

Weilburger Seniorenblatt



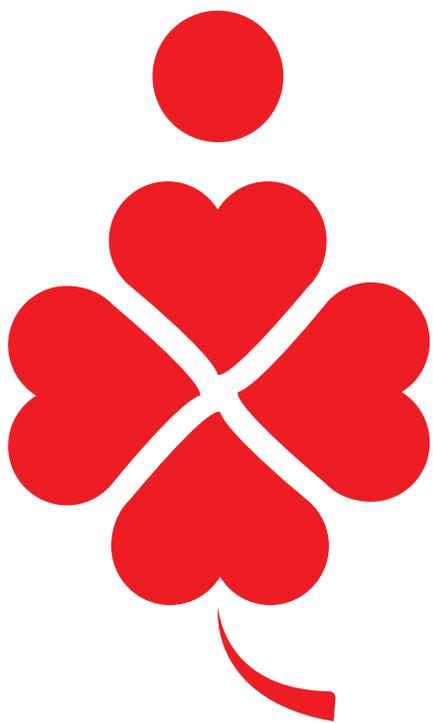
Ausgabe 60 (September, Oktober, November 2020)
Kostenlos zum Mitnehmen!



www.weilburg.de



PS: Wir haben gewonnen.



Sparen – Gewinnen – Gutes tun!

www.ps-los-sparen.de

Hessenweite PS-Sonderauslosung
am 14. Oktober 2020. Lose hierfür
erhältlich bis 9. Oktober 2020.

**Erfüllen Sie sich
Ihren Urlaubstraum:**
60x 3.000 Euro für die Reisekasse
zu gewinnen.

Die oben genannte Anzahl an Gewinnen kann aufgrund nicht belegter Lose variieren. Teilnahme ab 18 Jahren möglich. Die Gewinnwahrscheinlichkeit der oben genannten Gewinne liegt bei 1:33.333. Der Verlust des Spieleinsatzes je Los beträgt 1,20 Euro.

 **PS-LOS-SPAREN**



Liebe Weilburgerinnen und Weilburger, sehr geehrte Leserinnen und Leser,

der Sommer nimmt allmählich Abschied, die Tage werden kürzer und die Temperaturen sinken deutlich. Der Sommer in diesem Jahr war anders, als wir ihn die letzten Jahre gewohnt waren. Die Corona-Pandemie bestimmt nach wie vor unser öffentliches und privates Leben und wird es voraussichtlich noch eine längere Zeit beeinflussen. Viele mussten auf das Verreisen, gemeinsame Ausflüge und Veranstaltungen zum Wohle unserer Gesundheit verzichten.

Was uns trotz aller Verzichte glücklicherweise noch bleibt ist die Zeit, die wir in der Natur verbringen können. Spaziergänge und Wanderungen sind besonders in dieser Jahreszeit, voll bunt gefärbter Bäume, eine Wohltat für Körper und Seele. In und um Weilburg gibt es zahlreiche schöne, kurze, längere und lange Wanderwege. Einige davon möchten wir Ihnen in dieser Ausgabe vorstellen. Passend dazu haben

wir auch ein Interview mit der Weilburger Wanderschule, die es seit fünf Jahren in Weilburg gibt, geführt und mal nachgefragt, warum wandern gesund und glücklich macht.

In dieser Ausgabe möchten wir Ihnen außerdem das Buch „Austern für den Grafen“ vorstellen. Dies ist der Titel eines spannenden Krimis, den Thomas Hemp, Konrektor der Weilburger Heinrich-von-Gagern-Schule, geschrieben hat. Der Roman entführt die Leser in das historische Weilburg in das Jahr 1770. Lesen Sie hier weitere spannende Details des neu erschienenen Krimis.

Wir blicken auch in dieser Ausgabe zu einer unserer Partnerstädte: Nach Quattro Castella in Italien. Welche geschichtlichen und touristischen Interessen diese Partnerschaft und Freundschaft verbindet und ausmacht, können Sie hier nachlesen.

Natürlich haben wir für Sie auch wieder Neues aus den Beiräten zusammengestellt und auch Informationen zum Seniorentreff niedergeschrieben. Aufgrund der Corona-Pandemie und der damit verbundenen Verordnungen, müssen die Veranstaltungen auch in Weilburg abgesagt werden, sodass wir auch dieser Ausgabe leider keine Veranstaltungsübersicht beifügen können.

Ich wünsche Ihnen viel Freude mit dieser Ausgabe unseres Seniorenblattes, genießen Sie den schönen Herbst. Lassen Sie es sich trotz allem gut gehen und bleiben Sie vor allem gesund!

Weilburg im Herbst 2020
Ihr

Dr. Johannes Hanisch
Bürgermeister der
Stadt Weilburg

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	Seite 3
Neues aus den Beiräten	Seite 5
Blick nach...Quattro Castella	Seite 6
Sprechstunden Seniorenbeirat	Seite 8
Seniorentreff der Stadt Weilburg	Seite 9
Schöne Wanderwege rund um Weilburg	Seite 10
Das Wandern ist nicht nur des Müllers Lust	Seite 13
Austern für den Grafen	Seite 15
Kontakte Städtische Einrichtungen	Seite 19



Neues aus den Beiräten

Seniorenbeirat

(KPW) So langsam kehrt auch bei dem Seniorenbeirat Weilburg wieder Normalität ein nach längerer Corona-Pause.

Der aktive Teil des Seniorenbeirates hat sich am Dienstag, den 28. Juli um 17.00 Uhr in der Langgasse 24 getroffen, um die Arbeit für das letzte Halbjahr 2020 zu strukturieren. Das Angebot der telefonischen Beratung besteht nach wie vor. Leider haben Frau Johanna Szperling und Frau Gerlinde Ludwig ihre Mitarbeit im Beirat beendet, so dass der Vorsitzende Bernd Deuster nun auch für Seniorenfragen aus der Kernstadt zur Verfügung steht.

Die Homepage bei der Hessischen Landesregierung (<https://senioren-weilburg.hessen.de>) und auch bei der Stadt Weilburg (www.weilburg.de/de/rathaus-politik/seniorenbeirat) gibt umfangreiche Informationen über die Arbeit des Seniorenbeirats. Gepflegt wird die Seite von Herrn Thomas Schröder, der auch weiterhin die gerne wahrgenommenen Computerkurse für die Stadt Weilburg durchführen wird, sobald Corona dies wieder zulässt.

Zur Bebauung des Kirmesplatzes hat der Beirat eine Stellungnahme bei dem Stadtbauamt abgegeben. Gewünscht aus Beiratssicht war allerdings, dass eine Bebauung für Jung und Alt zur Umsetzung kommt, damit das Miteinander der Menschen in der Stadt Weilburg noch mehr und besser gefördert werden kann.

Im nächsten Jahr wird der Seniorenbeirat neu gewählt. Hierzu wurde der Verwaltung ein Vorschlag unterbreitet, wie ein besserer Modus der Wahl gefunden werden kann. Vor allen Dingen müsste aus Sicht des Beirats eine aktive Stabstelle für alle Beiräte eingerichtet werden, damit eine effektive Arbeit der Beiräte geleistet werden kann. Weiterhin wurde der Verwaltung ein Vorschlag über verbilligte Fahrpreise für Kurzstrecken des Citybusses unterbreitet.

Ansonsten wünscht der Seniorenbeirat alles erdenklich Gute und dass Sie vor allen Dingen gesund bleiben und appelliert daran auch andere zu schützen, indem auch weiterhin eine Maske getragen werden soll.

Inklusionsbeirat (Behindertenbeirat)

Die für den Mai geplante Stadtbegehung bezüglich Barrierefreiheit gemeinsam mit dem Bürgermeister musste Corona-bedingt abgesagt werden. Sofern es die Situation erlaubt, soll diese aber durchgeführt werden. Der Bahnhof, der Friedhof und das Kreishallenbad sollen dabei im Mittelpunkt stehen. Ein entsprechender Termin wird noch festgelegt.

Auch der Inklusionsbeirat wünscht der Weilburger Bevölkerung alles Gute in diesen schwierigen Zeiten und appelliert ebenfalls an die Einhaltung der Hygienevorschriften.



Blick nach . . .Quattro Castella . . .

(SG) Quattro Castella ist die jüngste Partnerschaft der Stadt Weilburg. Die Urkunde wurde am 3. Dezember 2010 unterzeichnet. Bereits seit 2002 gibt es eine intakte und aktive Freundschaft zwischen Weilburg und der Kommune in Italien. Diese Freundschaft und Partnerschaft beinhaltet geschichtlich-kulturelle und touristische Interessen sowie internationale, wirtschaftliche Zusammenarbeit zum Zwecke eines lokalen Wachstums. Auch gemeinsame soziale Projekte wie Austausch in der Erziehungs- und Jugendarbeit, im Behinderten- und Seniorenbereich bilden eine Grundlage in dieser Beziehung.

Quattro-Castella liegt in der Provinz von Reggio Emilia, der Partnerregion von Hessen, in Norditalien, etwa auf halber Strecke zwischen Mailand und Florenz. Geschichtsträchtig sind die Ruinen der

„Quattro Castella“, wo 1111 König Heinrich V. Mathilde von Canossa zur Vizekönigin Italiens ausrief.

Die günstige geografische Lage der Gemeinde hat zu einer erheblichen Konzentration archäologischer Funde geführt. In den Orten Roncolo, Mangaleno, Forche, Puianello und Ghiardello wurden mehrere Steinartefakte gefunden, die vom Paläolithikum bis zur Römerzeit zurück verfolgt werden können. Im folgenden Mittelalter wurden organisierte Gemeinschaften gebildet und klar definierte politische und wirtschaftliche Strukturen geschaffen. Die Hauptsiedlungen im Gebiet von Quattro-Castella stammen aus dem Ende des frühen Mittelalters. Die vier Türme in Monteveccio, Bianello, Montezane und Montelucio wurden zwischen dem 10. und 11. Jahrhundert errichtet. Diese ersten

befestigten Verteidigungssysteme in Richtung Po-Tal sind für die nachfolgenden historischen Ereignisse des gesamten matildischen Gebiets von grundlegender Bedeutung. Bianello ging später in den Besitz von Matilde über, die es nicht nur erweiterte, sondern auch gut ausstattete. Hier im „Castrum Bibianelli“ empfing Papst Gregor VII. auf Fürsprache von Matilda 1077 Heinrich IV. von Deutschland und sprach ihn von der Exkommunion frei. Nach dem Tod von Matilde im Jahr 1115 war ihr Land Gegenstand eines Streites zwischen dem Papsttum und dem Imperium. So gibt es eine Aufteilung in viele kleine Besitztümer in den Händen von Vasallen und kirchlichen Körpern. 1160 wurde das Haus von „Da Canossa“ mit der Fehde von Bianello ausgestattet, der mehrere Jahrhunderte lang die Gerichtsbarkeit behal-

ten sollte. Zu Beginn des 15. Jahrhunderts ging das Herzogtum Quattro-Castella an die Estensi über, die die Autonomie des örtlichen Adels einschränkten. 1796, nach der Abschaffung der Lehen, schloss sich das Gebiet von Quattro-Castella anderen an, um eine autonome Gemeinschaft wieder aufzubauen. 1859 wurde das Königreich Italien gegründet und Quattro-Castella als Gemeinde gegründet.

Noch heute können viele mittelalterliche Burgen und Befestigungen besucht werden, wie das Schloss Bianello. Ebenfalls sehenswert sind die Kirche von Sant' Antonio oder der Madonna della Battaglia oder das Schloss von Carpineti. Besucher können aber auch viel Natur genießen, etwa im Roncolo Park, ein hügeliges Natur- und Erholungsgebiet. Es gibt einen Wechsel von Wäldern und großen Wiesen. Die 44 Hek-



tar des Parks sind teilweise von einem Mischwald bedeckt, in dem schwarze Hainbuchen und Eichen, Eschen, Wildkirsche und Waldkiefer vorherrschen.

Es gibt aber auch zahlreiche Feste und Veranstaltungen, die jedes Jahr wiederkehren. Zum Beispiel die Prozession zwischen Vergangenheit und Gegenwart. Die matildische historische Prozession wurde in den frühen 50er Jahren mit dem

historische Rekonstruktion der Prozession stellt die Atmosphäre der Zeit in jedem Detail originalgetreu dar. Mittlerweile gibt es auch das berühmte „Brückenspiel“ und die Aufführungen der Flaggenschwinger.

Auch die kulinarischen Traditionen des Reggio-Apennins sind nicht außer Acht zu lassen. Die Bedeutung von Lebensmitteln, nicht nur als Nahrungsform, sondern auch als echte gastronomische Kunst, ist das Ergebnis von Kreativität und Forschung. Gekocht werden Gerichte, die aus bäuerlichen Traditionen stammen, aber auch nach Rezepten, die an den Höfen der edlen Feudalherren zubereitet wurden. Zu dieser Zeit wurden vor allem Wild, Schweinefleisch, Feldkräuter, Hülsenfrüchte und Kastanien verwendet. Unumgänglich ist das „Cappelletto“, der König der Suppen. Ein weiteres traditionelles Gericht ist der gebratene Knödel, der aus einer Mischung aus Mehl, Wasser und Bierhefe besteht.

ren mit dem Ziel ins Leben gerufen, das Gebiet von Quattro-Castella neu zu bewerben und zu fördern. Mit dieser Prozession feiert die Kommune eine wichtige historische Episode, die 1111 auf der Burg von Bianello stattfand. Die



Sprechstunden Seniorenbeirat

Bedingt durch die weiterhin bestehenden Coronabeschränkungen finden vorerst keine Sprechstunden des Seniorenbeirates Weilburg in der Langgasse 14 statt.

Wenn sie Hilfe benötigen oder Fragen an uns haben, wenden sie sich gerne telefonisch an die Stadtverwaltung Weilburg Frau Moser, Telefon-Nr.: 06471 314-28 oder Frau Tyl, Telefon-Nr.: 06471314 - 19.

Aber auch alle Seniorenmitglieder stehen Ihnen gerne telefonisch zur Verfügung oder machen sie einen Termin mit uns aus. Unsere Emailadressen oder Telefonnummern können sie unseren Homepages - www.weilburg.de/de/rathaus-politik/seniorenbeirat und <https://senioren-weilburg.hessen.de/>, entnehmen.



- 3 Wohngruppen à 12 Einzelzimmer und beschützte Wohngruppe à 27 Einzelzimmer mit je einer großen Nasszelle
- eingestreut 5 Kurzzeitpflegeplätze und 2 Gästezimmer
- Cafeteria mit Terrasse und großzügigem Außengelände und Gerontogarten

Wir möchten Ihnen in angenehmer Umgebung ein Zuhause geben!

Fellersborn 18 a & b, 35792 Löhnberg

Tel.: 06471/51673-0

Fax: 06471/51673-401

Email: daniela.ott@seniorenzentrum-fellersborn.de

www.seniorenzentrum-fellersborn.de



**Amts-Apotheke
zum Engel**

Elke Wissig · Telefon 06471/30566
Marktplatz 13 · 35781 Weilburg/Lahn



Rosen-Apotheke

...gesund und gepflegt

Apothekerin Elke Wissig

Am Steinbühl 4b (Im Ärztehaus) Tel.: 06471/2259
35781 Weilburg

FÜR SENIOREN



Seniorentreff der Stadt Weilburg

(KPW) Der Seniorentreff der Stadt Weilburg, der in den Räumlichkeiten des Treffpunktes in der Schwanengasse angeboten wird, ist eine wichtige und unverzichtbare Anlaufstelle für die älteren Mitbürger der Stadt Weilburg. Er findet zurzeit Zuspruch von ca. 8 – 10 Seniorinnen und Senioren. Aufgrund der Corona-Krise musste seit März leider eine Unterbrechung erfolgen, doch soll es nach den hessischen Sommerferien wieder losgehen.

Die Seniorinnen und Senioren treffen sich jeden Dienstag von 11.00 – 16.00 Uhr und werden begleitet von Christine Lange. Gemeinsam ist man spielerisch unterwegs und es werden auch gymnastische Übungen angeboten. Auch der Mittagstisch und die Kaffeetafel fördern das Miteinander und die Lebensfreude. Die Wichtigkeit dieser Treffs ist unbestritten. Neue Kontakte knüpfen, an lebhaften Diskussionen teilnehmen, sich über aktuelle Themen austauschen und das aktive

Miteinander fördern das Selbstbewusstsein. Im Mittelpunkt stehen dabei das Kennenlernen und die Geselligkeit. So kann auch der Weg in die Einsamkeit verhindert und der Kontakt zu Gleichgesinnten hergestellt werden.

Interessierte Seniorinnen und Senioren können sich gerne bei Christine Lange unter der Telefonnummer: 06471/8040 melden. Sie berät gerne und gibt nähere Informationen zum Seniorentreff.



**ORTHOPÄDIETECHNIK
SANITÄTSHAUS
REHA-TECHNIK**

Im Fachärztehaus am Krankenhaus Weilburg

Lieferant sämtlicher
Krankenkassen
und Behörden

Am Steinbühl 4b · 35781 Weilburg
Telefon 0 64 71 / 42 93 77

Mo. - Fr. 8 - 18 Uhr / Sa. 9 - 12.30 Uhr

Das Haus für I H R
körperliches Wohlbefinden

Parkplätze
vor Ort 

www.ot-kern.de



Apotheke am Landtor

Apotheker Kurt Scholz
Frankfurter Straße 2 • 35781 Weilburg
Tel.: 0 64 71/27 03 • Fax: 0 64 71/15 74
eMail: info@ApothekeamLandtor.de
Kundenparkplätze auf dem König-Konrad-Platz
Kostenlos anrufen und bestellen – wir bringen`s
08 00/27 03 500





Schöne Wanderwege rund um Weilburg

(SG) Wandern ist gesund und macht Spaß, vor allem in unserer wunderschönen Gegend. In Weilburg und drum herum gibt es zahlreiche kurze, längere und lange Wanderwege. Ein paar stellen wir hier vor.

Wir starten mit dem beliebten „Geopfad Weilburg“, der sich über das gesamte Stadtgebiet von Weilburg, inmitten wunderschöner Natur entlang den Ufern der Lahn erstreckt. 13 Schilder informieren entlang des Geopfads über geologische und geschichtliche Aspekte der Stadt Weilburg. Die Tour beginnt an der Straßenböschung ge-

genüber dem Eisenbahn-Haltepunkt Guntersau (1. Tafel). 100 Meter weiter östlich liegt der zweite Aufschluss des Geopfads. Man folgt dem Radweg nach Osten und quert dann nach einer Gaststätte die Landstraße L 3025, die aus dem Weital kommt. Östlich der Straße steht am Weg Tafel 3. Diesem Weg folgt man zunächst nach Süden, dann in Kehren bergauf, am Westhang des Gänsberges entlang mit herrlicher Aussicht auf das Lahntal. Nach 500 Meter wendet man sich im Tal nach links und biegt nach links in Richtung Lahntal ein, um am Erbstollen wieder hervorzutreten. Nördlich

der Einmündung des Weges in die Straße am Lahntal liegt Tafel 4. Etwas südlich davon liegt eine Bahnunterführung, durch die man auf den Leinpfad (zwischen Lahn und Bahn) gelangt. Weiter geht es nördlich Richtung Weilburg. Gleich folgt das Portal des Schiffstunnels, die die Lahnschleife abkürzt.

Aufschluss 7 liegt an der Straße „Am Mühlberg“ am Eingang zum Straßentunnel, in dem die L 3025 die Lahnschleife unterquert und hinauf zum Landtor führt. Am Fuße der Mauer des Schlossgartens steigt man die Treppe hinauf in den Schlosspark.

Hier ist ein Abstecher zur Schlosskirche am Marktplatz möglich. Dann geht es zurück in die Obere Orangerie, über den Zwischengang zum Schlossinnenhof, dann quert man den Schlossplatz zur Neugasse, biegt dann rechts in die Langgasse ein, um zur Niedergasse und zum Aufschluss 9 zu gelangen. Weiter Richtung Steinere Brücke, die Lahn überqueren und links in den Odersbacher Weg, führt der Weg an der Lahn in Richtung Hauseley. Vom Fuße des Hauseleyfelsens beginnt der Aufstieg zum Tempelchen, einem Aussichtspavillon oberhalb der Hauseley. Hier hat man die Möglichkeit kurz zu verweilen mit traumhaftem Blick auf die Stadt. Von dort geht es weiter in Richtung Kanapeefelsen und Kranenturm. Hier endet der Geopfad Weilburg. Über den Ernst-Dienst-

bach-Steg am Fuße des Kanapees gelangt man zurück zur Innenstadt.

Schwierigkeitsgrad: mittel, Kilometer: ca. 6, Aufstieg: 147 Höhenmeter, Dauer: 2:30 Stunden, Ausrüstung: feste Wanderschuhe, Kondition: gut, Trittsicherheit

Von Weilburg nach Aumenu führt die nächste Tour. Am Denkmal in Weilburg geht es über Treppen abwärts und über den Ernst-Dienstbach-Steg zur Lahn. Nach der Brücke scharf links wandert man auf verwunschenem Pfad kurz direkt am Ufer der Lahn entlang, dann geht es hinauf auf die Lahnhöhen. An der Schutzhütte „Am Steinbühl“ kann man rasten. Am Waldrand entlang wird der Feldbergblick erreicht. Bald muss eine Fahrstraße überquert werden. Am Waldrand ent-

lang abwärts zwischen Feldern kommt man zu einem kleinen Teich mit Rastbänken. Im Wald geht es weiter, zwischen den Bäumen kann man immer wieder die Lahn erspähen. Bald kommt der kleine Weiler Falkenbach. Rechts abwärts geht man in Richtung Schleuse. Dort, wo die kleine Straße einen Rechtsbogen beschreibt, führt der Lahnwanderweg aufwärts zu einem einzelnen Haus und auf halber Höhe den Hang entlang. In der Lahnaue bietet sich nochmals die Möglichkeit zu verweilen. Direkt an der Lahn entlang erreicht man Aumenu.

Schwierigkeitsgrad: mittel, Kilometer: 19,45, Aufstieg: 353 Höhenmeter, Dauer: 6:15 Stunden, Ausrüstung: normale Wanderausrüstung, Rucksackvesper und Getränke, Kondition: gut



Eine weitere Wanderung führt von Weilburg nach Odersbach. Diese nicht zu lange Rundwanderung zwischen Weilburg und dem Ortsteil Odersbach verläuft auf der Westerwaldseite der Lahn und bietet von zwei verschiedenen Aussichtspunkten tolle Blicke auf Weilburg und die Schlossanlage. Die Tour beginnt am Parkplatz des Waldrandes von Odersbach oberhalb des Tennisplatzes. Zu Beginn geht es über einen Waldweg bergan und über den Hügel hinweg in Richtung Weilburger Klinik. Hier wartet in der Nähe der erste schöne Aussichtspunkt mit kleinem Turm und tollem Blick auf Weilburg.

Nun verläuft die Wanderung für einige Meter fast eben entlang der Lahnhänge, um dann, vorbei an den Mauerresten eines ehemaligen Hofguts, weiter nach oben auf die Lahnhöhe zu führen. Hier läuft man über eine der ältesten Lindenalleen ganz Deutschlands, bevor der nächste Aussichtspunkt, „Tempelchen“ genannt, erreicht wird. Der Abstieg hinunter zur Lahn gestaltet sich dann kurz und relativ steil. Unten angekommen trifft man auf den Schinderhannespfad und den Lahnhöhenweg, deren Beschilderung

den weiteren Weg bis nach Odersbach durch die Lahnaue leitet. In Odersbach geht es dann durch den Ort steil bergauf, bevor sich die Wegführung am Friedhof nach links wendet und man weiter immer leicht bergauf über Felder und Wiesen wandernd wieder den Parkplatz am Waldrand ansteuert.

Schwierigkeitsgrad: einfach, Kilometer: 7, Aufstieg: 156 Höhenmeter, Dauer: 1:40 Stunden, Ausrüstung: normale Wanderausrüstung, Kondition: gut

Eine weitere Route führt rund um den Ortsteil Kirschhofen. Start ist der Parkplatz des Sportplatzgeländes, direkt an der Lahn gelegen. Von dort folgt man dem kombinierten Rad- und Wanderweg nach links. Nach wenigen Schritten zeigt sich die Lahn von ihrer schönsten Seite und man wandert einen guten Kilometer entlang des Ufers bis auf die Höhe der Schleuse und des Wasserkraftwerks. Dann weitet sich das Lahntal zu einer weiten Aue und hier biegt man nach links auf einen kleinen Trampelpfad ab. Für einige 100 Meter geht es entlang des Waldrandes und oberhalb der Aue entlang bis man scharf nach links in den Wald hinein wandert.

Ein fester Wanderweg führt bergan bis zur Schutzhütte Lahnblick. Weiter geht es hinaus aufs freie Feld, immer stetig bergan und man folgt dann einem asphaltierten Weg bis kurz vor dem Waldrand.

Dann läuft man auf einem Wiesenweg mit schönem Blick auf Weilburg bis zum Wald. Am Waldrand passiert man eine weitere Schutzhütte und folgt einem Forstweg bis zur Landstraße. Dahinter geht der Weg langsam in einen vergessenen Waldweg über und durch den Wald wandert man immer weiter bergab in Richtung Lahn. Hier trifft man auf einen Querweg und folgt diesem nach links. Nach einigen Metern trifft man auf die Wegweiser des Lahnhöhenwegs und folgt diesen hinab ins Lahntal. Die letzten Meter bis zur Straße sind ziemlich steil und rutschig. Dann überquert man eine Straße und geht per Tunnel zurück ans Lahnufer. Man hält sich links und folgt dem Leinpfad entlang der Lahn zurück zum Parkplatz am Sportplatz.

Schwierigkeitsgrad: mittel, Kilometer: 7, Aufstieg: 201 Höhenmeter, Dauer: 1:53 Stunden, Ausrüstung: normale Wanderausrüstung, Kondition: gut

„Das Wandern ist nicht nur des Müllers Lust“

(SG) Wandern ist gesund und sehr beliebt. In Weilburg gibt es sogar eine Wanderschule, geleitet wird sie von Gabi Strommen-Schäfer und KaJo Schäfer. Im Interview erläutert Strommen-Schäfer, wie es zur Gründung gekommen ist und was man in der Wanderschule machen kann

Wie lange gibt es die Wanderschule und was war der Grund eine solche ins Leben zu rufen?

Gabi Strommen-Schäfer: Die Weilburger Wanderschule gibt es jetzt seit fünf Jahren. Der Deutsche Wanderverband rief die Aktion „Let's go – jeder Schritt hält fit“ ins Leben und verband diese Aktion mit einer Gesundheitsinitiative, dem Gesundheitswandern. Wir halten das auch heute noch für eine gute Idee. Daraus ist das Angebot der Wanderschule entstanden.

Was bietet die Wanderschule?

Strommen-Schäfer: Sie bietet in erster Linie Gesundheitswanderkurse zu unterschiedlichen Themen an. Etwa unter den Überschriften Entspannung oder gesunde Ernährung oder



gelenkschonendes Wandern. Damit bringen wir Menschen zusammen, die etwas für ihre Gesundheit tun wollen.

Was ist der Unterschied zwischen normalem Wandern und Gesundheitswandern?

Strommen-Schäfer: Beim Gesundheitswandern wird zunächst einmal gewandert. Da unterscheidet sich das Wandern und das Gesundheitswandern nicht weiter. Das Besondere gibt es unterwegs: Bei einem ersten Stopp werden Übungen angeboten, die Koordination, Kraft, Ausdauer und Ent-

spannung verbessern. Und natürlich gibt es dabei auch Tipps, wie diese in den Alltag integriert werden können. Ein zweiter Stopp wird für Theorie genutzt. Zum Beispiel zum Thema Herz-Kreislaufgesundheit oder warum gerade das Wandern so unglaublich positiv auf unseren Körper wirkt. Der Deutsche Wanderverband hat das Programm in Zusammenarbeit mit der FH Osnabrück entwickelt und Professor Dr. Hottenrott von der Martin-Universität in Halle-Wittenberg hat in einer umfangreichen Studie den positiven Einfluss auf die Gesundheit nachgewiesen.

Wer kann bei den Wanderungen teilnehmen und was kostet eine Teilnahme?

Strommen-Schäfer: Grundsätzlich kann jeder an Gesundheitswanderungen teilnehmen. Ein normaler Kurs geht über acht Wochen mit einer Veranstaltung in der Woche. Die Intensität steigert sich langsam, so dass auch Menschen teilnehmen können, die nicht ganz so fit sind. Durchschnittlich 90 Minuten und rund vier Kilometer in moderatem Tempo – das schafft (fast) jeder. Die meisten Krankenkassen erkennen einen Gesundheitswanderkurs in ihren Bonusprogrammen an und übernehmen einen Teil der Kosten. Wir nehmen für einen achtwöchigen Kurs 70 Euro. Zur Zeit läuft ein Gesundheitswanderkurs, der die Teilnehmer in sieben Wochen zum Deutschen Wanderabzeichen führt. Drei Mal die Woche treffen sich die Wanderer. Für manche ist das schon eine Herausforderung. Aber es macht allen unheimlich viel Spaß und wir werden diesen Kurs auch im nächsten Jahr wieder anbieten.

Welche Routen bevorzugt ihr bei den Wanderungen?

Strommen-Schäfer: Wir starten oft direkt bei uns im Erbstillen. Direkt hinter dem

Haus beginnt der Wald und wir können auf Naturwegen eine große Runde mit 3,5 Kilometer drehen – wenn wir wollen können wir die bis nach Freienfels ausdehnen und auf dem Weiltalweg zurückwandern, dann sind es anstrengende zehn Kilometer. Die Runde auf dem Leinpfad über die Kirschhöfer Brücke und dann auf der rechten Lahnseite zurück hat etwa sieben Kilometer – ist aber je nach Jahres- und Tageszeit für Fußgänger auf dem vielbefahrenen Leinpfad nicht angenehm. Aber wir treffen uns auch schon mal an der Jugendherberge und gehen dann an den historischen Wasserreservoirs vorbei. Oder durch den Weilburger Tierpark. Weilburg ist schön, es gibt so viele herrliche Ecken zu sehen, zu erleben, zu erwandern.

Wie viele Teilnehmer wandern in der Regel mit?

Strommen-Schäfer: Ab fünf Teilnehmer starten wir einen Kurs, durchschnittlich haben wir sieben bis acht Teilnehmer.

Warum ist Wandern so gesund?

Strommen-Schäfer: Gute Frage, da sind dicke Bücher drüber geschrieben worden, besonders in den letz-

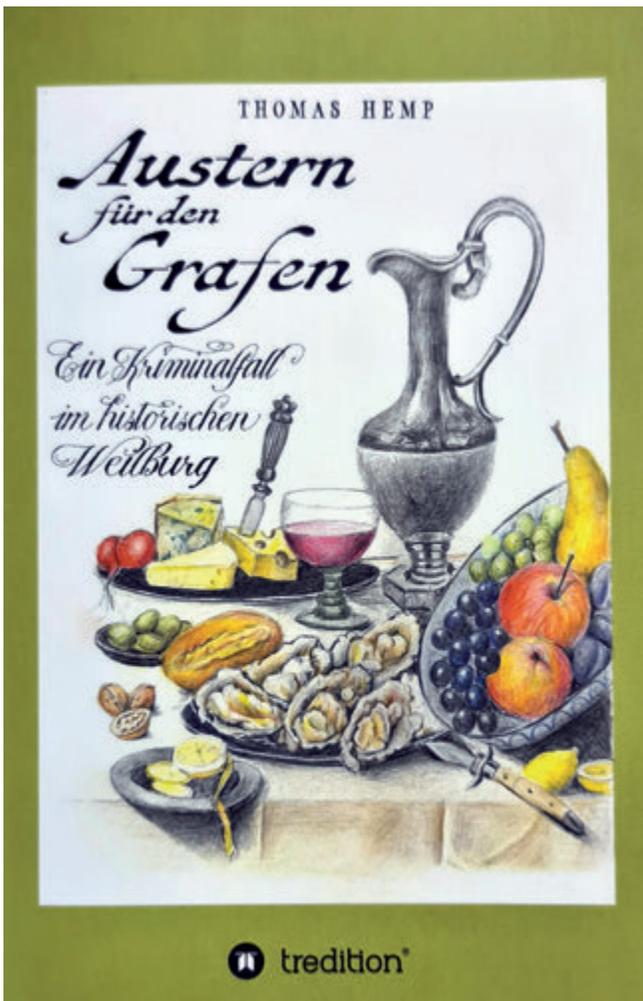
ten Jahren. Alleine schon der Aufenthalt im Wald senkt den Blutdruck und den Pulsschlag. Unglaublich, oder? Es ist wirklich so. Die Japaner haben deshalb das Waldbaden erfunden. Wandern ist natürlich noch viel mehr. Die moderate Bewegung steigert die Ausdauer, verbessert die Widerstandsfähigkeit, trainiert die Trittsicherheit. Das Herz wird gestärkt, die Pulsfrequenz sinkt, das Pumpvolumen des Herzens steigt. Gleichzeitig werden durch die Bewegung neue Kapillargefäße gebildet und der Blutdruck normalisiert sich. Muskeln werden aufgebaut, die Bänder und Sehnen in Bewegung gehalten. Das beugt Verletzungen vor. In den Gelenken bildet sich wieder mehr Gelenkflüssigkeit – der Schmierstoff für weitgehend schmerzfreie Gelenke.

In welchem Alter sind die Teilnehmer?

Strommen-Schäfer: In unseren Gesundheitswanderkursen waren schon 30- und 80-Jährige. Das macht keinen Unterschied. Am meisten profitieren den Wanderungen Menschen ab etwa 50 Jahren, die fit werden oder bleiben wollen.

Weitere Infos gibt es unter www.weilburger-wander-schule.de.

„Austern für den Grafen“



(SG) „Austern für den Grafen“ ist der Titel eines spannenden Krimis, den Thomas Hemp, Konrektor der Weilburger Heinrich-von-Gagern-Schule, geschrieben hat. Der Roman entführt die Leser in das historische Weilburg in das Jahr 1770.

In einer Zeit voll Üppigkeit, Fülle und scheinbar überschäumender Lebensfreude, dem Barock, spielt die Geschichte. Barock ist Lebensfreude und Sinnesgenuss pur. Der düsteren Zeit des 30-jährigen Krieges mit Tod, Hungersnöten und Epidemien gerade entflohen, könnte man meinen,

der Mensch bemüht sich, in dieser Epoche seinem Schicksal ein Schnippchen zu schlagen und sich in Lust und Lebensfreude zu stürzen. Große Vorbilder hierfür sind die Hofhaltungen des französischen Königs Ludwig des XIV in Versailles oder Friedrich des Großen im Neuen Palais und Sanssouci in Potsdam. Diese setzten Epochen überdauernde Meilensteine in der

Hofhaltung und Kochkunst sowie auch in ihrem absoluten Machtanspruch zur Ausbeutung der Bevölkerung. Die kleine Residenzstadt Weilburg erfährt gerade in dieser Zeit von 1703 bis 1713 unter ihrem Grafen Johann Ernst zu Nassau ihre radikalste Umgestaltung im wahrsten Sinn des barocken Zeitgeistes.

In der Jetzt-Zeit macht sich Sophie Gamier auf den Weg in die pittoreske Residenzstadt Weilburg an der Lahn. Mit im Gepäck hat sie ein Rätsel aus der Vergangenheit ihrer Familie von vor über 300 Jahren, von dem

sie nicht weiß, ob sie es in Weilburg überhaupt lösen kann. In dieser Zeit tritt Nolan Gamier, der Sohn des Meyers vom Hof Wehrholz, gerade der Verfolgung als Hugenotte in Frankreich mit seinem Vater geflohen, seine Kochlehre in der Schlossküche unter dem französischen Küchenmeister Dupois an. Er lernt die neue, aufstrebende Kochkunst kennen, die auch am Hof in der kleinen Residenz Weilburg dem Hunger nach Genuss und Überfluss nur der Obrigkeit ständig Rechnung tragen will. Im Laufe der Zeit erhält er faszinierende Einblicke in eine höfische Welt voller Prunk und Überfluss, aber auch voller Intrigen und Machtkämpfe, in der jeder seine Position am Hof für sich selbst absichern und verbessern will. Nolan wird in die Intrigen und Machenschaften des höfischen Alltags verstrickt, weil er einem Geheimnis auf der Spur ist.

Alles beginnt mit der Graböffnung von Sophies Vorfahren. Über dem Eingang der Gruft steht die Inschrift „Gamier 1745“. Von einer Mitarbeiterin des Denkmalamtes erfährt Sophie, dass Agnes Gamier die vierte Tochter einer Landadelsfamilie dieser Region war, die hier überwiegend von den Einkünften ihrer verpachteten

Ländereien und von der Forstwirtschaft lebte. Francois Gamier kam um 1705 in die Gegend und hatte eine Anstellung als Meyer, als Verwalter eines Gutshofes der Grafschaft Nassau-Weilburg. Etwas nebulöser ist die Spur von Nolan Gamier und seiner Frau Elisabeth. Von ihnen gibt es keine Aufzeichnungen, außer dass sie mit Francois Gamier hier 1705 eingetroffen sind. Erst nach der Grablegung treten sie wieder in Erscheinung. Bei der Graböffnung wird entdeckt, dass Nolan einen kleinen Lederbeutel in den Händen hält. Darin befinden sich Silbermünzen und ein prunkvoller goldener Knopf. Auffällig ist, dass es sich um einen nassauischen Gulden und neun brandenburgische Gulden handelt. Dazu kommt, dass das Prägdatum, verglichen mit dem Sterbedatum, relativ weit auseinander liegt. Ungewöhnlich ist, dass alle Münzen das gleiche Prägdatum 1704 aufweisen. Es

scheint fast, als hätte der Verstorbene sie lange vor seinem Tod gesammelt zu einem Zweck, der nicht erklärbar ist. Sophies Neugier steigert sich ins Unermessliche. Sie führt in den nächsten Tage viele Gespräche und trifft einen Konservator, der ihr ein paar Antworten geben kann, jedoch nicht, warum ihr Vorfahre ausgerechnet diese Münzen mit dem goldenen Knopf in dem Lederbeutel mit in den Tod genommen hat. Kurzerhand macht sich Sophie auf nach Weilburg, um vor Ort zu recherchieren.

Immer wieder schwenken die Kapitel indessen zum Leben von Nolan, und hier erfahren die Leser nach und nach, wie es zu den Münzen und dem Prunkknopf gekommen ist. Am Ende wird das Geheimnis gelöst und zwei Liebesbeziehungen, einst und in der heutigen Zeit, nehmen ihren Anfang. Detailliert und profunde recherchiert, schafft es der

Autor, das höfische Leben in der Barockzeit von Weilburg zu zeichnen und den Leser mit auf eine geheimnisvolle und spannende Zeitreise einzuladen. Immer wieder wechselt Hemp von der Jetzt-Zeit in die Zeit des Barock und strickt eine kurzweilige Geschichte, die man in einem Rutsch durchlesen möchte. Bei seinen Recherchen zum höfischen Leben zur Zeit des Grafen Johann Ernst seien dem Autor eine Vielzahl von Quellen und Ansprechpartnern zur Verfügung gestanden. Darunter die Außenstelle Weilburg der Verwaltung der Staatlichen Schlösser und Gärten Hessen, das Stadtarchiv im Bergbau- und Stadtmuseum und das Hessische Staatsarchiv Wiesbaden. Die eigens für dieses Buch kunstvoll erstellte Kalligraphie steuerte Boris Jurich bei.

Erschienen ist das Buch „Austern für den Grafen“ im tradition Verlag, ISBN 978-3-7482-5466-9, 14,99 Euro.



Pietät KROH
In dritter Generation, seit über 50 Jahren in Weilburg.

Erd-, Feuer- und Urnenseebestattungen
Erladigung aller Formalitäten
Anonyme Beisetzungen
Bestattungsvorsorge

Wir sind immer für Sie da, rufen Sie uns an
- TAG und NACHT, sonn- und feiertags -

35781 Weilburg, Telefon (0 64 71) 15 29

Ambulante
Krankenpflege
Karin Schmid-Monschauer




Wir beraten Sie gerne
unverbindlich!
Karin Schmid-Monschauer
Herbert Monschauer

Telefon: 06471-51269 · Mobil: 0151-52560307
 E-Mail: schmid.merenberg@freenet.de
 www.krankenpflege-schmid.de
 Neunkircher Straße 1 · 35799 Merenberg

Alles aus einer Hand
vom Deutschen Roten Kreuz
Kreisverband Oberlahn e.V.



Aus Liebe zum Menschen.

Wir pflegen und betreuen Sie
zu Hause

Ihr Team der
DRK – Soziale Dienste Oberlahn gGmbH



- Behandlungspflege
- Ausführen von ärztlichen Verordnungen
- Leistungen der Pflegekassen
- Zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen
- Verhinderungspflege
- Pflegekurse

Deutsches Rotes Kreuz

Soziale Dienste Oberlahn gGmbH
Frankfurter Str. 31, 35781 Weilburg

Telefon: 06471-9280-70, email: Pflegedienst@drk-oberlahn.de

Weitere Dienstleistungen
des DRK Kreisverbandes sind u.a.:

- Hausnotruf
- Behindertenfahrdienst
- Essen auf Rädern
- Blutspendedienst
- Blindenbandzeitung
- Erste Hilfe Kurse
- Sanitätsdienste
- Kleidersammlung
- Jugendrotkreuz
- soziale Arbeit



Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Oberlahn gGmbH
Frankfurter Str. 31, 35781 Weilburg

Telefon: 06471-9280-0, email: info@drk-oberlahn.de

Gemeinsam statt einsam



Rundum versorgt in Weilburg
und Umgebung.

- Ambulante Pflege
- Tagespflege
- Service-Wohnen
- Stationäre Altenpflege



Informationen erhalten Sie bei uns:

GfdE  Gesellschaft für
diakonische Einrichtungen
in Hessen und Nassau mbH

Weilburger Stift
Freystädter Str. 9
35781 Weilburg
Telefon 06471 - 9130

info@weilburger-stift.de
www.weilburger-stift.de



Strom, Erdgas, Wärme & Wasser
Stets zu Diensten.

Stadtwerke
Weilburg



Kompetenz + Energie



Stadtwerke Weilburg GmbH · Lessingstraße 6 · 35781 Weilburg
Telefon: + 49 (0) 64 71 - 93 90-0 · info@stadtwerke-weilburg.de
www.stadtwerke-weilburg.de

Feste Einrichtungen der Seniorenarbeit in der Stadt Weilburg

Montags:

Senioren-gymnastik in Waldhausen,
von 14:30 Uhr bis 15:30 Uhr

Dienstags:

Mittagessen ab 11:30 Uhr
Seniorentagesstätte Schwanengasse 1

Dienstags:

Senioren-gymnastik in Drommershausen
von 14:30 Uhr bis 15:30 Uhr in der Turnhalle.

Dienstags:

Sprechstunde des Behinderten- und Seniorenbeirates,
17.00 bis 18.00 Uhr, Langgasse 14, Telefon: 06471-3794798

Dienstags:

Senioren-gymnastik in Bermbach von 16:00 Uhr bis 17:00
Uhr im Bürgerhaus. Senioren-gymnastik in Kirschhofen von
17:30Uhr bis 18:30 Uhr im Bürgerhaus

Donnerstags:

Senioren-gymnastik in Odersbach von 15:00 Uhr bis 16:00 Uhr
im Bürgerhaus

RENTENVERSICHERUNG

Ansprechpartner der Deutschen Rentenversicherung Bund (ehemals Bundesversicherungsanstalt für Angestellte) sowie der Deutschen Rentenversicherung Hessen (ehemals Landesversicherungsanstalt Hessen) sind die Auskunfts- und Beratungsstellen der Deutschen Rentenversicherung.

Sprechstunden des Rentenberaters Udo Schwarz finden regelmäßig in vierzehntägigem Rhythmus montags von 9.00 bis 12.00 Uhr im Weilburger Rathaus statt. Terminvereinbarung unter der Tel. 06471 31419 (vormittags)

Limburg, Parkstraße 14-16 (Haus der AOK)

Telefon: 0611 1575590

Email: kundenservice-in-wiesbaden@drv-hessen.de

Wetzlar, Gloelstraße 9

(Haus der BKK Schott-Zeiss) Telefon: 0641 97290

Email: kundenservice-in-giessen@drv-hessen.de

Wiesbaden, Faulbrunnenstraße 13 (3.OG.)

Telefon: 0611 406430

Email: kundenservice-in-wiesbaden@drv-hessen.de

Deutsche Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See,

Auskunfts- und Beratungsdienst, Wilhelmstraße 11,
35781 Weilburg, Tel. 0800 3007007, Fax 06471 912192
info: www.kbs.de, Email: kassel@kbs.de

Altenberatung, VdK Kreisverband Oberlahn

Frankfurter Str. 33, Tel. 06471/7132

Allgemeinmedizin

Petra Balzer und Petra Hardt

Waldhausen, Hochstraße 4 06471 1654

Dr. Friedrich Freitag und Michael Hardt

Weilburg, Kirchweg 12 06471 2255

Dr. Christoph Gampe

Weilburg, Über d. Hainberg 21 06471 7033

Ralf Korschinsky

Weilburg, Riehlstraße 2 a 06471 2400

Dr. Susanne Prüßner-Feig

Weilburg, Marktplatz 4 06471 39054

Augenärzte

Dr. Josef Jez, 06471 1511

Weilburg, Langgasse 3

Dr. Ramona Neutzner, Dr. Peter Wettich 06471 30006

Am Steinbühl 4b (Ärztehaus)

Frauenärzte

Dr. Viktoria Prieb

Waldhausen, Merenberger Straße 39, 06471 38111

Karin McCarson-Rohn & Jutta Schewe-Zimmermann

Weilburg, Bismarckstraße 14, 06471 39349

Thomas Riepen

Weilburg, Konrad-Adenauer-Straße 2 06471 93930

Hals-Nasen-Ohren-Arzt

Dr. Peter Schramm

Weilburg, Ärztehaus Am Steinbühl 4b 06471 2268

Hautarzt

Dr. Martin Eberl

Weilburg, Ärztehaus Am Steinbühl 4b 06471 2039

Internisten

Dr. Michael Fester

Weilburg, Ärztehaus, Am Steinbühl 4b 06471 7845

Dr. Markus Hofmann

Weilburg, Kreiskrankenhaus 06471 313281

Dr. Annette Gampe

Weilburg, Über dem Hainberg 21 06471 7033

Neurochirurgen

Dr. Barbara Steinthal

Weilburg, Am Steinbühl 4 06471 91890

Dr. Ilona Schroth 06471 6299383

Orthopäden

Dr. Hans W. Wüstenberg

Weilburg, Ärztehaus, 06471 30968

Am Steinbühl 4b

Urologen

Drs. Marc und

Kathrin Wolfram

Am Steinbühl 4 b,Ärztehaus 06471 2660

Stadtverwaltung

Mo - Mi: 08.30 - 12.00 Uhr

Mo + Do: 14.00 - 16.00 Uhr

Freitags: 08.30 - 12.00 Uhr

Donnerstags ist das Stadtbüro bis 18.00 Uhr geöffnet

Rheumatologen

Dr. Annette Gampe

Weilburg, Über dem Hainberg 21, 06471 7033

Krankentransporte

Zentrale Leitstelle des Kreises 06431 19222

Deutsches Rotes Kreuz

Weilburg, Frankfurterstraße 31 06471 92800

Kreiskrankenhaus

Weilburg, Am Steinbühl 2 06471 313-0

Dialysezentrum

Patienten Heimversorgung 06471 379899

Weilburg, Am Steinbühl 4

Seniorenheime, Pflegedienste

Seniorentagesstätte 06471 922650

Weilburg, Schwanengasse 1

Weilburger Stift 06471 913-0

Alten- und Pflegeheim, Freystädter Straße 9

Altenwohnanlage Im Lindenstrauch 3

Büro der Katholischen Kirche 06471 49230

Haus Weital 06471 38041-0

Ökumenische Tagespflege

im Haus Weital, 06471 38041-23

Weinbacherstraße 2, 35796 Weinbach

Diakoniestation Weilburg 06471 91280

Grund- Behandlungs- und Familienpflege,
Hauswirtschaftliche Versorgung, Betreuung
Helmut-Hild-Haus, Eingang Jakob-Mankel-Str.

Ambulantes Pflegeteam DRK

Kranken- und Altenpflege, 06471 928070

Individuelle Betreuung von

Schwerstpflege, Beratung,

Begleitung, Betreuung

Weilburg, Frankfurterstraße 31 (im DRK)

Geriatrische Tagesklinik

Ärztehaus, Am Steinbühl 06471 313281

Ärztliche Notdienstzentrale

Weilburg, Kreiskrankenhaus, 06471 116117

Am Steinbühl 2

Bereitschaftsdienst:

Freitag 14 Uhr bis Montag 7 Uhr

Feiertags vom Vorabend 18 Uhr

bis zum folgenden Werktag 7 Uhr

Pflegestützpunkt Landkreis Limburg-Weilburg

Im Kreishaus, Schiede 43, 65549 Limburg

Offene Sprechstunde Weilburg:

jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 14:00 Uhr – 15:30 Uhr

in den Räumen des Gesundheitsamtes im Kreiskrankenhaus

Weilburg, Am Steinbühl 4, 35781 Weilburg

Email: pflegestuetspunkt@limburg-weilburg.de

06431 296-375

oder 06431 296-376

Notrufe

Polizei – Notruf (Verkehrsunfall, Überfall) 110

Rettungsdienst, Feuerwehr, Notarzt 112

Polizeistation Weilburg 06471 93860

Feuerwehr, Hauptstützpunkt 06471 7799

Apotheken

Am Landtor

Kurt Scholz, Frankfurter Straße 2 06471 2703

Amtsapotheke zum Engel,

Elke Wissig, Marktplatz 13 06471 30566

Rosen-Apotheke,

Elke Wissig, Am Steinbühl 4b, Ärztehaus 06471 2259

Lahntal-Apotheke

Hassan Al-Eryani, An der Backstania 1a 06471 918975

Rathaus Weilburg

Mauerstraße 6 – 8 06471 314-0

Amtsgericht Weilburg

Mauerstraße 25 06471 3108-0

PFARRÄMTER

Evangelisches Dekanat Weilburg

Konrad-Adenauer- Str. 5, 35781 Weilburg,
Dekan Ulrich Reichard, **06471 492330**

Evangelische Regionalverwaltung Nassau Nord

Verwaltungsdienststelle Weilburg
Limburg-Weilburg 35781 Weilburg,
Konrad-Adenauer-Str. 5 **06471 93780**

Ev. Kirchengemeinden Weilburg

Gemeindebüro, Helmut- Hild-Haus,
Konrad-Adenauer-Straße 5, **06471 5160487**

Vorsitzender: Pfarrer Guido Hepke
Pfarramt 1

Pfarrer Guido Hepke **06471 3119400**

Pfarramt 2

Pfarrerin Cornelia Stock **06471 3119402**

Friedrich-Ebert-Straße 62, 35781 Weilburg

Evangelische Kirchengemeinden

Kubach - Hirschhausen
Pfarrer Rolf Ringleb - Kubach - Hauptstr. 17 **06471 4518**

Essershausen - Bermbach

Pfarrer Kilian Hintergasse Braunfels **06472 1291**

Allendorf- Hasselbach

Pfarrerin Doris Volk-Brauer, Philippstein

Schubbach- Gaudernbach

Pfarrer Kolland, 65614 Beselich - Schubbach **06484 91090**

Freie evangelische Gemeinde Weilburg

Pastor Hartmut Hunsmann **06471 6290844**

Gemeindehaus: 35781 Weilburg

Limburger Str. 34a, Mail: h.hunsmann@weilburg-feg.de

Katholische Pfarrerei Heilig Kreuz Oberlahn

Frankfurter Str. 8 Pfarrer Hans Mayer **06471 4923-0**

„Selbsthilfegruppe Knochengesundheit für Osteoporose-Patienten e.V. Weilburg“ Termine: Wassergymnastik jede Woche in der Gertrudis Klinik in Biskirchen.

Montags von 10.00 bis 12:00 Uhr

Dienstags von 9:00 bis 11:00 Uhr

Mittwochs von 9.00 bis 12.00 Uhr **Immer zwei Gruppen**

Trockengymnastik immer donnerstags von 14.00 bis 18:00 Uhr,

4 Gruppen in der Sporthalle Windhof, Johann-Ernst-Straße in

Weilburg. Die Mitglieder treffen sich jeden zweiten Mittwoch

im Monat in Kubach im „Kubacher Hof um 15:00 Uhr zu Ge-

sprächen und Austausch. Anmeldungen und Information Silvia

Lehn Tannenstraße 4 35781 Weilburg/Waldhausen,

06471 39745

Deutsches Rotes Kreuz

Frankfurter Str. 31, 35781 Weilburg **06471 92800**

Essen auf Rädern, Hausnotruf, Behindertentransport,

Seniorenbetreuung,

Beratung in sozialen Angelegenheiten:

Montag bis Donnerstag 8 bis 15 Uhr, Freitag 8 bis 12 Uhr.

Öffnung der DRK-Kleiderkammer: Mittwoch 14 bis 16 Uhr

Löhnberg, Ecke Wallstraße- Taunusstraße

Weilburger Hospizdienst

Treffen jeden zweiten Dienstag im Monat, 19.30 Uhr

im Helmut-Hild-Haus, Konrad- Adenauer-Straße 5

VdK-Sprechstunde Weilburg:

VdK-Kreisgeschäftsstelle Weilburg, Sprechzeiten:

Montag 9.00 - 12.00 Uhr und von 14.00 - 18.00 Uhr

Donnerstag 9.00 - 12.00 Uhr und von 14.00 - 18.00 Uhr

Frankfurter Str. 31 (DRK) **06471 7132**

Kreisgesundheitsamt

Sozial-psychiatrische Beratung: Mittwoch 9 bis 11 Uhr

Am Steinbühl 4,

06431 296 5566

Diakonisches Werk Limburg- Weilburg

Essen auf Rädern Frankfurter Straße 33

35781 Weilburg

06471 7805

Bereitschaftsdienst der ev. Diakoniestation für ambulante Pflegedienste Weilburg Helmut Hild-Haus,

Konrad-Adenauer-Straße 5

06471 91280

Ökumenische Tagespflege Oberlahn e.V. Haus Weital,

Freienfels, Weinbacherstr.2

06471 38041234

Caritasverband für den Bezirk Limburg e.V.

Nebenstelle, Beratungsstelle für Eltern,

Kinder u. Jugendliche Kruppstr. 4

06471 30358

Sozialwerk Altenhilfe Kreisverband Limburg-Weilburg e.V.

Rudolf-Dietz-Str. 5

06471 912778

SoVD Verband Limburg- Weilburg

ORTSVORSTEHER DER STADT WEILBURG

Ahausen

Hans-Werner Bruchmeier,

Zur Langwies 1, 35781 Weilburg

06471 39543

Bermbach

Kai Marcel Schmidt

Am Schwimmbad 1, 35781 Weilburg

06442 4883

Drommershausen

Jochen Janz,

Dreimorgenstück 5, 35781 Weilburg

06471 626352

Gaudernbach

Stefan Haibach,

Am Steinacker 10 , 35781 Weilburg

06471 951449

Hasselbach

Lothar Hölzgen,
Lilienstraße 15, 35781 Weilburg

06471 5322

Hischhausen

Norbert Lewalter,
Unter den Zweibäumen 6, 35781 Weilburg

06471 61849

Kirschhofen

Heiko Rabs,
Breithecker Weg 4, 35781 Weilburg

06471 37692

Kubach

Uwe Abel
Zum Vogelsang 4, 35781 Weilburg

06471 41566

Odersbach

Heinz-Jürgen Deuster,
Kirrberg 8, Odersbach

06471 39635

Waldhausen

Reiner Schäfer,
Bergstraße 3, 35781 Weilburg

06471 39161

Weilburg

Margrit Eisenträger
Feldbergstraße 6, 35781 Weilburg

06471 2474

STÄDTISCHE KONTAKTE

Beirat für Senioren

Vorsitzender Bernd Deuster, Runkeler Straße 75, 35781 Weilburg, Tel. 06471-30228, Mail: bernddeuster@t-online.de

Inklusionsbereit

Kom. Vorsitzender Wilfried Rieß, Schillerstraße 12, 35781 Weilburg
Sprechstunde: Dienstag von 17.00 – 18.00 Uhr im Wechsel
Seniorenbeirat und Beirat für Menschen mit Behinderung in der
Langgasse 14 (House of Parliament) Tel. 06471-3794798
E-mail: riess-weilburg@t-onlinline.de

ORTSGERICHTE

Ortsgericht I - Weilburg, Ahausen, Kirschhofen
Ortsgerichtsvorsteher Karsten Klenke

Waldhäuser Weg 9

35781 Weilburg Mo. 16-17 Uhr, Rathaus

stellv. Ortsgerichtsvorsteher Ingo Kramer, Roßsteinstraße 3
3581 Weilburg-Kirschhofen

2. stellv. Ortsgerichtsvorsteher Armin Patzak, Schützenstraße 10
35781 Weilburg-Ahausen

Ortsgericht II - Gaudernbach, Hasselbach Ortsgerichtsvorsteher

Karl-Heinz Hauck Zum Wasen 1735781 Weilburg-Hasselbach
Stellv. Ortsgerichtsvorsteher Gerold Zeiler Schöne Aussicht 4
35781 Weilburg-Gaudernbach

Ortsgericht III - Odersbach Ortsgerichtsvorsteher

Bernd Deuster
Runkeler Straße 75, 35781 Weilburg-Odersbach

stellv. Ortsgerichtsvorsteher Rüdiger Ebel Fallerwasen 1
35781 Weilburg-Odersbach

Ortsgericht IV - Waldhausen

Ortsgerichtsvorsteher Wolfgang Gerhardt
Eichenstraße 3 35781 Weilburg-Waldhausen

stellv. Ortsgerichtsvorsteher Hartmut Bördner, Merenberger
Str. 33 35781 Weilburg-Waldhausen

Ortsgericht V - Kubach

Ortsgerichtsvorsteher Edmund Letschert
35781 Weilburg-Kubach

stellv. Ortsgerichtsvorsteher Karl-Heinz Abel Zum Vogelsang 6
35781 Weilburg-Kubach

Ortsgericht VI - Bermbach, Drommershausen, Hirschhausen

Ortsgerichtsvorsteher Norbert Lewalter Unter den Zweibäumen 6
35781 Weilburg-Hirschhausen

stellv. Ortsgerichtsvorsteher Walter Frank Zum Grauenstein 26
35781 Weilburg-Bermbach

SCHIEDSGERICHT

Schiedsman: Wolfgang Reiser, Marktplatz 9, Weilburg

stellv. Schiedsman: Elvira Jastrow, Bodelschwingstr. 1, Weilburg

Impressum

Alle 3 Monate neu.

Herausgeber: Magistrat der Stadt Weilburg

Redaktion Nr. 60: Olga Grib, Karl-Peter Wirth,

Sabine Gorenflo, Judith Voss,

Telefon 0 64 71 / 3 14 69, Email: j.voss@weilburg.de

Gesamtherstellung: Pötzl Offsetdruck & Medienverlag

Bahnhofstraße 28, 35583 Wetzlar-Garbenheim

Tel. 06441/9477-0, E-Mail: poetzl-Druck@t-online.de



Ihr Partner vor Ort

Rundum gut versorgt. Seit über 30 Jahren.

Im Bereich **REHATECHNIK** schaffen wir dort ein bisschen mehr Selbstständigkeit, wo man sonst auf Hilfe angewiesen ist. Mit unserer **PFLEGEWELT** bieten wir sowohl Produkte als auch Dienstleistungen für die Krankenpflege zu Hause: Vom Krankbett bis zur

Wundversorgung. Mit **FIT & GESUND** umschreiben wir unsere Alltagshilfen für jedermann. Und im **SCOOTER CENTER WETZLAR** kümmern wir uns um den Verkauf und den Service rund um die individuelle Elektromobilität.

SANTEC
Gesundheit · Pflege · Mobilität



heinemann
informiert!

Die richtige Pflege und Reinigung Ihrer Hörgeräte



www.optik-akustik-heinemann.de

Hörgeräte sind wahre kleine Wunder der Technik. Letztendlich stellen sie nichts anderes als Computer im Miniformat dar, können unauffällig am Ohr getragen werden und das Wichtigste: Hörgeräte machen Menschen mit Hörverlust das Leben wieder sehr viel einfacher. Doch Vorsicht ist geboten. Wasser, Schmutz, Ohrenschmalz und Schweiß stellen die Technik zum Teil unter starke Belastungen und können die Hörqualität einschränken. Der richtigen Pflege und Reinigung sollte daher die allergrößte Sorgfalt entgegengebracht werden.

Für eine grundlegende Reinigung und Pflege kann dann beispielweise wie folgt vorgegangen werden:

1. Das Hörgerät gründlich mit einem antibakteriellen Reinigungsspray desinfizieren.
2. Das Hörgerät mit der Hand vorsichtig mit einem trockenen, weichen Tuch säubern.
3. Die Ohrpassstücke zusammen mit einer Reinigungstablette in einen Becher geben und warten bis sich die Verschmutzung löst.

Gerne zeigen wir Ihnen weitere Möglichkeiten der Reinigung und Trocknung auf.

Oder Sie lassen Ihr Hörgerät durch uns professionell reinigen!

www.optik-akustik-heinemann.de

Hier finden Sie Ihre Spezialisten in Sachen Optik & Akustik:

35576 Wetzlar | Langgasse 23
Tel. Akustik: 06441 - 45065 | Tel. Optik: 06441 - 45064

35578 Wetzlar | Hausertorstr. 49
Telefon: 06441 - 9828108

35578 Wetzlar am Klinikum | Forsthaus-Str. 1E
Telefon: 06441 - 2091682

35586 Hermannstein Gesundheitszentrum | Loherstraße 1
Telefon: 06441 - 3818424

35619 Braunfels (Optik) | Wetzlarer Str. 1
Telefon: 06442 - 6465

35781 Weilburg (Optik) | Langgasse 30
Telefon: 06471 - 7157

35781 Weilburg im Fachärzthehaus | Am Steinbühl 4b
Telefon: 06471 - 7157



Werden Sie Heinemann
Fan bei Facebook



heinemann
OPTIK & AKUSTIK

Schön zu sehen. Gut zu hören.