Sonderthema: Bauen und Wohnen

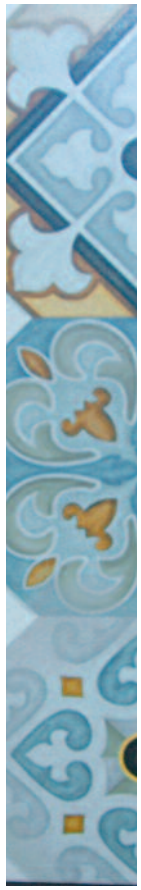
Das Durchblick-Firmenporträt

Fliesen, von klassisch, rustikal oder modern: alles in einem Haus

Bereits die vierte Generation sorgt im Familienbetrieb Platten Noll in Bürstadt dafür, daß für Bauprojekte die optimale Fliese Verwendung findet. Naturstein, Keramik, Glas - bis hin zur überdimensionalen MaxFine-Feinsteinzeugplatten (siehe Foto, bis zu 150x300cm!), die eine fugenlose Badgestaltung erlauben. Diese Platten kann nicht jeder verlegen, daher kooperiert Platten-Noll mit speziell in der Verlegung von Großformaten versierten Meisterbetrieben. Nur 6mm stark sind die großen Platten, sie lassen

sich auch zu individuellen Küchenarbeitsplatten oder Treppen-stufen, Tisch-, Rück- und Trennwandverkleidung verarbeiten. Feinsteinzeug hat viele positive Eigenschaften: Langlebigkeit, Wasserfestigkeit und Chemikalienbeständigkeit; es ist wärmespeichernd- und -leitend, hygienisch und absolut reinigungs- und pflegeleicht. Alle Keramik-Fliesen bieten sich für gesundes Woh-nen an: leicht zu reinigen und pflegen, antistatisch, emissionsneutral und lösungsmittelfrei, geruchsneutral und wärmespeichernd. Somit sind sie ideal bei Fußbodenheizung, zudem bieten sie keinen Nährboden für Milben und Krankheitserreger und sind fungizid (Pilzhemmend). In der wohlsortierten Ausstellung in Bürstadt sind auf 500 Quadratmetern Objekte von fast allen Herstellern für private und gewerbliche Bauvor-haben zu finden. Dabei werden die meisten Fliesen ohne Zwischenhandel direkt vom Hersteller bezogen, so ist Fa. Platten Noll seit über 60 Jahren Di-rektkunde bei Villeroy & Boch. Auch Designerseri-en wie Hundertwasser oder Versace, aber auch Ausgefallenes wie Glas, Metall oder Marmor sind in der Ausstellung zu sehen. Besonders hübsch sind Fliesen im aktuellen Trend: historische Motive aus Feinsteinzeug, Zement oder Terrazzo lassen das Bad im Jugendstil oder wie eine historische Metrostation wirken. Die passenden Lichtsysteme gehören ebenso zum Lieferprogramm. Aber auch ständig wechselnde Sonderposten zu Aktionspreisen sind zu finden, und der Betrieb ist PCI Stützpunkthändler.

Im Jahr 1945 gründete Fliesenlegermeister Georg Noll in der Bürstädter Industriestr. 20 das Geschäft, inzwischen sind bereits die Urenkelinnen Rebekka und Denise Schäfer hier aktiv. Die Geschäftsleitung liegt bei ihrer Mutter Edith Schäfer und deren Schwester Pia Baaden, Töchter von Elisabeth und Richard Baaden, der zweiten Generation. So sorgt nun die dritte Generation Frauen dafür, daß es im heimischen Bad, in Küche, Flur oder Terrasse wohnlich und gemütlich wird. Auch Gewerberäume werden optisch gestaltet, wer sich ein öffentliches Objekt ansehen möchte, kann dies beim Bauern-laden Steinmetz in Lampertheim tun. Als seniorenfreundlicher Betrieb ist Firma Platten Noll barrierefrei und z.B. bei wheelmap.org zertifiziert. Hier können Rollstuhlfahrer sich über barrierefreies Einkaufen informieren. Gerade wenn es an den seniorengerechten Badausbau geht, können Kunden häufig schon nicht mehr gut Treppen steigen. Dann nehmen sie gerne auch weitere Wege auf sich, um die Fliesenausstellung in Bür-stadt zu besuchen. Natürlich wird auch für Kinder vieles geboten, während des Einkaufs können sie in der Spielecke spielen. *(mh)*



Ein solches Porträt veröffentlichen wir gerne auch über Sie und Ihre Firma* sprechen Sie uns an: 06254-9403010

*für unsere Inserenten

Dienstleistungen und Einbauten vom Fachmann

mit Sicherheit der bessere Weg...

Das meint: Ihre Redaktion Durchblick ! Wenn Sie ebenfalls gerne auf diesen Seiten mit Ihrem Angebot erscheinen möchten, zögern Sie nicht mit uns Kontakt aufzunehmen! Tel. 06254-9403010 Mail mh@dblt.de - Marieta Hiller

Hausbau: Versicherung muß sein - schon ab dem Rohbau

Schon beim Bau eines Hauses wird der erste Versicherungsschutz benötigt: die Feuer-Rohbauversicherung versichert im Rahmen der Wohngebäudeversicherung das noch nicht fertiggestellte Haus gegen Feuerschäden, meist ohne zusätzlichen Beitrag für maximal 24 Monate. Eine finanzielle Absicherung während der Neubauphase, z.B. bei Schäden durch weitere Naturgefahren, Glasbruch der Gebäudeverglasung, Diebstahl fest eingebauter Teile, mut- und böswilliger Beschädigung bietet die NeubauPlus-Versicherung.
Ist das Haus bezugsfertig, tritt die Wohngebäudeversicherung in Kraft mit den individuell zusammengestellten Einzelrisiken Feuer Leitungswasser Sturm u. Hagel und als mögliche Ergänzung die Elementar-gefahren Erdbeben, Überschwemmung, Rückstau, Erdrutsch, Erdsenkung u. weitere.
Für das Inventar wird für die Absicherung der gleichen Risiken eine Hausratversicherung benötigt. Beratung und weitere Informationen erhalten Sie bei Gerda Albrecht, Generalagentur der Ergo Beratung und Vertrieb AG in Bensheim, Lilienthalstr. 10 - 12, Tel. 06251 / 984141 *(red)*

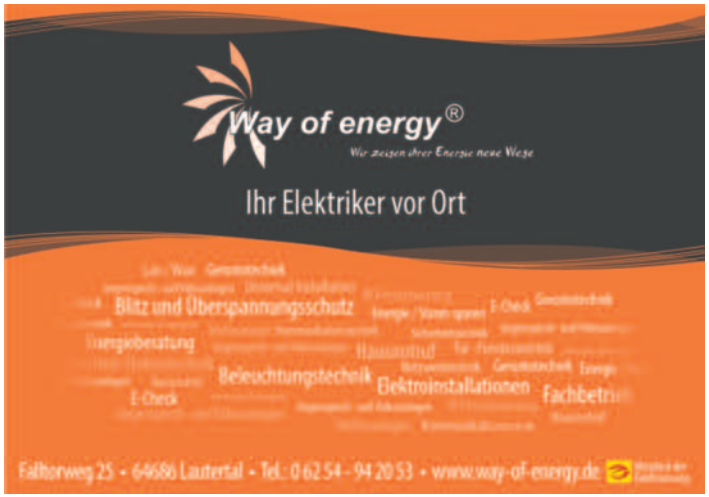
Badträume verwirklichen mit Fa. Alfred Minich und Partnern

Ein schönes Bad ist für viele das Wichtigste für einen guten Start in den Tag. Bei der Umsetzung steht die Lautertaler Firma Alfred Minich seit 1992 zur Verfügung. Unterstützt wird das Team, dessen Leistungsbereich von Sanitär bis Heizung, Lüftung und alternative Energien reicht, von fachkundigen Partnern aus dem Elektro-, Fliesen- und Ma-lerbereich. Neben einem toll gestalteten Bad sorgen die Handwerker von Minich und Part-nern mit der Montage energiesparender Heizungs- und Wohnraum-Lüftungsanlagen für behagliches Wohngefühl in Ihrem Haus. *(red)*

Damit Sie nicht im Kalten sitzen: E-Technik Happel

Seit 10 Jahren steht die Firma HTS Elektrotechnik in Asbach ihren Kunden bei Fragen zu elektrischen Heizungssystemen mit ihrem Fachwissen von über 40 Jahren Erfahrung im Bereich der elektrischen Raumheizung zur Verfügung. Das Team nimmt sich Zeit, mit dem Kunden dessen Anliegen ausgiebig zu besprechen. Im Vordergrund steht die Beratung über alle elektrischen Heizungssysteme. Dies kann eine moderne Direktheizung mit einer bedarfsgerechten Wärmelieferung, eine komfortable Fußbodenheizung, die angenehme Strahlungswärme der Deckenheizung, die seit Jahrzehnten bewährte Speicherheizung oder eine Elektrokesselheizung für eine Warmwasserzentralheizung sein. Für jeden Bedarfsfall findet sich das passende Heizgerät aus dem vielfältigen Sortiment von Technotherm International, deren Werksvertretung und Kundendienst Firma HTS übernommen hat. Technotherm bietet die Möglichkeit, mit seiner ECO Schnittstelle die Heizungsregelung über Smartphone und Tablet zu steuern. Mit dem TT Energiemanager kann auch die Solarstromanlage für die Elektroheizung mitverwendet werden.
Neben Informationen zum Thema elektrische Warmwasserver-sorgung (zentral oder dezentral) werden die Beratungsdienstlei-stungen abgerundet durch eine Verbrauchsanalyse. Deren Vorschläge zur Senkung der Energieverbrauchskosten

können im Rahmen einer Anlagenoptimierung realisiert werden. Bei Mieter- oder Eigentümerwechsel wird auch ein Energieverbrauchspaß gemäß § 19 Abs.3 Satz 4 der EnEV ausgestellt. Zum Kundendienstangebot gehört die Reparatur von elektrischen Fußbodenheizungen. Mit modernster Meßtechnik wird die Schadstelle geortet und der Fehler behoben. Natürlich kümmert sich der HTS-Kundendienst auch um Störungsfälle bei der Elektroheizung. *(red)*



Die Kraft der Sonne nutzen: Energieabende bei Drewes Solar & Heizung

Günstig, zukunftssicher und einfach zu bedienen soll sie sein, die optimale Heizung für das eigene Heim. Doch welche Heizungsart ist für welche Anforderungen am besten geeignet? Pellets, Wärmepumpe, Solar oder doch wieder Öl und Gas? Antworten auf alle Fragen rund um die richtige Heiztechnik gibt es bei den Energieabenden der Thomas Drewes Solar und Heizung GmbH am 15. Oktober, 3. November und 24. November jeweils um 19 Uhr im Firmengebäude in der Mühltalstraße 202 in Bensheim. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung unter Telefon 06251 - 63119 ist jedoch erforderlich. Sonne und Holz gelten als die Rohstoffe der Zukunft. Sie sind kostengünstig, umweltfreundlich und werden auch langfristig noch ausreichend vorhanden sein. Die Kraft der Natur kann man auch im eigenen Haus nutzen: Thermische Solaranlagen wandeln die Energie der Sonne in warmes Wasser für Küche, Bad und Heizung, Pelletsheizungen arbeiten mit dem nachwachsenden Rohstoff Holz. Doch welche Heizung ist die richtige für welche Anforderungen? Solarexperte und Diplom-Ingenieur Thomas Drewes erklärt die Funktionsweise von Solar-anlagen, Holzpellets-Heizungen und Wärmepumpen und zeigt auf, wie bestehende Anlagen nachgerüstet und ergänzt werden können. Zudem geht er auf die wirtschaftliche Seite der verschiedenen Heizsysteme ein und skizziert, wie bis zu 10.000,- Euro Förderung für eine neue Heizungsanlage zu bekommen ist. Die Thomas Drewes Solar und Heizung GmbH hat sich auf die regenerative Heiztechnik spezialisiert. In den vergangenen 22 Jahren hat das Team mehr als 30.000 Quadratmeter Kollektorfläche für thermische Solaranlagen und Fotovoltaikanlagen und rund 135 Pelletskessel installiert. Infos: www.drewes-solar.de. *(red)*

Heizwelle.de: angenehme Strahlungswärme in Infrarottechnik

Die Uni Darmstadt hat sich von den Vorteilen der modernen Infrarottechnik von heizwelle.de in Brandau überzeugt: nachdem der berühmte Weiße Turm in der Darmstädter Innenstadt bereits komplett auf Infrarotheizkörper setzt, plant jetzt die TU Darm-stadt ebenfalls ein Deckensegel im Eingangspavillon des Hauptgebäudes aus dem Hause heizwelle.de. "Wir sind natürlich froh über diese Nachfrage", erläutert Firmenchef Hans-Jürgen Fickel, "denn wenn hochdekorierte Ingenieure, Maschinenbauer und Elektrotechniker mit allen akademischen Weihen sich für unsere Produkte entscheiden, kann mit denen so viel nicht verkehrt sein." Die neuen Baureihen bringen weitere Verbesserungen: so bietet der bündige Deckeneinbau bei Altbausanierungen, aber auch bei Neubauten, mittlerweile eine kostengünstige Heizalternative. Die Zahl der Leistungsstufen wurde erhöht, auf viele Modelle gibt es jetzt zehn Jahre Garantie. Individuelle Bildmotive - etwa ein Foto der Familie, aus dem Urlaub oder vom aktuellen Haustier - werden auf Wunsch ohne Mehrpreis auf die Hochleistungsgeräte digital in bester Qualität aufgedruckt. Das Abstrahlverhalten und die Leistungseffizienz wurden auf hohem Niveau nochmals optimiert. Für die rahmenlosen Glas- und Spiegelmodelle gilt wie für fast alle anderen: sie sind jetzt per Smartphone problemlos fernsteuerbar. Das bedeutet im Alltag: Sie können vom Arbeitsplatz aus mit einem Klick Wohnung oder Haus pünktlich für den Feierabend vorheizen.

Thermostate der neuesten Generation sind bei heizwelle.de ebenso im Angebot wie Modelle mit LED-Beleuchtung. "Für uns ist individuelle Beratung die Grundlage jeden Kundenkontakts", erklärt dazu heizwelle-Geschäftsführer Fickel, "denn kein Zuhause ist wie das andere." Es gehöre aber zur Firmenideologie, daß genau diese Individualität zur Grundlage für die Lösungsideen gemacht werde. "Wir bieten bei heizwelle.de nichts von der Stange. Bei uns wird paßgenau berechnet und hundertprozentig für jedes Projekt heiztechnisch optimiert angeboten." Diese Individualisierung habe auch an der Technischen Universität überzeugen können, sie ist der Grund für den Erfolg von heizwelle.de. *(ch)*

Energiekosten senken durch Gebäudesanierung

Regelmäßig berät die Energieagentur Bergstraße, Fachbereich der Wirtschaftsregion Bergstraße / Wirtschaftsförderung Bergstraße GmbH (WFB), Hausbesitzer ganz individuell zu Themen aus dem Bereich Energieeinsparung sowie erneuerbare Energien. Durch eine Gebäudesanierung können Hausbesitzer den Energieverbrauch und somit auch die Energiekosten senken und die Wohnqualität spürbar erhöhen. Ein sehr gutes Beispiel ist ein Gebäude in Bensheim-Zell, bei dem nach einer Beratung durch die Energieagentur Bergstraße und der Durchführung umfassender Sanierungsmaßnahmen eine Energieeinsparung von 75 Prozent erzielt werden konnte. Energieberater und Architekt Peter Hinz empfiehlt bei Altbauten eine Komplettsanierung. Dafür hat das Land Hessen ein Förderprogramm aufgelegt, mit dem Hausbesitzer bis zu 50 Prozent der Mehrkosten erstattet bekommen, die einen Altbau zu einem Passivhaus machen. Die KfW bietet gute Kreditbedingungen dafür. Geeignete Energieberater in der Wirtschaftsregion Bergstraße sind auf der Energieberater-Plattform auf den Internet-Seiten der Energieagentur zu finden: www.wirtschaftsregion-bergstrasse.de.

Aktion Pumpentausch: GGEW AG fördert Modernisierung

Beim Austausch von alten Heizungsumwälz- und Warmwasser-zirkulationspumpen gegen neue hocheffiziente Geräte schenkt die GGEW AG ihren Kunden auf Vorlage der Handwerkerrechnung 150 Kilowattstunden Strom oder 700 Kilowattstunden Gas. *(www.ggew.de)*

Fenster. Türen. Überdachungen. Garagentore. Markisen. Vordächer ...
MICHAEL HECHLER
FENSTER, TÜREN + MEHR
06251 105700
Heckenwiesenweg 4-6
64686 Lautertal-Elmshausen
www.hechler-lautertal.de

Das könnte Ihr Inserat sein...
... schon für 300* Euro für das ganze Jahr!
Tel. 06254-9403010 Mail mh@dblt.de
Ich bin schon da!

Günter Steinmann
Bergstraße 5a, 64397 Modautal
www.fliesen-steinmann.de
06167-7480 Mobil 0170-4312860
STEINMANN
Fliesenfachverlegung

SHM
Sanitär- & Heizungstechnik Modautal GmbH
Vormals *Hans Seeger,* Bergstraße 12, 64397 Modautal / Klein-Bieberau
Tel. 0 61 67 / 4 90 • Fax 0 61 67 / 15 40 • www.shm-modautal.de

JA, ich hab's.
Energie von der GGEW AG.
GGEW
Strom.Gas.Wasser.

Alessandra Bitsch, 13 Jahre, aus Bensheim. **Werd' auch Du mit Deiner Familie GGEW-Kunde. Jetzt wechseln: ggew.de**

Wolfgang Rößler
DACHDECKERMEISTER GMBH
- Bedachungen aller Art
- Fassadenbekleidungen
- Bauspenglerei
- Autokrandienst
- Zimmerarbeiten
- Gerüstbau
- Abdichtungen
- Blitzschutzbau
- Dachbegrünung

In den Heidenäckern 1
64686 Lautertal/Beedenkirchen
Telefon (0 62 54) 29 99
Telefax (0 62 54) 33 42
e-mail: info@dachbau-lautertal.de

- Parkettverlegung
- Laminatverlegung
- Trockenbau
- Schreinerarbeiten
- Fenster
- Türen & Haustüren
- Reparaturarbeiten

Bruch
Montageservice & Innenausbau
Rund um Haus und Hof!
Zehnesweg 13 · 64686 Lautertal
Telefon 0 62 54/9 59 58 55 · Telefax 9 59 58 54
Mobil 01 51/11 64 79 40 · info@montageservice-bruch.de
www.montageservice-bruch.de

SWATON HAUSTECHNIK
Inh. Ralf Bormuth
- Heizungs-, Sanitärtechnik und Lüftungsbau
- Wartungsdienst/Kundendienst
- Solartechnik
- Klempnerei
- Badrenovierung und Neugestaltung aus einer Hand
- Fliesenarbeiten aller Art
- Industrie-Instandhaltung und -Sanierung im technischen Bereich

Nibelungenstraße 651 • 64686 Lautertal • Telefon 0 62 54/16 11
Telefax 0 62 54/28 65 • www.swaton-haustechnik.de

Kunststoff-Fenster
Profil Gealan Acrylcolor
Kindinger Baufertigteile
Fenster & Türen
64658 Fürth
☎ 06253-239674
Haustüren Aluminium und Kunststoff
Rollläden und elektrische Antriebe
Kunststoffenster, Hausautomatisierung
Markisen, Insektenschutz, Beschattungen
Service
Besuchen Sie uns im Internet unter
www.kindinger-baufertigteile.de

Übergabe einer Traumküche vom Küchenstudio Rettig Elmshausen

Eine Weinheimer Familie hat im Wettbewerb „Deutschland baut um“ ihre neue Traumküche gewonnen. Geliefert wurde sie von Küchenspezialist Rettig in Elmshausen. Die Familie löste ihren Gewinn der Gruppe „DER KREIS“ im Wert von 15.000 Euro nach eigenen Wünschen beim „Deutschland-baut-um“-Partner-betrieb Rettig ein. DER KREIS hatte unter dem Konzept „Deutschland-baut-um“ dazu aufgerufen, möglichst originelle Begründungen für eine neue Küche zu liefern. Es wurden selbst gebastelte Küchenmodelle, schön gezeichnete Bildergeschichten, Videos, selbst verfaßte Gedichte und Geschichten sowie phantasievoll gestaltete Großplakate eingereicht, aus denen eine unabhängige Jury den Gewinner ermittelte. Die fünfköpfige Familie aus Weinheim hat in ihrer neuen Rettig-Küche einen Vegetarier, einen Veganer sowie einen Fleisch-Vielesser zu versorgen und fühlt sich pudelwohl. Gerade für so unterschiedliche Ernährungs-ansprüche ist es praktisch, Gerichte in größeren Mengen vorzukochen und zu portionieren. Firma Rettig empfiehlt dafür die Vakuumierschublade von Miele. Sie ist auf das Design der Einbaugeräte-Generation 6000 abgestimmt, paßt optisch zur normalen Wärmeschublade und wird von einem Dampfgarer komplettiert. Dieser gart Speisen bei gradgenauer Temperatur äußerst schonend, das nötige Küchenwissen dazu liefert ein Miele-Koch-buch, das kostenlos dazugehört. Fisch und Fleisch werden besonders zart und aromatisch. Das Vakuumieren der gegarten Speisen schützt vor Oxidation und Bakterienbefall, so bleibt alles drei bis fünfmal solange haltbar. Ein weiterer Aspekt moderner Küchen ist die digitale Kommunikation der Geräte: HomeConnect vernetzt Kühlschrank, Waschmaschine und Kaffeeautomat mit Smartphone oder Tablet. Das mehrfach ausgezeichnete Pro-gramm läßt Haushaltsgeräte von unterwegs zeitgenau starten oder anhalten. Vorführungen bei Interesse im Küchenstudio Rettig Elmshausen, *(red)*

Alexander Rettig vom Elmshäuser Küchenstudio mit der Gewinnerfamilie in der neugestalteten Küche

Das könnte Ihr Inserat sein...
Mit 45 Euro sind Sie dabei!
Mit Ihrem Inserat unterstützen Sie die monatliche Information für die Bürger in Modautal und Lautertal: Berichte von Vereinen, aus Gesellschaft und Wirtschaft, Ausflugstipps und regionale Geschichten.
Tel. 06254-9403010 Mail mh@dblt.de

Lautertaler Elektrotechnik
Meisterbetrieb
E HANDWERK
Inh. Holger Huth
64686 Lautertal, Hauptstraße 36a
Tel. 06254 / 942697
www.Lautertaler-Elektrotechnik.de
Huth@Lautertaler-Elektrotechnik.de

LANG HOLZHANDEL
Alles aus einer Hand: kompetent & preiswert
• Wand- und Deckenverkleidung
• Fußbodenbeläge (Massivdiele, Parkett, Laminat)
• Zimmertüren
• Holz im Garten
• Montage-Service
• Ausstellungsräume
• Beratung und Service vor Ort
• und vieles mehr...
Bensheim · Heidelberger Str. 86
Tel.: 06251 / 37 87 Mobil: 0171 / 4 94 32 48
www.holzhandel-lang.de
E-Mail: Holzhandel-Lang@t-online.de

Küchen RETTIG Elektro RETTIG TV-Video RETTIG

Küchen nur vom Fachmann

Lautertal-Elmshausen - an der B 47 - 0 62 51 / 8 43 70 - www.rettig.info

HEIMTEXTILIEN
•Gardinen
•Tapeten
•Sonnenschutz
•Teppichböden
•Bodenbeläge
HAHN www.hahn-bensheim.de
64625 Bensheim-Auerbach • Berliner Ring 131
Nähe Vogelpark • Telefon 0 62 51 / 7 83 22

Ingenieurbüro Turetschek
Architektur und Baukonstruktion
In der Schweiz 10
64686 Lautertal/Odw.
Tel.: 06254 / 94 36-78
Fax: 06254 / 94 36-79
www.turetschek.de
info@turetschek.de
Dipl.-Bauingenieur Christoph Turetschek
Architektin Monika Heiser
Neubau Sanierung Brandschutz Bauthermografie

Goder GmbH & Co. KG
www.goder-shs.com
SANITÄR · HEIZUNG · SPENGLEREI
Nibelungenstraße 452 · 64686 Lautertal/Odw.
Telefon (0 62 54) 13 71 Telefax (0 62 54) 31 52 info@goder-shs.com

Der Mensch ist was er ißt...
Das Küchenlatein der Jahrhunderte

Menschliche Entwicklung verläuft über die Jahrhunderte gesehen in Wellen. Immer wieder gibt es Umwälzungen, französisch Revolutionen genannt. Wir kennen vor allem die industriellen Revolutionen: mit Dampfmaschine und Rotationsdruck in städtischer Organisation die erste; mit Öl und Telefon die allgemeingültige Verfügbarkeit aller Mittel in hierarchischer Organisation die zweite; mit erneuerbaren Energien und Internet in dezentraler Organisation die dritte.

Stets brachten die Revolutionen auch eine Veränderung in Lebens- und Ernährungsgewohnheiten des Menschen mit sich. Es begann mit dem Feuer. Die menschliche Sprache entwickelte sich am Lagerfeuer. Fleisch stand plötzlich gut verdaulich zur Verfügung, das Gehirn vergrößerte sich durch die eiweißreiche Nahrung. Man lernte Werkzeuge zu gebrauchen. In dieser Ur-Revolution begann der Steinzeit-Mensch, um sein Feuer einen Herd und eine Hütte zu bauen. Plötzlich gab es Besitz und Feinde. Man begann Haustiere zu halten, vor der Hütte Gemüse und Getreide in geschütztem Umfeld anzubauen. Der Wolf nahm sich des Menschen an, indem er ihn domestizierte und zu seinem treuesten Begleiter und Hüter von Haus und Hof wurde, zum Hund.

Die ersten Arbeitsteilungen entstanden. Das blieb für eine sehr lange Zeit so, überdauerte die Antike und den Feudalismus. Dann brach die erste industrielle Revolution an: das Dampfzeitalter brachte mechanische Produktionsanlagen, man bekam einen festen Stundenplan, brauchte schnelle nahrhafte Mahlzeiten, die wenig Arbeit machten. Die Lebensmittel dafür mußten ebenfalls industriell erzeugt und verarbeitet werden. Noch heute kennen wir Libbys Fleischextrakt und die gute alte Erbswurst. Denaturierung durch Haltbarmachung, Kontaminierung durch Bleilot in Dosen, Mangel an Ballaststoffen und Vitalstoffen waren die Folge. Großmühlen verarbeiteten rund um die Uhr Getreide, die Keime und mit ihnen die Randschichten, die beide bei längerer Lagerung zum Ranzigwerden neigen, wurden ausgesiebt, feines Auszugsmehl war das Ergebnis. Damit aber begann

FLÜGEL HANDWERKERBEDARF GMBH
Hausmesse und Sonderverkauf
am 9. und 10. Oktober 2015
Profiwerkzeuge und mehr zum Sonderpreis
Freitag 14-18 Uhr, Samstag 9-18 Uhr
ständig Qualitätswerkzeuge zum absoluten Tiefstpreis.
◆ Werkzeuge
◆ Befestigungstechnik
◆ Eisenwaren
Werkzeuge für den Profi
Beedenkirchener Straße 55 • 64686 Lautertal Reichenbach
Telefon 06254-94 22 60 • Fax 94 22 63
www.fluegel-handwerkerbedarf.de

die Degeneration unseres Kauapparates. Karies, Zahnfehlstellungen, daraus folgende innere Erkrankungen des Stoffwechsels folgten.

Die zweite industrielle Revolution brachte die elektrifizierte Massenproduktion, und mit ihr auch die Massenproduktion von Lebensmitteln, die bereits seit der Vorstufe im Dampfzeitalter eigentlich nur noch Nahrungsmittel waren, denn ihnen fehlten die Vitalstoffe. Das wußte man allerdings damals noch nicht - die erste industrielle Revolution Ende des 18. Jahrhunderts und die zweite industrielle Revolution Anfang des 20. Jahrhunderts geschah noch weitgehend ohne tiefere Kenntnisse der Vorgänge im menschlichen Stoffwechsel. Da plötzlich nur noch 2% der Bevölkerung in der landwirtschaftlichen Lebensmittelproduktion tätig waren - in der Steinzeit waren es 98% aller Menschen! - mußten die Nahrungsmittel für sämtliche Menschen anderswo erzeugt werden. Massentierhaltungen und maschinengängige Monokulturen entstanden, mit ihren gesundheitsschädigenden Aspekten: Antibiotika, Spritzmitteln, Kunstdünger, Bodenverarmung. Die Folge: zahlreiche Resistenzen von Keimen gegen diese Mittel, die uns heute zu schaffen machen. Gleichzeitig saßen wir den lieben langen Tag in monotoner Körperhaltung, für freie Bewegung blieb zu wenig Zeit oder man war einfach zu müde dazu. Charakteristische Fehlhaltungen entstanden. Auch in der Freizeit bewegten wir uns nicht mehr: Besuche bei Verwandten oder Freunden wurden durch Telefongespräche ersetzt, und wenn wir schon aus dem Haus mußten, dann nur mit dem Auto.

Die dritte industrielle Revolution begann mit dem Internet. Jeder kennt das Bild vom Nerd, der vergraben in einem Berg leergefutterter Pizzakartons vor der vollgekrümelten Tastatur sitzt, umringt von zehn benutzten Kaffeetassen und viel zu süßer Tauringetränke. Der Rücken krumm, die Augen durch eine große Brille umrahmt, ist er weit weit weg vom realen im virtuellen Leben. Reste von Tiefkühlgerichten aus der Mikrowelle stehen in der winzigen Küchenzelle gleich neben dem WC. Weite Wege müssen nicht mehr sein, das Essen kommt zwar nicht aus dem Replikator, aber aus dem PC - www.weite Lieferdienste sorgen für alles. Genormte Nahrungsmittel, im besten Fall perfekt auf die körperlichen Bedürfnisse des Einzelnen zugeschnitten, meist aber viel zu fett, viel zu kohlehydratreich, viel zu eiweißreich - ganz gleich, Hauptsache zu viel von irgendetwas ist drin. Das muß sein, sonst gäbe es ja für die seit der Freßwelle der 1960er Jahre traditionelle Frühjahrsdiät keinen Grund. Doch nicht die virtuelle Welt des Computerzeitalters führt zur Gehirnerweichung, sondern viel direkter das was wir essen. Bereits 1968 postulierte der Hygieniker und Bakteriologe Prof. Dr. med. Werner Kollath, daß der

Fritz Bauer
Schreibwaren
Haushaltsartikel
Inh.: Petra Hartmann • Tel. 06254-678
Raidelbacher Str. 10 • 64686 L-Gadernheim

Vetter
Sanitär · Heizung · Spenglerei
Joachim Vetter • Auf der Insel 21 • Lautertal
Tel 06254-3282 • Mobil 0174-2018538

Mensch ein halbwertiges Leben im Zustand chronischer Krankheiten führe. Sein Körper müsse die meisten überlebenswichtigen Substanzen aus sich selbst, aus den eigenen Organen beziehen, weil diese in den denaturierten und extrahierten Nahrungsmitteln der Zivilisationsindustrie nicht ausreichend enthalten seien. Die Häufigkeit von Diabetes und Demenz geben ihm heute recht. Aber es gibt Widerstand: erste Konzepte von urban gardening, Selbstversorgung, slow food funktionieren seit einigen Jahren, zeigen Rückbesinnung auf das, was unsere Nahrung sein sollte: ein Lebensmittel.

Es folgt die vierte industrielle Revolution mitsmart factory und cyber-physischen Systemen. Eine Smartphone-App informiert die Krankenkasse über Ernährungsgewohnheiten und Freizeitverhalten, unser Kühlschrank bestellt eigenständig neue Norm-Nahrungs-Einheiten im Supermarkt, der das Bestellte automatisch liefert und vom Konto abbucht. Unser Smartphone fordert uns auch dazu auf, drei Stockwerke per Treppe zu erklimmen, einen Apfel zu essen und mehr zu schlafen. Unser Haus kann ganz alleine Raumklima, Beleuchtung und Rolläden steuern, das Auto saugt an der Steckdose und kleine elektrisch-elektronische Haustiere mähen den Rasen und putzen die Ecken. Wir gehen nicht mehr arbeiten, sondern verfolgen Projekte die wir - und uns - über crowdfunding finanzieren. Wie sieht wohl unsere Nahrung aus? Würfelförmige Eier (lassen sich besser stapeln), Preßvitamine aus dem Tablettenröhrchen, Energie aus unter die Haut gespritzten Depots, Medikamente für dies, gegen jenes. Dunkelgraue Zukunftsvision? Nein. Realität: beobachten Sie sich nur beim nächsten Einkauf. Wissen Sie wirklich, ob Ihr Einkauf genau die richtige Mischung zur gesunden Ernährung enthält? Sie brauchen nicht pro Woche über ein Kilo Fleisch: Sie sitzen am Schreibtisch und telefonieren, das ist etwas anderes als mit der Keule auf Mammutjagd zu gehen. Sie brauchen fünfmal am Tag etwas Frisches: Obst, Gemüse, Salat. Aber nicht als Smoothie oder aus der Tiefkühltruhe, sondern wirklich frisch, mit Dreck dran. Den spült man übrigens nicht mit Desinfektionsmittel ab, sondern mit Wasser. Es ist nichts anderes als das, woraus unsere Welt besteht! Wieviel Spaß macht Essen, wenn man es vorher aus der Erde buddelt, daran riecht, es wäscht und zubereitet: bevor es aufhört frisch zu sein, haben Sie es längst verschlungen, versprochen. Marieta Hiller

Kompost im Garten:

im Herbst ist die richtige Zeit, aus organischen Abfällen Kompost zu gewinnen. Die Abfälle werden lose aufgeschichtet und mit etwas fertigem Kompost gemischt, der die für die Zersetzung notwendigen Mikroorganismen enthält. Pro Kubikmeter Kompost kommen 10 kg Gesteinsmehl und 5 kg Algen- oder Hüttenkalk darunter. Gesteinsmehl verhindert die Geruchsbildung und reichert den Kompost mit Mineralien an. Kalk bindet bei der Um-setzung organische Säuren. Nach dem Aufsetzen erhitzt sich der Haufen im Inneren auf 50-60 Grad, so werden Krankheitserreger und Unkrautsamen abgetötet. Wenn der Haufen abkühlt, kann er umgeschichtet werden und mit Stroh abgedeckt. In der nächsten Saison kann man auch Kapuzinerkresse und Kürbis darauf pflanzen oder säen. Nach einem Jahr sollte der Haufen einen erdigen Geruch und krümelige, nicht faserige Struktur haben, dann ist er reif. Nach zwei Jahren kann er als wertvoller Humus- und Nährstofflieferant mit ein bis drei Kilogramm pro Quadratmeter im Garten verteilt werden. Kompost enthält wertvolle Nährstoffe, regt das Bodenleben an und fördert die Bodenfruchtbarkeit. Zudem sorgt er für Durchlüftung und speichert Wasser im Boden. Doch nicht nur der Garten profitiert, sondern auch die Umwelt. Organische Abfälle werden dem natürlichen Kreislauf zurückgeführt. Kompostieren kann man alle organischen Abfälle aus Garten und Haushalt. Grobe Materialien wie Baum- und Strauchschnitt müssen zuvor zerkleinert werden. Weitere Informationen: aid-Heft "Kompost im Garten", Bestell-Nr. 1104, Preis: 2,00 Euro *(Heike Kreutz, www.aid.de)*