

Zehn Jahre Osteopathie

**Praxis • Akademie • Schule •
Bundesverband • Stiftung**



Gut zehn Jahre ist es her, da eröffnete der Osteopath Georg Schöner gemeinsam mit seiner Frau Gabi eine Osteopathie-Praxis im Alten Kurhaus. Das war der Beginn einer beachtenswerten Entwicklung in Bad Alexandersbad. Schöner hatte weitere Pläne. Er gründete am 1. März 2010 gemeinsam mit Norbert Neumann aus Bad Tölz die Freie Akademie für Osteopathie (FAFO). Mit diesem Schritt schufen die beiden Osteopathen eine gefragte Bildungsstätte, die heute Seminare mit Schwerpunkten auf Kinderosteopathie oder Cranio-Tiefenarbeit anbietet und Workshops zu vielfältigen Spezialthemen hält.

War man 2010 im Alten Kurhaus mit vier Seminaren und 50 Teilnehmern gestartet, hatte sich die Teilnehmerzahl nur zwei Jahre später bereits verzehnfacht. Nach mehreren Umzügen innerhalb des Alten Kurhauses mussten größere Räumlichkeiten gefunden werden. So ermöglichten die Mitglieder des Bad Alexandersbader

Gemeinderates gemeinsam mit Bürgermeister Peter Berek kurzerhand umfassende Sanierungs- und Umbaumaßnahmen im Markgräflichen Schloss. Wo einst adelige Kurgäste logierten, mietete sich im Jahr 2015 die FAFO ein, bezog 560 Quadratmeter im ersten Stock und richtete drei große Unterrichtsräume ein, die später um einen weiteren Lehrraum unter dem Dach erweitert werden sollten. Im letzten Jahr besuchten mehr als 1.200 Teilnehmer rund 60 Seminare. Für dieses Jahr sind 90 Seminare geplant.

2015 holte Schöner, der unterdessen zum ersten Vorsitzenden des Bundesverband Osteopathie e.V. – BVO gewählt worden war, die Geschäftsstelle des Verbands ins Kurbad. Neue Geschäftsführerin wurde Christine Berek aus Bad Alexandersbad, die ihre Arbeit anfangs in einem kleinen Büroraum startete. Mittlerweile sind fünf weitere Mitarbeiter aus der Region beschäftigt, um die aufwendige Verbandsarbeit verrichten

und einen funktionierenden Geschäftsbetrieb ermöglichen zu können. Für die neuen Arbeitsplätze wurde Platz gebraucht. So ließ die Gemeinde das Erdgeschoss des Markgräflichen Schlosses renovieren und vermietete die geschmackvoll gestalteten Räumlichkeiten an den BVO.

Seitdem werden von hier aus die Interessen des Verbands und seiner rund 3.000 Mitglieder vertreten, berufspolitische Themen platziert, Nachrichten geschrieben, Flyer und Broschüren erstellt, Online-Seminare abgehalten und vieles mehr. Der BVO nutzte die Chancen der Digitalisierung frühzeitig und entwickelte sich so innerhalb weniger Jahre zum modernsten Osteopathie-Verband in Deutschland. Seine Vertreter sind heute in Gesundheitswesen und Politik gefragte Ansprechpartner. Immer wieder finden hochrangige Bundespolitiker den Weg nach Bad Alexandersbad, um dort richtungsweisende Gespräche zu führen. Die Kongresse des BVO besuchen zahlreiche Dozenten und Gesundheitsvertreter aus der ganzen Welt.

Ende 2018 eröffnete im Markgräflichen Schloss die Osteopathie-Schule Scheuerer. Schulleiter Lutz M. Scheuerer bildet dort Osteopathen mit einem Lehrerteam aus neun hochqualifizierten Dozenten aus. Die ärztliche Leitung der Schule unterliegt Professorin Dr. med. Marion Raab, die gleichzeitig Fachärztin für Anatomie ist.

Mit den Schülern und Dozenten der FAFO verzeichneten Bad Alexandersbad und die Region in den vergangenen zehn Jahren rund 20.000 Übernachtungen. Hinzu kommen die vielen Besucher der BVO-Kongresse und die Schüler der Osteopathie-Schule.

Ende 2019 wurde der Grundstein für ein neues großes Osteopathie-Kapitel im Kurbad gelegt: Die Bertold und Brigitte Hollering Stiftung. Den ausführlichen Beitrag hierzu lesen Sie auf Seite 10/11.

*Rüdiger Dietz
Öffentlichkeitsarbeit
Bundesverband Osteopathie e.V.*



Aus dem Inhalt:

Aktuelles aus dem Kinderhaus	2
Kinderfasching	3
Amtliche Bekanntmachungen	4
Nachrufe	5
Neue Naturheilpraxis	6
Literaturgesprächskreis	6
Landhotel Riedelbauch	7
Veranstaltungen	8/9
Spendenübergabe	9
Stiftungsgründung	10/11
Neujahrsempfang	11
Aktuelles vom IGM	12/13
Veranstaltungsreihe EBZ	14
Vorstandssitzung BHV	15
Eintragungen Goldenes Buch ...	15
Arche-Dorf Kleinwendern	16
Tierwelt	17
Kurkonzertsaison	17
Aktuelles aus St. Michael	18
Pflanzenwelt	18
Vereinsarbeit	19
Waldgesundheitstrainer	20

Aktuelles aus dem Kinderhaus Königin Luise

Bilder von Aktivitäten der Kinder aus der Kinderkrippe, dem Kindergarten und dem Hort



Weihnachtszeit 2019: Erlebnisreich war wieder unsere Advents- und Weihnachtszeit. Es besuchte uns der Nikolaus, wir bastelten für die Weihnachtsdekoration, backten fleißig Plätzchen, spielten die Weihnachtsgeschichte nach und begeisterten mit unserem Weihnachtsmarktauftritt zum Thema „Weihnachten weltweit“.



Schnee: Dieses Jahr konnten wir leider unseren Schneehügel nicht befahren, aber sobald etwas Schnee lag vergnügten sich die Kinder in der weißen Pracht.



Experimente: Die Winterzeit lädt ein sich mit viel Zeit den verschiedensten Experimenten zu widmen. So wurde mit Farbe und Schnee gestaltet, mit Rasierschaum und Glitzer tolle Schneekristalle kreiert oder Knetmasse selbst hergestellt.



Fasching: Die Kinder im Kinderhaus und im Hort feierten mit tollen Verkleidungen eine ausgelassene Faschingsfeier mit viel Helau, Spiel und Spaß.



Spendenübergabe: Das Kinderhaus bedankt sich herzlich über die Spenden einer SPD-Wahlveranstaltung, welche dem Kinderhaus überreicht wurden.



Besuch der Vorschulkinder im Hort: In den Ferien durften unsere Vorschulkinder die Horträume im Schloss besuchen und verlebten dort abwechslungsreiche Tage beim Turnen, Schminken oder Kochen.



Kinderfasching im Haus des Gastes

Förderverein Kinderbetreuung Königin Luise e.V. organisiert Kinderparty

Wenn die Eiskönigin mit Batman tanzt und der Clown dazu die Musik spielt, dann ist wieder Kinderfasching im Haus des Gastes! Auch in diesem Jahr veranstaltete der Förderverein Kinderbetreuung Königin Luise e.V. die beliebte Kinderparty am Sonntagnachmittag. Der Saal war farbenfroh dekoriert und füllte sich nach und

nach mit vielen bunt verkleideten Gästen. Ein abwechslungsreiches Kuchenbuffet, Getränke, Wiener und Naschereien standen als Verpflegung zur Verfügung.

Die (ehrenamtlichen) DJs Markus und Ralf sorgten für die passende Musik und das ein oder andere Spiel, bei dem die Kinder kleine Preise mit nach Hause nehmen konnten. Als Highlight war zudem noch Ballonkünstler Prelli engagiert, der sämtliche Wünsche der Kinder vom Hund bis zum Schwert aus Luftballons zauberte.

Dank treuer helfender Hände beim Werbung machen, Einkaufen, Auf- und Abbau, Kuchenbacken, Verkauf, Küchendienst, u.v.m. konnten wir diese Veranstaltung auf die Beine stellen – der Erlös kommt wie immer der Kinderbetreuung in Bad Alexandersbad zu Gute.

Steffi Rojahn

Vorstand Förderverein Kinderbetreuung Königin Luise e.V.



„Putzfrau“ Uschi Foerster (Kinderhausleitung) machte das Haus des Gastes wieder besenrein.



Kinderschar auf der Bühne (Bild oben). Der Saal war gut gefüllt (Bild unten).



Fasching im ALEXBAD



An Rosenmontag und Faschingsdienstag herrschte auch im ALEXBAD ausgelassene Faschingsstimmung. Das gesamte Team begrüßte die Besucher mit farbenfrohen Kostümen und einem fröhlichen „Helau“. Am 24. und 25. Februar 2020 feierte das Team im ALEXBAD zusammen mit Besuchern in Panoramabad, Sauna, Trainingspark und Physiotherapie den Abschluss der närrischen Zeit. Neben einem kostümierten Team erwartete die Gäste eine farbenfrohe Dekoration in der Gläsernen Mitte, stimungsvolle Faschingsmusik und der ein oder andere Faschingskrapfen.

Sternsinger



Auch im kleinsten Heilbad Bayerns waren die Sternsinger unterwegs, um das diesjährige Motto der Sternsinger-Aktion „Frieden! Im Libanon und weltweit“ in jedes Haus zu tragen. Die Kinder, begleitet von Enrico Di Matteo, baten mit werbenden Worten um Unterstützung der Sternsinger-Aktion. Nach dem obligatorischen Anbringen des Segens an der ALEXBAD-Tür protesteten die Sternsinger mit Bürgermeister Peter Berek und Andrea Kilgert vom Bürgerbüro mit einem Glas Heilwasser auf das neue Jahr. V. l.: Bürgermeister Peter Berek, Begleiter der Sternsinger Enrico Di Matteo, Andrea Kilgert vom Bürgerbüro, die Baderner Sternsinger.



mein **ALEXBAD** auf Facebook

Hier geht es zu den Gesundheitserlebnissen
www.facebook.com/badalexandersbad

Amtliche Bekanntmachungen

Amtsblatt der Gemeinde Bad Alexandersbad

Bauleitplanung der Gemeinde Bad Alexandersbad

Bekanntmachung der Genehmigung zur Änderung des Flächennutzungsplanes der Gemeinde Bad Alexandersbad im Bereich der Grundstücke Fl.-Nrn. 152 (Teilfl.), 177/2, 177/4, 177/11, 177/12, 177/16, 177/17 und 177/18 der Gemarkung Bad Alexandersbad

Mit Bescheid vom 13.02.2020 Gz.: 41-6103-1 hat das Landratsamt Wunsiedel i. Fichtelgebirge die Änderung des Flächennutzungsplans der Gemeinde Bad Alexandersbad im Bereich der Grundstücke Fl.-Nrn. 152 (Teilfl.), 177/2, 177/4, 177/11, 177/12, 177/16, 177/17 und 177/18 der Gemarkung Bad Alexandersbad genehmigt. Die Erteilung der Genehmigung wird hiermit gemäß § 6 Abs. 5 des Baugesetzbuches (BauGB) ortsüblich bekannt gemacht. Mit dieser Bekanntmachung wird die Änderung des Flächennutzungsplans wirksam. Jedermann kann den Flächennutzungsplan und die Begründung sowie die zusammenfassende Erklärung über die Art und Weise, wie die Umweltbelange und die Ergebnisse der Öffentlichkeits- und Behördenbeteiligung in dem Flächennutzungsplan berücksichtigt wurden, und aus welchen Gründen der Plan nach Abwägung mit den geprüften, in Betracht kommenden anderweitigen Planungsmöglichkeiten gewählt wurde, bei der Verwaltungsgemeinschaft Tröstau, Hauptstraße 6, 95709 Tröstau, Zimmer 1.05 während der allgemeinen Dienststunden einsehen und über deren Inhalt Auskunft verlangen.

Auf die Voraussetzungen für die Geltendmachung der Verletzung von Verfahrens- und Formvorschriften und von Mängeln der Abwägung sowie der Rechtsfolgen des § 215 Abs. 1 BauGB wird hingewiesen.

Unbeachtlich werden demnach

1. eine nach § 214 Abs. 1 Satz 1 Nr. 1 bis 3 BauGB beachtliche Verletzung der dort bezeichneten Verfahrens- und Formvorschriften und
2. eine unter Berücksichtigung des § 214 Abs. 2 BauGB beachtliche Verletzung der Vorschriften über das Verhältnis des Bebauungsplans und des Flächennutzungsplans und
3. nach § 214 Abs. 3 Satz 2 BauGB beachtliche Mängel des Abwägungsvorgangs, wenn sie nicht innerhalb eines Jahres seit Bekanntmachung des Flächennutzungsplans schriftlich gegenüber der Gemeinde geltend gemacht worden sind; der Sachverhalt, der die Verletzung oder den Mangel begründen soll, ist darzulegen.

Tröstau, 18.02.2020

Gemeinde Bad Alexandersbad

Peter Berek, Erster Bürgermeister

Bauleitplanung der Gemeinde Bad Alexandersbad

Bekanntmachung des Satzungsbeschlusses für die Erweiterung des Bebauungsplanes „Am Kirchsteig“ der Gemeinde Bad Alexandersbad

Die Gemeinde Bad Alexandersbad hat mit Beschluss vom 21.10.2019 die Erweiterung des Bebauungsplans für das Gebiet „Am Kirchsteig“ als Satzung beschlossen. Dieser Beschluss wird hiermit gemäß § 10 Abs. 3 Baugesetzbuch (BauGB) ortsüblich bekannt gemacht. Mit dieser Bekanntmachung tritt die Erweiterung des Bebauungsplanes in Kraft. Jedermann kann den Bebauungsplan mit der Begründung sowie die zusammenfassende Erklärung über die Art und Weise, wie die Umweltbelange und die Ergebnisse der Öffentlichkeits- und Behördenbeteiligung in dem Bebauungsplan berücksichtigt wurden, und aus welchen Gründen der Plan nach Abwägung mit den geprüften, in Betracht kommenden anderweitigen Planungsmöglichkeiten gewählt wurde, bei der Verwaltungsgemeinschaft Tröstau, Hauptstraße 6, 95709 Tröstau, Zimmer 1.05 während der allgemeinen Dienststunden einsehen und über deren Inhalt Auskunft verlangen.

Auf die Voraussetzungen für die Geltendmachung der Verletzung von Verfahrens- und Formvorschriften und von Mängeln der Abwägung sowie die Rechtsfolgen des § 215 Abs. 1 BauGB wird hingewiesen.

Unbeachtlich werden demnach

1. eine nach § 214 Abs. 1 Satz 1 Nr. 1 bis 3 BauGB beachtliche Verletzung der dort bezeichneten Verfahrens- und Formvorschriften,
2. eine unter Berücksichtigung des § 214 Abs. 2 BauGB beachtliche Verletzung der Vorschriften über das Verhältnis des Bebauungsplans und des Flächennutzungsplans,
3. nach § 214 Abs. 3 Satz 2 BauGB beachtliche Mängel des Abwägungsvorgangs und
4. nach § 214 Abs. 2a BauGB im beschleunigten Verfahren beachtliche Fehler,

wenn sie nicht innerhalb eines Jahres seit Bekanntmachung des Bebauungsplans schriftlich gegenüber der Gemeinde geltend gemacht worden sind; der Sachverhalt, der die Verletzung oder den Mangel begründen soll, ist darzulegen. Außerdem wird auf die Vorschriften des § 44 Abs. 3 Satz 1 und 2 sowie Abs. 4 BauGB hingewiesen. Danach erlöschen Entschädigungsansprüche für nach den §§ 39 bis 42 BauGB eingetretene Vermögensnachteile, wenn nicht innerhalb von drei Jahren nach Ablauf des Kalenderjahres, in dem die Vermögensnachteile eingetreten sind, die Fälligkeit des Anspruches herbeigeführt wird.

Tröstau, 18.02.2020

Gemeinde Bad Alexandersbad

Peter Berek, Erster Bürgermeister

Anbringen von Hausnummerierungen

Straßennamensschilder und Hausnummern sind die wesentlichen Voraussetzungen für die Orientierung im Gemeindegebiet. Sie gewährleisten rasche Hilfe bei Notfalleinsätzen durch Ärzte, die Feuerwehr und Polizei, dienen der Postzustellung und erleichtern den privaten Besuchsverkehr. Gerade im Dunkeln sind in vielen Straßen die Hausnummern so schlecht lesbar, dass wertvolle Zeit verstreicht, bis die Rettungskräfte ihren Einsatzort gefunden haben. Oft sind auch gar keine Hausnummernschilder vorhanden.

Gut sichtbare Hausnummern können im Notfall daher Leben retten!

Sowohl der Rettungsdienst als auch die Polizeiinspektion Wunsiedel haben auf die Problematik der fehlenden Beschilderung hingewiesen. Die Gemeinde Bad Alexandersbad bittet deshalb unbedingt darauf zu

achten, dass eine entsprechend gut sichtbare Hausnummerierung an bebauten Grundstücken vorhanden ist.

Die Pflicht zum Anbringen einer Hausnummer ergibt sich aus § 126 Abs. 3 Satz 1 des Baugesetzbuches (BauGB), Art. 52 Abs. 2 des Bayerische Straßen- und Wegegesetz (BayStrWG) sowie der Satzung der Gemeinde Bad Alexandersbad über die Straßenbenennung und Hausnummerierung vom 13.08.1973.

Tröstau, 23.12.2019

Gemeinde Bad Alexandersbad

Peter Berek, Erster Bürgermeister

Zum Tod von Manfred Helfrecht

In eigener Sache: Gründer der HelfRecht Unternehmerische Planungsmethoden AG ist verstorben

Als uns am 31. Januar die Nachricht vom Tod unseres Vaters erreichte, blieb für unsere Familie und unser Unternehmen die Zeit stehen. Wir haben unseren Vater verloren, die HelfRecht Unternehmerische Planungsmethoden AG seinen Gründer, und der deutsche Mittelstand einen Pionier in Sachen Selbst- und Unternehmensführung.

Unser Vater wurde am 15. Februar 1936 in Tirschenreuth (Oberpfalz) geboren. Nach dem Besuch von Grund- und Oberschule sollte er die Ausbildung als Dachdecker bis zur Meisterprüfung absolvieren, um das väterliche Dachdecker-Unternehmen fortzuführen.

Vorreiter in Sachen Umweltschutz

Er erkannte schon in den 1960er Jahren, als Umweltschutz noch lange kein Thema war, wie sich mit einer optimalen Dachdämmung Energie einsparen, das Haus langfristig sichern und Wohnwert wie Wohnqualität nachhaltig gewährleisten ließe. Dies führte ihn 1970 zur Gründung der THERMODACH Dachtechnik GmbH. Dieses Unternehmen profilierte sich mit zahlreichen Erfindungen sowie mehr als 300

Patenten und Schutzrechten weltweit als Pionier auf dem Gebiet vorgefertigter Dämmsysteme.

„Mittelstand: Stütze der deutschen Wirtschaft“

Daneben bewegte Manfred Helfrecht vor allem die Bedeutung kleiner und mittelständischer Unternehmen für eine Volkswirtschaft.

Auf der Suche nach der geeigneten Ausbildung zum „Unternehmer-Beruf“ wurde unser Vater lange Zeit nicht fündig. Neben vielerlei Ratschlägen, etwa Volkswirtschaft und Betriebswirtschaft zu studieren, Psychologie und Pädagogik zu beherrschen, aber auch über Informatik Bescheid zu wissen, gab es nichts Brauchbares.

In dieser Zeit der Suche nach Know-how zur Unternehmensführung stieß er dann auf Dr. Gustav Großmann. In dessen „Großmann-Methode“, bei vielen tausend Führungskräften der mittelständischen Wirtschaft wie der Großunternehmen bewährt, fand er schließlich, was er suchte.

Unternehmerzentrum für Chefs und Führungskräfte

Aus der Erkenntnis heraus,

dass es kein Lehrinstitut gab, das auf den so bedeutenden Beruf „mittelständischer Unternehmer“ vorbereitete, gründete unser Vater 1974 hierfür auf Basis der Großmann-Methode sein eigenes Studienzentrum, die heutige HelfRecht Unternehmerische Planungsmethoden AG im oberfränkischen Bad Alexandersbad.

Zahlreiche Ehrungen und Auszeichnungen

Sein Engagement für die aktive Mittelstandsförderung, ebenso aber auch für Umweltschutz und soziale Zwecke, wurde mit zahlreichen Auszeichnungen gewürdigt. So erhielt er unter anderem die Diesel-Medaille in Bronze des Kuratoriums im Institut für Erfindungswesen Nürnberg, die „Sonnenschein-Medaille“ der „Aktion Sonnenschein für das mehrfach behinderte Kind“, das Bundesverdienstkreuz am Bande, die Ehrenplakette des Zentralverbandes des Deutschen Dachdeckerhandwerks, das Verdienstkreuz 1. Klasse des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland sowie den Paul Harris Fellow von Rotary International. Die Medien ehrten unseren Vater mit Bezeichnungen wie „Mittelstands-Pionier“ oder „Pio-

nier des Umweltschutzes“.

Von 1986 bis 2001 war er als Aufsichtsratsvorsitzender der Hopfisterei GmbH in München tätig. Sein unternehmerisches Know-how gab er überdies in mehreren Fachbüchern sowie unzähligen Zeitschriftenbeiträgen weiter.

Nach seinem Ausstieg aus der Unternehmensführung der HelfRecht AG im Jahr 2003 engagierte sich unser Vater in erster Linie für das wichtige Thema Generationswechsel im Mittelstand und gab seine unternehmerische Erfahrung weiter.

Die Mitarbeiter der HelfRecht AG trauern um ihren Gründer und langjährigen Unternehmenschef, seine Ehefrau Jindra um ihren Ehemann und wir Kinder mit unseren Familien um unseren Vater.

Bernhard Helfrecht
Sonnja Helfrecht-Riedel
Volkmar Helfrecht

Bad Alexandersbad,
im Februar 2020

HelfRecht Unternehmerische Planungsmethoden AG

Markgrafenstraße 32
95680 Bad Alexandersbad



mein **ALEXBAD**
auf Instagram

Auf Instagram finden Sie Fotos und Videos, die das ALEXBAD in all seinen Facetten zeigen – von beeindruckenden Architekturbildern bis hin zu lustigen Schnappschüssen.

Hier geht es zu unserem
Instagram-Profil:
www.instagram.com/alex-bad_badalexandersbad

Der Bericht aus dem Gemeinderat entfällt in dieser Ausgabe und erscheint in der kommenden Ausgabe Ende Juni 2020.

Die Gemeinde Bad Alexandersbad trauert um



Herrn Erwin Riedelbauch

Herr Erwin Riedelbauch war von 1972 bis 1990 Mitglied des Gemeinderates Bad Alexandersbad. Er hat sich in dieser Zeit aktiv für die Belange der Gemeinde und ihrer Bürgerinnen und Bürger eingesetzt.

Die Gemeinde Bad Alexandersbad dankt Herrn Erwin Riedelbauch für sein Wirken und wird ihm stets ein ehrendes Gedenken bewahren.

Bad Alexandersbad, 18.02.2020

Gemeinde Bad Alexandersbad
Peter Berek
Erster Bürgermeister

Neue Naturheilpraxis in Bad Alexandersbad

Romy Richter lässt sich im Alten Kurhaus nieder

Die Gemeinde Bad Alexandersbad freut sich über die Niederlassung einer Heilpraktikerin im Alten Kurhaus. Frau Romy Richter führt dort seit November 2019 eine Naturheilpraxis. In einem Interview stellt sie sich selbst vor.

Ich bin die Neue hier. Also nicht wirklich neu: Viele kennen mich, denn ich lebe seit beinahe 22 Jahren mit meiner Familie in Bad Alexandersbad. Unsere drei Töchter sind hier geboren und aufgewachsen. Neu bin ich lediglich mit meiner Naturheilpraxis im Alten Kurhaus. Mein Fachgebiet ist das Bodytalksystem.

Zur Antwort, warum ich Heilpraktikerin geworden bin, möchte ich ein bisschen weiter ausholen: Alles begann mit Bodytalk... Ich muss immer ein bisschen schmunzeln, wenn ich gefragt werde, wie ich zum Bodytalk kam. Eigentlich hat das Bodytalksystem mich gefunden und nie

wieder losgelassen.

Als ich 2005 mit der Arbeit im Bodytalk begonnen habe, war ich überwältigt von der Genialität und Tiefe dieses Systems, das trotzdem sehr einfach und klar strukturiert ist. Ich war und bin begeistert von den schnellen Resultaten und der langfristigen, anhaltenden Verbesserung des Wohlbefindens meiner Klienten und Patienten.

Auch die Fragen: „Was ist Bodytalk?“ und „Wie funktioniert es?“ sind nicht ganz so leicht zu beantworten.

Das Bodytalksystem ist, grob formuliert, ein sehr gut funktionierendes Werkzeug zur Stressbewältigung. Über verschiedenste Techniken kann der Körper aus einem Stressmodus wieder herausgeführt werden. Dabei ist es egal, ob es sich bei dem Stress um Rückenschmerzen, eine Allergie, Schulstress oder einen Angstzustand



1. Bürgermeister Peter Berek und Heilpraktikerin Romy Richter bei der Schlüsselübergabe für die neue Naturheilpraxis im Alten Kurhaus.

handelt. Sobald sich der Körper in einem parasympathischen Entspannungsmodus befindet, besteht die Möglichkeit der Selbstheilung.

Nachdem ich einmal angefangen hatte, mich mit diesen verschiedenen Ebenen von Körper, Geist und Seele zu beschäftigen, war für mich klar, dass ich mehr wissen musste. Ich besuchte die unterschiedlichsten Seminare und ließ mich als geprüfte Bodytalkanwenderin zertifizieren. Schließlich entschloss ich mich die Ausbildung zur Heilpraktikerin zu beginnen und bestand die Prüfung 2013 erfolgreich. Aber auch das war wieder nur ein Zwischenschritt auf meinem Weg, der, wie es scheint, für mich immer weiter geht.

Zur Frage, welche Ziele und Erwartungen ich in Bezug auf meine neue Praxis im Alten Kurhaus habe:

Mein Ziel ist es, Menschen in die Selbstheilung zu bringen. Nur wenn man erkennt, warum der Körper so reagiert, wie er es eben tut, hat man die Möglichkeit etwas zu ändern.

Im Alten Kurhaus unter einem Dach mit den unterschiedlichsten Therapieformen zu arbeiten finde ich eine geradezu ideale Gelegenheit, um Menschen auf ihrem Heilungsweg zu begleiten und zu unterstützen. In vielen Bereichen kann Bodytalk das therapieunterstützende Element zur beschleunigten Heilung sein.

Ich bin sehr glücklich hier in diesen schönen Räumen arbeiten zu dürfen!

Besonders danke ich dafür Herrn Peter Berek, der dies erst möglich gemacht hat. Danke auch den Herren vom Bautrup, die diese Räume in wirklich unglaublicher Geschwindigkeit so toll für mich hergerichtet haben. Und auch den Damen von der Hauswirtschaft möchte ich danken, die alles so wunderbar für mich vorbereitet haben. Vielen Dank an Euch alle!

Jedem Anfang liegt ein Zauber inne... In diesem Sinne hoffe ich, Sie bald hier in meiner neuen Praxis begrüßen zu dürfen.

Ihre Romy Richter

Neues von den Bücherfreunden:

Früchte des Zorns

von John Steinbeck

Steinbeck war 37 Jahre alt als der Roman 1939 erschien. Damals löste das Buch in den USA heftigste Reaktionen aus.

Die äußerst prekäre Situation der verarmten Kleinrentner in den „Great Plains“ Anfang der 30er Jahre des 20. Jahrhunderts und deren Aufbruch zu Tausenden ins gelobte Land Kalifornien haben Steinbeck veranlasst, einen Trek „Okies“ auf der berühmten Route 66 zu begleiten. Was er gesehen und erlebt hat, verarbeitete er zu diesem Roman.

Der Leser begleitet die Familie Joad und den ehemaligen Prediger Jim Casy über einen Zeitraum von neun Monaten auf ihrem Weg von Oklahoma nach Kalifornien und er erfährt, warum diese ihre Heimat verlassen haben, ebenso wie es ihnen im gelobten Land er-



gangen ist. Liest man heute dieses Buch, stellt man fest, dass noch immer stattfindet was Steinbeck vor achtzig Jahren beschrieben hat.

„Früchte des Zorns“ ist brandaktuell, genau recherchiert und so geschrieben, dass man die gut 500 Seiten am liebsten in einem Rutsch hintereinander weg lesen möchte. Man glaubt jedes Wort und fragt sich immer wieder, warum ist das alles so und warum hat sich bisher fast nichts geändert.

John Steinbeck gehört zu den Besten seiner Zunft und hat den Nobelpreis für Literatur hoch verdient.

Ingrid Edler
Literaturgesprächskreis
Bad Alexandersbad

feelin
NATURHEILPRAXIS
BODYTALK

ROMY RICHTER | HEILPRAKTIKERIN

TERMINE: NACHVEREINBARUNG
www.naturheilpraxis-romy-richter.de

☎ 0170-7290266

Auszeichnung für das Landhotel Riedelbauch

„basenfasten – die wacker-methode®“ im basenfasten Hotel

Seit 2015 gibt es die basenfasten Hotels, ein Zusammenschluss von Hotels, die sich auf das basenfasten spezialisiert haben. Das Landhotel Riedelbauch im Bad Alexandersbader Ortsteil Kleinwendern ist der erste und einzige Betrieb, der sich diesem Franchisesystem angeschlossen hat und das Original „basenfasten – die wacker-methode®“ im Fichtelgebirge anbietet.

Beim Jahresmeeting der basenfasten Hotels überreichten Sabine und Matteo Wacker den Franchise-Partner-Award als „Bestes basenfasten Hotel 2019“ in der Kategorie Gäste-Zufriedenheit wieder an das Ehepaar Gabi und Dieter Riedelbauch.

Das Unternehmerehepaar freut sich sehr darüber, dass es diese Auszeichnung nun schon zum 3. Mal entgegennehmen durfte.

basenfasten – ein Thema für Ihren Sommerurlaub

Haben Sie schon Ihren Sommerurlaub geplant? Wie wäre es mit Urlaub im basenfasten Hotel? Ein

Erlebnis der besonderen Art, mal ohne Pizza, Pasta, Strand und mehr auf den Hüften. Auch kein Hungern vor dem Urlaub, um die optimale Bikinifigur zu erreichen, sondern entspannt im Urlaub ein paar Pfunde verlieren, auf nichts verzichten müssen, genüsslich schlemmen und entspannen?

Gibt's nicht? Doch! Mit basenfasten im basenfasten Hotel! Planen Sie Ihren basenfasten Urlaub, lassen Sie sich verwöhnen und tun Sie nebenbei noch etwas für Ihre Gesundheit und Ihren Körper! basenfasten ist nicht nur etwas für die Fastenzeit. basenfasten ist viel mehr.

basenfasten hat sich in den letzten Jahren zu einer der beliebtesten Gesundheitskuren entwickelt. Nicht nur wegen der einfachen Umsetzung, sondern weil basenfasten im Gegensatz zu den meisten anderen Heilfastenkuren Geschmackserlebnisse der besonderen Art bietet und alltagstauglich ist. Hier müssen Sie aufs Schlemmen nicht verzichten, dennoch können Sie während einer basenfasten Woche bis zu 4 kg an Gewicht verlieren. Lassen



Von links: Sabine Wacker, Gabi und Dieter Riedelbauch, Matteo Wacker

Sie sich von vielen basischen Feinschmecker-Kreationen überraschen und entführen auf eine kulinarische Reise in die Obst- und Gemüswelt mit sommerlichen Aromen.

basenfasten Hotels sind speziell von Sabine Wacker und ihrem Team geschult und bieten das Original „basenfasten – die wacker-

methode®“ an.

Lassen Sie Ihren Sommer zu einem echten (basenfasten) Erlebnis werden mit einzigartigen Aromen, inspirierenden Genusswelten und Wellness für Geist und Körper.

Weitere Infos:

www.basenfastenkur.de

Vegane Rezept-Tipps

Süßkartoffel-Linsencurry

Zutaten:

je 2 rote Zwiebeln und Knoblauchzehen
1 Stück Ingwer
800 g Süßkartoffeln
200 g rote Linsen
400 ml Kokosmilch
150 ml Gemüsebrühe (hefefrei)
je 1 TL Kurkuma, Koriander, Garam Masala
Kokosöl
Chilipulver, Meersalz, Pfeffer



© Natural Chef Carolyn Nicholas | unsplash.com

Zubereitung:

Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer in kleine Stücke schneiden und in Kokosöl andünsten. Dann die klein geschnittenen Süßkartoffeln dazugeben und mit der Gemüsebrühe aufgießen.

Ca. 10 Minuten köcheln lassen. Die roten Linsen 10 Minuten in Wasser kochen und dann unter die Kartoffeln mischen. Mit den Gewürzen und der Kokosmilch abschmecken.

Tipp: Zu beiden Gerichten passt gekochter Reis.

Auberginen-Tomaten-Topf

Zutaten:

je 2 Auberginen
1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
4 Tomaten
3 EL Tomatenmark
Oregano
Rosmarin
Thymian
Oliveöl
Meersalz
Pfeffer



© Ryan Kwok | unsplash.com

Zubereitung:

Aubergine waschen und in grobe Würfel oder Scheiben schneiden, eine Zwiebel und eine Knoblauchzehe hacken. Oliveöl im Topf erhitzen und Zwiebel und Knoblauch andünsten, Auberginenwürfel zufügen und von allen Seiten anbraten.

Geviertelte reife Tomaten und Tomatenmark zufügen und italienische Kräuter darüber streuen. Nach Bedarf etwas Flüssigkeit zugießen und etwa 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Veranstaltungen in Bad Alexandersbad

6. Mountainbike-Wochenende

Bereits zum sechsten Mal sind die Mountainbiker des Skiclubs Wunsiedel am 9. und 10. Mai 2020 zu Gast in Bad Alexandersbad. Zu diesem kleinen Jubiläum haben sich die Macher des Skiclubs Wunsiedel natürlich wieder Einiges einfallen lassen.

Zur Auftaktveranstaltung im Jahr 2015 entstand die Idee einen Kindergarten-Cup auszurichten. Auch im sechsten Jahr der Veranstaltung gibt es am Samstag wieder ein Rennen, bei dem sich die Kindergärten aus dem Landkreis und darüber hinaus messen können. Für die drei Sieger-Teams gibt es wieder hochwertige Preise. Darüber hinaus bekommt jedes Kind, das am Cup teilgenommen hat, eine Medaille und ein Geschenk. Die Hauptpreise im Gesamtwert von 1.000,00 Euro werden unter allen teilnehmenden Kindergärten verlost.

Im Anschluss geht es nahtlos

zum zweiten Rennen des Tages, der MTB-Firmenstaffel, über. Bei diesem 3-Stunden-Rennen messen sich die Pedalritter in den Klassen Damen, Herren oder mixed. Erstmals in diesem Jahr wird die beliebte Firmenstaffel in zwei Klassen gestartet. So gibt es eine Normalstrecke und eine anspruchsvolle Strecke mit einem höheren technischen Anspruch.

Neben den handgemachten Granitpokalen und den Wanderpokalen geht es natürlich wieder um die Ehre, seine Firma oder seinen Verein sportlich zu vertreten. Belohnt werden die siegreichen Fahrerinnen und Fahrer mit hochwertigen Preisen u.a. der Firma Cube.

Als Neuerung seit letztem Jahr haben sich die Mountainbiker des Skiclubs Wunsiedel dazu entschieden ein 2-Stunden E-MTB-Rennen anzubieten. Aufgrund der großen Nachfrage schickt der Skiclub Wunsiedel die E-Moun-

tainbiker auf die Normalstrecke der Firmenstaffel. Gestartet wird ebenfalls im Team mit drei Fahrern, wobei es sich um eine offene Wertung handelt, sodass die drei Starter nicht aus einer Firma sein müssen. Die Unterstützungsgeschwindigkeit ist auf 25 km/h begrenzt.

Am Sonntag gehen dann die Fahrerinnen und Fahrer des Cube-Cups 2020 an den Start. In den Klassen U7 bis Herren 3 werden wieder ca. 300 Starter erwartet. Ein Highlight der Rennen am Sonntag werden sicherlich die besonderen Pokale sein. In Zusammenarbeit mit der Steinfachschiele Wunsiedel wurden von den Schülerinnen und Schülern Pokale entworfen. Für welchen Pokal sich die Mountainbiker entschieden haben, sehen Sie bei der Siegerehrung.

Die Mountainbiker haben sich auf die Fahnen geschrieben, sich auch sozial zu engagieren. So

konnte z.B. im vorletzten Jahr mit der Aktion „Herzlich Biken“ Geld gesammelt werden, um den Kauf eines Defibrillators zu ermöglichen, der nun seit letztem Jahr in der Gläsernen Mitte im ALEXBAD hängt. Im Jahr 2019 konnte der Skiclub Wunsiedel, unter Mithilfe der ortsansässigen Vereine und Initiativen, eine Typisierungsaktion für die Deutsche Knochenmarkspenderdatei durchführen. Für dieses Jahr werden sich die Mountainbiker des Skiclubs Wunsiedel noch eine Aktion einfallen lassen.

Die Mountainbiker des Skiclubs Wunsiedel würden sich freuen, Sie als Gast und Zuschauer auf den Schlossterrassen und der Rennstrecke begrüßen zu dürfen.

Weitere Informationen unter:

www.scw-mountainbiker.de

*Marcus Galimbis
Skiclub Wunsiedel*

Sommer- und Lichterfest 2020

In den vergangenen Jahren feierten jährlich Tausende Besucher das Lichterfest in der neu gestalteten Ortsmitte von Bad Alexandersbad und genossen den Sommerabend auf den Schlossterrassen sowie hinter dem Markgräflichen Schloss.

Dazu beigetragen haben zahlreiche Buden und Stände mit kulinarischen Köstlichkeiten von Aperol Sprizz und Zoigl über Burger und Steaks bis hin zu Crêpes und Zwiebelkuchen. Das vielfälti-

ge Angebot erstreckte sich über die gesamten Schlossterrassen. Im Jahr 2019 wurde die bisherige Veranstaltungsfläche um den neu gestalteten Alexanderplatz vor dem ALEXBAD erweitert. Auf den Schlossterrassen fanden die Besucher Sitzplätze im Grünen, die Kinder hatten ihren Spaß rund um den Himmelsspiegel und wurden patschnass, was bei den meist milden Temperaturen kein Schaden war. Und auch auf dem Alexanderplatz war für Getränke,

Leckereien und musikalische Unterhaltung gesorgt.

Die Lichtinstallationen sorgten nach Einbruch der Dämmerung für eine magische Atmosphäre. Lasershows an Vorder- und Rückseite des Markgräflichen Schlosses sowie riesige Leuchtkegel in unterschiedlichen Farben ließen das gesamte Gelände erstrahlen. Zum ersten Mal wurde im Jahr 2019 auch das ALEXBAD in ein buntes Farbenmeer getaucht.

Verschiedene Bands sorgten an unterschiedlichen Orten mit Party- und Rockmusik für eine ausgelassene Feierstimmung und einen gelungenen Abschluss des schönsten Sommerabends in Bad Alexandersbad.

Am 25. & 26. Juli 2020 findet das traditionelle Fest zum 43. Mal stattfinden. Genauere Informationen erhalten Sie in der nächsten Ausgabe der „Quelle“ Ende Juni.

*Anna Piras
Marketing & Produktentwicklung*

Fichtelgebirgsmarathon

Am Samstag, 11. Juli 2020 wird in Bad Alexandersbad der 20. Fichtelgebirgsmarathon veranstaltet.

Daneben werden ein Halbmarathon mit 21 km und ein 10 km-Lauf angeboten.

Die anspruchsvollen Laufstrecken durch das Fichtelgebirge führen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf Forst- und Wanderwegen zu vielen Sehenswürdigkeiten und interessanten Plätzen mit schönen Ausblicken.

Anmeldungen können ausschließlich über das Online-Formular entgegengenommen werden und sind ab sofort möglich.

Weitere Informationen unter:

www.fichtelgebirgs-marathon.de



Foto: Florian Miedl



Veranstaltungen in Bad Alexandersbad

Terminankündigungen der Vereine & Initiativen

Am 13. Juni lädt der Kur- und Gewerbeverein Alex Aktiv (KGV) zu einem lauschigen Vorsommer-Abend mit der Keller-Band ein.

Die fünf Freizeit-Musiker aus Marktrechwitz, Waldershof und Röthenbach spielen ab 19 Uhr im Pavillon einen bunten Musik-Mix in ihrem unverwechselbaren Keller-Sound.

Es wird Sitz- und Tanzmöglichkeiten geben. Auch für das leibliche Wohl wird gesorgt sein. Freut Euch auf Hits querbeet in lockerer Atmosphäre.

Bringt Freunde und Bekannte mit und erweckt mit uns und der Keller-Band den Pavillon im Kurpark aus seinem viel zu langen Winterschlaf. Der Eintritt ist frei.

Wir freuen uns auf Euch!

Ever Alex Aktiv-Team

SAMSTAG
19⁰⁰ UHR

EINTRITT FREI

13.6.20

BAD ALEXANDERSBAD



SONGS IM KURPARK
EIN VORSOMMER-ABEND
AM SCHLOSS-PAVILLON

Präsentiert vom KGV Alex Aktiv e.V. Bad Alexandersbad

Förderkreis Waldbad

Freitag, 1. Mai (ab 13 Uhr): Saisoneroöffnung

Donnerstag, 21. Mai (ab 10 Uhr): Weißwurst-Frühschoppen an Vatertag

Fichtelgebirgsverein Bad Alexandersbad

Donnerstag, 21. Mai (ab 10 Uhr): Gottesdienst auf der Köseine an Christi Himmelfahrt mit anschließender Bewirtung durch den FGV Bad Alexandersbad

Sonntag, 16. August (ab 10 Uhr): Genusswanderung rund um Bad Alexandersbad

Arche-Dorf Kleinwendern

Sonntag, 12. Juli: Archedorf-Fest mit Naturerlebnisprogramm für Groß & Klein und kleinem Bauernmarkt

Evang. Kirchengemeinde

Termine bis Juni

09.04. (Gründonnerstag) um 19.30 Uhr

Beichte und Abendmahl

10.04. (Karfreitag) um 9.30 Uhr: Abendmahl

12.04. (Ostersonntag) um 5.00 Uhr: Osternacht

13.04. (Ostermontag) um 10.00 Uhr

Familien Gottesdienst. Es spielt der Posaunenchor.

21.05. (Himmelfahrt) um 10.00 Uhr

Gottesdienst mit Stationen. Es spielt der Posaunenchor.

31.05. (Pfingstsonntag): Musikalischer Abend

01.06. (Pfingstmontag) um 9.30 Uhr

Gottesdienst mit Jubelkonfirmation und Abendmahl, 90-jähr. Jubiläum Kirchengemeinde, 60-jähr. Jubiläum Posaunenchor. Es spielt der Posaunenchor. Am Nachmittag Gemeindefest.

16.06. um 14.30 Uhr: Gemeindefest

28.06. (3. So. nach Trinitatis) um 10.00 Uhr

Gottesdienst im Grünen in Sigersreuth. Es spielt der Posaunenchor. Anschl. Weißwurstfrühschoppen.

Spende für das Kinderhaus

Ehepaar Seifert spendet 300 €



Wie in den vergangenen Jahren überwies das Ehepaar Seifert aus Hohenberg eine Spende in Höhe von 300,00 € an das Kinderhaus Königin Luise. Unser Bild zeigt 1. Bürgermeister Peter Berek (links) sowie Artur und Johanna Seifert bei der Spendenübergabe.

Bertold und Brigitte Hollering Stiftung gegründet

Interdisziplinäres Therapie- und Reha-Zentrum für Kinder mit Schwerpunkt Osteopathie entsteht



Die Mitglieder des Stiftungsrats (v.l.): Georg Schöner, Carola Weinmeyer, Peter Berek, Brigitte Hollering, Thomas Pößnecker und Gabriele Schöner.

„Als mein Mann Bertold mit der Diagnose Krebs in die Klinik kam, sagte er zu mir: Weißt du, wir haben mehr Geld, als wir in unserem Leben noch ausgeben können. Wenn ich wieder gesund bin, gründen wir eine Stiftung,“ erzählt Brigitte Hollering. Die 70-jährige Oberfränkin aus Selb hat in die Tat umgesetzt, was ihrem Mann, der am 6. September 2018 seinem Krebsleiden erlag, zu Lebzeiten nicht mehr vergönnt war. Im Oktober 2019 gründete sie die Bertold und Brigitte Hollering Stiftung. Mit dem Kapital der Stiftung wird ein Interdisziplinäres Therapie- und Reha-Zentrum mit dem Schwerpunkt Osteopathie aufgebaut. Hier sollen schwerkranke Kinder

eine weiterführende Behandlung und neue Kraft fürs Leben erhalten, insbesondere nach einer akuten Krebsbehandlung, bei Downsyndrom und schweren neurologischen Erkrankungen.

Eine Herzensangelegenheit und ein großes Geschenk

Das Geld, das Bertold Hollering klug und weitsichtig erwirtschaftet hat, ist dem Ehepaar nie in den Kopf gestiegen. Als Brigitte Hollering nach dem Tod ihres Mannes von Carola Weinmeyer, einer Mitarbeiterin aus der Steuerkanzlei, erfuhr, dass in Bad Alexandersbad ein Therapie- und Reha-Zentrum für Kinder mit Schwerpunkt Osteopathie entstehen und dort unter anderem

an Krebs erkrankte Kinder behandelt werden sollen, war die Entscheidung schnell gefallen. Hier wird sie das Privatvermögen einsetzen und ist zuversichtlich, dies ganz im Sinne ihres Mannes zu tun.

Für Peter Berek, den ersten Bürgermeister von Bad Alexandersbad, ist diese Fügung ein vorzeitiges Geschenk zum Ende seiner letzten Amtszeit. Er hat Bayerns kleinstes Heilbad in den letzten 10 Jahren aus dem Dornröschenschlaf geweckt, neue Akteure aus dem Gesundheitswesen an den Ort geholt, das Schloss und den Ortskern renovieren und das ALEXBAD bauen lassen. „Unser Bad Alexandersbad hat wieder Strahlkraft und

wird mit der Stiftung und dem Therapie- und Reha-Zentrum für Kinder ein Leuchtturm für die gesamte Region,“ sagt Peter Berek. Er hat gezeigt, dass die Kombination aus politischer Verantwortung und unternehmerischem Denken erfolgreich sein kann.

Georg Schöner und Norbert Neumann: Die Osteopathie hat eine große Zukunft

Doch wie so oft: Geld allein genügt nicht. Ohne Georg Schöner und Norbert Neumann wäre die Stiftung vermutlich anderswo ins Leben gerufen worden. Die beiden Gründer und Inhaber der Freien Akademie für Osteopathie (FAFO) in Bad Alexandersbad haben ihr Leben der Osteopathie verschrieben. Norbert Neumann widmet seine ganze Aufmerksamkeit der Behandlung von Kindern mit Downsyndrom (Trisomie 21) und sorgt mit den Therapieergebnissen immer wieder für Aufmerksamkeit weit über die Grenzen Bayerns hinaus. Georg Schöner ist neben der Tätigkeit in seiner Praxis Vorstandsvorsitzender des Bundesverband Osteopathie e.V. mit Sitz in Bad Alexandersbad und vertritt in dieser Funktion die Interessen von über 2.500 Osteopathen in ganz Deutschland.

„Uns beide verbindet die große Begeisterung für die Therapieerfolge der Osteopathie bei Kindern,“ berichtet Georg Schöner. Aus dieser Gemeinsamkeit heraus haben wir bereits vor langer Zeit begonnen, ein Therapie- und Reha-Konzept zu erarbeiten, das auf der Osteopathie basiert und alle erforderlichen und sinnvollen komplementären Therapien andockt und integriert. „Wir können weder Trisomie 21 noch den Krebs heilen“, erklärt Norbert Neumann, „aber wir können den Kindern die Kraft geben, mit der Krankheit und ihren Folgen deutlich besser umzugehen“.

Beide sind überglücklich, mit Brigitte Hollering eine Stifterin gefunden zu haben, die ihren Traum von einem Therapie- und Reha-Zentrum für Kinder mit Schwerpunkt Osteopathie wahr

Bertold und Brigitte Hollering Stiftung

Am 18. November 2019 hat die Regierung von Oberfranken die Rechtsfähigkeit der Bertold und Brigitte Hollering Stiftung, eine Stiftung des bürgerlichen Rechts, attestiert. Stifterin ist Brigitte Hollering, der Sitz der Stiftung ist Bad Alexandersbad. Der Stiftungszweck ist der Aufbau und Betrieb eines Interdisziplinären Therapie- und Reha-Zentrums für schwerkranke Kinder für die weiterführende Behandlung nach Krebserkrankungen, bei Downsyndrom und schweren neurologischen Erkrankungen.

Das Therapie- und Reha-Konzept wurde von Georg Schöner, BSc.D.O. und Norbert Neumann, BSc.D.O.M.R.O.C.S.I.ch, entwickelt und schließt an eine Akuttherapie an. Sie unterstützt die Kinder und deren Familie auf dem Weg zurück in ein normales Leben und integriert komplementäre Behandlungen und die Schulmedizin, wie z.B. die Physiotherapie, Psychotherapie und die Ernährungsberatung. Schirmherr der Stiftung ist Hans-Peter Friedrich, Vizepräsident des Deutschen Bundestages.

12. Neujahrsempfang der Gemeinde

Erster Bürgermeister Peter Berek erinnert an Höhen und Tiefen

Der zwölfte Neujahrsempfang der Gemeinde Bad Alexandersbad fand am Donnerstag, den 9. Januar 2020 im Haus des Gastes statt. Zahlreiche Gäste sind der Einladung gefolgt.

Erster Bürgermeister Peter Berek erinnert an Tiefen, aber vor allem an die Höhen der vergangenen Jahre. Zur Sprache kam die Bewerbung für die kleine Gartenschau 2009, der „Masterplan 2020“ im Jahr 2010, die

gemacht.

Dieses Jahr, in Peter Berek's letzter Amtsperiode als Bürgermeister, steht die Errichtung eines interdisziplinären Therapie- und Reha-Zentrums für schwerkranke Kinder und deren Familien im Vordergrund. Hier sollen die Kinder eine weiterführende Behandlung und neue Kraft fürs Leben erhalten, insbesondere nach einer akuten Krebsbehandlung, bei Downsyndrom und schweren



Peter Friedrich, Vizepräsident des Deutschen Bundestages, und Bürgermeister Peter Berek, wie die Stiftung zum Leben erweckt wurde.

Den langanhaltenden Applaus am Ende des Neujahrsempfangs nahm Peter Berek bei seinem letzten Neujahrsempfang sichtlich gerührt entgegen. Ein großer Dank geht auch in diesem Jahr wieder an den Posaunenchor, der den Neujahrsempfang mu-

sikalisch begleitete, und an den Förderverein Historisches Badehaus e.V., der mit Fingerfood für das leibliche Wohl bestens sorgte.

Einen ausführlichen Bericht zum Neujahrsempfang finden Sie auf unserer Website.

Katharina Melzner

Frankenpost Ausgabe Fichtelgebirge vom Samstag/Sonntag, 11./12. Januar 2020, Nr. 8, S. 10

Jahre 2011 bis 2015, die ganz im Zeichen der Projekte Bioenergieheilbad, Schlossterrassen-Sanierung, Feuerwehrrätehaus und Umbau des Markgräflichen Schlosses standen. 2016 folgte die Geburtsstunde des neuen Marktauftritts, 2017 die Eröffnung vom ALEXBAD und 2018 die Präsentation des vielfältigen Gesundheitsangebots. 2019 hat sich die Gemeinde Gedanken über die kommenden zehn Jahre

neurologischen Erkrankungen. Dieses Vorhaben wird durch die Mittel der „Bertold und Brigitte Hollering Stiftung“ gestützt.

In einer Gesprächsrunde berichteten Carola Weinmeyer von der Adiuvis Steuerberater GbR in Selb, Stiftungsgründerin Brigitte Hollering, Osteopath Georg Schöner, Osteopath Norbert Neumann, Gabi Schöner von der FAFO, Chirurg Thomas Beer, Kinderärztin Elisabeth Beer, Hans



Fortsetzung „Bertold und Brigitte Hollering Stiftung“

werden lässt. Wohl wissend, dass noch ein weiter Weg vor ihnen liegt, bis möglicherweise einmal 40 Familien vor Ort gleichzeitig versorgt werden können. Die Rekrutierung von Therapeuten, deren Ausbildung und Schulung hat bereits begonnen.

Eine Win-Win-Win-Situation für alle Beteiligten

Bereits in den Sitzungen zur Gründung der Stiftung kam eins zum anderen. Bis zur Planung und Realisierung eines Neubaus, der mehrere Jahre in Anspruch



Fotos: Rüdiger Dietz

nehmen wird, findet das Therapie-Zentrum ein Zuhause im alten Kurhaus. „Dort stehen nicht nur moderne Behandlungsräume und Haustechnik zur Verfügung. Wir werden die Ferienwohnungen in Familienzimmer umbauen und über dem Haupteingang eine geeignete Gastronomie einrichten,“ schwärmt Peter Berek, der als Bürgermeister Hausherr des Alten Kurhauses ist. „Das ALEXBAD nebenan, die Akademie ein paar Schritte entfernt, den Kurpark und ein Hotel in Laufweite, ein Archendorf mit Tieren in der Nähe – und die kraft-

spendende Natur des Fichtelgebirges vor der Haustür. Das ist eine Win-Win-Win-Situation für alle Beteiligten und die beste Voraussetzung für eine erfolgreiche Entwicklung,“ sind sich Stifterin, Bürgermeister und die Gesundheitsexperten einig. „Ich bin zuversichtlich, dass das Geld hier bestens investiert ist,“ sagt Brigitte Hollering. Am 9. Januar 2020 wandten sich die Stifterin und die Menschen um sie herum beim Neujahrsempfang in Bad Alexandersbad erstmals an die Bürger und die Öffentlichkeit. (siehe Bericht oben)

Waldbaden

Eintauchen in die „Kraftquelle Wald“



Fotos: Peter von Felbert

Termine von April bis September:

3 h, jeweils 13:00 – 16:00 Uhr

Samstag, 25.04.2020: Treffpunkt Wanderparkplatz Kleinwendern

Samstag, 09.05.2020: Treffpunkt Gläserne Mitte, ALEXBAD

Samstag, 06.06.2020: Treffpunkt Gläserne Mitte, ALEXBAD

Samstag, 18.07.2020: Treffpunkt Gläserne Mitte, ALEXBAD

Samstag, 15.08.2020: Treffpunkt Gläserne Mitte, ALEXBAD

Samstag, 12.09.2020: Treffpunkt Gläserne Mitte, ALEXBAD

Die VHS Bad Alexandersbad veranstaltet von April bis September Wanderungen zum Trendthema „Waldbaden“ im Rahmen des Individuellen Gesundheits-Managements (IGM).

Alle kommenden Termine finden Sie links. Die Teilnahmegebühr beträgt 25 Euro pro Wanderung und Person. Treffpunkt ist der Wanderparkplatz in Kleinwendern (25.04.) oder die Gläserne Mitte im ALEXBAD (alle anderen Termine).

Eine individuelle Terminvereinbarung für Firmen und Gruppen ist ebenfalls möglich.

Es handelt sich jeweils um eine leichte Wanderung mit einer Streckenlänge von rund sechs Kilometern und einer Höhendifferenz von rund 50 Höhenmetern. Benötigt werden feste Turnschuhe oder Wanderschuhe, ein Getränk, ein kleines Handtuch, dem Wetter angepasste Kleidung sowie Lust auf neue Eindrücke und Spaß an neuen Erfahrungen in der Natur.



Mit IGM-GesundheitsCoach und Waldgesundheitstrainerin Elke Seidel erleben die Teilnehmer die schöne Fichtelgebirgsnatur bei einer dreistündigen Wanderung mit verschiedenen Achtsamkeitsübungen rund um Bad Alexandersbad.

Sie tauchen in die Atmosphäre der „Kraftquelle Wald“ ein und entdecken den Wald aus einer neuen Perspektive, abseits ausgetretener Pfade. Achtsam den Wald mit seinen Geräuschen, Pflanzen und Düften wahrzunehmen, hat heilsame Wirkung auf den Organismus und verhilft zu erholsamen Momenten der Entspannung.



Mehr Informationen gibt es beim IGM-Team im ALEXBAD unter der Telefonnummer 09232/9925-20 oder per E-Mail an igm@badalexandersbad.de.

Anmeldungen nimmt der Gästeservice im ALEXBAD unter 09232/9925-0 entgegen. Eine Anmeldung ist erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Waldbaden

Ein neuer Trend oder ein Schlüssel für mehr Lebensqualität?

Auf Einladung des Rotary Club Fichtelgebirge präsentierte Elke Seidel, IGM-GesundheitsCoach, am 17.01.2020 im Soibelmans Hotel Bad Alexandersbad, was

sich hinter dem Wort „Waldbaden“ verbirgt.

Handelt es sich vielleicht um ein neues Modewort? Ist es ein Wellnesstrend, ein Marketing-Gag der Tourismusindustrie oder eine Alternativmedizin?



Das Waldbaden hat japanischen Ursprung und wird „Shinrin Yoku“ genannt. Dr. Quing Li, Professor an der Nippon Medical School in Tokio und derzeit Präsident der Japanischen Gesellschaft für Waldmedizin, hat bereits zahlreiche Tests in Bezug auf die Auswirkungen von Waldbaden auf Stress, Stimmung und auf das Immunsystem durchgeführt. Beim Waldbaden taucht man

bewusst in die Atmosphäre des Waldes ein. Es geht darum, sich in und mit der Natur zu entspannen, zur Ruhe zu kommen und sich von den täglichen Stressoren zu lösen. Beim Waldbaden sollen unsere Sinne wieder geschärft und der Wald mit all seinen Facetten, Geräuschen, Düften und Licht- und Schattenspielen wahrgenommen werden. Medizinische Studien belegen die heilsame und wohltuende Wirkung des Waldes auf unser seelisches und körperliches Wohlbefinden.

Nach dem theoretischen Einstieg tauchten einige Interessenten praktisch ein in die Atmosphäre des Waldes und sammelten ihre ersten Erfahrungen beim Waldbaden in Bad Alexandersbad.

Elke Seidel
IGM-GesundheitsCoach

Anja Peltzer
Marketing & Produktentwicklung



Foto: Anna Piras

Was sind Resilienz und Achtsamkeit?

Das IGM-Team veranstaltet dazu regelmäßig Vorträge und Workshops

Das IGM-Team veranstaltet in regelmäßigen Abständen Vorträge und Workshops zu den Themen Resilienz und Achtsamkeit.

In der Presse wird immer wieder darüber informiert, welche Auswirkungen Digitalisierung, Globalisierung, technologischer Fortschritt, Komplexität und Dynamik auf unseren Arbeits-(All)tag haben.

Es stellt sich die Frage, inwieweit sich der Einzelne von Dauerstress, ständiger Unruhe und einem Hamsterraddasein anstecken lässt oder wie das Leben „stressfreier“ gestaltet werden kann.

Resilienz und Achtsamkeit können mehr Ruhe und Entspannung in die hektische Welt bringen. In einem einstündigen Vortrag er-



Foto: Anna Piras

Die nächsten Termine

Achtsamkeit

Vortrag: Dienstag, 31.03.2020 von 18.30 – 19.30 Uhr

Workshop: Dienstag, 07.04.2020 von 18.00 – 20.00 Uhr

Resilienz

Vortrag: Dienstag, 09.06.2020 von 18.00 – 19.00 Uhr

Workshop: Dienstag, 23.06.2020 von 18.00 – 20.00 Uhr

Mehr Informationen gibt es beim IGM-Team im ALEXBAD unter der Telefonnummer 09232/9925-20 oder per E-Mail an igm@badalexandersbad.de. Anmeldungen nimmt der Gästeservice im ALEXBAD unter der Telefonnummer 09232/9925-0 entgegen. Eine Anmeldung ist erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

fahren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von Elke Seidel, IGM-GesundheitsCoach, was sich hinter dem jeweiligen Begriff verbirgt.

Diejenigen, die sich näher mit der Achtsamkeit beschäftigen möchten, können in einem zweistündigen Workshop die Kunst der Achtsamkeit durch verschie-

dene Übungen kennenlernen.

In einem zweistündigen Resilienz-Workshop werden intensiv die sieben Schlüssel der Resilienz bearbeitet, um Herausforderungen im Alltag leichter und besser meistern zu können.

*Elke Seidel
IGM-GesundheitsCoach*

Lions Club zu Besuch im ALEXBAD

BGM – Ein neuer Weg zu einem erfolgreichen Arbeits- und Gesundheitsschutz?

Am 20.02.2020 begrüßte Gerald Vornberger, Präsident des Lions Club Marktredwitz-Fichtelgebirge, seine Mitglieder zur Clubveranstaltung im Festsaal „Königin Luise“ in Bad Alexandersbad und bedankte sich bei Bürgermeister Peter Berek und Elke Seidel für die Organisation in diesem ehrwürdi-

gen Ambiente.

Dieser Clubabend stand im Zeichen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) mit dem Thema „Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen bei der Arbeit – Pflicht und Chance für Ihr Unternehmen“. Als Best-Practice Beispiel präsentierten Peter

Berek und Elke Seidel, wie die Gemeinde Bad Alexandersbad die gesetzliche Verpflichtung gemäß Arbeitsschutzgesetz praktisch umgesetzt hat. Was sind die Hintergründe, Zahlen und Fakten? Was ist die rechtliche Forderung? Welche wissenschaftlichen Aspekte gibt es? Wie wird der IGM-Campus Analyseansatz in der Praxis umgesetzt? Welche Ziele verfolgt die Gemeinde Bad Alexandersbad und was ist der Nutzen und die Chance?

Mit Helau und Faschingstreiben wurden die Lions vom Prinzenpaar, dem Tanzmariechen Nadine und den Gildesingers der FG Marktredwitz-Dörflas völlig überrascht. Nach der Verleihung des Gildeordens legte der Präsident noch ein paar Groschen in die FG-Kasse und mit einem dreifachen Helau verabschiedeten sich die Gäste.



Trotz dieser „nährischen“, ungeplanten Einlage gelang es dem Referentenduo die Aufmerksamkeit der 35 Zuhörer zurückzugewinnen, um abschließend auf die gezielten Maßnahmen, die sich durch die Gefährdungsbeurteilung und einer damit verbundenen Mitarbeiterbefragung ergeben haben, einzugehen. Peter Berek betonte nochmals die Wichtigkeit und Notwendigkeit

des Arbeits- und Gesundheitsschutzes, um somit das Gemeindeteam leistungsstark, motiviert und gesund in die Zukunft zu führen. Zur Krönung des Abends genossen die interessierten Lions noch eine Führung durch das ALEXBAD.

*Elke Seidel
IGM-GesundheitsCoach*



„Nachhaltig wirtschaften – anders leben.“

EBZ Bad Alexandersbad organisiert Veranstaltungsreihe

Angesichts der Klimakrise hat der Ruf nach nachhaltigem Wirtschaften eine ganz neue Dringlichkeit bekommen. Wie kann man Wirtschaftskreisläufe in unserer Region nachhaltig gestalten? Wie kann man aber auch im großen politischen Rahmen zu neuen Weichenstellungen finden? Eines ist klar: Regionale Anstrengungen werden auf Dauer nur dann Erfolg haben, wenn auch die Akteure in der großen Politik das Ihre tun, und umgekehrt. Nur Hand in Hand geht es voran. Leichter gesagt als getan? Genauso ist es!

Deshalb hat das am EBZ Bad Alexandersbad angesiedelte Netzwerk „Gemeinsam für die Region“ eine Veranstaltungsreihe organisiert, wo wir diese Fragen mit interessierten und engagierten Menschen diskutieren wollen.



Foto: Johannes Geiger (KEB)

In einer Eröffnungsveranstaltung (23.03., 19.30 Uhr, EBZ) machte der renommierte Wirtschaftswissenschaftler und Publizist Wolfgang Kessler konkrete Vorschläge, wie man den Kapitalismus im Geist der Nachhaltigkeit

verändern kann.

Zwei Exkursionen erschließen neue Wege in der Forstwirtschaft und der Landwirtschaft. Wir besuchen die Gelo-Holzwerke in Weißenstadt (12.05., 17.00 Uhr) und den Bauernhof der Familie Petzold

in Großschloppen (05.05., 17.00 Uhr). Bei letzterem werden uns der ökologisch hoch engagierte Politiker Joseph Göppel und Gudrun Frohmader-Heubeck vom Landschaftspflegeverband Wunsiedel begleiten. Zu guter Letzt führt uns Manfred Lehner von der VHS Amberg-Sulzbach vor Augen, wie es gehen kann, Nachhaltigkeit im regionalen Kontext umzusetzen (19.05., 19.00 Uhr).

Wollen Sie gemeinsam mit uns diese Fragen bedenken? Wir würden uns freuen. Wer weiß, was da Neues an Projekten und Initiativen entstehen kann. Genauere Informationen unter: www.ebz-alexandersbad.de, info@ebz-alexandersbad.de oder 09232/99390.

Dr. Peter Hirschberg
EBZ Bad Alexandersbad

Die nächsten Termine

05. Mai, 17.00 – ca. 20.00 Uhr: Nachhaltig wirtschaften – anders leben. Neue Wege in der Landwirtschaft.

Exkursion nach Großschloppen zu Familie Petzold, dort Betriebsführung, Gespräche und Brotzeit im Bauernhofcafé.

Mit Joseph Göppel, bis 2017 MdB, Energiebeauftragter des Bundesministeriums für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung für Afrika, Vorsitzender des Deutschen Verbandes für Landschaftspflege, und Gudrun Frohmader-Heubeck, Landschaftspflegeverband Wunsiedel.

Anmeldung bis 05. Mai bei info@ebz-alexandersbad.de (09232-99390). Mitfahrgelegenheit ab Bad Alexandersbad 16.15 Uhr.

12. Mai, 17.00 Uhr: Nachhaltig wirtschaften – anders leben. Neue Wege in der Forstwirtschaft.

Exkursion zu den GELO-Holzwerken nach Weißenstadt. Anschließend Möglichkeit zur Einkehr.

Anmeldung bis 05. Mai bei info@ebz-alexandersbad.de (09232-99390). Mitfahrgelegenheit ab Bad Alexandersbad 16.15 Uhr.

19. Mai 2020, 19.00 bis 21.00 Uhr: Vom Aktionsmosaik zur nachhaltigen Netzwerklandschaft im Landkreis: Der Amberg-Sulzbacher Weg Vortrag und Diskussion mit Manfred Lehner (Volkshochschule Landkreis Amberg-Sulzbach)

Ort: EBZ Bad Alexandersbad, Markgrafenstr. 34, 95680 Bad Alexandersbad

Vor allem für die Exkursionen möchten wir Sie freundlich um eine Anmeldung bitten, damit wir besser planen können. Bitte teilen Sie uns mit, ob Sie eine Mitfahrgelegenheit brauchen bzw. eine zur Verfügung stellen können.

Anmeldung unter: EBZ Bad Alexandersbad, Markgrafenstr. 34, 09232-9939-0 oder info@ebz-alexandersbad.de



Damensauna im ALEXBAD

Sie erwarten angenehme Aufgüsse, interessante Tipps für den Saunabesuch und ein erfrischendes Getränk.

Jeden ersten Dienstag im Monat ab 18.30 Uhr

Wir bitten um Ihr Verständnis, dass sowohl weibliches als auch männliches Fachpersonal den Saunadienst übernimmt.



Saunaaufgüsse

Sie erwarten angenehme Aufgüsse um 19 Uhr, 20 Uhr & 21 Uhr, wechselnde Aufgussdüfte und interessante Tipps zum Saunieren.

Jeden Donnerstag und Samstag ab 18.30 Uhr

Jeden ersten Samstag im Monat textilfreies Baden im Panoramabad (ab 18.30 Uhr)

Ein Musterbeispiel für Mut und Innovation

Vorstand des Bayerischen Heilbäder-Verbandes tagte in Bad Alexandersbad

Bayerns kleinstes Heilbad hat in den vergangenen Jahren kräftig in seine Zukunft investiert. Bad Alexandersbad glänzt nicht nur mit dem modernen ALEXBAD und der neu gestalteten Ortsmitte, sondern auch mit attraktiven Gesundheitsprogrammen. Der Vorstand des Bayerischen Heilbäder-Verbandes machte sich jetzt selbst ein Bild von den Neuigkeiten in seiner Mitgliedsgemeinde und nutzte eine turnusgemäße Vorstandssitzung für einen Besuch in Bad Alexandersbad.

Bürgermeister Peter Berek, Schatzmeister des Verbandes, erläuterte dem Gremium bei der Sitzung die Entwicklung des Heilbades während seiner nunmehr zwölfjährigen Amtszeit als Bürgermeister der Gemeinde. „Bei meinem Amtsantritt lag vieles brach: Wir mussten ein leeres 420-Betten-Hotel abreißen, das Markgräfliche Schloss und das Alte Kurhaus, heute Teil des Gesundheitszentrums (ALEXBAD), standen

den leer, in der Porzellanindustrie waren tausende von Arbeitsplätzen weggefallen, und die offenen Badekuren waren durch die Gesundheitsreform eingebrochen. Um wieder erfolgreich zu werden, blieb nur eines: ein Masterplan für die Gemeinde – zusammen mit den Bürgern anzupacken und zu verwirklichen.“ Nur mit großen finanziellen Anstrengungen und dank einiger Förderprogramme seien Investitionen möglich gewesen.

Das Ergebnis kann sich heute sehen lassen. Ein Heizkraftwerk liefert die Nahwärmeversorgung, ein Kinderhaus bietet eine bayernweit einmalige Kinderbetreuung rund um die Uhr, das moderne ALEXBAD entstand, die Ortsmitte und die Schlossterrassen laden zum Verweilen ein und bilden ein modernisiertes, historisches Zentrum. Im Markgräflichen Schloss sind der Bundesverband der Osteopathen und die Freie Akademie Osteopathie untergebracht.

Der Vorstand des Bayerischen Heilbäder-Verbandes war von dieser Entwicklung sehr beeindruckt. „Bürgermeister Peter Berek steht für Mut und Innovation, das Ergebnis der vergangenen Jahre ist sehenswert und ein Beispiel dafür, wie sich ein Heilbad fit für die Zukunft macht“, sagte der BHV-Vorsitzende Klaus Holetschek. Es ist nicht nur die

moderne Infrastruktur, auf die Bürgermeister Peter Berek stolz ist. „In unserer Gemeinde ist ein starkes Miteinander gewachsen, es kommt wieder zu erheblichen privaten Investitionen und es sind viele neue Vereine entstanden, die sich um das Leben und die Weiterentwicklung von Bad Alexandersbad kümmern. Darüber freue ich mich am meisten.“



Der Vorstand des BHV in Bad Alexandersbad

Das Goldene Buch der Gemeinde



Klaus Holetschek, frisch im Amt als Staatssekretär für Wohnen, Bau und Verkehr, nahm die Vorstandssitzung des BHV in Bad Alexandersbad zum Anlass, sich über zukünftige Pläne zu informieren. Anschließend verewigte sich Holetschek in seiner neuen Funktion im Goldenen Buch der Gemeinde Bad Alexandersbad. Anschließend wurde mit einem frisch gezapften Glas Heilwasser angestoßen. Auf dem Bild v.l.: Peter Berek (1. Bürgermeister Bad Alexandersbad), Klaus Holetschek (Staatsminister für Wohnen, Bau und Verkehr) und Martin Schöffel (MdL).



Prof. Dr. Hubert Weiger, Ehrenvorsitzender des BUND Naturschutz Bayern, und Olaf Zimmermann, Geschäftsführer Deutscher Kulturrat, im Evangelischen Bildungs- und Tagungszentrum (EBZ) zur Tagung „Nachhaltigkeit braucht Heimat“. Wir freuen uns über den Eintrag ins Goldene Buch der Gemeinde. Auf dem Bild v.l.: Dr. Birgit Seelbinder (Marktreidwitzer Alt-Oberbürgermeisterin), Dr. Joachim Twisselmann (stellvertretender Leiter EBZ), 1. Bürgermeister Peter Berek (hinten) und Prof. Dr. Hubert Weiger mit Olaf Zimmermann (vorne).



Am 7. Februar 2020 besuchte der Europaabgeordnete Christian Doleschal aus Brand i. d. Oberpfalz das kleinste Heilbad Bayerns, um sich über die Entwicklung und die Zukunftspläne von Bad Alexandersbad zu informieren. Zum Abschluss verewigte sich das Mitglied des Europäischen Parlaments mit einem Eintrag im Goldenen Buch der Gemeinde Bad Alexandersbad und bedankte sich bei Bürgermeister Peter Berek für die Gastfreundschaft. Auf dem Bild v.r.: 1. Bürgermeister Peter Berek, Europaabgeordneter Christian Doleschal und Betriebsleiter Stefan Walberer.

Arche-Dorf Kleinwendern

Retter des Roten Höhenviehs

Kleinwendern im Fichtelgebirge ist Bayerns erstes Arche-Dorf und trägt auf diese Weise zum Erhalt alter Nutztierassen bei.

Rotes Höhenvieh, Thüringer Wald-Ziege, Coburger Fuchsschaf: im Arche-Dorf Kleinwendern, einem Ortsteil von Bad Alexandersbad im Fichtelgebirge, haben sie und einige andere Haustierrassen jetzt ein neues Zuhause gefunden. Naturschutz, Artenschutz, Erhalt von Biodiversität, das sind Schlagworte, die derzeit in aller Munde sind. In dem Dorf Kleinwendern, das aktuell 80 Einwohner und 185 Tiere zählt, wollte man keine Schlagworte mehr hören, sondern Nägel mit Köpfen machen. „Uns geht es vor allem darum, die alten Nutztierassen zu erhalten“, sagt Ronald Ledermüller (45), Ideengeber für das Arche-Dorf und hauptamtlicher Geschäftsführer des Naturparks Fichtelgebirge. Erst in zweiter Linie geht es ihm und seinen Mitstreitern aus dem Dorf um die touristische Vermarktung von

Kleinwendern.

Wanderer, Mountainbiker und Nordic-Walker sind schon da und gehen an der Weide entlang, auf der die Rotviehherde von Landwirt Rudi Küspert zuhause ist. „Mit dem Rotvieh fing alles an“, erinnert sich Ronald Ledermüller. Über ein Projekt des Bayerischen Landschaftspflegeverbandes war er vor rund zehn Jahre darauf gestoßen, dass im Fichtelgebirge einst das Sechssämerotvieh gehalten wurde. Davon zeugt nicht nur ein Bild des Malers Johann Christoph Ziegler aus dem Jahr 1829, auch der Dichter Jean Paul hatte „die rote Kuh“ im Fichtelgebirge literarisch verewigt („Was Wunder? Die sehr rote Kuh ... gibt weiße Milch, Quarkkäs dazu“). Tatsächlich handelt es sich beim Roten Höhenvieh um eine der ältesten Rinderrassen Europas, da sind sich Fachleute sicher.

Zuletzt noch 26 Tiere

Ab den 1930er/1940er Jahren wurde die Rasse aufgrund ihrer zu

geringen Milchleistung nicht mehr gehalten, ja sogar hierzulande verboten. 26 Tiere soll es zuletzt noch gegeben haben, als Rudi Küspert anfang, die seltenen Kühe zu halten. „Zuerst herrschte Skepsis vor, doch irgendwann war der Knoten geplatzt“, sagte Ronald Ledermüller. Die Investitionen wurden vom Bayerischen Umweltministerium und von der Unteren Naturschutzbehörde gefördert. Heute vermarktet Rudi Küspert das Fleisch der Rinder in Bioqualität für 15 €/kg und hat damit einen so großen Erfolg, dass er die Nachfrage jetzt beim ersten Mal bei weitem nicht befriedigen konnte.

Mit dem Rotvieh startete gleichzeitig ein bayernweit einzigartiges bürgerschaftliches Gemeinschaftsprojekt. Mit Begeisterung begannen die Kleinwenderner alte Nutztierassen zu züchten. Erst im Frühjahr 2019 wurde Kleinwendern zum Arche-Dorf nach den Kriterien der Gesellschaft zur Erhaltung alter und gefährdeter Haustierrassen (GEH) erklärt. Nach Steinlah in Niedersachsen ist Kleinwendern somit das zweite Arche-Dorf in Deutschland und das erste in Bayern.

Großartige Dorfgemeinschaft

Bevor die Anerkennungsurkunde überreicht wurde, zogen nach und nach Sundheimer Hühner, Reichshühner, Coburger Fuchsschafe, Thüringer Wald Ziegen, Bayerische Landgänse, Rheinische Schecken und blauäugige Herme-

linkaninchen in dem Ortsteil von Bad Alexandersbad ein. Voraussetzung für die Ernennung zum Arche-Dorf ist die Haltung von mindestens sechs verschiedenen Rassen aus drei verschiedenen Tierartenkategorien, die auf der Roten Liste der Gesellschaft zur Erhaltung alter und gefährdeter Haustierrassen stehen. Die Rassen müssen in Herdbuchzucht geführt werden.

Vom Bayerischen Rundfunk bis zur Westdeutschen Allgemeinen Zeitung geben sich mittlerweile Journalisten und Presseteams in Kleinwendern die Klinke in die Hand. „Für den Naturpark Fichtelgebirge ist es eine großartige Werbung“, so Ronald Ledermüller, der auch Vorsitzender des Fichtelgebirgsvereins Bad Alexandersbad ist.

Er hebt besonders die großartige Dorfgemeinschaft hervor, die mit der Verwirklichung des Projekts entstanden ist. Egal ob Haupteerwerbslandwirt, Nebenerwerbslandwirt oder Hobbyzüchter, alle ziehen in Kleinwendern an eine Strang. Die Stimmung im Dorf habe sich gewandelt, mittlerweile seien sogar wieder junge Familien hierher gezogen. Auch ein Dorffest hat man nach vielen, vielen Jahren wieder einmal gefeiert und dabei auf die Ernennung zum Arche-Dorf angestoßen.

Stephan Herbert Fuchs
Bay. Landw. Wochenblatt
26.11.2019



Ronald Ledermüller ist der Ideengeber des Arche-Dorfes Kleinwendern. Er ist der Ideengeber des Archeprojektes, mit dem das Rotvieh im Fichtelgebirge wieder eine Heimat gefunden hat. © Stephan Herbert Fuchs

Das Heilwasser der Luisenquelle auf Reisen

Die Reise- und Freizeitmesse „f.re.e“, die vom 19. bis 23. Februar in München stattfand, konnte bei ihrem 50-jährigen Jubiläum über 130.000 Besucher verzeichnen. Insgesamt präsentierten über 1.300 Aussteller aus 60 Ländern ihre Angebote in den Themenbereichen Reisen, Caravaning, Fahrrad, Outdoor sowie Gesundheit & Wellness. Am Samstag, den 22. Februar war auch Bad Alexandersbad auf Bayerns

größter Reise- und Freizeitmesse vertreten. Die Bayern Tourismusmarketing GmbH hatte in Kooperation mit dem Bayerischen Heilbäderverband an einem großen, prominent platzierten Stand ein interessantes Programm für die Messebesucher zusammengestellt. Dazu zählte eine Verkostung der verschiedenen Heilwasser aus den bayerischen Mineralbädern Bad Reichenhall, Bad Brückenau und Bad Alexandersbad.



Stündlich gab der Wassersommelier Dr. Wolfgang Schropp aus München alle wichtigen Informationen zum jeweiligen Heilwasser. Im Anschluss konnten die Besucher die verschiedenen Sorten probieren.

Der Bergfink

Ein Wintergast aus dem Norden

Bergfinken kommen in Nord- und Nordosteuropa vor. Man sieht sie bei uns nur zwischen Oktober und März, wenn sie sich als Wintergast bei uns aufhalten oder auf ihrem Weg Rast einlegen. Wenn die Vögel auf dem Zug sind, sind sie in riesigen Schwärmen unterwegs, sodass zum Teil sogar Äste

von Bäumen abbrechen, weil so viele Vögel auf ihnen sitzen. Zwar ist ein einzelner Vogel mit einem Körpergewicht von rund 23g nicht allzu schwer, wenn jedoch mehrere hundert Vögel im Baum sitzen, kommt dennoch einiges an Gewicht zusammen.

In Körperform und -größe äh-

neln sie den heimischen Buchfinken. Jedoch sind sie an Brust und Schultern orange und der Bauch ist weiß gefärbt. Bei den Männchen sind der Kopf und der Rücken im Sommer schwarz gefärbt, im Winter weicht das kräftige Schwarz jedoch einer Art Schuppenzeichnung. Das Weibchen ist, wie bei den meisten Vogelarten üblich, unauffälliger und blasser gefärbt als das Männchen. Anstelle des dunklen Kopfes hat es lediglich zwei dunkle Seitenstreifen, die vom Kopf auf den Rücken übergehen.

Bei uns sieht man die Vögel häufig am Vogelhaus, wenn sie sich heruntergefallene Sonnenblumenkerne holen. Wer eine Buche in seinem Garten hat, hat dort ebenfalls gute Chancen die Vögel zu entdecken, wenn sie sich auf die Suche nach Bucheckern aus dem Herbst machen. Wenn Schnee liegt, kann man auch be-

obachten, wie die Bergfinken den Schnee mit dem Schnabel oder den Flügeln beiseiteschieben, um an ihre Nahrung zu kommen. Es kann sogar vorkommen, dass man einen bis zu 30 cm langen Tunnel im Schnee findet, den der Vogel auf der Suche nach Futter gegraben hat.

Die Paarung findet in der Heimat der Vögel im April/Mai statt, nachdem die Vögel aus ihren Winterquartieren zurückgekehrt sind. Sie legen 5-7 Eier in napfförmige Nester, die die Weibchen ohne die Hilfe der Männchen bauen. Die Nester befinden sich vorzugsweise in offenen Nadelwäldern mit einzelnen Laubbäumen, sowie in Birken-, Buchen- oder Erlenwäldern. Das Brüten übernimmt alleine das Weibchen, bei der Aufzucht der Jungen hilft das Männchen jedoch mit.

Sarah Beer



Männlicher Bergfink im Winterkleid.

Kurkonzertsaison 2020

Kurkonzerte bereichern das Kurprogramm in Bad Alexandersbad

Am Sonntag, 8. März eröffneten die Original Fichtelgebirgsmusikanten unter der Leitung von Franz-Josef Pscherer die Kurkonzertsaison 2020 in Bad Alexandersbad. Bis Ende Oktober werden Sonntag für Sonntag insgesamt 24 Konzerte im Haus des Gastes veranstaltet. Erster Bürgermeister Peter Berek begrüßte die Musikanten und Konzertbesucher zum Saisonauftakt. Er bedankte sich für das stets große Interesse und wünschte allen Beteiligten einen erfolgreichen Kultursommer. Sein besonderer Dank galt neben den Gästen und den Musikgruppen der Familie Voit vom Schweizerhaus, die auch dieses Jahr in bewährter Weise die Bewirtung während der Veranstaltungen übernimmt.

Neben den bereits genannten Musikanten werden viele weitere bewährte Gruppen und Orchester aus den vergangenen Veranstaltungsjahren wie die Stadt-

kapelle Mitterteich, die Ponader Boum, das Akkordeon Orchester Gefrees und die Krebsacker Blasmusik für musikalische Unterhaltung sorgen. Erstmals in Bad Alexandersbad zu hören ist die Gruppe „Zeitlos“. Die Original Fichtelgebirgsmusikanten werden auch dieses Jahr die Kurkonzertsaison im Herbst abschließen.

Dem kleinsten Heilbad Bayerns, in dem die Kurkonzerte zum Pflichtprogramm des Kurbetriebs gehören, gelingt es jedes Jahr, ein beachtliches Musikprogramm auf die Beine zu stellen. Dies ist allerdings nur möglich, weil sich immer wieder Unterstützer finden, die dieses in der Umgebung einmalige Angebot unterstützen. In diesem Jahr geht der Dank hierfür an die Vereine und Initiativen in Bad Alexandersbad, die Sparkasse Hochfranken und Edeka Enders aus Wunsiedel. Bürgermeister Peter Berek freut sich, dass es dank der Sponsoren wieder mög-



Auf dem Bild von links: Peter Berek (1. Bürgermeister Bad Alexandersbad), Tanja Rieß (Vertreterin der Vereine und Initiativen in Bad Alexandersbad), Andrea Kilgert (Bürgerbüro Gemeinde Bad Alexandersbad) und Andreas Pöhlmann (Vorstandsvorsitzender Sparkasse Hochfranken)

lich ist, Gästen und Einwohnern des Heilbades ein vielfältiges musikalisches Programm zu bieten. Musik macht Freude und Freude entspannt und hält gesund. Damit sind die Kurkonzerte ein Baustein im Gesundheits- und Präventionsangebot des Kurortes.

Den Veranstaltungsflyer mit allen Kurkonzerten gibt es beim

Gästeservice im ALEXBAD oder im Internet unter www.badalexandersbad.de. Der Eintritt zu den Kurkonzerten kostet 2,50 Euro, Gäste mit Kurkarte können der Akkordeon-, Blas- oder Saitenmusik kostenfrei lauschen.

Anja Peltzer

Marketing & Produktentwicklung

Neuigkeiten aus Sankt Michael

Im Seniorenheim St. Michael gab es viele Gründe zum Feiern



Adventskonzert der Fichtelgebirgskapelle aus Ebnath

Traditionell besuchte uns am 3. Adventssonntag die Fichtelgebirgskapelle aus Ebnath unter der Leitung von Johannes Prechtel. Die Vorfreude der Bewohner und ihrer Angehörigen war groß und so versammelten sich zahlreiche Zuhörer im Pavillon, um den verschiedenen Stücken zu lauschen. Das abwechslungsreiche Programm, von besinnlichen bis flotten Musikstücken und Kurzgeschichten, ließ keine Langeweile aufkommen. Wir freuen uns schon sehr auf den nächsten Besuch!



Nach 32 Jahren in den Ruhestand

Nach 32 Jahren verabschiedet sich Frau Resi Schraml in den wohlverdienten Ruhestand. In dieser Zeit erlebte sie zahlreiche Veränderungen in und um St. Michael. In all den Jahren war sie auf Wohnbereich 1 ein Fels in der Brandung. Pflegedienstleitung Anja Ries und Wohnbereichsleitung Sandra Herrmann bedauern ihren Austritt sehr, bedanken sich herzlich für den engagierten Einsatz und wünschen ihr alles Gute für ihren Ruhestand. Auch die Bewohner werden Resi Schraml sehr vermissen.



Faschingsfeier

Am 20.02.2020 wurde in St. Michael Fasching gefeiert. Einrichtungsleiter Peter Konrad musste sich schon während seiner Begrüßungsrede von seiner Krawatte verabschieden. Frau Luise Sterner übernahm diese Aufgabe sehr gerne. Musik machte wie gewohnt unser allseits beliebter Werner Bachfischer. Zur Freude der Bewohner gab es in diesem Jahr wieder eine Tanzeinlage vom Tanzmariechen Antonia Minge von der Faschingsgesellschaft Narhalla Rot-Weiß aus Marktrechwitz. Ein weiteres Highlight war die Verleihung des Faschingsordens der Narhalla Rot-Weiß an unsere Bewohnerin Elisa Raitchel. Es wurde lange getanzt, gesungen und geschunkelt, für alle war es eine gelungene Veranstaltung.

Texte & Bilder: Stephanie Kastl & Barbara Frieze, Soziale Betreuung

Die Pflanzenwelt um Bad Alexandersbad

Willy Jackwert stellt die buchsblättrige Kreuzblume vor

Bei unseren Frühjahrswanderungen im Gemeindegebiet beobachten wir das Erwachen unserer Pflanzenwelt aus der natürlichen Winterruhe.

Dabei treffen wir an wenigen Stellen beim Gang entlang des Waldrandes ein auch über den Winter grünes Pflanzenkraut. Dieses hat ein ähnliches Aussehen wie das Preiselbeerkraut. Die Blätter sind jedoch etwas schmaler als das der Preiselbeeren.

Kennst du mich?

Ich bin die buchsblättrige Kreuzblume. Botaniker nennen mich *Polygala chamaebuxus*. Der

Name kommt von „poly“ = viel und „gala“ = Milch. Die Pflanzen aus dieser Pflanzenfamilie bewirken im Futter eine höhere Milchbildung.

Meine kreuzförmigen Blüten sind gelb-weiß oder auch rötlich-purpurn. Sie sind 12–15 mm lang.

Ich bin ein Zwergstrauch und 15–25 cm groß mit immergrünen, lederartigen Blättern.

Ich wachse an trockenen, basischen Orten, bevorzugt an Waldrändern. Ihr könnt mich immer ansehen, aber nie zerstören.

Euer Naturfreund

Willy Jackwert



Zertifizierung und Kreiswettbewerb

Mein Naturgarten – vielfältiger Lebensraum für alle

Unter dem Motto „Mein Naturgarten – vielfältiger Lebensraum für alle“ starten der Kreisverband für Gartenkultur und Landespflege Fichtelgebirge und die ihm angeschlossenen Gartenbauvereine in das Jahr 2020.

Wie schon in der Vergangenheit möchte der Verband eine am Schutz der Natur und der Bewahrung der Artenvielfalt ausgerichtete Anlage der Hausgärten in unserer Region fördern. Eine Initiative der bayerischen Landesanstalt für Weinbau und Gartenbau (LWG) bietet hierbei ein neues Hilfsmittel – die Zertifizierung von Gärten, die den anspruchsvollen Anforderungen an einen „Naturgarten“ entsprechen.

Aber was ist ein Naturgarten? In den Richtlinien für die Zertifizierung heißt es hier unter anderem: Ein Naturgarten ist in ganz besonderer Wei-

se auch Lebensraum und Heimat für viele Pflanzen und Tiere. Er fördert eine lebendige Vielfalt von Lebensräumen, eine bunte Mischung vom Bauerngarten bis zur Blumenwiese und vom Trockenbiotop bis zum Gartenteich. Hier blühen Ringelblumen neben dem Salat, Vögel bauen ihr Nest im Hartriegel, Schmetterlinge und Bienen besuchen die Blüten und holen sich Nektar und Nahrung. Es gibt reichlich Platz zum Sitzen und Genießen, zum Träumen und Entspannen. Kinder werden eingeladen zum Spielen und Toben. Dabei wird jedoch betont, dass auch ein Naturgarten gepflegt sein will. Naturgarten bedeutet nicht der Wildnis freien Lauf zu lassen, sondern meint das bewusste Gestalten im Einklang mit der Natur.

Die Beschreibung enthält viele

Punkte, für die sich die Gartenbauvereine und ihre Mitglieder seit Jahrzehnten engagieren. Denn in unseren Vereinen wurde schon vor langer Zeit erkannt wie wichtig eine intakte Umwelt ist und welches Potenzial der eigene Garten für die Gesundheit des Menschen und die Vielfalt in der Natur bietet. Die Gartenzertifizierung ist nicht den Mitgliedern in den Gartenbauvereinen vorbehalten. Jeder Bürger kann seinen Garten melden und sich für seine Mühen belohnen lassen. Zu den Bewertungskriterien zählen zum Beispiel der Verzicht auf chemische Pflanzenschutzmittel, auf chemisch-synthetische Dünger und den Einsatz von torfhaltigen Substraten. Als Naturgartenelemente zählen ein „Wildes Eck“, Wiesen, Laubbäume, Blumen, Stauden, gebietstypische Sträucher usw. Weitere in die Bewertung einfließende Elemente sind zum Beispiel Gemüsebeete, Komposthaufen, Nützlingsunterkünfte sowie die Nutzung von Regenwasser zur Bewässerung. Der Preis für die Durchführung der Zertifizierung incl. Urkunde und einem Schild zur Kennzeichnung des Gartens beträgt 60,00 €. Allerdings können sich die Gartenbesitzer im Landkreis Wunsiedel diese

Gebühr ersparen. Wie geht das?

Der Kreisverband für Gartenkultur und Landespflege Fichtelgebirge veranstaltet in diesem Jahr einen Wettbewerb unter dem Motto „Mein Naturgarten – Vielfältiger Lebensraum für alle“. Die Bewertungskriterien lehnen sich an die der Gartenzertifizierung an. Teilnehmer am Wettbewerb können auf Wunsch auch die Zertifizierung beantragen und erhalten diese, soweit die Kriterien erfüllt sind, kostenfrei. Also ein Grund mehr zum Mitmachen. Anmeldeschluss für den diesjährigen Kreiswettbewerb ist der 22.05.2020. Informationsmaterial zum Wettbewerb und zur Zertifizierung erhalten Sie beim Kreisverband z.B. auch unter www.gartenbauvereine-fichtelgebirge.de, oder Sie kommen zur diesjährigen Mitgliederversammlung des Obst- und Gartenbauvereins Bad Alexandersbad am 17.04.2020 um 19:00 Uhr im Gasthof Bad Ischl. Hier erwartet Sie ein interessanter Vortrag zu diesem Thema. Auch Nichtmitglieder sind ausdrücklich willkommen.

Daniel Kilgert

OGV Bad Alexandersbad

Die **Mitgliederversammlung des Obst- und Gartenbauvereins Bad Alexandersbad e.V.** findet am Freitag 17.04.2020 um 19:00 Uhr im Gasthof Bad Ischl statt. Neben dem Jahresbericht, der Planung für 2020 und der Ehrung langjähriger Mitglieder steht ein Bildervortrag von Herrn Hans-Martin Bäcker zum Thema „Mein Naturgarten – vielfältiger Lebensraum für alle“ im Mittelpunkt des Abends. Auch Nichtmitglieder des Gartenbauvereins sind zu dieser Veranstaltung herzlich eingeladen.

Mitgliederversammlung von „mein ALEXBAD e.V.“

Festes Mitglied in der Baderner Vereinsgemeinschaft

Zu seiner dritten ordentlichen Mitgliederversammlung lud der Verein „mein ALEXBAD e.V.“ am 17. Januar 2020 ins ALEXBAD ein. Die anwesenden Vereinsmitglieder hatten dabei Gelegenheit, mehr über die positive Entwicklung des Vereins sowie über die Beteiligung an gemeinsamen Aktivitäten der Vereine & Initiativen von Bad Alexandersbad zu erfahren. Außerdem standen Neuwahlen auf der Tagesordnung. Der Verein zählte zum Zeitpunkt der Mitgliederversammlung über 650 Mitglieder, darunter zahlreiche Bürgerinnen und Bürger bzw. Beschäftigte der Gemeinde. Alle Einwohner von Bad Alexandersbad, die noch nicht Mitglied im Verein sind, sind herzlich eingeladen

dem Verein kostenfrei beizutreten.

Die Angebote, die der Verein im Jahr 2019 mit dem ALEXBAD aushandeln konnte, wurden von den bestehenden Mitgliedern rege in Anspruch genommen. Dazu zählten u. a. ein Kosmetikangebot aus dem Bereich Fußpflege sowie eine Gutscheinkarte im Dezember. Darüber hinaus beteiligte sich der Verein – in Kooperation mit dem Obst- und Gartenbauverein und dem Förderkreis Waldbad – bereits zum dritten Mal am Baderner Weihnachtsmarkt. Zum ersten Mal war der Verein auch auf dem Sommer- und Lichterfest mit einem eigenen Getränkestand vertreten.

Zum ersten Mal seit der Grün-

dung des Vereins fanden Neuwahlen statt. Dabei wurden die beiden Vorsitzenden und die Schriftführerin in ihren Ämtern bestätigt. Lediglich beim Amt des Schatzmeisters fand eine personelle Veränderung statt. Den neuen Vorstand bilden Anja Peltzer (1. Vorsitzende), Anna Piras (2. Vorsitzende), Florentina Mathes (Schatzmeisterin) und Sabine Schelter (Schriftführerin). Die Vorstandschaft von „mein ALEXBAD

e.V.“ berichtete zum Ende der Mitgliederversammlung über die geplanten Vereinsaktivitäten für das Jahr 2020. Wie in den Jahren zuvor sind verschiedene Rabattaktionen, Gutscheinkarten sowie bereichsübergreifende Kombi-Angebote geplant. Darüber hinaus ist eine Vortragsreihe zum Thema Gesundheit angedacht.

Anja Peltzer

1. Vorsitzende „mein ALEXBAD e.V.“

Alle Mitglieder von „mein ALEXBAD e.V.“ sind herzlich eingeladen, sich aktiv in die Vereinsarbeit einzubringen und Ideen zu Aktionen, Angeboten, Veranstaltungen, etc. beizusteuern. Ideen können per E-Mail an anja.peltzer@badalexandersbad.de oder telefonisch über die Telefonnummer 09232.9925-70 an die 1. Vorsitzende des Vereins, Anja Peltzer, übermittelt werden.

Trend Waldbaden

Ausbildung zum Waldgesundheitstrainer hat begonnen



Die künftigen Waldgesundheitstrainer und die Kursleiter. Zweite von links: BHV-Projektleiterin Gabriella Squarra, Mitte: Prof. Dr. Dr. Angela Schuh (LMU München).

Das vom Bayerischen Wirtschaftsministerium in Zusammenarbeit mit dem bayerischen Heilbäderverband geförderte Projekt „Wald und Gesundheit“ nimmt Fahrt auf. In Bad Wörishofen starteten die Vertreter aus 14 bayerischen Heilbädern und Kurorten die Ausbildung zum Waldgesundheitstrainer. Veranstalter waren der Kneippärztebund Bad Wörishofen und die Ludwig-Maximilians-Universität München unter der Leitung von Prof. Dr. Dr. Angela Schuh. Mit dem Projekt „Wald und Gesundheit“ will der BHV zusammen mit den Projektpartnern künftig den Wald als Gesundheitsressource in den Heilbädern und Kurorten nutzen und in Verbindung mit den einzigartigen, ortsgebundenen Heilmitteln neue Therapie- und Präventionsangebote entwickeln. Wissenschaftlich begleitet wird das Projekt vom Lehrstuhl für Public Health und Versorgungsforschung (IBE) der Ludwig-Maximilians-Universität München, der zunächst Kriterien für Kur- und Heilwälder entwickelt. 15 Pilotorte machen in dieser Studie mit. Die Ausbildung von Waldgesundheitstrainern ist Teil des Projektes. In einem weiteren Schritt wird ein Manual als Leitfaden für die weitere Umsetzung in den Bayerischen Kurorten ausgearbeitet.

An der Ausbildung zum Waldgesundheitstrainer nehmen auch

die beiden IGM-GesundheitsCoaches Elke Seidel und Claudia Karl aus Bad Alexandersbad teil. Das einzige Mineral- und Moorheilbad im Naturpark Fichtelgebirge ist aufgrund seiner Lagegunst umgeben von Wäldern und Wiesen, am Fuße der Luisenburg und des Felsenlabyrinths prädestiniert für Gesundheitsangebote in der Natur. Das Thema Wald in Verbindung mit gesundheitlichen Aspekten spielt in Bad Alexandersbad seit jeher eine übergeordnete Rolle und ist zudem historisch begründet. So war beispielsweise die sogenannte Doktorswiese nichts anderes als eine Waldlichtung, die für die Kurgäste der Kaltwasser-Heilanstalt angelegt wurde. Außerdem verfügt das Heilbad bereits über diverse Angebote zum Thema „Wald und Gesundheit“. Bei einer Wald-Erlebnis-Wanderung im Rahmen des Individuellen Gesundheits-Managements (IGM) zum Beispiel lernen die Teilnehmer, den Wald achtsam und mit allen Sinnen wahrzunehmen. Entlang der Luisenburgallee sollen nun Kur- und Heilwaldangebote, wie Perlen an einer Kette gereiht, entstehen, die von den speziell ausgebildeten Waldgesundheitstrainern entwickelt werden.

Die künftigen Waldgesundheitstrainer hatten bei der Ausbildung in Bad Wörishofen ein straffes Programm. Auf dem Stun-

denplan standen aktuelle Themen aus Forschung und Wissenschaft zum Thema Wald, Studien zur Wirkung und Wirksamkeit des Waldes, zu Klima und Luft, im Wald anzuwendende Body-Mind-Verfahren sowie die Wirkung von Kneipp-Anwendungen. Dazu lernen die Teilnehmer Grundlagen der Achtsamkeitspraxis, Reflexionsmethoden und den Umgang mit Gruppen. „Es waren alle Teilnehmer mit großer Begeisterung bei der Sache“, berichtet die Projektleiterin des BHV, die Bad Reichenhaller Kurdirektorin Gabriella Squarra. „Bei der Tätigkeit des Waldgesundheitstrainers geht es nicht nur um Yoga oder Entspannungsübungen im Wald. Es wird künftig darauf ankommen, den Wald als Partner für Achtsamkeit, Entschleunigung oder Sinnestraining zu entdecken.“

Mit dem Büffeln in Bad Wörishofen ist es für die Kursteilnehmer deshalb auch längst nicht getan. Jeder muss nun im Nachgang eigene Konzepte für sein Heilbad oder seinen Kurort entwickeln. Schließlich sollen auch die jeweiligen ortsgebundenen Heilmittel in künftige Wald-Angebote mit einfließen. „Das heißt: Jeder Teilnehmer muss sich intensiv mit den ortsspezifischen Heilmitteln und den damit verbundenen Indikationen auseinandersetzen“, so Squarra weiter. „Das neue, vom Waldgesundheitstrainer entwickelte Konzept muss die Ressourcen des Waldes und die Ressourcen des Kurortes sinnvoll miteinander verbinden.“

Prof. Dr. Dr. Angela Schuh hat zusammen mit ihrer Mitarbeiterin Gisela Immich (M. Sc.) zahlreiche Studien zum Thema Wald und Gesundheit ausgewertet. „Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass der Wald positive Auswirkungen auf die Gesundheit hat. Der Wald stärkt das eigene Wohlbefinden, ruft positive Emotionen hervor, hellt die Stimmung auf und stärkt die eigenen Gesundheitsfähigkeiten. Der Wald kann für die bayerischen Heilbäder und Kurorte ein nachhaltiger und qualitätsvoller Teil des Präventionsangebotes werden.“

Notrufnummern

Gasversorgung

ESM Selb-Marktredwitz
Tel. 09287 802-112

Stromversorgung

SWW-Wunsiedel
Tel. 09232 887-0

Wasserversorgung – Wasserwart

Tel. 09232 9925-55

Polizei

Tel. 110

Feuerwehr, Rettungsdienst

Tel. 112

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Tel. 116 117

Apothekennotdienst

Tel. 0800 00 22833

Giftnotruf

Tel. 089 19240

Öffnungszeiten

Annahme von Gartenabfällen

Containerplatz am Biomasseheizkraftwerk an der Luisenburgallee
nur von April – Oktober
Mittwoch: 18.00 bis 19.00 Uhr
Samstag: 16.00 bis 18.00 Uhr

Altpapierabgabe

Blauer Container
hinter dem Alten Kurhaus

Erlös für das Kinderhaus!

Bitte keine Kartonagen!

Verwaltungsgem. Tröstau

Hauptstraße 6, 95709 Tröstau
Tel. 09232 9921-0
Montag – Freitag: 7.30–12.00 Uhr
Montag, Dienstag: 13.00–16.00 Uhr
Donnerstag: 13.00–17.00 Uhr

Bürgerbüro

Markgrafenstraße 28
Tel. 09232 9925-10
Mo, Di, Do, Fr: 9.00–12.00 Uhr
Mi: 14.30–17.30 Uhr

Gästeservice

Markgrafenstraße 28
Tel. 09232 9925-0
Montag – Sonntag: 8.00–22.00 Uhr

ALEXBAD

Markgrafenstraße 28
Tel. 09232 9925-0
Montag – Sonntag: 8.00–22.00 Uhr

Impressum

„Die Quelle“

Ausgabe 55 im März 2020

Herausgeber:

Gemeinde Bad Alexandersbad
Markgrafenstraße 28
95680 Bad Alexandersbad
diequelle@badalexandersbad.de

Verantwortlich:

1. Bürgermeister Peter Berek

Redaktion:

Anja Peltzer und Anna Piras (Gestaltung)

Die nächste Ausgabe der Quelle erscheint Ende Juni 2020.

Redaktionsschluss für diese Ausgabe ist am **29. Mai 2020**.