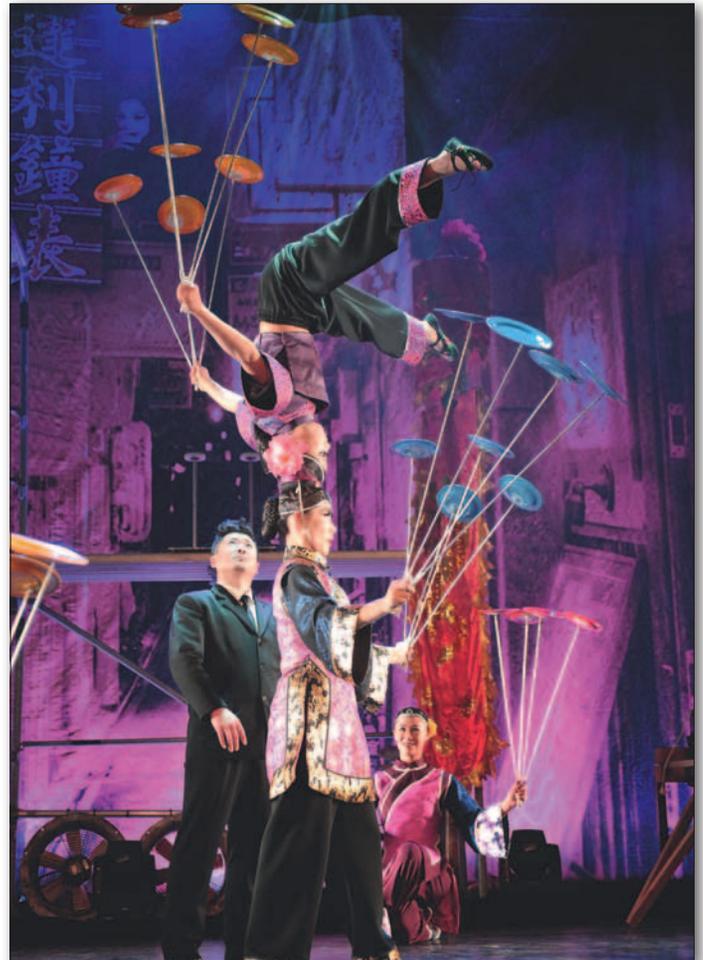
**HESSEN.** Neues Programm, neue Wunder! Der große Chinesische Nationalcircus geht wieder auf Tour. Dabei macht das Ensemble auch Station in Hessen. Unter anderem gastieren die Ausnahmeartisten am 9. Februar ab 20 Uhr im kinG-Kulturzentrum in Ingelheim und präsentieren ihr Programm „Hongkong Hotel“. Karten gibt es ab sofort im Vorverkauf.

In den letzten Jahren hat der Chinesische Nationalcircus seinem Publikum anhand von Geschichten in, mit und um legendäre Standorte, Städte und Metropolen Chinas fremde und faszinierende Kultur erfolgreich zugänglich gemacht. Nun folgt nach den Erfolgsshow's wie Shanghai Nights, Verbotene Stadt und Chinatown folgerichtig der letzte noch fehlende Hotspot aus dem Reich der Mitte: Hongkong!

Im Mittelpunkt der neuen Show steht ein altes viktorianisches Grandhotel, von dem aus sich Menschen aller Herren Länder, aus verschiedensten Schichten und Epochen auf den Weg machen, in die mysteriöse, chinesische Kultur, abzutauchen um sie und sich zu erkunden, Geschäfte zu machen, Handel zu treiben oder um einfach das Glück zu finden. Die Magie des Fortschritts trifft auf die traditionell asiatische Poesie und ein erleichterndes Lachen folgt der

akrobatischen Sensation. Die zircensischen Ingredienzien eignen sich dazu hervorragend um ein akrobatisches Feuerwerk der Extraklasse entstehen zu lassen. Circus trifft Asien, Magie lässt staunen, Artisten verzaubern und die Clowns berühren. Die preisgekrönte Akrobatik aus dem Reich der Mitte wird wieder einmal die Gesetze der Schwerkraft aufheben. Wunderschöne Schlangenmädchen, elegante Handstandkünstler, charismatische Vasenjongleure, Clowns und Akrobaten finden sich wie Mosaikteilchen zu einem großen Ganzen im „Hongkong Hotel“ zusammen und nehmen den Betrachter mit auf eine Reise.

■ **Tickets gibt es unter Telefon 01806/570000 oder im Internet unter [www.yellowconcerts.de](http://www.yellowconcerts.de) (Kinder bis zu 40 % Rabatt).** Weitere Infos auch unter [www.chinesischer-nationalcircus.eu](http://www.chinesischer-nationalcircus.eu).



**Zu Gast im Reich der Mitte: Wenn der Chinesische Nationalcircus ins „Hotel Hongkong“ einlädt, können sich die Zuschauer auf Akrobatik der Extraklasse freuen.** Foto: Yellow Concerts GmbH

ANZEIGE

*Besinnliche Festtage sowie viel  
Glück und Erfolg im neuen Jahr.*

Frankfurter  
Sparkasse
1822

# Mit guten Vorsätzen ins neue Jahr starten

Für 2018 gilt: Stets realistische Ziele setzen und sich regelmäßig auch mal selbst loben

**HESSEN.** Neues Jahr – Neues Glück! Während oft nur wenig dem abgelaufenen Kalenderjahr nachtrauern, freut sich der Großteil auf das, was vor uns liegt. Willkommen 2018! Was zum Jahresstart natürlich nicht fehlen darf, sind die unzähligen guten Vorsätze, die sich wieder viele Hessen vorgenommen haben. Ob sie allerdings auch eingehalten werden, das zeigt sich meist schon recht schnell...

Den leidigen Fettpölsterchen den Kampf ansagen, die Glimstengel endgültig Geschichte sein lassen oder sich endlich mehr Zeit für die schönen Dinge im Leben nehmen und dem Alltagsstress die kalte Schulter zeigen. Die Liste an guten Vorsätzen ist

lang. Auch für viele Hessen ist der Jahreswechsel ein beliebter Zeitpunkt, Bilanz zu ziehen und neue Vorhaben anzugehen. Viele von ihnen (wenn nicht sogar die meisten) scheitern allerdings schon nach kürzester Zeit am eigenen Durchhaltevermögen. Dass die guten Vorsätze oftmals nicht lange eingehalten werden, hat mehrere Gründe. Einer davon, so sagen die Experten: Viele Ziele sind zu hoch gesteckt. Damit das Vorhaben nicht schon kurz nach der Planung scheitert, sollten die gesteckten Ziele realistisch bleiben. Außerdem sollte der Spaß keinesfalls zu kurz kommen. Versuchen Sie daher nicht, Ihr ganzes Leben auf einmal umzukrempeln, sondern freuen Sie sich über kleine Erfolge. Und ganz wichtig: Loben Sie sich regelmäßig selbst – Erfolgserlebnisse dienen als wich-

tige Motivationsstützen. Außerdem sollte man nichts über das Knie brechen und sich bei der Umsetzung nicht zu sehr unter Druck setzen. Rom wurde



bekanntlich auch nicht an einem Tag erbaut. Hauptsache, Sie behalten das Ziel im Auge und der innere Schweinehund gewinnt nicht die Oberhand.

**Vorsatz in eigener Sache:** Auch die Redaktion von „mein schönes Hessen“ hat für 2018 einen guten Vorsatz: Wir wollen Sie, liebe Leser, auch im neuen Jahr mit möglichst vielen interessanten Informationen aus Hessen beliefern. In unserer Ausgabe „mein schönes Hessen“ berichten wir monatlich über das Geschehen, das Leben und die Menschen hierzulande. Um dies möglichst breitgefächert und abwechslungsreich tun zu können, brauchen wir auch Sie! Ob Sie nun eine spannende Geschichte für uns haben oder aber einen Veranstaltungshinweis – lassen Sie es uns wissen. Schicken Sie uns Ihr Anliegen einfach per E-Mail an [ms.hessen@tv-magazin.net](mailto:ms.hessen@tv-magazin.net). Wir freuen uns drauf. In diesem Sinne: Auf ein schönes Jahr 2018 in Hessen!

## IMPRESSUM

Herausgeber:

mein schönes  
**Hessen**

TV-Magazin und Media GmbH & Co. KG  
Personlich haftende Gesellschafterin:  
RSZ-Verwaltungs GmbH, Friedrichsdorf  
Geschäftsführer: Udo Zöllner

**Chefredakteur:** Udo Zöllner v.i.S.d.P.  
udo.zoellner@tv-magazin.net

**Redaktion:** Holger Pöritzsch  
holger.poeritzsch@tv-magazin.net

**Verteilung** im und zusammen mit dem „mein TV-magazin“ und an verschiedenen Auslagestellen.

**Druck:** Brühlsche Universitätsdruckerei  
GmbH & Co. KG  
Wieseck  
Am Urnenfeld 12  
35396 Gießen

© **Copyright** für alle Beiträge:  
TV-Magazin und Media GmbH & Co. KG.  
Nach Idee und Konzept der Rhein-Lahn-Media KG. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und Internet sowie Vervielfältigung auf Datenträger wie CD-ROM, DVD-ROM etc. auch auszugsweise, nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung der TV-Magazin und Media GmbH & Co. KG. Termine ohne Gewähr. Für unverlangte Einsendungen aller Art keine Gewähr. Für Druckfehler und fernerlässlich aufgeführte Anzeigen übernehmen wir keine Haftung. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Verlages in der neusten Fassung. Zur Zeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 3 vom 1. Dezember 2015. Eingetragen beim Amtsgericht Bad Homburg v. d. Höhe, HRB 11297. Eingetragene Steuernummer 003 375 60562

Im Verlag erscheinen auch die Titel:  
mein tv-magazin  
rheinmain-tv-magazin  
wackelzahl (Kinder-Fernsehzeitung)

**Satz, Layout und Umbruch:**

sixeyesmedia gmbh  
Gartenstraße 37, 36381 Schlüchtern  
Telefon 06661/60986-12

**sixeyesmedia**  
gmbh  
Partner für Werbung & Kommunikation

**Anschrift der Gesellschaft und des Verlages:**

TV-Magazin und Media GmbH & Co. KG  
Am Houiller Platz 4 · 61381 Friedrichsdorf  
Internet: [www.tv-magazin.net](http://www.tv-magazin.net)  
E-Mail: [info@tv-magazin.net](mailto:info@tv-magazin.net)  
Telefon: 061 72 / 86 86 2-0  
Telefax: 061 72 / 86 86 2-22

## Dieter Nuhr kommt nach Hanau

Comedian präsentiert sein neues Programm „Nuhr hier, nur heute“

**HANAU.** „Nuhr hier, nur heute“ – so der Titel des aktuellen Programms von Dieter Nuhr. Das passt. Jeder Abend ist ein bisschen anders. Und Nuhr ist live dabei, also lebendig, keine Selbstverständlichkeit in Zeiten von YouTube und Mediatheken. Live ist Nuhr am besten. Also bitte: nichts wie hin!

### Freikarten zu gewinnen

Für das Gastspiel von Dieter Nuhr in Hanau verlosen wir 2 x 2 Freikarten. Zum Mitmachen einfach auf unsere Homepage [www.tv-magazin.net](http://www.tv-magazin.net) (Rubrik Gewinnspiele) gehen und die entsprechende Frage richtig beantworten.

Am 27. Januar etwa haben Dieter-Nuhr-Fans die Gelegenheit dazu in Hanau. Dann gastiert der Comedian ab 20 Uhr in der August-Schärtner-Halle in Hanau. Nuhr ist eigentlich das Einzige, was es am Abend zu sehen und zu hören gibt. Das reicht. Mehr



**Dieter Nuhr ist am 27. Januar zu Gast in Hanau.** Foto: TVM

als das! Er begeistert sein Publikum! Der tiefenentspannte Komiker marschiert eloquent und faktensicher kreuz und quer durchs Weltgeschehen, erklärt das Dasein, die menschliche Psyche und die Lächerlichkeit unserer Empörungsroutine. Keine Frage: Dieter Nuhr beherrscht die Kunst, ein Publikum gleichzeitig zum Lachen und zum Denken zu bringen. Bestimmt auch in Hanau!

■ **Tickets bei allen Vorverkaufsstellen mit CTS/Reservix, unter 01806/570000 oder unter [www.roth-friends.de](http://www.roth-friends.de).**

ANZEIGE

**ICH MUSS WERBEN!  
ABER WIE UND WO?**



**BERATUNG:**  
(06661) 60986-11

IHRE AGENTUR:

**sixeyesmedia**  
gmbh  
Partner für Werbung & Kommunikation

GARTENSTRASSE 37 // 36381 SCHLÜCHTERN  
[www.sixeyesmedia.de](http://www.sixeyesmedia.de) // [hallo@sixeyesmedia.de](mailto:hallo@sixeyesmedia.de)



# „Geht nicht, gibt's nicht“, lautet das Motto bei Qayum Asgharzada

## Taunus Änderungsschneiderei seit September in Friedrichsdorf

**FRIEDRICHSDORF.** Die geliebten Kleidungsstücke sind etwas zu eng oder zu weit geworden? Sie hätten gerne den perfekten Sitz für Ihr Hochzeitskleid oder Ihren Hochzeitsanzug? Ihre neuen oder alten Gardinen müssten angepasst werden? Sie haben andere Textilstücke, die Sie gerne in der Länge oder Form verändert haben möchten?

Dann sollten Sie bei Qayum Asgharzada vorbeischauchen. Dort sind Sie mit Sicherheit an der richtigen Adresse! Seit September betreibt er die Taunus Änderungsschneiderei am Houillerplatz in Friedrichsdorf.

Qayum Asgharzada wurde in Afghanistan geboren und lebt mittlerweile seit 27 Jahren in Deutschland. Noch länger sind seine Erfahrungen im Schneiderhandwerk: Seit nunmehr drei Jahrzehnten ist er als Schneider tätig. Bevor sich Qayum Asgharzada nun in Friedrichsdorf selbstständig machte, arbeitete er in Eschborn im Haus der Mode.

In der Taunus Änderungsschneiderei kann man so gut wie



**Seit September in Friedrichsdorf: Qayum Asgharzada hat rund 30 Jahre Erfahrung im Schneiderhandwerk.** Fotos: TVM

alles ändern lassen – egal ob Leder, Pelz, Kleidung oder Gardinen. Geöffnet ist die Schneiderei montags bis freitags von 8 bis 13 Uhr sowie von 14 bis 18 Uhr; am Samstag ist Qayum Asgharzada von 8 bis 14 Uhr für seine Kunden da. Auch für schwierige Änderungen findet sich mit Sicherheit die richtige Lösung. „Geht

nicht, gibt's nicht“, lautet das Motto des Schneiders, der sogar als „Teddybär-Doktor“ fungiert und defekte Plüschtiere repariert.

■ **Weitere Informationen gibt es direkt bei Qayum Asgharzada in der Taunus Änderungsschneiderei unter Telefon 0177/2881178.**

## Musical- und Chansonabend

**WIESBADEN.** Am Freitag, 15. Dezember, findet um 20 Uhr das diesjährige Treppenkonzert der Musikbibliothek in der Mauritius-Mediathek, Hochstättenstraße 6–10, in Wiesbaden statt.

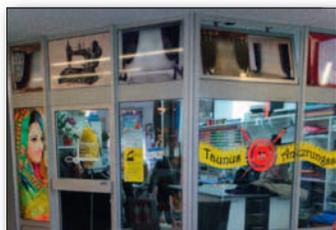
Jan Rekeszus und Karen Müller, zwei ehemalige Darsteller des Jugendclubs am Staatstheater Wiesbaden, kehren nach ihrer Ausbildung mit einem Konzertprogramm in die Heimat zurück. Die Zuhörer erwartet ein facettenreicher Abend mit klassischen und modernen Titeln der Musicalgeschichte sowie Chansons.

■ **Weitere Infos gibt es unter [www.wiesbaden.de](http://www.wiesbaden.de).**

## Gewalt sehen und auch helfen

**FRANKFURT.** Der Präventionsrat Frankfurt bietet im Januar wieder Seminare als Teil seiner Kampagne „Gewalt – Sehen – Helfen“ zum Thema „Umgehen mit gefährlichen Situationen im öffentlichen Raum“ an. Sie finden statt am Donnerstag, 18. und am Montag, 29. Januar, jeweils von 15 bis 19 Uhr in der Innenstadt.

Die Veranstaltung ist kostenfrei. Die Plätze sind begrenzt. Eine verbindliche Anmeldung ist daher erforderlich. Weitere Informationen gibt es unter der Telefonnummer 069/21244905 oder im Internet unter [www.gewaltsehen-helfen.de](http://www.gewaltsehen-helfen.de).



**Die Taunus Änderungsschneiderei am Houillerplatz.**

[www.partyservice-winkler.de](http://www.partyservice-winkler.de)  
**Catering-Service**



## Den schönsten Blick über Limburg ...

...haben Sie bei uns. Genießen Sie die herrliche Aussicht über die Domstadt und fühlen Sie sich wohl.

Das Team vom **Texelhof** freut sich auf Ihren Besuch!

## Texelhof

Bankett- und Partyservice Winkler  
Koblenzer Straße • 65556 Limburg-Staffel

**Telefon: 06431-2881570**

Wir freuen uns über Ihre Reservierung!

Der „neue“ Texelhof liegt an der L 3447 zwischen Staffel und Görgeshausen.

Öffnungszeiten:

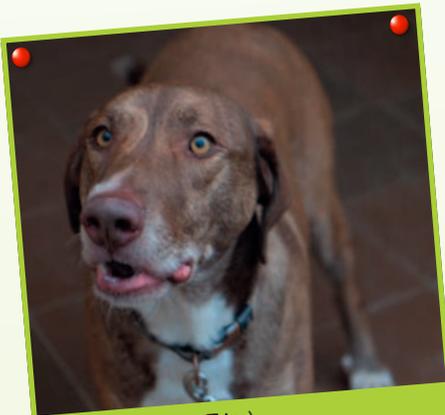
montags und dienstags Ruhetag  
Mittwoch bis Samstag ab 15 Uhr geöffnet  
Sonntags von 11 bis 22 Uhr warme Küche  
An Feiertagen immer geöffnet!



Süße Vierbeiner warten im Tierheim auf neues Frauchen oder Herrchen

# Wir suchen ein Zuhause

Wir stellen an dieser Stelle jeden Monat Tiere vor, die ein neues Zuhause suchen. Wer weitere Infos zu den Vierbeinern haben möchte, kann sich direkt mit dem jeweiligen Tierheim bzw. der Tierschutzorganisation in Verbindung setzen. Weitere Tierheime oder Tierschutzvereine aus unserem Verbreitungsgebiet, die Interesse an einer Veröffentlichung haben, können sich gerne per E-Mail an [tierfreunde@tv-magazin.net](mailto:tierfreunde@tv-magazin.net) bei uns melden.



**Harley** (Tierheim Trier)

Harley wurde im Mai 2014 geboren und ist ein Catahoula Leopard Dog-Mix. Er ist ein temperamentvolles Energiebündel, der den Menschen sehr zugetan ist. Harley ist ein Hund mit Charakter und sollte auf jeden Fall weiter eine Hundeschule besuchen und entsprechend ausgelastet werden.

Infos: [www.tierheimtrier.de](http://www.tierheimtrier.de)



**April** (Tierhilfe Franken e. V.)

Die einjährige hübsche April mit den zwei unterschiedlichen farbigen Augen lebt seit einiger Zeit im Tierhilfe-Haus. Sie läuft gut an der Leine, versteht sich prima mit Artgenossen und auch für ein Spiel und zum Toben ist April stets zu haben.

Infos: [www.tierhilfe-franken.de](http://www.tierhilfe-franken.de)



**Velvet** (Tierheim Neuwied)

Velvet ist anhänglich und sehr verschmust, möchte aber beim Kennenlernen etwas Zeit bekommen. Dafür geht die fünfjährige Hündin später eine sehr enge Bindung ein und ist eine ganz Treue. Sie versteht sich gut mit Artgenossen und passt auch prima in eine Familie mit älteren Kindern.

Infos: [www.tierheim-neuwied.de](http://www.tierheim-neuwied.de)



**Peppy** (Tierheim Andernach)

Chihuahua-Mix Peppy (geboren 2010) wurde schweren Herzens im Tierheim abgegeben, da ihr Frauchen erkrankt ist. Sie ist eine sehr menschenbezogene Hündin. Peppy ist stubenrein und kommt auch gut mit Katzen zurecht. Kinder sollten nicht im neuen Zuhause leben, vor diesen hat sie Angst.

Infos: [www.tierschutzverein-andernach.de](http://www.tierschutzverein-andernach.de)



**Diva** (Tierheim Andernach)

Diva wurde im Juli 2014 geboren und ist eine sehr freundliche und menschenbezogene Hündin. Sie kommt gut mit größeren Artgenossen zurecht, wäre aber im neuen Zuhause lieber Einzelhund. Sie kann alleine bleiben und ist stubenrein. Größere Kinder im Haushalt sind kein Problem.

Infos: [www.tierschutzverein-andernach.de](http://www.tierschutzverein-andernach.de)



**Balim** (Tierhilfe Franken e. V.)

In ihrem letzten Zuhause wurde Balim mehr oder weniger wie ein Spielzeug behandelt. Jetzt sucht die siebenjährige Hündin ein Zuhause mit artgerechter Haltung. Derzeit lebt sie bei einer Pflegefamilie, wo ihr alles beigebracht wird, was man fürs Leben so braucht.

Infos: [www.tierhilfe-franken.de](http://www.tierhilfe-franken.de)

# Tiere gehören nicht unter den Baum

Deutscher Tierschutzbund warnt vor tierischen Weihnachtsgeschenken – Endstation Tierheim

**REGION.** Obwohl ein Hundewelpen oder ein Kätzchen häufig ganz oben auf dem Wunschzettel stehen, warnt der Deutsche Tierschutzbund zu Weihnachten vor dem Verschenken von Tieren. Ist die Aufnahme eines Tieres nicht gut durchdacht, führt die Konfrontation des Halters mit den tatsächlichen Ansprüchen des Tieres häufig dazu, dass die Tiere im Tierheim landen. Die Tierschützer empfehlen daher, sich immer gründlich und vor allem gemeinsam auf ein mögliches neues Familienmitglied vorzubereiten.

„Als Überraschungsgeschenk sind Tiere völlig ungeeignet“, erklärt Andrea Furler-Mihali, Fachreferentin für Heimtiere beim Deutschen Tierschutzbund. „Wenn man merkt, dass Tier und neuer Besitzer doch nicht so gut harmonieren, dass das Tier mehr Geld kostet oder mehr Arbeit macht, als gedacht, kann man es nicht einfach wieder umtauschen wie einen Pullover oder ein Spielzeug.“ Die Tierschützerin empfiehlt daher, sich im Vorfeld ausführlich zu informieren und sich ein Tier ganz bewusst und in Absprache mit allen Beteiligten zuzulegen. Ein erster Gang lohnt sich dann immer ins



**So süß dieser kleine Vierbeiner auch ist – Tiere gehören nicht unter den Weihnachtsbaum! Der Deutsche Tierschutzbund appelliert mit Blick auf das bevorstehende Fest, auf Tiere als Weihnachtsgeschenk zu verzichten.**

Foto: Fotolia

Tierheim. Dort warten Tiere jeder Art und jeden Alters auf ein neues Zuhause. Das Know-how und die Erfahrung der Tierpfle-

ger mit ihren Schützlingen können zudem helfen, das passende Tier zu finden.

Auch wenn die Entscheidung

gut überlegt ist, ist Weihnachten mit all dem Trubel nicht der ideale Zeitpunkt für den Einzug eines tierischen Mitbewohners. Wer zu Weihnachten trotzdem etwas „tierisches“ verschenken möchte, kann zu guter Ratgeberlektüre über artgerechte Tierhaltung oder zu geeignetem Heimtierzubehör greifen.

Nach den Feiertagen oder im Laufe des neuen Jahres werden viele unüberlegt verschenkte Tiere in den Tierheimen des Deutschen Tierschutzbundes abgegeben. Die Gründe dafür sind vielfältig. Spontane Urlaubspläne, unerwartete Kosten oder einfach die bis dahin unbekanntenen Anforderungen an eine artgerechte Haltung der Tiere lassen die Freude über das neue Familienmitglied oft schnell vergehen. Oft bemerken Eltern auch erst zu spät, dass ein Großteil der Versorgung – das Füttern, das Säubern des Geheges oder das Gassi gehen – an ihnen hängen bleibt. „Selbst wenn ein Kind hoch und heilig verspricht, sich um das Tier zu kümmern, muss man als Elternteil immer darauf gefasst sein, einzuspringen. Ein Kind kann und darf nie alleine die Verantwortung für ein Haustier tragen“, sagt Furler-Mihali.

## Straßenhunde suchen ein Zuhause

Tierschützerin aus dem rumänischen Barlad hat den Verein „Last Hope 2 Life“ gegründet

**BARLAD.** Ana Grasu lebt in Barlad in Rumänien. Dort setzt sich die engagierte Tierschützerin für Straßenhunde ein. Dafür gründete sie im vergangenen Jahr unter anderem den Verein „Last Hope 2 Life“ (Infos: [www.lasthope2life.org](http://www.lasthope2life.org); E-Mail: [lasthope2life@yahoo.com](mailto:lasthope2life@yahoo.com)) und betreibt ein Tierheim, in dem sie die Hunde aufnimmt und pflegt. Bei ihrer Arbeit ist Anna Grasu meist auf sich allein gestellt, auch finanziell. Daher ist sie natürlich für jede Spende dankbar.

Derzeit leben in dem Tierheim in Barlad rund 500 Hunde, mehr als die Hälfte davon ohne Paten-

schaft. Die Kosten für die Verpflegung dieser Hunden trägt Ana Grasu größtenteils alleine. Zu den Fellnasen, die derzeit auf



**Joy (links) und Barbie sind nur zwei von vielen Hunden aus Rumänien, die auf ein neues Zuhause hoffen.**

Fotos: TVM

ein neues Zuhause hoffen, gehören unter anderem Joy und Barbie. Der liebevolle Joy wurde aus einer Tötungsstation im



rumänischen Vaslui gerettet. Er ist ca. drei Jahre alt, 50 cm groß und 20 Kilo schwer. Joy ist geimpft, gechipt und kastriert.

Die schüchterne Barbie ist ebenfalls rund drei Jahre alt und etwa 35 cm groß. Sie wurde mit einer Beinverletzung gefunden, hat sich in der Auffangstation aber gut entwickelt.

■ Mehr über den Verein „Last Hope 2 Life“, Ana Grasus Tierheim und ihr großes Engagement vor Ort sowie über eine tolle Spendenaktion erfahren Sie in unserer Januar-Ausgabe.

# Kräuterfrau und Bestsellerautorin

Simone Schalk schreibt über die Kraft der Wurzeln und betreibt eine Kräuterschule im Harz

**HARZ.** Noch Anfang des letzten Jahrhunderts gab es in jedem Dorf und jedem Städtchen Deutschlands eine Kräuterfrau die wusste, dass gegen jedes Wehwehchen und kleinere Blessuren „ein Kraut gewachsen“ war. Über Generationen wurde dieses, teils geheime Wissen von Großmutter an Tochter und Enkeltochter gegeben und lebte im Volkswissen weiter. Obwohl mit der Verstärkung ein großes Vergessen dieser Heilkräfte aus Wald und Wiesen eingesetzt hatte, gibt es heutzutage ein wiedererwachendes Interesse an dem Wissensschatz der Naturheilkunde.

## Fünf Bücher zu gewinnen

Wir verlosen insgesamt fünf Exemplare von Simone Schalks Buch „Die Kraft der Wurzeln – Verborgene Schätze unserer Heilpflanzen“. Zum Mitmachen einfach auf unsere Homepage [www.tv-magazin.net](http://www.tv-magazin.net) (Rubrik Gewinnspiele) gehen und die entsprechende Frage richtig beantworten.

Kräuterfrau Simone Schalk ist eine der führenden Heilkräuter-„Weiber“. Vor fast 20 Jahren begann sie mit der Ausbildung in Heilkräuterkunde und Phytotherapie. Seit etlichen Jahren



**Simone Schalk beschäftigt sich seit fast 20 Jahren mit der Heilkräuterkunde und ist eine der führenden Kräuterfrauen. Ihr Wissen hat sie unter anderem in einem Buch veröffentlicht. Außerdem betreibt sie eine Kräuterschule.** Fotos: TVM

betreibt sie nun im Harz selbst eine Kräuterschule. Ihre Kurse, sowohl für Anfänger, als auch für jene, die eine ein- oder mehrjährige Ausbildung bei ihr anstreben, sind immer schnell ausgebucht.

Eine ihrer Kursteilnehmerinnen war auch Kathrin R. Hotowetz, die bekannte Harzer Bestsellerautorin der preisgekrönten, mystischen Romane „Im Schatten der Hexen“, die sowohl im Mittelalter, als auch in der Jetztzeit spielen. Deren Hauptdarsteller sind nicht nur die tiefen Wälder des gesamten Harzes, sondern auch die fast vergessenen Heilpflanzen sowie deren Wirkung und Mythologie. Geweckt wurde ihre Begeisterung für die Heil- und Wildpflanzen-

kunde durch ihre Kursteilnahme bei eben Simone Schalk.

Mittlerweile sind die beiden beste Freundinnen geworden und es finden die Seminare über die Geheimnisse des Besprechens oder die Grundkurse zur Kräuterkunde in der 800 Jahre alten „Geistmühle“ von Kathrin R. Hotowetz statt. In der tiefen Ruhe

dieser ehemaligen Klosterwassermühle am Harz reifte bei Simone Schalk auch der Gedanke, über die heilenden Kräfte der Wurzeln zu schreiben. Der renommierte Ulmer-Verlag hatte angefragt, ob sie nicht ihr Wissen einmal aufschreiben und in Buchform veröffentlichen wolle. Auch dieses Buch sollte eine Art Spannungsliteratur sein: „Die Kraft der Wurzeln“ ist mehr als spannend geschrieben. Mittlerweile ist auch Simone Schalks Buch, welches im vergangenen Jahr erschien, ein Bestseller geworden und soll demnächst sogar in Frankreich veröffentlicht werden.

■ „Die Kraft der Wurzeln – Verborgene Schätze unserer Heilpflanzen“ ist im Ulmer-Verlag erschienen und im Buchhandel, im Internet oder bei der Autorin direkt (Homepage: [www.diekraeuterfrau.de](http://www.diekraeuterfrau.de)) erhältlich. Das Buch ist ein wunderbarer Wissensschatz über dieses kaum noch bekannte Thema. Über die Homepage von Simone Schalk sind auch umfassende Informationen zu ihren Kursen abrufbar.

Die Bestseller „Im Schatten der Hexen“ von Kathrin R. Hotowetz finden Sie im Internet unter [www.eibenspiegel.de](http://www.eibenspiegel.de) oder im Buchhandel. Informationen zu ihren Büchern und Ferienwohnungen in der „Geistmühle am See“ gibt es unter [www.geistmuehle.de](http://www.geistmuehle.de).



**Idyllischer Schulungsort: In der „Geistmühle“ von Kathrin R. Hotowetz finden Schalks Seminare zur Kräuterkunde statt.**

# Weihnachtstraum in Wiesbaden erleben

Landeshauptstadt wird wieder zur „Stadt aus Lichtern“ – Sternschnuppenmarkt lädt ein

**WIESBADEN.** Vom 28. November bis 23. Dezember ist Wiesbaden ein einziger Weihnachtstraum. Auf dem Sternschnuppenmarkt duftet es in der klaren Winterluft nach Mandeln, Glühwein und weiteren leckeren Köstlichkeiten. Zahlreiche stimmungsvoll beleuchtete Plätze und Quartiere oder das festlich geschmückte Kurhaus mit seinem atemberaubenden Weihnachtsbaum aus über 2000 Weihnachtssternen, lassen eine wunderschöne Weihnachtsstimmung aufkommen. Die „Stadt aus Lichtern“ lädt zum Einkaufen, Verweilen und Genießen ein.

Somit bietet „Weihnachten in Wiesbaden“ die besten Anregungen für eine besinnliche Adventszeit und ein wunderbares Fest in der Landeshauptstadt. Die einheitlich in den Farben Blau und Gold dekorierten Stände des Sternschnuppen Marktes beherbergen unter anderem Schätze der Handwerkskunst, die teilweise vor Ort angefertigt werden.



**Auf die Kufen,fertig - los! Auch in diesem Jahr können Eislaufreunde wieder ihre Runden auf der Eisbahn in der Innenstadt drehen. Alle Infos rund um „Weihnachten in Wiesbaden“ gibt es auch im Internet unter [www.wiesbaden.de/weihnachten](http://www.wiesbaden.de/weihnachten).** Fotos: Wiesbaden Marketing GmbH



**Leuchtende Ansichten: In der Vorweihnachtszeit wird Wiesbaden wieder zur „Stadt aus Lichtern“.** Foto: Axel Unbehend

Süße Leckereien, winterliche Spezialitäten und Getränke für Groß und Klein sorgen für das leibliche Wohl und runden damit die weihnachtliche Vorfreude ab.

### Weitere weihnachtliche Highlights rund um den Sternschnuppenmarkt:

Auch im Winter 2017/18 heißt es am Warmen Damm hinter dem Hessischen Staatstheater wieder: „Schlittschuhe angeschnallt und los!“ Zum mittlerweile 15. Mal kommen Eislaufreunde mitten in der Wiesbadener Innenstadt voll und ganz auf ihre Kosten. Und auch die urige Lumen-Alm hat wieder ihre Türen geöffnet um die Gäste kulinarisch verwöhnen.

Weihnachtliche Vorfreude ist hessisch – am Wiesbadener Riesenrad mit hessischer Winter-Stubb. Vom 28. November bis zum 14. Januar 2018 geht es täglich hoch hinaus und hinein in die „guede Stubb“. Das Wiesbadener Riesenrad bietet seinen Besuchern aus 45 Metern Höhe einen grandiosen Ausblick über die wunderschön festlich beleuchtete Innenstadt. So dürfen sich die Wiesbadener und ihre Gäste auch in diesem Jahr wieder auf hessi-



**Herzlich willkommen auf dem Sternschnuppenmarkt.**

sche Rezepte aus regionalen Zutaten freuen und sich hier nach oder vor dem Einkaufsbummel wie zu Hause fühlen.

■ Weitere Infos gibt es bei der Wiesbaden Tourist Information, Marktplatz 1 (am Dern'schen Gelände), 65183 Wiesbaden, Telefon 0611/1729-930, Fax: 0611/1729-798, E-Mail: [tourist-service@wiesbaden-marketing.de](mailto:tourist-service@wiesbaden-marketing.de) sowie im Internet unter [www.wiesbaden.de](http://www.wiesbaden.de).

# Thermalwasser aus über 2000 Metern Tiefe

In der Vulkaneifel Therme in Bad Bertrich eine Pause einlegen und neue Energie tanken

**BAD BERTRICH.** Es gibt Orte, an denen man den Alltag rasch vergisst! Die Vulkaneifel Therme in Bad Bertrich in Rheinland-Pfalz ist ein solcher Ort. Freuen Sie sich auf ein Wellness-Erlebnis der Extra-Klasse. Auf mehr Raum, auf mehr Wohlfühlen. Auf zwei Etagen schafft die von Holz, Glas und Stein geprägte Architektur eine Erlebnis- und Gesundheitswelt in einer völlig neu-



Das Gute liegt so nah: Die Vulkaneifel Therme in Bad Bertrich. Fotos: Staatsbad Bad Bertrich GmbH



en Dimension. Mit viel Platz für wohltuende Entspannung und ausgiebiges Badevergnügen im heilenden Thermalwasser mit abwechslungsreichen Wasserflächen innen wie außen, Ruhogalerie und Gastronomie. Das Thermalwasser mit einer Temperatur von 32 Grad Celsius speist die Vulkaneifel Therme. Es tritt aus über 2000 Metern Tiefe an das Sonnenlicht, vollgestoßen mit Wärme und Mineralstoffen, die es zur einzigen Glaubersalztherme Deutschlands machen. Dieses Geschenk des Vulkanismus gehört durch seine 32 Grad Celsius Naturwärme zu den besten Behandlungsmitteln der passiven wie aktiven Bewegungstherapie überhaupt. Eine Heilwirkung, die bereits die Römer zu schätzen wussten.

Die großzügige Saunalandschaft mit Außenbereich führt auf die Spur des Vulkanismus. Ob Vulkansauna, Lavalichtsau-

na, Vulcanusschmiede, Schiefersauna, Eifel-Hütte oder im Dampfbad, jeder Saunagang verspricht ein ganz besonderes Er-

Das moderne Gesundheitszentrum besticht mit einer Vitalwelt, deren Wellness-Behandlungen keine Wünsche offen lassen. Ob

gen, ob allein oder zu zweit – tun Sie etwas für sich! Gönnen Sie sich eine Pause und tanken Sie neue Energie! Wo kann man sich besser erholen als in einem schönen Ambiente, das Wärme und Ruhe ausstrahlt. In der Bad Bertricher Vulkaneifel Therme macht Thermalbaden nicht nur Gesund, sondern auch Spaß.

## Sauna-Event-Nächte 2017

Dem Stress und der Hektik entfliehen und bei wohliger Wärme entspannen. Das kann man bei den Sauna-Events in der Vulkaneifel Therme Bad Bertrich.

Bei den themenbezogenen Sauna-Nächten können sich die Gäste von 19 bis 0.30 Uhr mit speziellen Aufgüssen verwöhnen lassen. Dazu werden Erfrischungen und leckere Aufgussbeigaben gereicht. Zusätzlich darf der gesamte Ba-

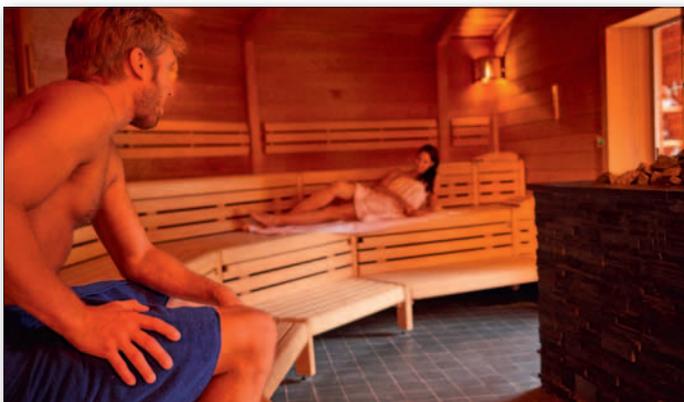
debereich ab 22 Uhr textilfrei genutzt werden.

„Weihnachten“ lautet das Motto der nächsten Sauna-Erlebnis-Nacht am Samstag, den 16. Dezember: Genießen Sie die Adventszeit und lassen Sie sich auch in der Sauna auf Weihnachten einstimmen. Dem Stress entfliehen und bei weihnachtlichen Saunadüften und wohliger Wärme entspannen. So bereitet man sich gerne auf die Feiertage vor...

■ Die Öffnungszeiten: Therme täglich von 9 bis 22 Uhr; Sauna montags bis donnerstags von 11 bis 22 Uhr, freitags, samstags, sonntags und feiertags von 9 bis 22 Uhr. Kassenschluss und letzter Einlass ist eine Stunde vor Betriebsende. Badeende ist 20 Minuten vor Betriebsschluss; über Weihnachten und Neujahr gibt es geänderte Öffnungszeiten. Weitere Infos gibt es unter Telefon 02674/ 913070 sowie unter [www.vulkaneifel-therme.de](http://www.vulkaneifel-therme.de).

lebnis. Zur Entspannung laden Ruheräume im Lounge-Charakter und ein Kaminzimmer ein.

klassische Anwendungen oder fernöstliche Heiltechniken, ob Massagen oder Körperpackun-



Genießen und Entspannen in der Vulkaneifel Therme in Bad Bertrich: Die Preise für die Therme: 2 Stunden kosten 9 Euro, 3 Stunden 10,50 Euro und 4 Stunden 12 Euro. Die Tageskarte (ununterbrochener Aufenthalt) für die Therme kostet 13,50 Euro. Für Therme und Sauna sind für 2 Stunden 14 Euro fällig, die Tageskarte (ununterbrochener Aufenthalt) kostet 19 Euro.

# Auf die Spuren der Steinzeitkinder gehen

Interessante Ausstellung im Archäologischen Museum in Frankfurt läuft bis zum 14. Januar

**FRANKFURT.** Die Familienausstellung „Steinzeitkinder. Kleine Jäger und Sammler“ erfreut sich großen Erfolges. Sie ist noch bis zum Sonntag, 14. Januar 2018, im Archäologischen Museum Frankfurt zu sehen.

An zehn Mitmachstationen können die großen und kleinen Besucher ihr inneres Steinzeitkind entdecken. Sie veranschaulichen, was Spielen in der Steinzeit bedeutete. Die Trennlinie zwischen Freizeit, Spiel und Arbeit war damals – anders als heute – fließender. Was von den Steinzeitkindern spielerisch erlernt wurde, ermöglichte später das Überleben in der eiszeitlichen Umwelt. Kinder können an den Stationen authentische Steinzeitkleidung überziehen, in der Jurte entspannen und kochen, steinzeitliche Musikinstrumente ausprobieren und vieles mehr entdecken.

Der begehbare originalgetreue Nachbau eines eiszeitlichen Wohnzeltes und zahlreiche Ex-

ponate zum Anfassen und Ausprobieren sprechen dabei ganz besonders (aber nicht nur!) Kinder an. In der Ausstellung stehen von 10 bis 16 Uhr „Steinzeit-Erklärer bereit“, die fast alles über die Altsteinzeit wissen und gerne die Fragen der kleinen und großen Besucher beantworten. Mit dem Aktionsheft zur Ausstellung können Kinder die Sonderaus-

stellung selbstständig erkunden und Rätsel rund um die Altsteinzeit lösen.

Öffentliche Führungen für Familien mit Kindern ab vier Jahren gibt es samstags um 14 Uhr und sonntags um 13 Uhr. Sie kosten nichts. Eine Anmeldung ist entbehrlich. Zu zahlen ist der reguläre Eintritt. Gruppenführungen kosten für Schüler, Kita-Kin-

der und ihre Begleiter 3 Euro pro Person. Private Führungen kosten 60 Euro.

■ **Anmeldungen sind von Dienstag bis Freitag zwischen 10 und 13 Uhr möglich unter der Telefonnummer 069/212-39344 oder per E-Mail an [fuehrungen.archaeologie@stadt-frankfurt.de](mailto:fuehrungen.archaeologie@stadt-frankfurt.de).**

ANZEIGE



**Sie wollen Ihre Immobilie verkaufen oder vermieten?  
Wir sind Ihr Ansprechpartner vor Ort!**



- ✓ Wir kennen uns vor Ort bestens aus
- ✓ Wir haben zahlreiche vorgemerkte Interessenten
- ✓ Wir können die Seriosität der Anfragen beurteilen
- ✓ Wir ermitteln den marktgerechten Preis aufgrund von Lage, Objektart, Ausstattung und weiteren Merkmalen
- ✓ Wir sind Immobilienmarkler in 2. Generation
- ✓ Wir erstellen ein professionelles Exposé zu Ihrer Immobilie
- ✓ Wir übernehmen die Erstellung von gesetzlichen Anforderungen wie z. B. Energie-Ausweis etc.
- ✓ Wir übernehmen die Kosten für sämtliche Werbemaßnahmen und Inserate
- ✓ Wir koordinieren die Besichtigungen und führen diese durch
- ✓ Wir organisieren alle Termine – von den Besichtigungen bis zum Notartermin
- ✓ Wir werden nur im Erfolgsfall honoriert
- ✓ Wir garantieren Ihnen Diskretion

**Nehmen Sie einfach kostenfrei und unverbindlich Kontakt mit uns auf, selbst wenn der Verkauf oder die Vermietung erst zu einem späteren Zeitpunkt anstehen sollte. Wir nehmen uns gerne Zeit für Sie und Ihr Anliegen.**

MK1-Immobilien  
Händelstraße 16  
61130 Nidderau

Mobil (01 70) 7 31 93 62  
E-Mail: [info@mk1-immobilien.de](mailto:info@mk1-immobilien.de)  
[www.mk1-immobilien.de](http://www.mk1-immobilien.de)

## Vorverkauf für Mundstuhl

**HOFHEIM.** Mundstuhl kommt nach Hofheim: Am Donnerstag, 17. Januar 2019 (!), präsentiert das Comedy-Duo ab 20 Uhr in der Stadthalle sein brandneues Programm „Flamigos“. Lars Niedereichholz und Ande Werner gelten seit über 20 Jahren als das erfolgreichste und wandelbarste Comedy-Doppelpack Deutschlands. Mit ihrer unverwechselbaren Gratwanderung zwischen Nonsens, hintergründigen Wortgefechten, derben Späßen und politischen Inkorrektheiten halten sie der Gesellschaft erneut einen irrwitzig komischen Zerrspiegel vor das bierselige Antlitz. Schnell. Neu. Frisch. Und extrem witzig. Eben ganz Mundstuhl.

Eintrittskarten zum Preis von 27 Euro sind bereits jetzt im Bürgerbüro des Rathauses Hofheim, Chinonplatz 2 und unter der Rufnummer 06192/202-270 erhältlich.

# Genug Energie – auch für die kalten Tage

Mit richtiger Pflege kommt die Autobatterie gut durch den Winter – Regelmäßige Wartung

**REGION.** Eine eisige Nacht und die Folgen: Wenn die Temperaturen fallen, nimmt die Zahl der morgendlichen Fahrzeugpannen wieder rapide zu. Vor allem der Batterie setzt der Frost zu, erst recht wenn der Energiespeicher bereits etwas altersschwach geworden ist. Gut jede dritte Panne ist auf eine defekte oder entladene Batterie zurückzuführen, das bedeutet Platz eins in der entsprechenden ADAC-Statistik. Viele Defekte sowie der damit verbundene Ärger und Zeitverlust ließen sich jedoch vermeiden, wenn man etwas Zeit in die Wartung investiert hätte.

Gerade die von vielen Fachwerkstätten angebotenen Winterchecks sind sehr empfehlenswert. „Eine regelmäßige Wartung der Batterie, etwa ein- bis zweimal jährlich, kann Pannen vorbeugen, da man dort sich anbahnende Probleme frühzeitig erkennen und die Batterie rechtzeitig austauschen kann“, erklärt Bosch-Experte Marc Pailler. Und auch im täglichen Fahrbetrieb sollten Autofahrer einige Tipps beachten, um den Energiespeicher gerade an kalten Tagen nicht zu überfordern. So sollte man beim Betätigen des Anlassers in jedem Fall die Kupplung durchtreten, Autoradio oder Heizung bleiben vor dem Start am besten ausgeschaltet. Auf dem Ver-



**Tipp vom Fachmann: Ein regelmäßiger Batteriecheck in der Werkstatt beugt ärgerlichen Pannen vor – gerade in der kalten Jahreszeit.**

Foto: djd/Robert Bosch GmbH

braucherportal Ratgeberzentrale unter [www.rgz24.de/autobatterie-pflegen](http://www.rgz24.de/autobatterie-pflegen) erhalten Autofahrer praktische Tipps zur richtigen Batteriepflege. Ein Video zeigt zudem leicht verständlich, wie man im Fall der Fälle Starthilfe geben kann. Neben einer Überlagerung ist die sogenannte Tiefentladung einer der Hauptgründe für streikende Batterien. Ein Kurzschluss in der elektrischen Anlage kann dafür ebenso verantwortlich sein wie eine vergessene Fahrzeugbeleuchtung, ein defekter Generator oder Fehler im Steuergerät des Fahrzeugs. „Mitunter liegen die Ursachen für einen Batterieschaden tiefer. Die

Diagnose in der Werkstatt geht dem auf den Grund“, erläutert Marc Pailler. Auf [www.bosch-service.com](http://www.bosch-service.com) finden Autofahrer Fachbetriebe, die weiterhelfen.

Für längere Fahrten, zum Beispiel in den Wintersporturlaub, sollte man im Kofferraum stets Utensilien für eine eventuelle Panne dabei haben. Wenn die Batterie streiken sollte, sind Ladegeräte wie das kompakte Modell C3 die passende Wahl. Es lässt sich einfach bedienen und sorgt schnell wieder für die nötige Energie. Wer ein Auto mit spritsparender Start-Stopp-Automatik fährt, sollte den Batterietausch stets in der Werkstatt

durchführen lassen. „Nur der passende Batterietyp, professionell gewechselt, stellt sicher, dass das Start-Stopp-System einwandfrei funktioniert“, so Marc Pailler.

## Nützliche Tipps

Eine streikende Batterie zählt zu den häufigen Ursachen für eine Autopanne im Winter. Hier die wichtigsten Tipps der Bosch-Experten für die Vorsorge:

- Spannung, Ladezustand und Startkraft der Batterie regelmäßig überprüfen lassen, auch auf einen möglichen Stromverlust testen

- für guten Halt im Batteriefach sorgen, Pole einfetten und Klemmen stabil festziehen

- Tiefentladung, etwa durch eine eingeschaltete Fahrzeugbeleuchtung, vermeiden

- beim Starten in jedem Fall die Kupplung gut durchdrücken

- alle unnötigen Stromverbraucher wie Radio, Klimaanlage und Heizung vor dem Starten ausschalten

- nach längerem Stillstand die Batterie ausbauen und an ein Ladegerät anschließen.

# Vorsicht: Tödliche Gefahr aus dem Nichts

Unfallursache Sekundenschlaf: Nur wer früh Müdigkeit erkennt, kann rechtzeitig reagieren

**REGION.** Laut ADAC zählt der Sekundenschlaf hinter dem Steuer zu den größten Unfallursachen. Ist es einmal zu spät, lässt er sich fast nicht mehr aufhalten. Daher zählt es zu den wichtigsten Vorsichtsmaßnahmen, Anzeichen so früh wie möglich zu erkennen. Und zu handeln.

Wer müde über den Asphalt rollt, ist laut ADAC in seiner Fahrtüchtigkeit genauso beeinträchtigt, wie jemand, der zu tief ins Glas geschaut hat. 17 Stunden ohne Schlaf wirken sich auf den Körper aus wie 0,5 Promille Alkohol im Blut. Das bedeutet: Die Reaktionsfähigkeit sinkt, die Konzentration leidet, die Selbst-

einschätzung wird verfälscht. Kein Wunder, dass eine Studie in Deutschland offenbarte, dass jeder vierte tödliche Verkehrsunfall von schlafenden Fahrern verursacht wurde.

Die Crux: Hat die Müdigkeit einmal zugeschlagen, kann man eigentlich nichts mehr tun. Weder Willensstärke noch Aufbegehren bringen den Körper wieder in Schwung. Ein natürlicher Mechanismus nimmt seinen Lauf. Daher ist es immens wichtig, so früh wie möglich zu erkennen, dass die Müdigkeit zu- und die Fahrtüchtigkeit abnimmt.

So gehören brennende Augen und schwere Augenlider zu den



**Ist die Müdigkeit einmal da, gibt es am Steuer kaum mehr Chancen, sich dagegen zu wehren.**

Foto: dmd/thx

deutlichsten Anzeichen. Mit der Müdigkeit verändert sich leicht die Wahrnehmung. Plötzlich wirken die Straßen schmaler. Unbewusst wird der Blick starr auf die Fahrbahn gerichtet. Und plötzlich

bemerkt man, dass man ein Verkehrsschild übersehen hat. In diesem Fall ist es wirklich Zeit, die nächste Stoppmöglichkeit zu nutzen. Doch nicht nur in den Augen, auch in der Stimmung macht sich die Müdigkeit breit. Plötzlich reagiert man aggressiver, ungeduldiger. Oft senkt oder erhöht der Fahrer in solchen Situationen auch die Geschwindigkeit, ohne dass er es wirklich merkt. Daher ist auch ein Beifahrer ein guter Indikator. Warnt er den Fahrer oder macht ihn darauf aufmerksam, dass er müde wirke, sollte dies nicht ignorieren werden, will der Fahrer den bösen Geist des Sekundenschlafs fernhalten.

# Im Winter gilt: Freie Sicht = gute Fahrt

## Gründliche Scheibenpflege ist wichtig

**REGION.** Frost, Graupel und Schneematsch stellen Autofahrer in der kalten Jahreszeit vor große Herausforderungen. Winterliche Witterungsverhältnisse strapazieren dabei nicht nur das Glas der Windschutzscheibe, sondern führen in Verbindung mit reduziertem Tageslicht vor allem auch zu erschwerten Sichtverhältnissen während der Fahrt. Umso wichtiger ist es, einige Vorkehrungen zu treffen, um auch in der dunklen Jahreszeit beste Sicht zu haben. Roland Wilkes, Technical Support Manager bei Carglass, hat vier Tipps für den klaren Durchblick im Winter:

■ **Wischblätter erneuern:** Verschlissene Wischblätter können im Zusammenhang mit Schneematsch zu Schlieren auf den Scheiben führen. Um schlechte Sicht – vor allem im Scheinwerferlicht des Gegenverkehrs – zu vermeiden, sollte auf intakte Wischer geachtet werden.

■ **Frostschutzmittel auffüllen:** Noch bevor die Temperaturen unter den Gefrierpunkt sinken, sollte die Scheibenwaschanlage mit Frostschutzmittel aufgefüllt werden. Je sauberer die Scheibe, desto schlechter setzt sich Eis fest. Daher lohnt es sich nach dem Abstellen des Fahrzeugs,



**Das Eis sollte man mit einem Eiskratzer aus stabilem Kunststoff lösen – danach Enteisungsmittel aufsprühen und den Rest entfernen.** Foto: djd/www.carglass.de/CandyBox Images – Fotolia



**Ein Alptraum für Autofahrer: Im Winter ist die Scheibe am Morgen oft zugefroren.** Foto: djd/www.carglass.de/rupbilder – Fotolia

noch einmal kurz die Scheibenwaschanlage zu betätigen. Der erste Frost lässt sich schonend und zuverlässig mit einem Enteisungsmittel entfernen.

■ **Richtig Freikratzen:** Bei vereister Frontscheibe sollte man auf keinen Fall lauwarmes oder sogar heißes Wasser über die Eisschicht schütten. Durch einen thermischen Schock kann das Glas langfristig beschädigt werden. Vorhandenes Eis sollte stattdessen mit einem Eiskratzer aus stabilem Kunststoff entfernt werden – Metall kann dagegen Schrammen in der Glasfläche

hinterlassen. Dabei immer im flachen Winkel unter sanftem Druck vom Rand zur Mitte und dann von oben nach unten kratzen. Wenn möglich sollte aber das Enteisungsspray vorgezogen oder die Scheibe damit zumindest vorbehandelt werden.

■ **Scheibe versiegeln:** Wer keine Garage hat, für den lohnt sich die Nutzung einer speziellen Scheibenversiegelung vom Fahrzeugglas-Experten. Sie lässt nicht nur Regen schneller abperlen, sondern reduziert auch die Haftung von Eis auf der Windschutzscheibe.

# Die Sehkraft ist oft schlechter als gedacht

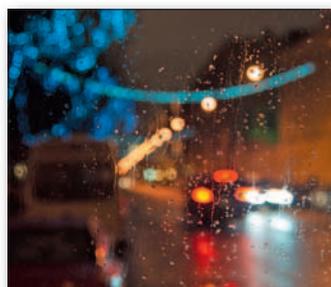
## Neue Studie belegt: Fast 75 Prozent der Autofahrer schätzen ihr Sehvermögen falsch ein

**REGION.** Nach Schätzungen des Berufsverbands der Augenärzte verursachen Sehschwächen in Deutschland rund 300.000 Verkehrsunfälle pro Jahr. „Dabei wird das Unfallrisiko unter anderem dadurch erhöht, dass Selbsteinschätzung und Realität der eigenen Sehkraft oft weit auseinander liegen“, sagt Dr. Jörg Ehmer, CEO von Apollo Optik. Bestätigt wurde dies in einer aktuellen TNS-Infratest-Studie: Knapp drei Viertel der 2.200 befragten und untersuchten Autofahrer beurteilen demnach ihre Sehstärke falsch – 59 Prozent von ihnen überschätzen sich.

Die befragten Autofahrer stimmen grundsätzlich der Notwendigkeit von Sehtests zu. Rund 80

Prozent sprechen sich sogar für eine regelmäßige verpflichtende Überprüfung ab einem gewissen Alter aus. 54 Prozent wünschen sich einen solchen Sehtest schon ab einem Alter von 40 bis 60. Mit steigendem Alter sinkt jedoch die Zustimmung zu verpflichtenden Tests. Möglicher Grund könnte die Angst vor dem Führerscheinverlust sein, falls die Augen nicht mehr fit genug für den Straßenverkehr sind. Dabei bieten Optiker Gläser an, die speziell für Autofahrer entwickelt wurden. „Trotz der erschreckend hohen Zahl der Unfälle gibt es außer vor der Fahrschulprüfung keinen gesetzlich vorgeschriebenen Sehtest für Autofahrer“, kritisiert Augenoptikermeister Marcus

Bernhard. Folgerichtig appelliert er an die Verkehrsteilnehmer, selbst aktiv zu werden und



**Kein Durchblick: Bei widrigen Witterungsverhältnissen ist das Unfallrisiko auch deshalb erhöht, weil Verkehrsteilnehmer ihre Sehkraft oftmals völlig falsch einschätzen.** Foto: djd/Apollo Optik/pavel\_812 – Fotolia

sich testen zu lassen. Den meisten falle es nicht auf, dass sich die Sehleistung verschlechtert habe – zumal dies meist schleichend geschehe.

Die stärkste Selbstüberschätzung tritt auf, wenn der letzte Sehtest mehr als sechs Jahre zurückliegt. Wer lange nicht mehr dort war, verliert offenbar das Gefühl für seine Sehstärke. Die Empfehlung von Experten ist daher eindeutig: Jeder Autofahrer sollte seine Augen regelmäßig kontrollieren lassen. Schnell, zuverlässig und ohne Terminvereinbarung geht das meist beim Optiker. Nur so kann die Sicherheit erhöht werden – für die Fahrer selbst und für alle anderen Verkehrsteilnehmer.

# Das AOK Gesundheitsmagazin: Mit uns bleiben Sie gesund.



Jeden Monat bieten wir Ihnen spannende Themen rund um die Gesundheit. Bei uns lernen Sie neue Sportarten kennen und Experten verraten Ihnen, wie Sie den inneren Schweinehund besiegen. Außerdem gehen wir der Ernährung auf den Grund, ohne erhobenen Zeigefinger und quälende Diättipps. Besonders wichtig ist uns: Gesundheit fängt schon im Kindesalter an. Deshalb gibt's bei uns auch die modernsten Projekte in Sachen Prävention im Kindesalter zu sehen. Denn die Familiengesundheit trägt maßgeblich zur Lebensqualität bei.

**Schalten Sie ein, denn mit uns bleiben Sie fit und vital.**

Jeden vierten Montag im Monat sind wir um 18:15 Uhr für Sie da. Natürlich bei rheinmaintv – wir sehen uns!

Themen des Tages  
Interessante Hintergrundberichte  
Spannende Bilder aus Frankfurt und der Region

## Nachrichten aus Politik, Wirtschaft, Sport und Kultur

Unsere Reporter sind für Sie vor Ort und ganz nah dran am Geschehen. Regionale Nachrichten, kompetent recherchiert, verständlich aufbereitet und kompakt dargestellt: FRANKFURT rheinmain aktuell



Montag bis Freitag 18:30, 19:30, 20:30 und 21:30 bei rheinmaintv.

**Wir seh'n uns!**



**MO 8. JANUAR**

5.00 Die Arche Fernsehkanzel • 5.30 Kraftvoll leben • 6.00 Euronews • 7.30 Teleshopping • 8.30 Gospel Truth mit Andrew Wommack • 9.00 Kraftvoll leben • 9.30 Teleshopping • 10.00 Lai Kan Ba - Die chinesische Stunde • 10.30 Ni Hao Deutschland • 11.00 Club 700 • 11.30 Lift up • 12.00 Teleshopping • 15.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 15.30 Revolution der Gnade - mit Pastor Joseph Prince • 16.00 Teleshopping • 18.00 BusinessLife TV • 18.15 AOK Gesundheitsmagazin • 18.30 rheinmain Aktuell • 18.50 Börse kompakt • 19.00 Sport Show • 19.30 rheinmain Aktuell • 19.50 Börse kompakt • 20.00 MainLifestyle • 20.30 Ni Hao Deutschland • 21.00 Sport Show • 21.30 rheinmain Aktuell • 21.50 Börse kompakt • 22.00 Teleshopping • 2.00 Euronews • 3.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 3.30 ICF Television mit Leo Bigger • 4.00 Ihr Leben zählt mit Chris Franz • 4.30 Mensch, Gott!



**DI 9. JANUAR**

5.00 Gott sei Dank • 5.30 Gemeindeleben • 6.00 Euronews • 7.30 Teleshopping • 8.30 Gospel Truth mit Andrew Wommack • 9.00 Der Missionsdienst von David Hathaway • 9.30 Teleshopping • 10.00 Lai Kan Ba - Die chinesische Stunde • 10.30 Ni Hao Deutschland • 11.00 Faszination Israel • 11.30 Ihr Leben zählt mit Chris Franz • 12.00 Teleshopping • 15.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 15.30 Revolution der Gnade - mit Pastor Joseph Prince • 16.00 Teleshopping • 18.00 BusinessLife TV • 18.15 AOK Gesundheitsmagazin • 18.30 rheinmain Aktuell • 18.50 Börse kompakt • 19.00 Sport Show • 19.30 rheinmain Aktuell • 19.50 Börse kompakt • 20.00 MainLifestyle • 20.30 Ni Hao Deutschland • 21.00 Sport Show • 21.30 rheinmain Aktuell • 21.50 Börse kompakt • 22.00 Teleshopping • 2.00 Euronews • 3.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 3.30 ICF Television mit Leo Bigger • 4.00 Ihr Leben zählt mit Chris Franz • 4.30 ICF Television mit Leo Bigger



**MI 10. JANUAR**

5.00 Die Arche Fernsehkanzel • 5.30 Kraftvoll leben • 6.00 Euronews • 7.30 Teleshopping • 8.30 Gospel Truth mit Andrew Wommack • 9.00 Die Arche Fernsehkanzel • 9.30 Teleshopping • 10.00 Lai Kan Ba - Die chinesische Stunde • 10.30 Ni Hao Deutschland • 11.00 ICF Television mit Leo Bigger • 11.30 Hope for tomorrow • 12.00 Teleshopping • 15.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 15.30 Revolution der Gnade - mit Pastor Joseph Prince • 16.00 Teleshopping • 18.00 BusinessLife TV • 18.15 AOK Gesundheitsmagazin • 18.30 rheinmain Aktuell • 18.50 Börse kompakt • 19.00 X-Sports • 19.30 rheinmain Aktuell • 19.50 Börse kompakt • 20.00 MainLifestyle • 20.30 Ni Hao Deutschland • 21.00 auf ein Wort - mit Edmund Stössel • 21.30 rheinmain Aktuell • 21.50 Börse kompakt • 22.00 Teleshopping • 2.00 Euronews • 3.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 3.30 ICF Television mit Leo Bigger • 4.00 Kraftvoll leben • 4.30 Antworten mit Bayless Conley



**DO 11. JANUAR**

5.00 Die Arche Fernsehkanzel • 5.30 The Joy of Music • 6.00 Euronews • 7.30 Teleshopping • 8.30 Gospel Truth mit Andrew Wommack • 9.00 Die Arche Fernsehkanzel • 9.30 Teleshopping • 10.00 Lai Kan Ba - Die chinesische Stunde • 10.30 Ni Hao Deutschland • 11.00 Antworten mit Bayless Conley • 11.30 Der Missionsdienst von David Hathaway • 12.00 Teleshopping • 15.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 15.30 Revolution der Gnade - mit Pastor Joseph Prince • 16.00 Teleshopping • 18.00 BusinessLife TV • 18.15 AOK Gesundheitsmagazin • 18.30 rheinmain Aktuell • 18.50 Börse kompakt • 19.00 rheinmain Wirtschaft • 19.26 VdK Magazin • 19.30 rheinmain Aktuell • 19.50 Börse kompakt • 20.00 MainLifestyle • 20.30 Ni Hao Deutschland • 21.00 auf ein Wort - mit Edmund Stössel • 21.30 rheinmain Aktuell • 21.50 Börse kompakt • 22.00 Teleshopping • 2.00 Euronews • 3.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 3.30 ICF Television mit Leo Bigger • 4.00 Ihr Leben zählt mit Chris Franz • 4.30 ICF Television mit Leo Bigger



**FR 12. JANUAR**

5.00 Die Arche Fernsehkanzel • 5.30 Kraftvoll leben • 6.00 Euronews • 7.30 Teleshopping • 8.30 Gospel Truth mit Andrew Wommack • 9.00 Kraftvoll leben • 9.30 Teleshopping • 10.00 Lai Kan Ba - Die chinesische Stunde • 10.30 Ni Hao Deutschland • 11.00 Die Deutsche Wirtschaft • 11.30 Boxen Aktuell • 11.45 BusinessLife TV • 12.00 Teleshopping • 15.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 15.30 Revolution der Gnade - mit Pastor Joseph Prince • 16.00 Teleshopping • 18.00 BusinessLife TV • 18.15 AOK Gesundheitsmagazin • 18.30 rheinmain Aktuell • 18.50 Börse kompakt • 19.00 rheinmain Wirtschaft • 19.26 VdK Magazin • 19.30 rheinmain Aktuell • 19.50 Börse kompakt • 20.00 MainLifestyle • 20.30 Ni Hao Deutschland • 21.00 auf ein Wort - mit Edmund Stössel • 21.30 rheinmain Aktuell • 21.50 Börse kompakt • 22.00 Teleshopping • 2.00 Euronews • 3.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 3.30 ICF Television mit Leo Bigger • 4.00 Lift up • 4.30 Hope for tomorrow



**SA 13. JANUAR**

5.00 Antworten mit Bayless Conley • 5.30 Gemeindeleben • 6.00 Euronews • 7.30 Teleshopping • 8.30 Freude am Leben • 9.00 Fokus Jerusalem • 9.30 Teleshopping • 10.00 Lai Kan Ba - Die chinesische Stunde • 10.30 Ni Hao Deutschland • 11.00 Kraftvoll leben • 11.30 Boxen Aktuell • 11.45 BusinessLife TV • 12.00 Teleshopping • 15.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 15.30 Revolution der Gnade - mit Pastor Joseph Prince • 16.00 Teleshopping • 18.00 3 kluge Köpfe • 18.30 rheinmain Wochenrückblick • 19.00 Wege zum Erfolg • 20.00 MainLifestyle • 20.30 Ni Hao Deutschland • 21.00 Deutschland lokal • 21.30 rheinmain Wochenrückblick • 22.00 Teleshopping • 2.00 Euronews • 3.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 3.30 ICF Television mit Leo Bigger • 4.00 Fokus Jerusalem • 4.30 Faszination Israel



**SO 14. JANUAR**

5.00 Antworten mit Bayless Conley • 5.30 Freude am Leben • 6.00 Euronews • 7.30 Teleshopping • 8.30 CZF - Willkommen Zuhause • 9.00 Antworten mit Bayless Conley • 9.30 Teleshopping • 10.00 Lai Kan Ba - Die chinesische Stunde • 10.30 Ni Hao Deutschland • 11.00 Kraftvoll leben • 11.30 The Lords challenge • 12.00 Teleshopping • 15.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 15.30 Revolution der Gnade - mit Pastor Joseph Prince • 16.00 Teleshopping • 18.00 3 kluge Köpfe • 18.30 rheinmain Wochenrückblick • 19.00 Feuerwehr TV • 19.15 BusinessLife TV • 19.30 rheinmain Wochenrückblick • 20.00 MainLifestyle • 20.30 Ni Hao Deutschland • 21.00 Sonnenklar TV • 22.00 Teleshopping • 0.00 Teleshopping • 2.00 Euronews • 3.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 3.30 ICF Television mit Leo Bigger • 4.00 Ihr Leben zählt mit Chris Franz • 4.30 Antworten mit Bayless Conley



**MO 15. JANUAR**

5.00 Die Arche Fernsehkanzel • 5.30 Kraftvoll leben • 6.00 Euronews • 7.30 Teleshopping • 8.30 Gospel Truth mit Andrew Wommack • 9.00 Kraftvoll leben • 9.30 Teleshopping • 10.00 Lai Kan Ba - Die chinesische Stunde • 10.30 Ni Hao Deutschland • 11.00 Club 700 • 11.30 Lift up • 12.00 Teleshopping • 15.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 15.30 Revolution der Gnade - mit Pastor Joseph Prince • 16.00 Teleshopping • 18.00 BusinessLife TV • 18.15 Drive • 18.30 rheinmain Aktuell • 18.50 Börse kompakt • 19.00 Sport Show • 19.30 rheinmain Aktuell • 19.50 Börse kompakt • 20.00 MainLifestyle • 20.30 Ni Hao Deutschland • 21.00 Sport Show • 21.30 rheinmain Aktuell • 21.50 Börse kompakt • 22.00 Teleshopping • 2.00 Euronews • 3.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 3.30 ICF Television mit Leo Bigger • 4.00 Ihr Leben zählt mit Chris Franz • 4.30 Mensch, Gott!



**DI 16. JANUAR**

5.00 Gott sei Dank • 5.30 Gemeindeleben • 6.00 Euronews • 7.30 Teleshopping • 8.30 Gospel Truth mit Andrew Wommack • 9.00 Der Missionsdienst von David Hathaway • 9.30 Teleshopping • 10.00 Lai Kan Ba - Die chinesische Stunde • 10.30 Ni Hao Deutschland • 11.00 Faszination Israel • 11.30 Ihr Leben zählt mit Chris Franz • 12.00 Teleshopping • 15.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 15.30 Revolution der Gnade - mit Pastor Joseph Prince • 16.00 Teleshopping • 18.00 BusinessLife TV • 18.15 Drive • 18.30 rheinmain Aktuell • 18.50 Börse kompakt • 19.00 Sport Show • 19.30 rheinmain Aktuell • 19.50 Börse kompakt • 20.00 MainLifestyle • 20.30 Ni Hao Deutschland • 21.00 Sport Show • 21.30 rheinmain Aktuell • 21.50 Börse kompakt • 22.00 Teleshopping • 2.00 Euronews • 3.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 3.30 ICF Television mit Leo Bigger • 4.00 Ihr Leben zählt mit Chris Franz • 4.30 ICF Television mit Leo Bigger



**MI 17. JANUAR**

5.00 Die Arche Fernsehkanzel • 5.30 Kraftvoll leben • 6.00 Euronews • 7.30 Teleshopping • 8.30 Gospel Truth mit Andrew Wommack • 9.00 Die Arche Fernsehkanzel • 9.30 Teleshopping • 10.00 Lai Kan Ba - Die chinesische Stunde • 10.30 Ni Hao Deutschland • 11.00 ICF Television mit Leo Bigger • 11.30 Hope for tomorrow • 12.00 Teleshopping • 15.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 15.30 Revolution der Gnade - mit Pastor Joseph Prince • 16.00 Teleshopping • 18.00 BusinessLife TV • 18.15 Drive • 18.30 rheinmain Aktuell • 18.50 Börse kompakt • 19.00 X-Sports • 19.30 rheinmain Aktuell • 19.50 Börse kompakt • 20.00 MainLifestyle • 20.30 Ni Hao Deutschland • 21.00 KulturCheck • 21.30 rheinmain Aktuell • 21.50 Börse kompakt • 22.00 Teleshopping • 2.00 Euronews • 3.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 3.30 ICF Television mit Leo Bigger • 4.00 Kraftvoll leben • 4.30 Antworten mit Bayless Conley



**DO 18. JANUAR**

5.00 Die Arche Fernsehkanzel • 5.30 The Joy of Music • 6.00 Euronews • 7.30 Teleshopping • 8.30 Gospel Truth mit Andrew Wommack • 9.00 Die Arche Fernsehkanzel • 9.30 Teleshopping • 10.00 Lai Kan Ba - Die chinesische Stunde • 10.30 Ni Hao Deutschland • 11.00 Antworten mit Bayless Conley • 11.30 Der Missionsdienst von David Hathaway • 12.00 Teleshopping • 15.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 15.30 Revolution der Gnade - mit Pastor Joseph Prince • 16.00 Teleshopping • 18.00 BusinessLife TV • 18.15 Drive • 18.30 rheinmain Aktuell • 18.50 Börse kompakt • 19.00 Eintracht Fans TV • 19.30 rheinmain Aktuell • 19.50 Börse kompakt • 20.00 MainLifestyle • 20.30 Ni Hao Deutschland • 21.00 KulturCheck • 21.30 rheinmain Aktuell • 21.50 Börse kompakt • 22.00 Teleshopping • 2.00 Euronews • 3.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 3.30 ICF Television mit Leo Bigger • 4.00 Ihr Leben zählt mit Chris Franz • 4.30 ICF Television mit Leo Bigger



**FR 19. JANUAR**

5.00 Die Arche Fernsehkanzel • 5.30 Kraftvoll leben • 6.00 Euronews • 7.30 Teleshopping • 8.30 Gospel Truth mit Andrew Wommack • 9.00 Kraftvoll leben • 9.30 Teleshopping • 10.00 Lai Kan Ba - Die chinesische Stunde • 10.30 Ni Hao Deutschland • 11.00 Die Deutsche Wirtschaft • 11.30 Boxen Aktuell • 11.45 BusinessLife TV • 12.00 Teleshopping • 15.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 15.30 Revolution der Gnade - mit Pastor Joseph Prince • 16.00 Teleshopping • 18.00 BusinessLife TV • 18.15 Drive • 18.30 rheinmain Aktuell • 18.50 Börse kompakt • 19.00 Eintracht Fans TV • 19.30 rheinmain Aktuell • 19.50 Börse kompakt • 20.00 MainLifestyle • 20.30 Ni Hao Deutschland • 21.00 KulturCheck • 21.30 rheinmain Aktuell • 21.50 Börse kompakt • 22.00 Teleshopping • 2.00 Euronews • 3.00 Joyce Meyer Ministries - Das Leben genießen • 3.30 ICF Television mit Leo Bigger • 4.00 Lift up • 4.30 Hope for tomorrow



**So können Sie rheinmaintv empfangen:**

Kabel (analog) Unitymedia auf Sonderkanal 24 (Rhein-Main-Gebiet)

Kabel (digital) Unitymedia auf Sendeplatz 135

Satellit Astra digital (19,2° Ost) 12,63325 GHz horizontal

Livestream über die Website [www.rheinmaintv.de](http://www.rheinmaintv.de)

Weitere Informationen: [www.rheinmaintv.de/Empfang.html](http://www.rheinmaintv.de/Empfang.html)



**Wir seh'n uns!**



# Optimale Versorgung für die Patienten

Das Zahnzentrum-Rhein-Main sagt „Danke“ und wünscht seinen Patienten ein frohes Fest

**REGION.** Zufriedene Patienten kommen immer wieder gern in das Zahnzentrum-Rhein-Main mit seinen drei Standorten in Frankfurt, Nidderau und Gelnhausen (nur Kieferorthopädie) und genießen dabei die freundliche Atmosphäre. Nun zum Jahresende möchte sich das gesamte Praxisteam für das entgegengebrachte Vertrauen bei allen Patienten ganz herzlich bedanken!

Das Behandlungsspektrum der Wohlfühl-Praxis reicht von Kinderzahnheilkunde, Kieferorthopädie über Implantologie, Oralchirurgie bis hin zur Parodontologie und bietet somit umfassende Versorgung für Patienten aller Altersgruppen. Dabei wird durch die Ausstattung mit kindgerechten Behandlungsräumen und Wartezimmer auch für die Kleinsten eine angstfreie Umgebung geschaffen.

Schon durch gesunde Ernährung, richtige und regelmäßige Zahnpflege (korrektes Putzen der Zähne, professionelle Zahnreinigung), Fluoridierung sowie regelmäßige Kontrollen durch den Zahnarzt (zweimal pro Jahr) kann Karies wirksam verhindert und die Basis für ein gesundes Gebiss gelegt werden.

Gerade die Pflege der Milchzähne ist von Bedeutung. Diese werden nicht nur zum Abbeißen und Zerkleinern der Nahrung benötigt, sondern haben eine wichtige Platzhalterfunktion für die bleibenden Zähne. Und da Karies von den Milchzähnen auf die bleibenden Zähne übertragen werden kann, gilt es durch Maßnahmen wie Zähneputzen, Prophylaxe,

frühzeitige Behandlung von defekten Zähnen sowie kieferorthopädischen Korrekturen entsprechende Vorbeugung zu betreiben.

Wenn ein Erwachsener zum Kieferorthopäden geht, dann nicht nur, um die Optik zu verbessern, sondern viele medizinische Gründe sprechen dafür, die Sanierung des Gebisses in Angriff zu nehmen. Hat sich durch Zahnverluste die Verzahnung verschlechtert, oder ist der Biss nicht mehr korrekt, ist es Zeit zu handeln. Es kommt auch vor, dass in der Jugend versäumt wurde eine Zahnfehlstellung zu korrigieren. Damit



**Zähne zeigen: Im Zahnzentrum-Rhein-Main verhilft man den Patienten zu einem gewinnenden Lächeln.**

Foto: Fotolia

sollte man sich – altersunabhängig – nicht abfinden. Heute kann man dieses Problem angehen und sich dazu fachlichen Rat holen,

denn Zahnfehlstellungen können weitreichende Folgen haben von Verdauungsproblemen, über Kiefergelenksbeschwerden bis zu Nackenverspannungen und Migräne. Auch Zahnfleischentzündungen bis hin zur Parodontose haben oft ihre Ursache in Fehlstellungen, weil Engstände es erschweren, Zähne rundum zu reinigen. Manche Menschen sind sehr infektanfällig. Dies kann an einer behinderten Nasenatmung, verursacht durch einen extrem schmalen Oberkiefer, liegen. Zähne sollen wie Zahnräder ineinander greifen und sich nicht gegenseitig im Wege stehen.

Um alle diese Probleme sinnvoll zu lösen, ist es gut, wenn fachübergreifend behandelt werden kann. Im Zahnzentrum-Rhein-Main haben Sie alles aus einer Hand. Nach einer sorgfältigen Diagnostik (z. B. unter Zuhilfenahme von Dreidimensionaler Volumentomografie, DVT) wird zwischen den einzelnen Disziplinen beraten, welches Vorgehen im Einzelfall sinnvoll ist, um den Patienten optimal zu versorgen.

Manchmal fängt man mit einer kieferorthopädischen Behandlung an, um ideale Voraussetzungen für eine prothetische Versorgung zu schaffen. Dabei kann man mit zahncolorierten Keramikbrackets oder transparenten Schienen sehr unauffällig arbeiten.

Sollte eine gründliche Sanierung des Zahnhalteapparates nötig sein, so gibt es auch hierfür die entsprechenden Fachärzte. Zahnlücken können mit Implantaten oder konventionell mit Brücken geschlossen werden. Besteht um-



**Dr. Peter Kessler und sein Team vom Zahnzentrum-Rhein-Main wünschen allen Patienten ein frohes Fest**

Foto: Zahnzentrum-Rhein-Main

fangreicher Behandlungsbedarf und der Patient möchte es möglichst schnell hinter sich bringen, kann auf Wunsch in Vollnarkose behandelt werden. Für größere prothetische Arbeiten steht ein Meisterlabor vor Ort zur Verfügung. Dabei agiert das gesamte Team an drei Standorten um Dr. Peter Kessler auf höchstem technischem Niveau.

**Einen unverbindlichen Beratungstermin können Sie im Zahnzentrum-Rhein-Main vereinbaren, und zwar von Montag bis Donnerstag von 8 bis 20 Uhr oder freitags von 8 bis 17 Uhr. Das Team berät Sie gern bei all ihren Fragen rund um die moderne Zahnmedizin. Informationen finden Sie auch im Internet unter [www.zahnzentrum-rhein-main.com](http://www.zahnzentrum-rhein-main.com).**

## Karten für „Footloose“ zu gewinnen

Erfolgsmusical geht 2018 auf Tour und macht auch Station in Hessen und Rheinland-Pfalz

**HESSEN/RHEINLAND-PFALZ.** „Footloose“ kommt! Ab 23. Februar kommenden Jahres geht das Erfolgsmusical vom Broadway erstmals auf Tour durch über 30 Städte in Deutschland, Österreich und in der Schweiz (wir berichte-

ten). Dabei macht die Produktion auch Station in Hessen und in Rheinland-Pfalz: Am 1. März ist „Footloose“ in Neu-Isenburg (19.30 Uhr, Hugenottenhalle) zu sehen, am 2. März kommt das Musical nach Rüsselsheim (20 Uhr, Theater Rüsselsheim), und

am 13. April gastiert „Footloose“ in Worms (20 Uhr, Wormser Theater). Alle Infos, Tickets und Termine zum Musical gibt es unter [www.footloosemusical.com](http://www.footloosemusical.com).

■ **Wir verlosen für die Gastspiele in Neu-Isenburg und**

**Rüsselsheim jeweils 2 x 2 Tickets sowie für Worms 3 x 2 Tickets. Zum Mitmachen einfach auf unsere Homepage [www.tv-magazin.net](http://www.tv-magazin.net) (Rubrik Gewinnspiele) gehen und die entsprechende Frage richtig beantworten.**



# Zahnzentrum-Rhein-Main

Frankfurt • Nidderau • Gelnhausen

*Wir wünschen Ihnen und Ihrer  
Familie ein Frohes Fest ...*



*... und bedanken uns  
für Ihr Vertrauen!*

- Kieferorthopädie
- Kinderzahnheilkunde
- Prophylaxe

- Implantologie
- Oralchirurgie
- Parodontologie

- Professionelle Zahnreinigung
- Digitales 3D Röntgengerät
- Meisterlabor vor Ort

60435 Frankfurt  
Gundelandstr. 15 • Tel. 0 69 - 87 00 18 50  
info@zahnzentrum-frankfurt.com

61130 Nidderau-Heldenbergen  
Leopold-Wertheimer-Str. 8 • Tel. 0 61 87 - 90 06 90  
info@zahnzentrum-nidderau.com

63571 Gelnhausen (nur Kieferorthopädie)  
Bahnhofstr. 14 • Tel. 0 60 51 - 8 85 96 46  
info@gelnhausen-kieferorthopaedie.com

**www.zahnzentrum-rhein-main.com**