April 2024 • KOSTENLOS • www.verlagjournal.de

City Journal

Eppelborn | Illingen | Merchweiler | Schiffweiler | Heusweiler | Riegelsberg

Johann-Adams-Mühle in Theley

Ab sofort jeden Dienstag und Freitag

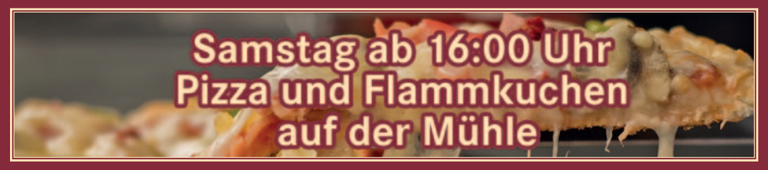
Mühlen-Hähnchen

in der Johann-Adams-Mühle

(nur auf Vorbestellung)

„Der wahrscheinlich berühmteste Landgasthof der Welt !“

Genießen Sie leckere Gaumenfreuden und lassen Sie sich von unserem Mühlenteam verwöhnen.



Landgasthof Johann-Adams-Mühle
66636 Theley
Tel.: 0 68 53 / 96 16 96
info@muehle.saarland

Von Dienstag bis Sonntag ab 10.00 Uhr für Sie durchgehend geöffnet.
Ab 11.30 Uhr durchgehend warme Küche.

IMPRESSUM:

Herausgeber:
Verlag Journal Schmidt und Kunert GbR
Freiherr-vom-Stein-Straße 48
66564 Ottweiler

Telefon (0 68 51) 9 73 91 32
ck@wndmagazin.de
www.verlag-journal.de

Inhaber:
Alfred Schmidt, Christiane Kunert

Verantwortlicher Redakteur:
Alfred Schmidt

Redaktionelle Mitarbeit:
Peter Wenzel, Ralf Mohr (jam)

Anzeigenleitung:
Christiane Kunert (viSdP)

Druckerei:
Kern GmbH, In der Kolling 120, 66450 Bexbach

Verteilung:
Kostenlos in Eppelborn, Illingen, Merchweiler, Schiffweiler, Riegelsberg und heusweiler mit den jeweiligen Ortsteilen

Erscheinungsweise: monatlich

Für unverlangt eingesandte Manuskripte kann keine Haftung übernommen werden. Nachdruck, auch auszugsweise, ist nur mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung der Redaktion gestattet. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Eine Haftung für die Richtigkeit der Veröffentlichungen oder für evtl. Satzfehler kann trotz sorgfältiger Prüfung durch die Redaktion nicht übernommen werden.

Aus dem Inhalt

Headliner:
Kanalreinigung Meiser – Moderne Technik trifft Effizienz. Jetzt am neuen Standort im Gewerbegebiet Nußkopf in Landsweiler Seite 4

levoBank eG:
Wiederaufforstung im Gemeindewald beim „Haus Hubwald“ – Viele engagierte Hände beim Baumpflanzen am Samstag, 23. März Seite 8

Gesundheit und Wohlbefinden:
Fit und gesund alt werden dürfen und positiv in die Zukunft blicken Seite 15

Apothekennotdienst in der Region vom 3. April bis 3. Mai 2024 Seite 17

Bauen und Wohnen:
Lohnt sich Photovoltaik auch im Jahr 2024? Das City-Journal hat die Antworten! Seite 18

Autosalon:
Machen Sie Ihr Auto frühlingsfit – Am besten in der Werkstatt! Denn wer am falschen Ende spart, zahlt oft doppelt ... Seite 20

MEISER GmbH
KANAL- & ROHRREINIGUNG

Kanalreinigung Meiser – Moderne Technik trifft Effizienz

Arbeiten an der Autobahn – am Tag und in der Nacht! Auch die Autobahnen sind ein mittlerweile bewährtes und regelmäßiges Metier der Firma Meiser, denn Entwässerungskanäle und Schlitzrinnen müssen regelmäßig gewartet werden

Jetzt am neuen Standort im Gewerbegebiet Nußkopf in Landsweiler

Vor mehr als 40 Jahren hat sich die Firma Hans-Werner Meiser in Merchweiler etabliert. Hans-Werner Meiser war ursprünglich ein kleines, mittelständisches Unternehmen, das sich hauptsächlich auf Kanalreinigung und Grubenentleerungen spezialisiert hatte. Als sich der Gründer des Unternehmens Ende 2012 zur wohlverdienten Ruhe setzen wollte, fand er in Christof Nalbach den geeigneten Nachfolger. Der eingeführte Name Hans-Werner Meiser GmbH blieb weiterhin bestehen.

In 8 Jahren von 3 auf 30

Christof Nalbach startete in 2013 mit gerade einmal 3 Mitarbeitern. „Mit dem damals vorhandenen Personal und dem übernommenen Fuhrpark stieß ich allerdings rasch an Grenzen“, erinnert sich Christof Nalbach an die Startphase. Aus 3 wurden mehr als 30 Mitarbeiter und der Fuhrpark wuchs auf insgesamt 15 Spezialfahrzeuge an. Unter ihnen die wohl auffälligsten im Straßenbild: Die Spezialfahrzeuge „Biene Meiser“ und ganz neu die „Graue Maus“, „Bienen“, „Mäuse“ und natürlich Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter brauchten deutlich mehr Raum zur Entfaltung und so entstand im Landsweiler Gewerbegebiet „Auf dem Nußkopf“ ein ansehnlicher Büro- und Hallenkomplex.

Mit Höchstdruck zum Erfolg – der Trail-Jet 125

Ganz neu in der Hierarchie der Spezialfahrzeuge – und damit einzigartig im Südwesten – ist der Trail-Jet 125. Eine hochtechnisierte Kombination aus einer Hochdruckwasserstrahlanlage, die vom äußeren Erscheinungsbild her zunächst an einen überdimensionierten Kompressor erinnert. Und tatsächlich erfüllt dieses Spezialfahrzeug auch einen ähnlichen Auftrag. Statt mit komprimierter Luft, arbeitet der Trail-Jet mit einem hochkomprimierten Wasserstrahl, der mit einem Ladedruck von bis zu 2.500 bar arbeiten kann. Zusammen mit einem fahrbaren Roboter, der nahezu jeden Kanal ferngesteuert befahren kann und an dessen Spitze eine Hochdrucklanze befestigt ist, lassen sich selbst problematischste Betonverstopfungen nur mit der Kraft des Wassers beseitigen. Unsere Fotos dokumentieren die Beseitigung eines 20 (!) Meter langen Betonpfropfens aus einem Kanal. Doch damit erschöpfen sich die Einsatzmöglichkeiten des Trail-Jet 125 noch lange nicht.

Reibungsloser Abfluss auf den Autobahnen

Auch die Autobahnen sind ein mittlerweile bewährtes und regelmäßiges Metier der Firma Meiser. Entwässerungskanäle und Schlitzrinnen müssen nämlich regelmäßig gewartet werden, damit die Gefahr des Aquaplanings möglichst geringgehalten wird. Verstopfen die, kann das Regenwasser nicht abfließen und bleibt auf der Fahrbahndecke. Eine Gefahr, die nicht zu unterschätzen ist.

Äußerlich unscheinbar, aber mit brachialer Kraft: der Trail-Jet 125 mit Roboter und Höchstdrucklanze

Jeder Schritt bei den Kanalarbeiten wird per Highttech-3-D-Scanner sorgfältig überwacht

Umwelt und Ressourcen schonen

Das ursprüngliche Geschäftsfeld wurde stetig angesichts neuer Herausforderungen weiterentwickelt. So wurde mit der Anschaffung moderner Wasserrückgewinner der Verbrauch an Frischwasser zum Zweck der Kanalspülung praktisch gegen Null gefahren. Denn das zum Spülen eines Kanals beispielsweise benötigte Wasser wird in das Einsatzfahrzeug zurückgeführt, von grober Verschmutzung befreit und so erneut zur Spülung eingesetzt. Auf diese Weise entsteht ein Kreislauf, der Ressourcen schont und letztlich auch Kosten minimiert.

Eine Düse, die sehen kann und ein Hightech-3-D-Scanner

Kosteneffizienz garantiert schließlich auch die so genannte „Sehende Düse“. Darunter versteht man ein TV-Kamerasystem, das die gleichzeitige Reinigung von Kanälen und gezielte TV-Inspektion ermöglicht. Dieses System spart Zeit, Geld und Ressourcen. Vorteile, die nicht nur private Haushalte immer häufiger nutzen. Viele große und mittlere Kommunen im Saarland vertrauen dem Merchweiler Unternehmen mittlerweile die Inspektion und Instandhaltung des Kanalnetzes an. Auch der EVS (Entsorgungsverband Saar), vertraut den vielfältigen Kompetenzen der Hans-Werner Meiser GmbH. Insbesondere Reinigung und Wartung von Klärbecken zählen zu den Kernkompetenzen des Unternehmens. Neuestes Highlight ist die Anschaffung eines 3-D-Scanner, mit dessen Hilfe die Firma Meiser Schachtanlagen auf ihren baulichen Zustand hin dokumentieren und untersuchen lassen kann. Dieser Scanner ist auf einem speziellen Fahrzeug montiert und mit robuster Technik ausgerüstet. In dieser Form dürfte er zumindest im Saarland ein Alleinstellungsmerkmal haben.

Rohre und Kanäle in HD-Qualität dokumentieren

Nach wie vor gehört selbstverständlich die TV-Untersuchung auch und gerade im privaten Bereich zu den wichtigsten Betätigungsfeldern des Unternehmens. Die optischen Zustandsüberprüfungen von Kanälen oder Rohren wird bei diesem Verfahren exakt dokumentiert. Die Untersuchung von Rohrleitungen und Kanalsystemen fördert dabei kaputte oder undichte Stellen in den Leitungen zutage und hilft dabei, einem Rohrbruch vorzubeugen. Mit Hilfe einer TV-Untersuchung können auf diese Weise zum Beispiel Wurzeleinwüchse, Betonablagerungen, Korrosionen, Risse oder ein Muffenversatz festgestellt und behoben werden. Aber auch die fachgerechte Verlegung neuer Rohr- und Kanalleitungen kann durch den Einsatz einer TV-Untersuchung nachgewiesen werden.

Infos & Kontakt:

Hans-Werner Meiser GmbH
Am Nußkopf 16
66578 Schiffweiler
Telefon 0 68 21 – 40 28 40
www.kanalreinigung-meiser.de
E-Mail:
info@meiser-kanalreinigung.de

Touristische Broschüren der Region Neunkirchen für das Jahr 2024 veröffentlicht

Pünktlich zum Saisonstart sind alle Broschüren der Tourismus- und Kulturzentrale des Landkreises Neunkirchen (TKN) und des Zweckverbands Erlebnisort Reden fertiggestellt. Druckfrisch wurden diese nicht nur bei der 25. SaarLorLuxTourismusbörse am 16.03. und 17.03.2024 in St. Ingbert vorgestellt, sondern sind auch ab sofort kostenfrei in der TouristInformation der TKN im Erlebnisort Reden erhältlich.

„Die Angebotspalette in unserer Aktiv-Broschüre ist erneut etwas umfangreicher geworden," freut sich TKN-Chef Christian Rau. Nachdem im vergangenen Jahr drei neue Mountainbike-Strecken und ein Premiumwanderweg hinzugekommen sind, wird die Broschüre in diesem Jahr durch den neuen Themenwanderweg „Ewilpa" zusätzlich aufgewertet. Ewilpa steht für essbare Wildpflanzenparks, die es mittlerweile deutschlandweit gibt.

Schautafeln vor Ort helfen den Wanderinnen und Wanderern die charakteristischen essbaren Wildpflanzen der jeweiligen Bereiche kennenzulernen. Einen Mix aus emotionsgeladenen Fotos und relevanten Informationen wie Öffnungszeiten, Preise, Kontaktdaten und Anbindungen an den ÖPNV bietet „Sehenswertes".

Die Kombination aus Image- und Infobroschüre zeigt den Landkreis von seiner schönsten Seite. Für alle Freunde von ästhetischer Kunst ist das Keramik Kunst Museum im KULT Kulturzentrum in Neunkirchen neuer Bestandteil der 38-seitigen Broschüre.

„Die Vielfalt an Sehenswürdigkeiten sowie das reiche kulinarische Angebot machen den Landkreis Neunkirchen zu einem lohnenswerten Reiseziel für Jung und Alt. Mit der neuen Broschüre können wir Touristen, aber auch den Einheimischen einen tollen Wegweiser präsentieren", so Landrat Sören Meng.

Die aktualisierten Broschüren des Freizeitzentrums Finkenrech machen Lust auf einen Besuch in der „grünen Oase" des Landkreises.

Im Veranstaltungskalender findet sich ein breites Spektrum an Führungen, Workshops und Veranstaltungen. Die Gruppenangebote versprechen spannende und lehrreiche Führungen für Erwachsene, ebenso wie abwechslungsreiche Mitmachprogramme für Kinder und Jugendliche. Auch das neu eröffnete Hotel-Restaurant Botanico Finkenrech wird erstmals in der Imagebroschüre des Freizeitzentrums vorgestellt.

Eine Neuerung in der Broschüre zum Erlebnisort Reden ist ein QR-Code, der erstmalig zu einer englischen und französischen Webversion des Übersichtsplans führt. „Wir möchten, dass sich alle Besucher des Erlebnisorts Reden willkommen fühlen und sich zurechtfinden", so Eric Schneider, Geschäftsführer und Standortmanager des Zweckverbands Erlebnisort Reden. Die praktische Faltkarte, die einen Lageplan im WimmelbuchStil und alle Veranstaltungshighlights der Saison 2024 beinhaltet, ist noch übersichtlicher als zuvor gestaltet. So sind nun, neben allen Attraktionen am Standort, auch die Hinweise zu den barrierefreien Zugängen und Parkmöglichkeiten deutlicher gekennzeichnet.

„Alle Broschüren sind auf ökologisch nachhaltigem Papier und klimaneutral gedruckt. Es ist uns sehr wichtig, auch hier einen Beitrag zum umweltbewussten Umgang mit unseren Ressourcen zu leisten," erläutert TKN-Chef Christian Rau.

Die Prospekte sind neben dem TKN-Infobüro in LandsweilerReden auch bei allen Gemeindeverwaltungen erhältlich. Darüber hinaus stehen alle Broschüren auf www.regionneunkirchen.de zum kostenlosen Download bereit.

Nähere Informationen und Prospektbestellung:

Tourismus- und Kulturzentrale des Landkreises Neunkirchen, Am Bergwerk Reden 10, 66578 Schiffweiler, Tel.: 0 68 21 / 97 29 20, www.region-neunkirchen.de, E-Mail: info@region-neunkirchen.de

Foto: Daniel Hohlweck

Ein aufregendes Völkerballturnier der Jugendfeuerwehren

Am letzten Samstag war die Welschbachhalle Schauplatz eines aufregenden Völkerballturniers, bei dem die Jugendfeuerwehren der Gemeinden Illingen und Merchweiler ihr Können unter Beweis stellen konnten.

Insgesamt nahmen 15 Teams aus beiden Gemeinden teil, die in zwei Altersgruppen antraten: 8-12 Jahre und 13-16 Jahre.

Der Feuerwehrnachwuchs lieferte sich packende Wettkämpfe, in denen Teamgeist und Geschicklichkeit gefragt waren. In der jüngeren Altersgruppe triumphierte das Team aus Welschbach, das den ersten Platz errang. Doch auch der Löschbezirk Ost mit dem Platz 2 und Uchtelfangen 1 mit dem Platz 3 zeigten herausragende Leistungen.

In der älteren Altersgruppe setzten die Mannschaften von Illingen, Welschbach und Ost alles auf eine Karte. Die Spiele waren von Spannung und Dynamik geprägt, und am Ende behielt Illingen die Oberhand und landete auf dem ersten Platz. Welschbach und Ost folgten auf den Plätzen zwei und drei.

Doch damit nicht genug. Nach dem offiziellen Turnier hatten die Jugendlichen die Gelegenheit, gegen ihre Betreuer anzutreten. In einem mitreißenden Showdown zeigten die Jugendlichen ihre Überlegenheit und gewannen mit deutlichem Punktevorsprung.

Das Völkerballturnier war nicht nur ein sportliches Highlight, sondern auch ein Beweis für den starken Zusammenhalt und den Teamgeist der Jugendfeuerwehren Illingen und Merchweiler. Ein herzliches Dankeschön geht an alle Teilnehmer, Organisatoren und Unterstützer, die diesen Tag zu einem unvergesslichen Erlebnis gemacht haben!

Fotos: Thomas Keller, Erik Maul

Text: Erik Maul

levoBank unterstützte Wiederaufforstung im Gemeindewald beim „Haus Hubwald“

Viele engagierte Hände beim Baumpflanzen am Samstag, 23. März

Zahlreiche große und kleine Helferinnen und Helfer setzten mit der Gemeinde Eppelborn und der levoBank eG ein Zeichen für die Umwelt

Trotz nasskaltem Schmuddelwetter trafen sich am Samstag, dem 23. März, ab 9:00 Uhr viele große und kleine engagierte Helferinnen und Helfer – unter ihnen auch die levoBank-Marketingleiterin Saskia Schmidt und levoBank-Vorstand Kirsten Meeß – zum Pflanzen von insgesamt 100 Baumhaseln, 100 Elsbeeren, 100 Wildkirschen und 200 Traubeneichen am Haus Hubwald. Möglich gemacht hat dies eine Spende der levoBank in Höhe von 2.500 Euro aus dem Girokontomodell „Mein Lieblingskonto“.

levoBank-Vorstand Kirsten Meeß erklärte bei der Scheckübergabe an Bürgermeister Andreas Feld dieses große Engament der levoBank: „Unter dem Motto **‚Grün Gedacht – Gemeinsam für die Umwelt. Gemeinsam für die Region‘** fördern wir schon seit geraumer Zeit nachhaltige und regionale Projekte in unserem Geschäftsgebiet. Diese unterstützen wir mit 10% des Grundpreises aus unserem CO_2-freien Girokontomodell ‚Mein Lieblingskonto‘. Zusätzlich verdoppeln wir die Summe, so dass jährlich Gelder für solche Projekte wie die Aufforstung des Gemeindewaldes am Haus Hubwald ausgeschüttet werden können. Somit leisten unsere Kunden mit ihrem Lieblingskonto einen Beitrag für die Umwelt und die Region.

Bürgermeister Andreas Feld bedankte sich für dieses großartige Engement der Bank und betonte, dass er „beim Pflanzen der Bäume sehr gerne aktiv mitgeholfen hätte, aber gleich nach der Spendenübergabe zu einem weiteren Termin aufbrechen muss“.

Nachdem Revierförster Ingo Piechotta das Prozedere der Baumpflanzung erklärt hatte, ging es tatkräftig „ans Werk“. Rechtzeitig zum vom neuen Eppelborner Ortvorsteher Christian Ney, der selbst beim Baumpflanzen aktiv war, und seinem Team bereitgestellten Mittagsimbiss waren schließlich alle 500 Bäume gepflanzt und mit Plastikhüllen vor Wildbiss geschützt.

Die levoBank und die Gemeinde Eppelborn bedanken sich an dieser Stelle für das große Engagement der vielen Helferinnen und Helfer!

Spendenübergabe: Kirsten Meeß (re.) und Andreas Feld

v.l.n.r.: Andreas Feld, Saskia Schmidt, Kirsten Meeß mit Töchtern

Ingo Piechotta erklärt das Vorgehen, links Christian Ney

Revierförster Ingo Piechotta zeigt den Kleinen, wie es geht

Einige der Helferinnen und Helfer bei der Arbeit

Gingen mit gutem Beispiel und vollem Einsatz voran: Marketingleiterin Saskia Schmidt (linkes Bild) und levoBank-Vorstand Kirsten Meeß (2 Bilder rechts) halfen beim Pflanzen der Bäume kräftig mit!

Tolle Neuigkeiten: levoBank fördert das Projekt „Biber- & Storchenweg Bubach“

Der Zweckverband Natura Ill-Theel hat gemeinsam mit der Gemeinde Eppelborn die Initiative ergriffen und das Projekt „Biber- & Storchenweg Bubach“ bei der Aktion „GRÜNgedacht“ der levoBank eingereicht, durch die jedes Jahr nachhaltige und regionale Projekte gefördert werden. Mit 10% des Grundpreises aus dem Girokontomodell „Mein Lieblingskonto“ der levoBank werden jährlich nachhaltige Projekte in der Region unterstützt. In diesem Jahr wurde die Summe von der levoBank verdoppelt, so dass insgesamt 45.000 Euro an 3 Projekte ausgeschüttet werden. Aus den eingereichten Projekten durften die Kunden mit einem „Mein Lieblingskonto“ ihre Favoriten wählen. Der „Biber- & Storchenweg Bubach“ hat die Kunden überzeugt und zählt zu den 3 Gewinnerprojekten. Insgesamt 15.000 Euro wird für die Umsetzung des Projekts zur Verfügung gestellt. „Wir freuen uns sehr, dass die levoBank Kunden unser Projekt unterstützen. Bereits vergangene Woche habe ich mit den Initiatoren zusammengesetzt, um die genaue Ausgestaltung zu besprechen. Es kann also schon bald losgehen.“, sagt Bürgermeister Dr. Andreas Feld. Der „Biber- & Storchenweg“ soll sich über eine Strecke von etwa 2,5 Kilometern entlang der Theel erstrecken, wo Spuren von Bibern zu entdecken sind und wo gelegentlich der majestätische Flug der Weißstörche beobachtet werden kann. Die Einrichtung von fünf Informations- und Aufklärungstafeln entlang des Weges soll die Besucher über den Weg selbst, die Renaturierung der Gewässer, den Europäischen Biber, den Weißstorch sowie das geplante Amphibiengewässer informieren.

Das Projekt „Biber- & Storchenweg Bubach“ ist nicht nur ein Weg für Wanderer und Naturliebhaber, sondern ein Symbol für den aktiven Naturschutz und die Wiederherstellung von ökologischen Lebensräumen in der Region.

Im April geht es los mit dem Kita-Neubau in Humes

Bürgermeister Andreas Feld hat den Ausbau der Krippen- und Kindergartenplätze in der Gemeinde Eppelborn zur Chefsache gemacht. Nach der Schaffung von zusätzlichen Plätzen, unter anderem in der Kita in Dirmingen, geht es nun auch in Humes voran. Der Verwaltungschef hatte die Pläne zu diesem Großprojekt dem Gemeinderat bereits kurz nach seinem Amtsantritt vorgelegt, sodass der Rat schon im November 2020 den Beschluss über den Kita-Neubau in Humes fassen konnte. Danach stieg man umgehend in die Planungen ein, beantragte Fördergelder und konkretisierte das Projekt. Inzwischen sind auch die Rodungsarbeiten abgeschlossen und das neue Außengelände mit Spielplatz ist schon profiliert und fertig. „Und jetzt geht es ans Eingemachte, denn der voraussichtliche Beginn der Arbeiten zur Errichtung des Kita-Neubaus steht fest: Mitte April geht es mit der Einrichtung der Baustelle los!“, freut sich Bürgermeister Dr. Andreas Feld.

Diese Woche hat der Ausschuss für Bauen, Wohnen und Umwelt in seiner Sitzung über die Vergabe der anstehenden Arbeiten in Bezug auf den Kita-Neubau in Humes beraten. Bei den nun zu vergebenden Bauleistungen handelt es sich um die Baustelleneinrichtung und Rohbauarbeiten der Kindertagesstätte.

Der Auftrag zur Durchführung der Baustelleneinrichtung beinhaltet unter anderem den Baustrom, den Bauzaun sowie die Errichtung, Unterhaltung und den Rückbau der für das Baustellenpersonal notwendigen Büro-, Personal- und Sanitärcontainer. Die Leistungen zur Durchführung der Rohbauarbeiten beinhalten unter anderem die vorbereitenden Erdarbeiten, die Herstellung der Bodenplatte mit Entwässerungsleitungen, die Mauerarbeiten zur Errichtung des Erd- und Obergeschosses sowie alle damit verbundenen Betonarbeiten.

Nach vergleichender Betrachtung hat man sich für das wirtschaftlichste Angebot der Firma Z-Bau Bauunternehmung GmbH aus Friedrichsthal entschieden. Das Unternehmen wird die Baustelleneinrichtung sowie die Rohbauarbeiten übernehmen. Bisher läuft also alles nach Plan beim Kita-Neubau in Humes. Über den Termin zum offiziellen Spatenstich wird zeitnah informiert

Foto (Gemeinde / Erberich): Hier entsteht schon bald der Kita-Neubau Humes

Christian Ney ist neuer Ortsvorsteher von Eppelborn

Am Donnerstag, 21. März, hat der Eppelborner Ortsrat einen neuen Ortsvorsteher gewählt: mit 8 Ja-Stimmen wurde Christian Ney von den Ortsratsmitgliedern einstimmig in das Amt berufen. Bereits seit vielen Jahren arbeite ich mit Christian zusammen und bin fest davon überzeugt, dass er einen tollen Job machen wird.

Nachdem unser Freund und langjähriger Ortsvorsteher von Eppelborn, Berthold Schmitt, im vergangenen Herbst verstorben war, hatte sein Stellvertreter Hans Nicolay diese Aufgabe übernommen. Danke an dieser Stelle dir lieber Hans für dein Engagement und die Zeit, die du in den letzten Monaten investiert hast. Ab heute wird Christian all die Aufgaben übernehmen, die das Amt des Ortsvorstehers mit sich bringt. Da sein Einsatz für Eppelborn, unter anderem in der Kommunalpolitik als Fraktionsvorsitzender der CDU-Fraktion im Gemeinderat oder in zahlreichen Vereinen und Organisationen, denen er angehört, aber schon immer sehr groß war, bin ich zuversichtlich, dass er seiner neuen Rolle mehr als gerecht werden wird.

Ich wünsche dir, lieber Christian, ganz viel Erfolg und vor allem Spaß bei dieser neuen Herausforderung und bedanke mich schon jetzt bei deiner Familie für ihr Verständnis dafür, dass du dich ehrenamtlich in dieser herausragenden Art und Weise engagierst.

Ihr Bürgermeister Andreas Feld

Christian Ney (links) erhält von Bürgermeister Andreas Feld die Ernennungsurkunde

Eppelborn macht Picobello

Bereits zum dritten Mal in Folge beteiligte sich die Wirtschaftsförderung (WiFö) der Gemeinde Eppelborn gemeinsam mit dem Gewerbeverein Eppelborn an der saarlandweiten Picobello-Sammelaktion. Unterstützt wurde die Aktion in diesem Jahr von der levo Bank, der Sparkasse Neunkirchen, Ali Gündesli von der ERGO Versicherung sowie Klaus Häusler, dem Kreiswirtschaftsförderer der Wirtschaftsförderungsgesellschaft des Landkreis Neunkirchen.

Das Sammelgebiet der Truppe erstreckte sich rund um den Marktplatz, die Bahnhofstraße und die Straße Am Markt im Ortskern von Eppelborn. Innerhalb von nur einer Stunde waren sieben volle Müllsäcke gefüllt. Nach getaner Arbeit gab es dann noch einen kleinen Imbiss für die fleißigen Sammler.

Daneben fanden noch einige weitere Sammelaktionen statt: In allen Ortsteilen organisierten sich Vereine, Organisationen oder Privatpersonen zu Sammeltrupps um Straßenränder, Gehwege, Wiesen, Hecken und Sträucher von unachtsam weggeworfenem Müll zu befreien. Fazit: Es lag zwar in diesem Jahr deutlich weniger Müll in den Büschen und auf den Gehwegen herum, gleichzeitig steigt aber auch die illegale Müllablagerung von großen Mengen Sperr- und Restmüll an verschiedenen Stellen in unserer Gemeinde. Wir möchten uns an dieser Stelle herzlich bei allen Beteiligten für ihr Engagement bedanken. Durch ihren Einsatz am vergangenen Wochenende haben sie einen wertvollen Beitrag zur Verschönerung unserer Umgebung sowie zum Umweltschutz geleistet.

Baufachmarkt Hell in Dirmingen

Freundlich, innovativ, kompetent

Qualität und Service seit mehr als 125 Jahren

Erich Otto Hell war der Einzige aus der Hell´schen Baustoffdynastie, der nicht den Vornamen Valentin trug. Ansonsten wurde schon beim Vornamen die Kontinuität seit 125 Jahren Baufachmarkt Hell in Dirmingen gewahrt. Mit 125 Jahren dürfte das mittelständische Unternehmen eines der ältesten, wenn nicht gar das älteste familiengeführte Unternehmen im Saarland sein. Man muss sich das auf der Zunge zergehen lassen: sechs Generationen Hell haben den Baustoffhandel unablässig weiterentwickelt und dabei immer Schritt mit den Herausforderungen der Zeit gehalten. Das verdient Respekt. Und es zeigt zugleich, wie man sich mit Fleiß und Bodenständigkeit andauernden Erfolg bei Bauherren, Hand- und Heimwerkern verdienen kann.

Tradition verpflichtet: Qualität und Kundenorientierung

Heute führen Guido Valentin Hell und Sohn Simon Valentin das traditionsreiche Unternehmen gemeinsam. „Tradition", betont Guido Hell im City-Journal-Gespräch, „ist das eine. Man muss sich aber permanent am Markt orientieren und den Bedürfnissen der Kunden gerecht werden". Seit er 2007 das Ruder übernahm, haben sich Wirtschaft und Klientel gewandelt. Stellten früher Heimwerker Dreiviertel der Kunden, sind heute die Handwerker bei weitem in der Mehrzahl. Noch in den 60er, 70er Jahren war aktive Nachbarschaftshilfe Standard beim privaten Hausbau. „Unter den heutigen energetischen Herausforderungen ist das kaum noch machbar", resümiert Simon Hell, der aktiv den Verkauf des Unternehmens leitet, während der Seniorchef sich verstärkt um Einkauf und Verwaltung kümmert.

Nik Hoti – frischer Wind mit Qualifikation

„Blut geleckt habe ich durch mein Fachoberschul-Praktikum hier im Betrieb, erinnert sich Nik Hoti an seine Anfänge im Baufachmarkt Hell. Die Ausbildung hat er ebenfalls im Betrieb genossen und irgendwie war allen Beteiligten klar, dass auch sein weiterer beruflicher Werdegang mit dem Dirminger Familienbetrieb verknüpft sein würde. Nach seinem erfolgreichen Betriebswirtschafts-Studium avancierte er zu so etwas wie der linken und rechten Hand der Geschäftsführung. Zuständig vornehmlich für Lieferanten und Geschäftskunden, kümmert er sich auch um die strategische Ausrichtung des Unternehmens. Und damit nicht genug: nicht ganz nebenbei hat er sich mittlerweile auch einen Namen als Crossathletic-Trainer mit eigenem Studio gemacht. Natürlich in Dirmingen.

Drei ziehen an einem Strang: Nik Hoti, Simon Valentin Hell und Guido Valentin Hell (v.l.n.r.)
Foto: BeckerBredel

Hobby-, Heim- und Handwerker – das passt!

Unabhängig von der Ausrichtung der Kunden ist die Firma Baufachmarkt Hell allerdings für Jedermann eine lohnende Adresse. Denn wie es sich für einen hervorragend sortierten Baustoffhandel gehört, sind fachliche Kompetenz, kundenorientierte Beratung und absolute Preiswürdigkeit derart ausgeprägt.

„Unser Anspruch an erstklassische Qualität ist unser Markenzeichen seit Firmengründung", so das Team von Baustoffe Hell. Getreu dem Motto „Wer billig kauft, kauft zweimal!" finden Sie daher im umfangreichen Sortiment von Baustoffe Hell neben den links und unten mit ihrem Logo aufgeführten Premiumfirmen viele weitere namhafte Firmen aus dem Baustoffsektor.

Ganz gleich, ob der Kunde Bedarf hat an Materialien für den Roh- oder Innenausbau, für die Heizungsinstallation, die Garten- und Terrassengestaltung, Brennstoffe oder Schüttgut aller Art, bei Baufachmarkt Hell wird jeder Bauherrenwunsch erfüllt. Hobby-, Heim- und Handwerker sind dabei gleichermaßen willkommen. Vom Kleinst- bis zum Großgebinde, ganz wie Sie möchten und soviel Sie benötigen!

Die Ausstellung – lassen Sie sich inspirieren

Noch keine Idee, wie die neue Terrasse, die Sommerküche oder der Garten angelegt werden könnten. Dann ist die großflächige Ausstellung mit vielen Gestaltungsbeispielen genau das Richtige für Sie. Hier finden Sie neben vielen Anregungen gleich auch die passenden Materialien wie Steine, Schüttgut, Platten, Fliesen und Zubehör. Das gesamte Sortiment ist derart umfangreich, dass eine Aufzählung aller Hersteller und Materialien an dieser Stelle den Rahmen des Berichtes sprengen würde. Alles ist lieferbar, vieles ist möglich! Und zum eigenen Wagen schleppen müssen Sie auch nichts. Auf Wunsch sogar mit Chauffeur. Denn komfortable Anlieferung ist bei Baustoffe Hell selbstverständlich möglich.

HELL BAUFACHMARKT
Zur Alten Mühle 21
66571 Dirmingen
Tel. 06827/404
Fax 06827/3227
E-Mail:
info@baustoffe-hell.de
Web:
www.baustoffe-hell.de

Wir sind auch über WhatsApp mit unserer Festnetznummer erreichbar

PREFA STARK WIE EIN STIER DACH • FASSADE • SOLAR
weber SAINT-GOBAIN
SCHOMBURG Sicher die Lösung.
Botament MIT VERTRAUEN
VELUX
rigips SAINT-GOBAIN
fischer
remmers
MOGAT Werke Dachsysteme | Bauwerksabdichtung Mainz | Essen | Nentershausen | Seefeld/Berlin
makita

Küstenlandschaften Bretagne und Normandie

Côte du Granit Rose und Côte d'Albâtre – Fotoausstellung mit Fotos von Jean Jacques Lucas ab 12. April im Rathaus Merchweiler

Jean Jacques Lucas

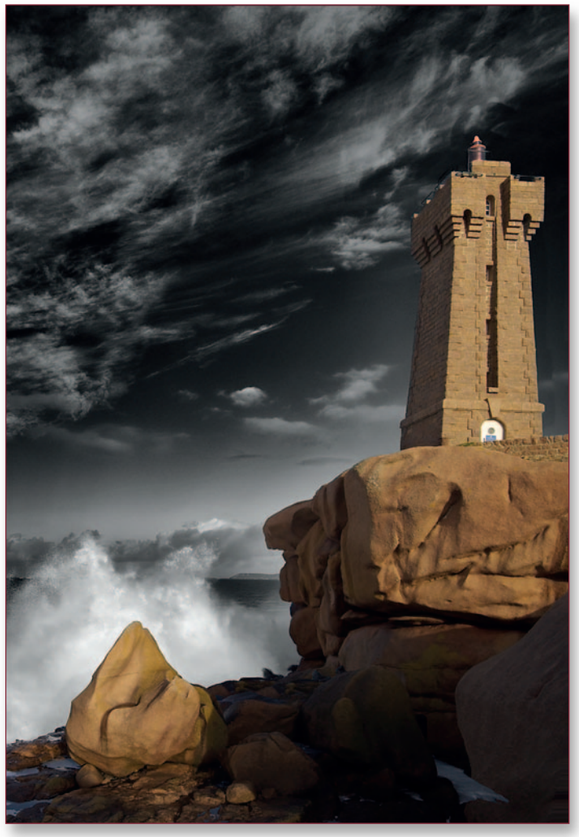
Bretagne und Normandie sind äußerst beliebte Reiseziele, sowohl von Luxemburg wie vom Saarland aus einfach und schnell erreichbar… und Ferien am Meer sind schließlich bei den meisten Leuten beliebt. In den Sommermonaten oder an verlängerten Wochenenden sind die schönsten Küstenabschnitte allerdings stark überlaufen. Für Fotografen sind die Aussichten auf unberührte Küstenlandschaften dann entsprechend gering. Warum dann nicht außerhalb der bekannten Touristenstürme?

Letztendlich waren die Pandemie bedingten Einschränkungen der Auslöser, die Feiertage zum Jahreswechsel 2020/21 an den sprichwörtlich so regenreichen bretonischen und normannischen Küsten zu verbringen…

Dass die Fotos von der Côte du Granite Rose bei Ploumana'ch und Trégastel bei besten Lichtverhältnissen kurz nach Sonnenaufgang entstanden, ist wohl Beweis genug, dass der Wettergott sich nicht immer von seiner miesepetrigen Seite zeigte.

Das ist auch Motivation genug gewesen, dass wir in den darauffolgenden Jahren immer wieder zu dieser Zeit an der französischen Atlantikküste herumstreiften.

Aber wie man bei den bretonischen Strandbildern und den Normandie-Bildern an der Steilküste der Alabasterküste erkennt, bleibt die Kamera auch bei weniger ansprechenden Klimabedingungen nicht notgedrungen in der Fototasche… frei nach dem Motto: Es gibt kein schlechtes Wetter, nur unpassende Kleidung!



Gertrudstraße in Merchweiler gesperrt

in der Zeit von **Dienstag, 02.04.2024, bis Freitag, 05.04.2024, muss die Gertudstraße im Bereich oberhalb der Einmündung Beethovenstraße bis zum Anwesen mit der Hausnummer 10 wegen Tiefbauarbeiten voll gesperrt** werden. Auch die Beethovenstraße muss zeitweise im Bereich der Einmündung in die Gertrudstraße voll gesperrt werden.

Während der Arbeiten muss mit Beeinträchtigungen des Straßenverkehrs gerechnet werden. Ich bitte Sie hierfür um Ihr Verständnis.

Patrick Weydmann, Bürgermeister

„Theater im Rathaus"

Der Theaterverein Fidelitas Wemmetsweiler spielt die groteske Tragikomödie „Die Verspätung" im Großen Kuppelsaal

Der Theaterverein Fidelitas Wemmetsweiler spielt im Frühjahr zum traditionellen „Theater im Rathaus" die groteske Tragikomödie „Die Verspätung" von Wolfgang Hildesheimer. Diese steht ebenso wie andere seiner geistreichen absurden Stücke in der Nähe von Samuel Beckett, Eugène Ionesco und Luigi Pirandello. Ein verschrobener Professor sucht den Wundervogel „Guricht" – und findet ihn. Die Entdeckung enttäuscht die hoch gespannte Erwartung des Suchenden jedoch so, dass er den Verlust seiner Illusion nicht überlebt. Die absurde fixe Idee des Professors steht modell- und parabelhaft für die „Absurdität" alles menschlichen Hoffens, Fantasierens und Wünschens.

Termine der Aufführungen sind der 21., 27. und 28. April 2024, Vorstellungsbeginn ist jeweils 19:30 Uhr. Spielort ist der Große Kuppelsaal im Rathaus Wemmetsweiler.

Karten sind an der Abendkasse erhältlich – Reservierungen werden unter fidelitas1905@aol.com entgegengenommen.

Old- und Youngtimerfreunde laden zum Stammtisch ein

Mit Beginn des Frühlings beginnt für die Besitzer und Freunde älterer Fahrzeuge wieder die Saison mit einer Vielzahl von Old- und Youngtimer- treffen, gemeinsamen Ausfahrten und den monatlichen Stammtischen, unter Insidern auch „Benzingespräche" genannt.

Der nächste Stammtisch findet am 26. April 2024 im Vereinsheim der DJK Bildstock statt und beginnt um 18:30 Uhr. Zu diesen regelmäßigen Treffen, die bis Oktober stattfinden, sind alle Besitzer und Freunde von Old- und Youngtimerfahrzeugen aller Fahrzeugmarken eingeladen. Die Fahrzeuge sollen mindestens 30 Jahre (Oldtimer) bzw. mindestens 20 Jahre (Youngtimer) alt sein.

Bei den sogenannten „Benzingesprächen" wird über alles gefachsimpelt, was die in die Jahre gekommenen Fahrzeuge berührt. Themen sind z.B. die Restaurierung, Ersatzteilbeschaffung, Wartung, Pflege und Werterhaltung der älteren Fahrzeuge. Angesprochen werden aber auch Fragen zu Zulassungs-, TÜV-, Kfz-Steuer- und Versicherungsbestimmungen.

Fit und gesund alt werden dürfen und positiv in die Zukunft blicken

„Alt werden ist schön! Alt sein dagegen nicht!“

Zwei Aussagen, zwei Meinungen, zwei Weltanschauungen. Klar, dem einen fällt es furchtbar schwer, wenn er beispielsweise 60 wird. Der anderen macht es riesigen Spaß, mit 80 noch auf ihrem E-Bike die Gegend zu erkunden. Natürlich werden manche krank, so krank sogar, dass ihnen das Leben keinen Spaß mehr macht. Und diese Menschen sind dann alles andere als fit und gesund und sehen wahrscheinlich ihre eigene Zukunft eher negativ und haben auch keine positiven Ziele mehr. Krankheitsbilder wie Alzheimer-Demenz, Parkinson, Altersdepressionen, Diabetes, Herzinfarkte, Schlaganfälle, Arthrose/Arthritis, Bluthochdruck, Inkontinenz (um nur die am Häufigsten vorkommenden Alterserkrankungen zu nennen) sind heute in aller Munde. Jeder kennt die Symptome, jeder weiß auch irgendetwas über die Krankheitsverläufe. Dieser Personenkreis braucht dann tatsächlich irgendwann Pflege und Betreuung – und aufgrund der Tatsache, dass die Menschen allgemein immer älter werden (der Medizin sei Dank!), steigt die Zahl derer, die entsprechende Bedarfe haben ständig. Da stellt sich dann auch gerne die Frage, inwieweit alt werden wollen wirklich erstrebenswert ist?

„Das bringt das Alter eben mit sich“, hört man dann vielerorts, wenn einem die Knochen weh tun, die Beine und Füße uns nicht mehr tragen wollen, Arme, Schultern und Hände auf einmal ihren Dienst versagen. Längst gehören Menschen um die 85/90 Jahre, die mit Rollatoren unterwegs sind, zum alltäglichen Bild. Selbst in weiter entfernt liegenden Urlaubsdomizilen trifft man noch häufig auf diese Generation – und das ist ja auch gut so. Denn wer noch rüstig ist, sollte die Welt weiterhin erleben können. Warum auch nicht? Selbst diejenigen, die auf Hilfen angewiesen sind, können dennoch schöne Urlaube verleben, wenn sie sich auf fremde Hilfen und Organisationen einlassen.

Wie kann man aber länger fit bleiben? Wo liegt das Geheimnis der ewigen Jugend?

Eins vorab: es gibt kein typisches Verhaltensmuster, das garantiert, dass Sie gesund und munter alt werden können, dauerhaft ohne fremde Hilfe auskommen und sich bis ins hohe Alter hinein selbst versorgen können. Aber es gibt durchaus Anhaltspunkte, die halbwegs wissenschaftlich untermauern, dass es Möglichkeiten gibt, sich für die „alten Tage“ rüstig zu halten, damit es auch Spaß macht, so alt geworden zu sein.

Sport und Bewegung ...

... gehören sicherlich zu den Dingen, die jedermann einfach und überall ausführen kann. Wer sich täglich nur 30 Minuten bewegt – und damit ist nicht die Bewegung von der Couch zum Kühlschrank, zur Toilette und zurück gemeint – tut schon sehr viel zur Förderung seines allgemeinen Gesundheitszustandes. Wer sich dann auch noch aufraffen kann und regelmäßig Fitnesstraining in einem geeigneten Studio betreibt, der kann schon relativ sicher sein, dass er im hohen Alter beweglicher ist, als andere. Sport in Maßen ausgeübt, sorgt dafür, dass der menschliche Körper seine Funktionen besser und intensiver ausführen und erhalten kann. Seien Sie doch einmal ehrlich zu sich selbst: Sie merken doch auch, dass es sich leichter atmen lässt, wenn Sie eine Stunde an der frischen Luft spazieren waren. Warum machen Sie das dann nicht öfter? Sie merken doch sicherlich auch, dass mit fortschreitendem Alter die Körperkraft nachlässt und Sie deutlich mehr Mühe haben beispielsweise den Wäschekorb oder eine Getränkekiste zu schleppen. Tun Sie etwas dagegen! Jeder Tag, den Sie nicht nutzen, ist ein verlorener Tag für Sie! Also: Raus aus der sogenannten Comfort-Zone der heimischen Couch. Los geht's! Bewegung ist angesagt!

Gewichtskontrolle ...

... ist eminent wichtig! Ihren Bauchumfang sollten Sie als Mann dauerhaft unter 94 cm, als Frau unter 80 cm halten. Denn Bauchfett ist höchst gefährlich u.a. für das Herz-Kreislauf-System, von den Belastungen für die Gelenke einmal völlig abgesehen. Sehen Sie also zu, dass Sie Ihr Gewicht halbwegs in den Griff kriegen. Ohne jetzt die üblichen Floskeln hinsichtlich einer gesunden Ernährung oder der Umstellung Ihrer Essgewohnheiten zu bemühen, ist eines gewiss: wer zu viel isst, keine Kontrolle über das Verhältnis zwischen Kalorienzufuhr und -verbrauch hat, der nimmt unweigerlich zu. „Ich kann essen, was ich will. Ich nehme einfach nicht ab!“ Oder so lustige Sätze wie „Wer sein Gewicht halten will, muss auch einmal essen können, wenn er keinen Hunger hat!“ helfen an der Stelle natürlich nicht weiter, sind höchsten ab und an für einen Lacher im Freundeskreis gut. Abnehmen können Sie so natürlich nicht. Gezielt etwas weniger essen („Wie man isst, so wiegt man!“), möglichst auf Kohlenhydrate verzichten und sich bewegen führen Sie eher zum Ziel. Und lassen Sie Süßigkeiten, ZUKKER und Biere weg. Nicht immer, aber immer öfter. Das bringt's am Ende des Tages!

Gehirn-Jogging ...

... bringt das Oberstübchen auf Trab. Wer seine geistige Leistungsfähigkeit dauerhaft verbessern möchte, sollte z.B. häufig und stark genug kauen. Deshalb wäre es von Vorteil, wenn Sie zu jeder Mahlzeit auch harte Lebensmittel verzehren – und dadurch gezwungen werden, län-

(Fortsetzung auf Seite 16)

Exclusive Medizinisches Fitnesstraining – Ihre Gesundheit im Fokus

Individuelle Trainings- und Gesundheitsprogramme für Best Ager und Senioren

Die demographische Entwicklung ist auch an der Gesundheits- und Fitnessbranche nicht spurlos vorübergegangen. Wir werden immer älter und wollen möglichst lange geistig und körperlich fit bleiben. Das fordert auch einiges von uns selbst. Doch dazu muss man bereit sein, präventiv und nachsorgend in die eigene Gesundheit zu investieren. Während aber manches Fitnessstudio, so scheint es oft, sich in der Regel an ein jüngeres Publikum wendet, sind die Gründer der Exclusive Medical Fitness GmbH bewusst einen anderen Weg gegangen.

Gründliche Anamnese

„Unsere Kundinnen und Kunden sind durchschnittlich um die 55 Jahre alt“, berichtet Gregor Lotz, einer der Initiatoren von Exclusive Medical Fitness. Denn vom Start weg im Jahr 2009 in Blieskastel war das Ziel, der älteren Generation wieder zu mehr Freude und Teilnahme am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen. In Zusammenarbeit mit Fachärzten und Krankenkassen bietet Exclusive ein Trainingsprogramm, das vor allem auf muskuläre und kardiovaskuläre (Herz-Kreislauf) Trainingssteuerung abzielt. Die fachlich hochqualifizierten Gesundheitsberater erstellen eine Anamnese, also einen Ist-Befund des körperlichen Zustandes. „Das ist die Grundvoraussetzung“, so Gregor Lotz, „um gezielte Trainingsprogramme zu gestalten“.

Individuelle Belastungssteuerung

Eine maßgeschneiderte Trainingssoftware, die ein engmaschig überwachtes Trainingsprogramm entsprechend der eigenen Befindlichkeiten generiert, steuert zusammen mit einem erfahrenen Team von Fachkräften den Trainingsprozess. Es geht dabei um ein ausgewogenes und auf den Menschen ausgerichtetes, ganzheitliches Konzept, das die individuelle Leistungsfähigkeit und die Bedürfnisse des Kunden in den Mittelpunkt stellt. Es geht also nicht darum, möglichst schwere Gewichte zu bewegen, sondern den Gesundheitszustand positiv zu beeinflussen. Rehabilitation und Prävention sind dabei die treibenden Kräfte.

Ein schlüssiges Konzept – 21 medizinische Fitnessstudios

Bundesweit hat sich dieses Trainingskonzept, das im Saarland erdacht wurde und gereift ist, mittlerweile in 21 Studios niedergeschlagen. Mit alleine acht Studios liegt das Saarland vorne, weitere haben sich bereits in Rheinland-Pfalz, Hessen und Baden-Württemberg etabliert. Sogar bis in den hohen Norden hat das Konzept Eingang gefunden. Basis des Erfolgs dürfte dabei neben der fachlichen Kompetenz der jeweiligen Trainerinnen und Trainern die individuelle und vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen allen Beteiligten sein. „Es ist immer eine qualifizierte Kraft anwesend“, versichert Gregor Lotz, „die helfend und wenn nötig, korrigierend eingreifen kann“. Das ist wichtig, denn Fehler im Training gefährden den Erfolg.

Exclusive – Med. Fitnesstraining
Im Alten Weiher 1
66564 Ottweiler
Tel: 06824/3004123
info@exclusive-clubs.de
www.exclusive-clubs.de
Clubs gibt es auch in Homburg, Lebach, Spiesen-Elversberg, Saarlouis, Merzig, Tholey und in Blieskastel

True Life – ein neues Start-up

Immer mehr Betriebe und Unternehmen haben mittlerweile erkannt, dass betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) im ureigensten Interesse des Unternehmens liegt. Das stärkt den Unternehmenserfolg und fördert zugleich die Bindung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern an den Betrieb. Denn nur gesunde Menschen sind in der Lage, produktiv zu sein. Ein Nutzen also, der allen Beteiligten zugutekommt. „Ich denke, unser BGM-Konzept kann dazu einen wertvollen Beitrag leisten“ ist sich Gregor Lotz sicher.

ger zu kauen. Außerdem beugt diese Art von Gehirn-Jogging Schlaganfällen vor, wie japanische Forscher feststellten. Und das Gedächtnis wird besser. Da hilft dann auch schon einmal Kaugummi zu kauen. Wer dann noch regelmäßig zu Fuß unterwegs ist, Treppen steigt, statt im Aufzug oder auf Rolltreppen zu stehen, der tut dem Gehirn schon wieder etwas Gutes, denn dadurch wird der altersbedingte Verlust von Hirnzellen gestoppt. Experten sind sich einig: „Das Gehirn profitiert wie das Herz davon, wenn man körperlich aktiv ist.“ Ganz neu ist die geradezu sensationelle Entdeckung, dass bei körperlicher Aktivität im menschlichen Gehirn sogar neue Gehirnzellen gebildet werden können. Geistige Aktivität alleine – und sei sie noch so anstrengend – reicht nicht aus, um neue Nervenzellen im Gehirn hervorzubringen. Das Zaubermittel heißt nach neuesten Studien körperliche Bewegung. Allerdings ist angestrengtes Denken unbedingt erforderlich, wenn die neu gebildeten Zellen überleben sollen – und das sollte ja das Ziel sein. Denn die positiven Wirkungen von Bewegung und Denken addieren sich – sagen zumindest renommierte Hirnforscher. Wann haben Sie eigentlich das letzte Mal ein Kreuzworträtsel gelöst?

Rehabilitationsmaßnahmen ...

... sind echte Hilfen zur selbstgestalteten körperlichen Vorsorge fürs Alter. In Reha-Zentren, in Reha-Kursen oder in ambulanten Reha-Einrichtungen wird man Sie „fit“ machen, gibt man Ihnen richtig gute Verhaltensregeln mit auf den Weg, übt diese ein und kontrolliert die Ausführung und den Erfolg der Maßnahmen. Sie werden also angeleitet, „etwas“ in ihrem Leben zu ändern – und zwar mit dem Ziel, sich körperlich besser zu fühlen. Die These „In einem gesunden Körper lebt auch ein gesunder Geist“ wird für Sie zur Lebensaufgabe werden müssen, wenn Sie sich wissentlich auf ein langes Leben mit hoher Lebensqualität vorbereiten möchten. Rehakliniken gibt es übrigens in ganz Deutschland, auch am Meer, in den Bergen oder dort, wo Sie sich gerne aufhalten. Nutzen Sie diese zahlreichen Möglichkeiten.

Reha ist mehr als nur Wiederherstellung der Arbeitskraft ...

... und bedeutet nicht nur, nach einer Operation, einem Unfall oder Schlaganfall wieder auf die Beine zu kommen, sondern auch, sich auf „später“ vorzubereiten. Reha-Maßnahmen sind heute im Berufsleben alltäglich, damit die Schaffenskraft für seinen Arbeitgeber erhalten bleibt. Warum in Gottes Namen nutzen Sie dann derartige Einrichtungen nicht, wenn es um Ihre Gesundheit und zur Erhaltung Ihre Lebensqualität im Alter geht? Erholung, Regeneration, sich finden und Kraft tranken ist nicht nur der Generation vorbehalten, die noch aktiv im Arbeitsleben steht. Vielleicht finden Sie auf diese Weise sogar neue Kontakte/Bekanntschaften, können sich in

Sportgruppen neu orientieren oder entdecken für sich selbst überraschend völlig unerwartete Talente und Spaß in Dingen, die Sie vorher für sich selbst überhaupt nicht „auf dem Schirm“ hatten.

Gesundheit ist das A & O für jedes Alter!

Wer hier frühzeitig „etwas“ tut, kann auch die „Ernte“ einfahren, d.h. wird sich auch im höheren oder hohen Alter sowohl körperlich, als auch geistig deutlich besser und damit fitter fühlen als viele seiner Altersgenossen/innen – und dadurch ein Mehr an Lebensqualität gewinnen. Dafür lohnt sich dann die „Quälerei“ in Fitness-Studios bzw. in Reha-Maßnahmen oder ganz einfach draußen im Wald vor der eigenen Haustür – wobei es ja für Sie keine Schinderei ist. Sie machen „Das alles“ ja gerne. „Es“ bringt Ihnen bereits in dieser Phase mehr Lebensfreude. Außerdem merken Sie sehr schnell, dass Ihre Freunde und Bekannten Ihre Fitness und Agilität neidvoll bewundern – von einem jugendlicheren und gesünderen Aussehen ganz zu schweigen. Denn auch optisch wird sich Ihr Körper durch sportliche Betätigung verändern – und zwar sehr positiv.

Übrigens gibt es kein Verfallsdatum für ein „Los jetzt“. Es ist nie zu spät, etwas Neues zu beginnen und niemals zu spät, den eigenen Körper moderat zu trainieren. Sie müssen durch ein gezieltes Training keine olympischen Medaillen oder Meisterschaften gewinnen. Sie sollten auch nicht bemüht sein, Muskelberge aufbauen wie weiland Arnold Schwarzenegger. Aber Sie sollten sich bewusst machen, dass Sie durch regelmäßige sportliche Betätigung für Ihren eigenen Körper auf lange Sicht Gutes tun können – und das ist doch eine wunderbare Botschaft.

Allerdings sollten Sie noch bevor Sie mit sportlichen Aktivitäten, geänderten Essgewohnheiten u.ä. beginnen, zuerst den Arzt Ihres Vertrauens konsultieren und in Ihre Pläne einweihen. Er wird Sie beraten, Empfehlungen aussprechen und auch Grenzen aufzeigen, die Sie tunlichst beachten sollen. Wenn Sie dann das “GO“ Ihres Arztes haben, also grünes Licht für die künftig aktivere Gestaltung Ihrer Freizeit vorliegt, dann steht einem abwechslungsreicheren, gesünderen und unterhaltsameren Lebensabend nichts im Wege. Außer vielleicht überflüssige Verletzungen, die sich durch Übereifer oder Nichtbeachtung von Vorsichtsmaßnahmen einstellen können. Bei allem, was Sie diesbezüglich unternehmen, sollten Sie dennoch immer daran denken, dass Sie keine 30 mehr sind (von 20 oder 18 wollen wir gar nicht erst reden). Altersangepasste Aktivität und Leistungsvermögen sind das Zauberwort – und daran sollten sich Ihre eigenen Ansprüche immer orientieren. Dann klappt das auch mit der Gesundheit!

In dem Sinne: Los geht's! Denn heute ist der erste Tag vom Rest Ihres Lebens!

Apotheken-Notdienst

vom 3. April bis 3. Mai in der Region

Der Notdienst beginnt jeweils um 8:00 Uhr des angezeigten Tages und endet um 8:00 Uhr des Folgetages.
Stand: 26. März 2024 – Für Druckfehler und Änderungen keine Haftung.

April

Mittwoch	3	**Linden-Apotheke** – Neunkirchen, Bliespromenade 7, Tel. 06821/983880
		Marien-Apotheke – Quierschied, Marienstraße 5a, Tel. 06897/61897
		Apotheke am Bitscher Platz – Lebach, Poststraße 3, Tel. 06881/9362090
Donnerstag	4	**V-PLUS Apotheke** – Merchweiler, Auf Pfuhlst 3, Tel. 06825/403070
		Glück-Auf-Apotheke – Wiebelskirchen, Kuchenbergstr. 29, Tel. 06821/57880
		Apotheke Klein – Püttlingen, Pickardstr. 36, Tel. 06898/66204
Freitag	5	**Liebfrauen-Apotheke** – Püttlingen, Pickardstr. 17, Tel. 06898/65244
		Bahnhof-Apotheke – Lebach, Am Bahnhof 8, Tel. 06881/2838
		Stern-Apotheke – Hühnerfeld, Grühlingstraße 58a, Tel. 06897/4022
Samstag	6	**Glückauf-Apotheke** – Landsweiler, Redener Str. 41, Tel. 06821/96090
		Winter'sche-Apotheke – Lebach, Pickardstraße 1, Tel. 06881/2833
		Engel-Apotheke – Saarbrücken, Feldmannstraße 2a, Tel. 0681/926770
Sonntag	7	**Laurentius-Apotheke** – Bubach-Calmesw., Illtalstraße 58 Tel. 06881/88122
		Markt-Apotheke – Sulzbach, Am Markt 4, Tel. 06897/3106
		Lilien-Apotheke – Köllerbach, Hauptstraße 22, Tel. 06806/2039
Montag	8	**Schützen-Apotheke** – Lebach, Saarbrücker Straße 15, Tel. 06881/2233
		Alte Hütten-Apotheke – NK, Margarethe-Bacher-Str. 1, Tel. 06821/7901002
		Rosen-Apotheke – Fischbach, Schulstraße 43, Tel. 06897/61898
Dienstag	9	**St. Barbara-Apotheke** – Wiesbach, Brühlstraße 18, Tel. 06806/988280
		Einhorn-Apotheke – Ottweiler, Anton-Hansen-Straße 7, Tel. 06824/2049920
		easy-Apotheke – Sulzbach, Quierschieder Weg 3d, Tel. 06897/924807
Mittwoch	10	**Sebastians-Apotheke** – Eppelborn, Europaplatz 11, Tel. 06881/7550
		Rotenbühl-Apotheke – Saarbrücken, Kaiserslauterer Str. 1, Tel. 0681/34090
		Winterfloß-Apotheke – Wellesweiler, Untere Bliesstr. 73, Tel. 06821/9319810
Donnerstag	11	**Post-Apotheke** – Heusweiler, Trierer Str. 17, Tel. 06806/5929
		Marien-Apotheke – Marpingen, Marienstraße 3 ,Tel. 06853/2444
		Doc's Apotheke Neunkirchen – NK, Bahnhofstr. 41, Tel. 06821/9127339
Freitag	12	**Einhorn-Apotheke am Markt** – Lebach, Am Markt 15, Tel. 06881/51345
		St. Barbara-Apotheke – Friedrichsthal, Saarbr. Str. 81, Tel. 06897/86355
		Paracelsus-Apotheke – Saarbrücken, Sulzbachstr. 22, Tel. 0681/34162
Samstag	13	**Thomas-Mann-Apotheke** – Heiligenw., Hüngersbergstr. 1, Tel. 06821/692122
		St. Lukas-Apotheke – Burbach, Hochstraße 149, Tel. 0681/77973
		St. Albanus-Apotheke – Thalexweiler, Dirminger Str. 3, Tel. 06888/8088
Sonntag	14	**Brücken-Apotheke** – Wiebelskirchen, Wibilostraße 16, Tel. 06821/952244
		Bellevue-Apotheke – Saarbrücken, Metzer Str, 102, Tel. 0681/56582
		Glückauf-Apotheke – Sulzbach, Bahnhofstr. 25, Tel. 06897/3901
Montag	15	**Marien-Apotheke** – Eppelborn, Kirchplatz 2, Tel. 06881/7128
		Apotheke am Markt – Püttlingen, Am Marktplatz 26 -28, Tel. 06898/694910
		Mohren-Apotheke – Wellesweiler, Bürgerm.-Regitz-Str. 12, Tel. 06821/9415-0
Dienstag	16	**Brunnen-Apotheke OHG** – Heusweiler, Am Bahnhof 8, Tel. 06806/6111
		Saarpark-Apotheke – Neunkirchen, Stummplatz 1, Tel. 06821/1525
		Apotheke am Alten Markt -Quierschied,Alter Markt 3, Tel. 06897/63030
Mittwoch	17	**Glückauf-Apotheke** – Dirmingen, Zur Alten Mühle 1, Tel. 06827/780
		Bergmanns-Apotheke – Heusweiler, Saarbrücker Str. 17, Tel. 06806/6332
		Salzbrunnen-Apotheke – Sulzbach, Sulzbachtalstr. 60, Tel. 06897/503456
Donnerstag	18	**St. Stephanus-Apotheke** – Illingen, Hauptstr. 54, . 06825/48151
		Paulus-Apotheke – Saarbrücken, Rheinstr. 37, Tel. 0681/75848
		Apotheke am Bitscher Platz – Lebach, Poststraße 3, Tel. 06881/9362090
Freitag	19	**Löwen-Apotheke** – Merchweiler, Hauptstr. 155a ,Tel. 06825/6666
		Burg-Apotheke – Köllerbach, Sprenger Straße 9, Tel. 06806/4301
		Kepler-Apotheke – Wiebelskirchen, Keplerstr. 36a, Tel. 06821/57778
Samstag	20	**Hubertus-Apotheke** – Wemmetsweiler, Bahnhofstraße 18, Tel. 06825/2573
		Rathaus-Apotheke – Püttlingen, Pickardstraße 2, Tel. 06898/67171
		Bahnhof-Apotheke – Lebach, Am Bahnhof 8, Tel. 06881/2838
Sonntag	21	**Rochus-Apotheke** – Spiesen-Elversberg, Hauptstr. 100, Tel. 06821/713332
		Winter'sche-Apotheke – Lebach, Pickardstraße 1, Tel. 06881/2833
		Apotheke im Saarbasar – Saarbrücken, Breslauer Str. 1a, Tel. 0681/815545
Montag	22	**Laurentius-Apotheke** – Bubach-Calmesw., Illtalstraße 58 Tel. 06881/88122
		Apotheke am Stumpen – Riegelsberg, Ziegelhütterstr. 2, Tel. 06806/45566
		Johannis-Apotheke – Saarbrücken, Mainzer Straße 38, Tel. 0681/62445
Dienstag	23	**Husaren-Apotheke** – Uchtelfangen, Zeppelinstraße 27, Tel. 06825/404790
		Pasteur-Apotheke – NK, Ecke Pasteur-/Hebbelstr., Tel. 06821/22040
		Schützen-Apotheke – Lebach, Saarbrücker Straße 15, Tel. 06881/2233
Mittwoch	24	**St. Barbara-Apotheke** – Wiesbach, Brühlstraße 18, Tel. 06806/988280
		Schwanen-Apotheke – Illingen, Hauptstraße 14, Tel. 06825/410110
		Rastpfuhl-Apotheke – Saarbrücken, Rastpfuhl 3, Tel. 0681/71101
Donnerstag	25	**Bären-Apotheke** – Uchtelfangen, Ottweiler Straße 2b, Tel. 06825/941244
		Sebastians-Apotheke – Eppelborn, Europaplatz 11, Tel. 06881/7550
		Ludwigs-Apotheke OHG – Saarbrücken, Sittersweg 50, Tel. 0681/44531
Freitag	26	**Bären-Apotheke im ZAB** – Neunkirchen, Boxbergweg 3, Tel. 06821/9722822
		Marien-Apotheke – Marpingen, Marienstraße 3, Tel. 06853/2444
		St. Barbara-Apotheke – Neuweiler, Martin-Luther-Str. 56, Tel. 06897/3260
Samstag	27	**Fontane-Apotheke** – Schiffweiler, Auf der Brück 8, Tel. 06821/690744
		Einhorn-Apotheke am Markt – Lebach, Am Markt 15, Tel. 06881/51345
		Landmann Apotheke – Saarbrücken, Reichsstr. 16, Tel. 0681/32770
Sonntag	28	**Markt-Apotheke** – Riegelsberg, Marienstr. 6, Tel. 06806/2540
		Markt-Apotheke – Bildstock, Illinger Straße 1, Tel. 06897/8005
		St. Albanus-Apotheke – Thalexweiler, Dirminger Str. 3, Tel. 06888/8088
Montag	29	**Allee-Apotheke** – Holz, Alleestr. 11, Tel. 06806/988027
		Adler-Apotheke – Neunkirchen, Zweibrücker Straße 31, Tel. 06821/8329
		Saar-Apotheke – Saarbrücken, St. Johanner Str. 37, Tel. 0681/49029
Dienstag	30	**Marien-Apotheke** – Eppelborn, Kirchplatz 2, Tel. 06881/7128
		Furpach-Apotheke – Neunkirchen, Ludwigsthaler Str. 9, Tel. 06821/31859
		Berg- u. Hütten-Apotheke – Friedrichsthal, Saarbr. Str. 58, Tel. 06897/8215

Mai

Mittwoch	1	**Berg-Apotheke** – Merchweiler, Allenfeldstr. 3, Tel. 06825/5444
		Schloß-Apotheke – Ottweiler, Pauluseck 8, Tel. 06824/302010
		Glückauf-Apotheke – Burbach, Bergstraße 54, Tel. 0681/76205
Donnerstag	2	**Glückauf-Apotheke** – Dirmingen, Zur Alten Mühle 1, Tel. 06827/780
		Landmann Apotheke – Saarbrücken, Reichsstr. 16, Tel. 0681/32770
		Marien-Apotheke – Spiesen-Elv., St. Ingberter Str. 1, Tel. 06821/71292
Freitag	3	**Linden-Apotheke** – Neunkirchen, Bliespromenade 7, Tel. 06821/983880
		Marien-Apotheke – Quierschied, Marienstraße 5a, Tel. 06897/61897
		Apotheke am Bitscher Platz – Lebach, Poststraße 3, Tel. 06881/9362090

Lohnt sich Photovoltaik auch im Jahr 2024?

Für wen es sich lohnt? Das City-Journal hat die Antworten!

Seit dem 1. Januar 2023 muss für kleinere Solaranlagen keine Einkommenssteuer und keine Umsatzsteuer mehr gezahlt werden. Musste bis dato eine aufwändige Steuererklärung mit viel Aufwand betrieben werden, so änderte sich das in diesem Jahr dramatisch.

Die gute Nachricht: diese Regelung gilt auch für das Jahr 2024 und soll auch zukünftig gelten. Die ursprüngliche steuerliche Situation hat viele Interessenten in der Vergangenheit abgeschreckt, sich intensiver mit dem Thema zu befassen. Mit der jüngsten Energiekrise kam das Umdenken in Gang! Umweltbewusste Hausbesitzer dürfen sich auch weiterhin über bürokratische und finanzielle Entlastungen freuen.

PV-Anlagen und die neuen Regeln seit 2023

Das Wichtigste zuerst: die bisher obligatorische Gewerbeanmeldung für kleinere Anlagen mit all ihren steuerlichen Fallstricken entfällt ab sofort! Auch die Kosten für die Installation einer PV-Anlage könnten sinken. Denn: seit diesem Zeitpunkt entfällt die Mehrwertsteuer von 19 Prozent. Das nennt man „Nullsteuersatz“, der dann gilt, wenn die Anlage am oder zumindest in unmittelbarer Nähe des Hauses installiert wird. Das kann zum Beispiel auch ein Garagendach oder ein angrenzendes Gartengelände sein. Oder Balkon und Terrasse! Installierende PV-Firmen sind dann nicht mehr verpflichtet Umsatzsteuer auf ihre Produkte und Leistungen zu erheben. Allerdings: gesetzlich verpflichtet sind sie dazu nicht. Es kommt also auch auf das Verhandlungsgeschick des Auftraggebers an. Ist die PV-Anlage bereits bestellt, ist das dann kein Problem für den Nutzer, wenn Lieferung und Installation in diesem Jahr anfallen.

Und noch ein Umstand sollte Sie gerade jetzt motivieren, eine PV-Anlage ins Kalkül zu ziehen. Wärmepumpen werden vom Staat seit diesem Jahr sogar mit bis zu 70% gefördert. Ihr Betrieb ist erst dann richtig sinnvoll, wenn eine Solaranlage den dazu nötigen Strom liefert. Denn Wärmepumpen sind Stromfresser! Eine solche Investition lohnt sich also auch dann, wenn am Ende der so gewonnene Strom nicht eingespeist, sondern selbst verbraucht werden muss.

Aber Vorsicht: Wer 2024 noch keine Solaranlage hat, sollte jetzt schnell handeln. Bei Solaranlagen sinkt die Einspeisevergütung für überschüssigen Strom nun alle 6 Monate um 1%. Alle, die jetzt noch auf Solar umsteigen, können sich also noch die erhöhte Einspeisevergütung sichern.

Es wird einfacher: Weg mit der Einnahme-Überschuss-Rechnung

Auch im Falle der Einspeisung von selbst erzeugtem Strom in das öffentliche Stromnetz entfällt die sogenannte Kleinunternehmerregel, die einen Gewerbeschein vorausgesetzt hat. Zudem entfällt in diesem Fall auch die Berechnung von Umsatzsteuer. Die Umsatzsteuerbefreiung gilt übrigens auch für alle zugehörigen Komponenten wie etwa den Gleichrichter und für die etwaige Ersatzteilbeschaffung! Und noch einen weiteren Vorteil bringt das Jahressteuergesetz mit sich: Ein höhere Einspeisevergütung, die eine Solaranlagen noch attraktiver macht. Auf Anlagen, die nicht größer sind als 30 kWp entfällt seit Beginn des Jahres eine Einspeisevergütung von jetzt 8,2 Cent pro kWh. Bis zu 20 Jahre lang! Wer ganz auf den Eigenverbrauch des erzeugten Stromes verzichtet, kann sogar bis zu 15 Cent je kWh erzielen. In diesem Fall muss man sich aber vor Inbetriebnahme festlegen! Das dadurch erzielte Einkommen muss zwar nach wie vor beim zuständigen Finanzamt angemeldet werden. Die obligatorische Einnahme-Überschuss-Rechnung entfällt aber seit Beginn des Jahres 2023 und muss daher nicht mehr in der Steuererklärung 2023 angegeben werden. Das gilt aber nicht für die Umsatzsteuererklärung, die nach wie vor vom Finanzamt verlangt wird.

Für wen gilt die neue Regel?

Kleinen Photovoltaikanlagen, die an oder nahe bei Einfamilienhäusern bis zu 30 Kilowattstunden bei Höchstauslastung (kWp), sowie PV-Anlagen auf Mehrfamilienhäusern mit 15 kWp pro Wohn- oder Gewerbeeinheit und mehrere PV-Anlagen mit insgesamt bis zu 100 kWp, die einer Person gehören, fallen unter diese neue Regel. Übliche Anlagengrößen auf Eigenheimen sind meist etwa zehn kWp groß. Die Steuerfreiheit für die oben genannten Photovoltaikanlagen gilt unabhängig davon, ob der Strom selbst verwendet wird oder ins öffentliche Stromnetz eingespeist wird.

Gibt es einen Pferdefuß?

Neben den bereits aufgezählten Erleichterungen bezüglich der steuerlichen Behandlung von PV-Anlagen hat sich aber noch etwas im Jahressteuergesetz geändert: BetreiberInnen von kleinen PV-Anlagen können seit diesem Jahr die Ausgaben für Reparaturen und Anschaffungskosten nicht mehr von der Steuer absetzen. Allerdings sind 20 Prozent der Kosten für Installation und Wartung als Handwerksleistung immer noch von der Steuer absetzbar; bis maximal 1.200 €.

Solar lohnt sich wieder – PV-Anlagen machen unabhängig

Was Sie beachten müssen, verraten wir Ihnen hier

Von öffentlichen Stromlieferungen unabhängig werden und überschüssigen Strom sogar weiterverkaufen? Das könnte eine eigene PV-Anlage unter Umständen leisten. Sonnenstunden gibt es im ohnehin sonnenreichen Saarland mehr und mehr. Doch was brauche ich, um die kostenlos vorhandene Energie einzufangen? Dazu benötige ich zunächst einmal einen geeigneten Standort, an dem die Solarpanelen die kostbare Energie möglichst effektiv einfangen können. Als geeignet haben sich insbesondere Haus- und Garagendächer gezeigt. Aber auch Hausfassaden können unter Umständen gute Ergebnisse erzielen. Entscheidend für die Nutzbarkeit einer Solaranlage sind dabei Ausrichtung und Neigung zur Sonne hin.

Was ist eine Solaranlage und woraus besteht sie?

Nach außen hin sichtbar an einer Solaranlage sind zunächst einmal nur die dunkelblauen bis schwarzen, alugerahmten Paneelen. Es braucht aber schon ein bisschen mehr, um den silbrig schimmernden Siliziumzellen Energie zu entlocken:

- die Solarmodule
- ein Montagesystem
- Verkabelung
- ein Wechselrichter
- und u. U. ein Stromspeicher

Alle diese Komponenten sind in der Regel einzeln erhältlich. Das könnte den heim- und handwerklichen Bastler durchaus dazu verleiten, selbst Hand anzulegen. Versierte Handwerker sind dazu sicher in der Lage. Üblicherweise ist es aber sinnvoll eine zertifizierte Fachfirma zu beauftragen. Alle Komponenten des Solar-Systems sollten nämlich so aufeinander abgestimmt sein, dass ein möglichst optimales Ergebnis erzielt wird. Fragen wie: wo und womit sollte montiert werden, welches Modul ist das Beste in meinem Anwendungsfall, wie erfolgt eine effektive Verkabelung, sollten Handwerkern mit diesbezüglicher Erfahrung überlassen werden.

Wo montieren?

Geeignet für eine Solaranlage ist in der Regel ein Hausdach, eine Garage, der Carport oder Erweiterungen wie Wintergärten, ja sogar Fassaden eigenen sich in manchen Fällen als Montageort. Die Wahl des Standortes entscheidet über die Montageart. Mit dem passenden Montagesystem können die Solarmodule so ausgerichtet und an die Umgebung anpasst werden, um den Ertrag der PV-Anlage zu optimieren. Dennoch ist die Installation einer Solaranlage auf dem Dach in den meisten Fällen die beste Lösung.

Die Dachform entscheidet

Die meisten Häuser haben Schrägdächer. Damit ist zum Beispiel schon die Ausrichtung zum Sonnenverlauf vorgegeben. Das Flachdach lässt in diesem Punkt einen größeren Spielraum zu. Es lassen sich drei unterschiedliche Montagesysteme unterscheiden, um den größtmöglichen Ertrag zu erzielen. Die Aufdach-Montage ist die gängigste Methode, um eine Solaranlage auf einem Schrägdach zu montieren. Dabei werden die Solarmodule so auf dem bestehenden Dach montiert ohne es selbst substanziell zu verändern.

Fragen Sie nicht Ihren Arzt oder Apotheker – Fragen Sie einen Handwerksbetrieb!

Bei einer Aufdachmontage werden die Solarmodule auf speziellen Montageschienen montiert, die selbst an den tragenden Elementen der Dachkonstruktion befestigt werden. Wichtig zu beachten ist dabei, dass das vorhandene Dach nicht in absehbarer Zeit zur Erneuerung ansteht. Denn dann, müssten die Paneelen zuerst wieder aufwändig entfernt werden. Zu beachten ist ferner, dass das Dach sich unter den Photovoltaik-Modulen durch die Wärmeabstrahlung der Paneele aufgeheizt. Sollte allerdings eine Erneuerung des vorhandenen (Ziegel-)Dachs ohnehin anstehen, wäre die sogenannte Indach-Montage überlegenswert. Anstelle herkömmlicher Ziegel werden in diesem Fall entweder komplette Solarmodule verbaut oder aber spezielle Solarziegel. Beides empfiehlt sich, wenn eine Dachsanierung ohnehin ansteht. Je nachdem welche Methode man wählt, sollte man zuvor eine verbindliche Kosten-Nutzen-Rechnung erstellen (lassen).

Machen Sie Ihr Auto frühlingsfit

Am besten in der Werkstatt! Denn wer am falschen Ende spart, zahlt oft doppelt ...

Es wird jetzt so langsam aber sicher Zeit für einen Frühjahrs-Check!

Denn: Lästige Überbleibsel des Winters können zu dauerhaften Schäden führen.

Deshalb ist jetzt eine gründliche Reinigung und Pflege erforderlich. Einige Tipps helfen, den Wert des Autos zu erhalten und es vor Schäden zu schützen.

Am einfachsten geht das Ganze in Fachwerkstätten. Denn diese bieten jetzt wieder einen kostengünstigen Frühjahrs-Check für die Fahrzeuge an und kontrollieren alle wichtige Punkte.

Die große Wäsche

Was jedes Auto jetzt ganz dringend benötigt, ist eine ordentliche Wäsche – nicht nur der frischen Optik wegen! Denn vor allem das Streusalz greift den Wagen an und sollte schleunigst entfernt werden. Deshalb sollten Sie, auch wenn Sie sonst sparsam bei der Autowäsche sind, auf die Unterbodenwäsche und Wachs nicht verzichten! Aber fahren Sie in die Waschanlage oder auf Waschplätze. Denn am Straßenrand oder in der Garageneinfahrt ist das Autowaschen wegen des Grundwasserschutzes häufig verboten.

Sollten Sie selbst Hand anlegen, ist gerade bei Hochdruckreinigern Vorsicht geboten: Hochdruckreiniger in der Hand von Laien können mehr Schaden als Nutzen stiften, warnt die Gesellschaft für Technische Überwachung. Der Strahl aus zu kurzer Entfernung aufs Auto gerichtet, kann sehr schnell große Schäden an Lack und Kunststoffteilen verursachen und den Unterbodenschutz verletzen. Deshalb sollte man die Bedienungshinweise für Druck und Spritzabstand genauestens befolgen und insbesondere einen genügend großen Abstand zu weichen Materialien und lackierten Stoßfängern halten.

Gefahr besteht auch für die Reifen, die durch einen falschen Umgang mit dem Hochdruckreiniger sichtbar – aber auch unsichtbar – nachhaltig beschädigt werden können. Beauftragen Sie daher im Zweifelsfall einen Fachmann!

Nach der gründlichen Außenreinigung sind auch die Gummidichtungen zu überprüfen. Gummidichtungen von Türen und Fenstern sollten zur Erhaltung ihrer Geschmeidigkeit mit Pflegemitteln wie etwa Silikonspray behandelt werden, rät die GTÜ.

Müffelt's ?

Hängt noch Feuchtigkeit im Auto? Dann raus damit! Erst mal die Fußmatten raus: Gummimatten können Sie ordentlich

Jetzt neu bei Autohaus Reitenbach. Lassen Sie sich von den voll- und teilelektrischen Modellen der Marke MG begeistern. Die aktuellen Modelle stehen bei uns für Sie bereit.

Ihr „Junger Stern" wartet auf Sie!

Top-Gebrauchte zu Top-Konditionen mit Top-Service – Testen Sie unseren Service und das Unfallmanagement in allen Sparten

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Auto Bild BESTE KFZ-WERKSTÄTTEN 2020/21

Autohaus Reitenbach

DAIMLER TRUCK · MG · FUSO · UNIMOG · smart

Hans-Schardt-Str. 2
66822 Lebach
Tel.: 0 68 81 /53 93 - 0
Fax: 0 68 81 /53 93 - 111
info@autohaus-reitenbach.de
www.autohaus-reitenbach.de

MITSUBISHI MOTORS

Der Space Star

Noch stylischer als **Sondermodell Select**

- Klimaanlage
- 6,2" Infotainment-System
- Bluetooth®-Schnittstelle mit Freisprecheinrichtung
- USB-Schnittstelle
- Digitaler Radioempfang (DAB+)
- Zentralverriegelung und Funkfernbedinung

Space Star Select 1.2 52 kW (71 PS) 5-Gang

ab **15.190 EUR**[1] Unverbindl. Preisempfehlung

-1.600 EUR Empfohlener Aktions-Rabatt

ab **13.590 EUR**[2] Empfohlener Preis

5 JAHRE HERSTELLER GARANTIE*

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

Space Star Select 1.2 52 kW (71 PS) 5-Gang Energieverbrauch 5,0 l/100 km Benzin; CO_2-Emission 113 g/km; CO_2-Klasse C; kombinierte Werte.**

Die nach PKW-EnVKV angegebenen offiziellen Werte zu Verbrauch und CO_2-Emission sowie ggf. Angaben zur Reichweite wurden nach dem vorgeschriebenen Messverfahren WLTP ermittelt. Weitere Infos unter mitsubishi-motors.de **1 | Unverbindliche Preisempfehlung der MMD Automobile GmbH, ab Importlager, zzgl. Überführungskosten, Metallic-, Perleffekt- und Premium-Metallic-Lackierung gegen Aufpreis **2 |** Unverbindlich empfohlener Aktions-Preis der MMD Automobile GmbH, ab Importlager und solange der Sondermodell-Vorrat reicht, zzgl. Überführungskosten, Metallic-, Perleffekt- und Premium-Metallic-Lackierung gegen Aufpreis. Der unverbindl. empfohl. Aktions-Preis ergibt sich aus der unverbindl. Preisempfehlung abzgl. des unverbindl. empfohl. Aktions-Rabattes. Die genauen Endpreise erfahren Sie bei Ihrem Mitsubishi Handelspartner.

Veröffentlichung der MMD Automobile GmbH, Emil-Frey-Straße 2, 61169 Friedberg

▶ Die individuellen Endpreise erfahren Sie bei:

Auto Bickar & Wagner GmbH
Im Talgarten 2-4
66386 St. Ingbert / Rohrbach
Tel.: 06894/53535
info@bickar-wagner.de
www.bickar-wagner.de

Autohaus Kauth e.K. Inh. Dieter Stephan
Ottweiler Straße 55
66606 St. Wendel
Tel.: 06851/3630
autohaus-kauth@t-online.de
www.autohaus-kauth.de

waschen oder absprühen, damit Salz und Matsch keine Chance haben. Bei Velourmatten geht das natürlich nicht! Diese sollten Sie erst mal zum Trocknen aufhängen, eventuell auch ausklopfen und mit Teppichschaum reinigen.

Sie sollten wissen, dass feuchte und schmutzige Polster oder Teppichedie idealen Nährböden für Pilze und Bakterien sind, die in vielen Fällen die Gesundheit der Passagiere beeinträchtigen und auch Ursache für unerklärlich schlechte Gerüche im Fahrzeug sein können. Chemische Geruchsvernichter packen dieses Problem nicht an der Wurzel. Da muss schon eine Trockung her: Am besten die Fußmatten raus und alte Zeitungen rein, im Idealfall über 2 Tage. Denn Zeitungen saugen Feuchtigkeit auf. Auch ein Suppenteller voll Salz über Nacht in den Innenraum gestellt kann Abhilfe schaffen, da das Salz die Feuchtigkeit entzieht.

Wie geht's dem Lack ?

Erst nach der gründlichen Wäsche kommen sie zum Vorschein: Kleine oder auch größere Lackschäden, die durch Splitt verursacht werden können. Kleinere Einschlagstellen im Lack lassen sich zur optischen Glättung auspolieren oder mit einem Lackstift behandeln. Allerdings ist für die Lackreparatur ist ein wenig Erfahrung hilfreich, damit das Ergebnis dann auch tatsächlich ansehnlich erscheint. Im Zweifel, insbesondere bei sichtbarem Rost, sollte unbedingt ein Fachmann zu Rate gezogen werden.

Auch der Motor braucht Pflege

Der Motor wird im Winter stark verdrekkt, immerhin ist er nach unten offen und bekommt somit den ganzen Dreck und das Streusalz ab. Wer hier aber mit einem Eimer voller Wasser oder gar dem Hochdruckreiniger selbst Hand anlegt, riskiert es, die Elektronik oder Leitungen zu zerstören. Zumindest die Motorwäsche sollte daher besser vom Fachmann ausgeführt werden, damit nicht empfindliche elektronische Bauteile durch unsachgemäße Handhabung Schaden nehmen. Eine anschließende dauerhafte Konservierung des Motorraums mit Schutzwachs wird von vielen Automobilherstellern ebenfalls empfohlen. Bei dieser Gelegenheit rät der ADAC, auch gleich den Motoröl- und Kühlwasserstand zu überprüfen und die Flüssigkeiten gegebenenfalls aufzufüllen.

Haben Sie noch den Durchblick ?

Wie sieht die Windschutzscheibe aus? Von außen sicher super, schließlich waren Sie ja schon in der Waschanlage. Aber innen? Selbst scheinbar saubere Scheiben sind häufig beschlagen, weil Heizung und Gebläse im Winter jede Menge Staub an die Scheiben wirbeln. Dies verstärkt die Blendung durch die tiefstehende Frühlingssonne. Hier sorgen am besten Mikrofasertücher und Glasreiniger wieder für echten Durchblick. Mikrofaser eignet sich im Übrigen für nahezu alle Oberflächen im Innenraum, wobei häufig schon reines Wasser als Lösungsmittel ausreicht.

Die Gefahr von Steinschlägen in der Windschutzscheibe steigt im Winter an. Deshalb empfiehlt sich auch hier eine genaue Kontrolle. Reparaturen kleinerer Schäden sind meist ohne Tausch der Scheibe möglich und werden von Fachwerkstätten durchgeführt. Für Teilkaskoversicherte sind die Reparaturen oft kostenlos. Nehmen Sie auch den kleinsten Steinschlag nicht auf die leichte Schulter! Denn die Windschutzscheibe kann schon aufgrund kleiner Beschädungen durch den Druck des Fahrtwindes oder durch eine Erschütterung komplett reißen, so Experten des ADAC. Und dann es wirklich zu spät!

Zur Frühjahrskur gehören natürlich auch die Scheibenwischer (Heckscheibenwischer nicht vergessen!!!). Liegen sie noch gut an? Sind die Lippen unversehrt? Wenn die Wischerblätter leicht schmieren, sollte man sie erst einmal mit einem weichen Tuch reinigen und bei starker Verschmutzung mit einem Schwamm und Scheibenreiniger behandeln. Hilft auch das nicht, sollten sie ausgetauscht werden.

Plastisch & Elastisch

Auch das Armaturenbrett und die Plastikverkleidung im Fußraum sieht nach dem Winter häufig arg mitgenommen aus. Auch hier helfen lauwarmes Wasser – aber nicht zu viel, denken Sie an die Elektronik – und ein Küchentuch. Dazu gerne auch etwas Spülmittel, aber nicht zu viel, um übermäßige Schaumbildung zu vermeiden. Und nehmen Sie keine scharfen Reiniger, die verträgt der Kunststoff nicht!

Runter, raus und rein

Der Skiträger ist noch auf dem Dach? Runter damit, wenn Sie nicht mehr in die Berge fahren, das kostet nur Benzin!

Prüfen Sie auch Ihren Kofferraum: Liegen dort noch etwa noch die Schneeketten vom Skiurlaub oder Gewichte bei Fahrzeugen mit Heckantrieb? Oder noch 10 Liter Scheibenklar mit Frostschutz? Dann schleunigst raus damit, wenn Sie nicht mehr in die Berge wollen oder der Wetterbericht freundlich ist. Überschüssige Kilos kosten viel Benzin – und das muss ja wirklich nicht sein, oder?

Wenn Sie das Scheibenklar schon in der Hand haben, füllen Sie nochmal die Scheibenwaschanlage auf. Denn nachts kann es in den nächsten Wochen durchaus noch frostig werden!

Wechsel auf Sommerreifen

Bald ist es wieder Zeit, die Reifen zu wechseln. Die Winterreifen sollten demontiert werden, wenn die Temperaturen konstant über sieben Grad liegen. Länger sollte man keineswegs warten, denn die Lamellen der Winterreifen nutzen sich bei höheren Temperaturen schneller ab und verlieren ihren Grip. Ein Beispiel: Bei Tempo 100, 20 Grad Außentemperatur und trockener Fahrbahn kommt ein Fahrzeug mit Winterreifen nach 56 Metern zum Stehen, mit Sommerreifen verkürzt sich diese Strecke um 18 Meter auf 38 Meter, rechnet ATU vor! Auch Hitzeschäden an Laufflächen und Seitenwänden sind in diesem Beispiel die Folge, im schlimmsten Fall platzt der Reifen.

Wer im Sommer noch mit Winterreifen unterwegs ist, verbraucht auch bis zu fünf Prozent mehr Kraftstoff. Dadurch wird nicht nur der Geldbeutel, sondern auch die Umwelt stärker belastet. Bei Temperaturen über sieben Grad haben Sommerreifen aufgrund der verwendeten Materialien und des besonderen Profils einen höheren Fahrkomfort und ein besseres Handling. Insbesondere bei höheren Geschwindigkeiten verschaffen Sommerreifen dem Fahrzeug spürbar mehr Stabilität und damit sicherere Fahreigenschaften.

Die Faustregel „von O bis O – von Oktober bis Ostern" sollten Sie nur als grobe Richtlinie begreifen. Zumal dann, wenn wie in diesem Jahr Ostern schon Ende März/Anfang Februart ist. Wichtig ist, dass Sie auch bei einem überraschenden Kälteeinbruch im Frühjahr mit der passenden Bereifung unterwegs sind. Bereits vor Oktober und noch nach Ostern kann es kalt und gefährlich glatt werden!

Apropos Sicherheit

Steht das Fahrzeug zum Reifentausch mit abmontierten Rädern in der Werkstatt auf der Hebebühne, können bei dieser Gelegenheit die Bremsen gleich mit überprüft werden. Denn gerade im Winter wird die Bremsanlage durch Streusalz und Kälte stark beansprucht. Korrosion, Schwergängigkeit und verminderte Bremswirkung sind oft die Folgen. Experten raten deshalb, die Bremsanlage im Frühjahr in jedem Fall überprüfen zu lassen. Beim Schnell-Check testet der Mechaniker zunächst die Bremswirkung auf dem Prüfstand, bevor er das Auto auf die Hebebühne fährt. Ob die Bremsbeläge oder Bremsscheiben abgenutzt sind und gewechselt werden müssen, erkennt er spätestens beim Abmontieren der Räder.

Auf der Hebebühne sollte schließlich auch der Auspuff auf Risse und Löcher untersucht werden, die eventuell durch die Kälte entstanden sein können. Diese müssen in einer Fachwerkstatt geschweißt werden. Auch die Stoßdämpfer sollten zudem auf Wirkung und Ölverlust geprüft und die Elektrik des Fahrzeugs kontrolliert werden. Lassen Sie auch die Batterie kontrollieren und gegebenenfalls vom Fachmann die Korrosion an den Polen entfernen und die Säuredichte testen.

Gute Fahrt – und viel Spaß beim Waschen, Polieren und Checken der Technik Ihres Autos!

Sollten Sie die Sommerreifen aus dem Vorjahr wieder aufziehen wollen, kontrollieren Sie unbedingt die Profiltiefe. Wenn der Rand einer 1-Euro-Münze im Profil verschwindet, haben Sie noch genügend Profiltiefe.

Frühlingsfrisch unterwegs – mit Ihrem Mercedes-Benz Partner Autohaus Reitenbach

DAIMLER TRUCK UNIMOG FUSO

Endlich der Frühling ist da – genießen Sie die ersten farbenfrohen Sonnentage mit unseren aktuellen Angeboten für Original-Zubehör & Collection und machen Sie mit Ihrem Mercedes-Benz einen sportlichen Ausflug ins Grüne. Mit unseren Transportlösungen für Fahrräder haben Sie immer das passende Equipment dabei und mit den praktischen Kindersitzen sind auch die Kleinsten sicher an Bord.

Nutzen Sie die Kühlbox als perfekten Begleiter für ein Frühlingspicknick und erkunden Sie die Umgebung mit unseren Rollern oder dem E-Scooter. Auch für die kleinen Abenteurer haben wir etwas Besonderes: Unsere Kindertretroller sind ideal für frühlingsfrische Fahrten.

Starten Sie mit hochwertigen Accessoires wie dem ergonomischen Fahrradhelm und mit unserem vielseitigen Zubehör vom Heckspoiler bis zum Flexiblen Ladesystem Pro in die schönste Zeit des Jahres.

Oder sorgen Sie für ein Plus an Sicherheit und Komfort mit der intelligenten Dashcam.

Mercedes-Benz Dashcam für mehr Sicherheit und Fahrspaß

Mit der modernen App gesteuerten Mercedes-Benz Dashcam können kritische Fahrsituationen erkannt werden. Das Dashcam-System besteht aus einer Front- und Rückkamera und zeichnet während der Fahrt Ereignisse vor und hinter dem Fahrzeug auf. Eine hochauflösende Full HD Aufnahmequalität ist durch modernste HDR-Technologie bei Tag und bei Nacht gewährleistet.

• Funktionalität

Die neue Mercedes-Benz Dashcam kann Ereignisse rund um Ihr Fahrzeug aufzeichnen. Somit können Vorfälle im Straßenverkehr sicher dokumentiert und später abgerufen werden. Darüber hinaus ermöglicht sie Ihnen, die schönsten Erinnerungen an Reisen in Ihrem Mercedes-Benz festzuhalten.

• Fahrmodus

Die manipulationssichere Mercedes-Benz Dashcam kann während der Fahrt Ereignisse vor und hinter dem Fahrzeug aufzeichnen. Das Erfassen der genauen Position und Geschwindigkeit Ihres Mercedes-Benz gewährleistet die präzise Dokumentation des Geschehens.

• Optik

Die Mercedes-Benz Dashcam ist vollständig in das Fahrzeug integriert, ohne sichtbare Kabel oder provisorische Befestigungen.

• Parküberwachiung

G-Sensor für Erschütterungserkennung und schneller Prozessor (CPU)*

Die Mercedes-Benz Parküberwachung kann Ihnen Unterstützung bei der Aufklärung von Unfallflucht nach Parkremplern oder Vandalismus bieten. Sie ermöglicht Ihnen die Dokumentation des Hergangs zur Vorlage bei der Versicherung oder einer eventuellen Strafverfolgung. Die Parküberwachung wird aktiviert, sobald der Motor des Fahrzeugs abgestellt ist. Während des Parkvorgangs versetzt ein intelligentes Powermanagement das Gerät in einen Stand-by-Modus, bis Radarsensoren Bewegungen erkennen und beide Kameras aktivieren.

Mit aktivierter Parküberwachung. Radarsensoren überwachen den Bereich um das Fahrzeug. Bei Annäherungen an das Fahrzeug aktiviert sich die Kamera automatisch. Es werden Aufzeichnungen vor einem möglichen Vorfall oder Unfall festgehalten. Das vordere Radar hat eine Reichweite von bis zu 12 Meter und hinter dem Radar eine Reichweite von bis zu 8 Meter. Das intelligente Power Management gewährleistet einen Überwachungszeitraum von bis zu 6 Tagen und kann grundsätzlich (auch via App) an- sowie ausgestellt werden.

*Die Speicherung der Daten erfolgt DSGVO-konform.

Bei Fragen rund um Original-Zubehör % Collection steht Ihnen das kompetente Lagerlogistikteam gerne zur Seite.

Das gesamte Mercedes Reitenbach Team wünscht Ihnen einen unbeschwerten und frischen Start in den Frühling sowie eine angenehme Fahrt.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihr Autohaus Reitenbach-Team.

www.mercedes-benz-reitenbach.de oder besuchen Sie uns auf Instagram/Facebook und schauen sich unseren Imagefilm an.

Autohaus Reitenbach GmbH
Mercedes-Benz Service
Hans-Schardt-Straße 2 • 66822 Lebach
Tel.: 0 68 81 / 53 93 - 0
www.mercedes-benz-reitenbach.de
Mail: info@autohaus-reitenbach.de

BILLI BIBER

Ein Zahn – Dein Schatz

SCAN MICH!

Starte in ein aufregendes Abenteuer mit Billi Biber und er spendiert Dir 5 € pro Milchzahn auf Dein VR MeinKonto bei der levoBank.

Mehr über Billi Biber und seine Freunde erfährst du auf www.billibiber.de

Von Anfang an die Lieblingsbank.

levoBank