

# stadtmagazin

## Lichtenfels

AUSGABE  
No. 43



# In Zukunft schön



Robert Hofmann GmbH



Stadtschloss



Frauengesundheit



# ENGEL & VÖLKERS



Finden Sie hier  
Ihr Wunschobjekt

## Die einen suchen Träume. Die anderen haben sie.

WIR BRINGEN BEIDE ZUSAMMEN.

## Bei uns finden Sie Traumimmobilien – und die passenden Käufer dazu

Ganz gleich, ob Sie ein neues Zuhause suchen oder für Ihre Immobilie den passenden Käufer:  
Vertrauen Sie gerade jetzt auf 45 Jahre fundierte Immobilienexpertise – mit einem weltweiten Netzwerk,  
das tagtäglich Verkäufer und Käufer zusammenbringt.

WIR BERATEN  
INDIVIDUELL

WIR BEWERTEN  
PRÄZISE

WIR VERMARKTEN  
GEZIELT

Vereinbaren Sie gerne einen persönlichen Beratungstermin oder eine kostenfreie Marktpreiseinschätzung –  
telefonisch, online oder in unserem Shop. Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen.

**LICHTENFELS**

+49(0)9571-16 78 78 0 | [Lichtenfels@engelvoelkers.com](mailto:Lichtenfels@engelvoelkers.com) | [engelvoelkers.com/coburg](https://engelvoelkers.com/coburg)  
EV-Oberfranken Immobilien oHG | Lizenzpartner der Engel & Völkers Residential GmbH | Ketschengasse 41 | 96450 Coburg | Immobilienmakler



## Liebe Lichtenfelserinnen und Lichtenfeler,

wo sind wir hier? Als Mensch, der vor Jahren nach Lichtenfels gezogen ist, kann ich Ihnen das von meiner Warte aus genau sagen: Wir leben in einer lohnenden Stadt. Sie ist schön, sie ist nicht so verschlafen und verträumt, wie viele glauben. Denn hinter dem, was an anderen Orten oftmals als pulsierend wahrgenommen wird, steckt nicht selten auch lediglich kaltes Business und Kalkül. Hier sind die Wege kurz, hier ist die Freundlichkeit herzlich und wenn man einen Kontakt knüpft, dann erinnert sich der Angesprochene auch wieder an einen selbst. Neulich war ich auf unserem Schützenfest und fand dort etwas vor, das mir reichlich symbolisch schien. Es war eine gut eingeschenkte Maß zu reellem Preis. So kommt mir Lichtenfels durchaus vor, als ein Ort, an dem es noch reell zugeht – man hilft sich gegenseitig, man geht nicht anonym in

der Masse unter und die Mieten sind auch bezahlbar. Womit wir bei der Wirtschaft wären. Als Consulter stelle ich fest, dass unsere Stadt noch vielfältige Entwicklungsmöglichkeiten besitzt. Hier, abseits von Marktsättigung, lohnt es, sich zu engagieren. Und so ein ganz klein bisschen kann man sich ja auch selbst zum Optimismus erziehen. Ich kenne jedenfalls Leute, bei denen hat das geklappt. Als überzeugter „Neu-Lichtenfelser“ wünsche ich Ihnen allen einen schönen Sommer und einen wunderbaren Frühherbst. Das Leben ist grundsätzlich das, was wir daraus machen. Machen wir also das Beste daraus. An einem Ort mit vielen erschwinglichen Kultur- und Freizeitangeboten sollte das gelingen.

Herzlichst, Ihr Markus Seubert



# Inhalt Themen und Rubriken



**12**  
Archiv der Zukunft



**28**  
DJK Lichtenfels



**22**  
Regionalladen Rübe



**06**  
Holzwerkstatt Gehringer

## Impressum Stadtmagazin Lichtenfels

Herausgeber: Stadtmarketing Lichtenfels e.V.  
Verantwortlich i.S.d.P.: Steffen Hofmann  
Redaktion: Markus Häggberg, Philip Herr, Marion Nikol  
Layout und Gestaltung: Agentur creativmarketing, Lichtenfels  
Druck: druckprofi. Babic e.K., Lichtenfels  
Ausgabe: Nr. 43, August 2023

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Nachdruck von Berichten und Fotos nur nach Genehmigung. Redaktion, Autoren und Verlag übernehmen keine Haftung für die Richtigkeit des Inhalts.

Bildnachweise: © creativmarketing, © Markus Häggberg, © Marion Nikol, © Adobe Stock / M. Schuppich, © Archiv der Zukunft,

Stadtmarketing Lichtenfels e.V., Ringgasse 4, 96215 Lichtenfels,  
Tel. 095 71-9489088, info@stadtmarketing-lichtenfels.de



**06/07 Unternehmensvorstellung:  
Holzwerkstatt Gehringer**

**08/09 Unternehmensvorstellung:  
Robert Hofmann GmbH**

**12/15 Archiv der Zukunft**

**16/17 Unser Erbe der Zisterzienser:  
Unterirdisch gut gebaut**

**18/19 Gesundheitstipp:  
Frauengesundheit**

**22/23 Rund um die Kreisstadt:  
Regionalladen Rübe**

**24/25 Unternehmensvorstellung:  
Simeoni**

**27 Bücherei-Tipp:  
Asterix der Gallier**

**28/29 Vereine stellen sich vor:  
DJK Lichtenfels**

**30/31 Unternehmensvorstellung:  
Kosmetik- und Nagelstudio Petra**

**32/33 Unsere Beweger:  
Kerstin Rank**

**34/35 Stadtschloss**

**36/37 Unternehmensvorstellung:  
Paborito**

**38/39 Unternehmensvorstellung:  
Lemone**



# In Tradition verwurzelt

**Vor der Firma steht ein roter VW-Bulli. „Man hat einen Kühlschrank und es ist bequem“, erklärt Johannes Gehringer einen Umstand, der mehr als einfach nur besonders ist. Man ist hier sortiert und akkurat, das aber auf ungewöhnliche Weise. Oder wie sagt derselbe Mann: „Wir können nicht mit Glamour und Glitzer anlocken, aber mit Authentizität.“ Blicke hinter das, was man glauben darf.**

Man macht kein großes Gewese hier, sondern arbeitet stattdessen lieber gerne. Auf der Webseite gibt es keinen Schnickschnack, keine Zeile zuviel darüber, ach wie großartig man doch ist. Doch sobald Zahlen sprechen, erzählen diese viel: sieben Mitarbeiter im Jahr 2011, als Johannes Gehringer die Firma vom Vater übernahm, 28 dagegen heute. Hier ist man nicht nur erfolgreich, hier fühlt man sich auch wohl. Und wer kommt, der bleibt auch. Fünf Azubis gibt es und Johannes Gehringer (32) sichert zu, dass jeder von ihnen, der den Ansprüchen genügt, Aufstiegschancen bekommt. Das Metier ist Holz, genauer gesagt: exklusive

Massivholzmöbel und hochwertige Wohnaccessoires. Noch genauer gesagt: für höchste Ansprüche an Material, Design, Funktionalität und Verarbeitungsqualität. Doch der größte Clou ist hier, dass nicht in Dimensionen à la „schneller und schneller mehr“ gedacht wird. Man will Bleibendes schaffen, weil die Dinge ihren Wert besitzen. Holz wird nicht als Massenware gesehen, sondern als Naturprodukt, dem als Achtung entgegenzubringen ist. Darum will die Holzwerkstatt Gehringer Möbel bauen, welche die Zeit überdauern, Freude bereiten und im Handwerker auch mal den Künstler wecken. Wie der 32-Jährige das erklärt, liefert er den Beweis per Fotografie. Zu sehen ist u.a. die Kanzel der St.-Jakobuskirche in Creußen. Um sie zu gestalten und ins Sakrale einzubetten, wandte sich der Architekt 2020 eigens an die Köpfer aus Klosterlangheim. Was ihnen gelang, ist ein handwerkliches Meisterstück, das Grenzen sprengte.

Schön, wenn man weiß, wo man herkommt. Hier aber weiß man mehr

und es dürfte nicht viele Familien geben, die zu sich über so viele Jahrhunderte Bescheid wissen. Denn: „Wir haben nachweislich als Wagner in Klosterlangheim angefangen. 1650 fertigten unsere Vorfahren schon Arbeitsgeräte für die Zisterzienser an.“ 373 Jahre und sieben Generationen später befindet sich die Holzwerkstatt noch immer an fast der gleichen Stelle wie einst. Die Welt hat sich weitergedreht und vieles ist vergangen. Aber hier baute man nicht auf Sand, sondern baute auf Holz. Schon Ende der 90er ging es unter Vater Hans in Richtung des ökologischen Möbelbaus. Damals war Johannes acht, neun Jahre alt. Sein Bruder Matthias, Mitgesellschafter, Partner und älter, war hingegen um die 20. Wie der jüngere Bruder davon erzählt, kommt der ältere ums Eck. Ein Tüftler, ein leidenschaftlicher Reparatuer von Maschinen, dessen Hobby „das Rumschrauben“ an Autos ist. Und dazu hat sein Bruder Johannes ein interessantes Erklärungsmodell: „Wer in damaliger Kindheit mit Lego-Technik gebaut hat, hat sich ein Grundverständnis erarbeitet.“ Ins

Heute übertragen heißt das, dass es in Matthias Gehringers Kopf durch sein Design-Verständnis keine Grenzen hinsichtlich einer Fünf-Achs-CNC-Technik gibt. Nun also steht Matthias Gehringer da, unterbreitet seinem Bruder kurz seine Idee zu einem Werkzeug samt Verfahren und geht wieder. Dabei wirkt er lächelnd-zufrieden und das kann nur eines bedeuten: Der Mann löst tatsächlich gerne Kniffligkeiten und freut sich über Lösungen. Doch es ist besonders, wie die beiden Brüder einst auf denselben Weg einschwenkten, auch wenn sie unterschiedlich sind. Matthias Gehringer ist nämlich Gestalter im





Johannes Gehringer bringt dem Rohstoff Holz Achtung entgegen.

Handwerk. Oder wie er sagt: „Das ist so eine Mischung aus Designstudium und Schreiner.“ Johannes hingegen trägt heute den Meistertitel im Schreinerhandwerk.

2011 setzten sich die beiden Brüder gemeinsam an einen Tisch und warfen ihr Können zusammen. Eigentlich wollte Johannes Gehringer Physikalische Technik studieren, weil er den Bau exklusiver Lautsprecher im Sinn hatte. Doch dann hat man sich gesagt, dass eine Sache „ganz oder gar nicht“ anpackt werden sollte, darum ging der Weg in den Möbelbau. Mitsamt Handwerkskammer und der Regierung von Oberfranken wurde daran getüftelt, wie sich eine Firmenerweiterung samt neuer Arbeitsplätze schaffen ließen und als das anlief, tat es das unter teils kuriosen Bedingungen. So wurde der Zuschnitt selbst gebaut, um das Kapital für die eigentlichen Investitionen zu schonen. Und während die Fertigung lief, wurden flankierend Umbauarbeiten vorgenommen. Selbst im Betriebsurlaub zog man an einem Strang und so ging es ans Umräumen. Einmal während dieser Zeit wurde Gehringers von außen sogar nahegelegt, die Firma zu verlagern. Die Antwort: „Wir sind hier zu verwurzelt.“

Kirsche, Buche, Eiche, Esche, Nussbaum aus Amerika und Schwarznuss aus Europa – die Hölzer sind vielfältig vorrätig und es ist

erfrischend zu hören, welche Wege hier beschritten werden, um an Holz zu gelangen. Da wäre diese Eiche, die „wir vor vier Jahren gekauft haben“ und die jüngst in Zettlitz gefällt wurde. Aus ihr werden im kommenden Jahr Tische gemacht. Auch sei man an Händler mit Sitz in Toronto angebunden. „Wir kaufen nur bei solchen, die wir kennen und schlagen Hölzer aus, die preislich zu günstig liegen“, heißt es mit Verweis auf „illegalen Einschlag“. Vor allem aber setzt man auf Reduzierung des Holzverschnitts durch sorgfältigstes Vorsortieren. An diesem Punkt angelangt, spricht nicht mehr nur der Geschäftsmann aus Johannes Gehringer, sondern der einstige Pfadfinder. Mehr noch: der einstige Pfadfinder, der zwecks Nachhaltigkeit gerne gute Second-Hand-Klamotten trägt. Er schätzt Dinge, die Zeiten überdauern und Trends überstehen, die eher Stil als Mode sind. Niemals, so der junge Mann, verwende man darum „aktuelle Designmerkmale, sonst ist das Möbel in fünf Jahren uncool und es hat nie die Chance, alt zu werden“. Gehringers wollen Bleibendes von Qualität schaffen, Möbel, an deren Schönheit und Funktionalität sich noch künftige Generationen erfreuen. Dafür gibt es einen Slogan: „Wir bauen die Antiquitäten der Zukunft.“ Und es gibt einen Selbstanspruch: „Wir werden nie etwas umsetzen, wozu wir nicht stehen (...) nur um einen Prozess abzuschließen.“ Mit

diesem Anspruch eroberten sich die Klosterlangheimer sogar Kunden in Neuseeland. Man ist originell und will es bleiben. Der VW-Bulli vor der Tür ist darum nicht einfach nur ein Oldie, er ist auch Ort für Mitarbeitergespräche. Sein Nummernschild lautet auf Lif und JM. Johannes Gehringer ist ein großer Fan von Jim Morrison.



Holzwerkstatt Gehringer GmbH  
 Lahmer Weg 1 | 96215 Lichtenfels  
 Telefon: 09576 / 9257-400  
[www.holz-tradition.com](http://www.holz-tradition.com)

Text: Markus Häggberg



# Wo die Schney in die Luft geht

**11 900 Meter. Das ist die übliche Flughöhe eines A 350 von Airbus. Der hebt zwar nicht von der Schney aus ab, aber ohne die Schney würde er nicht abheben. Der Grund: Die Robert Hofmann GmbH hat sich hier auch einen Namen in der Luft- und Raumfahrt gemacht. Geschichte aus einer Zukunftsbranche mit Können schon im Hier und Jetzt.**



Oliver Hofmann hält lächelnd inne. Der junge Mann und Geschäftsführer steht in der Lehrwerkstatt zu Füßen eines Modells des Superhelden Iron Man. Ein passendes Bild, verkörpert so ein Superheld doch durchaus den Menschheits Traum vom Fliegen. Von hier aus ist nur eine Halle weit entfernt, was Vertrauen ins Können bei Hofmann beweist. Die Rede ist vom „Decompression Grid“, einer technischen Entwicklung und einem Gitter zum Druckausgleich in der

Kabine, das als „sicherheitsrelevantes Bauteil“ bei Flugzeugen gilt. Dieses Bauteil ist unabdingbar für das Fracht-Ladetor von Passagiermaschinen, denn bei Beschädigung oder Verlust dieses Tores in entsprechender Höhe würde ein furchtbarer Unterdruck entstehen, der die Passagierkabinen in Mitleidenschaft zöge. Eine Horrorgeschichte. „Im

Falle eines Falles ermöglicht das Grid eine sichere Landung, weil der Flieger stabil bleibt“, erklärt Hofmann zu dem Bauteil, das als Gitter konzipiert ist, aber vielfältig zu berücksichtigende Raffinessen und für den Laien unsichtbare Details birgt.

Zu anderer Zeit und im Büro antwortet der mit diesen Details vertraute Lichtenfelser mit „teils-teils“ auf die Frage, ob man hier in der Schney auch an der Entwicklungsarbeit jener Grids beteiligt war und verweist auf den Unterschied zwischen den Wörtern Effektivität und Effizienz. Effektiv ist man, wenn man das Richtige tut, effizi-

ent hingegen, wenn man das Richtige auf die richtige Weise tut. Der Auftraggeber hat für die Richtigkeit seines Produkts die Ingenieure und Hofmann wiederum die Fähigkeit, deren Maßgaben auf ausgetüftelt richtige Weise umzusetzen und Weiteres zu berücksichtigen. „Wir haben kreative Leute und Möglichkeiten, Prototypen herzustellen“, versichert Hofmann und verweist auf Produktionsverfahren, die hier auf Hightech-Ebene Vorgänge wie eine Befräsung, Beschäu-

mung oder den Einsatz von Laser ermöglichen. Die entsprechenden „Werkzeuge“ dazu sind Spritzgusswerkzeuge, wiegen hier tonnenschwer und wer ihre Fähigkeiten in Tiefe verstehen will, muss Spezialist sein. Deshalb gehört hier zu Prozessentwicklungen bei Herstellungsverfahren nicht selten auch die Überlegung, wie sich so ein Werkzeug vielfältig gestalten lässt. Hinter allem, so Hofmann, stecken Bestrebungen, die im Dienst am Auftraggeber stehen und sich noch an einer weiteren Maßgabe orientieren: Nachhaltigkeit. Doch auch wenn man in der Schney gerne von Zukunftstechnologie spricht, so verdient diese Aussage eigentlich eine in die Vergangenheit weisende Korrektur, denn Hofmanns Zukunft führt auf 20-jähriger Spur ins Heute. Jahre, in denen man Firmen von Weltgeltung auf das eigene Können durch Leistung aufmerksam machte, Jahre, die Ideen sammeln ließen, die sich zum Standortvorteil verdichteten. Wie all das so in den Sinn kommt, taucht jenseits der Fensterscheibe und im Firmenhof der Urvater dieser Zukunft so zufällig wie leibhaftig auf. Ein Impuls ergreift den jungen Mann, er tritt an die Fensterscheibe und winkt freudig seinem 93-jährigen Opa Siegfried Hofmann zu. Ein Familienbetrieb ist man ja auch noch – 165 Mitarbeiter hin, 12 400 qm Produktionsfläche her.



Jetzt, wo Opa Siegfried zu sehen war, hält sich plötzlich auch eine Frage im Raum auf: Hätte man je gedacht, mal in eine solche Branche zu geraten? Oliver Hofmann denkt kurz nach und schmunzeln muss er auch. „Naja, wahrscheinlich so in diesem Umfang nicht. Mein Vater Robert war immer technikbegeistert und sagte sich wohl damals: Klar, Luftfahrt – warum nicht?“ Wie sich Sohn Oliver so in den freundlichen Optimismus seines





Oliver Hofmann an einem Ort, der zeigt, wie viel Hofmann in einem Auto stecken kann.



Was einfach aussieht, birgt Berechnungen und Präzision.

Vaters hineinversetzt, kommt ihm ein kleiner thematischer Umweg über die Lippen: „Wir machen Satellitengehäuse für geostationäre Einsätze in Kanada – es geht um Waldbrandbekämpfung.“ Das Thema Luft- und Raumfahrt ist offenkundig vielschichtig. Als Hofmann wieder auf die Grids zu sprechen kommt, tut er es auch mit Blick auf den Standort Schney. Denn es gibt noch einen Standort in China, aber nur in Lichtenfels „passieren die diffizilen Dinge“, versichert er. So ist wohl auch zu nennen, was über die Flugzeugbranche in Erfahrung zu bringen ist. Ungefähr 4.000 Teile unterschiedlicher Funktionsgrößen werden jährlich angefertigt und sie erwarten eine Zukunft im Airbus A 350. Diese Flieger werden renoviert oder auch mal umgebaut und nicht selten, so Hofmann, „wird die Renovierung selbst noch am Rollfeld vorgenommen“. Um für Um- und Einbauten gewappnet zu sein, hat sich auch Hofmann gewappnet. Denn Grid ist nicht gleich Grid. 178 Bauteilva-

rianten in sieben verschiedenen Lackierungen haben einen Grund: „Es gibt unterschiedlich variierende Sitzanordnungen in den Fliegern und das macht die unterschiedlichen Artikel und Bauteilgrößen notwendig.“ Ungeprüft verlässt hier kein Artikel die Produktion. Jedes der derzeit jährlich 4.000 Bauteile kommt auf einen Hightech-Prüfautomaten, der Punkt für Punkt alle Belastungen durchgeht, denen das Bauteil ausgesetzt ist. Eine der erklärten Hofmann-Zukunftsbranchen ist eindeutig die Luft- und Raumfahrt. „Minimum Europas Marktführer in Spritzgussteilen für die Luftfahrt“ sei man laut Oliver Hofmann ja schon. Doch die Zukunft hat hier schon Tradition. Dann fällt eine Tür zu. Es ist die des Besprechungsraums und sie tut es nicht in einem zufälligen oder langsamen Tempo, sondern vorgeschrieben zügig. Denn hier gelten dringend einzuhaltende Sicherheitsbestimmungen bezüglich Geheimhaltung. Aber das wäre eine weitere Geschichte.

Text: Markus Häggberg

**WARUM KOMMST DU EIGENTLICH NICHT ZU UNS?**

AUSGEZEICHNETER AUSBILDUNGSBETRIEB  
AZUBI-GEPRÜFT

2018 • 2019 • 2020 • 2021 • 2022 • 2023

Kontinuierlich gute Ausbildung

# HOFMANN

### Ausbildung:

- Kauffrau/-mann für Büromanagement
- Feinwerkmechaniker/-in
- Verfahrensmechaniker/-in
- Industriemechaniker/-in
- Mechatroniker/-in
- Fachinformatiker/ -in Anwendungsentwicklung
- Fachinformatiker/ -in Systemadministration

### Verbundstudium:

- Maschinenbau
- Kunststofftechnik
- BWL



Robert Hofmann GmbH | An der Zeil 6 | Lichtenfels | [www.hofmann-imm.de](http://www.hofmann-imm.de)







# Entspannt unterwegs mit der "Goldenen"

**Morgen  
kann kommen.**

**Wir machen den Weg frei.**

Mit unserer GoldCard den Urlaub genießen:

Die GoldCard bietet Ihnen attraktive Zusatzleistungen. Dabei verbindet sie die klassischen Leistungen einer Kreditkarte wie weltweites Bezahlen mit einem umfassenden Versicherungspaket. Das macht die Kreditkarte zum perfekten Reisebegleiter.



## Entspannt unterwegs mit der „Goldenen“

**Mit der Kreditkarte regeln Sie Finanzangelegenheiten bequem und bargeldlos. Sie können weltweit sicher zahlen – auch im Internet. Doch wo liegen eigentlich die Unterschiede zur girocard und was kann die Kreditkarte noch alles? Unser Teamleiter Digitaler Vertrieb Sebastian Stettner klärt auf!**

**Was sind denn nochmal die klassischen Funktionen einer Kreditkarte?**

**Sebastian Stettner:** Mit einer Kreditkarte können Kunden weltweit in Geschäften bezahlen. Allerdings wird der Betrag nicht sofort vom Konto abgebucht, sondern die Umsätze werden gesammelt und einmal im Monat in einer Summe vom Girokonto abgezogen. Das ist auch der größte Unterschied zur girocard. Hier werden die Beträge sofort dem Girokonto belastet. Nennenswert ist auch noch, dass die Kreditkarte eines der sichersten Zahlungsmittel, vor allem beim Einkaufen im Internet, ist. Die Sicherheit wird durch das Bezahverfahren 3D-Secure gewährleistet. Dadurch wird sichergestellt, dass immer nur der Karteninhaber Zahlungen auslösen kann. Zusätzlich bringt vor allem die

goldene Kreditkarte noch weitere Vorteile mit sich.

**Welche Vorteile sind das?**

**Sebastian Stettner:** Bei der sogenannten GoldCard sind viele Versicherungsleistungen inklusive. Ein Beispiel dafür ist die Reiserücktrittskostenversicherung, die im Krankheitsfall, wenn Kunden die Reise nicht antreten können, einspringt. Was hier auch ganz praktisch ist, dass man die Reise nicht mit der Kreditkarte bezahlt haben muss. Wichtig ist, dass man sie bei Buchung der Reise bereits besitzt. Außerdem ist noch eine Auslandsreise-Krankenversicherung dabei, falls man im Urlaub mal krank wird. Das hoffen wir natürlich nicht, aber im Falle des Falles ist man mit der GoldCard gut versichert. Auch sind noch eine Verkehrsmittel-Unfallversicherung, eine Reiseserviceversicherung und sogar ein Reise-Buchungsservice mit einer Rückvergütung von 7 Prozent der Kosten dabei.

**Ist das dann alles automatisch dabei oder muss ich die Versicherungen zusätzlich abschließen?**

**Sebastian Stettner:** Nein, das muss nicht extra abgeschlossen werden, die Leis-

tungen sind alle bei Abschluss der GoldCard mit dabei. Es kommen somit auch keine weiteren Kosten auf unsere Kunden zu.

**Was gibt es noch Wissenswertes zum Thema Kreditkarten?**

**Sebastian Stettner:** Man muss seine Kreditkarte nicht immer dabei haben, um damit bezahlen zu können. Ohne zusätzliche Kosten kann die Kreditkarte digitalisiert werden. Somit hat man sie immer im Handy verfügbar und kann komfortabel im Laden damit bezahlen.

**Woher bekomme ich so eine Kreditkarte?**

**Sebastian Stettner:** Die Kreditkarte kann ganz einfach im OnlineBanking oder bei Ihrem Berater beantragt werden. Mein persönlicher Tipp, wenn Sie bereits einen Urlaub gebucht haben und den Reise-Buchungsservice nicht mehr in Anspruch nehmen können: Nach dem Urlaub ist vor dem Urlaub!



Sebastian Stettner,  
Teamleiter Digitaler Vertrieb

# Das Geschenk zum Annehmen



Antwortgeber Stefan Mehl.

Das Archiv der Zukunft steht. Ein Millionenbau in Weidenoptik, auf dessen Scheiben sich allerlei Fragen auftun: Wie wird die Zukunft gut? Brauchen wir 2050 noch Autos? Wie findet man Erfindungen? Worauf bist du neugierig? Können Roboter träumen? Gearbeitet wird in dem Haus auch und das tut die R+G Beteiligungsgesellschaft. Ein Gespräch mit Geschäftsführer Stefan Mehl und Antworten auf vier Seiten.

**Wie wurde der Begriff „Archiv der Zukunft“ eigentlich geboren?**

S.M.: Als unser Magazin erstmalig erscheinen sollte – ich glaube das war 2018 –, da brauchte es einen Titel. Die Idee war, dass es so heißen sollte, wie das Gebäude. Da haben wir festgestellt, dass das Gebäude ja gar keinen Namen hat. Archiv der Zukunft wurde als Begriff von der Werbeagentur Herburg Weiland

ins Spiel gebracht. Tatsächlich archivieren wir hier digitale Visionen und können in der Zukunft überprüfen, was aus ihnen wurde.

**Sind diese Visionen identisch mit den Fragen, die auf den Scheiben stehen?**

S.M.: Das sind nur Beispiele und sie sollen die Passanten anregen, sich selber Fragen auszudenken.





### Wozu nur dieser Aufwand?

S.M.: Wir wollen die Leute zusammenbringen, wir wollen, dass sie sich austauschen und vernetzen, und ganz bewusst auch durch Anwesenheit. Solche, die im Internet nur in Blasen miteinander verkehren, gibt es schon genug. Hier aber ist ein Diskussionsforum.

### Könnte es also Bürgersinn erzeugen?

S.M.: Ja, ja, könnte es. Dafür ist es angelegt. Der Raum, der durch die Weiden aufgemacht wird, will einladen. Und es wird Veranstaltungen geben, in denen man über konkrete Ideen spricht.







#### **Ist Lichtenfels denn schon reif für so ein Haus?**

S.M.: Ja, sicher, ich meine schon.

#### **Architekt Peter Haimerl meinte mal, das Haus sei ein Geschenk an die Stadt ...**

S.M.: Ich würde mich freuen, wenn das Geschenk angenommen und als Einladung verstanden wird, die man annehmen oder ausschlagen kann.

#### **In Lichtenfels herrscht ja ein großes Interesse an den Baukosten – was sagen Sie dazu?**

S.M.: Ich teile dieses Interesse. Aber dadurch, dass keine Steuergelder verbaut wurden, komme ich mit dem Geheimnis klar.“

#### **Lenkt Sie die Architektur nicht vom Arbeiten ab?**

S.M.: Nö.

#### **Hat das Haus das Zeug zum städtischen Wahrzeichen?**

S.M.: Absolut. Nehmen wir den Eiffelturm, der war nach der Herstellung auch umstritten und jetzt tun die Pariser alles dafür, dass er noch 134 Jahre bleibt.

#### **Wie sieht's mit Blitzeinschlag aus?**

S.M.: Ein Blitzschutzexperte aus dem Ruhrgebiet hat ein Gutachten angefertigt und das besagt, dass sich die Weiden wie ein Faradayscher Käfig verhalten und ausreichend Erdung besteht. Wer sich bei Gewitter unter den Baum stellt, ist geschützt. Von wegen ‚Weiden sollst du meiden ...‘

#### **Und was ist mit Vogelschiss?**

S.M.: Die Oberfläche auf den Metallweiden ist sehr glatt und Krallen greifen nur schwer. Wenn ein Vogel sich hier nicht absetzen kann, kann er auch nichts absetzen. Was er beim Fliegen macht, ist natürlich eine andere Sache.





**Was gibt es zur Nachhaltigkeit und Umweltschutz zu sagen?**

S.M.: Das Haus wird mit Wärmepumpe beheizt und dass die Scheiben dreifach verglast sind, trägt zur Energieeffizienz bei.

**Man munkelt, es sei speziell für die Weiden eine Software entwickelt worden, um zu verhindern, dass diese miteinander kollidieren.**

S.M.: Tatsächlich hat ein Professor in Weimar ein Simulationsprogramm geschrieben, mit dem sich die Bewegungen der Äste simulieren ließen. Ergebnis: In der ursprünglichen Planung gab es noch Äste, die miteinander kollidierten, jetzt nicht mehr.

**Was wären Sie zu dem Bau immer schon gerne gefragt worden und wie lautete die Antwort?**

S.M.: Frage: Was passiert bei schwerem Orkan? Antwort: Da bewegen sich die langen Enden, die tatsächlich sieben Meter lang sind, einen Meter in alle Richtungen, ohne dass es zu Kollisionen kommt.



# Unterirdisch gut gebaut

Noch einmal Klosterlangheim, nun aber tiefer. Unterirdisch. Bernhard Christoph kennt eine Einstiegsstelle, die etwas abseits parallel zur Straße liegt. Ein Seil ist hier an einem Baum gebunden, damit man die wenigen Meter hinunter zum Tempelsgraben nicht ins Rutschen kommt. Hier liegt ein Einstieg zu einem Wunderwerk des Landkreises und er führt unter den Ort: in die Kanalisation. Sie bestand hier schon zu einer Zeit, als man anderswo den Unrat noch aus dem Fenster schüttete. Hier war man streckenweise schon weiter als in manch europäischer Metropole. Kaum zu glauben und Zisterzienser sei Dank.



Seit bald 40 Jahren forscht Bernhard Christoph zu diesem Ort und dem Orden der Zisterzienser. Viel von dem, was dieser Orden hier erbauen ließ, ist am Obermain ins kollektive Gedächtnis eingegangen. Selbst noch Bauwerke, die es nicht mehr gibt. Was dabei nie in den Blick gerät, ist das, was sich den Blicken tatsächlich entzieht. Fragt man Christoph, einen studierten Bauingenieur, wie lang das Kanalnetz ist, welches die Zisterzienser unterhalb ihres Klosters hinterlassen haben, beginnt er fast lustvoll aufzuzählen: 470 m des Hauptstollens hier und weitere dort, manche ganz woanders und alles in allem weitere 440 m. Ganz zu schweigen von dem, was Christoph für gut möglich hält: „Es ist gut denkbar, dass es noch verschüttete weitere Gänge gibt.“ Doch wie alt das älteste Teilstück dieser Kanalisation ist, „das wissen wir nicht“. Tatsächlich existiert wohl keine

Niederschrift zu derlei Dingen. Aber: „Wir müssen damit rechnen, dass ursprüngliche Kanäle schon im Mittelalter da waren.“

Der Einstieg ins Dunkel gelingt und bald bedeckt Wasser die Gummistiefel bis leicht über den Spann. Es fließt einem bei festem Untergrund entgegen. Bernhard Christoph geht voraus und verspricht, etwaige Spinnweben aus dem Weg zu räumen. „Es gibt keine Brunnengase“, weiß er zu beruhigen und so geht man voran, gegen das Wasser anschreitend. Bald und auf Höhe des Ökonomiehofs, spricht Christoph das Wort Talspinne aus. Eine Talspinne, so ist zu erfahren, ist gewissermaßen ein tiefergelegener Ort, an dem sich mehrere Zuläufe treffen. Die Zisterzienser bevorzugten solche Orte, ja, sie brachten eine Meisterschaft hervor, gerade sie zu nutzen und urbar zu machen. An solchen Orten ist mit Wasser zu rechnen und das will kanalisiert und in Wege geleitet werden. Man

geht voran, die Stirnlampen weisen den Weg. Es riecht nicht unangenehm hier unten und Ratten sind nirgends zu entdecken. Eine Erdkröte hat sich auf eine kleine Mauerfalte gelegt und man fragt sich, wie sie nur so hoch und treffsicher dorthin springen konnte. Sie lässt sich nicht aus der Ruhe bringen, selbst dann nicht, wenn man ihr im Lampenschein Gesellschaft leistet.

Der Kanalgang ist eng, er bietet keinen Platz für zwei Personen nebeneinander. Jetzt muss man auch noch für viele Meter gebückt gehen und einige Meter voraus ist ein Plätschern zu vernehmen. Was ist das? Christoph erklärt vergnügt, dass wir uns gerade direkt unterhalb des Brunnens an der Hauptstraße befinden. Das Wasser, das nun hier von oben in den Gang rieselt, stammt von ihm. Es ist nicht direkt eine Wasserwand, die hier gebildet wird, aber es rieselt einem über den Rücken, derweil man gebückt geht. Da muss man durch. Doch das Wasser







Bernhard Christoph erkundet mit Freude das Zisterziensische.

ist sauber und es gibt keinen Grund, sich zu ekeln. Aber eine Frage taucht auf: Wenn man jetzt unterhalb des Brunnens ist, dann ist man ja auch nah dran an der Straße. Und am Verkehr. Wie „haltbar“ sind die Kanalgänge hier also und haben sie im Laufe der Zeit nicht viel Ausbesserung erfahren? „Eigentlich nur durch moderne Straßen wegen der schwingenden Last, ansonsten halten die ewig und es gab nur kleine Ausbesserungen“, klärt Christoph auf. Aber wenn es zu Reparatur- und Ausbesserungsarbeiten kam, so geschahen diese vornehmlich in der wasserarmen Zeit und somit im Sommer. Sehr wahrscheinlich kam es dann auch dazu, dass ein Rückhaltebecken abgesperrt wurde, um Wasser zurückzuhalten. Die Zisterzienser, da ist sich Christoph sicher, haben mit Vorbedacht bauen lassen. Darum erzählt er auch von den „Rippen“ und unter solchen versteht man Gewölbeverstärkungen. Solche befinden sich im Umgriff des Ortes, an dem es einst das Weinfest gab. Es sind Orte, an denen in der Vorstellung der Zisterzienser baulich noch etwas passieren konnte. Bald nachdem wir unterhalb des Brunnens durchgegangen sind, gehen wir wieder aufrechter durch den Gang, bald darauf wiederum müssen

wir uns aber noch tiefer bücken. Irgendwann befindet man sich unter dem einstigen Brauhaus und hier wird der Kanalgang breiter. Es gibt für viele Meter sogar Passagen, da könnten glatt vier Männer nebeneinander stehen. Wer hat das alles nur je gemauert? „Die haben sich Baumeister besorgt“, klärt Christoph auf und nimmt dem Denken den Wind aus den Segeln, wonach die Mönche selbst gemauert hätten. Das haben sie vermutlich „bei den einfachen Sachen im Mittelalter schon“, aber nicht in diesen Stollen und Kanälen.

Die Hochzeit des Kanalbaus könnte mit der Hochzeit des Klosters selbst zusammenhängen. Wenn dem so war, muss man

von der Zeit nach dem Dreißigjährigen Krieg und somit von der zweiten Hälfte des 17. Jahrhunderts reden. Als das Kloster florierte, war mehr Bedarf nach Platz. In dieser Zeit entstand auch das Brauhaus. Aber das folgte etwas eigenen Regeln, denn aus der Leuchse bediente man sich beim Wasserbedarf natürlich nicht. Eine Brauerei braucht schließlich Frischwasser und solches gewann man aus einer nahen Quelle. Die lag in einem unweit gelegenen Wald und von dort wurden eigene Leitungen gelegt. Zehn Jahre bevor das Kloster 1802 durch einen Brand schweren Schaden nahm, gingen weitere Kanalbauarbeiten vonstatten. Es wurde ein Krankenhaus angebaut und dazu erfuhren Kanäle Veränderungen. Aber das bedeutet auch, dass sie schon vorher existierten. Vieles bleibt an diesem Ort im Dunkeln oder will noch ans Licht kommen. Nach eineinhalb Stunden wollte das auch die kleine Gruppe, die Christoph mit in die „Unterwelt“ nahm. Als wir ins Freie treten, steigt die verwunderung auf, dass für unterirdische Kanäle etwas gilt, was oberirdisch auch Gesetz ist: Rückwege dauern kürzer. Es war eine interessante Erfahrung und man hat sie sich schlimmer vorgestellt.

Text: Markus Häggberg



**Cistercian  
landscapes**  
connecting Europe

Weitere Informationen zum Projekt „Cisterscapes – Cistercian Landscapes connecting Europe“ finden Sie unter [www.cisterscapes.eu](http://www.cisterscapes.eu).



Mit einer HPV-Impfung lässt sich das Risiko bestimmter Krebserkrankungen senken.

**Frauen leben im Mittel länger als Männer, und zwar vier bis fünf Jahre. Die Gründe dafür sind vielfältig und noch nicht vollständig geklärt. Neben der Genetik und hormonellen Einflussfaktoren spielt auch die Tatsache eine Rolle, dass Frauen im Durchschnitt stärker auf eine gesunde Lebensweise achten und medizinische Vorsorgeuntersuchungen häufiger in Anspruch nehmen. Welche Untersuchungen besonders wichtig sind und worauf Frauen dabei alles achten sollten, weiß die Lichtenfelser Gynäkologin Dr. Anne Betz.**

Über 70.000 Frauen erkranken hierzulande jedes Jahr an Brustkrebs. Im Laufe ihres Lebens bekommt jede achte Frau in Deutschland die Diagnose ‚Mammakarzinom‘, sprich bösartiger Tumor der Brustdrüse. Die gute Nachricht aber ist: Seit Ende der 1990er Jahre gehen die Sterberaten kontinuierlich zurück. Verantwortlich dafür sind eine verbesserte Früherkennung sowie Fortschritte in der Therapie.

Bestens mit diesen Entwicklungen vertraut ist Dr. Anne Betz. Die Fachärztin

für Frauenheilkunde und Geburtshilfe komplettiert seit 2019 das Team des frauenärztlichen Zentrums Lichtenfels und verfügt neben Dr. Ute Kirchberger als einzige Medizinerin im Landkreis Lichtenfels über die Zulassung zur Durchführung einer Mammographie. „Die Früherkennung trägt dazu bei, dass wir Tumoren schon in einem frühen, noch gut behandelbaren Stadium erkennen können. Darüber hinaus haben sich die Therapiekonzepte stark verbessert.



Alle in Deutschland ansässigen Frauen im Alter zwischen 50 und 69 Jahren haben alle zwei Jahre Anspruch auf das Mammographie-Screening. Bei der Mammographie wird von jeder Brust eine Front- und Diagonalaufnahme hergestellt. Karin Kutschka kümmert sich hier um den reibungslosen Ablauf.

Ob strahlentherapeutisch, operativ oder medikamentös – die Behandlungsmöglichkeiten sind gezielter, individueller abgestimmt und teilweise weniger belastend als früher“, erklärt die Gynäkologin.

## Vorsorge-Angebote wahrnehmen

Allerdings ist es wichtig, dass Frauen das Vorsorge-Angebot auch annehmen. Das gesetzliche Früherkennungsprogramm bietet ab einem Alter von 30 Jahren die Möglichkeit einer jährlichen Tastuntersuchung beim Arzt. Frauen zwischen 50 und 69 Jahren werden im Rahmen des Mammographie-Screening-Programms alle zwei Jahre zu einer Röntgenuntersuchung der Brust eingeladen. In anderen Ländern liegt die Altersgrenze für das Screening tatsächlich tiefer, etwa in Österreich, wo Frauen bereits ab 45 dazu aufgerufen werden. „Auch in Deutschland ist die Ausweitung der Altersgrenze gerade wieder in der Diskussion“, sagt Dr. Anne Betz. „Dabei muss aber bedacht werden, dass hierfür mehr personelle Ressourcen notwendig sind, da natürlich auch mehr Frauen eine Mammographie-Untersuchung benötigen.“

Das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, lässt sich zwar nicht verhindern, aber verringern. „Alkohol, Rauchen und Übergewicht gehören zu den Risikofaktoren, weshalb ich jeder Frau rate, einen gesunden Lebensstil mit ausreichend Bewegung und guter Ernährung zu pflegen“, so die Frauenärztin. Darüber hinaus dürfe niemand Scheu haben, die eigene Brust hin und wieder selbst abzutasten,





da sich auf diese Weise das Gespür für den eigenen Körper verbessere. „Es kommt durchaus vor, dass junge Frauen eine Verhärtung in ihrer Brust ertastet haben, die sich dann als Mammakarzinom erwiesen hat“, so Dr. Anne Betz, die auch schon Fälle erlebt hat, bei denen Männer eine solche Entdeckung bei ihrer Frau gemacht haben.

### Bestens gewappnet gegen HPV-Viren



Mit einer HPV-Impfung lässt sich das Risiko bestimmter Krebserkrankungen senken.

Krebs konkret vorbeugen lässt sich wiederum mit einer Impfung gegen Humane Papillomviren (HPV), die sowohl Gebärmutterhalskrebs als auch weitere Krebserkrankungen im Mund- und Rachenraum, im Darmausgang und im männlichen Genitalbereich auslösen können. Frauen und Männer sind also gleichermaßen betroffen, weshalb die Ständige Impfkommission (STIKO) eine HPV-Impfung sowohl für Mädchen als auch für Jungen im Alter von 9 bis 18 Jahren empfiehlt. „Die Impfung macht auf jeden Fall Sinn, bestenfalls vor dem 15. Lebensjahr, da dann nur zwei statt drei Impfungen nötig sind. Unser Immunsystem funktioniert schlichtweg besser, je jünger wir sind“, erklärt Dr. Anne Betz.

Auch im Rahmen der gesetzlichen Vorsorgeuntersuchungen ist der Stellenwert der HPV-Viren in jüngster Zeit gestiegen. Ab einem Alter von 35 Jahren wird bei Frauen alle drei Jahre ein HPV-Test durchgeführt. Selbst bei einem unauffälligem PAP-Abstrich, aber positivem HPV-Befund wird der Test bereits nach 12 Monaten wiederholt. Sollte dieser erneut positiv ausfallen, folgt zur weiteren Klärung eine genauere Untersuchung des Gebärmutterhalses mit Hilfe eines speziellen Mikroskops. „Man merkt deutlich, dass sich die Beobachtung in diesem Bereich intensiviert hat. Zudem

können durch verbesserte Testverfahren HPV-Infektionen mittlerweile auf einfacherem Wege ermittelt werden“, so die Expertin.

### Auf Nummer sicher gehen

Wenn es um die gynäkologische Krebsvorsorge geht, sind und bleiben regelmäßige Abstriche also das Mittel der Wahl: „Am besten ab dem 20. Lebensjahr bis man nicht mehr laufen kann“, bringt es die Medizinerin auf den Punkt. Ergänzt wird das Ganze um jährliche Stuhlproben ab dem 50. Lebensjahr, die zur Früherkennung von Darmkrebs beitragen – mit jährlich über 20.000 Neuerkrankungen bei Frauen und über 30.000 Neuerkrankungen bei Männern übrigens die zweithäufigste Krebsart in Deutschland. „Ab 55 sollten Frauen das Angebot einer kostenlosen Darmspiegelung beim Internisten wahrnehmen, um auf Nummer Sicher zu gehen“, betont Dr. Anne Betz.

Zu guter Letzt darf beim weiten Feld der Frauengesundheit auch das Thema Geschlechtskrankheiten nicht vergessen werden. Weitverbreitet sind zum Beispiel Chlamydien, Herpes und Feigwarzen. Aber auch Tripper und Syphilis kommen heute wieder häufiger vor. Kondome senken das Risiko, schützen aber nicht vollständig. „Erfreulicherweise sind die genannten Krankheiten heutzutage gut behandelbar. Ein Check-Up auf unentdeckte Infektionen macht sowohl für Frauen als auch für Männer Sinn, wenn diese sexuell sehr aktiv sind. Wenn etwas festgestellt wird, sollte der Partner oder die Partnerin unbedingt informiert werden, damit auch hier eine Behandlung erfolgen kann“, so die Gynäkologin abschließend.



Die rosa Schleife ist ein Symbol der Solidarität mit an Brustkrebs erkrankten Frauen.

### Gynäkologische Vorsorge im Überblick

#### Ab 20:

Jährlicher Besuch beim Gynäkologen inklusive Abstrich von Muttermund und Gebärmutterhals. Auch eine HPV-Impfung kann noch vorgenommen werden und wird vereinzelt bis zum 26. Lebensjahr von den Krankenkassen übernommen.

#### Ab 30:

Brustkrebsvorsorge im Rahmen der jährlichen gynäkologischen Untersuchung. Der Arzt/die Ärztin sucht bei einer Tastuntersuchung nach Knoten, Verhärtungen oder vergrößerten Lymphknoten.

#### Ab 50:

Alle zwei Jahre Mammographie zur Früherkennung von Gewebeeränderungen in der Brust. Vor dem 50. Lebensjahr besteht dann Anspruch auf die Untersuchung, wenn Verdacht auf Brustkrebs besteht. Darüber hinaus besteht jährlicher Anspruch auf eine Untersuchung des Dickdarms mittels Stuhlprobe, die auf verborgenes Blut getestet wird. Ab 55 ist eine Darmspiegelung sinnvoll, die durch einen Internisten/Gastroenterologen durchgeführt wird.



Pabstenweg 7  
96215 Lichtenfels  
Telefon: 09571 / 1777  
[www.frauenaerztliches-zentrum-lichtenfels.de](http://www.frauenaerztliches-zentrum-lichtenfels.de)

Text: Marion Nikol

# VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS IN L

## August

Noch bis 13. August | **Stadtschloss**  
**Sonderausstellung 20/23**

Die diesjährigen AbsolventInnen der Berufsfachschule für Flechtwerkgestaltung in Lichtenfels präsentieren die Arbeiten aus ihrer Abschlussprüfung. Öffnungszeiten: Donnerstag und Sonntag von 14.00 bis 17.00 Uhr.

7. August | 8.00 bis 16.00 Uhr | **Innenstadt**  
**Krammarkt**

11. August | 19.00 Uhr | **Cafe Moritz**  
**Musiksommer mit der Groove Band**

18. August | 19.00 Uhr | **Cafe Moritz**  
**Musiksommer mit mit Dav n More**

24. August bis 10. September | **Stadtschloss**  
**Sonderausstellung ABGELEGT!**



Genisa-Projekt mit Funden aus Lichtenfels und weiteren fränkischen Synagogen. Vernissage am 23. August um 19.00 Uhr. Öffnungszeiten: Donnerstag und Sonntag von 14.00 bis 17.00 Uhr, Abendöffnung am 31. August bis 21.00 Uhr mit Themenführungen um 17.30 Uhr und 19.00 Uhr.

24. August | 19.00 Uhr | **Cafe Moritz**  
**Musiksommer mit den Orange Shakers**

24. August | 19.30 Uhr | **Stadtschlossgarten**  
**Fränkischen Theatersommer:**  
**Zwei Waagerecht**

Eine ungewöhnliche Liebesromanze von Jerry Mayer. Eintrittskarten sind über den Fränkischen Theatersommer und die Tourist-Information Lichtenfels, Bamberger Str. 3a, Tel. 09571/795-101 erhältlich.



25. bis 27. August | **Marktplatz**  
**Lichtenfelser Kinosommer**

Auch in diesem Jahr dürfen sich Filmfreunde wieder auf ein Kinoerlebnis unter freiem Himmel freuen. Auf dem Marktplatz werden unter freiem Himmel drei Kino-Highlights auf der über 25qm großen Leinwand vorgeführt.



Eintritt frei! Einlass ab 19.00 Uhr. Filmbeginn mit Sonnenuntergang.

Freitag, 25. August: Der Räuber Hotzenplotz

Samstag, 26. August: Elvis

Sonntag, 27. August: Der Nachname

[www.fraenkischerkinosommer.de](http://www.fraenkischerkinosommer.de)

## September

1. September | 19.00 Uhr | **Cafe Moritz**  
**Musiksommer mit Wrapping Papers**

4. September | 8.00 bis 16.00 Uhr | **Innenstadt**  
**Krammarkt**

8./9./10./21./22./23 September | 19.00 Uhr  
(10. Sept. 18.30 Uhr) | **Maintalhalle Reundorf**  
**Maapiraten, Theatergruppe Lach a moll**  
**1, 2, 3... Oberkörper frei**

Vorverkauf in der Tourist-Information Lichtenfels.

14. September bis 15. Oktober | **Stadtschloss**  
**Sonderausstellung**

**„Rooted“ - Norwegische Volksflechtkunst**  
Die Korbmarkt-Ausstellung: Von der Wurzel bis zum Korb - eine Hommage an die Kreativität und das Wissen um die Materialien, die Hege Iren Aasdal von ihren Vorfahren geerbt hat. Vernissage am 14. September um 17.30 Uhr. Öffnungszeiten: Donnerstag und Sonntag 14.00 bis 17.00 Uhr. Am Korbmarkt: Freitag 18.00 bis 22.00 Uhr, Samstag 10.00 bis 22.00 Uhr, Sonntag 10.00 bis 19.00 Uhr.



Alle Termine auch online unter [www.fraenkischerkinosommer.de](http://www.fraenkischerkinosommer.de)



15. bis 17. September | **Innenstadt**  
**Korbmarkt - Flechtkulturfestival**

Flechtkultur erleben! Flechthandwerker aus ganz Europa zeigen wo aktuell die Qualitätsstandards für gutes Flechtwerk liegen. Am Abend sorgen Musik- und Showauftritte für Unterhaltung. Ein Highlight wird wieder ein Flechtkunstprojekt auf der Wiese vor der Stadtpfarrkirche sein. Darüber hinaus sind Flechtkunstausstellungen im Stadtschloss, Workshops, Flechtkurse, ein Kurzfilm-Festival und weitere flechtkulturelle Highlights und Programmpunkte geplant. Am Freitagabend steigt der Auftakt zum Korbmarkt mit dem traditionellen Einzug der Marktteilnehmer. [www.korbmarkt.de](http://www.korbmarkt.de)



17. September | **Innenstadt**  
**Verkaufsoffener Sonntag**

30. September | 20.00 Uhr | **Stadthalle**  
**Blind Guardian - The God Machine**

## Oktober

2. Oktober | 8.00 bis 16.00 Uhr | **Innenstadt**  
**Krammarkt**

7. Oktober | 11.00 bis 17.00 Uhr | **Innenstadt**  
**Herbstmarkt**

Der Lichtenfelser Stadtmarketingverein lädt beim traditionellen Herbst- und Kunsthandwerkermarkt zum Bummeln in die Innenstadt ein. Die Stadtbücherei hat von 11.00 bis 17.00 Uhr geöffnet. Dazu findet vor der Bücherei von 11.00 bis 16.00 Uhr ein Buchflohmarkt statt.

15. Oktober | 17.00 Uhr | **Ehemalige Synagoge**  
**Weltklassik am Klavier: Mari Ichihashi**  
**Mozart, Beethoven, Schumann**

Eintritt: Erwachsene 30.- €, Studenten 15.- €, Jugend (bis 18) Eintritt frei. Reservierung: Tel. 0151/12585527, [info@weltklassik.de](mailto:info@weltklassik.de), [www.weltklassik.de](http://www.weltklassik.de), Tourist-Information Lichtenfels, Tel. 09571/795-101.

19. Oktober bis 19. November | **Stadtschloss**  
**Sonderausstellung 5. Weltfestival der**  
**Korbweide und Flechtkultur**

Wir blicken zurück in den August 2023 und lassen nochmals unsere Eindrücke, Geschichten und bewegte Momente aufleben, die wir in Posnan (Polen) bei diesem bedeutenden Festival sammelten. Öffnungszeiten: Donnerstag und Sonntag von 14.00 bis 17.00 Uhr.



19. Oktober | 19.30 Uhr | **Ehemalige Synagoge**  
**CHW-Vortrag: Das Eisenbahnbetriebsamt**  
**Lichtenfels 1891-1986**

## November

3. bis 5. November | **Innenstadt**  
**Marktschreier-Wochenende**

5. November | **Innenstadt**  
**Verkaufsoffener Sonntag**

6. November | 8.00 bis 16.00 Uhr | **Innenstadt**  
**Krammarkt**

12. November | 17.00 Uhr | **Ehemalige Synagoge**  
**Weltklassik am Klavier: Katie Mahan**  
**Mozart und Liszt**

Eintritt: Erwachsene 30.- €, Studenten 15.- €, Jugend (bis 18) Eintritt frei. Reservierung: Tel. 0151/12585527, [info@weltklassik.de](mailto:info@weltklassik.de), [www.weltklassik.de](http://www.weltklassik.de), Tourist-Information Lichtenfels, Tel. 09571/795-101.

16. November | 19.30 Uhr | **Ehemalige Synagoge**  
**CHW-Vortrag: Die Ludwig-Süd-Nord-Bahn**

23. November bis 17. Dezember | **Stadtschloss**  
**Sonderausstellung**  
**Immaterielles Kulturerbe Flecht Handwerk**

Seit Dezember 2016 ist das Flecht Handwerk in das bundesweite Verzeichnis des Immateriellen Kulturerbes aufgenommen worden. Der Bundesinnungsverband erzählt, was dahintersteckt und was es für die Zukunft des Flecht Handwerks bedeutet. Öffnungszeiten: Donnerstag und Sonntag von 14.00 bis 17.00 Uhr.

1. bis 23. Dezember | **Innenstadt**  
**Weihnachtsmarkt und Märchenwald**



## Heile Welt verpackungsarm

Schön ist es hier. Auf originelle Weise. Doch was Simon und Susanne Rübesam auf die Beine gestellt haben, lässt sich nicht nur sehen, sondern auch schmecken. Das Ehepaar betreibt nebenbei einen Laden, der Bekenntnis zu heimatlichen Produkten ist. Oder anders ausgedrückt: Gesundes verpackungsarm.

Wenn es gegen Wochenende geht, treten hier durch die schöne alte Holztür mit dem Glasfenster die Kunden ein. Sie tun es zwischen Donnerstag und Samstag an der Adresse Kronacher Tor 1. Hier, am Kirchplatz und so ziemlich am höchsten Ort von Burgkunstadt, ist man in so

etwas wie der guten alten Zeit gelandet, hier wird einem vor Augen geführt, wie reichhaltig bei uns die Gaben der Natur sind und wie viele nette Menschen es hier gibt, die Nüsse und Obst ernten, Gemüse anbauen, Seifen herstellen oder auch mal Schnäpse brennen. Links an der Tür steht eine Bank, von der aus man auf die Zeigerwaage bei der Kasse blicken kann, hinten rechts steht eine Quetsche, mit der sich Getreide in Haferflocken wandeln lässt, entlang einer Wand findet sich ein Regal, in welchem Wurst im Glas mit Schraubverschluss steht, oberhalb der frischen Eier und unweit der Marmeladen und Chutneys. Und über allem liegt so ein warmes Licht

und spätestens hier beschleicht einen die Vermutung, dass man außer freundlichen Begegnungen, gesunder Kost aus Nachbars Garten und einem guten Buch so viel mehr im Leben gar nicht braucht. Seit Dezember 2021 gibt es diesen Laden und er verströmt eine Aura. Doch an seinem Anfang stand auch eine gewisse Skepsis. Susanne Rübesam weiß zu erzählen.

Den Tag, an dem man von dem Ladenauftrag den Schwiegerleuten berichtete, hat die junge Frau noch gut in Erinnerung. Vor allem die Reaktionen. „Sie waren eher skeptisch, sie sagten, das wäre schon cool, aber meint ihr, das

rechnet sich?“ Wie sich Rübesam, die Friseurin ist und dazu im selben Haus arbeitet, das alles so Revue passieren lässt, sitzt sie am Tisch eines Nebenraums. Ein grüner Luftballon ist hier an ein Stuhlbein gebunden. Erinnerung an den jüngsten Kindergeburtstag. Über dem Kopf der jungen Frau befindet sich die wohl originellste denkbare Lampe, die daraus besteht, dass Tischlampen in Reihe und über Kopf an der Decke hängen. Unweit von ihr steht eine herrlich alte metallene



Das Gesunde aus Nachbars Garten steht bei ihnen im Regal: Simon und Susanne Rübesam.





Etagere mit guten Äpfeln auf dem Tisch. „Darum, dass es sich vorrangig zu rechnen hat, ging es uns nie. Wir haben den Laden nicht mit dem Grundgedanken einer Gewinnerzielung“, führt Susanne Rübesam aus und betont noch etwas: „Es soll aber auch kein Drauflegegeschäft sein.“ Klarer Fall: an diesem Tisch hat Enthusiasmus Platz genommen. Dann berichtet die Betreiberin davon, wie Leute hier ihre Wocheneinkäufe machen. Dazu zählen Brot, Eier, Käse, Wurst und all das, was sonst noch ziemlich gemütlich klingt. So wie das Bier der Burgkunstadter Kommunbrauerei. Doch neben den Grundnahrungsmitteln finden sich hier eben auch so Schmankerl wie Walnuss-Bolognese, entdeckenswerte Marmeladen oder Suppen im Glas. Dann kommt das Thema Mut auf und man merkt, dass hier ein Mensch spricht, der wohlkalkuliert kurzentschlossen sein kann: „Wir hatten ja nix zu verlieren, wenn es nicht läuft, machen wir halt wieder zu. Aber wir wollten es versuchen, damit wir nicht irgendwann mal dastehen und sagen, hätten wir es doch nur probiert.“

Wachwechsel. Der Ehemann kommt von der Arbeit und betritt den Raum. Das Ehepaar begrüßt sich und Susanne Rübesam verabschiedet sich. Sie hat noch Termine. Jetzt sitzt Simon Rübesam mit

seinen Erinnerungen unter der Lampe. Der Mann, der im Produktmanagement tätig ist, fährt, das ist so seine Art, einmal pro Woche zwecks Beruf mit dem Fahrrad nach Kulmbach und zurück. Sportlich. Als sie hier um 2015 das Haus renovierten, erklärt er, hätte sich die Ideen zu einem Regionalladen verdichtet. Man selbst achte ja auch darauf, gesund, regional und verpackungsarm einzukaufen und diese Philosophie habe man teilen wollen. Ursprünglich war in dem Haus mal eine Bäckerei untergebracht und ihr Interieur wurde dann von einem Tätowierer übernommen. Es galt also, vieles zu spachteln, abzuschleifen, mit der Ziehklänge zu bearbeiten und was es an Handwerklichem noch so gibt. Man wollte Altes erhalten, weil alte Dinge schön sind und ihre Nutzung eine Verbeugung vor der Nachhaltigkeit darstellen. So kam man an den Tresen mit den eingelegten Fliesen, so auch an die Betonung des Fachwerks und an die Regale nebst Kommoden mit Schubert, die fast apothekenhaft wirken. Aber wie kam man an die Lieferanten, an die Menschen, die man Direktvermarkter nennt? „Wir haben im Vorfeld rumgeschaut und waren in dem Sommer, bevor es losging, auf vielen Direkterzeuger-Messen in der Gegend. Und wir haben auch einige Freunde, die in der Landwirtschaft arbei-

ten und die kennen ja auch wieder Leute, die selbst anbauen.“ Über die sozialen Medien wurden Infos gestreut, wonach man Waren beziehen möchte. Das fing dann schon so um 2020 an. Monatelang ist man auf Produktsuche gegangen und so kam man an Eier aus Ebern, an Brot aus Kaspauer, an Marmeladen aus Breitengüßbach oder an Tomatenerzeugnissen aus Grundfeld. Man steht im Laden, kümmert sich um das Kaufmännische und die Produktverwaltung, und ansonsten ist es so, dass die jeweiligen Schwiegerleute auch helfen. Das tun sie beim Verkauf, machen Fahrdienste oder kümmern sich um die Kinder. Und zu einem Plausch im Laden sind sie auch aufgelegt. Schon längst sind sie selbst begeistert von dem Projekt „Rübe“ und frei von Skepsis. Der kleine Laden hat Standards gesetzt: Regionalität, Nachhaltigkeit und weniger unnötige Verpackung. Pläne für die Zukunft gibt es auch schon und sie klingen nach Wohlgeruch und Duft. Man überlegt hier nämlich, ob Eintöpfe nicht wieder etwas mehr in Mode kommen sollten. Eine Zweitküche ist dafür in Planung.

Text: Markus Häggberg



Kronacher Tor 1  
96224 Burgkunstadt  
Tel: 09572 / 6395934  
[www.ruebe-regionalladen.de](http://www.ruebe-regionalladen.de)

# Zurück zur Natur

In Zeiten von Smartphones und Streamingdiensten liegt die Vermutung nahe, dass wir den Bezug zur Natur und damit auch die Verbindung zu uns selbst zunehmend verlieren. Technik und Digitalisierung nehmen mittlerweile so viel Raum ein, dass für Naturerfahrungen kaum noch Platz bleibt. Einen Gegenentwurf dazu halten Sabine und Christian Simeoni aus Reundorf parat: Sie bieten mit ihrer Wildnisschule sowohl Kindern als auch Erwachsenen die Gelegenheit, die Beziehung zur Natur mittels Workshops und Seminaren wiederherzustellen und nachhaltig zu vertiefen.

Zurück zur Natur – wie das geht, weiß Sabine Simeoni. Sie ist Wald- und Wildnispädagogin, Naturmentorin, Yogalehrerin, Autorin und ausgebildet in traditioneller Phytotherapie.



Wer Zeit in der Natur verbringt, kann nicht nur Stress abbauen, sondern auch das Risiko für körperliche und psychische Gesundheitsstörungen reduzieren. Gerade bei Kindern wirkt sich die Erkundung einer vielfältigen und naturnahen Umwelt positiv auf die mentale Entwicklung aus, weil dadurch sowohl die Kreativität als auch die Eigenverantwortlichkeit gestärkt werden. Als Wildnispädagogin weiß Sabine Simeoni schon lange um diese Vorteile und hat es sich zur Herzensaufgabe gemacht, junge Menschen für Naturerfahrungen zu begeistern und sie als Naturmentorin beim Erforschen und Entdecken zu begleiten.

## Die Natur mit allen Sinnen erkunden

Eine Methode, um Kinder auf kreative Weise näher an die Natur heranzuführen, ist das sogenannte Nature Journaling. Dabei geht es darum, sich mit einem Notizbuch in die Natur zu begeben und die eigenen Beobachtungen, Eindrücke und Entdeckungen festzuhalten, zum Beispiel mit Buntstiften, Kreiden oder auch Aquarellfarben. „Ein Natur-Tagebuch ist eine wunderbare Naturverbindungsroutine, bei der sich Kinder und Jugendliche künstlerisch mit Pflanzen und Tieren auseinandersetzen und dadurch ihre Wahrnehmung für die unmittelbare Umgebung schärfen“, erklärt Sabine Simeoni.

Ob Baumrinde, Bärlauch, Käfer oder Steinpilz – beim Nature Journaling darf die Natur mit allen Sinnen erkundet werden, wie die Wald- und Wildnispädagogin weiter erläutert: „Anfassen, Ertasten, Hören und Riechen sind genauso wichtig wie das Malen und Aufschreiben. Wenn aus einem Fundstück auf diese Weise etwas Künstlerisches entsteht, sind die Kinder sehr stolz und erleben eine besondere Art der Selbstwirksamkeit.“ Das hat die Expertin sowohl bei ihrer sechsjährigen Enkelin als auch bei den Kindergruppen beobachtet, die sie im Laufe ihres beruflichen Wirkens beim Naturmentoring bereits betreut hat und bald auch wieder begleiten wird. Denn ab Herbst wird es wieder ein Kunstwerkstatt-Angebot für Kinder in Gruppen mit bis zu 10 Teilnehmern geben.

## Weitergabe von Wissen

Um die Vorzüge des Nature Journaling einer breiten Öffentlichkeit ans Herz legen und möglichst viele Menschen dafür begeistern zu können, arbeitet Sabine Simeoni gerade an einem entsprechenden Buch, das im Frühjahr 2024 im AT Verlag erscheinen wird. Damit schließt sie zwar thematisch an ihre ersten beiden Werke „Wildes Naturhandwerk“ und „Mit der Natur verbunden“ an, legt den Fokus diesmal aber auf „Nature Art“ speziell für Kinder, also die spielerisch-kreative

Naturverbindung mittels Stift und Papier.

Die Natur nicht als Kulisse zu sehen, sondern sich selbst als Teil der Natur zu erfahren – genau das ist die Philosophie der Autorin, die ihren reichen Erfahrungs- und Wissensschatz in den Bereichen Handwerk, Kräuterwissen und naturnaher Lebensgestaltung auch Erwachsenen näherbringt. Hierzu bietet sie Kräuterwanderungen, Naturgänge sowie eine Jahresbegleitung an. Letztere beinhaltet Kernroutinen sowie handwerkliche Dinge und eignet sich vor allem für jene Menschen, die auf der Suche nach sich selbst sind. „Viele Frauen und Männer, die ich betreue, spüren, dass sie zwar viel im Leben machen, ihnen aber immer noch die Essenz fehlt. Sie haben Sehnsucht, zu sich selbst zu finden und eine Antwort auf die Frage zu finden, was sie selbst und die eigene Seele im Leben wirklich wollen.“

## Archaisches Naturhandwerk

Optimal ergänzt wird die Wildnisschule Simeoni durch das Wirken von Christian Simeoni, der sich dem Naturhandwerk verschrieben hat. Dazu gehören beispielsweise Workshops für das Gerben von Leder oder Wildnis-Bogenbaukurse. Letztere finden als Wildnis Camps zu festen Terminen statt und vermitteln neben Fertigkeiten zum Bau eines Holzbogens zusätzlich Survival Techniken wie Feuerbohren oder Wasseraufbereitung am Lagerfeuer. „Dabei geht es allerdings nicht um Survival Training wie man es aus dem Fernsehen kennt. Vielmehr wollen wir Fertigkeiten vermitteln, die uns wieder auf altes Wissen, ursprüngliche Lebensweisen und letztendlich auf uns selbst rückbesinnen“, betont Christian Simeoni.



In ihren Büchern vermittelt Sabine Simeoni reichlich Wissen, Inspiration und Anleitung für eine engere Verbindung zur Natur.





Beim Nature Journaling halten Kinder ihre Beobachtungen künstlerisch fest und befassen sich intensiv mit der Natur.



Christian Simeoni hat sich dem Naturhandwerk verschrieben und gibt unter anderem Bogenbaukurse im traditionellen Holzbogenbau.

Einen geeigneten Platz für ihre Wildnisschule haben die Simeonis im Raum Bad Staffelstein gefunden: Ein Wiesengrundstück in Uetzing dient als zentraler Dreh- und Angelpunkt für Workshops, Seminare und Naturbegegnungen. Abgesehen davon sind sie aber auch in der digitalen Sphäre präsent: Sabine Simeoni gibt über ihren Instagram-Kanal regelmäßig inspirierende Einblicke in ihr Naturhandwerk und versorgt ihre über 2.800 Follower mit hilfreichen Anregungen und Tipps, zum Beispiel für die Zubereitung von Kräutertinkturen.



### Sommerlicher Rezept-Tipp LINDENBLÜTENWASSER

Aus einer Handvoll Lindenblüten lässt sich ein leckeres Lindenwasser ansetzen. Einfach die Blüten mit 200 ml kaltem Wasser übergießen und einen Tag lang ziehen lassen. Dann mit Apfelsaft auffüllen, einige Spritzer Zitrone und Eiswürfel dazu und fertig ist ein erfrischendes Sommergetränk mit besonderer Schwingung. Auch mit verblühten Linden funktioniert das Rezept noch gut. Für Erwachsene kann das Wasser alternativ auch mit Prosecco aufgefüllt werden.

„Natürlich hadere ich schon öfter mit mir, ob ich das Spektakel der Sozialen Medien weiter mittragen möchte, aber andererseits gibt es mir auch die Gelegenheit, meine Werte, meine Philosophie und vor allem meine Vision einer Naturkultur-Gesellschaft möglichst vielen Menschen näherzubringen“, verrät die Wald- und Wildnispädagogin. Ob digital oder analog – die Wildnisschule Simeoni jedenfalls lädt nicht nur dazu ein, sich auf Entdeckungstour in den Wald zu begeben, sondern macht auch große Lust darauf, der Natur und damit auch sich selbst wieder ein Stückchen näher zu kommen.

#### MIT DER NATUR VERBINDEN

##### 3 Tipps wie wir unsere Naturverbindung stärken können

###### DANKBARKEIT PRAKTIZIEREN

Hier helfen Rituale, zum Beispiel jeden Morgen einige Sätze der Dankbarkeit sprechen, wenn man aus der Tür tritt, oder die Dankbarkeit für den neuen Tag in das Glas Wasser am Morgen sprechen, bevor man es trinkt. Derartige kleine, jedoch wirkungsvolle Rituale richten den Geist sofort auf das Positive im Leben aus und sensibilisieren die Wahrnehmung für die schönen Dinge im Alltag.

###### FRISCHE WILDKRÄUTER IN DEN SPEISEPLAN INTEGRIEREN

Die direkteste Art der Naturverbindung ist es, täglich frische Wildkräuter zu naschen oder in die Speisen zu integrieren. Ein Topf mit Kräutern auf dem Fensterbrett ist dafür schon ein Anfang!

###### BAUMFREUNDSCHAFT

Wir kommen täglich an Bäumen vorbei, die uns unbemerkt durchs Jahr begleiten. Wie wäre es, sich einen Baum davon auszusuchen und diesen im Jahreskreis immer wieder zu besuchen? Seine Veränderung in den Jahreszeiten zu dokumentieren, vielleicht mit der Handykamera oder auch mit Stift und Papier? Seine Blätter und Früchte zu sammeln sowie seine Bewohner zu entdecken und den Baum aus allen möglichen Perspektiven wahrzunehmen?



Rosenstraße 4  
96215 Lichtenfels  
+49 9571 509178  
wildnis@simeoni.de

Text: Marion Nikol



Im 1. Jahr  
kostenlos nutzen

# Reisen Sie entspannter.

## Mit der Gold Kreditkarte.

Mobil oder online bezahlen und gut abgesichert auf Reisen sein. Mehr unter [www.sparkasse-co-lif.de/gold](http://www.sparkasse-co-lif.de/gold) erfahren und gleich online bestellen.



Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse  
Coburg - Lichtenfels



# Lif-Card

Der Lichtenfelser Einkaufsgutschein



## Verkaufsstellen

Sparkasse Coburg-Lichtenfels, Kronacher Str. 9 | VR-Bank Lichtenfels-Ebern eG, Marktplatz 34-36  
Denkmal an...Schmuck, Laurenzistr. 5 | Bürgerservice im Rathaus, Marktplatz 1  
Tourist Information, Bamberger Str. 3A | Vitale Apotheke (LIFE city center), Mainau 4  
Otto Shop, Badgasse 4 | Shell-Autoport Tankstelle, Bamberger Str. 125 | E-Center Werner, Mainau 8



## Die perfekte Geschenkidee!

Einlösbar in über 80 Unternehmen in Lichtenfels.

Alle teilnehmenden Unternehmen finden Sie unter: [www.lif-card.de](http://www.lif-card.de)

Auch online unter:  
[www.lichtenfels.shop](http://www.lichtenfels.shop)



Axelle Cescutti war für mehrere Wochen zu Gast in Lichtenfels und hat im Leben noch einiges vor. Die 20-jährige Französin stammt aus der Partnerstadt Cournon und möchte dereinst in den diplomatischen Dienst treten, um an Botschaften zu arbeiten. Für eine Weile tat sie im Rahmen eines Praktikums Dienst im Rathaus und war auch in der Stadtbücherei tätig. Dort gibt es jetzt auch eine kleine Leseecke für französischsprachige Literatur. Das begrüßte Cescutti und besonders gefiel ihr *Astérix le Gaulois*. Oder auf deutsch: Asterix der Gallier. Denn Asterix ist ja Franzose.



Axelle Cescutti: „Asterix bietet eine gute Annäherung für Menschen, die von Frankreichs Anfangsgeschichte nichts wissen und diese aber ein klein bisschen kennenlernen wollen. Und es gibt immer wieder schöne Anspielungen. Wir (Franzosen) haben einen guten Sinn für das Essen und das Essen ist bei Asterix wichtig. Auch die französische Volksseele wird hier ganz gut eingefangen, zum Beispiel dann, wenn man auf Ungerechtigkeiten stößt. Und auch heute neigt der Franzose ja gerne mal zum Protest. All das findet sich auch in Asterix. Außerdem wird in den Abenteuern aufgegriffen, dass Franzosen durchaus gerne eine gute Zeit miteinander verbringen, darum findet im Schlussbild immer das gemeinsame Fest statt.“

Stadtbücherei Lichtenfels, Marktplatz 5, 96215 Lichtenfels | Telefon 09571/795-133 | [stadtbuecherei@lichtenfels.de](mailto:stadtbuecherei@lichtenfels.de)  
Öffnungszeiten: Mo – Di u. Do – Fr: 12.00 bis 18.00 Uhr | Mi: geschlossen

[www.stadtbuecherei-lichtenfels.de](http://www.stadtbuecherei-lichtenfels.de)





## Wo Jugendlichkeit nicht alt wird



Christian Göpfert und Michael Eichhorn bleiben am Ball, wenn es um die Jugend geht.



**Vereine sind Orte der Begegnung. Wo sonst, wenn nicht hier, ist der Mensch noch Mensch? Auch die DJK Franken Lichtenfels e.V. ist so ein begegnungsreicher Ort voller Geschichte und Geschichten. Sie handeln von Traditionen, Fürsorge, der Geselligkeit und natürlich vom Fußball.**

Liam Machalke steht auf dem Platz und trainiert Jungs und Mädchen einer E-Jugend mit. Das müsste er gar nicht mal, aber der Stammspieler der 1. Mannschaft hilft eben gerne. So ist das hier. Es ist ein Montagnachmittag und es herrscht Betrieb vor malerischer Kulisse, denn während am Horizont und jenseits des Sees der Kirchturm von Schney zu sehen ist, liegt in einer anderen Richtung eine bewaldete Böschung. Die Sonne scheint, der Tag atmet Freundlichkeit und gerade hat Christian Göpfert eine Trainingspause für die Kinder eingeräumt. Es gibt jetzt Eis und Manöverkritik zu Laufbereitschaft, Pass- und Stellungs-

spiel. Vor allem aber auch eine gute Jugendarbeit.

2,5 ha ist das Gelände hier groß, tippt Göpfert. Ein Hauptplatz, ein kleinerer Nebenplatz und ein Kleinfeld finden sich hier in Nachbarschaft zum Idyll aus See, Karibischem Eck und Campingplatz. 350 Mitglieder, so schätzt Michael Eichhorn, hat der Verein, für den er sich als Vorstand seit Oktober 2022 einbringt. Auch er steht am Spielfeldrand und sieht dem Trainingsablauf zu. Obwohl als Vorstand noch neu, ist er mit den Traditionen hier längst vertraut. Er weiß von dem Preisbierkopfen zu berichten, welches an jedem 5. Januar stattfindet und Humor hat der Mann auch, denn vor einem Jahr war er der amtierende „Nüsskarter“. Ein Päckchen Nüsse ist hier der launige Preis für Pech im Spiel. Der Mensch sei ganz Mensch, wo er spielt, sagte Schiller einst. Hier spielt man und hat Humor. Den braucht man mitunter auch, denn es ist nicht immer leicht,





Training kann auch mal süß sein, dann, wenn man sich sein Eis verdient hat.

Lichtenfelder  
Vereine stellen  
sich vor

auf einen Sportplatz zurückgreifen zu können. Denn was ist zum Beispiel im Winter? „Wir nutzen jedes Fenster und haben in Michelau die Möglichkeit zur Hallennutzung“, beschreibt Göpfert ein Arrangement. Ein weiteres Arrangement besteht zur Nutzung eines Hartplatzes auch mit den Vereinen in Mistelfeld, Isling, Roth oder dem SV Borussia Siedlung in Lichtenfels. Gerade für den Jugendbereich ist man dazu eine Fördergemeinschaft eingegangen und das bedeutet, dass es fleißige Eltern gibt, die sich dabei abstimmen, das Trainingsmaterial zu befördern. Doch eine Hand wäscht die andere und so übernimmt man beim DJK auch das Jugendtraining der anderen Mitglieder jener Fördergemeinschaft. Doch was heißt eigentlich DJK und woher stammt dieser Begriff? Ein Ausflug in die Schönheit der Sprache klärt auf.

Eigentlich ist DJK eine katholische Erfindung. Der DJK-Sportverband wurde 1920 maßgeblich von Prälat Carl Mosterts in Würzburg gegründet. Während des Dritten Reichs wurden die DJK-Vereine deutschlandweit verboten und aufgelöst. Die drei Buchstaben stehen für Deutsche Jugendkraft und das Wort Jugendkraft war in der Hochzeit der Jugendbewegung ein so selbsterklärlicher wie positiv besetzter Begriff. Er schloss all das ein, was man der Jugend zugutehalten kann: Kraft, Optimismus, Frische und Kreativität. Aber das wiederum so, dass auch ältere Menschen inbegriffen blieben. In einer DJK bleibt man quasi jung und es gibt Fußballvereine von Weltruhm, die eine ähnliche Philosophie pflegen und das gleichfalls im Namen zum Ausdruck

bringen. Man denke nur an Juventus Turin (lat. iuventus, die Jugend). Wie Michael Eichhorn und Christian Göpfert so beisammen sind, da taucht im Gespräch zwischen ihnen ein gutes Beispiel für eine besondere Jugendarbeit auf. Es heißt Funino und bezeichnet eine um 1990 herum entwickelte Spielweise auf einer Spielwiese, die so ein bisschen anders ist und das fußballerische Können bei Kindern fördert. Bei vier Toren und auf einem Kleinfeld werden nicht nur die Ballkontakte erhöht, sondern auch der Spielspaß und die Technik. Göpferts Fazit: „Da sehen die Eltern, dass nicht aussortiert wird, sondern besser gefördert.“ Mittlerweile ist Funino im Landkreis häufiger anzutreffen, aber die DJK war der Vorreiter.

Wie Göpfert und Eichhorn gemeinsam erinnernd spielfeldnah an einem Tisch sitzen, verrichtet auf dem Hauptfeld ein Rasensprenger seinen Dienst. Das Wasser dazu stammt aus dem wenige Meter gelegenen Mühlbach und wie es durch die Leitungen fließt, gibt der Sprenger einen Takt vor. Mit ihm kommt man wieder auf Traditionen zu sprechen und zu denen gehören im Sommer auch die Teilnahme am Merania-Hallenturnier für die U6 bis U12. Doch abseits vom Fußball passiert auch eine Menge und davon profitieren besonders die Kinder. In Rothmannsthal gab es in den meisten der vergangenen Jahren eine vom DJK ausgerichtete Jugendfreizeit mit Nachtwanderung, mit Schneefußball und Schlittenfahrten. „Das wird wieder passieren“, versichert Eichhorn und stellt etwas in Aussicht, was das traditionelle Bockbierfest ablösen wird. Die Rede ist davon, dass

es ein alljährliches Weinfest geben wird, an welchem sich die Vereinsmitglieder begegnen sollen. Das soll auch ein Dankeschön für ihr Mittun und ihre Verbundenheit zum Verein sein. Dieser kann allein im Jugendbereich mit 15 unterschiedlichen Trainern aufwarten und so ist gewährleistet, dass es zu keinem Trainingsausfall kommt. Darüber freuen sich die Kinder und die Eltern ebenso. Danach befragt, was er für das Besondere hier hält, spricht Eichhorn spontan davon, dass er glaubt, „dass das Familiäre hier besonders ist“. Und wieder fallen Stichwörter und diesmal lauten sie auf ein Dankeschön und die Saison-Abschlussfeier. 160 Personen (80 Kinder und 80 Eltern) waren da, als unlängst der Pizzawagen vorfuhr, um auch Eltern eine Freude zu bereiten. Sie, so Göpfert, „helfen unter der Saison, waschen Trikots und machen Fahrdienste“.



Christian Göpfert  
Jugendleiter Fußball  
c.goepfert@djk-franken-lichtenfels.de  
Mobil: 0171/4351483

Text: Markus Häggberg

# Über 30 Jahre erfolgreich im Dienst der Schönheit



Mit ihrer langjährigen Erfahrung und ihrer fundierten Expertise bietet Petra Tischer Behandlungserlebnisse, die keine Wünsche offenlassen.

**Sie hat ihre Berufung zum Beruf gemacht: Petra Tischer ist seit 34 Jahren als Kosmetikerin tätig, seit 1993 selbstständig und führt seit 1999 ihr eigenes Institut im Herzen von Lichtenfels. Dort verwöhnt sie ihre Kunden mit einem umfangreichen Beauty-Programm sowie exklusiven Produkten und lässt dabei nicht nur ihre langjährige Erfahrung und umfangreiche Expertise einfließen, sondern widmet sich ihrer Aufgabe voller Leidenschaft und Herzblut.**

Ein Sprichwort besagt, dass die Schönheit wie die Liebe ist – je mehr sie gepflegt wird, desto länger bleibt sie erhalten. Dass darin in der Tat etwas Wahres steckt, weiß Petra Tischer nur zu gut. Denn in ihrem Beruf als Kosmetikerin trägt sie seit über drei Jahrzehnten zu eben jener Pflege und Erhaltung eines guten Aussehens bei. „Es erfreut und fasziniert mich immer wieder aufs Neue, was man mit guter Beratung, der richtigen Behandlung und den maßgeschneiderten Produkten alles erreichen kann“, verrät sie.

Sichtbare Ergebnisse zu erzielen, mit Menschen zu arbeiten und diesen

zu helfen – genau das ist es, was die Lichtenfelserin an ihrem Beruf so liebt. Ihre langjährigen Kundinnen wiederum schätzen ihre Expertise und ihr großes Fachwissen, das sie sich im Laufe der Jahre im Rahmen von Weiterbildungen und Schulungen bei renommierten Kosmetikmarken erarbeitet hat und auch weiterhin aneignet.

## **Qualität, Verträglichkeit und Nachhaltigkeit**

A propos Produkte: Hier legt die Kosmetikerin großen Wert auf Qualität und Nachhaltigkeit. Mit Vagheggi hat sie von Anfang an auf Phytokosmetik und damit auf Produkte gesetzt, die ohne Parabene, Mineralöle und Paraffine auskommen. Der in Italien ansässige Kosmetikhersteller verzichtet außerdem seit jeher auf die Verwendung von Stoffen tierischer Herkunft, was Petra Tischer besonders an diesen Produkten überzeugt hat – neben der guten Verträglichkeit, Konsistenz und Wirkung der Cremes, Lotions und Masken.

Seit 1999 ist das Kosmetikstudio am Stadtgraben zu finden, als zertifiziertes



Mit der Marke Babor setzt Petra Tischer auf Kosmetik „100 Prozent made in Germany“



Babor-Institut kann sie, somit das hochwertige Programm einer international führenden Marke anbieten. Wie Petra Tischer erklärt, stehe hinter Babor ein deutsches, familiengeführtes Unternehmen, das auf mehr als 60 Jahre Hautpflege-Expertise Made in Germany setzt.



Neben Schönheitsbehandlungen bietet Petra Tischer in ihrem Institut auch Produkte hochwertiger Marken zum Kauf vor Ort an.



„Neben der hervorragenden Qualität und Wirkung der Produkte schätze ich auch die Bestrebungen des Unternehmens im Bereich Nachhaltigkeit“, betont sie und verweist dabei nicht nur auf die Rezepturen, die frei von Mikroplastikpartikeln und umweltkritischen synthetischen Polymeren sind, sondern auch auf die CO2-neutrale Produktion der Unternehmenszentrale in Aachen. Zudem führt Babor eine vegane Kosmetiklinie.

### Individuelle Abstimmung

Ob Hautunreinheiten, Pigmentflecken, Falten oder einfach nur der Wunsch, sich etwas Gutes zu tun – die Gründe für eine Behandlung bei Petra Tischer sind so vielfältig wie das angebotene Programm, das die Expertin je nach Hautbedürfnis und Jahreszeit individuell auf ihre Kundinnen abstimmt. Beliebt ist nach wie

vor der Klassiker, also Hautdiagnose, Reinigung, Peeling, Wirkstoffampulle, Massage, Maske und Abschlusspflege. Darüber hinaus stehen unter anderem Spezialbehandlungen mit Soforteffekten und Langzeitwirkung zur Verfügung, seien es Hyaluronbehandlungen, bis hin zu Medical Beauty Anwendungen wie Micro-Needling oder Microdermabrasion“ und Ultraschall, erklärt Petra Tischer.

Mit ihrem geschulten Blick erkennt die Kosmetikerin nicht nur Mangelerscheinungen oder eine überpflegte Haut, sondern kann durchaus auch Rückschlüsse auf die Ernährungsgewohnheiten ihrer Kundinnen ziehen. „Bei mir ist jede Haut in guten Händen“, bringt sie es auf den Punkt.

Termine vergibt Petra Tischer nach Vereinbarung und nimmt sich dabei stets

ausreichend Zeit für ihre Kundinnen. Dank ihrer jahrelangen Erfahrung und ihrem fundierten Fachwissen kann sie in Beratungsgesprächen erheben, was die Haut benötigt, und daraufhin die passenden Reinigungs- und Pflegeprodukte anbieten und empfehlen. Sehr beliebt sind auch immer wieder Geschenkgutscheine zum Verwöhnen oder Einkaufen. Im Sortiment stehen Pflegeprodukte für Gesicht und Körper, Wirkstoffampullen wie auch Make Up Produkte zur Verfügung.

Kosmetik- & Nagelstudio

*Petra*

Am Stadtgraben 2  
96215 Lichtenfels  
09571 / 73797  
[www.petra-kosmetik.de](http://www.petra-kosmetik.de)



### SCHON GEWUSST, DASS...?

Interessante Fakten und wertvolle Tipps für schöne & gesunde Haut – das empfiehlt die Expertin Petra Tischer

- Eine porentiefe Reinigung ist die Grundlage für eine gesunde, ebenmäßige Haut. Die Reinigung sollte immer auf den jeweiligen Hauttyp angepasst sein. Wasser alleine ist ungünstig, da der Kalk die Haut austrocknet.
- Bei unreiner Haut sollten die richtigen Peelings angewendet werden, da sich das Hautbild auch verschlimmern kann.
- Nach der Reinigung sollte auf jeden Fall ein Gesichtswasser aufgetragen werden, da es den Kalk auf der Haut neutralisiert und dafür sorgt, dass die Creme tiefer eindringt. Dadurch wird auch weniger Creme benötigt.
- In der Sonne sollte ein Lichtschutzfaktor von 25-50 getragen und immer wieder erneuert werden. Die meisten Menschen nehmen zu wenig Sonnencreme - für den ganzen Körper sollten mindestens 3 EL verwendet werden.
- Die Hautpflege sollte stets auf die Jahreszeit angepasst sein.
- Im Sommer braucht es in der Regel eine leichtere Creme als im Winter.



# UNSERE **BEWEGER**

Beweger bewegen etwas, sie schieben etwas an.  
Für sich, für andere und weil sie sich trauen.  
Doch wer sind sie?  
**Das Stadtmagazin hat da ein paar Fragen.**



# Kerstin Rank

Kerstin Rank geht mit offenen Augen durchs Leben. Sie hat einen Blick für Chancen. Vor einigen Jahren kam in ihr während eines Fluges die Frage auf, was eigentlich mit ausgemusterten alten Rettungswesten passiert. Das führte 2010 zu ihrer ersten Firmengründung „Bag To Life“, denn den alten Westen wurde neue Funktion eingehaucht. Mittlerweile hat Rank ihr Repertoire erweitert, ist eine Spezialistin im Upcycling und bekommt auch Besuch von Fernseh-Teams.

## Was würde Sie tun, wenn Sie morgen einen riesigen Batzen im Lotto gewinnen?

Ich würde nur noch Dinge tun, die mir Spaß machen. Ich würde wahrscheinlich Produkte entwerfen, ganz nach meinem Geschmack. Upcycling ist gerade Trend. Vielleicht eine Firma gründen... Spaß beiseite. Eigentlich habe ich den Grundsatz, so zu leben, dass ich mir, wenn ich mal alt und grau bin, nicht vorwerfen kann, etwas verpasst zu haben. Wer das nicht ohne Lottogewinn macht, macht es wohl auch nicht mit.

## Was lösen die Wörter Rente und Pension in Ihnen aus?

Ich habe schon ein bis zwei Träume, die ich dann umsetze, wenn ich kürzertrete. Ein Buch schreiben, oder vielleicht mehrere Bücher schreiben. Und viel reisen. Mir würde nicht langweilig werden.

## Wie würden Sie sich beschreiben?

Ich bin ein kreativer Mensch. Ich bin jemand, der gerne etwas zum Positiven verändert. Ich bin schrecklich ungeduldig und auch nicht gerade ordentlich.

## Wer waren die Helden Ihrer Kindheit?

Pippi Langstrumpf, Star Wars und ganz wichtig: Knight Rider! Ich habe es geliebt. Einmal im Jahr schaue ich heimlich eine Folge und finde es sehr verwunderlich und lustig.

## Wer sind Ihre Helden heute?

Krankenschwestern und Pfleger und alle, die im Altenheim arbeiten.

## Worauf sind Sie stolz und warum?

Ich bin auf meine Tochter stolz, weil sie das Herz am rechten Fleck hat. Auf meinen Mann bin ich stolz, dass er es mit mir aushält. Ich bin aber auch auf meine Firma stolz und auf alle, die mit mir arbeiten. Gerne möchte an dieser Stelle auch ein Danke sagen!

## Was ist Ihnen peinlich?

Wenn ich so darüber nachdenke, war mir schon lange nichts mehr peinlich. Man wird halt auch reifer.

## Was war das schönste Kompliment, welches Sie je für eine Arbeit erhalten haben?

Wir waren im April auf der Messe Aero in Friedrichshafen und bei uns am Stand war eine Flugbegleiterin von United Airlines, die uns bereits gekannt hat und es total klasse fand, dass sie uns persönlich treffen konnte. Als ich ihr sagte, dass es bald im United Airlines-Shop Produkte von uns gibt, hat sie gejauchzt und gejubelt. Das war einfach toll.

## Welcher Arbeitstyp sind Sie? Gehen Sie alles gleich an oder warten Sie auf den letzten „Drücker“?

Ich arbeite gerne unter Druck. Dann laufe ich zu Hochtouren auf. Ich lasse aber nichts absichtlich liegen, sodass Termine nicht realisierbar sind. Heutzutage ist ja alles supereilig, man braucht eine gute Mischung.

## Was tun Sie, wenn Sie eine gute Idee brauchen?

Nachdenken, am besten darüber sprechen.

## Welchen Humor mögen Sie?

Ich liebe schwarzen und auch etwas derben Humor. Humor ist mir sehr wichtig und ich bin sehr gerne mit humorvollen Menschen zusammen. Das macht das Leben schöner.

## Was möchten Sie im Leben noch unbedingt erleben?

Ich war neulich in London, in Campen Town. In den 90ern „the place to be“, mittlerweile eher wie ein Jahrmarkt und ziemlich künstlich. Aber wir waren in einem Pub gesessen und haben überlegt, was in den letzten 25 Jahren alles passiert ist und festgestellt, dass die Hochzeit unserer Tochter schon das Erlebnis wäre, dass wir nicht verpassen wollen.

## Empfehlen Sie uns drei Bücher.

Ich lese gerne und viel. Deshalb fällt mir die Auswahl echt schwer. Ich bin absoluter Rowling-Fan: Harry Potter, vor allem Band 6 und „Das tiefschwarze Herz“, aus der überragenden Reihe mit Cormoran Strike, die Sie unter dem Pseudonym Robert Galbraith schrieb. Mein neuer Lieblingsschriftsteller ist aber Steve Cavanagh. Sein erstes Buch ist erst letztes Jahr ins Deutsche übersetzt worden, mittlerweile gibt es fünf und alle sind megaspannend.



Künftig ein musealer Ort mit Bewirtung: das Stadtschloss.



## Offensive mit Bewirtung



Christine Wittenbauer schwärmt von Lichtenfelser Sammlungsbeständen.

Es klingt, als ob Lichtenfels eine Museumsoffensive plant. Möchte sich die Stadt etwa als Museumsstandort stärker ins Gespräch bringen? Stadtarchivarin Christine Wittenbauer scheint der Begriff Museumsoffensive zu gefallen. Am Stadtschloss gibt sie Ausblicke, Einblicke

und Rundblicke zum Kommenden. Sie berühren die Zukunft, das Obere Tor, das Stadtschloss und den Roten Turm. Letzterer ist sogar dabei, belebt zu werden.

Wo beginnen? Vielleicht bei der Erweiterung der Stadtgeschichtssammlung und dem Namen Andreas Werner (1911-1999), einem Privatgelehrten aus der Schney. Was er sammelte und hinterließ, waren Werkzeuge, die zur Beweisführung dafür dienen sollten, wonach der Neandertaler auch am Obermain beheimatet war. Der Mann, eigentlich Maschinenschlosser, war interessiert an Frühgeschichte und was er zutage förderte, sollte Anfang der 60er Jahre sogar den Bayerischen Rundfunk auf den Plan rufen. Er erhielt im Rahmen einer Fernsehdokumentation gar Besuch Georg Lohmeier, dem bekannten Autor des „Königlich Bayerischen Amtsgerichts“. Die Kollektion gilt als bedeutend und sei „bis dato als aufbereitete Sammlung

noch nie zu sehen gewesen“, erklärt Wittenbauer. Wann diese Stücke zur Schau gestellt werden, ist noch nicht klar, denn derzeit werden sie vom Heimatkundler Bernhard Christoph (s. S. 16) inventarisiert. Aber dass mit ihnen somit als Bereicherung zu rechnen ist, gilt als gesichert.

Wie Wittenbauer auf die städtischen Sammlungen zu sprechen kommt, weist sie in verschiedene Richtungen. Denn diese erfuhren nach dem Umzug aus der jetzigen „Tourismus-Information“ eine Aufspaltung zu drei Orten. Im Oberen Tor etwa findet sich schon die Sammlung der Fossilien im Jura. Doch das, was die Stadtarchivarin in Bezug auf die Sammlungen als „Tüpfelchen auf dem i“ bezeichnet, ist hoch über der Stadt zu finden und ragt aus ihrer Sicht in mancher Hinsicht „an das Porzellan von Meißen heran“. Die Rede ist von der obersten Etage im Stadtschloss, die auf einer Länge von gut 40 Metern Gebranntes beherbergt, das staunen lässt: feinste Lupenmalerei zu Motiven, die hohen lokalen Erkennungswert besitzen, finden sich neben Exponaten, deren Formsprache schon damals von ungewöhnlichem und mutigem Design kündete. „Wir können 95 % unserer gesamten Porzellansammlung herzeigen und wir haben die größte bekannte Sammlung an Schneyer Porzellan.“ Dass Wittenbauer dabei von einem Wir spricht, hat seine doppelte Berechtigung, denn nicht nur, dass der zu Lichtenfels gehörende Ortsteil Schney Produktionsstandort war, auch gehören die Exponate der Stadt selbst. Und



obwohl diese Sammlung aktuell durchaus liebevoll aufbereitet dasteht, spricht die Stadtarchivarin davon, was hier bald geschehen wird: eine frische didaktische Aufbereitung. Der Museumsbesucher soll moderner, tiefer und angenehmer in Geschichten und Geschichte eintauchen. An die Möglichkeiten der Bewerbung ist bezüglich des Porzellans ein Glücksfall geknüpft, ist man doch „angegliedert an die Deutsche Porzellanstraße“. Auch ein weiteres Projekt ist schon in Angriff genommen worden und dabei handelt es sich um den Roten Turm. Er ist im Lichtenfelser Volksmund weniger geläufig und liegt im Rücken des Stadtschlusses. Blätter ranken sich an ihm empor und seitlich schließt ein Wehrgang mit Schießscharten an. Auch hier wird es künftig Schaustücke zur Stadtgeschichte geben und die Instandsetzungsarbeiten im Turm haben bereits begonnen.

Doch es geht, hört man Christine Wittenbauer zu, dem Museumsstandort Lichtenfels nicht nur um die didaktische Aufarbeitung bzw. das Erweitern von Exponaten, sondern auch darum, das Gesehene auf sich wirken zu lassen. Ein Baustein dafür ist die Gastlichkeit mit Bewirtung. Für das Stadtschloss bedeutet das seit Mai Öffnungszeiten, die sich jeweils donnerstags und sonntags auf 14-17 Uhr belaufen. Hinzu kommt während der Sommermonate allmonatlich eine Sonderöffnungszeit von 14-21 Uhr, geltend für das Stadtschloss. Ein Pluspunkt für das Stadtschloss dürfte der Außenbereich sein, an dem eine gute Tasse Kaffee oder Cappuccino winkt. Mit kühlen Getränken wird man selbstverständlich auch bewirtet. Erweiterung findet dieses Angebot noch während besagter Sonderöffnungszeiten durch die Möglichkeit zu deftigen Brotzeiten. Und das für moderate Preise.



#### Ihr Ansprechpartner:

Tourist-Information  
 Amt für Wirtschaft, Tourismus & Kultur  
 Hausanschrift  
 Stadtknechtsgasse 5, 96215 Lichtenfels  
 Telefon: 09571 795-102  
 E-Mail: stadtschloss@lichtenfels.de

#### Öffnungszeiten Ausstellung

Donnerstag und Sonntag von 14:00 bis 17:00 Uhr.







Fredamar Gacasa Endres, Maria-Rima und Achim Köhler schwenken auf Lichtenfels ein Sie tragen auch die Philippinen im Herzen.

## Der Laden, der nicht vom Himmel fiel

Hinter Ladengeschäften stecken oft unvermutete Geschichten. Zu Geschichten wiederum gehören oft unvermutete Nebenhandlungen. Zu dem Asia-Shop „Paborito“ trifft all das zu. Es beginnt auf den Philippinen und führt in die Lichtenelner Innenstadt.

Maria-Rima Köhler sitzt an der Kasse ihres Ladens. Sie ist umgeben von Lebensmitteln, die zu Weltmarken gehören. Hier, in Deutschland, sind diese Marken noch nicht so bekannt, denn Deutschland liegt eben nur auf einer Seite der Welt. Und doch finden diese Markenartikel öfter und öfter auch in die Regale hiesiger Supermärkte. Was sich hingegen bei der Philippinin findet, sind unterschiedlichste asiatische Teesorten zwischen Grünem Tee und Jasmin Tee, exquisite Kaffees, Moringa-Nudeln, verschiedenste Reissorten, mannigfaltige Saucen, exotische Fische oder Gewürze, von denen man im Leben noch nie gehört hat. Wer sich mit all diesen Dingen auskennt, sie vielleicht gar zu kombinieren lernt, dem steht eine Welt des Genusses offen. Oder zumindest der Teil der Welt,

aus dem Maria-Rima Köhler kommt: die Philippinen. Sie bestehen aus 7641 Inseln und auf ihnen spricht man 28 verschiedene Sprachen. Der Mann, der von solchen Dingen weiß, ist Achim Köhler. Ein Oberfranke, ein Weitgereister, ein Ehemann - Maria-Rimas Ehemann.

Achim Köhlers Pass dürfte kaum noch Platz für Stempel haben. Wenn man den Mann bittet, ein bisschen darüber nachzusinnen, wie viele Länder dieser Welt er wohl bereist hat, dann kommt er mit guter Laune auf „über 160“. Das hat seinen Grund, denn Köhler verschlug es in den Schiffbau. „Ich habe sieben Jahre in Südkorea auf der Werft gearbeitet“, lässt er wissen und fügt an, dass es dabei um Steuerungstechnik und die Minderung von Stickoxiden ging. Ein schöner Beruf, aber einer, von dem man auch mal Urlaub braucht. Doch wo diesen verbringen? Den gebürtigen Karlstadter und heutigen Lichtenfelser zog es auf die Philippinen. Dort traf er auf eine erstaunliche Frau - Maria-Rima. Doch wieso heißt eine Philippina eigentlich Maria? Maria-Rima lächelt

und nun ist sie es, die von einigen Nebensträngen zu erzählen weiß. Die Frau, die selbst schon einen Imbiss auf den Philippinen führte und am liebsten Rima gerufen wird, spricht von Geschichte und von 300 Jahren spanischem Einfluss. Spanien ist ein katholisch geprägtes Land und Maria ein dementsprechend beliebter Name. Auf den 7641 Inseln, auf denen die Amtssprache auf Tagalog beruht, gibt es tatsächlich 28 verschie-





dene Sprachen, von denen 24 vom Spanischen angehaucht sind. Jetzt ist man beim Thema, denn ihr Lichtenfelser Lebensmittelladen Paborito bedarf nur einer kleinen Buchstabenänderung, um den Beweis anzutreten. Tauscht man nämlich das P gegen ein F aus, kommt man dem spanischen Wort Favorito schon näher. Doch Paborito fiel nicht vom Himmel. Im August 2015 kam Rima wegen Achim Köhler mit den Kindern nach Deutschland. Man richtete sich ein, man machte Pläne und begann 2019 mit einem Online-Geschäft. „Wir haben mit zehn Produkten begonnen, jetzt führen wir über 280 aus einer Angebotsmenge von 4500“, so das Ehepaar. Wie Köhlers das sagen, sprechen sie aber auch davon, dass es sich dabei nicht nur um rein asiatische Lebensmittel handelt, sondern darüber hinaus auch um afrikanische und orientalische.

Eine Erinnerung steigt auf, wenn man einen Gang durch den Laden, der baulich einen Schlauch bildet, antritt. Hier war vor Jahren „Lisa Moden“ und hier ist man nun von vollen Regalen umringt. Auch Kühltruhen finden sich in der Mitte des Raumes und es reizt ungemein, einen Blick in sie zu werfen. Da liegen Garnelen, da liegen aber auch gefrorene Bananenblätter. „Bei uns (auf den Philippinen) liegen die auf dem Tisch aus, darauf wird Fisch, Reis oder Gemüse gegessen (...) und das Blatt ist entweder die Unterlage, oder aber man rollt die Speisen in ihm ein und dann kann man sie dampfgaren“, führt Rima Köhler aus. Wie sie von alledem spricht, hat sie eine Freundin an ihrer Seite und das gemeinsame Kapitel mit ihr bietet eine nette Lichtenfelser Nebenhandlung.

Fredamar Gacasa Endres, so heißt die Frau, schnappte eines Tages auf, wie zwei kleine Kinder sich auch ihrer Muttersprache bedienen. Es waren Rimas Kinder und man kann sagen, dass sie die beiden Frauen zueinander führten. Kapitelende.

Am 15. Mai dieses Jahres eröffnete Rima Köhler ihren Laden an dieser Adresse in der Inneren Bamberger Straße 4. Doch er ist nur das Resultat vorheriger Bemühungen und vielleicht auch eines Talents. Auf die Frage, ob sie eine geborene Geschäftsfrau sei, gibt Rima Köhler lachend zur Antwort, dass sie das schon glaube und erste Anzeichen dafür habe es in der Kindheit gegeben. „Meine Mama war Näherin und ich habe als Kind schon Werbung für meine Mama gemacht.“ Heute darf sie für sich selbst Werbung machen und wie sie und ihr Mann von alledem erzählen, zeichnen sie ein interessantes Bild des Werdegangs von Paborito. Schon 2019, in dem Jahr, in welchem der Online-Handel startete, befasste man sich mit der Idee, eines Tages einen Laden eröffnen zu wollen und also begab man sich auf die Suche. Dort, wo heute der „Berbero Barbershop“ ist, sei in Betracht gekommen. „Auch Vielgood war eine Option“, so Achim Köhler zu einer unweit davon entfernten weiteren Adresse. Aber dann kam bald Corona und was einerseits ein Hemmschuh war, öffnete andererseits die Augen. Denn von dem nun feststehenden Entschluss, in Bamberg einen Laden zu eröffnen, kam man aus logistischen Gründen ab. Und eines Tages zu jener Zeit ging Maria-Rima hier an dieser Adresse vorüber und bemerkte Ausstellungsstücke, die der Geschäftsführer des

Nachbarladens (Tabakwaren Fischer) im Schaufenster platziert hatte. Zudem noch eine Telefonnummer. Eines führte zum anderen. Doch wie kommt man an die Lieferanten? Jetzt schmunzelt Achim Köhler und wie er so davon erzählt, bemerkt man eine gewisse Findigkeit. „Alle Marken, die aus Asien kommen, müssen umgelabelt werden“, sagt er. Dabei wird das Signum des Importeurs deutlich und mit ein bisschen Recherche über den Importeur kommt man an die Großhändler, deren Adressen zumeist in den Niederlanden liegen. Was sich auf diese Weise ausgestalten ließ, war ein Netzwerk. Den Online-Handel mit den namhaften guten asiatischen Markenprodukten gibt es außerdem nebenbei flankierend zum Laden. „Wenn jemand bis 12 Uhr bestellt, dann erfolgt noch am selben Tag der Versand“, versichert Achim Köhler. Ein weitest entfernter Kunde ist auch schon bekannt. Er wohnt in Hamburg.



Paborito - Pinoy-Asian Shop  
 Innere Bamberger Str. 4  
 96215 Lichtenfels  
[www.paborito.de](http://www.paborito.de)



Philippinische Bohnen können lang werden. Wie lang, erfährt man in Maria-Rima Köhlers „Paborito“.

Text: Markus Häggberg





## Der Reisende zum Ernst des Lebens

Mounir Moussili (27) spricht unsere Sprache sehr gut. Auffällig gut sogar. Unter den Beispielen gelungener Integration dürfte er einen Spitzenplatz belegen. Der Mann lernte die deutsche Sprache, einen Beruf, wurde Unternehmer und schmecken tut es bei ihm auch noch. Aber das ist nur die halbe Wahrheit.

nicht gegen meinen Bruder oder meinen Cousin marschieren“, erklärt der junge Mann die Gefühle und Überlegungen, die sein Handeln bestimmten. Er brach auf und musste ein Jahr in der Türkei leben, bevor er 2016 nach Deutschland kam. Zwischengeparkt, irgendwie. Dann, als er nach Deutschland kam, wurde ihm klar, was das bedeutet: Integrationskurs und Sprachkurs. Und zwar sofort. Moussili lernte schnell und mit der neuen Sprache wollte er auch arbeiten. So bewarb er sich in Bad Staffelstein in einer Bäckerei und wurde angenommen. Nach einer Weile wechselte er in die Industrie. Dann kam der Krebs. Und die Chemotherapie.

er es, das Haus zu erwerben. Doch er sollte eine Überraschung erfahren - es war viel größer als er dachte und wirklich alles war renovierungsbedürftig. Und er hatte noch ein Problem: „Ich bin kein Handwerker, ich kann keinen Nagel in die Wand schlagen.“ Außerdem bekam er nun auch Post vom Denkmalamt. In einer Nacht, in dem ihm der Krebs zugesetzte, überlegte er, ob er das Haus nicht besser wieder verkaufen sollte. Doch in ihm stieg die Lust in ihm auf, sich und seinem Anwalt zu beweisen, dass er was kann. Also bewarb er sich bei einer Baufirma, denn wenn schon renoviert werden muss, dann könnte er auch gleich lernen, wie man am Bau richtig arbeitet. Sein Fleiß, sein Optimismus und seine Freundlichkeit fielen seinem Chef auf. Roland Ebtsch, so heißt der Mann, sollte sich als Freund und Mentor erweisen und den jungen Syrer fördern. Eine Geste, die Moussili „ein Leben lang nicht vergessen“ wird. „Das ist ein guter Mensch und mein Vorbild“, so der Mann aus Aleppo weiter über Ebtsch. Was er an seinem Mentor schätzt, ist dessen positive Lebenseinstellung, die dieser auch bei Stress oder unter Druck beibehält. Das sei nämlich eine Frage von Disziplin und Selbstzucht.

Moussilis Wurzeln liegen tiefer. Er fühlt sich in einer familiären Tradition aufgehoben, denn seine Familie ist selbst unternehmerisch. 70

Mitarbeiter haben seine Eltern und es werden Jeans angefertigt. Irgendwann gaben sie ihm den Rat, wonach er sich als Geschäftsmann probieren sollte. Sie gaben ihm dazu eine kleine Starthilfe und eines Tages ging er an diesem leeren Haus an der Coburger Straße 9 vorbei. Der Preis dafür klang in seinen Ohren günstig und tatsächlich schaffte

Aleppo liegt im Norden Syriens, nicht weit von der Türkei entfernt. Eine alte Stadt, eine stolze Stadt. Sie ist sogar noch größer als die Hauptstadt Damaskus. Hier lebte bis vor wenigen Jahren der Neulichtenfelder Mounir Moussili, doch die Kriegswirren seines Heimatlandes ließen ihn aufbrechen. „Wir haben Wehrpflicht und wir haben Bürgerkrieg, und ich wollte



Ein freundlich-fleißiger Optimist: Mounir Moussili.





was sie mir erzählten, machte ich daheim nach.“ Und wie der junge Mann mit dem offenen und freundlichen Gesicht von all den Handgriffen im Haus erzählt, berichtet er auch davon, was die Arbeit immer wieder mit ihm gemacht hat. „Es hat mir ein besonderes Gefühl gegeben, aus einem hässlichen Zimmer ein schönes Zimmer zu machen.“ Jetzt wollte er auch Facharbeiter werden. Moussili entschied sich für eine Ausbildung am Bau. Gerade ist er im zweiten Lehrjahr. Nebenbei schaffte Moussili es, mit Erspartem und einem sogar während der Ausbildung eingeräumten kleinen Kredit einen Hausmeister-Service aufzuziehen. Mittlerweile kann der Neu-Lichtenfelser nicht nur Nägel in die Wand schlagen, sondern auch Wände verputzen, Decken streichen und Fliesen legen. „Alles selbst gemacht und mit Hilfe von Freunden.“ Doch was nun mit den schönen Räumlichkeiten? In Moussilis Kopf wuchsen Überlegungen und bald schlugen sie eine Richtung ein, hin zu einem Restaurant. Den Mann, auf den Moussili jetzt dazu vertraute und den er zum Geschäftsführer bestimmte, lernte er im gemeinsamen Deutschkurs kennen, stammt aus Damaskus und heißt Kinan Alsaïd Hassan. Auch er hat eine Geschichte zu erzählen, denn bis vor ein paar Jahren, so jener Alsaïd Hassan, habe er noch Geologie studiert, dieses Studium aber „durch den Krieg nicht zu einem Ende gebracht“. Erfahrung als Koch sammelte er schon und eine seiner Kompetenzen lautet darauf, gerne mit Menschen in Kontakt zu sein. Wie der

Dreißigjährige von sich erzählt, kommt er auch darauf zu sprechen, dass er kompositorisch tätig war – für Saucenrezepturen. Die gibt er seinen Mitarbeitern vorab zu kosten. Sicher ist sicher.

Hier, an der Adresse Coburger Straße 9, steht mit dem Restaurant Lemone nicht nur ein kleines Restaurant, sondern im Grunde auch eine Widmung. „Mein Vater mochte Lemonen.“ Mochte ist Vergangenheit, denn Vater und Mutter starben vor kurzem und ihrem Sohn blieb es versagt, an ihrer Beerdigung teilzunehmen.

Es duftet hier nach Kardamom, Kreuzkümmel, Thymian, Salfur (eine Safranart), Färberdistel, Muskatnuss oder Koriander, nach Rindfleisch und Hähnchenbrust. Die orientalische Küche ist berühmt, würzig und gesund. Sie will mit dem Restaurant Lemone Lichtenfels bereichern. Und Moussili? Der hat viel erlebt und überstanden. So auch den Krebs. Doch was zur ganzen Wahrheit gehört, ist, dass der 27-Jährige seinen Eltern beweisen will, dass er es gut machen wird. Darum wird er bald und nach Erhalt seines Gesellenbriefes auch noch seinen Meister im Beton- und Stahlbetonbau machen. Das hat er sich fest vorgenommen. Den Lkw-Führerschein für einen „14-Tonner mit Anhänger“ hat er übrigens auch schon gemacht. Irgendwie nebenher an einem dieser Tage, die für ihn um 5 Uhr beginnen und um 22 Uhr enden. Denn wie sagt er: „Man kommt nicht ins Leben, um rumzuspielen – Menschen haben eine Aufgabe.“



Restaurantleiter Kinan Alsaïd Hassan.



**Lemone**  
RESTAURANT

Lemone Restaurant  
Coburger str 9  
96215 Lichtenfels  
Telefon: +4995711658508  
[www.lemone-restaurant.de](http://www.lemone-restaurant.de)

Text: Markus Häggberg

# CENTURY 21.

Crettaz Immobilien



TOP  
LAGE

## MODERNE & ENERGIEEFFIZIENTE EINFAMILIENHÄUSER IN KÖSTEN



Zum Exposé

- 6 Einfamilienhäuser mit Garage
- Wunderschöner Ausblick auf das Obermaintal
- Ca. 340 - 430 qm Grundstück | Ca. 120 qm Wohnfläche
- Hochwertiger und energieeffizienter Massivbau
- Individuelle Gestaltungsmöglichkeiten
- Erfahrener Bauträger
- Zusammenarbeit mit regionalen Firmen
- Baubeginn 2024

**CENTURY 21 CRETTAZ IMMOBILIEN**

MICHELLE CRETTAZ

COBURGER STR. 3, 96215 LICHTENFELS

TEL: 09571 - 758 35 01

CRETTAZ.IMMOBILIEN@CENTURY21.DE

WWW.CRETTAZ-IMMOBILIEN.CENTURY21.DE

