

Infoblatt Mainleus



Wernstein



Mainleus



Schmeilendorf



Rothwind



Buchau



Danndorf



Schimmendorf



Metschenbach



Wüstenbuchau



Proß



Veitlahm



Schwarzach



Willmersreuth

Aus dem Inhalt:

- Rathaus Mainleus
Offizielle Informationen aus dem Rathaus
- Vereine, Schule und KiTas in Mainleus
Berichte, Neues & Aktionen
- Schau dich um
KulturLebenRaum am Patersberg

Schau dich um

Bildschrift für den KulturLebenRaum am Patersberg

In dieser Ausgabe finden Sie Beiträge von Johannes Kronenberg, Anita Eichholz, Angelika Gigauri, Roland Friedrich, Silvia E. Gumbrecht, Eva Holzappel und Peter Müller.



Das neue **Schau dich um** erscheint am **24. Juni zu Johanni** und kostet 3,50 €.

Verkaufsstellen:

Patersberg-Cafe, Unger Laden und Eselsscheune in Veitlahm, Atelier ROLDAN in Wernstein, Reformhaus, Buchhandlung Friedrich in Kulmbach

Schau dich um kann direkt bestellt werden bei Roland Friedrich, Atelier ROLDAN
Telefon: 09229/7569 info@kulturlebenraum.de

Weitere Informationen finden Sie auf den Seiten 8 und 9



EINDRÜCKE DIE BLEIBEN

DRUCK mit DRUCKVEREDELUNG von



LOUIS HOFMANN Ihre Druckerei

Telefon: 0 95 62 / 98 30-0 · Internet: www.LH-Druckerei.de

Mainleuser Kalender

Aktuelle Termine

... finden Sie auf der Homepage des Marktes Mainleus unter

www.mainleus.de/unsere-gemeinde/herzlich-willkommen/veranstaltungskalender/

Neue Internetseite

www.mainleus.de



MARKT MAINLEUS



Metzgerei und Gastwirtschaft



Grilltage vom 15. bis 18. Juli 2020

-> dazu unser Grillpaket mit: 3 Kräutersteaks, 3 Holzfällersteaks, 3 Bauchscheiben und 10 feinen Bratwürsten für **nur 16,90 €** (Normalpreis ca. 19,00 €, Gesamtgewicht ca. 2 kg, nur solange der Vorrat reicht!)

Weitere Schmankerl aus unserer Metzgerei:

Bärlauchsteaks – Schwenksteaks vom Kalb oder Rind – Medaillons vom Schwein oder Kalb – Putensteaks – verschiedene Grillspieße – marinierte Rippchen – Rosmarinsteaks – Lammkotelett – Texassteaks



!Bratwurstparade ab Freitag!

Rindsbratwürste - Gyrosbratwürste - Grobe Bratwürste – Bratwürste nach Thüringer Art – feine Bratwürste

Mittwoch bis Freitag ganztägig warme Speisen in der Gastwirtschaft und im Biergarten; gerne auch zum Abholen! Samstag- und Sonntagmittag fränkische Bratenauswahl!

(Speisenkarte in der Metzgerei oder Facebook)

Liebe Kunden, wir möchten uns bei Ihnen für die Treue und Unterstützung während der Coronazeit bedanken!

Rothwind 6 • 95336 Mainleus • Tel. 0 92 29/5 69

...Qualität hat Bestand

SCHWENDER
Energie- und Gebäudetechnik Thurnau

HEIZUNG · LÜFTUNG · SANITÄR
PELLETS · SOLAR · KÄLTE
BLOCKHEIZKRAFTWERKE
BÄDER · WÄRMEPUMPEN
BRENNSTOFFZELLEN

Wir sorgen für Wohlfühl-atmosphäre!

Umweltschutz - Seit 1961!
Wir schaffen Lösungen!

info@schwender-shk.de · www.schwender-shk.de · Tel.: 09228 / 78 - 0

escher
ELEKTROTECHNIK

STEUERUNGSBAU
STROMVERTEILER
ELEKTROINSTALLATIONEN
SERVICE & WARTUNG
LICHT & TON
HAUSTECHNIK

Rufen Sie uns an
09229 - 97501-0

Treten Sie in Kontakt
info@elektrotechnik-escher.de

Hier finden Sie uns
Pölz 12, 95336 Mainleus

www.elektrotechnik-escher.de

**Annahmeschluss: Infoblatt Mainleus August
Freitag, 17. Juli 2020**

info@creativ-AG.de . www.creativ-AG.de

Ihr direkter Draht ins Rathaus



Markt Mainleus

Name	Telefon	E-Mail	
Bosch Robert	09229 878-12	rbosch@mainleus.de	Erster Bürgermeister
Grünwald Emilia	09229 878-12	gruenwald@mainleus.de	Vorzimmer Bürgermeister
Thater Ronny	09229 878-21	thater@mainleus.de	Geschäftsleitender Beamter, Hauptamt, Liegenschaften
Eichner Romina	09229 878-13	eichner@mainleus.de	Schulverwaltung, Versicherungswesen, Datenschutz
Gutsmann Michaela	09229 878-16	gutsmann@mainleus.de	Einwohnermeldeamt, Ausweis- und Passstelle, Fundbüro, Jagdwesen, Wahlen
Leithner Sabine	09229 878-20	leithner@mainleus.de	Hochbau, Vergabestelle
Müller Bastian	09229 878-14	mueller@mainleus.de	Liegenschaften, Mietwesen, Pachtwesen, Erbbaurechte
Pfarrer Monika	09229 878-15	pfarrer@mainleus.de	Einwohnermeldeamt, Poststelle
Scholl Jörg	09229 878-17	scholl@mainleus.de	Personalstelle, Öffentliche Sicherheit und Ordnung, Gewerbe
Strauß Dagmar	09229 878-22	strauss@mainleus.de	Liegenschaften, Mietwesen
Wagner Marcus	09229 878-19	wagner@mainleus.de	Standesamt, Friedhofsverwaltung, Renten- und Sozialwesen, Kindergartenverwaltung
Kolb Sebastian	09229 878-26	kolb@mainleus.de	Leiter der Finanzverwaltung, Kämmerer, Haushalt, Jahresrechnung
Hirth Stefan	09229 878-25	hirth@mainleus.de	Kämmerei, Vermögens- und Schuldenverwaltung, Statistik, Kreditwesen
Heiß Kerstin	09229 878-24	heiss@mainleus.de	Kämmerei, Grund- und Gewerbesteuer, Hundesteuer, Verbrauchsabrechnung für Wasser und Kanal
Urbansky Diana	09229 878-23	gemeindekasse@mainleus.de	Gemeindekasse, Buchhaltung, Mahn- und Vollstreckungswesen
Busch Hans-Georg	09229 878-30	busch@mainleus.de	Freibad, Baugenehmigungen, Bauleitplanung, Verkehrswesen, Allg. Grundstücksverkehr
Karg Sabrina	09229 878-32	karg@mainleus.de	Sachbearbeitung Bauverwaltung
Wiesel Frank	09229 878-31	wiesel@mainleus.de	Bautechnik, Tiefbau, Bauhof
Kestel Alisia	09229 878-33	kestel@mainleus.de	Bautechnik, Bauhofverwaltung
Groß Sabine	09229 878-34	gross@mainleus.de	Bautechnik, Bauhofverwaltung

Notrufe

Notarzt/Rettungsdienst	Telefon	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	Telefon	116 117
Feuer	Telefon	112
Polizei	Telefon	110
Klinikum Kulmbach	Telefon	(0 92 21) 98 - 0
Fachklinik Stadtsteinach	Telefon	(0 92 25) 88 - 0



Markt Mainleus

Wir sind für Sie da:

Fritz-Hornschuh-Platz 4 . 95336 Mainleus
 Telefon 0 92 29 / 878 - 0 . Fax: 878 - 60
 E-Mail: Poststelle@Mainleus.de

Publikumsverkehr:

Montag bis Freitag von: 08.00 Uhr - 12.00 Uhr
 Montag: 14.00 Uhr - 16.00 Uhr
 Donnerstag: 14.00 Uhr - 17.30 Uhr

Aus der Marktgemeinde

Metallsammlungen des Landkreises

Kulmbach im Markt Mainleus:

Termine Juli 2020

Dienstag, 07.07.2020

Mainleus – Ort mit den Ortsteilen: Danndorf, Hornschuchshausen, Ködnitzerberg, Pözl, Prötschenbach, Rothe Kelter, Ruffenhaus, Schimmendorf, Schmeilsdorf, Schwarzach, Schwarzholz (I) bei Danndorf, Straß, Veitlahm, Wachholder, Wernstein

Donnerstag, 09.07.2020

Mainleuser Ortsteile: Appenberg, Bechtelsreuth, Buchau-Weihermühle, Dörfles, Eichberg, Fassoldshof, Friedrichsberg, Gundersreuth, Heinersreuth, Krötennest, Motschenbach, Neuenreuth, Pöhl, Proß, Rothwind, Schwarzholz (II) bei Rothwind, Steinsorg, Unterauhof, Willmersreuth, Witzmannsberg, Wolpersreuth, Wüstenbuchau, Wüstendorf



Neue Internetseite

www.mainleus.de

Impressum Infoblatt Markt Mainleus

Das Infoblatt Markt Mainleus wird einmal monatlich mit einer Auflage von 3.000 Exemplaren kostenlos an alle erreichbaren Haushalte des Verbreitungsgebietes verteilt. Es ist kein Amtsblatt im Sinne der gesetzlichen Bestimmungen. Das Infoblatt Markt Mainleus ist politisch unabhängig und wird ohne Zuschüsse der Kommune allein vom Herausgeber aus den Anzeigenerlösen finanziert. Daraus kann sich ein unterschiedlicher Seitenumfang ergeben. Aus diesem Grund sind Kürzungen der Textbeiträge möglich, wir versuchen dies jedoch zu vermeiden. Für die Vollständigkeit und Richtigkeit der Beiträge inkl. Terminen übernehmen wir keine Gewähr. Eine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos kann nicht übernommen werden. Mit Namen oder Kurzzeichen gekennzeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers wieder und müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Abdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Herausgebers gestattet. Für Irrtümer kann keine Haftung übernommen werden. Für Anzeigenveröffentlichungen gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen und die zurzeit gültige Anzeigenpreisliste.

Titelfoto: Carola Weber
Herausgeber: cm creativ management AG
 95336 Mainleus, Schwarzach 16

Verantwortlich i.S.d.P.:
 Manfred Weber, Dipl.-Betriebswirt (FH)

Verantwortlich für den amtlichen Teil „Aus dem Rathaus“:
 Robert Bosch, 1. Bürgermeister
 Fritz-Hornschuch-Platz 4, 95346 Mainleus

Telefon 0 92 29 / 973-45 90, Fax 0 92 29 / 973-45 91
E-Mail: info@creativ-AG.de . Internet: www.creativ-AG.de

Aus der Marktgemeinde



Markt Mainleus

Aufgrund der Corona-Pandemie (COVID-19)

wird das Wiesenfest dieses Jahr

nicht stattfinden.

Bestätigte Termine 2020

für die mobilen Problemmüllsammlungen aus den Haushaltungen in Ihrem Markt Mainleus:

Samstag, 11.07.20
 10.00 - 10.30 Uhr
 Gundersreuth Feuerwehrhaus

11.00 - 11.30 Uhr
 Wernstein
 Reithalle Hermannsdörfer

Samstag, 18.07.20
 10.00 - 10.30 Uhr
 Buchau
 Feuerwehrhaus

11.00 - 11.30 Uhr
 Schmeilsdorf - Raiffeisenlagerhaus

Samstag, 29.08.20
 10.00 - 10.30 Uhr
 Motschenbach
 Parkplatz SV Motschenbach e.V.

11.00 - 11.30 Uhr
 Veitlahm
 Friedhofsparkplatz

Samstag, 17.10.20
 11.30 - 12.00 Uhr
 Schimmendorf
 Feuerwehrhaus

Samstag, 21.11.20
 10.00 - 10.30 Uhr
 Fassoldshof
 vor der Jugendheimstätte

Samstag, 28.11.20
 07.30 - 08.00 Uhr
 Wüstenbuchau
 Dorfplatz, am Ortsbrunnen

08.30 - 09.15 Uhr
 Schwarzach - Mehrzweckhalle / Feuerwehrhaus

Aus der Marktgemeinde

Der neue Bebauungsplan für das Spinnereigelände

Planungsanlass und -erfordernis

Das Plangebiet umfasst die Flächen der ehemaligen „Kulmbacher Spinnerei“. Das Plangebiet ist nach dem Ende der Produktion der „Kulmbacher Spinnerei“ im Jahre 2013 eine Industriebrache.

Ein Teil der ausgedehnten Produktionshallen und sonstigen Gebäude wurden bereits zurückgebaut.

Die Gemeinde Mainleus hat im Jahr 2017 einen städtebaulichen Wettbewerb für das Plangebiet ausgelobt. Es sollten städtebauliche Konzepte für die Entwicklung einer tragfähigen Bau- und Nutzungsstruktur sowie eine Freiraumkonzeption in Verbindung mit der verkehrlichen Erschließung im Hinblick auf die schrittweise Revitalisierung des Areals sowie dessen Integration in den städtebaulichen Kontext der Ortslage entwickelt werden. Die Arbeitsgemeinschaft der Büros DNR Daab Nordheim Reutler Partnerschaft GmbB Architekten, Stadt- und Umweltplaner (Leipzig) und Alkewitz Landschaftsarchitekten (Erfurt) hat den ersten Preis gewonnen.

Das städtebauliche Konzept der Büros DNR und Alkewitz ist Grundlage der weiteren Entwicklung des Plangebietes. Die Aufstellung des Bebauungsplans ist zur Umsetzung der Planungsziele des prämierten städtebaulichen Konzepts mit den vorgesehenen Umnutzungen und den grundlegenden baulichen Neustrukturierungen auf einer Fläche von ca. 15 ha erforderlich. Es muss u.a. die Lage der Erschließungsstraßen festgelegt werden und die geplanten Nutzungen müssen verlässlich so einander zugeordnet werden, dass Nutzungskonflikte aufgrund von z.B. Lärmimmissionen auszuschließen sind. Der Bebauungsplan schafft zugleich Planungssicherheit für potentielle Investoren. Derzeit existiert für das Plangebiet kein Bebauungsplan.

Ziele und Zwecke der Planung

Mit der Planung werden insbesondere folgende Ziele und Zwecke verfolgt:

- Schaffung der planungsrechtlichen Voraussetzungen für die Umsetzung des städtebaulichen Konzepts: Umnutzung (insbesondere die Zulässigkeit von Wohnnutzungen) und bauliche Neustrukturierung des Gebietes (Maßstäblichkeit von Gebäuden und Freiräumen),
- Es sollen vor allem für alternative Wohnformen – studentisches Wohnen, altersgerechtes Wohnen - Flächen zur Verfügung stehen
- Sicherung eines verträglichen Nebeneinanders und sinnvolle Mischung von Wohn- und anderen Nutzungen (Gewerbe, Freizeit etc.), insbesondere hinsichtlich des Lärmschutzes
- Erhaltung identitätsstiftender Elemente der Spinnerei – Gebäude und Gebäudeteile
- Schaffung einer hohen Wohn- und Freiraumqualität im gesamten Quartier durch attraktive Freiflächen
- Herstellen der erforderlichen Erschließung
- Integration des neuen Quartiers in das bestehende Stadtgefüge

Aus der Marktgemeinde

- Herstellung räumlicher und funktionaler Bezüge zwischen bisher weitgehend getrennten Bereichen innerhalb der Ortslage Mainleus – z.B. Überbrückung der Bahntrasse vom Spinnereigelände aus
- Schaffung von Planungssicherheit für potentielle Investoren.

Leitidee und Nutzungskonzept

Die mehr als 100-jährige städtebauliche Dominanz durch den prägenden Gebäudekomplex der Spinnerei soll Ausgangspunkt für die Zukunft von Mainleus werden. Die zusammenhängende Hallenstruktur soll als sichtbarer Teil der Geschichte in großen Teilen erhalten werden und wird zur Umnutzung aufgelockert. Die Identität des Ortes bleibt als deutliches Zeichen lesbar.

Mit der Öffnung des Geländes wird das ehemalige Spinnereigelände Teil der Ortslage von Mainleus. Unterstützt wird dies durch den neuen quergelagerten Platz nördlich entlang der Spinnereistraße, der die künftigen Zugänge zusammenfasst und eine angemessene Bühne für das Quartier bereitet.

Entsprechend der Idee zum ursprünglichen städtebaulichen Konzept befinden sich im Nordwesten Wohnquartiere (Allgemeine Wohngebiete WA 1 und WA 2, rot bzw. rosa). Diese können für verschiedenste Wohnformen und durch sehr unterschiedliche Nutzergruppen genutzt werden. Apartments, barrierefreie Wohnungen - auch für Wohngemeinschaften – sowie ein Wohnheim für Menschen mit Behinderung sind möglich, ebenso die evtl. Einrichtung von Kinderbetreuungseinrichtungen.

Westlich der Planstraße A ist eine Neubebauung der Flächen vorgesehen. Östlich der Planstraße A sollen von den Produktionshallen drei Zeilen erhalten und umgenutzt werden. Die Zeilen können mit Belichtungs- und Erschließungshöfen sowie Einschnitten an den Rändern geöffnet werden. Zwischen den drei Hauszeilen entstehen gemeinschaftliche Grün- und Aufenthaltsbereiche für jung und alt. Aus diesen Freiräumen öffnet sich der Blick nach Osten in die zentrale Parkfläche.

Im Urbanen Gebiet MU 1 (Farbe beige) ist der Neubau von Wohngebäuden nach vorherigem Rückbau der Produktionshallen in Fortsetzung der Wohnnutzung in Nordwesten vorgesehen.

Im Urbanen Gebiet MU 2 sollen die Produktions- und Lagerhallen sowie die sonstigen Gebäude weitgehend erhalten werden. Für die Produktions- und Lagerhallen ist nach einer Anpassung der baulichen Struktur eine Nutzung als Veranstaltungsort sowie für Ausstellungen (z.B. Oldtimer) geplant.

Im Urbanen Gebiet MU 3 ist für die Bestandshalle in Zukunft eine Nutzung als Stadthalle durch die Gemeinde möglich. Im Urbanen Gebiet MU 4 soll im südwestlichen Bau Feld das Kesselhaus erhalten werden und für Ausstellungen und Gastronomie eine Verwendung finden können.

Für das nördlich des Kesselhauses im Urbanen Gebiet MU 4 an der Planstraße B gelegene Batteurgebäude sind verschiedenen Nutzungen denkbar, z.B. als Gründerzentrum oder für Indoorsport.

Aus der Marktgemeinde

Auf den weiteren Bauflächen im Urbanen Gebiet MU 4 sollen neue Gebäude entstehen. Diese können z.B. für Läden genutzt werden. Denkbar ist auch eine zumindest teilweise Wohnnutzung.



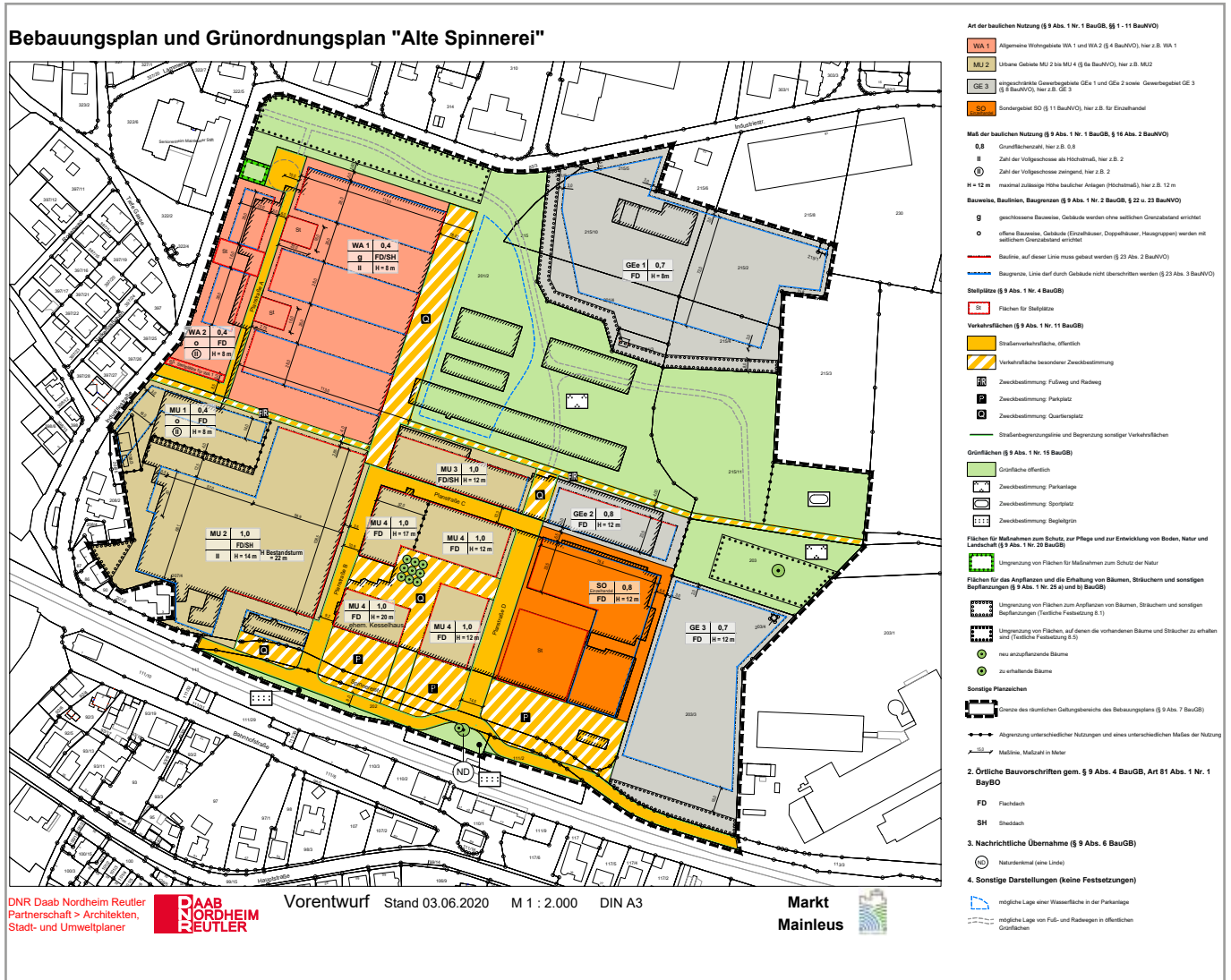
Emittierende gewerbliche Nutzungen sowie Wohnnutzungen werden im Plangebiet räumlich getrennt. Zu schützende Wohnbebauung (WA 1 und WA 2) liegt im größtmöglichen Abstand zum emittierenden Gewerbebetrieb im Osten des Gebiets. Von den gewerblichen Nutzungen im Osten (grau) über das zentrale Urbane Gebiet MU 4 um den Quartiersplatz herum bis hin zur Wohnnutzung im Westen des Plangebietes nimmt die mögliche Immissionsbelastung ab.

Zur Ergänzung und zur Steigerung der Attraktivität des Areals südlich des Parks (grün) ist die Ansiedlung von großflächigem Einzelhandel planerisch vorgesehen (Sondergebiet SO, orange), nahe der Ortsmitte und nächstgelegen zum Bahnhof.

Aus der Marktgemeinde

Spinnerei und Spinnstube in der Frankenschau

Unter der Rubrik „Strukturwandel im Landkreis Kulmbach“ sendete das Bayerische Fernsehen einen Beitrag in der Frankenschau am Sonntag, 15. Juni 2020, über Mainleus. In der Mediathek kann die Sendung online noch angesehen werden (<https://www.br.de/mediathek/>). Suchen muss man die Frankenschau vom 15.06.2020 um 17:45 Uhr. Der Beitrag zu Mainleus beginnt bei Minute 15:00.





Bildschrift für den KulturLebenRaum am Patersberg

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Das Titelbild auf dem Umschlag des neuen Schaudichums zu Johanni verweist auf den Raubbau an den schöpferischen Wesenheiten in der Natur: Zentrale Figur des Gemäldes ist ein junger Engel, der auf einer Trage sitzt, die von zwei Jungen getragen wird. Der Engel trägt eine Binde über der Stirn, sein Kopf ist gesenkt und auf den Flügeln finden sich Spuren von Blut angedeutet, ein Flügel ist angeknickt. Die beiden jungen Träger sind in düstere Farben gekleidet, so den Eindruck von Trauerkleidung assoziierend. Der hintere der beiden Träger blickt den Betrachter mit ernstem Gesichtsausdruck an. Die Ernsthaftigkeit des Gesichtsausdrucks wird noch gesteigert durch die Jugendlichkeit der dargestellten Figur. In der rechten Hand hält der Engel einen Strauß von kleinen Blumen, ein kleines Zeichen von Hoffnung.



Der verwundete Engel“ Ölgemälde des finnischen Malers Hugo Simberg aus dem Jahr 1903, 127 x 154 cm. Es befindet sich im Ateneum in Helsinki.

Wenige Monate nach der Fertigstellung dieses Kunstwerks begann in Karlsruhe Fritz Haber, sich mit den chemischen Grundlagen der Ammoniaksynthese zu beschäftigen und gemeinsam mit Carl Bosch entwickelte er das Haber-Bosch-Verfahren, ein großindustrielles

chemisches Verfahren zur Synthese von Ammoniak. Es dient nicht nur zur Herstellung von Sprengstoffen sondern auch als Düngemittel in der Landwirtschaft. Verheerende große Kriege werden damit seitdem weltweit geführt und gigantische Monokulturen, Massentierhaltungen und Massenvertreibungen von Bevölkerungsgruppen sind daraus hervorgegangen. Geradezu explosionsartig! Der Stickstoff hat zu wucherndem Wachstum geführt, in unserem Körper sprechen wir von Krebs!

Damals, bei der Wandervogelbewegung, wie auch heute sind viele junge Menschen aufgebrochen, um einen neuen Zugang zum Wesen der Natur zu erringen. Nur wenigen gelingt es, innerlich erstarkt gegen den mächtigen einseitigen Wachstumsstrom zu schwimmen und wirkliche Urteilskraft im aufkommenden Selbst-Bewusstsein zu erlangen und durch diese Einbeziehung der geistigen Welt ihr Ich zu ernähren. Die Pflanzen, die Tiere, die Menschen, sie alle werden größer und schwerer an Masse. Verlust an Symbiosen, Verlust an Wahrnehmungen und der Verlust der Fruchtbarkeit sind die Folgen. Alles beruht in der Natur auf Vielfalt. Die Menschheit kann aufwachen und zu ihrem Selbst reifen und der Natur helfen, durch das erkennende und mitfühlende Ich im Menschen den Raum zum wirklichen Leben und das Leben zur Kultur zu erheben.

Hierzu hat Johannes Kronenberg einen Beitrag für das Schaudichum geschrieben mit dem Titel: Klimakrise – Eine Frage an die menschliche Identität. Er endet mit dem Resümee: „Es scheint wirklich so zu sein, dass wir in der Menschheitsgeschichte an eine Wegkreuzung geraten sind, eine Kreuzung, wo wir tatsächlich wählen können, ob wir Mensch oder Roboter, Erdenbewohner/ Erdkünstler oder Erdzerstörer sein wollen. Es gibt in dieser Geschichte keine Leser oder Zuschauer, es gibt nur Protagonisten, die sich den „Verwundeten Engel“ anschauen oder ihm zu Hilfe kommen.“

Unbedingt lesenswert auch der zweite Teil des Interviews von Anita Eichholz mit Baron Karl Ludwig von Künßberg:

AE: „Was war Deine tiefere Motivation diesen Weg in der Landwirtschaft zu gehen?“

BvK: „1946 kam das erste chemische Spritzmittel auf den Markt, das Herbizid U46. Das wendete ich auch mal an, sah wie die Unkrautpflanzen sich zusammenkrümmten. Dieses Bild verfolgte mich: die wuchernden Unkrautpflanzen, die erst wachsen wie verrückt, dann platzen die Zellen und sie gehen ein. All die Blattunkräuter wie Hederich, Senf usw., die wachsen sich zu Tode. Das ist ein Irrweg. Unkräuter, habe ich gelernt, sind die Anzeiger, wenn im Boden etwas fehlt. Man vernichtet die Fingerzeige, die uns die Kräuter geben, und hat dann keine Möglichkeit mehr, den



Max Freiherr von Künßberg

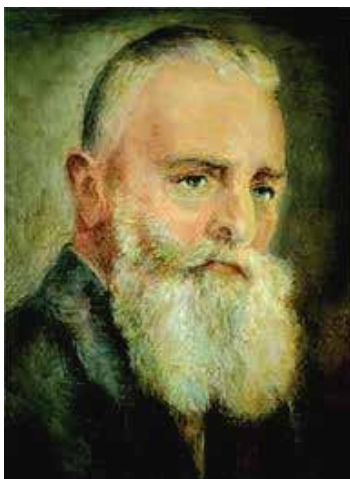
AE: „Du warst ein Pionier in der biologisch-dynamischen Landwirtschaft und des Ideals der gemeinschaftlichen Bewirtschaftung. Stand das nicht im Widerspruch zu den familiären Traditionen der Freiherren von Künßberg? ...“

BvK: „Als ich 1948 die Verantwortung für die Landwirtschaft übernahm, war ich überzeugt, einen Weg gefunden zu haben, der gangbar war. Ab Mitte der 1950er Jahre, da war mein Vater 60 Jahre alt, übernahm ich auch den Wald. Als Anhänger der naturgemäßen Waldwirtschaft war das, was wir im Wald machten, ganz in seinem Sinne. Das sah er bei seinen täglichen Waldgängen, da war er begeistert...“

Die Fortsetzung des Interviews mit Baron Karl Ludwig von Künßberg lesen Sie im Schaudichum-Heft Michaeli 2020.

In einem weiteren Beitrag zu „Viktor Schauburger: Förster, Naturbeobachter, genialer Erfinder“ ist zu lesen:

„Viktor Schauburger ist ein Mensch von kompromissloser Ehrlichkeit und voller Hingabe an die Natur; ein Mensch, der Zeit seines Lebens erbittert bekämpft wurde und als ein gebrochener Mensch, einsam und verarmt starb... Würden wir den Erkenntnissen von Schauburger folgen, hätten wir nicht nur gesundes



Viktor Schauburger

Wasser, sondern könnten aus Wasser und Luft auch unbegrenzte, saubere Energien beziehen. Viele große Probleme der Menschheit könnten gelöst werden, wenn die Technik der Explosion durch die Biotechnik der Implosion ersetzt würde...“

„In jedem Tropfen guten Wassers wohnt eine Welt von Möglichkeiten. Auch das, was wir uns

unter Gott vorstellen, hat in jedem Tropfen Wasser seine Heimat. Zerstören wir das Wasser, nehmen wir ihm seine Wiege, den Wald, so berauben wir uns der höchsten Güter des Lebens, der Gesundheit und verlieren damit auch die Stätte unseres Schaffens, die Heimat.“

Ein weiterer Beitrag würdigt Marianne Putten-Geier... ein Blumenkind der Mutter Erde mit Zitaten aus ihren Lebenserinnerungen: „Kuhmist war das allerbeste für den Boden, was die Kühe über ihre Hörner für die Erde tun, ist unverzichtbar. Das war für mich sonnenklar. Die Erde braucht Regenwürmer, um fruchtbar zu sein, sie braucht Kuhmist, um nicht zu Staub zu zerfallen. Ich entschied mich für biologisch-dynamische Landwirtschaft. Mein Leben wurde ein kleines bisschen seriöser, aber sehr viel einsamer. Das machte die Leute nicht halb so neugierig...“



Marianne von Putten-Geier

„Mutig sprühte sie voller Lebensfreude über all die Jahrzehnte ihres Wirkens, den Mineralien, Pflanzen, Tieren und uns Menschen entgegen. Und sie nahm kein Blatt vor den Mund, sprach viele Wahrheiten aus und trug sie weit hinaus in die Politik bis in den bayerischen Landtag. Sie war eine tapfere Mutter Courage, stets unserer Mutter Erde tief verbunden.“

Zudem schreibt Angelika Gigauri über die Pflanzenfarben, Peter Müller aus Dortmund zu seinen selbst angefertigten phänomenalen Wasserskulpturen, Silvia E. Gumbrecht über das Ruprechtskraut und Eva Holzapfel präsentiert das Rezept Fisch mit Mangold in Senfsauce & Petersilien-Bulgur. Wie immer viel Freude beim Lesen der Bildschrift Schaudichum zu Johanni

wünscht

Bestellung und Verkaufsstellen siehe Anzeige auf Seite 2

Aus der Marktgemeinde

KiTa Sonnenkinder

EIGENTLICH...

- hätten wir vor kurzem in allen unseren fünf Gruppen Großelternfeste gefeiert...
- wäre jetzt bald unser Sommerfest...
- wäre jetzt bald unser Abschiedsfest mit der Übernachtung unserer Vorschulkinder...
- wäre jetzt ein Busausflug für alle Kinder angestanden – in der Krippe mit den Eltern...

Aber natürlich ist das heuer alles ein bisschen anders! Manches ist noch nicht erlaubt, und bei den Dingen, die wieder erlaubt sind, wollen wir doch besonders vorsichtig sein und keine Infektionen oder Infektionsketten riskieren... damit das Virus so schnell wie möglich verschwindet. Wir freuen uns einfach auf nächstes Jahr – in der Hoffnung, dass dann wieder viel mehr möglich sein wird!

Trotzdem wollen wir aber auf jeden Fall mit unseren Großen, die im Herbst eingeschult werden, richtig toll Abschied feiern, wenn auch ein bisschen anders als üblich! Die Übernachtung fällt weg- aber ein schönes kleines Fest wird es auf jeden Fall geben.

Und auch die Hortkinder, die uns verlassen werden, dürfen sich auf eine Abschiedsparty (unter Einhaltung der gebotenen Regeln natürlich) freuen!

Wir werden darüber berichten!

Ab 1. Juli für alle...

Seit Mitte März sind die Kitas geschlossen – von Anfang an aber musste bei entsprechendem Bedarf eine Notbetreuung für Kinder von Eltern bestimmter systemrelevanter Berufsgruppen angeboten werden. Danach kamen die Kinder von berufstätigen Alleinerziehenden hinzu.

Schritt für Schritt durften immer mehr Kinder betreut werden. Ab 1. Juli dürfen wieder alle Kinder in ihre Kitas gehen; allerdings ist es noch kein „Normalbetrieb“, sondern „eingeschränkter Regelbetrieb“. Das bedeutet, dass zwar alle wiederkommen dürfen, aber der Alltag in der Kita doch ganz anders aussieht als vor Corona.

Es sollen sich feste Gruppen bilden – immer die gleichen Betreuer mit den gleichen Kindern; Vermischen von Gruppen soll vermieden werden, Personal nicht gruppenübergreifend eingesetzt werden, strenge Hygieneregeln müssen befolgt werden (z. B. keine Selbstbedienung der Kinder beim Mittagessen, keine frei zugänglichen Trinkstationen, häufiges Händewaschen, nur Kinder ohne jegliche Krankheitssymptome dürfen betreut werden... uvm.)

Dies erfordert ständig neue Dienstzeiten für das Personal, viel mehr Aufwand z. B. beim Essen, viel mehr Putz- und Desinfektionsarbeiten, viel mehr Dokumentation all dieser Dinge, noch viel mehr Flexibilität als sonst eh schon üblich.

Auch für die Kinder hat sich dadurch natürlich viel verändert – man darf seine Freunde in der anderen Gruppe nicht besuchen, auch im Garten sind die Spielbereiche gruppenweise unterteilt, die Hortkinder müssen auch hier bei uns auf Abstand achten – es ist schön, dass alle wieder hier sein dürfen, aber es ist auch irgendwie „komisch und anders“.

Aus der Marktgemeinde



Wir danken allen Eltern, die uns in dieser Zeit toll unterstützen und ihre gebuchten Zeiten nicht bis auf die letzte gebuchte Stunde oder Minute nutzen (soweit das geht), damit die Hygienemaßnahmen umgesetzt werden können. Sie dienen ja der Eindämmung des Virus und somit der Gesundheit aller...

Reihentest für alle Betreuer in Kitas!?!

Sehr wünschenswert aus unserer Sicht wären regelmäßige Reihentests für Betreuer in allen Kitas, denn wir alle müssen unseren Dienst ungeschützt und meistens ohne Sicherheitsabstand leisten. Wenn ein Kind traurig oder verletzt ist, wird es getröstet, Wickeln mit 1,5 Metern Abstand geht nicht, und wenn ein Kind sich freut und dem Betreuer um den Hals fällt, wird es keiner übers Herz bringen, es von sich zu stoßen! Je kleiner die betreuten Kinder sind, umso unmöglicher ist das Tragen von Mund-Nasen-Schutz. Und wie groß die Ansteckungsgefahr für Kinder untereinander und für die Betreuer wirklich ist, ist ja leider noch immer ziemlich unerforscht. Deshalb wäre es gerade hier wichtig, infizierte Betreuer (die ja ohne Symptome sein können), so rasch wie möglich zu „entdecken“ und somit Infektionsketten schnellstmöglich zu durchbrechen.

Blieben wir/Sie alle optimistisch, gesund und bereit, gemeinsam verständnisvoll und hilfsbereit die Krise zu überstehen!

KiTa Sonnenkinder



Hundertjähriger Kalender

Im Mittelalter beobachtete der Abt Dr. Mauritius Knauer täglich das Wetter und kam zu dem Schluss, dass alles mit dem Lauf der Sterne zusammenhängt. Er war der Meinung, dass Sterne, Monde und Planeten die Menschen, das Wetter und das Klima beeinflussen und somit auch die Ernten. Seine Beobachtungen fasst er im Hundertjährigen Kalender zusammen, die aus seinen Beobachtungen über sieben Jahre hinweg entstanden. Auf die Zahl Sieben kam er durch die Folge der Planeten: Mond, Saturn, Jupiter, Mars, Sonne, Venus und Merkur. Er hat jedem Jahr einen Planeten zugeordnet. Die sogenannten Planetenjahre beginnen jeweils am 21. März und dauern bis zum 20. März des nächsten Jahres. Den ersten Hundertjährigen Kalender druckte Christoph von Hellwig aus Thüringen im Jahre 1704. Mauritius Knauer hatte seine Planetentafel für die Jahre 1600 bis 1912 ausgelegt und berechnet. Christoph von Hellwig änderte das auf 100 Jahre für den Zeitraum von 1701 bis 1800.

Ich habe in den vergangenen Beiträgen schon über die Geschichte und Entstehung des 100jährigen Kalenders geschrieben. In dieser Ausgabe möchte ich einen weiteren Fakt beitragen, der vielleicht nicht neu oder Ihnen logisch erscheint, denn es wird wohl keinen geben, der nicht täglich das Wetter beobachtet und so begegnet uns zum Beispiel die Frage, wie sicher ist der 100jährige Kalender. Da kann man klar sagen, dass die Vorhersagen des Kalenders nicht unbedingt passen und wenn es der Realität entspricht, muss man es als Zufall werten. Ohne ein Geheimnis zu verraten, ist es Ihnen sicherlich selbst schon aufgefallen, dass dem so ist. Nach wie vor ist es spannend, zu entdecken, ob es eine Übereinstimmung gibt oder nicht.

Und nun zum Juli:

Der Juli beginnt neblig, unbeständig und kühl. Nach einem großen Platzregen bessert sich jedoch zur Monatsmitte das Wetter und es folgen Sonne, Wärme und sogar Schwüle. Der August zeigt sich unbeständig. Er beginnt mit schönem Wetter, das von Regenschauern und teilweise etwas Frost abgelöst wird. Nach einer sich anschließenden übergroßen Hitze folgen abermals Regentage, die erst zum Monatsende wieder vom warmen Klima aufgelockert werden.

Marika Demele



Bauernregeln

Trübe Aussicht an den Hundstagen, trübe Aussicht das restliche Jahr. Fällt kein Tau im Julius, Regen man erwarten muss. Im Juli muss vor Hitze braten, was im September soll geraten. Bringt der Juli heiße Glut, so gerät der September gut. Wie es die sieben Brüder (10. Juli) treiben, soll es noch sieben Wochen lang bleiben.

Marika Demele



EINLADUNG zur AUSSTELLUNG und FINISSAGE

Ausstellungsdauer: 26.06. bis 04.09.2020

FINISSAGE: Freitag, 04. September 2020

um 18:00 Uhr in der KUNSTGALERIE MARION KOTYBA, Oberhacken 3 in Kulmbach

Die Künstlerin Natalia Simonenko wird zur Finissage persönlich anwesend sein. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Öffnungszeiten:

Donnerstag: 14:00 - 18:00 Uhr

Freitag: 14:00 - 18:00 Uhr

Samstag: 12:00 - 15:00 Uhr

und nach Vereinbarung 0173 - 91 666 05

EINTRITT FREI



**Kirchengemeinde Schwarzach
Willmersreuth**



Gottesdienste

- 05. Juli**
10.00Uhr Gottesdienst in Schwarzach
- 12. Juli**
09.00 Uhr Gottesdienst in Willmersreuth
10.00 Uhr Gottesdienst in Schwarzach
- 19. Juli**
10.00 Uhr Gottesdienst in Schwarzach
- 26 Juli**
09.00 Uhr Gottesdienst in Willmersreuth
10.00 Uhr Gottesdienst in Schwarzach

Kirchengemeinde Mainleus



Liebe Gemeindeglieder,

Die Uhrzeiten der Gottesdienste im Juli entnehmen Sie bitte der Tageszeitung oder unserer Homepage www.Kirche-mainleus.de. (begrenzte Platzanzahl, bitte Gesangbuch und Mund-Nasen-Bedeckung mitbringen). Cantamus trifft sich immer dienstags um 19:30 Uhr zur Probe (Bitte Mund-Nasen-Bedeckung mitbringen).

Rat und Hilfe im Trauerfall

Bestattungsinstitut
Vießmann & Pause
Inh. Thomas Götz e. K.

96369 Weißenbrunn, Braustraße 43, Tel. 09261/3913

Seit über 30 Jahren beraten und helfen wir in allen Bestattungsfragen. Vertrauen Sie unserer Erfahrung.

*...Ihr Bestattungsinstitut in
Weißenbrunn, Küps und Umgebung...*



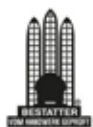
Bestattungen
TÜBINGER
KG

Erd-, Feuer-, Seebestattungen • Bestattungsvorsorge
Tag & Nacht erreichbar:

Telefon: 09221 / 908986

0160 / 5837004

Erledigung aller Formalitäten • Trauerdruck
Melkendorfer Str. 13, 95326 Kulmbach
Büro, Ausstellung & Trauerhalle



Werner Bunzel KG
Bestattungsinstitut

Weißdorf • Münchberg • Helmbrechts • Stadtsteinach



- Bestattermeister
- Funeralmaster
- Thanatopraktiker

- Tag und Nacht erreichbar: Tel. 09252/6677
- alle Behördengänge, Trauerdruck
- Erd-, Feuer-, Seebestattung
- Grabmachertechnik u. Bestattungsvorsorge

Bestattungen Werner Bunzel KG
Karl-Reichel-Straße 6 • 95237 Weißdorf
Tel. 0 92 51-66 66, 66 67 • Fax: 0 92 51-75 44
E-Mail: info@bunzel-bestattungen.de
Internet: www.bunzel-bestattungen.de



Ambulante Pflege • Marion Fischer

Folgende behandlungs- und grundpflegerischen Leistungen bieten wir an:

- Leistungen der häuslichen Pflegehilfe nach § 36 SGB XI
- Leistungen der häuslichen Krankenpflege gemäß § 37 Abs. 1 SGB V
- Verhinderungspflege nach § 39 SGB XI
- Pflegeeinsätze nach § 37 SGB XI
- Haushaltshilfe gemäß § 38 Abs.1 SGB V
- Abrechnung alle Kassen!

**Pflege in
gewohnter
Umgebung**

Hauptstr. 28 • Mainleus • Tel. (09229) 9 79 97 66 • www.pflegedienst-regenbogen.com

Wir suchen Pflegepersonal

Kirchengemeinde Motschenbach St. Maternus

Gottesdienste

Mittwoch, 15.07.
19.00 Uhr Hl. Messe
Mittwoch, 22.07.
19.00 Uhr Hl. Messe
Mittwoch, 29.07.
19.00 Uhr Hl. Messe



Mitteilungen des Pfarreiensverbands Kulmbach Stadt und Land

Sonntag, 19.07.2020

Wanderung mit Walter Wolpert „Auf den Jura bei Modschiedel“
Treffpunkt: 14:00 Uhr St. Hedwig; telefonische Anmeldung erforderlich
Pfarrbüro St. Hedwig: 09221 7961 oder Walter Wolpert: 09221 75954

Erstkommunion 2020 – Planung ohne volle Gewissheit

Die Erstkommunionfeiern in den 6 Kirchen des Pfarreiensverbundes Kulmbach Stadt und Land konnten im April und Mai dieses Jahres wegen der Corona-Pandemie leider nicht stattfinden. Da es aber mittlerweile deutliche Lockerungen der Auflagen für die Gottesdienste gibt und auch die familiären Feiern in den Gaststätten wieder möglich sind, sind jetzt neue Termine für die Erstkommunionen geplant:

- Am Sonntag, 20.09.2020 um 9.00 Uhr in Motschenbach St. Maternus
- Am Sonntag, 20.09.2020 um 10.30 Uhr in Mainleus St. Antonius
- Am Sonntag, 27.09.2020 um 10.30 Uhr in Kulmbach, Unsere Liebe Frau (evtl. zusätzlich um 9.00 Uhr)
- Am Sonntag, 04.10.2020 um 10.30 Uhr in Kulmbach, St. Hedwig (evtl. zusätzlich um 9.00 Uhr)
- Am Sonntag, 11.10.2020 um 10.30 Uhr in Thurnau St. Marien
- Am Sonntag, 18.10.2020 um 10.30 Uhr in Neudrossenfeld St. Marien

Leitender Pfarrer Hans Roppelt weist aber darauf hin, dass man damit ein gewisses Risiko eingeht. Niemand weiß, wie sich die Pandemie weiter entwickelt, ob sie wieder stärker wird und ob es dann zu neuen weiteren Einschränkungen kommen wird. Eine Garantie für die Einhaltung der neuen Erstkommunionstermine kann also niemand übernehmen. Das ist zu bedenken, wenn man die Feier plant, indem man z.B. eine Gastwirtschaft bestellt oder Einladungen verschickt.

Die Ministrantinnen und Ministranten des Pfarrverbundes Kulmbach Stadt und Land haben sich zum Thema „Corona und Ostern“ einige Gedanken gemacht.



In einem Malwettbewerb haben einige ihren Gedanken künstlerisch freien Lauf gelassen. Die prämierten Werke können in der Pfarrkirche St. Hedwig Kulmbach bewundert werden.

Ich danke allen Altardienern fürs Mitmachen und die Geduld, dass aktuell noch keine regulären Gottesdienste mit Ministrantendienst stattfinden können. Ich hoffe auf baldige Änderungen.

Blieben wir als Altardienergemeinschaft hoffnungsvoll, denn – vergesst nie - „auf Regen folgt Sonnenschein!“

Euer Kaplan Florian Sassik

Neues Wegkreuz in Motschenbach

Am **Sonntag, 12.07.2020, um 18.00 Uhr** laden wir herzlich dazu ein, das neue Wegkreuz einzuweißen. Es befindet sich auf dem Feldweg von Motschenbach, nach Willmersreuth auf der linken Seite an einer Wegkreuzung. Beginn der Andacht ist direkt am Wegkreuz.

Das Kreuz befand sich jahrelang auf dem Dachboden von St. Maternus Motschenbach und war früher das Kreuz vom Kriegerdenkmal. Es ist eine große Ehre, dass es sich jetzt auf dem „Fränkischen Marienweg“ befindet, der quer durch Ober- und Mittelfranken führt.

Es wurde von Holzbildhauermeister Kurt Kolb hergerichtet und von den ehrenamtlichen Helfern Norbert Erhardt, Michael Barnickel, Gregor Will und Florian Will aufgestellt, dafür sagen wir „Herzliches Vergelt's Gott“.



In diesen Tagen erscheint der **HEINRICHSKALENDER 2021**

In diesem Kalender sind wieder interessante Beiträge zu finden. Zum einen behandeln wir das Feuersteiner



HEINRICHSKALENDER 2021
Jahrbuch der Erzdiözese Bamberg
Information und Unterhaltung

für die ganze Familie für ein ganzes Jahr für nur 3,70 €

Erhältlich bei allen Aussträgern des Heinrichsblattes oder direkt bei: Bayerische Verlagsanstalt gmbh – Heinrichsdamm 32 – 96047 Bamberg – Tel. 09 51/51 92-11

Doppeljubiläum „75 Jahre Jugendhaus“ und „60 Jahre Kirchen auf dem Feuerstein“ im Jahr 2021. Zum anderen begeben wir uns auf den Fränkischen Marienweg, der auf zwei Routen jetzt auch durch das Erzbistum Bamberg führt – auch Motschenbach St. Maternus ist enthalten.

Sie können den Heinrichskalender über die Pfarrbüros Unsere Liebe Frau (Tel. 09221 4324) und St. Hedwig Kulmbach (Tel. 09221 7961) erwerben.



Anmeldung
zwingend
erforderlich!



Naturpark FRANKENWALD

Mit den Naturpark-Rangern unterwegs

Wanderung zum Forstmeistersprung

Malerische Felsformationen, eine sagenumwobene Burgruine und der freie Lauf der Natur sind die Kernelemente dieser Runde.

An bewaldeten Hängen mit schönen Ausblicken lassen sich hier rund um das Steinachtal interessante Zeugnisse geologischer und kulturhistorischer Herkunft entdecken. Entlang des Weges treten hunderte Millionen Jahre alte Gesteine zutage und erzählen von Vorgängen in der Erdgeschichte. Und auch ein wenig „Urwald“ lässt sich im Naturwaldreservat Kühberg beobachten, in dem der Wald im Wesentlichen ohne menschlichen Eingriff seiner natürlichen Entwicklung überlassen wird.

Termine	Treffpunkt	Tourdaten	Anmeldung und Info
19.07.2020, 10:00 Uhr	Alte Schneidmühle	Länge: ca. 7 km	Tel. 09261 678-290
15.08.2020, 10:00 Uhr	Am Hochofen 95346 Stadtsteinach	Dauer: ca. 2,5 Stunden Schwierigkeit: mittel	info@naturpark-frankenwald.de



Unsere neue Elternecke zieht ein

Die neu eingerichtete Elternecke im Kinderzentrum am Rathaus lädt unsere Eltern zum gemütlichen Verweilen ein. Zahlreiches Infomaterial, Projektergebnisse der Kinder, sowie gestaltete Alben können auf der bequemen Couch durchgestöbert werden. Ein „Zwitscherkasten“ bietet unseren Eltern die Möglichkeit, Wünsche, Anregungen und Lob anonym zu äußern.



Es freut sich das Team des Kinderzentrums am Rathaus bald die ersten Eltern in der neuen Ecke begrüßen zu dürfen.

Endlich ...



Endlich nach langer Zeit konnten wir die Türen unserer Kindergartengruppen wieder öffnen. Trotz der ganzen Vorfreude auf unsere Kinder, haben wir auch einige Vorkehrungen treffen müssen, um uns und unsere Kinder zu schützen. Das war gar nicht so einfach hier eine Lösung zu finden. Die ersten Kinder die wieder zu uns kamen, haben große Augen gemacht wie wir sie mit Mundschutz an der Tür begrüßt haben. Außerdem durften die Eltern nicht zu uns hereinkommen, aber unsere Kinder haben das Spitze gemeistert. Auch ohne Begleitung von ihren Eltern ließen sie sich schnell auf die neue Situation ein, manchmal brauchen unsere Kleinsten noch einen Arm auf den sie herüber hüpfen können aber das ist für uns gar kein Problem. Danach geht's gleich zum Hände waschen und in den Gruppen wurden die Hygieneregeln und das regelmäßige und vor allem gründliche Händewaschen besprochen.

Mittlerweile haben sich unsere Kinder an den Mundschutz gewöhnt und es schaut gar nicht mehr so komisch aus wie am Anfang. Außerdem fällt uns auf, dass unsere Kinder sehr aufeinander achten und versuchen, so weit wie es eben im Kindergarten geht, den Abstand zum Gegenüber einzuhalten. Dennoch nehmen wir es mit Humor und haben viel Spaß mit unseren Kindern. Wir haben sie in den vergangenen Wochen sehr vermisst und uns nach ihnen gesehnt. Deshalb holen wir jetzt die vergangene Zeit mit neuen, schönen Momenten nach und hoffen das wir so schnell nicht mehr für so lange Zeit getrennt werden.

Wir grüßen unsere Engelsfamilien! Bleibt Alle gesund!

Hat da was gezwitschert?!

In der Corona bedingten Home-Office Zeit hat sich im Zentrum für Kinder und Familien ganz schön viel getan. Die Zeit nutzten die Mitarbeiter um viele neue tolle Ideen zu entwickeln für das neue KiTa- Jahr. Unter anderem ist in jeden Bereich ein Zwitscherkasten eingezogen. Das ist ein Briefkasten der in jedem Eingangsbereich des jeweiligen Bereichs angebracht worden ist. Dieser steht ab sofort für unsere Familien bereit um Lob und Kritik einzuwerfen.



Matschküche

Seit Mai 2020 haben die Krümelmäuse und Windelflitzer eine neue Matschküche bekommen. Hier kann man nicht nur kochen und backen, sondern auch reichlich Erfahrungen mit Sand und Wasser machen. Der Stein in der Pfanne wird zum Spiegelei und das kleine Sieb zum Trommelschlägel.



- Anzeige -

Neue Online-Angebote für Fitness und gesunde Ernährung

Auch in Zeiten von Corona ist es wichtig, körperlich fit zu bleiben und das Immunsystem zu stärken. Dabei ist genau das gerade eher schwierig. Viele Sportangebote, etwa im Fitnessstudio oder im Verein fallen weg, Ernährungs- und Entspannungskurse mussten verschoben werden. „Wer sich zusätzlich zum Spazierengehen, Joggen oder Radfahren sportlich betätigen will, kann jetzt unser Online-Fitness-Angebot nutzen“, erklärt Ulrike Fischer, Bewegungsfachkraft der AOK-Direktion Bayreuth-Kulmbach.

„Als einfache und kostenfreie Alternative haben wir eine ganze Reihe von Online-Videos im Programm, die dabei helfen, zu Hause aktiv zu bleiben.“

Zur Auswahl: Online-Fitnessclub und Präventionskurse

Der Vorteil dieses Präventionsangebots: Damit können sich Anfänger und Profis, Einzelkämpfer und ganze Familien nach ihren Bedürfnissen und Zeitbudgets mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden fit halten. Den Online-Fitnessclub erreichen alle Interessierten unter www.aok.de/bayern/cyberpraevention.

Auf dieser Plattform hält die Gesundheitskasse mit ihrem Kooperationspartner CyberConcept zudem exklusiv für AOK-Versicherte fünf zertifizierte qualitätsgeprüfte Präventionskurse vor.

Dies sind „Rücken-Coaching“, „Vitalität und Ernährung“, „Erfolgreich Abnehmen“, „Yoga für Einsteiger“ sowie „Diabetesprävention“.

Online-Ernährungsberatung mit Unterstützung

Das neue Online-Angebot umfasst zusätzlich unter www.aok.de/bayern/oviva eine Appgestützte persönliche individuelle Ernährungsberatung für AOK-Versicherte. Außerdem gibt es drei verschiedene Appgestützte Online-Ernährungsprogramme.



#stayfitathome

Kennen Sie schon unsere Online-Angebote?

www.aok.de/bayern/cyberpraevention
www.aok.de/bayern/oviva

Einfach nah. Meine AOK.

„Die Themen reichen von gesundem ausgewogenem Essen über gezielte Ernährungsumstellung bis hin zu Tipps bei Unverträglichkeiten oder zu Darmgesundheit und Immunsystem“, sagt Margot Schmitt, Ernährungsfachkraft der AOK-Direktion Bayreuth-Kulmbach. Die Teilnehmenden begleitet und unterstützt dabei eine Ernährungsfachkraft per Video, Telefon oder Chat.

Für AOK-Versicherte ist die Teilnahme an allen Onlineprogrammen kostenfrei. Die bereits bekannten Online-Angebote der AOK Bayern wie „Abnehmen mit Genuss“ oder „Stress im Griff“ bleiben ebenfalls über das Internet verfügbar.

Annahmeschluss: Infoblatt Mainleus August

Freitag, 17. Juli 2020

info@creativ-AG.de

www.creativ-AG.de