

FRIZZ

3
2025

Das Magazin für Darmstadt & Umgebung

ANZEIGE | FOTO: ADRIAN NOLTE/MEIER



LUXHAUS.
wir bauen Ihr Lieblingshaus
HANDELSVERTRETUNG SÜDHESSEN

**IMMOBILIENMAKLER
ARCHITEKTURBÜRO**



IPRM

BESTANDSIMMOBILIEN
NEUBAUVERTRIEB
PLANUNGSLEISTUNGEN
SMALLHOUSES

WWW.IPRM.DE

LENA & LINUS

Das Indie-Pop-Duo im Gespräch
und live in der Centralstation

REPAIR-CAFÉ

10 Jahre reparieren statt
wegwerfen in Darmstadt

WEITSICHT

5.000 km mit Sonnensegeln
von Berlin nach Athen



Dr. Oehm

Dr. Jennert

Dr. Ruch

Neu: offenes MRT in Upright Technik.
[Untersuchungen bei Platzangst und im
Stehen unter Belastung]



DieRadiologen

MVZ RHEIN-MAIN-ZENTRUM FÜR DIAGNOSTIK GMBH

Eines der modernsten Diagnosezentren Europas

Radiologische Diagnostik | Vorsorgemedizin | Früherkennung | Sportmedizin

- 3Tesla-Ultrahochfeld-MRT [2 Systeme]
- Offenes MRT
- Upright MRT
- Multislice-Computertomografie –
u.a. auch der Herzkranzgefäße
- CT- und MRT-gesteuerte spezifische
Schmerztherapie
- Mammografie und MR-Mammografie
- 3Tesla multiparametrische MRT der Prostata
- Digitales Röntgen
- 3D-Sonografie
- Knochendichtemessung [DEXA-Scan]

MVZ Rhein-Main-Zentrum für Diagnostik GmbH
DieRadiologen

Gutenbergstraße 23 (neben Loop 5)

64331 Weiterstadt

Fon 0 61 51. 78 04-0

Fax 0 61 51. 78 04-200

www.dieradiologen-da.de

info@dieradiologen-da.de

Privatsprechstunde: Fon 0 61 51. 78 04-100



Linda Engel

Darmstadt Bilder

März 2025 | 9. März, 11 bis 18 Uhr, Markt der schönen Dinge, Jugendstilhalle „Zum Goldenen Löwen“. www.apavi.de

inhalt #504

4 People

Lena und Linus: das Würzburger Indie-Pop-Duo stellt sein Debütalbum „Wir verglühen“ live in der Centralstation vor.

6 Glosse & Kolumnen

- Liliengelaber #80: Im Niemandsland
- Darmstadt-Glosse #199: Gott sei Dank, es ist vorbei?
- Frau Hempel auf 'm Sofa #42: Füreinander

8 News & Promotion

14 Tipps & Hacks

16 Titelstory

ImmoProfis RheinMain: maßgeschneiderte, individuelle Immobilienlösungen.

18 Kultur & Kunst

- Staatstheater Darmstadt: Stolz und Vorurteil
- Buch des Monats

22 Firmenportrait

Bike2Future: Beitrag zur Mobilitätswende

24 Urban

10 Jahre Repair-Café Darmstadt

26 Weitsicht

5.000 km mit Sonnensegeln

27 Special

Coaching, Ausbildung & Karriere

32 Stadtkulturkalender

Musik & Locals, Bühne

38 Exit & Impressum

Verlosungs-Highlight, Auslagestelle des Monats



RESTAURANTE Y BAR MEXICANO

BIENVENIDOS AMIGOS
MEXIKANISCH ESSEN & TRINKEN

**MÄRZ-SPECIAL
HAPPY HOUR**

DEN GANZEN MONAT
AUF ALLE COCKTAILS

**TÄGLICH
17-19 UHR
COCKTAILS
HAPPY
HOUR**
& AB 22 UHR
ALL NIGHT LONG

 [cocodarmstadt](https://www.instagram.com/cocodarmstadt)



WÜRFELMONTAG

Jeden Mo. ab 20.00 Uhr
Würfle Deinen Cocktailpreis



Jetzt deinen
Lieblingstisch
reservieren!

Coco Restaurante y Bar
Kasinostr. 5 | Darmstadt

 06151 997887

 www.coco-darmstadt.de

 [cocodarmstadt](https://www.instagram.com/cocodarmstadt)





FRIZZ TICKETS präsentiert!

„Wir setzen uns keine Grenzen“

Lena & Linus im März live zu Gast in der Centralstation

VON BENJAMIN METZ | FOTO: BLURRYXWINE

Mit ihren Songs über Liebe, Freundschaft und das Erwachsenwerden treffen Lena Bäcker und Linus Knobling den Nerv ihrer stetig wachsenden Fangemeinde. Nach ersten Singles und EPs veröffentlicht das Würzburger Indie-Pop-Duo nun sein lange erwartetes Debütalbum „Wir verglühen“, das die beiden aktuell auf großer Tournee live vorstellen.

FRIZZmag: Vor gerade einmal fünf Jahren habt ihr euch via Social Media kennengelernt, dann erste Songs geschrieben, Singles veröffentlicht und 2023 dann die erste EP „Fühlst du dich allein?“. Im selben Jahr habt ihr eure erste eigene Tour gespielt. Seither werden die Hallen immer größer und die Fans eurer Songs immer zahlreicher. Ist dieser Erfolg primär eurer Musik zu verdanken oder seid ihr auch einfach sehr hart arbeitende Künstler?

Linus: Für uns war es immer etwas paradox, dass wir einfach unsere persönlichen Geschichten in unseren Songs erzählen und die Leute das einfach sehr cool finden und so einen engen Bezug zu unseren Songs entwickeln.

Lena: Wir sind auf jeden Fall sehr dankbar! Am Anfang waren wir etwas ungläubig, als Leute Tickets gekauft haben und zu unseren Konzerten gekommen sind.

Zunächst seid ihr beide solo mit eigenen Songs gestartet. Wie seid ihr zur Musik gekommen und wie habt ihr euch dann gefunden?

Lena: In der Grundschule hatte ich zunächst Klavierunterricht und mit zwölf habe ich dann begonnen, eigene Songs zu schreiben. Linus habe ich dann über „Instagram“ kennengelernt, als ich ungefähr achtzehn war. Wir haben uns gut verstanden, eine Band gegründet und erst mal nur zum Spaß gemeinsam Musik gemacht. Die Idee, als Duo zu arbeiten, kam uns erst später, als wir unseren Produzenten Tim kennengelernt haben.

Linus: Ende 2019 hatte ich mit einem Kumpel beschlossen, Gitarrespielen zu lernen. Ich hatte da so eine alte Gitarrenschule von meinem Dad und ab dem Lockdown 2020 hatten wir jede Menge Zeit zum Üben und ich habe angefangen, erste eigene Lieder zu schreiben. Etwas später habe ich dann Lena kennengelernt und dann ging's los.

Eure Songs zeichnen sich auch durch ihre meist sehr persönlichen, gefühlvollen Texte aus. Woher nehmt ihr die Inspirationen für eure Texte? Haben die Ideen alle einen autobiografischen Hintergrund?

Lena: Ja, in der Regel schon. Wir greifen da natürlich auch auf unser beider Erfahrungen zurück und das vermischt sich dann beim Songschreiben mitunter. Hier und da inspirieren uns auch Dinge, die Freund:innen von uns passieren. Aber die Themen unserer Songs kommen schon aus dem echten Leben.

Auf eurer EP „Fühlst du dich allein“ habt ihr einen Song über den Schauspieler Timothée Chalamet geschrieben. Chalamet wird aktuell für seine Bob-Dylan-Darstellung im Film „Like A Complete Unknown“ gefeiert. Haben junge Songwriter:innen wie ihr noch einen Bezug zu Künstlern wie Bob Dylan oder Neil Young oder sind die eher primär „Teil der Musikgeschichte“? Was sind eure musikalischen Einflüsse?

Lena: Ich höre mir jetzt nicht unbedingt als Erstes morgens eine Bob-Dylan-Platte an, aber ich habe schon einen starken Bezug zu seiner Musik. Mein Vater mag ihn sehr und

spielt selbst Mundharmonika. Dylans Songs und sein Mundharmonikaspiel berühren mich. Linus und ich hören beide indie-folkige Musik und haben ansonsten einen recht breitgefächerten Musikgeschmack.

Linus: Bei meinen Eltern liefen eher die Songs von „Abba“ und „AC/DC“ (lacht). Bei mir fließt eher die Musik, die ich als Jugendlicher gehört habe, in meine Songs ein.

Am 7. März erscheint euer lange erwartetes Debütalbum „Wir verglühen“. Was könnt ihr über das Album und seine Entstehung erzählen und warum habt ihr euch erst so spät an ein Album „gewagt“?

Linus: Als wir unsere ersten Songs zusammenhatten, wollten wir die einfach schon mal veröffentlichen und nicht gleich ein ganzes Album schreiben und produzieren. Das ist ja schon ein ziemliches Projekt. Daher erschien uns das kleinere EP-Format als geeigneter für ein erstes musikalisches Lebenszeichen. Bei der LP war das ein wesentlich fokussierterer Schreibprozess. Wir hatten keine Songs mehr „irgendwo rumliegen“, sondern haben uns ganz regelmäßig getroffen und gezielt für die Platte Lieder geschrieben.

Lena: Und es war auch ein finanzielles Thema. Ein Album ist mit ganz anderen Kosten verbunden und es hat erst mal seine Zeit gebraucht, bis wir auf dem Level waren, das stemmen zu können.

Fällt es euch heute noch genauso leicht, eure Gefühle auszudrücken wie in euren Anfangstagen als Songwriter:in? Ist man als öffentlicher Mensch und Künstler:in nicht deutlich verletzlicher?

Lena: Wir schreiben immer erst mal drauflos und setzen uns da keine Grenzen. Wenn sich im Nachhinein ein Song zu persönlich anfühlt, kann ich mich immer noch entscheiden, ob ich ihn veröffentlichen oder privat für mich behalten möchte.

Linus: Das sehe ich auch so. Man möchte sich beim Songschreiben treu bleiben und da ist es wichtig, dass man sich die Authentizität bewahrt.

Wie geht ihr euer Songwriting an? Jede:r für sich alleine oder gemeinsam? Inwiefern unterscheidet sich die Arbeit im Duo von eurer Arbeit als Solokünstler:in?

Lena: Wir schreiben eigentlich immer alles gemeinsam. Das ist in der Regel sehr bereichernd, kann aber manchmal auch herausfordernd sein. Aber durch das gemeinsame Arbeiten kommen wir oft schneller voran. Alleine ist man oft superkritisch und macht sich hier und da auch selbst runter. Wenn wir gemeinsam arbeiten, legen wir jede auch noch so vermeintlich doofe Idee auf den Tisch. Was nicht selten zur Folge hat, dass der andere die Idee dann gar nicht so doof findet, weil er eine andere Perspektive auf sie hat und sie dann weiter voranbringt. Manchmal gibt es dann aber auch Konflikte, wo wir ewig lang wegen einem Wort oder einer Zeile diskutieren.

Linus: Vor allem haben wir zwei Leben, zwei unterschiedliche Erfahrungsschätze, aus denen wir schöpfen können, und das macht unser gemeinsames Songschreiben immer wieder spannend.

„Wir verglühen“ wurde, wie auch schon eure Singles und EPs, vom bereits erwähnten Tim Tautorat produziert, der bereits für Acts wie „AnnenMayKantereit“, „Provinz“ und „Jeremias“ gearbeitet hat. Wie kam es zur Zusammenarbeit?

Lena: Tim hat mit der Plattenfirma „Four Music“ sein eigenes Label „Tautorat Tonträger“ gegründet. Hierfür war er auf der Suche nach ersten Künstler:innen, wurde auf Songs meines damaligen Soloprojekts aufmerksam und hat mich zu sich eingeladen. Ich hatte da schon in besagter Band mit Linus gespielt, also hat er mich zu dem Treffen begleitet. Gemeinsam mit Tim kamen wir dann auf die Idee, als Duo Songs zu schreiben und aufzunehmen. Tim hat uns sehr geholfen, unsere musikalische Vision zu entwickeln. Ohne ihn wären Linus und ich nicht dort, wo wir heute stehen.

HINWEIS! Die Antworten von Lena und Linus waren so umfangreich, dass wir nicht alles abdrucken konnten. Das gesamte Interview könnt ihr auf www.frizzmag.de lesen!

FRIZZ verlost 3 x 2 Tickets. Siehe Seite 38. E.S.: 9.3.; Fr., 14.3., 20 Uhr, Centralstation, DA
■ www.lenaundlinus.de

BIKE2FUTURE DIE GEBRAUCHTRADEEXPERTEN

**TEST
WOCHE
WOCHEN**
ab 01. März im Store
Weiterstadt

Teste 1 Woche lang 100% kostenlos und
unverbindlich dein Traumrad mit uns.
Weitere Infos findest du unter:
www.bike2future.de



Jetzt schon einplanen:

Am 29.03. im Store: Essen, Trinken, Musik,
Gewinnspiele und jede Menge Räder.

Gute Räder fahren weiter

DEIN KULINARISCHES ERLEBNIS



IM HERZEN VON DARMSTADT

LA LUCHA IS BACK!

WIR FREUEN UNS, EUCH WIEDER MIT SÜDAMERIKANISCHEN KÖSTLICHKEITEN ZU VERWÖHNEN!

WECHSELNDER MITTAGSTISCH:

ABWECHSLUNGSREICHE GERICHTE FÜR JEDEN GESCHMACK &
EINE GENUSSVOLLE PAUSE IM ALLTAG.

BRUNCH AM WOCHENENDE:

SAMSTAGS & SONNTAGS VERWÖHNEN WIR EUCH MIT EINEM
REICHHALTIGEN BRUNCH-BUFFET.

ABENDS COCKTAILS & MUSIK:

LASS DEN TAG BEI EINEM HANDGEMACHTEN COCKTAIL, ENTSPANNTEN VIBES &
GUTER MUSIK AUSKLINGEN.

FRISCHE UND QUALITÄT STEHEN BEI UNS AN ERSTER STELLE –
ALLES WIRD MIT LIEBE UND SORGFALT SELBST ZUBEREITET.

ÖFFNUNGSZEITEN:

MO + MI + DO: 11 – 23 UHR | DI: RUHETAG | FR + SA: 11 – 01 UHR
SO: 9 – 23 UHR (BRUNCH-BUFFET: 9 – 13 UHR)



* SCHLEIERMACHERSTRASSE 10 | DARMSTADT * LALUCHA.DE * @ LALUCHA_DARMSTADT *

lilien.gelaber #80



SV 98 DE

Im Niemandsland

Am Deadline Day verstärkt der SVD seine Defensive. Meldin Dreskovic, 26, 3facher Nationalspieler Montenegros, kommt vom ungarischen Erstligisten Debreceni.

Trotzdem lief die Rückrunde zunächst katastrophal. Im 3. Spiel die 2. 0:1 Niederlage, diesmal beim Club. Nach 2 verletzungsbedingten Wechsels in der 1. Halbzeit klappts in der 2. besser, doch Nürnberg ist zwingender und schafft den Lucky-Punch in der 85. Minute.

4. Spiel, nix mit Korrektur des 0:4 vom Hinspiel in Elversberg. Im Gegenteil: 0:3, Tiefpunkt unter Kohfeldt. Frust am Bölle und bei Nürnberger, glatt Rot in der 74. nach üblem Doppel-Foul, 8 Spiele Sperre, 3 davon auf Bewährung. Bilanz-Vergleich nach je 4 Spielen: Hinrunde Lieberknecht 1 Punkt, 2:10 Tore, Vorletzter, Rückrunde Kohfeldt 1 Punkt, 2:7 Tore, Letzter.

5. Spiel, 4. Niederlage, 0:1 in Braunschweig. 2 Alu-Treffer zwar, aber die Eintracht wirkt entschlossener und macht in der 60. das 1:0. 2 Minuten später Gelb-Rot für Boetius. Das wars, trotz finaler Brechstangenversuche.

6. Spiel am Wahlsonntag, in Demokratietrikots gegen Königsblau, das durfte schon aus symbolischen Gründen nicht verloren gehen. Politisch wie spielerisch ne coole Aktion, dank Lidberg. Endlich wieder fit, trifft er in der 3. und 5. Minute. Vertragsverlängerer Schuhen bleibt unbezwungen. 2:0, 1. Sieg 2025 gegen harmlose Schalker. War das die Wende? Die Lilien jetzt 12., 7 Punkte bis zur Relegation nach unten, 11 nach oben.

Im März darfs so weiter gehen, doch der hat's mit 3x auswärts in sich. Zunächst in Magdeburg, es gilt die Hinrunden-Niederlage wettzumachen. Dem 1. FC gelang erst 1 Heimsieg - im letzten Spiel gegen Köln. Die Lilienbilanz im Heinz-Krügel-Stadion: 4 Spiele, 4 Siege. Geht doch!

Dann kommt der KSC ans Bölle. Das 3:3 aus dem Hinspiel lässt erneut auf ein furioses Flutlichtspiel hoffen. Die Böllebilanz gegen Karlsruhe ist negativ: In 12 Heimspielen 6 Niederlagen, 5 Remis und 1 Sieg, den allerdings im letzten Spiel vor 2 Jahren. Dann gehts nach Köln zum Mitabsteiger. 2024 gabs dort 1 von 3 Bundesligasiegen, im Hinspiel fegten die Lilien die Geißböcke mit 5:1 vom Platz. Bilanz in Köln: 5 Niederlagen, 1 Remis, 2 Siege.

Nach der Länderspielpause gehts nach 15 Jahren mal wieder nach Ulm. 1:1 in der Hinrunde, der letzte Sieg bei den Spatzen vor 45 Jahre zurück, das sollte sich ändern.

Oh Lilie, oh Lilie, oh Lilie!

LILLIE OHL

So., 2.3., 13:30 Uhr, 1. FC Magdeburg (A)
Fr., 7.3., 18:30 Uhr, Karlsruher SC (H)
Sa., 15.3., 20:30 Uhr, 1. FC Köln (A)
Fr., 28.3., 18:30 Uhr, SSV Ulm 46 (A)

Gott sei Dank, es ist vorbei?

Darmstadt-Glosse #199

Jetzt können wir ja, sag ich, wieder zur Tagesordnung übergehen. Ordnung, sagt mein Vater, ich sehe überall nur Chaos und Katastrophen kommen. Dann lass uns über den Darmstädter Doppelhaushalt reden, sag ich. Ich würde schon gerne noch mal über die Bundestagswahl reden, sagt meine Mutter. Aber nur über das Ergebnis, sagt mein Vater, wir müssen nach vorne schauen.

Gut, sag ich, was wäre schlimmer für die SPD, Regierung oder Dschungelcamp? Begib dich nicht auf RTL-Niveau, sagt meine Mutter. Im Ernst, sagt mein Vater, wars bei ARD und ZDF besser? Ich fands ein interessantes Experiment, sag ich, alle acht Parteienvertreter das Schlussstatement gleichzeitig sprechen zu lassen. War vielleicht besser so, sagt meine Mutter, dass man nix davon verstehen konnte.

Also, frag ich, was meint ihr, wie gehts weiter? Bayern fliegt gegen Bayer raus aus der CL, sagt mein Vater. Wie gesagt, sagt meine Mutter, ich würde schon gerne über das Wahlergebnis reden. Okay, sag ich, geile 84 % Wahlbeteiligung und ich wette, alle in unserer Familie haben Die Linke gewählt. Das würde die sensationellen fast 9 % erklären, sagt mein Vater. Also kein Widerspruch, sag ich, oder Mama? Ich habe Zweifel, sagt mein Vater, wg. der finalen Anti-Linke-Kampagne der Grünen.

Jedenfalls, sag ich, die Linke ist drin, da lagen wir richtig. Kann man so sehen, sagt mein Vater. Haben wir Merz zu verdanken, sagt meine Mutter, und seinem Tabubruch. Eine Steilvorlage, sagt mein Vater, die Heidi Reichennek sauber verwandelt hat. Die Linken können halt auch TikTok, sag ich. Merz hats sogar unter die 29 % geschafft, sagt mein Vater, wie von uns erwartet. Mehr hat jemand, sagt meine Mutter, der nicht versteht, warum Darmstadt so links ist, auch nicht verdient.

Mit dem Halbieren, sag ich, hats ja auch nicht so geklappt, die AfD hat nicht 5 sondern 20 %. Leider auch das wie erwartet, sagt mein Vater. Kein Wunder, sagt meine Mutter, wenn man das Thema Migration so hoch hängt. Vor zwei Jahren hat das 7 % der Deutschen interessiert, sag ich, kurz vor der Wahl über 50. Hat der CDU aber nix gebracht,



Hi, ich bin Thea Nivea.

Nivea hab ich von meinem Vater. Weil ich als Kind mal Nivea gegessen habe. Erklärt er mir heute noch. Überhaupt erklärt er reichlich viel. Inzwischen erklär ich ihm aber eher mal was. Bzw. wir reden drüber, über Darmstadt, über Politik oder Fußball, halt was gerade so los ist. Meine Mutter mischt da auch ordentlich mit. Was dabei raus kommt, könnt ihr hier lesen.

Wenn ihr auch mitmischen wollt, schreibt mir einfach:

t.nivea@frizzmag.de

sagt mein Vater, gewählt wird eh das Original. Sorry, sag ich, SPD und Grüne unterscheiden sich in ihrem Narrativ auch nur noch knapp vom Original.

Kommen wir, sagt mein Vater, mal zu den Abkackern. Tut mir gut, sagt meine Mutter, dass die FDP draußen ist. Und auch diese selbsternannte Populismus-Ikone, sag ich, wenn auch arschknapp. Seitdem die weg ist, sagt meine Mutter, streitet sich die Linke nicht mehr. Bald haben sie wieder, sagt mein Vater, genug Leute für ne Spaltung. Billiger Sprüche-Klau, sag ich, liest du immer noch die Titanic? Heimlich, sagt mein Vater. Offiziell, sagt meine Mutter, freut er sich jeden Samstag über dein F.A.S.-Geschenk-Abo.

Und darüber, sagt mein Vater, dass die SPD deutlich vor den Grünen ist. Womit Papa der Wahltepp-Punktsieger ist, sag ich. Und leider nur Schwarz-Rot

geht, sagt meine Mutter. Das allerdings, sag ich, macht nicht so viel Bock auf Zukunft. Die USA marschiert stramm auf eine Autokratie der Milliardäre zu, sagt meine Mutter, das macht auch nicht so viel Bock. Und der Orangenmann, sagt mein Vater, macht nen Deal mit Wladi, verpasst der Ukraine einen Diktatfrieden und Europa steht dumm daneben.

Und muss sich jetzt, sag ich, selbst um seine Verteidigungsfähigkeit kümmern. Kriegstüchtigkeit, sagt meine Mutter, würde das der derzeit beliebteste deutsche Politiker nennen. Das treibt die Verteidigungsausgaben in die Höhe, sagt mein Vater. Und deshalb, sag ich, bejubelt so ne Börsentante in der ARD den neuen Konjunktur- und Jobmotor Rüstungsindustrie.

Schöne neue Welt, sagt meine Mutter. Das Endstadium des Kapitalismus, sagt mein Vater. Ein Abgrund, sagt meine Mutter, gegen den unsere lokalen Probleme ein Witz sind. Ich verstehe, sag ich, unser Darmstädter Haushaltsloch ist ein Hügel dagegen. Und dass wir keinen dirkten Vertreter mehr in Berlin haben, sagt mein Mutter, ist der Gipfel. Gott sei Dank, nun ists vorbei, sagt mein Vater, wird von den Dreien jedenfalls keiner sagen. Genau, wir sind nur, sag ich, der Katastrophe eine Wahl näher gekommen.

Füreinander

Frau Hempel auf'm Sofa Die Lifestyle-Kolumne #42



Ein Bekannter berichtete mir von einer Beobachtung, die er bei einem seiner Kollegen gemacht hat. Dieser sorgte nach dem Händetrocknen mit einem Papiertuch durch leichtes Herauszie-

hen des nächsten Tuches dafür, dass es die nächste Person, die ein Handtuch benötigte, leichter greifen kann. „Der Nächste freut sich!“ war dessen Antwort auf die Frage, warum er das mache.

Mitdenken, damit der/die Nächste es leichter hat. Ein kleiner Handgriff mehr, um den Nächsten das Leben einfacher zu machen. Eine Mini-Geste, hinter der sich eine anerkennenswerte Haltung verbirgt: Obwohl der Kollege niemals ein Danke erhält oder auch nur die Person, die von seiner Haltung und Handlung profitiert, kennenlernen wird, behält er seine positive Einstellung bei und hinterlässt so ein Lächeln oder ein gutes Gefühl bei der nächsten Person.

Umsicht, Rücksicht, Höflichkeit und den Nächsten / die Nächste im Blick haben. Für den anderen Menschen da sein, obwohl dieser einem selbst unbekannt ist und bleiben wird. Wertschätzung der Kleinigkeiten – ich UND du – ein Füreinander.

Sie und ich können uns vornehmen, den Blick für solche kleinen Gesten zu schärfen und dies einfach mal wieder, oder anfangen zu tun. Das alles erinnert mich an einen Spruch, den ich mal irgendwo aufgeschnappt habe: „Hinterlasse die Welt jeden Tag ein kleines bisschen besser, als du sie vorgefunden hast.“

Ich wünsche viel Freude bei der neuen Umsicht!

ANNETTE HEMPEL



Start in den Frühling

Gewürz- und Heilkräuter bei Löwer

Bei Löwer werden hochwertige Pflanzen unter nachhaltigen Bedingungen in der Region angebaut. Über 5 Millionen Pflanzen wachsen jährlich in den Gewächshäusern der Gärtnerei Löwer. Besonders Stolz ist man auf das Sortiment von über 700 Gewürz- und Heilkräutern aus eigenem Anbau. Da ist für jeden Geschmack und für jede Anwendung etwas dabei. Ende März startet wieder die Kräutersaison. Neben vielen kulinarischen Besonderheiten gibt es auch Heilpflanzen für nahezu jeden Anwendungsbereich.

FM

LÖWER Rossdorf, Heinz-Friedrich-Str. 12, 64380 Roßdorf; Tel.: 0 615 4 / 69 409

■ www.agaplesion-elisabethenstift.de



jugend  forscht 2025
seit 60 Jahren



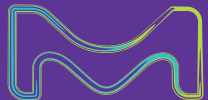
60 JAHRE

Jugend forscht

Mehr als 40 Jahre bei Merck in Darmstadt!

Hessens schlaueste Köpfe zeigen ihre Ideen bei Merck. Vorbeikommen und staunen!

Donnerstag, 27. März, 13.30 Uhr bis 15.15 Uhr,
Merck Conference Center,
Frankfurter Straße 250, Darmstadt

Kostenlose Anmeldung und Infos:
merck.de/jugendforscht

Davidé
Carsidona

Perfectly Hair

06151 292580

Grafenstraße 31 • 64283 Darmstadt





**Vollkornbrote, Baguette, Brötchen, Kuchen,
Kaffeeteilchen und pikante Quiche.
Vieles ist aus 100% Dinkel!**



Schulsstr. 3 • Darmstadt • 06151 / 296138
Mo-Fr 7-18 • Sa 7-16

OPTIK BOGORINSKI
Sehen & Hören
DIE NÄCHSTE GENERATION SMART GLASSES
BEI UNS ERHÄLTlich Ray-Ban ∞ Meta



🏠 Eberstädter Str. 79 • Pfungstadt
✉ info@bogorinski.de

06157 - 2962 ☎
bogorinski.de 📄



Willkommen im „Coco Restaurant y Bar“ Bekanntes Team und neues Konzept im ehemaligen Enchilada

In den ehemaligen Räumen des Enchilada hat das Restaurant Coco eröffnet – ein unabhängiges Lokal, das mit Charme und Persönlichkeit begeistert. Unter der vertrauten Leitung und mit dem bekannten Team setzt das Lokal auf Individualität und Vielfalt, fernab von Franchiseketten. Das Herzstück des Coco ist die einzigartige Speise- und Getränkekarte, die eine bunte Auswahl an mexikanischen Gerichten bietet, zubereitet aus regionalen Zutaten. März-Highlight: Alle Cocktails zum Happy-Hour-Preis – den ganzen Monat lang! Der beliebte Würfelmontag bleibt bestehen, bei dem man den Preis der Cocktails selbst erspielen kann. Partys sind bereits in Planung. Das Coco vereint Bewährtes mit frischen Ideen – ein Besuch lohnt sich. FM

Kasinostrasse 5, Darmstadt

Tel.: 0 61 51 / 99 78 87, E-Mail: info@coco-darmstadt.de.

■ www.coco-darmstadt.de



Jeden Abend Candle-Light-Dinner Lahore Palace

Das indisch-pakistanische Spezialitätenrestaurant lädt zu genussvollen Momenten ein: „Jeden Abend gibt es bei uns ein Candle-Light-Dinner!“, verrät Restaurantchef Rafiq Chaudhary. Festlich in Weiß gedeckte Tische mit Rosendekoration schaffen eine romantische Atmosphäre. Die umfangreiche Speisekarte bietet für jeden Geschmack etwas: von veganen und vegetarischen Kreationen bis hin zu Tandoori-Spezialitäten und Gerichten mit Huhn, Lamm, Rind, Wild oder Fisch. Dazu passt eine vielfältige Weinauswahl aus aller Welt und zum krönenden Abschluss locken köstliche Desserts. Alles wird frisch zubereitet und mit exotischen Gewürzen verfeinert. Mittags gibt es einen günstigen Mittagstisch – ideal für eine kleine Auszeit vom Alltag! MN

Eschollbrücker Straße 5, 64283 Darmstadt

Tel.: 0 61 51 / 33 22 9, E-Mail: kontakt@lahore-palace.de

Mo-So: 11:30–14:30 und 17:30–23.30. Tischbestellung erbeten.

■ www.lahore-palace.de



ADVERTORIAL

Hier werden Tanzträume wahr 43 Jahre tricot

Viele träumen davon, eines Tages auf Spitze zu tanzen. Rührend sind die Geschichten vieler Mädchen, die schlaflose Nächte verbringen, bevor sie ihre ersten Spitzenschuhe bekommen, erzählt Swantje Dreyer (Foto), Inhaberin des tricot. Eine Geschichte bleibt ihr besonders im Gedächtnis: Eine begabte junge Frau war überzeugt, dass ihre Füße „nicht gut genug streckbar“ für eine Tänzerkarriere seien. Gemeinsam fanden sie einen geeigneten Spitzenschuh für sie. Heute steht die Kundin als Profitänzerin in London auf der Bühne.



Die ehemalige Balletttänzerin eröffnete das tricot 1982. Inzwischen ist es über Darmstadt hinaus die Adresse für Ballett-/Tanzbekleidung und -schuhe. 2004 kam ein Webshop hinzu, doch bei Tanz- und Spitzenschuhen ist das Anprobieren nahezu unverzichtbar. Für die gut besuchten Samstage werden extra Beratungstermine angeboten, die auch online gebucht werden können.

Swantje Dreyer kooperiert mit vielen Ballett- und Tanzschulen, Theatern und Vereinen. Auch Größen wie die Tänzer:innen des Mariinsky Theaters, Liza Minelli oder ein Vogue-Shooting mit Sergei Polunin wurden von tricot schon mit Kleidung und Schuhen ausgestattet.



Nach 43 erfolgreichen Jahren möchte Swantje Dreyer mehr Zeit für private Pläne haben und ihr tricot in neue Hände übergeben. Es wäre schön, wenn das sehr gut gehende Geschäft mit viel Potenzial weitergeführt würde. Interessent:innen können sich gerne melden – damit weiter Ballettgeschichten erzählt werden können.

MN

tricot, Neckarstraße 20 / Ecke Elisabethenstraße, Darmstadt

■ www.tricot.de

Unzertrennlich:

Das Deutschlandticket & Du.

Behalt dein Deutschlandticket.
Fahr weiter mit uns.

Ab Januar
für 58 Euro
monatlich

heagmobilo.de/deutschlandticket

HEAG  MOBILO



DJADOO
ORIENTALISCHE SPEZIALITÄTEN
MITTAGSBUFFET 19,99 €
Mo. - Fr. 11.30 - 15 UHR



2,- € GUTSCHEIN

BEI VORLAGE DIESES GUTSCHEINS ERHALTEN SIE 2,- € RABATT AUF DAS MITTAGSBUFFET.

Viktoriaplatz 12 / 64293 Darmstadt / Tel. DA. 1016310 / www.djadoo.de

Stadtprodukte
– Fair gelaunt durch Tag und Nacht ...




Elisabethenstraße 51
64283 Darmstadt
Telefon 06151-21911
@weltladendarmstadt

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag:
10.00 bis 18.30 Uhr
Samstag:
10.00 bis 16.00 Uhr

Lebensmittel und Handwerk, ...bio & fair: www.weltladen-darmstadt.de

Dotter Stiftung

68. DOTTER-KONZERT

**DAS DRITTE REICH UND DIE
„ENTARTETE“
MUSIK**

WERKE VON
**HINDEMITH, KORNGOLD,
ULLMANN UND WEINBERG**

Mit dem Trio Delyria,
Çağla Gürsoy und Texten,
gelesen von Gabriele Drechsel



Sa, 22. März 2025, 18.00 Uhr
**DARMSTADT-EBERSTADT
ERNST-LUDWIG-SAAL**

Vorverkauf unter <https://dotter-stiftung.de/dotter-konzerte/>
und im Internet bei allen an ztx angeschlossenen Vorverkaufsstellen,
z.B. Darmstadt Shop Luisencenter, Telefon 06151 / 134513.

Fotos ©: Hansjörg Rindsberg; Lena Urazaeva; Nathalie Zimmermann



Adrian Noltmeier

Mehr Sichtbarkeit: Google, PR und Co.

Themenabend beim FachFrauenNetzwerk

Viele großartige Unternehmen bleiben unsichtbar, weil sie Google und Öffentlichkeitsarbeit nicht gezielt für sich einsetzen. Doch das lässt sich ändern! Ines Stenzel, bekannt als Datenkomplize, zeigt, wie Unternehmerinnen ihr Google-Unternehmensprofil optimieren, um online besser gefunden und sichtbarer zu werden. Sie erläutert, wie sich Unternehmensinformationen einfach, effektiv und kostenlos ansprechend auf Google platzieren lassen. Martina Noltmeier, Journalistin und PR-Profi, erklärt, wie kluge PR-Arbeit die Aufmerksamkeit der Presse gewinnt und so die Reichweite erhöht. In einem gemeinsamen Vortrag beim FachFrauenNetzwerk geben die beiden Expertinnen praxisnahe Impulse, die sich sofort umsetzen lassen. Die Plätze sind begrenzt. MN

Donnerstag, 27.3., 18:30 Uhr, Büro von Stefanie Wagner, Oberstraße 19, 64297 Darmstadt.

Anmeldung unter: martina.noltmeier@gmx.de



Christian Grau

Von Nachhaltigkeitskommunikation bis LinkedIn

Neues Programm beim Marketing Club Südhessen

Beim nächsten Event des Marketing Clubs Südhessen dreht sich alles um Nachhaltigkeitskommunikation: Am 11. März sind Dr. Claudia Klemm und Hannah Barthel von der Profilwerkstatt GmbH mit ihrem Vortrag „Zwischen Greenwashing und Greenhushing“ zu Gast. Sie zeigen, wie aus langweiligen Zahlen des Nachhaltigkeitsberichts eine wirksame Kommunikation wird. Heiko Depner, Geschäftsführer der La Mina GmbH, spricht am 6. Mai über das Thema „Populismus und der digitale Nährboden“. Weiter geht es am 27. Mai mit Ben Olschewsky, Geschäftsführer der PIX Online Marketing GmbH, der Tipps für erfolgreiches LinkedIn-Marketing gibt. Den Henschel-Spirit kann man am 24. Juni mit Dr. Moritz Koch, Geschäftsführender Gesellschafter, erleben. Gäste sind willkommen! MN

■ www.marketingclub-suedhessen.de



Klaus Mai

ADVERTORIAL

Gartengestaltung selbst gemacht

Natursteinzentrum Rhein-Main

Das Frühjahr steht vor der Tür und viele Gartenliebhaber möchten ihren Außenbereich verschönern. Das Natursteinzentrum Rhein-Main in Pfungstadt bietet auf über 10.000 Quadratmetern ein Komplett-Sor-

timent rund um den Garten – „alles außer Pflanzen“, schmunzelt Geschäftsführerin Susanne Scheer. Das Angebot reicht von Mauer – und Pflastersteinen über Beleuchtungssysteme, Terrassenplatten bis hin zu Einfassungen aus Naturstein und Keramik. Dazu gibt es Maschinen, hochwertige Werkzeuge, wie Gartenscheren oder Spaten, sowie Mörtel und Verarbeitungsprodukte. Beson-

ders beeindruckend: die große Auswahl an Natursteinen aus aller Welt. Wer sich inspirieren möchte, kann im Ausstellungsbereich Brunnen, Vogeltränken, Findlinge und Dekoartikel anschauen. Persönliche Beratung wird hier groß geschrieben. „Wir gehen auf alle Kunden zu und helfen auch Nicht-Profis bei der Gartengestaltung“, berichtet Susanne Scheer. Dafür steht ihr ein 14-köpfiges Team zur Seite.

Action und Abenteuer am 4. April

Ein besonderes Highlight erwartet Interessierte am letzten Tag vor den hessischen Schulferien: Am 4. April lädt die Firmengruppe Haaf, zu der auch das Natursteinzentrum Rhein-Main gehört, zu einem spannenden Tag im Muschelkalk-Steinbruch der Familie ein. Anlässlich des 30-jährigen Jubiläums gibt es in Gaubüttelbrunn bei Würzburg einen exklusiven Blick hinter die Kulissen samt Fuhrpark-Ausstellung und Wissensbühne. Das Highlight für Klein und Groß: Bagger, Radlader und Raupe selbst fahren! Der Eintritt ist nach vorheriger Anmeldung (QR-Code) kostenfrei.

MN

Natursteinzentrum Rhein Main

Rudolf-Diesel-Straße 7, 64319 Pfungstadt

Tel.: 0 61 57 / 958 950 0

E-Mail: info@natursteinzentrum-rm.de

■ www.natursteinzentrum-rm.de



Stolz und Vorurteil

SCHAUSPIEL

Stückentwicklung von Anna Malena
Große nach dem Roman von
Jane Austen / ab 12 Jahren



ab 08.03.
Staatstheater
Darmstadt

WORAUF HOFFEN?

Aschenputtel (La Cenerentola)

MUSIKTHEATER

Opera buffa von Gioachino Rossini /
ab 12 Jahren



ab 15.03.
Staatstheater
Darmstadt

WORAUF HOFFEN?



MR. PEPPER'S
— by WHISKYKOCH —

LADEN RESTAURANT EVENTS
ESTD 2007

GESUCHT

- kochen ZUM Whisky
- „deine“ kleine Küche
- mit Herzblut bei der Sache

Motivationsschreiben / Fragen an:
team@mrpeppers.de
0176-57245911

MRPEPPERS.DE by Whiskykoch – wo Freunde sich treffen

IMMO UMMINGER

**Möchten Sie Ihre Immobilie
professionell verkaufen / vermieten?**

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Erfolgreiche Immobilienvermittlung seit 51 Jahren.
Heidelberger Straße 32 • 64285 Darmstadt
Telefon: 06151 - 951 07 91 • Telefax: 06151 - 29 45 91
E-Mail: immo-umminger@t-online.de



GEBURTSHILFE
www.die-geburtsklinik.de

Informationsabend
Jeden dritten Montag im Monat
18:00 Uhr | online

- **Unsere Beleghebammen** betreuen Sie zu Hause und im ALICE-HOSPITAL
- **Unsere Gynäkologen** versorgen Sie ambulant und stationär
- **Die Kinderärzte** der Kinderkliniken stehen für den Notfall bereit

AliceGute!



IHR HEISSE DRAHT
ZU UNSEREM HAUS
**TELEFON
06151 4020**



ADVERTORIAL

Über den Tod reden, fürs Leben lernen

Tag der offenen Tür bei Kahrhof Bestattungen



Das vielfältige Programm bietet die Chance, sich in einer offenen und wertschätzenden Atmosphäre über Abschied, Trauer und Vorsorge zu informieren. Neben Impulsvorträgen, Führungen und kreativen Mitmachangeboten gibt es Einblicke in verschiedene Aspekte der Bestattungskultur: vom Umgang mit trauernden Kindern, Trauerfloristik und Sterbephasen bis hin zu zeitgemäßen Grabstätten und Bestattungsvorsorge. Ungewöhnliche Gäste werden erwartet: Trauerbegleiter Hund Filou und Friedhofsclown Irene Levant, die neue Perspektiven auf das Abschiednehmen eröffnet. Ein Grußwort spricht die Hessische Ministerin für Arbeit, Integration, Jugend und Soziales, Heike Hofmann. Details zum Programm gibt's auf der Website. **FM**

15. März, 11-17 Uhr; Kahrhof Bestattungen, Merckstraße 13, 64283 Darmstadt

■ www.kahrhof-bestattungen.de



Willems on Tour

Unvergessliche Erlebnisse in der Region Bergstraße-Odenwald

Natur, Kultur, Abenteuer und Genuss – mit Willems on Tour wird jede Wanderung und Radtour zu einem einzigartigen Erlebnis. Sabine Kaffenberger und Doris Pleil laden ein, die Region Bergstraße-Odenwald neu zu entdecken. Sowohl Einheimische als auch Urlaubsgäste finden Ihr persönliches Lieblingserlebnis. Besondere Highlights sind geführte Kräuterwanderungen, spannende Touren entlang des Limes, Radausflüge auf historischen Schmugglerwegen oder auch die Radtour zum ältesten Gasthaus Deutschlands. Mit den ersten warmen Sonnenstrahlen startet das beliebte Pilates im Schlossgarten Erbach für einen aktiven und gleichzeitig entspannten Tag. Jede Tour verbindet Bewegung mit regionaler Geschichte und kulinarischen Genüssen und unterstützt einen guten Zweck. Ein Ausflug mit Herz! **FM**

Willems on tour GmbH, Michelstadt

Tel. 0 60 61 / 97 90 600; E-Mail: info@willemsontour.de

■ www.willemsontour.de



Schwangerschaft und Geburt

Online-Informationsveranstaltungen des Alice-Hospital

Werdende Eltern haben viele Fragen zur Geburt. Die Beleghebammen des Alice-Hospitals informieren regelmäßig online über Betreuung, Schmerzlinderung und mögliche Komplikationen. Der Infoabend findet jeden dritten Montag im Monat statt, ohne Anmeldung. Der Einwahllink ist auf der Website verfügbar. Zusätzlich kann die moderne geburtshilfliche Abteilung mit vier Kreißsälen, Vorwehen-Zimmern und Familienzimmern am vierten Montag im Monat besichtigt werden (Anmeldung erforderlich). Frauen ab der 32. Schwangerschaftswoche, auch mit Risikoschwangerschaften, können im Alice-Hospital entbinden. Die angeschlossene Kinderklinik ermöglicht eine optimale Notfallversorgung.

FM

Weitere Infos unter:

■ www.diegeburtstheater.de



Neue Arbeitswelten durchdacht gestalten

Bürodesign Nejedly

Seit 35 Jahren plant und realisiert die Bürodesign Nejedly GmbH Büro- und Objekteinrichtungen. Angesichts des Trends zu Remote- und Home-Office-Arbeiten werden Unternehmen, Freiberufler, öffentliche Einrichtungen sowie Privatkunden mit flexiblen, modularen Möbelbausystemen ausgestattet. Nach individueller Planung und Konzeption entstehen moderne Arbeitswelten, Teamflächen, Touchdown Areas, Workboxen, Loungebereiche und Meetingzonen – eingerichtet mit Möbeln namhafter Hersteller wie Vitra, USM Haller, König & Neurath, Forma 5 und Occee-Fourdesign. „Raumkonzepte müssen im schnellen Wandel zukunftsicher sein, um sich den ständig wechselnden Anforderungen der modernen Arbeitswelt zu stellen“, sagt Geschäftsführer Stefan Müller.

MN

Bürodesign Nejedly GmbH, Europaplatz 4, Darmstadt

Tel.: 0 61 51 / 89 40 82, E-Mail: info@buerodesign-nejedly.de

■ www.buerodesign-nejedly.de

Der Spezialist für Polsterhandwerk
Schöne Möbel- und Dekostoffe. Lassen Sie sich beraten!

Bessunger Str. 33-35 • Darmstadt • 06151 / 63573
www.raumausstattung-wallner.de

BUCHLADEN

Auf der richtigen Spur...

Heidelberger Str. 81B
64285 Darmstadt-Bessungen
Telefon 0 61 51-31 58 71
www.bessunger-buchladen.de

Bessunger Buchladen
Klein, fein, gleich nebenan.

QUIZ AHOI –
Verwirrung garantiert!

Ein spannendes, interaktives Erlebnis, bei dem Wissen und Täuschung Hand in Hand gehen.

TERMINE März 22 / April 04
ABFAHRT 19:00 **ANKUNFT** 23:00
TICKETS 87,- € p. P. inkl. Programm & 3-Gänge-Menü

NEU
jetzt
buchen

Ab / An Eiserner Steg, Mainkai
Buchung: www.primus-linie.de

PRIMUS-LINIE Frankfurter Personenschiffahrt Anton Nauheimer GmbH
Eiserner Steg Mainkai 36 60311 Frankfurt

Die Villa Trautheim

Wechselnde Tagesgerichte, kleine Speisen,
Kaffee und selbstgebackene Kuchen.

Geschlossene Gesellschaften
nach Vereinbarung.

Mo, Mi, Do, Fr 12-22 | Sa 15-22 | So 12-21 | Di Ruhetag
Am Trautheim 1 • 64367 Mühlthal-Trautheim
Tel.: 0 61 51 - 15 9 15 66 • www.villa-trautheim.de

BESTELL- UND ABHOLSERVICE - TÄGLICH VON 11.30 - 23.30



SPEISEKARTE ONLINE: WWW.SANREMO-DARMSTADT.DE

FRIZZ
TICKETS

Rheinstr. 30 - Darmstadt | Mo-Fr 10-18
Telefon: 0 61 51 - 915 888
tickets@frizz-tickets.de | www.frizz-tickets.de



12.01. - 08.02.2026
Bad Nauheim, Jugendstil-Theater



CARMELA DE FEO
09.05. Bensheim, Parktheater



09. AUGUST TSV ALTHEIM
09.08. Münster (Hessen),
TSV Altheim



RÜDIGER BALDAUF
29.03. Rüsselsheim,
Theater Rüsselsheim

OFFIZIELLER TICKETPARTNER



An Fastnacht wird sogar der Whisky bunt Wie kommt die Farbe in den Whisky?

FRIZZ-Tipp: „Drinks“ von Marion Pepper #4

Bernsteinfarben – so sieht Whisky aus. Aber rot, gelb? Wie kommt es dazu? Was früher als „exotisch“ galt, wird heute von vielen Destillerien für die Lagerung (Maturation) oder Nachlagerung (Finish) genutzt: Port-, Rot-, Süßweinfässer. Wurde das Fass für Amarone oder Pinot Noir genutzt, erklärt es sich fast von selbst, dass der Whisky eine leicht rötliche Farbe annimmt. Lagerte Marsala oder Madeira-Wein darin, wird der Whisky etwas apricot-orangefarben und bei Sauternes oder weißem Port etwas gelblicher. Die Wood-Finishes-Serie der Destillerie Glencadam zeigt dies eindrucksvoll. Neben Farbe wird auch der Geschmack des Whiskys bereichert. Ein weicher Whisky wird noch gelb- oder beerenfruchtiger. Bei rauchigen Whiskys kämpft sogar Rauch gegen Frucht. So entstehen spannende Geschmacksexplosionen! **FM**

Mr. Pepper's by Whiskykoch, Weinbergstraße 2, Darmstadt

■ www.whiskykoch.de



Wer in ETFs investiert, braucht starke Nerven

FRIZZ-Tipp: „Finance“ von Stefan Schmitt #2

Anleger:innen setzen auf steigende Börsen – doch was, wenn's crasht? Die meisten Privatanleger:innen verlieren dann ihr Vermögen. Denn im Krisenmodus schlägt die Psychofalle zu: Panik, irrationale Entscheidungen, zu schnelle Verkäufe. Der letzte echte Crash? Die Finanzkrise 2008. Viele kennen ihn nur aus Büchern. Und Corona? Aus meiner Perspektive nur ein vorübergehender Dämpfer für die Börsen. Wirklich gecrasht ist da nichts. Also wie verhalten, wenn es wieder passiert? So geht's: Nicht aus Angst verkaufen, sondern nachinvestieren! Denn echte Gewinne macht, wer kauft, wenn andere ängstlich sind. Risikomanagement heißt nicht nur Verluste begrenzen – sondern Chancen nutzen, wenn sie keiner sieht. **FM**

Weitere Infos unter:

■ www.inno-invest.de



Finestre Restaurant & Lounge

FRIZZ-Tipp: „Dining“ von Nima Ghamari

Das Finestre Restaurant & Lounge ist eine stilvolle, neue Location im Weiterstadt Park. Warme Farben, viel Holz, samtige Stühle und stylische Lampen sorgen für eine einladende Atmosphäre. Besonders schön ist auch die Wandgestaltung mit dem Namensgeber „Colle delle Finestre“, dem 2.178 Meter hohen Alpenpass im Piemont. Gastgeber sind Roberto Lombardi, der aus der Region stammt, und Jan Wielant, ein passionierter Rennradfahrer. Auch kulinarisch überzeugt das Finestre: Neben italienischen Klassikern gibt es Spezialitäten aus dem Piemont wie Polenta, Brasato al Barolo und saisonale Köstlichkeiten mit Steinpilzen oder Trüffeln. Besonders empfehlen kann ich den Antipasti-Teller, auch als vegetarische Variante erhältlich. Küchenchef Roberto Lombardi setzt auf frische, regionale Zutaten und hochwertige Produkte – das schmeckt man. Zum Dessert locken Panna Cotta, Cannoli oder Tiramisu. Die Gerichte werden mit Liebe zum Detail angerichtet, der Service ist freundlich. Es gibt auch einen Mittagstisch und Möglichkeiten für Feiern.

MN



Achtung: Hacker lieben Wochenenden!

FRIZZ-Tipp: „Computer“ von Pascal Reinheimer #16



An Feiertagen und Wochenenden haben Hacker Hochkonjunktur. Das weist eine aktuelle internationale Studie des IT-Security-Unternehmens Semperis nach. Demnach gaben 86 % aller von einem Ransomware-Angriff betroffenen Umfrageteilnehmenden an, dass die Attacke an Wochenenden oder Feiertagen stattgefunden hat. Denn die Cyberkriminellen wissen, dass die IT-Sicherheit zu diesen Zeiten oft dünner besetzt ist. Alarmierend auch: 61 % der Systemverantwortlichen geben an, keine Back-up-Systeme für den Fall zu haben, dass ihre Systeme von einem Erpressungstrojaner lahmgelegt wurden. reinheimer_systemloesungen berät KMU, Arztpraxen, Vereine und NGOs in Hessen, wie sie sich wappnen können.

FM

Mehr dazu unter:

■ www.systemloesungen.de

Wiesław Smętek Malerei und Covers

DEUTSCHES
POLEN-INSTITUT
Residenzschloss 1
Darmstadt
13.03.-28.05.2025

ENTHÜLLUNGEN

EINE DEUTSCH-POLNISCHE BEGEGNUNG OHNE KOMPROMISSE



Ihre Erlebnisauszeit in der
Region Bergstraße-Odenwald



KENNENLERN-GUTSCHEIN

5€ RABATT

für Ihr nächstes Erlebnis mit uns*

Code: GPLRIH96W445

* Einlösbar auf www.willemsontour.de. Gültig bis zum 31.12.2025 und nicht mit anderen Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung ausgeschlossen.

Alle Infos und unseren aktuellen
Tourenkalender finden Sie auf

www.willemsontour.de



Jedes Erlebnis unterstützt die Behandlung von
Menschen mit neurologischen Erkrankungen.



Das Team: Stefanie Reitzel-Pelka, Sascha Reitzel und Nicole Scheiner (Assistentin der Geschäftsleitung) (v. l. n. R.)

„Wir schaffen Lebenswerte“

Immoprofis RheinMain - Spezialisten für maßgeschneiderte, individuelle Immobilienlösungen.

VON MARTINA NOLTEMEIER | FOTOS: ADRIAN NOLTEMEIER / IPRM

■ Seit 15 Jahren sind die **Immoprofis RheinMain** in Groß-Zimmern am Markt und bieten mittlerweile ein umfangreiches Spektrum zur Verwirklichung von Wohnräumen an. Damit sind sie die richtigen Partner für den Verkauf von Bestandsimmobilien und Neubauten. Mit einer eigenen Planungsabteilung werden auch individuelle Wohnkonzepte realisiert – als Massivbau oder in Holzbauweise. Seit drei Jahren bieten sie auch **SMALLHOUSES** an und haben außerdem mit **LUXHAUS** einen Premiumpartner für Fertighäuser im Programm.

FRIZZMAG: Wie kam es zur Gründung der Immoprofis RheinMain und wie hat sich das Unternehmen im Laufe der Zeit entwickelt?

Sascha Reitzel: 2009 habe ich mit Vermietungen angefangen, bald kam der Verkauf

von Immobilien dazu. Ich wollte tiefer in die Immobilienbranche eintauchen und mehr als nur ein „klassischer“ Makler sein, daher habe ich mich intensiv weitergebildet. Für einen Bauträger und Projektentwickler habe ich den Neubauvertrieb übernommen und mit ihm gemeinsam Projekte realisiert. Dadurch entstand eine große Dynamik und wir stellten Ingenieure, Bauleiter und Architekten ein. 2014 kam meine Frau Stefanie dazu, sie unterstützt mich im Vertrieb, Marketing und Verwaltung. Heute sind wir ein echtes Familienunternehmen. Wir haben uns 2020 mit der Entwicklung zukunftsfähiger Wohnkonzepte beschäftigt und unsere Planungsabteilung verstärkt, um größere Projekte wie aktuell ein Ärztehaus in Roßdorf umsetzen zu können. **SMALLHOUSES** zwischen 50 und 100 m² Wohnfläche bieten wir als Einzelhäuser oder im Verbund als Villages an. Anfang 2023 haben wir ein Traditionsunterneh-

men aus Franken – **LUXHAUS** – ins Portfolio aufgenommen – einen der führenden Fertighaushersteller Deutschlands. Das war uns wichtig, weil wir unseren Kunden neben dem klassischen Massivbau auch nachhaltigere Holzbauweisen anbieten möchten.

Sie haben ja vier Standbeine.

Was ist das Besondere – Ihr USP?

Wir stellen die Bedürfnisse des Kunden in den Vordergrund. Das ist mir persönlich wichtig, da ich selbst aus einem Familienunternehmen komme. Wir sind im Immobiliensektor breit aufgestellt, verstehen den Markt und leiten daraus Lösungen ab. Neben dem Verkauf von Neubau- und Bestandsimmobilien bieten wir umfassende Dienstleistungen an. Durch unsere eigene Planungs- und Architekturabteilung können wir neben der Entwurfs-, Detail- und Ausführungsplanung auch Bauvoranfragen stellen und Baugenehmigungen beantragen; außerdem Kon-



LUXHAUS: Hochwertige Fertighäuser „Made in Franken“



Individuelle Planungen zum Leben.

zepte für Brand- und Schallschutz erstellen. Unser Portfolio runden wir mit dem Verkauf hochwertiger SMALLHOUSES in Massiv- oder Holzbauweise ab und sind Partner von LUXHAUS für Südhessen. Unser Ziel ist bei allem, individuelle Lösungen und zukunftsweisende, innovative Wohnkonzepte zu entwickeln.

Wie sieht bei den Impropfis RheinMain eine Vermarktung einer hochwertigen Bestandsimmobilie aus?

Wir führen eine ausführliche Einwertung der Immobilie durch. Das Objekt wird besichtigt, alle Schritte werden eng mit den Eigentümern abgestimmt. Für den Werbeauftritt auf Portalen und im Netzwerk drehen wir exklusive, hochwertige Videos in 4K, die mit Musik und Text peppig geschnitten werden. Die Objekte werden auch mit einer Drohne abgeflogen. Wir begleiten unsere

Kunden von der Bewertung bis zur Schlüsselübergabe und darüber hinaus. Besonders wichtig für uns ist, dass der Kunde immer über den aktuellen Stand der Vermarktung informiert ist!

Mit welchen Themen kommen die Eigentümer sonst noch zu Ihnen, um sich beraten zu lassen?

Die Kunden wenden sich gezielt an uns, wenn es um Umbaumöglichkeiten für altersgerechtes Wohnen, eine Erweiterung bei Familienzunahme oder um die Preisfindung einer Bestandsimmobilie geht. Auch für die Erstellung von energetischen Konzepten – ob ohne oder mit KfW-Förderung – werden wir konsultiert sowie für baurechtliche Einschätzungen und die Wahl der Bauweise: Massiv- oder Fertighaus. Zur Finanzierung arbeiten wir mit einem freien Finanzierungsberater zusammen.

Sie sind bekannt als großer Netzwerker. Was machen Sie genau?

Im Team arbeitet es sich effektiver und es macht mehr Spaß. Daher pflege ich regelmäßig Kontakte zu Menschen unterschiedlicher Profession wie Kommunen, Banken, Finanzierern, auch zu anderen Maklerkolleg:innen, um gemeinsam etwas zu bewegen. Durch unsere Projekte im Bereich Gesundhaus sind wir auch in der Medizin und Pflege stark vernetzt. Wahrscheinlich liegt unser Vorteil auch darin, dass wir durch unser breites Netzwerk effektiver und besser agieren können als der ein oder andere.

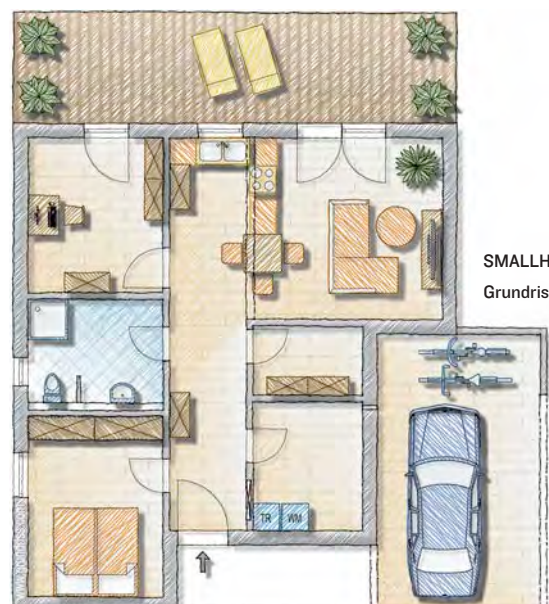
IPRM GmbH

Bertha-von-Suttner Straße 1, 64846 Groß-Zimmern

Tel.: 0 60 71 / 2 89 5 89 3

■ www.iprm.de

SMALLHOUSE: Barrierefrei und kompakt, mit allem, was der Mensch so braucht.



SMALLHOUSE:
Grundriss mit 80 m²



Hansjörg Rindberg

„Das Dritte Reich und die „entartete“ Musik“

68. Dotter-Konzert

80 Jahre Kriegsende – dieses Konzert bietet Ihnen ein eindringliches Programm, das die bewegte Geschichte des 20. Jahrhunderts durch Musik reflektiert. Im Mittelpunkt stehen Werke von Erich Wolfgang Korngold, Paul Hindemith, Viktor Ullmann und Mieczyslaw Weinberg. Vier Schicksale, vier Lebenswege – diese Komponisten spiegeln in ihren Biografien und Kompositionen die tiefgreifenden Umwälzungen und Katastrophen wider, die Europa im vergangenen Jahrhundert erschütterten.

Die Musik erstreckt sich über vier Jahrzehnte: von der Zeit vor dem Ersten Weltkrieg über die Roaring Twenties bis hin zu Werken, die unmittelbar nach der Machtergreifung der Nationalsozialisten entstanden und schließlich zur Musik der „Stunde Null“, dem Übergang in eine neue Weltordnung nach 1945.

Auf der Bühne konzertieren das Trio Delyria sowie Çağla Gürsoy. Gabriele Drechsel, Ensemblemitglied am Schauspiel Darmstadt, ergänzt die Musik mit der Lesung kurzer Texte und Gedichte von Stefan Zweig, Ernst Jandl, Walter Mehring, Erich Kästner und Mascha Kaléko.

Im Konzert werden Spenden zur Finanzierung eines 3D-Schnittmodells der Eberstädter Synagoge gesammelt, das im Rahmen einer virtuellen Rekonstruktion durch die Technische Universität Darmstadt umgesetzt wird.

FM

Sa., 23. März, 18 Uhr, Ernst-Ludwig-Saal, Schwanenstr. 42, 64297 Darmstadt

Karten gibt's bei u. a. bei FRIZZ Tickets, Rheinstr. 30, Darmstadt oder online unter:

■ www.dotter-stiftung.de/dotter-konzerte



10. Darmstädter Krimitage

Vom 10. bis 15. März

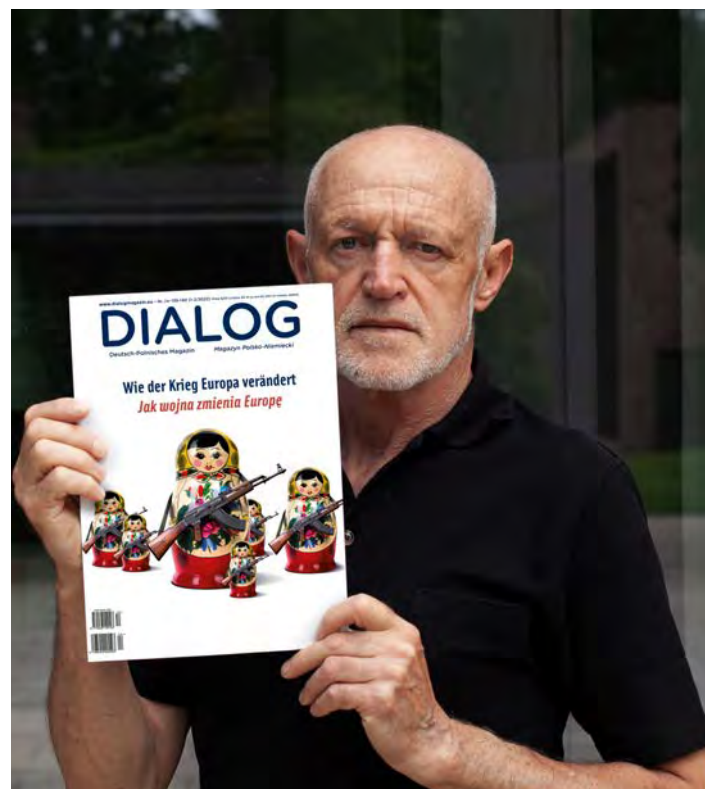
Nach 11 Jahren ist das Meiste ist gleichgeblieben: fünf spannende Lesungsabende in der Besunger Knabenschule und zum Abschluß am Samstag der Siegerfilm des Deutschen FernsehKrimiFestivals Wiesbaden im City-

dome Darmstadt. Ein paar Dinge haben sich geändert: Alfred Hofmann, der Mitbegründer der Krimitage, ist in den wohlverdienten Ruhestand gegangen. Und auch unser Krimitaler Chris Gude hat sich mit einem leisen Servus aus dem Festivalgeschehen verabschiedet. Jeder Abend ist dieses Jahr mit einer anderen Fahrt verknüpft. Der Montag startet mit den „inneren“ Werten. Am Dienstag führen die beiden historischen Krimis in die Kaiserzeit. Der Mittwoch ist zwei starken Frauen auf Ihrer Suche nach sich selbst gewidmet. Am Donnerstag geht es in den hohen Norden und schließlich am Freitag entführt Bernhard Aichner in dunkle „Gefühlswelten“ – mit seinem ersten Band der Rache-Reihe. Wo der Gewinnerfilm des Deutschen FernsehKrimiPreises hinführt, bleibt wie jedes Jahr eine Überraschung bis zuletzt.

FM

Weitere Infos und Programm unter:

■ www.darmstaedter-krimitage.de



Enthüllungen.

Eine deutsch-polnische Begegnung ohne Kompromisse

Wiesław Smeteks Covers für deutsche Zeitschriften wie Die Zeit, Stern, Spiegel, Geo, Cicero oder Handelsblatt sind wahrscheinlich jedem in der Bundesrepublik bekannt, ohne dass man seinen Namen kennt. Seine pointierten, oft scharfen grafischen Kommentare zu Gesellschaft, Kultur, Wissen und Politik, aber auch zu aktuellen Ereignissen in der Welt haben unzählige Leser über die letzten 30 Jahre Woche für Woche nicht nur beeindruckt, sondern sie haben sich durch ihre einmalige plakative und auf den Punkt gebrachte Aussage in das Gedächtnis der Presselandschaft eingebrannt.

Wiesław Smetek enthüllt oder entlarvt unbequeme Wahrheiten und den aktuellen Ist-Zustand, unabhängig von den Themen, die er unter die Lupe nimmt. Diese brillante Fähigkeit setzt er mit einer enormen Geschwindigkeit um, die immer wieder aufs Neue die Betrachter begeistert. Seine Covers sind universal und oft zeitlos.

Wiesław Smetek arbeitet seit Jahren außerdem mit deutsch-polnischen Zeitschriften zusammen, unter anderem mit dem Magazin DIALOG. Nicht nur dort setzt er sich gerne mit der deutsch-polnischen Nachbarschaft und mit der gemeinsamen Geschichte auseinander. Dabei arbeitet er sehr gekonnt mit gegenseitigen Vorurteilen und Ängsten, die in beiden Ländern verbreitet sind. Er zitiert sogar Werke polnischer Maler, bearbeitet sie und kreiert daraus ein neues, aussagekräftiges Bild, das in einen ganz anderen, aktuellen Kontext gesetzt wird.

Was für eine wunderbare Gelegenheit für einen deutsch-polnischen Dialog ohne Kompromisse an zwei Ausstellungsorten: dem Deutschen Polen-Institut in Darmstadt und der Galerie Pokusa in Wiesbaden. Es erwartet Sie eine spannende deutsch-polnische Begegnung in zwei benachbarten Städten, ein künstlerisches Erlebnis voller überraschender Einsichten.

FM

Ausstellungseröffnung am Donnerstag, den 13. März, 18 Uhr

Deutsches Polen-Institut, Residenzschloss Darmstadt

13. März bis 28. Mai

■ www.starke-stuecke.net



Einfach
vorbeikommen,
Fragen stellen
und Informationen
zu medizinischen
Themen erhalten

Komm zu unseren „Medizin im Dialog“- Informationsveranstaltungen ins E-Stift

Wir informieren in verständlicher Form über medizinische Themen und treten mit Besucher:innen dazu in Dialog (kostenlos und ohne Voranmeldung).

Termine 2025

- | | |
|-------------------------------|---|
| 1. April (17 Uhr) | Darmkrebs erkennen und behandeln
(Prof. Woeste, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie) |
| 15. Mai (17 Uhr) | Frühe Diagnose und Therapie bei Demenz
(Prof. Fellgiebel, Chefarzt der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie) |
| 12. Juni (17 Uhr) | Moderne orthopädische Behandlungsmethoden
(Dr. Schreyer, Facharzt für Chirurgie, Orthopädie und Unfallchirurgie, spezielle Unfallchirurgie, Sportmedizin) |
| 17. Juli (17 Uhr) | Schilddrüse – Erkrankungen und ihre Therapie (Prof. Woeste) |
| 11. September (17 Uhr) | Leitsymptom Husten
(Dr. Peters, Fachärztin für Innere Medizin und Pneumologie) |
| 23. Oktober (17 Uhr) | Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
(PD Dr. Pfisterer, Chefarzt der Klinik für Geriatrie) |
| 30. Oktober (18 Uhr) | Volkskrankheit Hämorrhoidalleiden: Diagnostik und Therapie
(Guido Hanisch, Facharzt für Chirurgie, Viszeral- und spezielle Viszeralchirurgie, Gefäßchirurgie und Koloproktologie) |
| 4. Dezember (17 Uhr) | Hernienchirurgie (Prof. Woeste) |

Ort
AGAPLESION ELISABETHENSTIFT
Stiftssaal
Stiftstraße 12a (EG der Stiftskirche)
64287 Darmstadt
presse.eke@agaplesion.de



Darmstädter Str. 90, 64380 Roßdorf
 www.zumspitzenwirt.de
 +49 6154 5778761

Restaurant zum Spitzenwirt präsentiert:

Schnitzel-Tag

Jeden Freitag ab 17:30 Uhr und Sonntag ab 15:30 Uhr

Genießen Sie unsere Jägerschnitzel, Bolognese-Schnitzel oder Kochkäse Schnitzel

für nur 12,90 €!

Dazu servieren wir knusprige Pommes und einen frischen Beilagensalat.

Jetzt reservieren!

HOTEL BESSUNGER FORST
Das Hotel zwischen Eber und Lahn

Fitness, Kurse und Sauna

SPORTSTUDIO

AKUFGYM
FIT WITH A SMILE

seit 1983 in Eberstadt

ohne Vertragslaufzeit

Mühlalstrasse 21 · 64297 Eberstadt · Tel.: 06151 594710 · www.akuf-gym.de

ES GIBT VIELE MÖGLICHKEITEN
INDIVIDUELLE
SCHUH-EINLAGEN ZU TRAGEN

WIR BERATEN SIE GERNE

SCHUHHAUS LANG
BICKENBACHERSTRASSE 1
64342 SEEHEIM-JUGENHEIM
LANG-LAUF-JUGENHEIM.DE

MADE IN JUGENHEIM

KLEINE FLUCHTEN

Egal wohin die Reise geht

Kleine Fluchten
Magdalenenstr. 3
64289 Darmstadt
Telefon 06151 71 72 89

Öffnungszeiten: Montag – Freitag
10:00 – 14:00 Uhr · 15:00 – 19:00 Uhr
Samstag 10:00 – 16:00 Uhr

DAS Outdoor-geschäft in Darmstadt

Onlineshop: www.kleinefluchtendarmstadt.de



Christian Schüller

„Einsame Menschen“. Das Stadttheater Gießen ist am 27. März mit einem Klassiker nach Gerhart Hauptmann zu Gast im Parktheater Bensheim.

Fünf bemerkenswerte Inszenierungen Woche junge Schauspielerinnen und Schauspieler

Vom 5. bis 27. März findet im Parktheater Bensheim die 30. Woche junger Schauspieler statt. Fünf Produktionen aus Gießen, Bern, Regensburg, Salzburg sowie einem internationalen Performancekollektiv bieten tiefgründige Auseinandersetzungen mit Themen wie Geschlechterrollen, Macht und gesellschaftlicher Verantwortung. Die Woche beginnt am 5. März mit der Vorstellung der ausgewählten Gastspiele und endet am 27. März mit einer Inszenierung des Stadttheaters Gießen. Der Günther-Rühle-Preis wird für herausragende schauspielerische Leistungen vergeben, und das Publikum kann mit abstimmen. Einführungsgespräche und Nachgespräche begleiten die Aufführungen. FM

Der Eintritt für die Aufführung „Iphigenies Rache“ am 5. März ist frei.

Tickets gibt's auch bei FRIZZ Tickets, Rheinstr. 30, Darmstadt. Weitere Infos unter:

www.wojuschau.de

FRIZZ empfiehlt!

Buch des Monats März 2025

Christine de Pizan: „Ich, Christine“
Autobiographische Texte



Begründung der Jury: Aufgewachsen als behütete Tochter eines berühmten Arztes, verheiratet mit einem aufstrebenden Aristokraten – das Leben der Christine de Pizan stand unter glänzenden Auspizien. Dann zeigte sich ihr, wie sie später festhalten sollte, die Dame Fortuna von ihrer launischen Seite. Der Vater starb, bald darauf auch der Ehemann und die junge Mutter blieb mit ihren drei kleinen Kindern allein in Paris zurück, wo sie in langwierigen Verhandlungen darum kämpfen musste, wenigstens einen Teil des ererbten Vermögens vor den Begehrlichkeiten der Reichen und Mächtigen zu retten. Ein solches Schicksal ist sicherlich kein Einzelfall für eine Frau an der Wende vom sechzehnten zum siebzehnten Jahrhundert. Einzigartig aber sind die farbigen, detaillierten und oft genug galligen Berichte, die sie im Rückblick von dieser Phase ihres Lebens gibt. Wieso ihr das möglich war und wie sie zu einer bedeutenden Autorin wurde, die ein umfangreiches Werk hinterließ, zeigt die Literaturwissenschaftlerin Margarete Zimmermann in einer Edition autobiographischer Texte Pizans. Und wir erfahren dabei auch, welchen Trost sie sich selbst für den Verlust ihres Mannes gibt: Wäre er am Leben geblieben, hätte sie nie die Zeit gehabt, sich studierend und schreibend zur Dichterin auszubilden.

TILMAN SPRECKELSEN (JURY BUCH DES MONATS)

Herausgegeben und übersetzt von Margarete Zimmermann

144 Seiten, Hardcover mit Leseband; Aviva Verlag, Berlin, 23. Oktober 2024

ISBN: 978-3-949302-27-5; 20,- €



Anna Malena Große

Leicht und scharfzüngig

Stolz und Vorurteil im Staatstheater Darmstadt

■ Ab 8. März wird Jane Austens Kultroman in den Kammerspielen auf die Bühne gebracht. Regisseurin Anna Malena Große verbindet die kluge Gesellschaftsanalyse mit der Gegenwart und stellt die Frage, welche Art von Liebe unsere Zeit braucht.

Wieso fasziniert uns „Stolz und Vorurteil“ noch immer? Jane Austens Roman steht für ein idyllisches, adeliges Landleben und Romantik – nicht zuletzt dank zahlreicher er-

folgreicher Verfilmungen. Hinter der leichten Erzählweise verbirgt sich jedoch eine scharfsinnige Beobachtung der Brutalität einer Gesellschaft und des wirtschaftlichen Drucks, der die Liebe belastet.

Regisseurin Anna Malena Große bringt den Stoff in die Gegenwart. Sie nähert sich dem Roman als Zeitzeugnis einer Epoche, die der Beginn unserer kapitalistischen, globalisierten Gegenwart ist. „Austen hat den Drive der Epoche mit all seinen Umbrüchen präzi-

se beobachtet und spitzzüngig aufs Papier gebracht.“ Die Inszenierung schlägt die Brücke zur Moderne: „Auch heute stehen wir vor grundlegenden Fragen – etwa angesichts der Ressourcenknappheit und des gesellschaftlichen Wandels“. Das zweiteilige Stück beginnt in der Welt des Romans und führt ins Heute. Große unternahm eine „Forschungsreise“ nach England und besuchte Austens Landgut – ihre Videos fließen in die Inszenierung ein.

Austen schildert Liebe als „Idee einer Liebe“ in Form einer guten, respektvollen Partnerschaft, bei der man zusammenwächst. Auch heute suchen viele nach nachhaltigen langfristigen Partnerschaften. Die Regisseurin sieht auch Parallelen zu aktuellen Debatten über finanzielle Abhängigkeit – sichtbar etwa am Gender Pay Gap. Jane Austen war für die Verbesserung der Situation der Frauen, jedoch nicht im Sinne von Feminismus oder Klassenkampf.

„Austens Protagonistinnen sind keine klassischen Heldinnen. Sie überschreiten oft Grenzen und können auch laut, beleidigend und biestig sein“, so Große. Lizzy Bennet etwa muss erkennen, dass ihr erstes Urteil über Mr. Darcy falsch war – und sie revidiert es! MN

Tickets gibt's auch bei FRIZZ Tickets, Rheinstr. 30, Darmstadt

■ www.staatstheater-darmstadt.de

SHIRAZ DARMSTADT RESTAURANT | CATERING | LIEFERSERVICE



WWW.SHIRAZ-RESTAURANT.DE
Dieburger Str. 73, Darmstadt | 06151 - 6011640



bike2future.save_the_date

Am letzten März-Wochenende (28. bis 29.3.) veranstaltet BIKE2FUTURE von 14 bis 18 Uhr ein Saisonöffnungsevent mit vielen Mitmach-Aktionen, um die neue Frühjahrs- und Sommersaison einzuläuten. Außerdem wird es den kompletten März über Testradwochen geben, in der sich Bike-Fans Fahrräder eine ganze Woche lang ausleihen können, um herauszufinden, ob das auserwählte Modell auch wirklich zu einem passt.



Nachhaltig und sattelfest!

BIKE2FUTURE leistet einen entscheidenden Beitrag zur Mobilitätswende

VON NADINE PUSTELNIK | FOTOS: KLAUS MAI

■ Wenn es darum geht, einen ersten Eindruck vom frisch eröffneten Store BIKE2FUTURE zu vermitteln, könnte man den Vergleich zu einem Freizeitpark ziehen: Sobald man als Fahrradliebhaber*in den geschmackvoll minimalistisch designten Laden betritt, bekommt man leuchtende Augen – wie ein Kind, dass zum ersten Mal die unzähligen Fahrgeschäfte eines riesigen Erlebnisparks entdeckt.

Die Auswahl ist riesig: Auf rund 2.000 Quadratmetern mit über 600 gebrauchten Unikat-Rädern und digitaler Fitting-Station bietet der nachhaltige Fahrradladen alles, was das radelnde Herz begehrt. Seit der Eröffnung im November 2024 gilt BIKE2FUTURE in Weiterstadt als eine der größten Filialen für hochwertig aufbereitete Premium-Gebrauchträder in ganz Deutschland. Das auf den vier Säulen „Nachhaltigkeit, Vielfalt, Qualität und so-

ziales Engagement“ basierende Konzept ist mindestens so einzigartig wie die Bikes selbst: BIKE2FUTURE schenkt gebrauchten Fahrrädern ein zweites Leben und überholt andere Fahrradläden in Sachen Nachhaltigkeit bei weitem. Als Tochter der BLS Bikeleasing-Service GmbH, dem zweitgrößten Dienstrad-Leasing-Anbieter Deutschlands, steht BIKE2FUTURE für einen nachhaltigen Umgang mit Ressourcen – stets mit der Unternehmensphilosophie vor Augen, vertrauensstiftende, umweltfreundliche Lösungen im Rahmen der Mobilitätswende anzubieten. So liegt Head of Resale Stefan Trauth und seinem Team vor allem das Vertrauen ihrer Kundschaft am Herzen: „Wir verstehen uns nicht als Kundenberater im klassischen Sinne, sondern als ‘Kundenglücklickmacher’. Wir nehmen uns viel Zeit bei der Beratung für unsere Fahrradliebhaber*innen und versuchen, ihnen jeden Wunsch zu erfüllen. Haben wir das Traumbike nicht auf Lager, setzen wir alles in Bewe-

gung, dieses zu besorgen.“, betont der bereits seit 37 Jahren im Bike-Business tätige Experte Stefan Trauth.

Das vielfältige Sortiment, das BIKE2FUTURE ausschließlich aus Leasingverträgen bezieht, umfasst eine große Bandbreite an unterschiedlichen Einsatzbereichen – vom klassischen Stadt- und Freizeitfahrrad über Modelle für Sportler und Pendler bis hin zu Lastenrädern. Alle Fahrräder sind Unikate, die in der Regel zwischen ein und zwei Jahren alt sind und vor dem Wiederverkauf sorgfältig gecheckt sowie professionell hochwertig aufbereitet werden, um die Qualität und Verlässlichkeit eines Neurads zu gewährleisten. FRIZZmag sagt: Eine sattelfeste Leistung!

BIKE2FUTURE GmbH

Friedrich-Schaefer-Straße 2, Weiterstadt

Tel.: 0 61 50 / 809 30 30, E-Mail: info@bike2future.de

Mi-Sa 10-20

■ www.bike2future.de



LÖWER

AB IN DEN GARTEN!

**LASS DEN BUNTEN UND
DUFTENDEN FRÜHLING EINZIEHEN.**

Der Frühling klopft an die Tür! Spürst du schon die ersten warmen Sonnenstrahlen auf deiner Haut und riechst du den frischen Duft der Natur? Die Tage werden länger, die Vögel zwitschern fröhlich, und überall sprießen die ersten Knospen – ein sicheres Zeichen, dass es Zeit wird, den Frühling nach Hause zu holen! Zieh die Gartenhandschuhe an und hol dir den Frühling nach Hause. Bei uns erwartet dich eine bunte Pflanzenwelt – bring frische Farben und wundervolle Düfte in deinen Garten oder auf den Balkon!

📍 ROSSDORF

» Direkt an der B38

Andreas, Martin und Gustav Löwer GbR
Heinz-Friedrich-Str. 12

Tel. 06154 / 69409-0

rossdorf@gaertnerei-loewer.de

Mo.–Fr. 8:30–18:30 Uhr · Sa. 8:30–18:00 Uhr

📍 HANAU

» Gewerbegebiet HU-Nord

Martin und Gustav Löwer GbR
Oderstraße 1

Tel. 06181 / 18050-0

hanau@gaertnerei-loewer.de

Mo.–Sa. 9:00–19:00 Uhr

WEITERE LÖWER- GÄRTNEREIEN:

SELIGENSTADT | GOLDBACH |
MÖMLINGEN

FOLGE UNS AUF:  

www.gaertnerei-loewer.de





Reparieren statt wegwerfen

Das erste Darmstädter Repair-Café startete vor 10 Jahren

VON MIRIAM GARTLGRUBER | FOTOS: REPAIR-CAFÉ

■ Im vergangenen Jahr wurden insgesamt 112 Textilien, 354 Geräte und 48 Fahrräder ins Repair Café Martinsviertel in der Michaelsgemeinde gebracht. Von den Geräten, inklusive der Fahrräder, wurden rund 64 Prozent, von den Textilien ganze 84 Prozent erfolgreich repariert.

Ralph Müller, einer der Organisatoren und Reparateure vor Ort hat alles genau im Blick. Er weiß: „Bei klassischen Geräten wie Mixer, Bohrmaschinen, Kaffeemaschinen oder Haartrocknern lohnt sich ein Besuch im Repair Café immer. Auch Fernbedienungen und andere batteriebetriebene Geräte können durch Reinigung der Tasten und Batteriekontakte meist wieder in Gang gebracht werden.“ Reparieren statt wegwerfen lautet das Motto einmal im Monat in der Michaelsgemeinde. Vor kurzem feierte Darmstadts erstes Repair-Café sein zehnjähriges Jubiläum.

Karin Rewald, die damals hauptamtlich bei der Michaelsgemeinde tätig war, erinnert sich an die Anfänge: „2013 entstanden die ersten Ideen für ein Repair-Café in Darmstadt. Wir sind dann mit einer Gruppe nach Mainz gefahren, wo bereits ein Café bestand. Wir fanden die Idee gut und die Ausführung

übertragbar, also fingen die ersten Plaungen an. Nach einem Treffen von Reparateuren gab es rund elf ehrenamtliche Experten für verschiedene Bereiche. Im Februar 2014 wurde schließlich die erste Veranstaltung in Darmstadt ausgerichtet – zunächst im Forstmeisterhaus. Einen Monat später zog das Repair-Café dann in die Michaelsgemeinde in der Liebfrauenstraße um.“ Damals entstanden viele Kooperationsmöglichkeiten; so wurde die Werbung für die ersten Veranstaltungen von Studenten der TU entworfen und die Zusammenarbeit mit Foodsharing Darmstadt tat sich auf. „Diese besteht bis heute“, so Rewald. Seit 2024 gibt es eine Kochgruppe der Gemeinde, die während des Repair-Cafés Speisen aus den geretteten Lebensmitteln herstellt.

Robert Patzig, der fast von Beginn an als Reparatteur zum Repair-Café-Team gehört, weiß: „Das Repair-Café wurde von Beginn an sehr gut angenommen. Mittlerweile werden bei uns im Martinsviertel nicht nur elektronische Geräte, Fahrräder und Textilien repariert, sondern auch Messer geschliffen.“ Die Idee dahinter ist laut Patzig noch immer, dass Repair-Cafés Hilfe zur Selbsthilfe leisten, denn es soll keine Konkurrenz zu Handwerksbetrieben entstehen. „Aus diesem Grund ist

es schön, wenn die Besucher bei den Reparaturen zuschauen und mithelfen, damit sie das nächste Mal eventuell auch selbst reparieren können.“ Die Idee des Repair-Cafés finden Patzig, Rewald und Ralph Müller nach wie vor eine gute Sache. „Das Thema Nachhaltigkeit, Dinge bewahren und so lange wie möglich nutzen, ist aktuell und wichtig.“

Aktuell gibt es in Darmstadt und den Stadtteilen insgesamt sechs Repair-Cafés; neben dem im Martinsviertel in Wixhausen, Kranichstein, Arheilgen, Eberstadt und in der Waldkolonie. Weitere Cafés bestehen im Landkreis Darmstadt Dieburg. „Der Schwerpunkt der Reparaturen bei uns im Martinsviertel sind nach wie vor elektrische Haushaltsgeräte; Dinge, die man nicht selbst repariert, wegen des Respekts vor Strom“, erzählt Ralph Müller, der auch für die Organisation des Repair-Cafés in Kranichstein zuständig ist. Ein nächstes Ziel ist laut Müller, einen regelmäßigen Austausch zwischen den einzelnen Cafés in Darmstadt und dem Landkreis herzustellen. „Fragen wären dann: Wie arbeitet welches Repair-Café, wer hat besondere Reparaturkompetenzen usw. Das gehen wir gerade zusammen an.“

Die Termine aller Repair-Cafés in Darmstadt gibt es auf:

■ www.repaircafes-darmstadt.de

Der erste Eindruck
ist entscheidend:

Vertrauen Sie Ihrem Bauchgefühl.

Produktrelaunch, Unternehmens-
portrait, Key Visual oder Firmen-
event – Ihre Herausforderungen
sind unser Job. Im professionellen
Foto-Studio, on location oder wo
immer Sie wollen schießen wir
ausdrucksstarke Fotos mit krea-
tiver Hand. Für Ihren optimalen
Werbeauftritt.

fon 0177-4207284
www.klausmai.de

Frankfurter Str. 44
64293 Darmstadt



FRIZZ TICKETS präsentiert!

Alle an Bord

5.000 km mit Sonnensegeln von Berlin nach Athen

VON MARTINA NOLTEMEIER | FOTOS: PAUL UND HANSEN HOEPNER

■ **Die Abenteuer-Zwillinge Paul und Hansen Hoepner wagen sich auf neues Terrain: Europas Wasserstraßen und Meere – mit Anna König, der 7 Monate alten Momo sowie Schäferhund Ronny. Bei der Reise warten nicht nur technische Herausforderungen ...**

Eigentlich wollten die Zwillinge Paul und Hansen Hoepner (ARD-TV-Dokumentation „Zwei um die Welt“, „Zwei nach Shanghai“) nach Alaska reisen. Doch Pauls Freundin Anna König wurde schwanger und die Corona-Pandemie machte die Pläne zunichte. Stattdessen entstand eine neue Idee – inspiriert von Annas Vater, einem begeisterten Segler: Warum nicht Europa auf seinen Wasserstraßen und Meeren erkunden?

In nur drei Monaten renovieren sie ein altes Segelboot und rüsten es elektrisch um. Ihr Boot wird mit selbstgebaute, satellitenähnlichen Sonnensegeln ausgestattet. Dann starten sie ihr CO₂-neutrales Abenteuer: geplant 10.000 Kilometer von Berlin über Rhein, Main, Donau, Schwarzes Meer, Mittelmeer

und durch Frankreich zurück nach Berlin. Der Start verläuft chaotisch. Das Boot springt nicht an, Baumaterial liegt herum, einzig die Kajüte für Pauls und Annas Tochter Momo ist fertig. „Es war eigentlich ein Schrotthaufen, und unsere Segelerfahrung war mäßig“, lacht Paul.

Die Reise bringt jede Menge Herausforderungen mit sich: Statt im Sommer segeln sie mitten im eiskalten Winter auf der Donau, kämpfen mit Krankheit und Stürmen auf dem offenen Meer, und ihre Solarkonstruktion bricht ins Wasser. Gleichzeitig erleben sie unvergessliche Begegnungen: Der Zoll lädt sie auf einen Schnaps ein, ein Nudisten-Segler namens Adrian kreuzt ihren Weg. Emotionale Höhepunkte: Hansens neue Liebe und ein abenteuerlicher Heiratsantrag.

„Die Angst vor der Reise war größer als die Angst während der Reise“, meint Hansen. „Wenn man vor Ort ist und sich mit den Locals unterhält, ist es meistens gar nicht so bedrohlich“, ergänzt Anna. Neben technischen Problemen wird aber vor allem das Zusammenleben auf engstem Raum zur Herausforderung. „Es war auch ein soziales Ex-

periment“, sagt Paul. „So gab es verschiedene Gruppenbildungen: die technische Gruppe Paul und Hansen, die Familiengruppe und die Single-/Hundepapa-Gruppe“, erzählt Hansen schmunzelnd. Doch trotz aller Krisen wachsen sie als Crew zusammen und entscheiden sich immer wieder fürs Weiterfahren – und Momo? „Die war eigentlich das geringste Problem“, sagt Anna.

Nach 14 Monaten statt der geplanten 7 Monate erreichen sie stolz ihr Ziel: Athen. Die preisgekrönte Live-Reportage „Alle an Bord“ beim Weitsicht-Festival erzählt mit Humor und Selbstironie von einem Abenteuer voller unerwarteter Wendungen. Der Vortrag wird von toll produzierten Videos begleitet, aufgenommen mit fünf Kameras und einer Drohne. Er bietet alles, um die Zeit zu vergessen – Momente zum Staunen, Tränenlachen, Weinen und Jubeln! Oder in den Worten der Jury: „einfach inspirierend, finde ich geil!“

1. November, 17 Uhr, darmstadthium

Tickets: u.a. bei FRIZZ-Tickets, Rheinstr. 30, Darmstadt

■ www.weitsicht-darmstadt.de

■ www.hoepner-hoepner.de



Foto: Analise Beneditos / unsplash

Coaching ...

... da wird Euch geholfen



Sofie Schmalz/Fotograf

DR. SUSANNE SCHEER

Karriere- & Führungscoach

64289 Darmstadt

Tel.: 0 162 / 24 89 150

E-Mail: info@susannescheer.de

www.susannescheer.de

Klar sehen. Wege finden. Selbst sein.

Eigentlich läuft alles gut – doch immer wieder tauchen Gedanken auf wie: Möchte ich nicht noch etwas Anderes oder Sinnvolleres tun? Wie kann ich den nächsten Karriereschritt wagen? Wie wieder mehr Gelassenheit, Freude und Souveränität im Job spüren?

Übergänge zu gestalten, schwierige Situationen zu meistern oder weitreichende Entscheidungen zu treffen, ist oft herausfordernd. Gerade in solchen Phasen ist es entscheidend, innezuhalten, Klarheit zu gewinnen und die nächsten Schritte bewusst zu planen.

Als Karriere- und Führungscoach unterstützt Dr. Susanne Scheer Menschen dabei, ihre beruflichen Herausforderungen zu bewältigen und sich persönlich weiterzuentwickeln. Ihr Ansatz basiert nicht auf pauschalen Erfolgsrezepten, sondern auf einer individuellen Begleitung auf Augenhöhe – jenseits von „Tschakka“ und banalen Versprechen.

Dr. Susanne Scheer ist Diplom-Pädagogin, Systemische Coach und Expertin für Personal- und Persönlichkeitsentwicklung. Sie kennt

und schätzt beides: Wirtschaft und Wissenschaft. Mit über 20 Jahren Berufserfahrung im Großkonzern und an der Universität begleitet sie freiberuflich Klient:innen aus vielen Branchen und Bereichen – sei es privat oder in Organisationen.

Für Menschen, die beruflich etwas bewirken und sich selbst dabei treu bleiben wollen

Häufige Themen sind zum Beispiel eine berufliche Neuorientierung, die Stärkung der eigenen Führungskompetenz oder der souveränere Umgang mit Konfliktsituationen.

Im Coaching-Prozess stellt Dr. Susanne Scheer zielführende Fragen, nutzt strukturierte Methoden und gibt wertschätzendes Feedback. „Wir arbeiten fokussiert an den Themen, die für Sie aktuell von Bedeutung sind. Dabei gilt es herauszufinden, was wirklich zu Ihnen passt und wie Sie es machbar umsetzen können. Damit Sie wieder (mehr) die Regie in Ihrem Berufsleben übernehmen“.

In Kontakt treten

Wer neugierig geworden ist, kann ein unverbindliches, kostenfreies Erstgespräch vereinbaren, am besten über das Kontaktformular oder das Terminbuchungs-Tool der Webseite. Dabei werden die individuellen Anliegen geklärt und mögliche Formen der Zusammenarbeit besprochen.

Zudem gibt es die Möglichkeit, sich über die Webseite für den monatlichen Newsletter anzumelden, um mehr über gesunde (Selbst-) Führung, Wirksamkeit, Lebensfreude und beruflichen Erfolg zu erfahren.



Webseite von
Dr. Susanne Scheer



CARMEN KARDINAL

Transaktionsanalytische Beratung und Coaching DGTA

Tel.: 0 176 / 207 300 24

E-Mail: kontakt@kardinal-beratung.de

www.kardinal-beratung.de

Lebensberatung und Coaching für Frauen. In der Mitte des Lebens kann es schon mal eng werden: alternde Eltern, pubertierende Kinder, Neuorientierung im Job – obendrein kann einem die aktuelle Weltlage ganz schön zusetzen. Gut, wenn man dann die eigenen Ressourcen im Blick hat! Carmen Kardinal, zertifizierte Beraterin und Coach mit Hintergrund in Transaktionsanalyse und systemischer Beratung, unterstützt Menschen dabei, mit herausfordernden Situationen gut zurechtzukommen. Ihr Schwerpunkt liegt in der Beratung von Frauen und Familien.



MONIKA REETZ

Coaching

Heidelberger Landstraße 228, 64297 Darmstadt-Eberstadt

Tel.: 0 160 / 83 649 6; E-Mail: coaching@monika-reetz.de

www.monika-reetz.de

Monika Reetz ist systemischer Eltern- und Familiencoach, Erziehungsberaterin und Pädagogin. Ein inhaltlicher Schwerpunkt ihrer Arbeit ist das Thema „Familienresilienz“. Wie kann eine Familie Krisen gut zu meistern? Wodurch genau können alle Familienmitglieder ihre Ressourcen aktivieren und gut miteinander im Kontakt bleiben? Ein begleiteter, empathischer Blick von außen kann die elterliche Haltung stärken und helfen, aus wiederkehrenden Stress-Mustern herauszufinden.



KATHARINA ROGALLA

Praxis Körper und Coaching

Georgenstraße 40, 64297 Darmstadt

Tel.: 0 61 51 / 50 62 75

www.physiotherapie-eberstadt.de

Die Praxis Körper und Coaching von Katharina Rogalla besteht seit 28 Jahren in Darmstadt-Eberstadt.

Ob Psychologische Beratung, Medical Coaching oder Physiotherapie, stets geht es um die passende, ganzheitliche Kombination von Körpertherapie, Entspannungsübungen und Beratung. Jede Behandlung wirkt auf allen Ebenen lösend, ordnend und klärend. Ein Probetermin kann jederzeit vereinbart werden.

Außerdem: Gesundheitskurse, Seminarraumvermietung.



REVALUATE AG

Schloßgartenweg 3, 64807 Dieburg

Tel.: 0 60 71 / 60 77 620

E-Mail: info@revaluate.de

www.revaluate.de

Geldanlage und Finanzplanung ohne versteckte Kosten? Honorarberatung macht's möglich! Das Beraterteam der revaluate AG berät unabhängig, transparent und ohne Provisionen – individuell auf die Bedürfnisse der Mandant:innen abgestimmt. Von der finanziellen Lebensplanung bis zum Ruhestandskonzept: Die Honorarberater:innen analysieren die finanzielle Situation, entwickeln persönliche Strategien und begleiten ihre Kund:innen dabei, gezielt Vermögen aufzubauen und fundierte Entscheidungen zu treffen. Interessierte können ein kostenfreies Espresso-Gespräch zum Kennenlernen buchen.

sieren die finanzielle Situation, entwickeln persönliche Strategien und begleiten ihre Kund:innen dabei, gezielt Vermögen aufzubauen und fundierte Entscheidungen zu treffen. Interessierte können ein kostenfreies Espresso-Gespräch zum Kennenlernen buchen.



ANNETTE HEMPEL

Supervisorin & Coach (DGSv), Online-Supervisorin/-Coach (DGSv), Dipl. Betriebswirtin (FH)

64297 Darmstadt-Eberstadt

Tel.: 0 61 51 / 6 29 45 23

E-Mail: mail@loesungsdenker.de

www.loesungsdenker.de

Sie kennen Annette Hempel aus mittlerweile 42 Lifestyle-Kolumnen. Ihr eigentlicher Beruf besteht jedoch aus der Begleitung von Teams, Führungskräften, Mitarbeitenden wie auch Privatpersonen, die Wert auf eine unabhängige, kritische und ehrliche Reflexion ihres Handelns legen. Ihr Angebot umfasst Supervision, Coaching, Workshops, Konflikt-Moderation, Team-, Klausur- und Konzeptionstage – alles maßgeschneidert, auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden abgestimmt und auf Wunsch auch professionell im Online-Format gestaltet. Sie arbeitet mit ihren Klient:innen an deren Anliegen, Perspektiven und Haltung. Thematisch reichen diese von grundlegenden Fragen, über Konflikte zwischen Mitarbeitenden bis hin zu organisatorischen Abläufen, die sie hilft zu entwickeln. Annette Hempel begleitet Sie kompetent, empathisch, ressourcen- und lösungsorientiert. Lernen Sie sie näher kennen, indem Sie ihre Website besuchen und den Newsletter abonnieren oder vereinbaren Sie direkt Ihren kostenfreien Kennenlerntermin!



GLORIA AMERUOSO

Seminarzentrum, Am Schulacker 12, Stockstadt am Rhein

Tel.: 0 176 / 23 755 945

E-Mail: info@gloria-ameruoso.de

www.gloria-ameruoso.de

Wie funktioniert ein Team? Wo gibt es Konflikte? In einer Übung etwa führt das Team gemeinsam eine Stute – sofort wird sichtbar, wo es an Kommunikation oder Vertrauen fehlt. Pferde bewerten nicht, sondern spiegeln wertfrei das Miteinander wider. „Beim pferdegestützten Coaching geht es direkt ins Fühlen und Tun – raus aus dem Denken“, erklärt Gloria Ameruoso. Die Teilnehmenden müssen direkt eine Lösung finden. Das Coaching eignet sich zur Konfliktlösung, Kommunikation, Karriere-, Team- und persönlichen Entwicklung. „Gloria holt alle dort ab, wo sie stehen“, berichtet eine Teilnehmerin. Gloria Ameruoso ist es ein Herzensanliegen, Menschen neue Perspektiven zu eröffnen, um ihren Alltag nachhaltig zu verändern und ihr Potenzial voll zu entfalten. Pferde sind hochsensibel, sie reagieren auf feinste Signale unserer Körpersprache. Gloria Ameruoso bietet pferdegestützte Coachings für Privatpersonen, Führungskräfte und Teams an. „Ich liebe es, Menschen bei ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu begleiten“, sagt die studierte Sozialpädagogin.



Stimme, Präsenz & Kommunikation: Darum geht es bei Sabine Berg – Thala-Beratung & #SprechZeuX Videoblog.

Berliner Allee 58, Darmstadt
Tel.: 0 6151 / 30 77 411
E-Mail: info@thala-beratung.de

www.thala-beratung.de

Der Dreiklang aus diesen drei Bereichen wirkt in allen Situationen, in denen wir mit anderen Personen oder Gruppen in Kontakt treten. **Das Ziel ist es, diese Menschen mit mehr Leichtigkeit für sich zu gewinnen, sie zu überzeugen und mit mehr Klarheit zu kommunizieren.** All das ist Teil unserer individuellen Persönlichkeit, die immer mitspricht, mit auf unseren persönlichen Bühnen steht und mitklingt in allem was und wie wir es sagen. Genau wie Körpersprache, Haltung, Einstellung, Gefühlslage, Wortwahl, Betonung, Lautstärke, Sprechtempo, Tonhöhe, Stimmklang für oder gegen uns sprechen und von der Situation abhängig sind.

Dabei sind die Schlüssel zu mehr beruflichem und privatem Erfolg einerseits, die eigene stimmliche Kraft, das persönliche Kommunikationsverhalten und die möglichst authentische Wirkung wirklich zu kennen. Auf der anderen Seite sind es auch die eigene Persönlichkeit, also sich selbst besser wahrzunehmen und zu kennen sowie das eigene Handeln und Denken zu verstehen, zu hinterfragen und zu reflektieren.

Ich begleite meine Kund*innen als **Stimm- & Kommunikations-Coach** und als **zertifizierter Coach LINC PERSONALITY PROFILER** dabei, diese Schlüssel zu erkennen und daran zu arbeiten. Im LINC Personality Profiler geht es darum, die Persönlichkeit ganzheitlich zu erfassen und zu verstehen. Die Basis für dieses großartige Tool ist, das am intensivsten wissenschaftlich erforschte, psychologische Standardmodell für Persönlichkeit - die BIG FIVE.

Die individuelle, charakteristische Persönlichkeit eines Jeden ist gebildet aus einer schier unüberschaubaren Vielzahl unterschiedlicher Merkmale. Gemeinsam betrachten wir die folgenden Bausteine genauer:

- **Charakter** - wie verhalte ich mich zum Beispiel in Bezug auf Arbeitsstil, Kommunikationsstil, Führungsstil?
- **Motive** - was treibt mich an, was tue ich und warum?
- **Kompetenzen** - was fällt mir leicht und was eher schwer?

Gemeinsam hinterfragen wir in Coaching und in Workshops die Motive und arbeiten heraus, wie sie die Persönlichkeit, das Verhalten und so unsere Rollen beeinflussen. Dabei betrachten wir das

gesamte Potenzial und gehen zudem auf **Kommunikation, Auftreten und Stimmwirkung** ein. Denn andere mit Leichtigkeit für die eigene Person einzunehmen und von sich zu überzeugen, hängt sehr von unserer **Wirkung**, unserem **Türöffner Stimme** und der **deutlichen Kommunikation** ab. Nur klug gemeinte Ratschläge suchen Menschen bei mir vergebens. Ich begleite meine Kund*innen durch den gesamten Prozess und auf dem Weg zu mehr Klarheit, Wirkung und Reflektion.

Nun noch ein wenig zu mir: Ich liebe Sprache, Wortwitz und singe für mein Leben gern. Da lag es nahe, beides zu kombinieren. So



ver helfe ich meinen Kund*innen zu einem stimmigen Auftritt und publikumswirksamer Präsenz und ich bin auch die Stimme meiner Kunden.

Bereits mit 10 Jahren stand ich das erste Mal als Solosängerin auf der Bühne und erinnere mich gut an zitternde Knie, nasse Hände und den ersten Ton. Heute gestalte ich Events und begeistere Gäste mit einem Vortrag, Impuls-Workshop oder Live-Gesang. Ich erheitere das Publikum als Mitglied der SchauMadams mit meiner Kollegin mit eigens für die jeweilige Veranstaltung geschriebenem Sketch und Live-Musik samt passend umgeschriebener Liedtexte. Und ich gewinne Menschen mit meiner facettenreichen Stimme in einer mitreißenden Rede, auf dem Anrufbeantworter oder im Imagefilm.

Was mich zudem schon immer begleitet ist Zuversicht, eine große Portion Neugier und der Wille mich, meine Persönlichkeit und mein Tun immer weiterzuentwickeln. Denn Veränderungen sind für mich etwas Positives, Gelegenheiten zu wachsen und immer wieder Neues über mich selbst zu erfahren.

Ein erstes Treffen zum Kennenlernen ist kostenlos.



Ausbildung und Karriere

Viele Wege führen nach Rom



Brooke Lark / unsplash.com



IHK Darmstadt / Markus Schmidt

„Ich werde Chefin!“

IHK Darmstadt veranstaltet Girls'Day

Anmeldung für interessierte Schülerinnen:

www.girls-day.de | www.frauen-unternehmen-initiative.de

Am Donnerstag, 3. April, findet der nächste Girls'Day unter dem Motto: „Ich werde Chefin!“ im HUB31 Technologie- und Gründerzentrum statt. Schülerinnen ab Klasse 5 sollen ermutigt werden, ihre Träume zu leben und den Beruf der Unternehmerin kennenzulernen. Die IHK Darmstadt veranstaltet das Event gemeinsam mit dem HUB31 in Kooperation mit „FRAUEN unternehmen“ sowie den Wirtschaftsjuvenen und Zonta. Seit fünf Jahren engagieren sich Vorbildunternehmerinnen der Initiative „FRAUEN unternehmen“ des Bundesministeriums für Wirtschaft und Klimaschutz mit viel Herzblut beim Girls'Day. Ziel ist es, jungen Mädchen einen Einblick in die Welt der Selbstständigkeit zu geben. IHK-Vizepräsidentin Barbara Eichelmann-Klebl von der be! unternehmerberatung und Nurray Güler von primo PR legten den Grundstein. Was mit drei Unternehmerinnen in Darmstadt begann, hat sich zu einer inspirierenden Bewegung entwickelt: Über 500 Mädchen konnten seitdem für den Beruf der Unternehmerin begeistert werden. Dieses Jahr beteiligen sich 15 Frauen.

MN



Nacht der Ausbildung Darmstadt

Vielfältige Einblicke in Berufe und duale Studiengänge

www.nachtderausbildung-darmstadt.de

Am 21. März von 17 bis 22 Uhr öffnen 16 Standorte in Darmstadt ihre Türen zur Nacht der Ausbildung. Unternehmen, Institutionen und Behörden stellen rund 100 Berufsbilder vor – vom Altenpfleger über den Finanzwirt bis zur Zerspanungsmechanikerin. Kostenlose Shuttlebusse bringen Besucher unkompliziert zu den Veranstaltungsorten. Die Entscheidung für einen Beruf ist oft ein Mix aus Bauchgefühl, familiärer Prägung und Zufall. Die Nacht der Ausbildung bietet Jugendlichen, Eltern und Quereinsteigern die Möglichkeit, Berufsfelder hautnah zu erleben. Berufsberater der Agentur für Arbeit stehen an drei Standorten für Fragen bereit. Live-Einblicke und Gespräche mit Ausbildern und Azubis helfen, Ausbildungsberufe und duale Studiengänge besser kennenzulernen. Veranstalter empfehlen, sich vorab auf nachtderausbildung-darmstadt.de zu informieren und gezielt drei bis fünf Stationen auszuwählen. Von Technik über Soziales bis hin zu kaufmännischen Berufen – die Bandbreite ist groß. „Das Schöne an der Nacht der Ausbildung ist, dass man an einem Abend die unterschiedlichsten Arbeitgeber kennenlernen kann“, betont Dirk Widuch von den Unternehmerverbänden Südhessen.



60 Jahre Jugend forscht: Merck feiert Engagement für junge Talente

26. und 27. März, Hessischer Landeswettbewerb 2025 bei Merck in Darmstadt

www.merckgroup.com

Der renommierte Nachwuchswettbewerb Jugend forscht feiert 2025 sein 60-jähriges Jubiläum. Seit über 30 Jahren ist Merck ein fester Partner und richtet seit 1996 die hessischen Landeswettbewerbe aus. Damit unterstreicht das Unternehmen sein Engagement für die Förderung junger Talente in den MINT-Fächern.

Warum unterstützt Merck Jugend forscht?

Für Merck als forschendes Unternehmen ist die Nachwuchsförderung essenziell. „Um die großen Fragen der Zukunft zu lösen, brauchen wir kluge Köpfe und originelle Ideen mehr denn je“, betont Kai Beckmann, Mitglied der Merck-Geschäftsleitung.

Win-win-Situation für alle

Die Unterstützung stärkt nicht nur das Image von Merck als Bildungsförderer, sondern ermöglicht auch frühzeitigen Kontakt zu talentierten Nachwuchskräften. Zudem fördert der Austausch mit jungen Forschern Innovationen.

Merck in Darmstadt: Innovation und Förderung

Als führendes Wissenschafts- und Technologieunternehmen engagiert sich Merck auch in der Region. Neben Jugend forscht unterstützt das Unternehmen Bildungsprojekte und kulturelle Initiativen in Darmstadt.

Mit der langjährigen Partnerschaft zeigt Merck eindrucksvoll, wie wichtig es ist, jungen Talenten Raum für Ideen zu geben – für eine zukunftsfähige Gesellschaft.



Das Elisabethenstift öffnet seine Türen

Am 21. März bei der Langen Nacht der Ausbildung

www.agaplesion-elisabethenstift.de

Der Gesundheitscampus AGAPLESION ELISABETHENSTIFT (Krankenhaus, Psychiatrie, Seniorenzentrum), der zu einem der größten Gesundheitskonzerne Deutschlands gehört, lädt Interessierte herzlich ein, am 21.3. in der Zeit zwischen 17 und 22 Uhr in der Landgraf-Georg-Straße 100 in Darmstadt vorbeizukommen.

Informationen gibt es zu Ausbildungsplätzen im Haus. Es werden Rundgänge angeboten, z.B. auch zur Intensivstation. Auszubildende sind vor Ort und informieren Besucher über die Arbeit im E-Stift (Pflege, OP, Anästhesie, IT). Am Standort Darmstadt gibt es über 1.000 Mitarbeitende, bei AGAPLESION über 22.000. Wer hier arbeitet ist dank der Konzern-Eingebundenheit gut vernetzt und profitiert von zahlreichen Vorteilen eines großen Unternehmens (Firmenfitness, BusinessBike, Jahressonderzahlung usw.).

Antik Galerie

NACHHALTIGE DESIGNERMARKEN & LUXUSGÜTER

 antikgalerie_poorhosaini
 antikgalerie24

**FOLGE UNS
FÜR UPDATES
& AKTIONEN**



Schulstraße 1, Darmstadt | 06151.25688 | antikgalerie24.de



Fachschulzentrum



**MISSION
AUSBILDUNG
DSCHUNGEL**

Wir bringen Licht ins Dunkel!



Interaktives Quiz –
Finde jetzt deine
Ausbildung!

fachschulzentrum.de



Lenny Kravitz

Mo., 17.3., 20 Uhr, SAP Arena, Mannheim

Lenny Kravitz hat mit seinem satten, unverwechselbaren Sound die Grenzen zwischen Genres und musikalischen Zeitenwenden immer wieder überschritten. Sein Musikkanon wird ebenso gespeist aus Einflüssen der 60er und 70er, der Soul-, Rock- und Funkmusik wie aus zahlreichen Referenzen an die Moderne. Mit seinem aktuellen, von der Kritik gefeierten zwölften Studioalbum „Blue Electric Light“ ist Kravitz ein Album voll purem Rock'n'Roll gelungen, das jegliche Formen physischer und ideeller Sehnsüchte erkundet. Die Associated Press beschrieb das Werk als „glorreich ... das Beste, was der Rocker seit Jahren gemacht hat“, während NPR es als „Kaleidoskop aus treibendem Rock, psychedelischem Funk, sanftem Soul und mehr“ bezeichnete. **BM**

Tickets: FRIZZ Tickets, Rheinstr. 30, Darmstadt; Tel.: 0 61 51 / 915 888

■ www.frizz-tickets.de



Kapelle Petra

**Do., 27.3., 20 Uhr
Centralstation, Darmstadt**

Das westfälische Indierock-Trio veröffentlichte bereits sieben Studioalben, feierte 2018 auf großer Jubiläumstour ihr 21-jähriges Bestehen und blickt dabei auf zahlreiche Erfolge (aktuelles Album „Nackt“ knackte die Top 50 der Album-Charts), Kuriositäten (das Video zu „Geburtstag“ wurde weit über 4 Millionen Mal auf YouTube angeschaut) und große Auftritte (Festivals wie „Open Flair“, „Taubertal“ und „Rock am Ring“) zurück. In der „Centralstation“ präsentiert die Kapelle ihr aktuelles Album „Hamm“. **BM**

FRIZZ verlost 3 x 2 Tickets. ES: 22.3.

■ www.frizz-tickets.de



Nada Surf

**Di., 11.3., 20 Uhr
Colos Saal, Aschaffenburg**

„Moon River“, das erste Album von „Nada Surf“ seit vier Jahren, markiert auch das 30-jährige Jubiläum der Debütsingle „The Plan/Telescope“. „Moon Mirror“ hat alles, was „Nada Surf“-Fans lieben und erwarten. Bittersüße Hymnen, die leise beginnen, sich dann aber zu gewaltigen Harmonien aufschaukeln, Songs, die sich wie Herzschläge anfühlen, Songs, die poetisch sind und zum Nachdenken anregen, während sie gleichzeitig absolute Meisterwerke sind, bei denen man aus vollem Halse aus dem geöffneten Fenster mitsingen kann. **BM**

FRIZZ verlost 2 x 2 Tickets. ES: 6.3.

■ www.frizz-tickets.de

stadtkulturkalender.musik&locals

musik | bühne | party | film | kunst | literatur



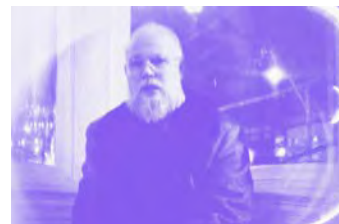
Tocotronic

**Sa., 29.3., 20 Uhr
Schlachthof, Wiesbaden**

Früher begannen junge Leute mit dem Gitarrespielen, indem sie z.B. das Riff von „Smoke On The Water“ lernten. Wenn sie heute mit Instrumenten anfangen, lassen sie sich dazu gerne durch Lieder von „Tocotronic“ anspornen. Diese aufmüpfige und fröhlich schöpferische Band übt hierzulande einen überall spürbaren Einfluss aus. Musikalisch und modisch versorgt sie Jungs und Männer mit dem Selbstbewusstsein, das „Madonna“ bis heute an Mädchen und Frauen weitergibt. **BM**

FRIZZ verlost 2 x 2 Tickets. ES: 24.3.

■ www.frizz-tickets.de



Timber Timbre

**Sa., 8.3., 20 Uhr
Museum, Wiesbaden**

Seit ihrer Gründung 2005 veröffentlichte „Timber Timbre“ sieben vielbeachtete Studioalben. War es nach ihrem sechsten Album „Sincerely, Future Pollution“ aus dem Jahr 2017 etwas stiller um sie geworden, meldeten sie sich mit „Lovage“ zurück, einem Album, das die traurige Leichtfüßigkeit von Brian Wilson genauso reflektiert wie die Melancholie von Leonard Cohen. Sänger und Songwriter Kirk Taylor würde wohl auch „Sun Ra“, Dorothy Ashby und Alice Coltrane sowie Pino Daniele und Paolo Conte zu seinen Einflüssen zählen. **BM**

■ www.frizz-tickets.de



Big Trombone: A Tribute To Jan Brahms

Fr., 28.3., 20.30 Uhr, Bessunger Knabenschule, Darmstadt

„Ska Trek“ (Foto) und „Ease Up Ltd.“ laden Ende März zu einem besonderen Benefizkonzert in die „Knabenschule“, um die Erinnerung an ihren im Dezember 2024 verstorbenen Posaunisten Jan Brahms zu ehren und dessen Familie zu unterstützen. Jan, der sowohl bei „Ska Trek“ als auch bei „Ease Up Ltd.“ eine tragende Rolle spielte, ist viel zu früh von uns gegangen. Als Mitglied beider Bands prägte er den einzigartigen Sound und den Spirit dieser beiden Musikerkollektive. Jan spielte seit den 80er-Jahren mit international bekannten Ska-Größen wie den „Bad Manners“, den „Skatalites“ oder den deutschen Mitbegründern des Ska-Revival in jener Zeit, „The Busters“. Seit mehr als 20 Jahren war er auch Mitglied der mittlerweile über 35 Jahre tätigen Darmstädter Band „Ska Trek“ und der erfolgreichen Reggae-Formation „Ease Up Ltd.“ – die exklusiv für dieses Benefizkonzert nach ihrer Trennung 2022 noch einmal gemeinsam auf der Bühne stehen werden. **BM**

■ www.frizz-tickets.de



Steiner & Madlaina

Mo., 17.3., 20 Uhr
Nachtleben, Frankfurt

Mit einem Konzept, das Intimität und Nähe feiert, laden Nora und Madlaina zu einer besonderen musikalischen Reise ein: nur im Duo, ohne Schnickschnack, ganz nah dran. Wie zu Beginn eben. Vor genau zehn Jahren veröffentlichten die beiden ihre ersten Songs, damals noch ganz ohne große Bühnen und Band, sondern in kleinen, fast privaten Rahmen. Diese Magie wollen sie jetzt wieder aufleben lassen mit einer Serie von exklusiven Konzerten in handverlesenen, kleinen Locations.

BM

FRIZZ verlost 2 x 2 Tickets. ES: 12.3.

■ www.frizz-tickets.de



Phillip Boa and the Voodooclub

Sa., 15.3., 19 Uhr
Batschkapp, Frankfurt

Seit über 30 Jahren gehört der aus Dortmund stammende Phillip Boa zur Speerspitze der deutschen Indieszene und war neben den „Einstürzenden Neubauten“ einer der wenigen Künstler, denen bereits in den 80er-Jahren auch im Ausland große Beachtung zuteilwurde. Der Grandseigneur des deutschen Indierocks ist seit der gefeierten Wiederveröffentlichung seines ikonischen Albums „Bopaphenia“ im Jahr 2023 wieder schwer angesagt!

BM

FRIZZ verlost 2 x 2 Tickets. ES: 10.3.

■ www.frizz-tickets.de



Americana: Alina Sebastian & Band

Do., 27.3., 20 Uhr, Bessunger Knabenschule, Darmstadt

Alina Sebastian ist die neue Stimme des Country-Pop. In ihrer Musik verbindet sie traditionelle Country-Elemente mit moderner Popmusik und zeigt damit sowohl eine frische, internationale Note als auch eine tiefe persönliche Authentizität. Mit ca. 50 Shows im Jahr, solo oder meist mit ihrer Band im Rücken, hat sie es schon auf viele Bühnen in Europa und auch in die USA geschafft. Ihre Shows sind mitreißend und emotional, denn sie schreckt nicht davor zurück, ihr Herz zu öffnen, und schafft so schnell eine Verbindung zum Publikum.

BM

■ www.frizz-tickets.de



Ihre besonderen Momente im Lahore Palace
Genießen Sie indisch-pakistanische Spezialitäten in Darmstadt



Mo-So: 11.30-14.30h & 17.30-23.00h
LIEFER-SERVICE BIS 23 UHR

KI generiert / Adobe Firefly

Aktions angebot

gültig für alle Massagen vom 1. bis 31. März

*** MASSAGEN ***

**Sport
Rücken
Schulter & Nacken
Muskel
Aromaöl
Ayurvedische**

60 Minuten - 40 Euro



Jetzt Termin buchen!
0 176 / 470 549 75

SMART IMPULS

EMS Personal Training & Gesundheitsstudio

Gagernstraße 10-12 • 64283 Darmstadt
www.smart-impuls.de



**Gute Stube: Conny
Ochs & Ryder Salt**
**Sa., 22.2., 20 Uhr, Bessunger
Knabenschule, Darmstadt**

Im März kommt Songwriter Conny Ochs (Foto) in Darmstadts „Gute Stube“ und findet mit dem intimen Kulturwohnzimmer die perfekte Kulisse zur Präsentation seines neuen Albums „Troubadour“. Ein leises Songwriter-Album und eine Hommage an Vorbilder wie Townes Van Zandt, Leonard Cohen, Elliott Smith, Dax Riggs und viele andere. Als lokaler Support-Act zu erleben ist ein neuer Stern am auch hierzulande sich zunehmend weitenden Americana-Himmel: Ryder Salt. BM

■ www.gutestube-darmstadt.de



Absinto Orkestra
Sa., 22.3., 20 Uhr
Das Rind, Rüsselsheim

Die Lieder des „Absinto Orkestra“ erzählen von der Jazz-Begeisterung des Kontrabassisten, von der Liebe des Geigers zur Klassik, von dem Gitarristen, der mit Django-Reinhardt-Platten aufgewachsen ist, vom Percussionisten, der sein Handwerk in Südafrika gelernt hat, und von dem singenden Mandolinenspieler, dem seine bessarabische Herkunft in den Fingern steckt. „Absinto Orkestra“: garantiert leidenschaftliche Spielfreude, die das Publikum mitreißt! BM

Weitere Infos:

■ www.dasrind.de



Frischzelle: Dubtales
Mi., 26.3., 20 Uhr, Bessunger Knabenschule (Keller), Darmstadt

Nach dem Ende der rockigen Darmstädter Reggaeband „Niños Santos“ fanden sich zwei ehemalige Mitglieder im Proberaum wieder und versuchten sich als Duo an einem musikalischen Neustart. Mit Looper und Gitarre wurde – ganz reduziert – experimentiert. Heute, vier Jahre später, sind die „Dubtales“ eine vielköpfige Band, die mit ihrem eigenständigen, groovigen Mix aus Dub, Roots und Modern Reggae richtig Bock macht. Der Eintritt ist frei! BM

Weitere Infos:

■ www.knabenschule.de

THEATER MÖLLER HAUS



Sa 01.03. **106. Möllerkoller** Theater Rainer Bauer
 Fr 14.03. **Inklusive Deutsch // Ein Heimenabend** Theaterlabor INC.
 Sa 15.03. **Die wilde Molli** Das sautarke Impro-Battle
 Alles auf Anfang Improtheater
 Do 20.03. **Die Tanzstunde** Theater Curioso
 So 30.03. **Moby Dick** Sondervorstellung
 Theater Lakritz & Projektchor Auerbach

Das vollständige Programm finden Sie online
 Sandstraße 10 | 64283 Darmstadt | Telefon 06151 26540
www.theatermollerhaus.de

STAND-UP-COMEDY

PETER KUNZ

AKZEPTANZ DURCH PENETRANZ

21.03. REINHEIM ZUM KÜHLEN GRUND PETERKUNZ.DE

MOBILE BILLET

Theater Mobile
 Obertor 1
 64673 Zwingenberg
www.mobile-zwingenberg.de

MÄRZ

1. **Whiskeydenker** - Pogo-Swing Tanztee
7. **Matthias Jung**
Kinder sind was Schönes, haben sie gesagt ...
8. **Mme Brell & die Filous**
Aus Liebe zu Frankreich und Frankfurt
9. **Joe Bausch liest** - Verrücktes Blut
15. **Pepperland** - Beatles finest
16. **BandoNeo** - Elektrotango
20. **Mulo Francel & Friends** - Global Players
21. **Waiting4Frank** - Ride on
22. **Männer ohne Nerven** - Männergeschichten

Vorverkauf: **FRIZZ Tickets** - 06151 / 915 888

BKS BESSUNGER KNABENSCHULE
 kulturzentrum in darmstadt

[Auswahl] März 2025

Sa 01.03. | 21 Uhr | Garage & Punk im Keller
Sloks & New York Wannabes
 Mo 03.03. | 20.30 Uhr | Rosenmontags-Party
Carnaval 2025 | Salsa Verde
 Mo 10. - Fr 14.03. | 20 Uhr | Lesungen & Talk
10. Darmstädter Krimitage
 Mi 19.03. | 15 Uhr | Hof Theater Tromm
Geknitter Gewitter ab 3 Jahre
 Fr 21.03. | 20 Uhr | Flamenco Live
Eine andalusische Nacht
 So 23.03. | 17.30 Uhr | Blues & Boogie
Thomas Scheytt | Piano Solo
 Do 27.03. | 20 Uhr | New Country Pop Band
Americana | Alina Sebastian
 Fr 28.03. | 20 Uhr | Memorial Jan Brahms
Ska Trek & Ease Up Ltd.
 Sa 29.03. | 21 Uhr | Infos/Solidarität/DJs
Tanzen gegen Rechts #2

Mehr auf www.knabenschule.de
 DA | Ludwigshöfstraße 42 | Fon 06151-61650

KULTUR TIPPS

12.03. **ANNA SCHÄFER**
 20 Uhr Kabarett & Musik: Schlafende Hunde

14.03. **DUO GRACELAND**
 20 Uhr Live: Tribute To Simon & Garfunkel

15.03. **TOBIAS MANN**
 20 Uhr Kabarett & Musik: REAL/FAKE

21.03. **KINGS OF FLOYD**
 20 Uhr Live: Tribute To Pink Floyd

22.03. **80er-PARTY**
 20 Uhr Die größten Hits mit DJ Dirk

30.03. **RÄUBER HOTZENPLOTZ**
 15 Uhr KiWi: Kindertheater ab 4 Jahren

02.04. **DER ERSTE LETZTE TAG**
 20 Uhr Schauspiel nach Sebastian Fitzek

03.04. **MATHIAS TRETTER**
 20 Uhr Kabarett: Souverän

04.04. **ALEX IM WESTERLAND**
 20 Uhr Live: Tribute To Ärzte & Hosen

TICKET HOTLINE 06103 203455

Neue Stadthalle • Langen

Woche junger Schauspielerinnen und Schauspieler

5. - 27. März 2025
 Parktheater Bensheim

Vorverkauf in Bensheim:
 Tourist-Info, Tel. 06251 8696101
 BA, Tel. 06251 100816
 Musikgarage, Tel. 06251 680352
Überregional: Bei allen bekannten Vorverkaufsstellen.
 Liste unter: shop.reservix.de/vorverkaufsstellen
 Info: www.darstellendekuenste.de und
www.stadtkultur-bensheim.de | Tel. 06251 1778-17

STADTKULTUR BENSHEIM

MÄRZ 25

BÜRGERHÄUSER DREIEICH

Do. 6.3., 10 & 15 Uhr
TOUCHE
 Theater für Kinder ab 2 Jahren

Fr. 7.3., 20 Uhr
CARMELA DE FEO

Di. 11.3., 16 Uhr / Mi. 12.3., 10 Uhr
EINE GESCHICHTE MIT WOLLE
 Theater für Kinder ab 5 Jahren

Do. 13.3., 20 Uhr
HERR TEUFEL FAUST
 Mit Dominique Horwitz

Mi. 19.3., 20 Uhr
ANDY OST

Do. 20.3., 19.30 Uhr
DAUMEN HOCH - PER ANHALTER NACH FERNOST
 Multivision von Bastian Maria

Mi. 26.3., 20 Uhr
LALELU - a cappella Comedy

Do. 27.3., 20 Uhr
IRISH SPRING
 Festival of Irish Folk Music

Infos & Tickets: 06103 - 6000 0
www.bürgerhäuser-dreieich.de

HoffART THEATER

Sa 01.03. / 20:30
Carnaval Latino mit Mama Limón – Tanzparty garantiert!

Do 06.03. / 20:00
Live: Richard Heath
 Piano Solo

So 16.03. / 20:15
Live: Gute Stube
 Conny Ochs (B) + Ryder Salt

Fr 21.03. / 20:00
Die besondere Platte #69
 Lieblingsvinyl mit Ari & Andy

Sa 29.03. / 20:00
Dancing for Goldies
 Disco mit DJ Jukebox Hero

Lauteschlägerstraße 28a
 64289 Darmstadt
www.hoffart-theater.de

BUNDESWEITER KARTENVORVERKAUF & LOKALE VERANSTALTUNGEN

FRIZZ TICKETS

Rheinstr. 30 - 64283 Darmstadt • Mo-Fr 10-18
 0 61 51 - 915 888 • tickets@frizz-tickets.de • www.frizz-tickets.de



„LOL“ liegt in der Familie

Matthias Jung im Theater Mobile Zwingenberg (7.3.)

Männer sind nicht multitaskingfähig? – Papperlapapp! Der beste lebende Beweis für ein Unterhaltungs-Allroundtalent ist Matthias Jung. Der zweifache Vater, SPIEGEL-Bestsellerautor und Kabarettist wickelt sein Publikum kinderleicht um den Finger. Als ehemaliger Autor für „7 Tage, 7 Köpfe“, „TV total“ und die „ZDF heute-show“ ist er ein alter Hase im Comedy-Business. Nun läuft sein neues Programm auf den Bühnen: In „Kinder sind was Schönes, haben sie gesagt“ packt er eine Spielzeugkiste an Brüllern aus, die sich ums Familienleben drehen. „Ich kann das alleine!“ und „Alle anderen dürfen aber!“ lässt grüßen.

NP

■ www.mobile-zwingenberg.de



Ein Comedy-Jackpot

Chin Meyer im Theater Sapperlot Lorsch (28.3.)

Eine urkomische Show, die sich bis auf jeden einzelnen Cent rentiert. Chin Meyer verrät seinem Publikum in „Cash Man!“, wie man heutzutage schnelles Geld machen kann, und investiert viel Liebe in sein Programm. Ob bizarre Investmentstrategien oder skurrile Finanzberater – Chin Meyer durchleuchtet die „Geld-regiert-die-Welt“-Welt mit seinem gewohnt scharfzüngigen Humor. Über Geld redet man eben doch! Und macht Witze darüber. Wer ein Ticket ergattert, zieht den Unterhaltungsjackpot.

NP

■ www.theatersapperlot.de



Platz nehmen, im 19. Jahrhundert

„Stolz und Vorurteil“ im Staatstheater Darmstadt (29.3.)

Wer mal wieder verreisen möchte, kann ab sofort einen romantischen Ausflug ins 19. Jahrhundert unternehmen: Die Inszenierung „Stolz und Vorurteil“, nach dem Roman von Jane Austen, entführt ihr Publikum nach England in die Welt von Familie Bennet, die in Hertfordshire lebt. Mrs. Bennets größter Wunsch ist es, ihre fünf Töchter mit wohlhabenden Gentlemen zu verheiraten, um sie für die Zukunft finanziell abzusichern. Auf einem Ball scheint ihr Plan zumindest teilweise aufzugehen.

NP

■ www.staatstheater-darmstadt.de



Eine taktvolle Komödie

„Die Tanzstunde“ im Theater Moller Haus Darmstadt (20.3.)

Cha, Cha, Cha trifft auf Hahaha. Wer schon mal einen Tanzkurs besucht hat, weiß, wie lustig es sein kann, sich gegenseitig auf die Füße zu tapsen. Genau diesem Thema bedient sich die romantische Komödie „Die Tanzstunde“: Professor Ever Montgomery muss für eine Preisverleihung Tanzstunden nehmen. Eine große Herausforderung, denn Ever ist Autist, verabscheut Körperkontakt und bittet deshalb seine Nachbarin und Tänzerin Senga um Hilfe. Ob das Stück noch eine Drehung macht ...?

NP

■ www.theatermollerhaus.de



Atemberaubend lustig

Abdel Boudii im Kulturzentrum Mainz (23.3.)

Wenn Abdel Boudii mit seinem Programm „Kulturschock“ die Bühne betritt, bringt er einen bunten Strauß an Stand-up-Comedy, Parodien und Alltagskomik mit. Der Berliner mit syrischen Wurzeln beherrscht es wie kein anderer, in unterschiedliche Rollen zu schlüpfen und Stimmen zu imitieren, aber auch mit seinem Publikum zu interagieren. Kein Wunder, dass er seit seinem Auftritt beim „Quatsch Comedy Club – Hot Shot“ immer mehr Herzen einer ständig wachsenden Fangemeinschaft gewinnt..

NP

■ www.kulturzentrummainz.de



Zwischen den Zeilen

Caroline Peters in der Centralstation Darmstadt (13.3.)

Ein Talent kommt selten alleine. So ist es auch bei der deutschen Schauspielerin Caroline Peters. Ihr wurde nicht nur das Talent, vor der Kamera und auf Theaterbühnen zu stehen, in die Wiege gelegt, sondern zudem die Gabe, menschliche Beziehungen tiefgründig zu beobachten und in einfühlsame Geschichten zu verpacken. In ihrem neuesten Roman „Ein anderes Leben“ geht es um die dreifache Mutter, bereits verstorbene Hanna, die früher oft aus der Rolle fiel, und ihre jüngste Tochter, die nach dem Tod ihrer Mutter auf deren Leben zurückblickt und versucht, Antworten auf noch offene Fragen zu finden.

NP

■ www.centralstation-darmstadt.de



Stefanie Heinzmann



Rea Garvey



Alvaro Soler



Mickie Krause



GreeN

TICKETS
GIBT'S BEI**FRIZZ** TICKETS

Rheinstr. 30 - 64283 Darmstadt

schloß- graben fest 2025

05.06. – 08.06.

In Darmstadts City, rund ums Schloss.

REA GARVEY ALVARO SOLER STEFANIE HEINZMANN
MICKIE KRAUSE GREEN IVO MARTIN SAMPAGNE AARON
PAUL WETZ THE DISCO BOYS OK.DANKE.TSCHÜSS KATI K
DOMINIK HARTZ LEVENT GEIGER KAUTA SCHÜRZE ROWLI
CARO WINTER SIGGI ROSMARIN FLASH FORWARD JOLLE
BENJAMIN AMARU ENKAY KLEINSTADT LUANA THE SEER
AYMZ EIN ROSENKAVALIER ACOUSTIC VIBRATION MYLLER
POETRY SLAM PIZZA HAWAII DER FILM MARC ATLAS
BUFALLO & WALLACE MIXED UP EVERYTHING BOPPIN'B
FABIAN KUHN SHAQUA SPIRIT PFUND KONTERFREI
SCHEIBA THE SILVERBALLS STRANDAKUSTIK GEREON
KOLONIA EXPRESS REBEL HEADS SOUNDSLIKE u.v.a.

Tickets gibt es auf www.schlossgrabenfest.dewww.schlossgrabenfest.de

Wir feiern Musik.



Jetzt die neuen Riese & Müller Modelle hier Probe fahren.

eeemotion

Frankfurter Straße 26
64293 Darmstadt
www.eemotion.de



verlosung.spielregeln

Und so geht's: Einfach eine E-Mail mit dem Stichwort (Artikelüberschrift) an verlosung@frizzmag.de senden (Telefonnummer und Name nicht vergessen) und den Einsendeschluss (ES) beachten.
Wir melden uns dann via E-Mail bei euch!

Verlosungs-Highlight ...

... des Monats



Der ultimative Hindernisparcours für alle

Ninja Skillz in Weiterstadt

FRIZZ verlost 3 x 2 Tickets. ES: 27.3.

■ www.frizzmag.de/verlosungen

impressum

Verlag & Agentur

FRIZZ Media & Marketing | Birgit Adler
Rheinstraße 30, 64283 Darmstadt

Zugleich auch ladungsfähige Anschrift für die im Impressum genannten Verantwortlichen und Vertretungsberechtigten.
Rheinstraße 30, 64283 Darmstadt
Telefon: 0 61 51 / 91 58 91, Fax: 0 61 51 / 91 58 58
Facebook: www.facebook.de/frizzmag
Instagram: www.instagram.com/frizzmag
Steady: www.steadyhg.com/frizzmag
www.FRIZZmag.de

Verlags-, Redaktions- und Anzeigenleitung

Birgit Adler (V.i.S.d.P.), 0 61 51 / 91 58 91, b.adler@frizzmag.de

Redaktion

0 61 51 / 91 58 91, redaktion@frizzmag.de

E-Mail-Format: m.mustermann@frizzmag.de

People, Kultur, Urban Miriam Gartlgruber (MG)

Literatur, Kultur, Politik Michael Hüttenberger (MH)

Wissen, Kunst, Architektur Brigitta Kuntzsch (BK)

Gesellschaft, People, Kunst Sibylle Maxheimer (SM)

Musik, Club, Locals, Festivals Benjamin Metz (BM)

Glosse, Politik Thea Nivea (TN)

Essen & Trinken, Lokales, Urban Martina Noltemeier (MN)

Fashion & Culture Joshua Obeng-Manu (JOM)

Lilien, Sport Lillie Ohl (LO)

Bühne, Open Nadine Pustelnik (NP)

Jazz, Klassik, Weltmusik

Externe Beiträge (FM)

Fotos Klaus Mai (KM), Christian Grau (CG), Adrian Noltemeier (AN)

Korrektur Sina Polenz

Praktikant Henri Friebe (HF)

Social Media (Facebook, Instagram, Telegram) & Online

Josephine Adler (JA), 0 61 51 / 91 58 91, j.adler@frizzmag.de

Lucie Kraft (LK), l.kraft@frizzmag.de

Lili-Marleen Adler (LA), l.adler@frizzmag.de

Terminkalender termine@frizzmag.de

Mediaberatung (Print, Digital, Social Media)

Cornelia Melber, 0 61 51 / 91 58 10, c.melber@frizzmag.de

Josephine Adler, 0 61 51 / 91 58 91, j.adler@frizzmag.de

FRIZZ Tickets Ticketshop

Rheinstraße 30, 64283 Darmstadt | Mo-Fr 10-18

Josephine Adler, 0 61 51 / 915 888, tickets@frizz-tickets.de

Produktion & Layout FRIZZ Media & Marketing, Darmstadt

Vertrieb Im Eigenvertrieb über alle Anzeigenkunden, FRIZZ Tickets, Kinos, Gaststätten, Einzelhandel, Hochschulen, Buchereien, Cafés, Theater, Banken, Reisebüros, u.v.m.

Nachdruck Alle Urheberrechte für Text und Gestaltung liegen beim Verlag oder den jeweiligen Autoren. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags. Veranstaltungshinweise: Für die Angaben können wir leider keine Gewähr geben.

Haftung Gekennzeichnete Autorenbeiträge entsprechen nicht zwingend der Meinung des Verlags.

Schlusstermine FRIZZ Magazin | April 2025

Erscheinungstag: 31.3.

Redaktionsschluss: 14.3.

Buchungs- und Anzeigenschluss: 19.3.

Druckunterlagenschluss: 21.3.

frizzmag und FRIZZ Das Magazin ist eine eingetragene Marke der FRIZZ Das Magazin FDM Consulting GmbH

FRIZZ MAG.DE

Your place to bi ...
Immer donnerstags

Männer
Frauen
Bisexuelle
Transgender

Galileo
CITY SAUNA
MANNHEIM

www.galileo-sauna.de



FÖRDERVEREIN
LIBERALE
SYNAGOG
DARMSTADT e.V.



Zukunft braucht Erinnerung

Förderverein
Liberale Synagoge Darmstadt e.V.
Verein für aktive Erinnerungskultur

80 Jahre Befreiung von der NS-Diktatur in Darmstadt 25.3. '25

Sonntag, 23. März 2025, 14.30 Uhr
Haus der Geschichte, Eckart G. Franz-Saal
FLS-Rundgang

Jüdisches Darmstadt - Auf den Spuren der Liberalen Synagoge, der beiden Rabbis Julius Landsberger und Bruno Italiener, von Herta Mansbacher, Hugo Bender, Elsbeth Juda, Gertrud Ullmann und eines NS-Verbrechens

Treffpunkt: Lortzsche Menora, Gedenkstätte, Klinikums-gelände, Zugang Bleichstr. / Höhe Gagernstr. oder via Julius-Landsberger-Platz

Eintritt frei, Voranmeldung notwendig:
martin.frenzel@liberale-synagoge-darmstadt.de

Montag, 31. März 2025, 19:30 Uhr

Justus-Liebig-Haus, Ludwig-Metzger-Platz
Wintergarten, 1.Stock (Eingang vhs)

Vortrag Martin Frenzel: 100 Jahre Darmstädter Bücherstube

Die zwei Leben Alfred Bodenheimers:

Zwischen Darmstadt, Verfolgung und US-Exil

Eintritt frei, Spende erbeten, Voranmeldung notwendig:
martin.frenzel@liberale-synagoge-darmstadt.de

Darmstadt braucht eine Bruno Italiener-Gedenktafel
Frühsummer 2025

www.liberale-synagoge-darmstadt.de

FRIZZmag gibt's ...

... an allen gewohnten Stellen in Darmstadt,
drum herum und auf jeden Fall hier:



Ernesto Café – Incognito

Das Café verbindet italienischen Genuss mit stilvollem Shopping. Während Mode Ma-de in Italy die Kleiderstangen schmückt, ver-wöhnt Inhaber Ernesto Manzo seine Gäste mit Espresso und leckeren Getränken. Wer eine Pause einlegt, kann zur aktuellen FRIZZ-Ausgabe greifen und sich Inspiration für neue Events und Kultur in Darmstadt holen. LK

Adelungstraße 5, 64283 Darmstadt

Tel.: 0 61 51 / 136 30 30

■ www.lalucha.de

Die Ausgabe
April 2025 | #505
erscheint am 31. März



RADIOLOGIE DARMSTADT

MAMMOGRAPHIE
SCREENING
PROGRAMM

RADIOLOGISCH ALLES IM BLICK!

AUFSPÜREN. ANALYSIEREN. AUSWERTEN.

Komm ins #TeamRadiologieDarmstadt

Wir bieten einen Arbeitsplatz mit Zukunft:
vielseitig, spannend, sinnstiftend.
Wir arbeiten miteinander und füreinander.



MFA bzw. Arzthelfer/innen, Altenpfleger/innen, Gesundheits- und Krankenpfleger/innen, und selbstverständlich MTRA

Das haben Sie sich verdient:

- Überdurchschnittliches Gehalt
- Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- Kostenfreier Parkplatz
- Flexible Arbeitszeiten
- Betriebliche Altersvorsorge
- Ticket-Plus Karte von Edenred
- Corporate Benefits, vergünstigte Einkaufsmöglichkeiten bei über 800 Shops

Ihr Profil

- Sie haben eine **abgeschlossene Ausbildung** in einem der o.g. Berufe
- Freude am Umgang mit Patienten und Mitarbeitern
- Bereitschaft, die ggf. noch fehlende Fachkunde im Strahlenschutz zu erwerben und sich bedarfsentsprechend fortzubilden
- Interesse an medizinischer Bildgebung
- Teamfähigkeit, Selbstständigkeit, Engagement sowie Einfühlungsvermögen

Wir haben Ihr Interesse geweckt?

Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung:
bewerbung@radiologie-darmstadt.de
oder per Post an: Radiologie Darmstadt,
Dieburger Str. 29-31, 64287 Darmstadt

BEWERBEN IN 2 MINUTEN
MIT DEM SMARTPHONE:
KLICKEN. SPRECHEN. JOB.



www.radiologie-darmstadt.de

b BODY CULTURE

F Fitness First

BODY CULTURE IST JETZT FITNESS FIRST!



TRAINIERE 8 WOCHEN GRATIS! *

*Bei Abschluss einer 24-Monats-Mitgliedschaft (ALL-IN RED / BLACK) erhältst du die ersten 8 Wochen deiner Mitgliedschaft gratis, jeweils zzgl. einem halbjährlichen Trainingspaket von je 29€ (RED Clubs) bzw. 39€ (BLACK Clubs), erstmalig fällig zum Vertragsbeginn. Einmalige Startgebühr in Höhe von 29€ (RED Clubs ALL-IN) bzw. 39€ (BLACK Clubs) entfällt bei Abschluss einer 24-Monats-Mitgliedschaft. FLEX-Option: Bei Abschluss einer 24-Monats-Mitgliedschaft besteht die Möglichkeit, die Mitgliedschaft im 1.-3. Mitgliedschaftsmonat jederzeit gegen eine einmalige Gebühr von 99 € zu beenden (Kündigungsfrist: 4 Wochen). Bitte beachte, dass die 4-wöchige Kündigungsfrist erst nach Ablauf etwaiger Werbeaktionen (z. B. beitragsfreie Monate / Wochen) greift. Andere Mitgliedschaften, Add-Ons, Gebühren und Pauschalen sind vom Angebot ausgeschlossen. Pausen-Option: Pausiere deinen Vertrag jederzeit kostenlos für bis zu 12 Wochen bei Abschluss einer 24-Monats-Mitgliedschaft. Preise, Pausenregelungen, Zusatzkosten (Startgebühr & Trainingspaket) und Öffnungszeiten können in einzelnen Studios abweichen. Nur bei teilnehmenden Fitness First Clubs.