



4

FORMAT

SÜDHESSENS SCHÖNSTE SEITEN



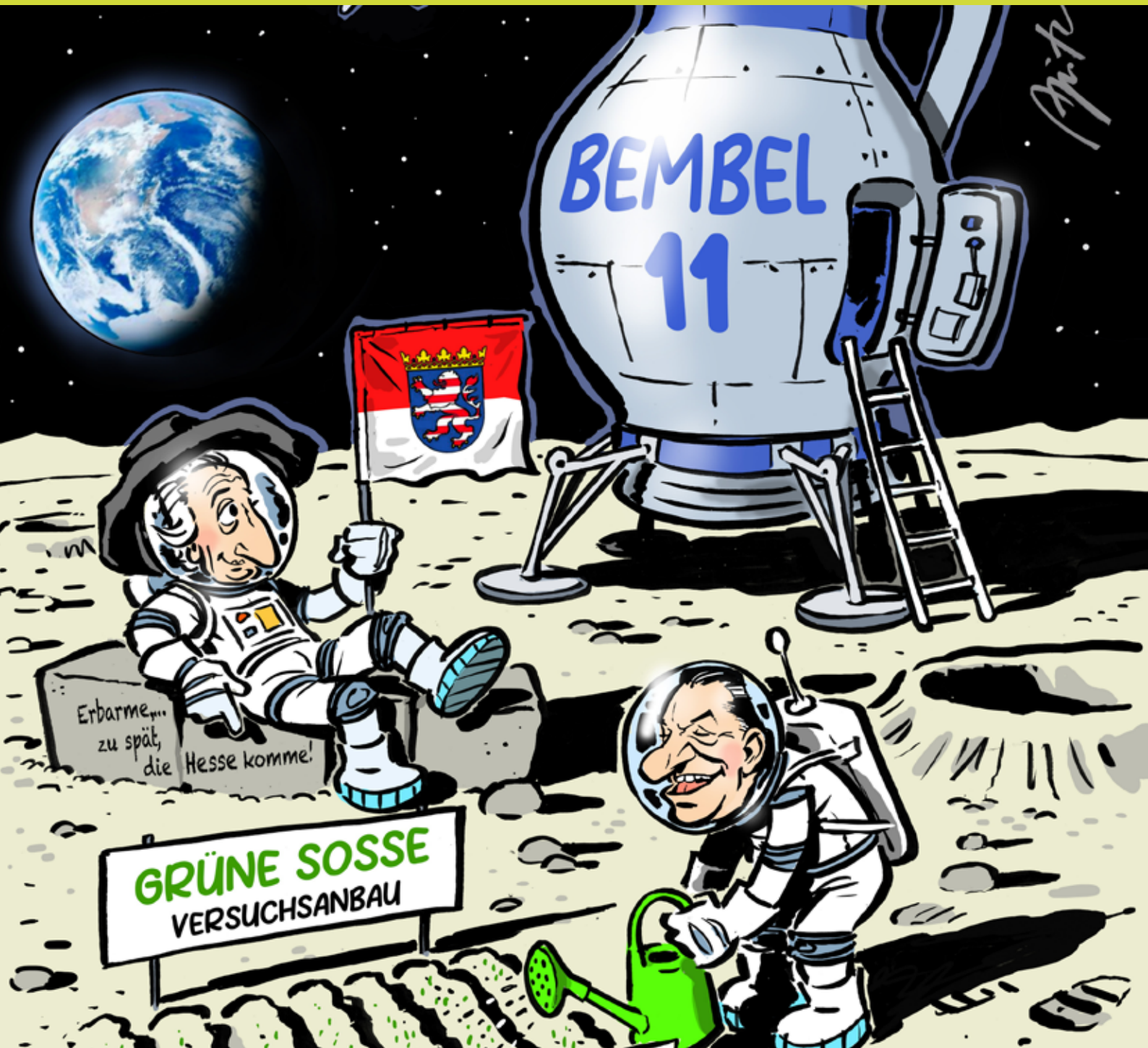
Durchstarten

UNVERSCHÄMT GUT
Genuss, der überzeugt

FARBENFREUDE
Endlich wird es bunt im Beet!

FRISCHER LOOK
Style & Deko neu gedacht

Bembel away!



Apitz

www.apitz-art.de

FRISCHER LOOK

- Wohnen 2026: Style & Deko neu gedacht 5
- Raum & Zeit: Neue Technik, alter Stil 6
- Ruhige Ecken: Sauber, platzsparend & schick 8
- Licht & Schatten: Zuhause geht ein Licht auf 10
- Ruhe: Der neue Luxus 12

LEBENS-RÄUME IM GARTEN SCHAFFEN

- Gartenleben: Zwischen Zaun und Hecke 14

SPARGELZEIT

- Grün: Königliches Gemüse in allen Varianten 18

KUNST & KULTUR VOR ORT

- Südhessen: Hier ist richtig was los! 22

KREUZ & QUER

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



Genug

ist der Überfluß für den Weisen.

Euripides (480 - 407 v. Chr.)



Was ist uns wichtig im Leben? Was ist Ihnen wichtig? Ist es Wohlstand, Gesundheit, Glück? Oder sind es Familie, Glaube, Erfüllung im Beruf und im Alltag? Die individuelle Definition von Zufriedenheit hat ganz entscheidend mit unseren jeweiligen Prämissen zu tun – und mit mehr oder weniger Bescheidenheit. Der berühmte griechische Philosoph Epikur wusste schon vor rund 2300 Jahren: „Die größte Frucht der Selbstgenügsamkeit ist die Unabhängigkeit.“ Das bedeutet nichts anderes, als dass uns unsere eigenen Ansprüche und Wünsche zu Sklaven machen können. Wenn Besitz wichtiger wird als Freiheit, wenn Erfolg wichtiger wird als Souveränität, dann wird es immer jemanden oder etwas geben, das uns im Nacken sitzt. So voll kann das Bankkonto gar nicht sein, dass da nicht immer noch mehr ginge – oder die Angst vor dem Verlust verschwinden würde.

Ich will keineswegs ein Plädoyer für Armut, Antriebslosigkeit oder Askese halten. Gewiss nicht. Jeder von uns ist auf dieser Welt, um etwas zu leisten, zu schaffen und im besten Falle auch etwas zu hinterlassen. Allerdings darf das nicht der alleinige Maßstab für Glück und Zufriedenheit sein. Wir sollten im Alltag des Lebens nie den Blick für die kleinen Wunder um uns herum verlieren. Eine Blume am Wegesrand oder das Singen eines Vogels können für einen Moment die Gedanken an all die vermeintlichen und wirklichen Hiobsbotschaften vertreiben, die uns täglich über die Nachrichten erreichen.

Dem Baum, den wir pflanzen, ist die Wirtschaft ebenso egal wie der Krieg am Golf oder anderswo. Das macht die Dinge nicht besser – aber vielleicht ein wenig erträglicher. Und es zeigt uns, was wirklich wichtig ist im Leben. Und was lediglich laut und schrill erscheint. Kriege enden. Die Konjunktur erholt sich wieder. Der Baum aber steht weiter an seiner Stelle – und wächst. Beruhigend.

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

Ihr Andreas Giese
Herausgeber



Frischer LOOK

Style & Deko neu gedacht

Wohnen im Jahr 2026 gleicht einer kuratierten Bühne, auf der Persönlichkeit, Nachhaltigkeit und sinnliche Erfahrung verschmelzen. Räume werden nicht mehr nur gestaltet, sie erzählen Geschichten, fließend, wandelbar und überraschend intim. Statt starrer Sets domi-

nieren modulare Elemente, die sich dem Alltag anpassen wie ein gut sitzendes Kleid.

Materialien sprechen eine leise, aber klare Sprache: recyceltes Glas, biobasierte Textilien, warmes Holz mit sichtbarer Maserung. Hightech trifft Handwerk, wenn smarte Lichtsysteme die Stimmung orchestrieren und handgefertigte Keramiken haptische Akzente setzen.

Im Schlafzimmer wird Ruhe zum Luxus. Schichten aus weichen Stoffen, akustisch optimierte Paneele und gedimmtes Licht schaffen Rückzugsorte, die den Schlaf feiern, statt ihn zu verstecken. Farben bewegen sich zwischen erdigen Tönen und kühlen Mineralnuancen, akzentuiert durch mutige Einzelstücke.

Deko wird bewusst reduziert, doch präzise eingesetzt: ein Objekt mit Herkunft, eine Leuchte mit Charakter, ein

Teppich mit Geschichte. Weniger Teile, mehr Bedeutung. So entsteht ein Stil, der nicht laut sein muss, um zu beeindrucken, sondern leise überzeugt und lange nachklingt.

Diese neue Ästhetik denkt Deko als Dialog, nicht als Deklaration. Sie erlaubt Brüche, kombiniert Alt und Neu, Fundstück und Designikone, und schafft damit Räume, die sich lebendig anfühlen. Auch Duft, Klang und Lichtverlauf werden Teil des Konzepts, kuratiert wie eine unsichtbare Choreografie.

Wer heute einrichtet, denkt in Szenarien statt in Möbeln: morgens klar und aktivierend, abends weich und umhüllend. Das Zuhause wird zur persönlichen Galerie, die sich täglich neu inszeniert und doch vertraut bleibt. Style & Deko sind damit keine Oberfläche mehr, sondern gelebte Haltung, sinnlich, bewusst zukunftsnahe.





Raum und Zeit



Raumklima neu gedacht

Deutschland erlebt zunehmend heiße Sommer und milde Winter. Für Bauherren, Planer und Sanierer stellt sich daher verstärkt die Frage, wie ein Gebäude sowohl energieeffizient beheizt als auch angenehm gekühlt werden kann. Neben klassischen Heizkörpern und Klimaanlage gewinnen komplette Flächensysteme immer mehr an Bedeutung. Besonders flexibel sind Systeme, die in die Zimmerdecke integriert werden, wie die Kühl-/Heizdecke Rautherm Neo Contact von Rehau. Durch die großflächige Abgabe beziehungsweise Aufnahme von Wärme verteilt sich die Temperatur gleichmäßig im Raum. So entsteht Behaglichkeit ohne die typischen Nachteile herkömmlicher Klimageräte. Heiz- und Kühldecken sind für Neubauten ebenso wie für die Sanierung älterer Gebäude interessant. Das System des Herstellers Rehau besteht aus vorgefertigten Modulen, die sich mit werkzeuglosen Rohrverbindungen schnell und sicher montieren lassen. Unter www.gebaeudetechnik.rehau.de/rauthermneocontact gibt es ausführlichere Informationen zu diesem System. *djd*



Neo Deco

Neo Deco interpretiert die kühne Geometrie des Art Déco mit einer modernen, designorientierten Note neu. Starke Symmetrie, skulpturale Formen und grafische Muster erinnern an die Eleganz der 1920er und 30er Jahre, während Einflüsse aus der Mitte des Jahrhunderts für einen frischen und zeitgemäßen Look sorgen. Innenräumen werden dominiert von polierten Metallen, Marmorakzenten und markanten Silhouetten, die modernen Räumen Struktur, Kontrast und ein raffiniertes Gefühl von Dramatik verleihen. *PL*

Marko - stock.adobe.com, © DJD/REHAU

1 Pendelleuchte Laine von DelightFULL: Diese moderne Deckenleuchte definiert die Beleuchtung der 30er Jahre neu. | **2 Polstersessel von Covet House:** Er besticht durch seine Vintage-Linien. Designstark sind die zierlichen, sich verjüngenden Metallbeine. | **3 Sessel Minelli von Covet House:** Er besticht durch seinen klassischen Look. | **4 Esszimmerstuhl Perry von Essential Home:** Von den berühmtesten Beistellmöbeldesigns inspiriert, ist er eine Hommage an die Ära des modernen Wohnens. | **5 Barsessel Gable von Essential Home:** Sitzen wie auf Wolken im typischen 30er-Jahre-Look! | **6 Getränkewagen Raymond von OKA:** Wunderbare Ergänzung zum Garten-Setup mit dem obligatorischen, abnehmbaren Servier-Tablett.

www.a4-format.de

Elegante Lösung bei wenig Platz

Schiebetüren sind eine smarte Lösung für enge Wohnsituationen und können das Raumgefühl verändern. Da sie an der Wand entlanggleiten, sparen sie wertvollen Platz und schaffen zudem barrierefreie Übergänge. Ob Weißlack, Glas oder Holzoptik, die Gestaltungsvielfalt ist groß. Im Trend liegen etwa Barndoor-Modelle, die optisch an Scheunentore angelehnt sind: Mit ihrem rustikalen Charme und den markanten Rollenbeschlägen bringen sie authentischen Industrial Style ins Zuhause. Technisch überzeugen Schiebepysteme durch eine optimale Gewichtsverteilung auf Schienen sowie die einfache und gleichzeitig leise Handhabung. Ein Softclose-Beschlag sorgt für Komfort. Mehr Details, Anleitungen und eine Bestellmöglichkeit gibt es etwa unter www.tuerenheld.de. *djd*



Ruhige Ecken

Da das Tempo des modernen Lebens immer weiter zunimmt, suchen Hausbesitzer zunehmend nach Möglichkeiten, Ruhe und Momente der Besinnung in ihre Innenräume zu bringen. Meditationswandbilder entwickeln sich zu einer wirkungsvollen Gestaltungslösung, die übersehene Ecken in friedliche Rückzugsorte zum Ausruhen und Nachdenken verwandeln. Anstelle eines eigenen Raums nutzen Ruhecken sorgfältig

ausgewählte Bereiche, die einen Stimmungswechsel signalisieren. Weiche Landschaften, abstrakte Formen und von der Natur inspirierte Designs schaffen Tiefe und Atmosphäre, helfen dem Geist, zur Ruhe zu kommen, und lassen den Körper entspannen.

Im Gegensatz zu überladenen Dekorationen oder unruhigen Wänden schafft ein einziges, zusammenhängendes Wandbild visuelle Harmonie, lässt

das Auge zur Ruhe kommen und fördert die Stille. Gedeckte Farbpaletten, sanfte Texturen und ein subtiles Raumgefühl machen Wandbilder ideal für Schlafzimmer, Wohnbereiche, Badezimmer und Lesecken. In Kombination mit sanfter Beleuchtung laden sie täglich dazu ein, durchzuatmen, sich zu erholen und neue Energie zu tanken. Meditationswandbilder sind mehr als nur Dekoration, sie fördern das Wohlbefinden. *PL*

Durchblick beim Frühjahrsputz

Der Frühlingsbeginn ist der perfekte Zeitpunkt, um zuhause für Ordnung und System zu sorgen. Mit diesen fünf Tipps gelingt das Aufräumen, Ordnung halten und Putzen ganz entspannt – ohne Stress, dafür mit spürbarem Effekt.

1. Arbeiten Sie Raum für Raum und entscheiden Sie bewusst: behalten, verschenken oder verkaufen. Das sorgt nicht nur für Ordnung, sondern oft auch für ein gutes Gefühl und manchmal sogar für ein kleines Extra-Budget.

2. Klare Strukturen helfen, den Überblick zu behalten und verhindern, dass sich Chaos schnell wieder einschleicht. Praktische Aufbewahrungslösungen wie die transparenten, stapelbaren Boxen von Smart-Store (www.orthexgroup.de) eignen sich für nahezu jeden Raum – von der Küche bis zum Kinderzimmer.

3. Teilen Sie die Aufgaben in überschaubare Etappen. Nehmen Sie sich einzelne Bereiche oder Räume vor und arbeiten Sie diese nacheinander ab.

4. Ein aufgeräumtes Zuhause kann sich auch positiv auf unser Wohlbefinden auswirken. Wer dauerhaft weniger aufräumen muss, hat mehr Zeit für die schönen Dinge im Leben.

5. Schon wenige Minuten täglich reichen aus, um Dinge direkt wegzuräumen oder Oberflächen frei zu halten. Feste Abläufe helfen dabei, den Aufwand gering zu halten – und sorgen langfristig für ein Zuhause, das sich dauerhaft aufgeräumt und angenehm anfühlt. *spp-o*

Vergessene Technik

Gestern noch technisches Highlight und Objekt der Begierde, heute verstaubt im Schrank: Wer erinnert sich nicht an klobige Mobiltelefone, tragbare CD-Player oder den legendären Game Boy? Auch Geräte wie der Walkman oder der Discman galten einst als Inbegriff moderner Unterhaltung. Schnelle Innovationszyklen lassen elektronische Geräte oft schon nach wenigen Jahren alt aussehen. Die Folge: In unseren Wohnungen sammeln sich kleine „Technik-Friedhöfe“ an. Doch elektronische Geräte enthalten hochwertige Materialien wie Gold, Silber, seltene Erden – und Kupfer. Das rötliche Metall ist zentraler Bestandteil von Kabeln, Leiterplatten und Kontakten. Gleichzeitig ist es ein gefragter Rohstoff – und lässt sich ohne Qualitätsverlust recyceln. Wichtiger Tipp: persönliche Daten löschen oder das Gerät auf Werkseinstellungen zurücksetzen. Unter www.kupfer.de gibt es dazu viele Hintergrundinfos. Ein Frühjahrs- oder Herbstputz bietet eine gute Chance, verborgene Ressourcen zu aktivieren und Platz für Neues zu schaffen. *djd*



Schaulade
Schönes und Schenken
eberstadt

Es werde Licht!
Mit den eleganten Windlichtern von Blomus in Naturfarben erhellen Sie ganz nebenbei Tisch, Wohnzimmer oder Terrasse.

Schwanenstraße 45 · 64297 DA-Eberstadt · Tel.: 06151 - 504 41 50 · www.schaulade-eberstadt.de



Frische Energie

Mit den ersten warmen Sonnenstrahlen wächst die Lust auf Veränderung. Der Frühling ist die ideale Zeit, um frische Energie ins Zuhause zu bringen, Räume neu zu gestalten und das Licht wieder bewusst in den Mittelpunkt zu stellen. Schon kleine Veränderungen – neue Vorhänge oder Raffrollos, leichte Stoffe oder frische Farben – können eine erstaunliche Wirkung entfalten und dem Zuhause eine völlig neue

Atmosphäre verleihen. Nach den dunklen Wintermonaten wünschen wir uns vor allem eines: Helligkeit. Leichte, luftige Stoffe lassen das Tageslicht sanft in den Raum fließen und schaffen eine freundliche, offene Stimmung. Besonders Vorhänge und Raffrollos aus natürlichen Materialien wirken jetzt frisch und modern. Maßgefertigte Lösungen sorgen dafür, dass Fenster perfekt in Szene gesetzt werden und

Räume harmonischer wirken. Mit der neuen Saison halten auch frische Farbtöne Einzug in unsere Wohnräume. Sanfte Pastellfarben, helle Naturtöne und warme Beige- oder Sandnuancen sorgen für eine ruhige und gleichzeitig lebendige Atmosphäre. Besonders beliebt sind derzeit zarte Grüntöne, die an frische Blätter erinnern, sowie helle Blau- und Rosétöne, die Leichtigkeit und Eleganz vermitteln. *PL*

Mehr Licht!

Jedes Jahr ereignen sich Millionen Unfälle in deutschen Haushalten, Stürze zählen dabei zu den häufigsten Ursachen. Eine schlechte Beleuchtung auf der Treppe zum Beispiel kann schnell zu einem Fehltritt führen. Für mehr Sicherheit sorgt eine gezielte Beleuchtung direkt an der Stufe. Eine flexible Lösung bietet etwa das System MaxLED Stair von Paulmann: Die LED-Stripes lassen sich als Stufen- oder Handlaufbeleuchtung anbringen. Besonders clever ist die Automatisierung durch Funk-Bewegungsmelder, die das Licht bei Annäherung von selbst aktivieren. Die Montage ist ohne Werkzeug möglich, die Stromversorgung erfolgt über eine einfache Steckdose. Ein sanfter Lightwave-Effekt lässt das Licht stufenweise aufleuchten. Unter www.paulmann.de finden sich mehr Details. *djd*





Terrasse & Balkon beschatten

Frische Luft und Sonnenschein: Wenn die Tage länger werden und die Temperaturen steigen, werden Balkon oder Terrasse zum zweiten Wohnzimmer. Um die schönen Stunden draußen genießen zu können, ist ein zuverlässiger Sonnenschutz unverzichtbar. Ob Markise, Sonnensegel oder Pergola mit Lamellendach - Sonnenschutzsysteme, vom Fachbetrieb geplant, werden nicht nur die Architektur des Hauses optisch auf, sondern sorgen für mehr Lebensqualität und Geborgenheit auf Terrasse oder Balkon. So entstehen geschützte Bereiche zum Treffen mit der Familie und Freunden, zum Lesen sowie zum Entspannen. Professioneller Sonnenschutz schirmt nicht nur die aggressive UV-Strahlung ab, sondern hält auch Nieselregen und leichten Wind fern. Wer die Abende an der frischen Luft bis in den Herbst verlängern möchte, lässt seine Markise oder Pergola - auch nachträglich - mit integrierter Beleuchtung und praktischen Wärmestrahlern ausstatten. Wer es besonders komfortabel mag, ergänzt seinen Sonnenschutz mit moderner Antriebs- und Steuerungstechnik. Auch bei vorhandenen, hochwertigen Produkten vom Fachbetrieb funktioniert das problemlos. *txn*

Tipps

Markisen, Rollläden, Jalousien und Screens lassen sich damit auch in moderne Smart-Home-Systeme einbinden und bequem per App, Funk oder Zeitschaltuhr bedienen. Wettersensoren sorgen automatisch dafür, dass zum Beispiel eine Markise bei intensiver Sonneneinstrahlung automatisch ausfährt - und bei starkem Wind wieder einfährt. Damit das alles sicher und langlebig funktioniert, sollte der Sonnenschutz von einem Fachbetrieb geplant, installiert und gewartet werden. Die Experten kennen sich zudem mit staatlichen Förderprogrammen aus: Es gibt bis zu 20 Prozent Zuschuss für motorbetriebenen, außenliegenden Sonnenschutz.



Innenliegender Sonnenschutz
So kommen Sie gut durch den Sommer!

„Gesund schlafen - schöner wohnen“

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

Kniess
Betten- & Raumausstattung



Der neue Luxus heißt Ruhe

Es gibt Räume, die man betritt – und solche, die einen aufnehmen. Das Schlafzimmer des Jahres 2026 gehört eindeutig zur zweiten Kategorie. Es ist kein funktionaler Ort mehr, kein bloßer Abschluss eines Tages, sondern ein bewusst gestalteter Rückzugsraum. Eine Bühne für Stille, für Entschleunigung, für das leise Aufatmen nach einem langen Tag. Die aktuelle Designsprache verabschiedet sich von strenger Kühle und geometrischer Härte. Stattdessen hält eine neue Weichheit Einzug. „Soft Minimalism“ lautet das Stichwort: reduzierte Räu-

me, die nicht leer wirken, sondern kuratiert. Möbel mit abgerundeten Kanten, gepolsterte Kopfteile, fließende Stoffe – alles scheint darauf ausgelegt, den Raum optisch und haptisch zu entschärfen. Parallel dazu entwickelt sich ein subtiler Maximalismus. Kein lautes Sammelsurium, sondern ein bewusst komponiertes Nebeneinander aus Vintage-Elementen, handgefertigten Objekten und persönlichen Stücken. Das Schlafzimmer wird individueller, fast schon erzählerisch.

Die Farbwelt 2026 gleicht einer Landschaft im Abendlicht. Statt kühler Grautöne dominieren warme, erdige Nuancen. Sand, Karamell, Terrakotta und sanfte Brauntöne bilden die Basis. Dazu gesellen sich gedämpfte Grüntöne wie Salbei oder Oliv, die eine natürliche Ruhe ausstrahlen. Akzente werden gezielt gesetzt: ein tiefes Nachtblau, ein Hauch von Pflaume oder ein satter Rostton. Doch auch hier gilt Zurückhaltung. Der Trend geht zu Ton-in-Ton-Kompositionen, bei denen Farben ineinander übergehen wie Aquarell auf Papier. Das Ergebnis ist kein Kontrast, sondern ein Kontinuum – beruhigend, harmonisch, fast meditativ. Kaum ein Aspekt prägt die Schlafzimmergestaltung so sehr wie die Wahl der Materialien. 2026 steht ganz im Zeichen der Natur. Holz in all seinen Facetten – von heller Eiche bis zu dunklem Nussbaum – bildet das Fundament vieler Entwürfe. Dazu kommen Leinen, Baumwolle, Wolle und Bouclé, die nicht nur visuell, sondern auch haptisch Wärme vermitteln. ase



Sanfte Beige-Töne und natürliche Materialien sind die Basis des modernen Schlafzimmers.

Ausgeschlafen?

Dass man nach einer schlechten Nacht weniger konzentriert und leistungsfähig ist, haben viele Menschen schon am eigenen Leibe erfahren. Vor allem Spitzensportler arbeiten daher verstärkt an der Optimierung ihres Schlafes und auch Führungskräfte in der Wirtschaft lassen sich zunehmend von Schlafexperten beraten. Und auch immer mehr Unternehmen bieten im Rahmen ihres betrieblichen Gesundheitsmanagements regelmäßige Informationsveranstaltungen zu Schlafthemen

an. Hintergrund: In einer zunehmend stressigen und hektischen Arbeitswelt ist erholsamer Schlaf unerlässlich, um die eigenen Akkus wieder aufzuladen und die Leistungsfähigkeit zu erhalten. So ist wissenschaftlich erwiesen, dass dies für den Erhalt der vollen Gedächtnisleistung und zum Stressabbau unabdingbar ist. Außerdem stärkt guter Schlaf die Immunabwehr des Körpers und schützt so vor Erkrankungen. Investitionen in guten Schlaf sind also sinnvoll angelegtes Geld. *akz-o*

Tipps:

Schlafstörungen sollte man nicht auf die leichte Schulter nehmen. Zumindest die Problemquelle „schlechtes Bett“ lässt sich leicht beheben. Hierzu hilft meist ein Besuch im nächsten Bettenfachgeschäft. Dort trifft man auf speziell ausgebildete Fachleute für guten Schlaf und richtiges Liegen. Auf Wunsch machen viele Schlafberater auch Hausbesuche und können dadurch schnell Defizite rund ums Bett erkennen. Einige Bettenhäuser haben sogar eine Zusatz-Qualifizierung, um Kunden mit Schlafproblemen passende Hilfsangebote zu vermitteln. Weitere Informationen im Internet unter www.kompetenz-zentrum-gesunder-schlaf.de.

Unverzichtbar wichtig

Beim Matratzenkauf stellt sich immer wieder die Frage, ob man zusätzlich einen neuen Lattenrost bzw. eine neue Unterfederung benötigt. Schließlich sieht man dem alten Modell oft nicht direkt an, ob es noch voll funktionsfähig ist. Und mitunter wird sogar die Notwendigkeit eines abgestimmten Rostes bezweifelt.

Tatsache ist: Die Wirkung bzw. Wichtigkeit der Unterfederung bezüglich der Liegequalität hängt von verschiedenen Faktoren ab. Entscheidend sind u.a. Körperbau, Schlafstellung und ggf. gesundheitliche Probleme des Schläfers sowie die Dicke bzw. Qualität der Matratze. Es ist deshalb dringend zu empfehlen, beim Kauf einer neuen Matratze auch den Lattenrost auf seine Eignung überprüfen zu lassen und ggf. neu zu kaufen.

Aktuell geht der Trend sogar zu hochwertigen Unterfederung mit bequemer Verstellbarkeit. Denn immer mehr Menschen nutzen ihr Bett auch zum Lesen, zum Fernsehen oder zum täglichen Relaxen. *spp-o*



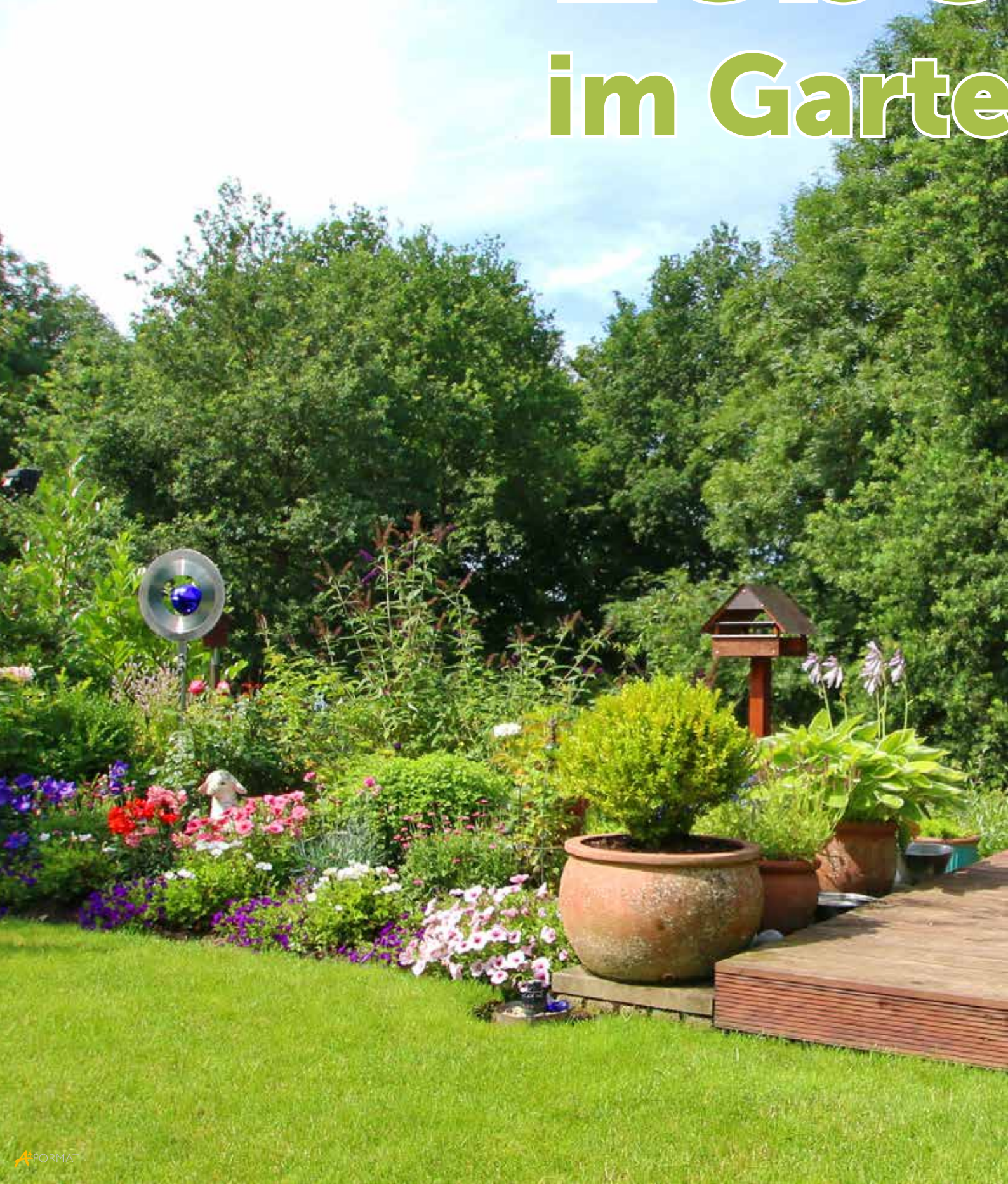
ERHOLSAM SCHLAFEN



Darmstädter Str. 51 | 64354 Reinheim
T.: 06162-919522

www.gerlach-living.de

Lebe im Garten



Lebensräume im Garten schaffen

Viele unbeliebte Gartenbewohner wie Spinnen, Weberknechte, Asseln oder Ohrwürmer sind fleißige Helfer: Sie fressen Schädlinge, bilden Humus, sind selbst Nahrung für andere Arten und halten das kleine Ökosystem im Gleichgewicht. Wer seinen Garten tierfreundlich gestaltet, schützt damit Insekten, Vögel und Säugetiere wie den Igel. Corinna Hölzel, Gartenexpertin beim Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND) erklärt, wie sie Tieren in ihrem Garten Lebensraum schaffen.

„Generell gilt: Schaffen Sie nicht zu viel Ordnung im Garten, lassen Sie Stauden im Herbst einfach stehen und räumen Sie Totholz nicht weg, bauen Sie Haufen – hier leben Asseln, Spinnen, Weberknechte, Ohrwürmer und Käferlarven. Käferlarven sind die Lieblingsspeise von Igel. Totholzhaufen sind also Voraussetzung dafür, dass sich Igel wohlfühlen. Unsere kleinen Gartenhelfer lieben feuchte und geschützte Bereiche. Auch Igel können Sie im Winter helfen, indem Sie große Laubhaufen zusammenkehren und liegen lassen“, erklärt Corinna Hölzel.

Darüber hinaus schaffen dicht bepflanzte Beete und seltener gemähte Rasen feuchte, geschützte Bereiche für Insekten und deren Fressfeinde (z.B. Heuschrecken, Käfer). Die richtigen Kletterpflanzen und Hecken bieten Vögeln Nistplätze und Sichtschutz. Unter dichtem Bewuchs fühlen sich auch Insekten und kleine Säuger wohl. Auch wenn es zuerst schwer fällt, Blattläuse und Raupen an vielen Stellen tolerieren. Sie sind Nahrung für Marienkäfer, Heuschrecken, Wespen, Vögel, Fledermäuse und für den Nachwuchs vieler anderer Tiere.

Dicht bepflanzte Beete schaffen feuchte, geschützte Bereiche für Insekten und deren Fressfeinde.



Der schönste Platz

Eine Terrasse entsteht selten nebenbei – sie wird geplant. Wer dabei von Anfang an die richtigen Fragen stellt, spart sich später teure Korrekturen und schafft einen Außenbereich, der wirklich zum eigenen Leben passt.

Schritt 1: Fläche und Nutzung klären: Bevor es in den Baustoff-Fachhandel geht, lohnt sich ein ehrlicher Blick auf die vorhandene Fläche: Wie groß ist der Garten, und wie viel Platz davon soll die Terrasse einnehmen? Wohin scheint die Sonne, wo gibt es natürlichen Schatten? Und, das ist besonders wichtig, wie soll die Terrasse

genutzt werden? Die Antworten bestimmen die Größe, das Material und die Ausstattung.

Schritt 2: Den richtigen Stil finden: Ob ruhig und minimalistisch, rustikal und naturverbunden – der persönliche Stil sollte sich im Außenbereich wiederfinden. Am einfachsten findet man seinen Stil beim Durchstöbern von Produktseiten wie www.mahora.de, wo sich Beispiele finden, wie man Formate und Oberflächen im Außenraum einsetzt.

Schritt 3: Materialien sorgfältig wählen: Beton, Naturstein, Holz – die Auswahl für Terrassenbeläge ist groß. Entscheidend sind neben der Optik auch Langlebigkeit, Pflegeaufwand und Nachhaltigkeit.

Schritt 4: Sitzmöglichkeiten einplanen: Eine Terrasse lebt von ihren Aufenthaltsqualitäten. Fest integrierte Sitzquader oder Balkensitzelemente sind eine mögliche Alternative zu klassischen Gartenmöbeln – sie wirken aufgeräumter, sind wetterfest und lassen sich flexibel anordnen.

Schritt 5: Planung in die Umsetzung bringen: Jetzt geht es mit vielen Antworten und Ideen in den Baumarkt oder zum Fachhandel. Spätestens dann zeigt sich, ob Maße, Materialwahl und Nutzung zusammenpassen. Je genauer die Planung, umso mehr wird die Terrasse viele Jahre zum Verweilen, Genießen und Feiern einladen. *djd*



Wer Wert auf ein einheitliches Gesamtbild findet, kann Holzstruktursteine vor und hinter dem Haus nutzen.



Kräuterduft

Wer dieses Jahr Kräuter ernten möchte, startet zeitig im Frühjahr mit der Planung. Zunächst wählt man die Kräuter aus, erstellt einen Pflanzplan und beginnt dann mit dem Pflanzen. Kräuter lassen sich sowohl in großen Gärten als auch auf der Fensterbank oder auf dem Balkon anbauen. Die meisten Küchenkräuter benötigen einen warmen, trockenen und windgeschützten Standort, zum Beispiel an einer sonnigen Hauswand. Im Mischkultur-Beet können sie Gemüsepflanzen unterstützen. Für eine reichhaltige Kräuternernte können Sie diese zusätzlich in einem Beet, Kräu-

tergarten oder in einer Kräuterspirale pflanzen. Charakteristisch für eine Kräuterspirale ist ihr von außen nach innen spiralförmig ansteigender Bau. Auf der höchsten Stelle der Kräuterspirale sollten Sie Kräuter pflanzen, die Wärme, Trockenheit und einen mageren Boden lieben. Zur Basis hin, in den „tieferen Regionen“ der Spirale, eher heimische Pflanzen. Auch auf dem Balkon oder auf ihrer Fensterbank lassen sich Kräuter gut anpflanzen. Wenn Sie einen Balkon mit viel Sonne haben, achten Sie auf die richtige Kräuterwahl und torffreie Erde. Weitere Infos: www.bund.net. red

Fit in die Saison:

Mit den ersten warmen Tagen werden E-Bikes aus dem Keller geholt und Powerbanks wieder zu Outdoor-Begleitern. Vor dem Saisonstart lohnt ein Blick auf den Zustand der Akkus. Nach der Winterpause sollte der Akku auf Zimmertemperatur gebracht und mit dem Original-Ladegerät aufgeladen werden. Dann das Gerät fast leer fahren – niemals tiefentladen – und erneut aufladen. Auf shop.ansmann.de/faqs gibt es weitere Tipps. *djd-k*



Überblick mit Stil

Basilikum, Petersilie oder Rucola – viele Kräuter sehen sich in jungen Stadien zum Verwechseln ähnlich. Selbstgemachte Pflanzenetiketten helfen dabei, im Balkongarten den Überblick zu behalten. Gleichzeitig lassen sie sich nachhaltig gestalten: Statt neuer Kunststoffschilder können Holzstäbchen, Eisstiele oder Stücke aus Verpackungskarton als Pflanzenlabel die-

nen. Beschriftet werden sie am besten mit wasserfesten Stiften wie dem Gelschreiber G2 Plus von Pilot, damit Regen und Sonne der Schrift wenig anhaben können. Einige Schreibgeräte wie der Bottle 2 Pen, die sich zum Beschriften etwa von DIY-Pflanzgefäßen aus alten Glasbehältern eignen, bestehen zudem teilweise aus recycelten Materialien und sind nachfüllbar. *djd*

www.baumann-gaerten.de



Ihr **Rasen** ist zum Davonlaufen?

Bevor Ihr Kind auswandert, erfüllt unser kundenorientiertes und fachkundiges **Gartenpflege-Team** Ihre Wünsche. Wir sanieren, vertikutieren Ihren Rasen, verlegen Rollrasen oder pflanzen ein Blütenmeer – standorttreu und stielrecht, bequem und schnell. Ihre Kinder, Gäste, Nachbarn werden staunen!

Baumann
Gärten & Freiräume
Tel. 06155.7 82 42



Spargelzeit!

Wenn der Frühling auf den Teller kommt

Es gibt diesen einen Moment im Jahr, der sich nicht laut ankündigt – und doch alles verändert: Der erste Spargel liegt in den Auslagen, noch leicht erdig, noch ein wenig geheimnisvoll. Und plötzlich ist er da, der kulinarische Frühling.

Mit dem Start der Spargelsaison beginnt eine Zeit, die fast schon ritualhaft gefeiert wird. Besonders Spargel – ob weiß, violett oder grün – steht dabei im Mittelpunkt wie ein stiller Star, der keine großen Gesten braucht. Sein Geschmack ist fein, seine Präsenz saisonal begrenzt, und genau das macht ihn so begehrt.

Während der weiße Spargel oft klassisch inszeniert wird, mit Sauce Hollandaise oder neuen Kartoffeln, bringt grüner Spargel eine leichtere, modernere Note auf den Teller. Er darf rösten, grillen, knuspern – und zeigt dabei eine

ganz neue, fast spielerische Seite. Beide Varianten eint jedoch eines: Sie schmecken am besten, wenn sie frisch sind und mit Respekt behandelt werden.

Die Spargelsaison ist mehr als nur ein kulinarischer Kalenderpunkt. Sie ist ein Versprechen. Ein Versprechen von sonnigen Tagen, von langen Abenden, von einer Küche, die wieder heller, frischer, unbeschwerter wird.

In den folgenden Rezepten zeigen wir, wie vielseitig Spargel sein kann – mal klassisch, mal überraschend, mal elegant, mal ganz unkompliziert.

Denn wenn eine Zutat den Frühling wirklich verkörpert, dann ist es diese: zart, vergänglich und jedes Jahr aufs Neue ein kleines Fest. *ase*



Eine luftige Spargel-Quiche ist im Frühjahr ein gelungener Appetizer beim großen Menü - oder ein leckerer Snack beim Freunde-Abend!

Spargel-Quiche

Zutaten: Für den Teig: 200 g Mehl · 100 g kalte Butter · 1 Ei · 1 Prise Salz · 1–2 EL kaltes Wasser | Für die Füllung: 400–500 g grüner Spargel · 4 Eier · 200 ml Sahne · 100 ml Milch · 120 g geriebener Käse (z. B. Gruyère oder Emmentaler) · 1 kleine Schalotte (fein gehackt) · Salz, Pfeffer · Muskatnuss · optional: etwas Zitronenabrieb

Zubereitung: Mehl, Salz und kalte Butter rasch zu Streuseln verarbeiten. Ei und Wasser dazugeben und zu einem glatten Teig kneten. In Folie wickeln und mindestens 30 Minuten kaltstellen. Die holzigen Enden abschneiden. Dickere Stangen längs halbieren, damit sie später schön in der Füllung liegen. Kurz in kochendem Salzwasser 2–3 Minuten blanchieren, dann in Eiswasser abschrecken – so behalten sie ihre leuchtend grüne Farbe. Teig ausrollen, in eine gefettete Tarteform legen, Rand hochziehen und mit einer Gabel einstechen. Bei 180 °C (Ober-/Unterhitze) etwa 10 Minuten vorbacken. Eier, Sahne und Milch verrühren. Käse unterheben. Schalotte dazugeben und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat würzen. Optional etwas Zitronenabrieb für Frische. Ein paar Spargelstücke klein schneiden und in die Füllung geben. Die Mischung auf den vorgebackenen Boden gießen. Die Spargelspitzen strahlenförmig von der Mitte nach außen auf die Quiche legen – wie eine essbare Sonne. Bei 180 °C etwa 30–35 Minuten backen, bis die Oberfläche goldgelb ist und die Füllung gestockt. *ase*



Frühlingsküche mit Raffinesse

Zutaten: 500 g grüner Spargel · 150 g Prosciutto di San Daniele · 150 g Erdbeeren · 50 g Rucola · 2 EL Olivenöl · 1 EL Balsamico bianco · frisch gemahlener Pfeffer · optional: gehobelter Parmesan

Zubereitung: Spargel im unteren Drittel schälen, in Stücke schneiden und in wenig Salzwasser 3–4 Minuten bissfest garen. Abschrecken und abkühlen lassen. Erdbeeren halbieren, Rucola waschen. Für das Dressing Olivenöl und Balsamico verrühren, mit Pfeffer abschmecken. Spargel, Erdbeeren und Rucola mischen, Dressing unterheben. Den Prosciutto di San Daniele locker darüberlegen oder leicht gezupft unterheben. Nach Wunsch mit etwas Parmesan bestreuen. Das Ergebnis: ein aromatisches Zusammenspiel aus Süße, Frische und feiner Würze – perfekt als leichte Vorspeise oder als Begleiter zu einem Glas Weißwein. *akz-o*



Frühlings-Muffins

Zutaten: 150 g Prosciutto di San Daniele, 120 g Mehl, 1/2 Päckchen Backpulver, 2 Eier, 100 ml Milch, 60 ml Olivenöl, 80 g Ricotta oder Frischkäse, 100 g grüner Spargel (fein gewürfelt), Salz, Pfeffer, frische Kräuter (z. B. Thymian oder Petersilie)

Zubereitung: Spargel in kleine Stücke schneiden und 2–3 Minuten blanchieren. Eier mit Milch und Olivenöl verrühren. Mehl mit Backpulver mischen und unterheben. Ricotta, Spargelwürfel und fein geschnittenen Prosciutto di San Daniele unterziehen. Mit Kräutern, Salz und Pfeffer abschmecken.

Teig in gefettete Muffinförmchen füllen und bei 180 °C etwa 20–25 Minuten backen. Lauwarm servieren – ideal für Brunch, Picknick oder als Begleiter zu frühlingshaften Salaten. *akz-o*



Kunst & Kultur vor Ort





Seit dem 16. Jahrhundert gibt es die handgeklöppelte Spitze. Beim Klöppeln werden Fäden nach einem bestimmten Muster gekreuzt bzw. verdreht. Auf rollenförmigen oder flachen Klöppelkissen wird der Klöppelbrief als Musterzeichnung festgesteckt. Das Garn, meist Leinen oder Baumwolle, aber auch Draht, wird auf Klöppel gewickelt. Diese kleinen Holzgriffe erleichtern die Arbeit mit den einzelnen Fäden. Durch Kreuzen und Drehen der Klöppel werden die einzelnen Fäden dann verzwirrt, verflochten und verwebt, so dass Spitze entsteht. Stecknadeln halten die Spitze in der vom vorgezeichneten Klöppelbrief fixierten Form und Position auf dem Klöppelkissen fest.

Deutscher Klöppelspitzen-Kongress in Erbach

Der Deutsche Klöppelverband e. V. mit seinen rund 3.000 Mitgliedern weltweit verfolgt das Ziel, das historische Kunsthandwerk des Spitzenklöppelns zu bewahren, zu pflegen, zu erforschen und zu fördern. Hierzu veranstaltet der Verband traditionell jährlich seinen Klöppelspitzen-Kongress – in diesem Jahr nach 2019 zum zweiten Mal in Erbach. Vom 10. bis 12. April haben die rund 4.000 Teilnehmenden aus dem In- und Ausland die Gelegenheit, sich zu treffen, auszutauschen und neue Klöppel-Techniken kennenzulernen. Aber auch für Außenstehende wird einiges geboten. Das Stadtzentrum steht an diesem Wochenende außerdem im Zeichen des Fischfests an der Mümling – eine weitere Attraktion für die vielen Besucher.

Das dreitägige Kongressprogramm, das unter dem Hauptthema „Pariser Spitze“ steht, ist sehr vielseitig: Festlicher Eröffnungsabend, Mitglie-

dersammlung, Ausstellungen, Fachvorträge, Abendveranstaltungen, Arbeitsgruppen und Arbeitsgemeinschaften mit Klöppelkursen, Bücherständen und anderem.

Dreh- und Angelpunkt des Kongressgeschehens ist dabei die Werner-Borchers-Halle. Für interessierte Außenstehende gibt es außerdem Ausstellungen über die ganze Stadt verteilt zu verschiedenen Spitzen-Themen sowie über 70 internationale Händler, die ihre Waren in der städtischen Turnhalle sowie der Sporthalle der Schule am Sportpark anbieten. Ebenso können die Gäste beim Schauklöppeln während der Kongresstage den Akteurinnen und Akteuren über die Schulter schauen.

Alle Infos zum Programm und Standorten unter: www.erbach.de/maerkte-kultur/feste-maerkte/kloepfelspitzen-kongress/ red



Unterwegs nach Babylon

Eine neue Ausstellung steht unmittelbar vor ihrer Eröffnung, die am Sonntag, 12. April 2026 um 11 Uhr stattfindet. Die Darmstädter Galerie Netuschil zeigt die imposanten Holz- und in Bronze gegossenen Skulpturen und die großformatigen Reliefs von Walter Schembs zu seinem neuen Thema „Unterwegs nach Babylon“. Seine Arbeiten für Wand und Raum füllen das gesamte Erdgeschoss. Die Skulpturen, die ursprünglich immer in Holz gearbeitet sind, überführt der Künstler in das auch für draußen zu platzierende und dort überdauernde Material der Bronze. Neu im Werk von Walter Schembs ist die Bildgattung des Reliefs. Eben entstanden sind mehrteilige, großformatige Reliefplatten zum Thema Babel und zur Sprachverwirrung. Es ist seine Auseinandersetzung mit dem Mythos und der Weltgeschichte des Menschen. Die vor 4000 Jahren entstandene, am Euphrat gelegene Stadt Babylon, war geprägt von Reichtum und kultureller Vielfalt, was im religiösen Kontext umschlug in moralische Verderbtheit, Chaos, Sündenpfehl und Untergang.



Den realen Untergang einer Welt, unserer modernen Welt, erlebte der Maler, Zeichner und Schriftsteller Ludwig Meidner unmittelbar im Ersten und Zweiten Weltkrieg. In einer Kabinettausstellung zeigt die Galerie parallel im Zwischengeschoss eine in sich abgeschlossene Kabinettausstellung zum Werk des wichtigsten deutschen Expressionisten, Ludwig Meidner (1884 – 1966).

Die beiden Ausstellungen werden von vielen Parallelveranstaltungen, Führungen, Lesungen aus dem expressionistischen Prosawerk Ludwigs Meidners, und vor allem einem großen Programm zum Welttag des Buches am 23. April 2026 begleitet, das drei Tage, bis zum Samstag, 25. April, randvoll füllt. Die beiden

Ausstellungen sind vom 12. April bis 30. Mai donnerstags und freitags von 14.30 bis 19.00 Uhr, samstags von 10.00 bis 14.00 Uhr sowie nach telefonischer Vereinbarung zu sehen. *red*

Comic-Welten mit Schmunzelgarantie

Auf eine ganz besondere Ausstellung mit Schmunzelgarantie können sich nicht nur Comicfans in Groß-Gerau freuen: denn der bekannte Rheingauer Künstler Michael Apitz zeigt seine diversen Comics in einer Ausstellung! Unter dem Titel „Die Comic-Welten des Michael Apitz“ ist die Ausstellung in der Kundenhalle der Volksbank Darmstadt Mainz in Groß-Gerau Am Sandböhl zu sehen.

Besucher können die Schau noch bis zum 23. April während der Banköffnungszeiten erleben: montags bis freitags von 9 bis 12 Uhr, montags und freitags von 14 bis 16 Uhr sowie dienstags und donnerstags von 14 bis 18 Uhr. Einige der Bilder der Ausstellung in der Volksbank Darmstadt Mainz werden im Rahmen der Ausstellung zugunsten der Volksbank Stiftung Hoffnung für Kinder verkauft. Mehr Informationen zum Künstler und den Bildern auch auf www.apitzcomics.de. *red*



Die entlegensten Orte der Welt

Ein besonderes kabarettistisches Highlight präsentiert die BühnerBühne Riedstadt am 2. Mai. Christian Döring, Regional-Beauftragter für Feierabend-Kabarett, kommt an diesem Abend auf die Leeheimer Bühne. Ab 19.30 Uhr begibt er sich mit seinem aktuellen Programm „Wo bitte geht's zum Arsch der Welt?“ auf eine kabarettistische Nah- und Fern-Reise von Hier bis Irgendwo. Wer in unbekannte, entlegene Orte dieser Welt reisen möchte, hat unzählige Möglichkeiten: Itseqqortoormiit, Gorak-Shep, Klein-Rohrheim. Aber wo liegt er wirklich: der Arsch der Welt? In Grönland? Am Moorloch? Oder doch im eigenen Gehirn? Das fragt sich Christian Döring in seinem neuen Solo-Programm. Karten für den Auftritt in der BühnerBühne sind ab sofort zum Preis von 15 Euro in der BühnerBühne, an der Infothek der Kreisverwaltung sowie an allen Reservix-Verkaufsstellen erhältlich. Online-Tickets unter www.buechnerbuehne.reservix.de/tickets. *red*

ubiMastervolksbanking.de/ubi





1.788 €

ubiMaster-
Nachhilfe
pro Jahr inklusive

Dein Konto. Deine Mathe-Nachhilfe.

Deine Eintrittskarte für bessere Noten:
Das gratis Giro4Life-Konto mit
kostenlosen Nachhilfestunden –
in Mathe & vielen weiteren Fächern.
Wir machen den Weg frei.

Volksbank
Darmstadt Mainz



Jetzt wieder Laternenführungen

Mit dem April beginnt in Heppenheim die Saison der Stadtführungen. Besucher dürfen sich auf ein abwechslungsreiches Programm aus Stadt- und Laternenführungen freuen. Bis einschließlich Oktober starten die beliebten Rundgänge durch die historische Altstadt jeden Samstag um 11 Uhr auf dem Marktplatz. Ebenfalls samstags, jeweils um 22:00 Uhr, laden die Laternenführungen zu sagenhaften Abenden ein. Mehr als 150 Scherenschnitte des Künstlers Albert Völkl leuchten aus den Altstadtlaternen herab. Sie alle zeigen hessische Sagen und bilden seit dem Hessentag 2004 den Heppenheimer Laternenweg. Immer zwei gewan-

nete Erzähler berichten bei den Führungen in Balladenform aus längst vergangener Zeit. Unter dem Motto „Schmunzeln auf dem Laternenweg“ steht die Saison 2026 ganz im Zeichen heiterer Momente. Ein neues Angebot richtet sich speziell an Familien: Am Freitag, den 10. April, um 19 Uhr findet erstmals eine Familien-Laternenführung statt. Unter leuchtenden Laternen erleben Kinder und Erwachsene spannende Geschichten aus Heppenheim und Umgebung. Die Führung wird für Familien mit Kindern ab sieben Jahren empfohlen. Treffpunkt für alle Laternenführungen ist auf dem Marktplatz. Infos: www.heppenheim.de. red



Wer bäckt für den Umstädter Wochenmarkt?

Nachdem die Altstadtbäckerei Braunwarth zum Jahresende 2025 die Teilnahme am Wochenmarkt beendet hatte, sucht die Stadtverwaltung Groß-Umstadt weiterhin ei-

nen neuen Bäcker. Der Umstädter Wochenmarkt findet immer mittwochs und freitags zwischen 7:30 und 12:30 Uhr auf dem Marktplatz statt. Bewerbungen können per Mail

an stadtmarketing@gross-umstadt.de oder per Post an Magistrat der Stadt Groß-Umstadt, Abt. 150, Markt 1, 64823 Groß-Umstadt geschickt werden. red



Welcher Bäcker wird in Zukunft den Groß-Umstädter Wochenmarkt beschicken?

PUB-QUIZ

Europa

Klartext statt Klischees

Mitgerätselt werden kann beim Pub-Quiz „Europa – Klartext statt Klischees“

Klartext statt Klischees

Eine kurzweilige Quizrunde mit viel Humor und spannenden Fragen gibt es am Donnerstag, 16. April ab 19 Uhr beim Pub-Quiz „Europa – Klartext statt Klischees“ im Restaurant Da mé im Bürgerhaus Wolfskehlen. Bei der Kooperationsveranstaltung von Europa Union – Kreisverband Groß-Gerau, der Hessischen Landeszentrale für politische Bildung und des Kulturbüros der Büchnerstadt Riedstadt geht es um Fragen rund um die Europäische Union: zu Mythen und Gerüchten, Bürokratie und Alltag, Wirtschaft und Verbraucherschutz und vielem mehr. Die Moderation haben Dr. Birgit Bujard und Andreas Christ. Vorwissen ist nicht notwendig. Als Hauptpreis winkt eine Tagesfahrt zum Europäischen Parlament in Straßburg für zwei Personen, inklusive Bus und Programm. Der Eintritt ist frei, zur Teilnahme wird ein Smartphone benötigt. Da die Plätze begrenzt sind, wird um Anmeldung beim Kulturbüro gebeten: E-Mail kultur@riedstadt.de oder Telefon 06158 93084 -1/-2. *red*



OPTIK
BOGORINSKI
Sehen & Hören

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

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



Fördermittelübergabe
2025 bei der Kreisspar-
kasse

Abend der Chöre

Neben der Kreissänger-Ehrung und der Förderung der musikalischen Jugendarbeit möchte der Kreis Groß-Gerau, gemeinsam mit der Sparkassen-Stiftung Groß-Gerau, die Unterstützung des Chorgesangs im Kreis Groß-Gerau weiterentwickeln. So können sich auch in diesem Jahr wieder alle im Kreis Groß-Gerau ansässigen Erwachsenen-Chöre für den „Abend der Chöre“ im September bewerben. Zugelassen sind alle Chorgattungen, Bewerbungsschluss ist am 4. Mai 2026.

Die Auftrittsdauer je Chor beim Konzert beträgt zwei Mal 15 Minuten. Eine Voraussetzung für die Interessensbekundung ist für die Chöre daher, ein entsprechendes Repertoire für diese Zeitdauer zu haben, welches ohne technische Unterstützung präsentiert werden kann. Anmeldungen werden auf der Homepage des Kreises entgegengenommen unter www.kreisgg.de/aktivitaeten/kultur/abend-der-choere. red

Dino-Metal für die Familie

Dino-Metal für die ganze Familie – das gibt es am Sonntag, 23. August 2026, bei Volk im Schloss in Groß-Gerau zu erleben. Vom Kinderzimmer bis aufs legendäre Wacken Open Air, vom Familienausflug bis zur Festivalbühne, von kleinen Clubs bis zu großen Hallen – Heavysaurus spielen echten Metal für Groß und Klein. Vier Dinosaurier und ein Drache rocken die Bühnen mit einer Show, die Kinder wie Erwachsene gleichermaßen die „Pommesgabel“ recken lässt. Volk im Schloss findet von 21. bis 23. August 2026 im Rahmen des Kultursommers Südhessen statt. Damit alle Familien teilnehmen können, ist der Eintritt an allen Tagen frei. Infos gibt es online: www.volk-im-schloss.com. red



Bruchsee-Natur-Entdecker 2026

Unter dem Titel „Bruchsee-Natur-Entdecker“ bietet die Tourist Information Heppenheim ein abwechslungsreiches Programm mit natur- und umweltpädagogischen Workshops für Familien mit Kindern im Grundschulalter an. Es ist eine Veranstaltungsreihe, die spielerisch Wissen über Natur und Umwelt vermittelt. Den Auftakt macht am Freitag, 29. Mai 2026, von 15:00 bis etwa 17:30 Uhr der Workshop „Vögel und Amphibien“. Günther Hagemeister vom NABU Heppenheim e.V. vermittelt kindgerecht Wissenswertes über die Tierwelt am Bruchsee. Am 19. Juni 2026 folgt der Workshop „Die faszinierende Welt der Honigbienen“ mit Martin Zahn von der Heppheimer Stadthonig-Imkerei. Infos unter www.heppenheim.de/bne. *red*

Der Experte

Die Sparkasse steht seit jeher für verlässliche Finanzdienstleistungen – von der Geldanlage über Kredite bis hin zu Versicherungen. Doch unser Auftrag geht weit darüber hinaus. Wir kümmern uns auch um die Sicherheit unserer Kunden. Gerade ältere Menschen geraten immer wieder ins Visier von Betrügern. Deshalb fragen unsere Mitarbeiter im Verdachtsfall gezielt nach. In Zusammenarbeit mit der Polizei nutzen wir dafür einen speziellen Fragenkatalog. Dabei geht es beispielsweise darum, ob ein angeblicher Verwandter telefonisch um dringend benötigtes Geld gebeten hat, ob absolute Verschwiegenheit verlangt wurde oder ob sich vermeintliche Polizeibeamte melden und behaupten, das Geld auf der Bank sei nicht mehr sicher. Auch angebliche Gewinnversprechen, für die zunächst Geld überwiesen werden soll, sind ein bekanntes Betrugsmuster. Diese Nachfragen dienen nicht der Kontrolle, sondern ausschließlich dem Schutz unserer Kunden – und haben bereits vielfach geholfen, Schaden zu verhindern. Gleichzeitig treiben wir moderne Bezahlungsmöglichkeiten voran. Mit Wero, der europäischen Lösung für Echtzeitzahlungen, senden und empfangen Sie Geld schnell und direkt – auch beim Bezahlen im Online-Shop. Sicher, unkompliziert und ohne Umwege.



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

Weinfrühling

Die einmalige Gelegenheit, rund 180 Bergsträßer Weine, Seccos und Sekte vergleichend miteinander zu verkosten, bietet sich beim Bergsträßer Weinfrühling.

Der Bergsträßer Weintreff am 25.4.2026 von 15 bis 20 Uhr im Bürgerhaus Bensheim ist die Eröffnungsveranstaltung zum „Bergsträßer Weinfrühling 2026“. Ein beliebtes Highlight ist die Bergsträßer Weinlagenwanderung, die am 1. Mai 2026 in die 37. Runde geht. Informationen online unter www.bergstraesser-wein.de.

„Theater, Spargel und Wein“ heißt es am 13. Mai von 18.30 bis 22.30 Uhr: Es erwartet die Teilnehmer ein mehrgängiges Spargelmenü mit Weinprobe, umrahmt von einer Inszenierung des 12 Stufen Theaters. Veranstalter: vinum autmundis, Riegelgartenweg 1, Groß-Umstadt, Info+Anmeldung: 06078 2349, events@vinum-autmundis.de. Infos zu allen Programmpunkten: www.bergstraesser-weinfruehling.de. *red*

Mach deine Freunde happy. Mit Wero.

Sende Geld einfach und schnell.

Jetzt in der App Sparkasse nutzen.

WERO

Weil's um mehr als Geld geht.



**Kreissparkasse
Groß-Gerau**



Findus zieht um

Die vielen jungen Fans von Pettersson und seinem Kater Findus sowie des Kindertheaters Con Cuore können sich auf Samstag, 25. April freuen. Dann gastiert das Figuren- und Puppentheater in der Kindertheater-Reihe des Kulturbüros der Büchnerstadt Riedstadt mit dem Stück „Findus zieht um“, nach den Bilderbüchern von Sven Nordqvist, im Volkshaus Crumstadt, Friedrich-Ebert-Straße 21.

Die Kooperationsveranstaltung mit dem SV Crumstadt beginnt um 15 Uhr, Einlass ist ab 14.30 Uhr. Dank der Unterstützung durch die Kreissparkasse Groß-Gerau und der ÜWG ist der Eintritt frei, doch wird um verbindliche Anmeldung unter kultur@riedstadt.de gebeten.

Was soll ein alter Pettersson machen, wenn er überhaupt gar nicht mehr ausschlafen kann? In seinem eigenen Haus! Es geht nicht anders, Findus muss ausziehen. Denn sein ständiges Poltern und Hopsen, schon morgens um vier Uhr, reißt Pettersson jedes Mal aus dem Schlaf. Aber wohin soll Findus umziehen? In den Hühnerstall? In die Werkstatt? Oder vielleicht ins alte Plumpsklo? Pettersson wird auf jeden Fall das Richtige einfallen. *red*

Lieblingsbusfahrer 2026 gesucht

Der bundesweite Fahrgastwettbewerb „LieblingsbusfahrerIn“ geht 2026 in die nächste Runde: Mit dem Wettbewerb will der Verband Deutscher Verkehrsunternehmen bundesweit Busfahrer würdigen, die sich durch besonderes Engagement, Freundlichkeit, Hilfsbereitschaft oder außergewöhnliche Leistungen im Arbeitsalltag ausgezeichnet haben. Fahrgäste sind eingeladen, ihre persönlichen Geschichten auf www.lieblingsbusfahrer.de einzureichen. Auch 2026 gibt es mehrere Kategorien: Alltagshelden, Besondere Leistung/Zivilcourage, Schulbus und in der neuen Kategorie Fernbus. *red*



Verschwisterung

Groß-Umstadt - Saint-Péray

Die Stadt Groß-Umstadt feiert 60 Jahre Verschwisterung mit der französischen Partnerstadt Saint-Péray. Eine Partnerschaft, die vor sechs Jahrzehnten damit begann, dass eine Gruppe aus Groß-Umstadt bis ins französische Saint-Péray geradelt ist, um eine geeignete Partnerstadt zu finden. Seitdem verbindet eine lebendige Freundschaft die beiden Städte. Im Rahmen dieses Jubiläums plant das Verschwisterungskomitee zahlreiche Veranstaltungen, um die langjährige Partnerschaft zu würdigen und zugleich neue Impulse für die gemeinsame Zukunft zu setzen. Am Samstag, den 9. Mai, findet ein Festakt während des Europatages im Gruberhof statt. Die Maibegegnung in Saint-Péray, Frankreich findet vom 14. bis 18. Mai statt. Französisches Flair wird auf dem Marktplatz beim Johannisfest am Samstag, 27. Juni mit einem Frühstücks-Warm-up verbreitet. Die Delegationen aus den Partnerstädten besuchen Groß-Umstadt zum Umstädter Winzerfest vom 18. bis 21. September. Diese und viele weitere Aktivitäten werden die 60 Jahre Partnerschaft würdig begleiten. *red*

Landarzt in Frankreich!



Hafen für Hausboote



Ortsmitte mit Stickerei-Museum

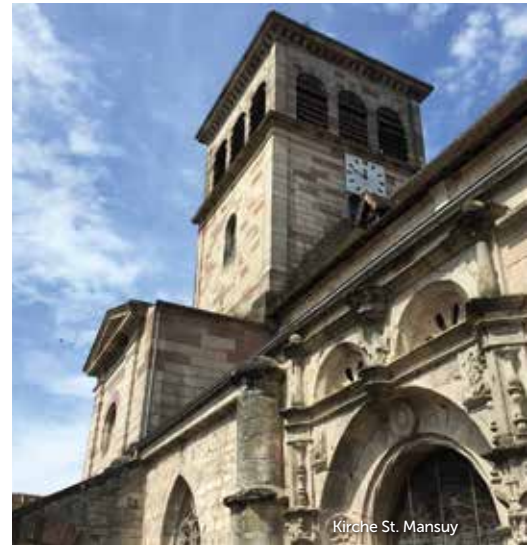


Wir sind...

...ein charmantes Dörfchen am Südrand der Vogesen, direkt an der Grenze zum Burgund.

Und wir suchen einen **Hausarzt!**

Fontenoy-le-Château ist etwas Besonderes. Unser malerisches Dorf liegt in einem engen Talkessel. Durch unseren Ort fließen parallel der Côney und nebenan der Canal de l'Est. Der Treidelpfad zwischen beiden Gewässern ist Teil der touristischen Wander- und Fahrradrouten "Voie Bleue". Hier kann man herrlich entspannen und fast ohne Steigung weite Strecken zurücklegen. Im Hafen findet sich ein Hausboot-Verleih. Zudem gibt es bei uns ein Hotel-Restaurant, ein Café, eine Bar und natürlich eine Bäckerei - alles für gemütliche Feierabende und Wochenenden mit Freunden. Für Familien ist unser romantischer Ort ein Traum: Kindergarten und Grundschule sind direkt im Zentrum, Sicherheit wird hier groß geschrieben und die lokalen Vereine veranstalten mehrere Festivitäten im Jahr. Die nächstgelegene weiterführende Schule befindet sich im Nachbarort Bains-les-Bains. Der Kanal als ehemalige Transportader hat schon früher viele Fremde hier hergebracht. Heute leben 15 Nationalitäten, hauptsächlich EU-Europäer, „wie Gott in Frankreich“. Wer hier seinen Traum verwirklichen und mit uns an einem Strang ziehen möchte, ist herzlich willkommen.



Kirche St. Mansuy

Wir bieten...

...**Hausarztpraxis** mit Wohnung und großem Patientenstamm!

Das Gebäude der ehemaligen Mädchenschule soll neue medizinische Anlaufstelle werden – und das nicht nur für unsere 500 Einwohner, sondern für Menschen im Umkreis von etwa 25 km. Fontenoy-le-Château kann sich momentan noch glücklich schätzen mit zwei Hausärzten. Beide sind auf dem Sprung in die Rente und würden gern ihren Patientenstamm in gute Hände geben.

- + Übernahme Patientenstamm
- + Einarbeitung und Hilfestellung am Anfang
- + Kurs medizinisches Fachfranzösisch gratis
- + Praxisräume kostenlos die ersten fünf Jahre
- + Darüber liegende 3ZKB kostenlos (5 Jahre)
- + Finanzielle Unterstützung zur Eröffnung
- + Apotheke vor Ort, gute Zusammenarbeit (bedient wird hier auf Französisch, Deutsch Englisch, Italienisch)
- + Kein Praxispersonal nötig
- + Keine Nacht- / Wochenenddienste
- + Freie Urlaubsplanung
- + Raum innerhalb der Praxis für andere medizinische Berufsgruppen, z. B. für Assistenzärzte, Ortskrankenschwester etc.

IDEALE BEDINGUNGEN!



Interesse?

Kommen Sie vorbei:

9 Rue de l'Église

88240 Fontenoy-le-Château

Rufen Sie uns an:

+33 3 29 36 33 09 (frz.)


+49 172 6129449 (dt.)

Schreiben Sie uns:

doc-fontenoy@gmail.com

Wir freuen uns auf

>> SIE!

Abkömmling	Textabschnitt	Gleitbahn	altgriech. Philosophenschule	französisch: sich	Gattin des Gottes Osiris	englischer Männername	englisch: benutzen	russisches Bauernhaus	modisch elegant	Gegner Luthers † 1543	leises Reden	Schiffstaue	Gewand der alten Griechen								
					Begrüßung				Zauber, Magie												
antike griech. Instrumente			1		Halbton unter d			Sündenbekenntnis		8			Tatsachen								
unteres Rumpfe						Reisekoffer					europ. Fußballbund (Abk.)	10									
				rauchende Schwefelsäure	<div data-bbox="454 436 1141 929" style="text-align: center;">  <p>VOGELSANG Schmuck mit Charakter</p> <p>• Wertgutachten • Schätzungen • Upcycling</p> <p>Antiquitätentage 2. & 3. Mai, 10 - 18 Uhr Geibelsche Schmiede, Oberstraße 20</p> <p>www.vogelsang-schmuck.de Heidelberger Landstr. 200 · 64297 Darmstadt · Tel.: 0 61 51 / 94 34 85</p> </div>								ein Mineral								
altgriech. Sitz der Giganten			westf. Stadt an der Ruhr																türk. Gewichtseinheit (226 kg)	9	
libyscher Grenzstadt																			Staat in Südarabien		Folien zur Kopierherstellung
finnischer Männername																					
Heldengedicht	Vorname des Läufers Nummi	Abk.: Nebenausgabe																	EDV-Begriff (Netzwerk)		Wagen ohne eigenen Motor
				dt. Weinort bei Saarburg															kastanienbraun	Sterndeuter	Initialen Cromwells
																					6
Bantustamm in Kenia		aufgebracht											Fremdwortteil: ehemals	Landeszentralbank (Abk.)		Mutter der Nibelungenkönige	Rufname d. 'Hair'-Sängerin Kramer	Herrenschößrock (Kw.)	Labans Tochter (A.T.)	ein Fürwort	
verwundet																Koranabschnitt			Greifvogelfütterung	4	Großstadt an der Loire
				eine Gemüsepflanze										vor-sichtig						Vorname des Sängers Kollo	
Schlagersänger (Andy)	starke Zweige		Skat ausdruck									biblische Männergestalt	5								
Fremdwortteil: Luft												französisch: Post	histor. Kalifat in Zentralafrika								
eine Kaiserpfalz																					
				englischer Frauenname								unerzogenes Kind									
Aufforderung zur Ruhe		männlicher franz. Artikel										engl. Sprechweise des 'X'	beschaffen								
US-kanadischer Grenzsee			3									Flugzeug-einweiser	den Mund betreffend	Lanzen							
veraltet: fähig	Balkenträger (Figur)	ein NATO-Generalsekretär		Abk.: Luftfahrtnormen										7							
					kriminalistischer Begriff	zum Verzehr geeignet		Figur bei Stevenson, Doktor ...		waschaktive Substanz	Familienverband	Fruchtbonbons									
langweiliger Mensch (ugs.)								widerlich finden, sich vor etwas ...				11	Figur von Erich Kästner	eine Geliebte des Zeus							
													Aalgabel								
					Ruinengestade bei Teheran	kleine Echsenart				bibl. König von Magog				dt. Antiterror-einheit (... 9)							
genmanipuliertes Wesen				engl. Ballspiel				Kfz-Z. Beckum	Zwerg												
Staat in Zentralafrika					2		pigmentstoffarmes Tier				Frauenkurzname		chem. Zeichen für Selen								
Männerkurzname							abgeschlossen					Besitzform im MA.									

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

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



Lösungswort aus dem Kreuzworträtsel mit Namen und Telefonnummer bis zum 21. April 2026 senden an: agentur stilEcht GmbH, Schillerstraße 2, 64342 Seeheim-Jugenheim, E-Mail: gewinnspiel@agentur-stilecht.de

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

A4-FORMAT IM MAI 2026:



Draußenzeit

Grünes und Buntes im Garten

Wohnkonzepte

Hygge, Japandi oder doch anders?

Grillmomente

BBQ in allen Varianten

A⁴FORMAT

IMPRESSUM

Verlag

agentur stilEcht GmbH
Schillerstraße 2
64342 Seeheim-Jugenheim
Telefon: 0 62 57 / 96 27 46
Fax: 0 62 57 / 96 27 47
E-Mail: info@agentur-stilecht.de
www.agentur-stilecht.de

Verleger & Chefredakteur

Andreas Giese (V.i.S.d.P.)
Telefon: 0 62 57 / 96 27 45

Redaktion

agentur stilEcht GmbH
Schillerstraße 2
64342 Seeheim-Jugenheim
Telefon: 0 62 57 / 96 27 46
Fax: 0 62 57 / 96 27 47
Mail: redaktion@agentur-stilecht.de
www.agentur-stilecht.de

Anzeigen

Gültige Anzeigenpreisliste: Januar 2023

Anzeigenverkauf:

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

Erscheinung:

Monatlich an zahlreichen Auslagestellen in Südhessen

Gestaltung

agentur stilEcht GmbH

Druck

agentur stilEcht GmbH

Fotonachweis

Titelfoto: © tonstock - stock.adobe.com

Wenn nicht anders vermerkt, wurden uns die Fotos von den betreffenden Einrichtungen, Unternehmen und Veranstaltern etc. zur Verfügung gestellt.

A4 FORMAT ist ein Lifestylemagazin für die Region Rhein-Main und Neckar. Es erscheint monatlich und ist kostenlos an verschiedenen Auslagestellen erhältlich. Zudem ist das Magazin für 39,60 Euro + MwSt. pro Jahr (inklusive Versand im Inland) im Abonnement zu erhalten. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Sämtliche Copyrights liegen bei der agentur stilEcht GmbH. Nachdruck, elektronische Speicherung und Verbreitung, auch auszugsweise bedürfen der Einwilligung der agentur stilEcht GmbH. Eine Verwertung ohne die Einwilligung der agentur stilEcht GmbH ist strafbar. Zitate nur mit Quellenangaben. Alle Rechte vorbehalten. Unverlangt eingesandte Manuskripte, Illustrationen und Fotos sind der Redaktion willkommen, jedoch wird dafür keine Haftung übernommen. Bei Nichterscheinen des Magazins durch höhere Gewalt oder Arbeitskampf besteht kein Anspruch auf Rückerstattung oder Minderung des Bezugspreises.

© doris oberfrank-list - stock.adobe.com

Lösung der Rätsel der Ausgabe im März 2026



Lösungswort:
MIETWAGEN

Der Gesuchte war:

Wilhelm Conrad Röntgen, 1900
Röntgens Unterschrift
Wilhelm Conrad Röntgen (* 27.
März 1845 in Lennep, heute
Stadtbezirk von Remscheid; †
10. Februar 1923 in München)
war ein deutscher Physiker und
Hochschullehrer. Er entdeckte
am 8. November 1895 im Physi-
kalischen Institut der Universität
Würzburg die „X-Strahlen“.

Unser März-Gewinner:

Ulrike Heinz, Rimbach

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

■	G	■	■	■	■	■	■	■	
■	R	I	G	A	■	■	■	■	
■	O	R	A	L	■	■	■	■	
■	S	L	Y	■	■	■	■	■	
■	S	A	■	H	■	■	■	■	
■	H	E	N	N	A	■	■	■	
■	O	R	D	E	R	■	■	■	
■	B	■	S	T	■	■	■	■	
■	E	I	■	G	■	■	■	■	
■	L	O	T	E	■	■	■	■	
■	■	M	■	T	■	E	L	■	
■	Z	A	R	I	N	■	D	A	D
■	T	■	T	■	I	M	E	R	■
■	P	L	A	T	O	■	C	■	B
■	A	■	A	■	A	■	K	■	N
■	U	N	H	E	I	L	■	U	R
■	T	■	E	T	R	A	■	■	G
■	I	L	E	■	■	■	■	■	■
■	S	P	R	I	N	T	E	N	■

LECKER! WÜRZIG! WOW!



Corporate Design

Logo
Visitenkarten, Briefpapier
Auto-/Schaufensterbeklebung
Werbeartikel, Tassen, T-Shirts etc.
Anzeigengestaltung
Flyer, Plakate, Broschüren
(Firmen-)Schilder, Aufkleber ...

Werbung + Kommunikation

Großflächenplakate
Marketingaktionen
Anzeigenschaltung - egal wo
Mailings, Newsletter
Geschäftsberichte, Firmenzeitungen ...

Beratung und Analyse

Marketingberatung
Strategie-Entwicklung
Werbekonzeption ...

Online/Offline

Texte, PR-Berichte
Bildbearbeitung, Fotoshooting
Homepage-Gestaltung, -Programmierung
Radio-/TV-Spot
Vorbereitung von Pressekonferenzen ...

Außergewöhnliches

...heißt bei uns nicht "unmöglich".
Fragen Sie uns!

agentur stilEcht 

Kunst- und Antiquitäten Tage

02./03. Mai 2026
10:00 bis 18:00 Uhr

Darauf können Sie sich freuen:

- Schmuck und Tafelsilber aus den letzten 100 Jahren
- Gemälde, Zeichnungen, Grafik
- Darmstädter Künstler wie Pierre Kröger, Daniel Greiner, Thomas Duttenhöfer, Wilhelm Loth,
- Verkaufsausstellung von Gemälden von Eberhard Schlotter
- Kuriositäten
- Papierantiquitäten
- Historisches rund um Darmstadt
- Antiquarische Bücher
- Münzen, Briefmarken
- und vieles mehr

Geibelsche Schmiede
Oberstraße 20 - 64297
Darmstadt-Eberstadt

Mit
Nostalgie-Café

Eintritt frei!



**Außerdem: Vorträge,
Schätzungen
und vieles mehr –
zwei spannende Tage warten auf Sie!**

Für das leibliche Wohl ist gesorgt

www.eberstaedter-buergerverein.de