

# Verleihung des Staatspreises

## Ausgezeichnetes bürgerschaftliches Engagement



Die freudige Mitteilung, dass Bad Alexandersbad mit dem Staatspreis für Dorferneuerung ausgezeichnet wird, kam bereits im Sommer 2020. Am 30.07.2021 fand nun die feierliche Verleihung der Urkunde an die Gemeinde und die Teilnehmergeinschaft statt.

Bei strahlendem Sonnenschein würdigten Vertreter aus Politik, Wirtschaft und öffentlichem Leben die Projekte, die im Rahmen der Dorferneuerung in den letzten Jahren umgesetzt wurden. Aufgrund der geltenden Bestimmungen zur Eindämmung der Corona-Pandemie konnte nur ein kleiner Gästekreis an der Verleihung teilnehmen, die vom Posaunenchor der Evangelischen Kirchengemeinde musikalisch umrahmt wurde.

Kathrin Riedel vom Amt für Ländliche Entwicklung zeigte sich begeistert vom Ambiente auf den Schlossterrassen. Die Kuranlage bietet einen würdigen Rahmen für die Verleihung. Sie begrüßte die wesentlich am Dorferneuerungsprozess beteiligten Akteure und lobte das außerordentliche Engagement der Teilnehmergeinschaft mit Claudia Stich an der Spitze. Wichtige Partner im gesamten Prozess waren auch der Deutsche Orden, das Evangelische Bildungs- und Tagungszentrum, die Planer sowie diverse Unternehmen und Gastgeber im Ort.

Landtagsabgeordneter Martin Schöffel hob die Bedeutung einer hohen Bürgerbeteiligung im Rahmen der Dorferneuerung hervor.

Diverse Förderprogramme, z.B. die Förderoffensive Nordostbayern, die vom Amt für Ländliche Entwicklung begleitet werden, sorgen für vitale ländliche Räume. Die Dorferneuerung in Bad Alexandersbad sei ein Leuchtturmprojekt, das seine Strahlkraft weiter entwickeln müsse. Nun seien alle Beteiligten aufgefordert, das innovativste Heilbad Bayerns weiter voranzubringen.

Landrat Peter Berek zitierte Altbürgermeister Ulrich Lempart, der im Jahr 2008 gesagt habe: „Wir brauchen wieder Stil.“ Im Rahmen der Dorferneuerung sei dies gelungen. Es sei ein stilvolles Kurquartier entstanden, das als Grundlage für die weitere Entwicklung des Kurortes dienen wird. Die Gratulation des ehemaligen Bürgermeisters von Bad Alexandersbad für diesen Erfolg ging an alle Bürgerinnen und Bürger, Unternehmen und Institutionen, an die Architekten und Planer sowie an die beteiligten Behörden. Es gäbe keinen vergleichbaren Prozess in ganz Bayern. Umso mehr freute sich der Landrat über den ersten Staatspreis in der Kategorie Dorferneuerung für den Landkreis Wunsiedel i. Fichtelgebirge, den gleichzeitig das derzeit einzige Heilbad im Landkreis erhält.

Regierungspräsidentin Heidrun Piwernetz sprach von einer gewaltigen Herausforderung in Bezug auf die Entwicklung des ländlichen Raums. In Bad Alexandersbad wurden herausfordernde Situationen souverän bewältigt, indem alle

an einem Strang gezogen haben. Sie hob besonders hervor, dass im Heilbad verschiedene Fördergeber, darunter die ländliche Entwicklung, die Städtebauförderung und die Wirtschaftsförderung auf beispielhafte Art und Weise zusammengearbeitet haben.

Lothar Winkler, Leiter des Amtes für Ländliche Entwicklung Oberfranken, erläuterte die Gründe für die Auszeichnung mit dem Staatspreis für Dorferneuerung. Die Jury würdigte damit die herausragenden Ortsentwicklungsprozesse, der viel Mut aus der Bevölkerung erforderte und für Aufbruchsstimmung im Kurort sorgte.

Bürgermeisterin Anita Berek zeigte sich begeistert darüber, wie die Bürgerinnen und Bürger von Bad Alexandersbad ihr Heilbad aktiv mitgestalten. Nun gilt es weiterzumachen und mit viel Mut und Engagement an der Zukunft des Ortes zu arbeiten. Dabei sei der kleine Kurort jedoch weiterhin auf Unterstützung von außen angewiesen.

Claudia Stich von der Teilnehmergeinschaft blickte auf die Arbeit im Vorstand zurück. Sie sei auf viele engagierte Menschen getroffen, die trotz zahlreicher Unsicherheiten nie das Ziel aus den Augen verloren haben. Ihr Dank ging an alle Bürgerinnen und Bürger für ihre Ideen, ihre Geduld, ihr Engagement und ihre Zuversicht. Nun müsse die Entwicklung weitergehen und sie hoffe darauf, dass

in Zukunft auch jüngere Generationen mit ins Boot geholt werden können.

In einem Punkt waren sich alle Redner einig: Die Fortentwicklung von Bad Alexandersbad ist der einzige Weg für die Kommune in die Zukunft. Der Staat sei in der Verantwortung sein Versprechen, gleichwertige Lebensbedingungen zu schaffen, einzulösen.

Abschließend überreichte Amtsleiter Lothar Winkler den mit 8.000 Euro dotierten Staatspreis an Bürgermeisterin Anita Berek und den Vorstand der Teilnehmergeinschaft. Das Preisgeld möchte die Teilnehmergeinschaft dafür verwenden, den Wandelgang an der Luisenburgallee wieder aufzubauen.

### Aus dem Inhalt:

Aktuelles aus dem Kinderhaus.....	2
Neuigkeiten aus St. Michael.....	3
Informationen für Senioren.....	4
Aus dem Gemeinderat.....	5
Revierwanderungen.....	8
Neues von der Musikschule .....	9
JHV der Vereine.....	10
Verleihung des Staatspreises .....	12
Neues vom Trainingspark.....	15
Programm von Philipp Lahm.....	16
Gesundheitsmanagement.....	17
Videodreh im Heilbad.....	18
Tier- und Pflanzenwelt.....	19
Osteopathie.....	20
Eröffnung Filumi.....	22
Fachtagung im EBZ.....	23
ILE Gesundes Fichtelgebirge.....	24

# Aktuelles aus dem Kinderhaus Königin Luise

Der Sommer in Kinderkrippe, Kindergarten und Kinderhort

## Verabschiedung der Vorschulkinder

Die Vorschulkinder aus dem Kindergarten durften auch dieses Jahr wieder ihr großes Abschiedsfest feiern! Vormittags wurden sie von der gesamten Kindergarten-Gruppe mit Liedern, Spielen und Geschenken verabschiedet. Abends ging es auf große Abenteuer-Tour: die Kinder folgten geheimen Glitzerspuren, mussten Team-Aufgaben erfüllen und erhielten zum Abschluss einen großen Schatz, eine gut gefüllte „Schultüte“!

Wir wünschen allen zukünftigen Schulkindern einen guten Schulstart und eine erfolgreiche Schullaufbahn!



## Sommerfest

Die Krippen- und Kindergartenkinder feierten in der Woche vor den Sommerferien ein gemeinsames internes Sommerfest. Es gab verschiedene Programmpunkte, an denen die Kinder teilnehmen konnten: Kinderschminken, Bobbycar-Rennen und Dosenwerfen. Außerdem erhielt jedes Kind einen geknoteten Luftballonhut und für alle Schleckermäuler gab es ein leckeres Eis mit Streuseln. Das große Highlight war aber die Ausfahrt mit der Bimmelbahn! Zuerst ging es nach Kleinwendern, wo die Archdorf-Tiere bestaunt werden konnten und dann ging es nach einer großen Abschlussrunde über Wunsiedel wieder zurück ins Kinderhaus.

# Neuigkeiten aus Sankt Michael

Der Sommer im Seniorenheim

## Sommer genießen

Wer rastet, der rostet! Bei schönem Wetter werden die Tagesaktivitäten auf unsere Terrasse verlegt. Unsere Bewohner genießen die frische Luft und die Sonne. Mit vollem Eifer nehmen sie an der Zeitungs- und Rätselrunde mit der Betreuungsassistentin teil.



## Sommergrillfest

Sommerzeit – Grillzeit! Unser Koch, das Küchenpersonal und unser Hausmeister verköstigten mit gegrillten Steaks, Bratwürsten und leckerem Kartoffelsalat die Senioren. Natürlich durfte ein gekühltes Getränk nicht fehlen.

Der Musiker Eike Assmann spielte mit seiner Gitarre alte Schlager und bekannte Lieder. Die Senioren und auch das Personal schwingen das Tanzbein, sangen lautstark mit und ließen es sich gut gehen.

Eine unserer Bewohnerinnen ließ es sich nicht nehmen, ein selbstverfasstes Gedicht vorzutragen. Ihre Eigenkomposition mit der Melodie von „Ein Vogel wollte Hochzeit feiern“ regte das Publikum zum Mitsingen und Feiern an. Zum Abschluss des Festes gab es noch einen Eisbecher, den sich jeder auf der Zunge zergehen ließ.



## Shopping in Sankt Michael

Die Firma Mode Merkel beehrte uns wieder mit ihrer aktuellen Mode, die unseren Damen und Herren gut gefiel. Vom Pyjama bis zu Feinstrumpfhosen – wer die Wahl hat, hat die Qual. Unsere Bewohner verbrachten den Nachmittag in Kauflaune und ergatterten passende Kleidungsstücke für sich.



## Evangelischer Gottesdienst auf der Terrasse

Bei schönem Wetter hielt Pfarrerin Dalferth den Gottesdienst für unsere evangelischen Mitbewohner draußen auf der Terrasse ab. Musikalisch wurde sie von Frau Jahreis mit dem Akkordeon begleitet.



# Miteinander – füreinander

## Die Seniorengemeinschaft Fichtelgebirge stellt sich vor

Die Seniorengemeinschaft Fichtelgebirge bietet tatkräftige Unterstützung für Senioren in der Region. Der Verein wurde im Jahr 2015 unter dem Motto „Miteinander – füreinander“ gegründet und hat heute rund 480 Mitglieder.

Gerade in Zeiten der Pandemie zeigt sich immer mehr, wie wichtig Hilfen für ältere Menschen, die möglichst lange in den eigenen vier Wänden wohnen möchten, ist. Neben den üblichen Unterstützungen wie Gartenarbeit oder Fahrdienste ist es besonders wichtig, soziale Kontakte zu pflegen, damit die Menschen in ihren Wohnungen nicht vereinsamen.

In den vergangenen Jahren haben die Helfer innerhalb der Seniorengemeinschaft 10.500 Stunden ehrenamtliche Arbeit geleistet und alltägliche Aufgaben

wie Rasenmähen, Putzen, Versorgung des Haustiers oder Hilfe bei Bankgeschäften für Senioren im Fichtelgebirge übernommen.

Pro geleistete Hilfsstunde fallen Kosten in Höhe von acht Euro an. Sechs Euro erhält der Helfer oder die Helferin und zwei Euro fließen in die Kasse der Seniorengemeinschaft. Der Verein finanziert sich über Mitgliedsbeiträge und einen jährlichen Zuschuss des Landkreises Wunsiedel. Ideell unterstützt werden die ehrenamtlichen Akteure auch von den Kommunen und deren Seniorenbeauftragten.

Das Interesse an der Seniorengemeinschaft und die Anfragen von Seniorinnen und Senioren nehmen stetig zu. Deshalb ist der Verein auf der Suche nach weiteren Helferinnen und Helfern, die ältere Menschen dabei unter-

stützen möchten, einen selbstbestimmten Lebensabend in ihrem Zuhause zu verbringen.

Weitere Informationen für Interessenten an einer Mitgliedschaft oder potentielle Helfer gibt es im Internet unter [www.seniorengemeinschaft-fichtelgebirge.de](http://www.seniorengemeinschaft-fichtelgebirge.de).

Im Rahmen einer Informations-Offensive im Herbst 2021 möchte die Seniorengemeinschaft zusätzliche Unterstützer akquirieren.

Deshalb findet unter anderem am Dienstag, den 21. September 2021 ein Senioreninformationstag auf den Schlossterrassen in Bad Alexandersbad statt.

Von 14.00 bis 16.00 Uhr können sich Senioren, pflegende Angehörige, alle Bürgerinnen und Bürger sowie potentielle Helfer über die verschiedenen Hilfsangebote im Fichtelgebirge informieren. Auf dem Platz vor dem Haus des Gastes warten Informationsstände der Seniorengemeinschaft Fichtelgebirge und der Wohnberatung des Landkreises Wunsiedel auf die Besucherinnen und Besucher.



Sie alle sind herzlich eingeladen!

# Die Gedächtnis-Schmiede

## Gedächtnistraining (nicht nur) für Senioren

Altern geht mit vielen Änderungen einher. Alles unterliegt einem Alterungsprozess, auch das Gehirn altert. Diese kleinen Übungen sollen helfen, das Gedächtnis, die Aufmerksamkeit und die geistige Flexibilität zu verbessern. Also, werden/bleiben Sie fit!

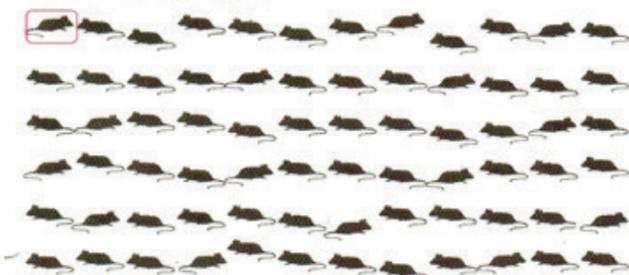
Winfried Schmiedel

### 1. Übung: Geistige Flexibilität

Bilden Sie aus den Buchstaben folgender Wörter neue Wörter.  
Beispiel: Leise -> Seile

	Altes Wort	Neues Wort
1	Ferien	
2	Atlas	
3	Helfer	
4	Gehirn	
5	Nagel	

### 2. Übung: Aufmerksamkeit



Quelle: ReformhausKurier

#### Mäuse suchen

Streichen Sie möglichst rasch alle Mäuse an, die in die gleiche Richtung laufen, wie die erste. Wie viele sind es mit dem Beispiel?

### 3. Übung: Speichern & verarbeiten von Informationen

#### Wörter bilden

Prägen Sie sich die Position der Buchstaben des Wortes ROSEN-DUFT gut ein. Sie merken sich R=1, O=2, S=3 usw. und decken dann das Wort ab.

R O S E N D U F T  
1 2 3 4 5 6 7 8 9

Welche Wörter ergeben sich aus den Buchstaben mit folgenden Nummern? (Falls die Übung zu schwer ist, kann man auch auf das Abdecken des Wortes verzichten.)

- a. 1-2-3-9 = \_\_\_\_\_
- b. 6-2-3-4 = \_\_\_\_\_
- c. 3-4-5-8 = \_\_\_\_\_
- d. 9-2-1-8 = \_\_\_\_\_
- e. 5-4-3-9 = \_\_\_\_\_
- f. 2-3-9-4-5 = \_\_\_\_\_

Quelle: ReformhausKurier

# Aus dem Gemeinderat

## Gemeinderatssitzung am 28.06.2021

### Breitband

Die Firma Reuther NetConsulting (RNC), Bad Staffelstein informierte den Gemeinderat über das Ergebnis der Markterkundung für das Breitbandförderverfahren nach der Bayerischen Gigabit Richtlinie.

Ergebnis-Zusammenfassung:

1. Bad Alexandersbad ist, bis auf 22 Gebäude, bereits gigabitversorgt.
2. 9 Gebäude haben eine planerische Bandbreite von < 100 MBit/s (Privat) bzw. 500 MBit/s (gewerblich) und sind aktuell förderfähig.
3. Ein Ausbau von 9 verteilt liegenden Gebäuden macht aber wirtschaftlich sehr wenig Sinn.
4. Ggf. Ausbau nach Wegfall der Förderhürde Supervectoring ab Januar 2023 (dann wären es 22 Gebäude).

Empfehlung RNC: Der Gemeinderat nimmt das Ergebnis der Markterkundung gemäß BayGibitR zur Kenntnis. Ein geförderter Ausbau ist erst nach Anhebung der Aufgreifschwelle für Privathaushalte von 100 MBit/s auf 250 MBit/s, geplant ab dem 01.01.2023, sinnvoll.

### Freiwillige Feuerwehr

Für die Freiwillige Feuerwehr Bad Alexandersbad werden im Haushaltsjahr 2021 die anfallenden Kosten für zwei Führerscheinausbildungen der Klasse C in Höhe von ca. 3.400 € übernommen. Die hierfür notwendige Einzelgenehmigung nach Art. 69 GO wurde lt. Vortrag bereits im Jahr 2020 eingeholt.

### Bauanträge

Dem Bauantrag zur Errichtung einer Überdachung am bestehenden Wohnhaus auf dem Grundstück Fl.-Nr. 180/44 Gemarkung Bad Alexandersbad, Am Kirchsteig 20 stimmt der Gemeinderat gem. § 31 Abs. 2 BauGB zu. Die Überdachung mit einer Größe von 7,00 m x 4,40 m soll an der Nord-Seite des Wohnhauses unmittelbar im Anschluss an die vorhandene Garage errichtet werden. Die Überdachung soll zum Unterstellen von Gartengeräten und -möbeln dienen. Aufgrund der baulichen Verbindung mit dem bestehenden Wohngebäude unterliegt das Vorhaben der Baugenehmigungspflicht.

Das Grundstück liegt innerhalb des Geltungsbereichs des Bebauungsplans Nr. 2 „Am Kirchsteig“. Dieser weist als Art der baulichen Nutzung ein allgemeines Wohngebiet aus. Die geplante Überdachung ist dort bauplanungsrechtlich zulässig. Nach den Festsetzungen des Bebauungsplans dürfen Garagen in Verlängerung der ausgewiesenen überbaubaren Flächen rückwärtig zur Schaffung eines Geräte- bzw. Abstellraumes bis max. 3 m verlängert werden. Nach Rücksprache mit dem Landratsamt Wunsiedel i. F. ist die Überdachung als eine Verlängerung der bestehenden Garage zu werten.

Von den nachfolgend aufgeführten Festsetzungen des Bebauungsplans weicht das geplante Vorhaben jedoch ab:

- Überschreitung der max. zulässigen rückwärtigen Erweiterung der bestehenden Garage von 3 m um 4 m
- Pultdach anstelle Flach- oder Satteldach

Zu den vorstehend genannten Abweichungen erteilt der Gemeinderat die erforderlichen Befreiungen von den verbindlichen Festsetzungen des Bebauungsplans.

Weiterhin wird durch die geplante Überdachung die max. zulässige Grenzbebauung von 9,00 m an der nördlichen Grundstücksgrenze um 4 m überschritten. Hierdurch ist eine Abstandsflächenübernahme durch den angrenzenden Grundstückseigentümer Fl.-Nr. 183/1 erforderlich. Diese liegt den eingereichten Bauantragsunterlagen bei.

Bei der Gemeinde Bad Alexandersbad ist am 18.06.2021 der Bauantrag zur Errichtung einer Lagerhalle auf dem Grundstück Fl.-Nr. 227/2 der Gemarkung Bad Alexandersbad, Luisenburgallee 2, eingegangen.

Im Zuge eines immissionsschutzrechtlichen Genehmigungsverfahrens durch das Landratsamt Wunsiedel i. F. wurde festgestellt, dass die Lagerhalle bereits errichtet, jedoch eine Baugenehmigung bislang nicht erteilt wurde.

Die Lagerhalle wurde in erdgeschossiger Bauweise mit einem Pultdach (15 °) ausgeführt und umfasst eine Grundfläche von 40,00 m x 12,00 m. Den vorliegenden Planunterlagen ist zu entnehmen, dass durch die Lagerhalle die südöstliche Ecke des angrenzenden Grundstücks Fl.-Nr. 227, welches sich im Privateigentum befindet, überbaut wurde. Dieser Überbau steht mit den bauordnungsrechtlichen Bestimmungen nicht im Einklang. Geregelt werden könnte dies entweder durch die Eintragung eines Überbaurechts im Grundbuch oder durch eine Grenzneuvermessung mit Erwerb einer Teilfläche aus dem Grundstück Fl.-Nr. 227.

Das Baugrundstück befindet sich im Außenbereich. Die Lagerhalle ist dort als Einrichtung für einen Betrieb der öffentlichen Versorgung als sog. privilegiertes Vorhaben nach § 35 Abs. 1 Nr. 3 bauplanungsrechtlich zulässig.

Das Baugrundstück befindet sich nicht unmittelbar an einer öffentlichen Verkehrsfläche, sondern ist lediglich über ein Drittgrundstück wegemäßig erschlossen. Über eine evtl. vorhandene dingliche Sicherung kann den vorliegenden Bauantragsunterlagen nichts entnommen werden. Gegen das geplante Vorhaben bestehen aus bauplanungsrechtlichen Gesichtspunkten verwaltungsmäßig keine Bedenken, sofern die wegemäßige Erschließung gesichert ist.

Zum o.g. Bauvorhaben wird das gemeindliche Einvernehmen gemäß §§ 35 und 36 BauGB unter der Voraussetzung erteilt, dass die wegemäßige Erschließung des Baugrundstücks dinglich im Grundbuch gesichert ist.

# Aus dem Gemeinderat

## Gemeinderatssitzung am 28.06.2021 – Fortsetzung

### Stadt Marktredwitz

Der Stadtrat der Stadt Marktredwitz hat in seiner Sitzung am 27.04.2021 beschlossen, den in Kraft getretenen Bebauungsplan für das Gebiet „Am Reichelsweiher, Schloss-, Kirch-, Wunsiedler und Bayreuther Straße“, Gemarkung Oberredwitz, zur Ausweisung eines „Urbanen Gebietes“ (MU) gem. § 6a BauNVO zu ändern und zu erweitern.

Im wirksamen Flächennutzungsplan der Stadt Marktredwitz ist dieser Bereich teilweise als „Gewerbegebiet (GE)“ bzw. als „Mischgebiet (MI)“ oder als „Wohnbauflächen (W)“ dargestellt. Um Flächennutzungsplan und Bebauungsplan in Übereinstimmung zu bringen, wurde gleichzeitig vom Stadtrat beschlossen, den Flächennutzungsplan im Parallelverfahren gem. § 8 Abs. 3 BauGB insoweit zu ändern, dass dieser Bereich als „Urbanes Gebiet (MU)“ dargestellt wird.

Die Behörden und sonstigen Träger öffentlicher Belange werden gem. § 4 Abs. 1 BauGB i.V. m. § 3 Abs. 1 BauGB um Stellungnahme bis 12.07.2021 gebeten.

Durch die Änderung des Bebauungsplanes für das Gebiet „Am Reichelsweiher, Schloss-, Kirch-, Wunsiedler und Bayreuther Straße“, Gemarkung Oberredwitz der Stadt Marktredwitz, werden städtebauliche oder sonstige relevante Belange der Gemeinde Bad Alexandersbad nicht beeinträchtigt.

Anregungen der Gemeinde werden deshalb nicht vorgetragen.

### Beschlüsse

In der Gemeinderatssitzung am 08.03.2021 wurden auf Antrag der CSU- und der AWV/FWG-Fraktion folgende Beschlüsse gefasst:

*Beschluss Nr. 138*

*JA-Stimmen: 8*

*NEIN-Stimmen: 2*

*Der Gemeinderat beschließt auf Antrag der CSU-Fraktion und der AWV/FWG-Fraktion vom 22.02.2021, geändert durch Zweiten Bürgermeister Ledermüller in der heutigen Sitzung, die Geschäftsordnung für den Gemeinderat Bad Alexandersbad in § 11 Abs. 2 Nr. 2 wie folgt zu ändern:*

*„2. in allen Angelegenheiten mit finanziellen Auswirkungen für die Gemeinde:*

*a) die Bewirtschaftung von Haushaltsmitteln*

- *im Vollzug zwingender Rechtsvorschriften und im Rahmen von Richtlinien des Gemeinderats, in denen die Leistungen nach Voraussetzung und Höhe festgelegt sind,*
- *im Übrigen bis zu einem Betrag von 1.000,- €*

*b) der Erlass, die Niederschlagung, die Stundung und die Aussetzung der Vollziehung von Abgaben, insbesondere von Steuern, Beiträgen und Gebühren sowie von sonstigen Forderungen bis zu folgenden Beträgen im Einzelfall:*

- *Erlass 500,- €*
- *Niederschlagung 1.000,- €*
- *Stundung 1.000,- €, dies gilt auch für zinslos oder verzinst*
- *Aussetzung der Vollziehung 1.000,- €*

*c) die Entscheidung über überplanmäßige Ausgaben bis zu einem Betrag von 1.000,- € und außerplanmäßige Ausgaben bis zu einem Betrag von 1.000,- € im Einzelfall, soweit sie unabweisbar sind und die Deckung gewährleistet ist (Art. 66 Abs. 1 Satz 1 GO)*

*d) Handlungen oder Unterlassen jeder Art mit Auswirkungen für die Gemeinde, insbesondere der Abschluss von Verträgen und sonstiger Rechtsgeschäfte sowie die Wahrnehmung von Rechten und Pflichten der Gemeinde, bis zu einem Betrag oder – falls dieser zum Zeitpunkt der Handlung oder des Unterlassens nicht feststeht – einer Wertgrenze oder einem geschätzten Auftragswert von 1.000,- €*

*e) Nachträge zu Verträgen und Rechtsgeschäften, die einzeln oder zusammen die ursprünglich vereinbarte Auftragssumme um nicht mehr als 10%, insgesamt jedoch nicht mehr als 1.000,- € erhöhen*

*f) die Gewährung von Zuschüssen, auch in Form unentgeltlicher Nutzungsüberlassung von Räumen, an Vereine und Verbände bis zu einem Betrag von 300,- € je Einzelfall.“*

*Gemeinderätin Moczigemba und Erste Bürgermeisterin Berek haben mit Nein gestimmt. Beschluss Nr. 139*

*JA-Stimmen: 8*

*NEIN-Stimmen: 2*

*Der Gemeinderat beschließt, dem Zweiten und dem Dritten Bürgermeister jeweils einen Generalschlüssel und/bzw. einen Chip mit den entsprechenden Schließberechtigungen zu übergeben, um ihnen den Zugang zum Rathaus, zum ALEXBAD und zum Haus des Gastes sowie allen darin befindlichen Räumlichkeiten, die von der Gemeinde oder ihren EBren genutzt werden, zu gewähren.*

*Gemeinderätin Moczigemba und Erste Bürgermeisterin Berek haben mit Nein gestimmt.*

### a) Rechtsaufsichtlicher Bescheid des Landratsamtes Wunsiedel i. Fichtelgebirge vom 04.06.2021

Die beiden Beschlüsse wurden von Frau Erster Bürgermeisterin Berek gemäß Art. 59 Abs. 3 GO beanstandet, sowie der Rechtsaufsichtbehörde zur Überprüfung und Entscheidung vorgelegt.

Das Landratsamt Wunsiedel i. Fichtelgebirge hat mit Bescheid vom 04.06.2021 diese Beschlüsse rechtsaufsichtlich beanstandet und deren Rechtswidrigkeit festgestellt. Die Gemeinde Bad Alexandersbad wurde unter Androhung der Ersatzvornahme aufgefordert, diese Beschlüsse aufzuheben.

Der Vorsitzende der CSU-Fraktion, Daniel Kilgert, verliest eine Erklärung für die Fraktionen der CSU und der AWV-FWG zur Rücknahme des Beschlusses zur Änderung des § 11 Abs. 2 der Geschäftsordnung. Er fügt an, dass sie ein ausgefertigtes Konzept wollen.

Fortsetzung auf der nächsten Seite

# Aus dem Gemeinderat

## Gemeinderatssitzung am 28.06.2021 – Fortsetzung

### b) Aufhebung des Gemeinderatsbeschlusses vom 08.03.2021, TOP 1 a) (Änderung von § 11 Abs. 2 der Geschäftsordnung)

**Beschluss Nr. 184**

**JA-Stimmen: 12**

**NEIN-Stimmen: 0**

Der Gemeinderatsbeschluss Nr. 138 vom 08.03.2021 „Änderung von § 11 Abs. 2 Nr. 2 der Geschäftsordnung“ wird aufgehoben.

### c) Aufhebung des Gemeinderatsbeschlusses vom 08.03.2021, TOP 1 b) (Ausstattung des 2. und 3. Bürgermeisters mit einer Zugangs-/Schließberechtigung für gemeindliche Gebäude)

**Beschluss Nr. 185**

**JA-Stimmen: 12**

**NEIN-Stimmen: 0**

Der Gemeinderatsbeschluss Nr. 139 vom 08.03.2021 „Ausstattung des 2. und 3. Bürgermeisters mit einer Zugangs-/Schließberechtigung für Rathaus, ALEXBAD und Haus des Gastes sowie aller darin befindlicher Räume, die von der Gemeinde oder ihren EBren genutzt werden“ wird aufgehoben.

Zweiter Bürgermeister Ledermüller stellt den Antrag zur Geschäftsordnung, den nachfolgenden Tagesordnungspunkt 10 „Information zum Stand des laufenden Antrags auf Kassenkreditgenehmigung und der Gespräche mit den Staatsbehörden über eine dauernde Finanzierung der Heilbadaufgaben“ im nichtöffentlichen Teil der Sitzung zu behandeln.

**Beschluss Nr. 186**

**JA-Stimmen: 8**

**NEIN-Stimmen: 4**

Der Gemeinderat beschließt, den Tagesordnungspunkt 10 „Information zum Stand des laufenden Antrags auf Kassenkreditgenehmigung und der Gespräche mit den Staatsbehörden über eine dauernde Finanzierung der Heilbadaufgaben“ im nichtöffentlichen Teil der Sitzung zu behandeln.

### Verschiedenes

a) Bürgerinformationsbroschüre

Erste Bürgermeisterin Berek informiert, dass die Kosten für die Broschüre 195,00 € betragen haben.

b) Abfrage von Baugrundstücken

Erste Bürgermeisterin Berek berichtet, dass Grundstückseigentümer angeschrieben und um Mitteilung gebeten werden, ob diese planen, ihr Grundstück in absehbarer Zeit selbst zu bebauen, ob sie an einem Verkauf Interesse hätten usw.

c) Berthold und Brigitte Hollering-Stiftung

Erste Bürgermeisterin Berek informiert, dass im Rahmen einer kleinen Feier das Osteopathiezentrum für Kinder – „Filumi“ – gestartet wurde.

Die Presse wird darüber berichten.

## Ruhezeiten im Heilbad

### Korrektur der Mitteilung in Quelle Nr. 02/21

In der Sommer-Ausgabe von „Die Quelle“ hat sich beim Bericht mit dem Titel „Mittagsruhe im Heilbad“ auf Seite 7 ein Fehler eingeschlichen. Die Redaktion bittet dies zu entschuldigen.

Laut Haus- und Gartenarbeitsverordnung (HGArbVO) vom 12.11.2012 gilt folgendes: „Die Ausübung öffentlich ruhestörender Haus- und Gartenarbeiten ist nur erlaubt: Montag bis Samstag von 8.00 bis 12.00 Uhr und von 13.00 bis 20.00 Uhr.“ Die Mittagsruhe im Heilbad gilt also nur von 12.00 bis 13.00 Uhr, nicht von 12.00 bis 14.00 Uhr.

Die HGArbVO steht auf der Webseite der Verwaltungsgemeinschaft Tröstau zum Download zur Verfügung: [www.vg-troestau.de](http://www.vg-troestau.de)



Die Gemeinde auf Facebook

Hier geht es zur Seite:  
[www.facebook.com/badalexandersbad](https://www.facebook.com/badalexandersbad)

## Auflösung

### Gedächtnstraining auf Seite 4

#### 1. Übung

- 1 – Feiern oder Reifen
- 2 – Salat
- 3 – Fehler
- 4 – Hering
- 5 – Lange oder Angel

#### 2. Übung

- 14 Mäuse

#### 3. Übung

- a – ROST
- b – DOSE
- c – SENF
- d – TORF
- e – NEST
- f – OSTEN

### Hinweis aus der Quelle-Redaktion

Falls Sie auch einen Beitrag zu unserer Ortszeitung „Die Quelle“ beisteuern möchten, senden Sie bitte eine E-Mail an [diequelle@badalexandersbad.de](mailto:diequelle@badalexandersbad.de)

# Revierwanderung

## Teil 1 – Kleinwendern über Wenderner Stein nach Tiefenbach

Der Gemeinderat von Bad Alexandersbad unternahm am 3. Juli 2021 eine Revierwanderung mit Vertretern der Jagdgenossenschaft. Vom Wanderparkplatz Kleinwendern führte die Route entlang der Revier- und Gemeindegrenze über den Wenderner Stein bis in den Ortsteil Tiefenbach.

Die Jagdgenossenschaft, vertreten durch Martin Höpfel (Jagdpächter), Gerald Reichel (1. Jagdvorstand), Ludwig Rasp (Obmann und Feldgeschworener), Rudi Küspert (Feldgeschworener) Heiko Rothenberger, Leon Barthmann, Felix Galimbis und Andre-

as Molle luden den Gemeinderat von Bad Alexandersbad zu einer Wanderung entlang der Revier- und Gemeindegrenze ein. Diese wird in drei Teilabschnitten begangen.

Am Samstag, den 03.07.2021 kamen die Gemeinderäte samt Erster Bürgermeisterin dieser Einladung gerne nach. Auf dem Weg wurden zahlreiche Informationen und Hintergründe zu den Themen Verlauf der Grenzsteine, Grenzsteinsetzung im Rahmen der Flurbereinigung, Forst- und Landwirtschaft, Pflanzen- und Tierwelt in den heimischen Wäldern – insbesondere Wildschweine, Auer-

wild und Wolf – und auch notwendige Wegepflegemaßnahmen erklärt. Auch über die historischen Eigentumsverhältnisse der Wald- und landwirtschaftlichen Grundstücke und die Entstehung des Fichtelgebirges mit allen Besonderheiten der Bodenverhältnisse und des Gesteins klärten Martin Höpfel und Ludwig Rasp mit fundierter Fachkenntnis auf. Dabei wurden in allen Bereichen die Bedeutung des Klimas sowie die Problematik der klimatischen Veränderungen deutlich.

Der veränderte Blickwinkel auf das Gemeindegebiet und die damit verbundenen Belange

wurden abschließend bei einem gemeinsamen Mittagessen beim Landgasthof Hanold in Gesprächen vertieft. Bürgermeisterin und Gemeinderat dankten der Jagdgenossenschaft für die hervorragende Organisation mit Führung, Verpflegung und Shuttleservice zurück zum Ausgangspunkt. Alle freuen sich bereits jetzt auf weitere Anregungen und den gemeinsamen Austausch, der bei zwei weiteren Abschnittsbegehungen geplant ist.



Der Gemeinderat von Bad Alexandersbad und Vertreter der Jagdgenossenschaft bei der Revierwanderung. (Fotos: Kevin Grimm)



## Teil 2 – Kleinwendern über Steinbruch Richtung Waldbad und B303

Zur Begehung des zweiten Abschnitts der Jagd- und Gemeindegrenze in Bad Alexandersbad luden von der Jagdgenossenschaft Martin Höpfel (Jagdpächter), Andreas Molle und Sarah Beer die Gemeinderäte von Bad Alexandersbad ein.

Am Sonntag, 22.08.2021 begingen die Gemeinderäte und Erste Bürgermeisterin den zweiten Teilabschnitt. Vom Wanderparkplatz Kleinwendern führte

der Weg über den Steinbruch Kleinwendern. Dabei erläuterte Martin Höpfel fachkundig die unterschiedlichen Gesteinsvorkommen und die Entwicklungsgeschichte des Betriebs des Steinbruchs Kleinwendern. Nach einem Erfrischungsgetränk, mit dem Willy Reichel die Gruppe am Pavillon in der Luisenburgallee überraschte und dabei Wissenswertes aus dem Gemeinderat aus früherer Zeit erzählte, ging der

Weg weiter hinter dem Waldbad vorbei bis zur B303. Über die unterschiedlichen Pflanzen- und Tiervorkommen in den heimischen Wäldern klärten die Jäger mit fundiertem Fachwissen auf und die wald- und landwirtschaftliche Nutzung wurde – unter Berücksichtigung des Klimaaspekts – genauer erläutert.

Zum Abschluss wurden alle Informationen und Themen bei einem gemeinsamen Mittagessen

in der Gaststätte „Bad Isal“ in Gesprächen vertieft. Bürgermeisterin und Gemeinderat dankten der Jagdgenossenschaft für die hervorragende Organisation mit Führung, Verpflegung und Shuttleservice zurück zum Ausgangspunkt. Alle freuen sich bereits jetzt auf weitere Anregungen und den gemeinsamen Austausch, der im Rahmen einer dritten Abschnittsbegehung geplant ist.



Auf dem Bild (v.l.): Daniel Kilgert, Michael Galimbis (verdeckt), Mike Franke, Anita Berek, Martin Höpfel, Lisa Moczigemba



Auf dem Bild (v.l.): Tanja Rieß, Martin Höpfel, Michael Galimbis, Mike Franke, Daniel Kilgert, Anita Berek, Lisa Moczigemba



Auf dem Bild (v.l.): Anita Berek (von hinten), Martin Höpfel, Daniel Kilgert (von hinten) Fotos: Kevin Grimm

# Neuigkeiten von der Musikschule

## Zwei neue Lehrkräfte für den Musikunterricht stellen sich vor

Das vergangene Schuljahr musste weitgehend unter Corona-Beschränkungen stattfinden; die meisten Schüler hatten Online-Unterricht und Konzerte waren nicht möglich. Dafür nahmen einige Schülerinnen und Schüler zuhause kleine Videos auf, die zu einem großen Video zusammengestellt als DVD an die Mitwirkenden verteilt wurden.

Leider war aber nicht alles on-

line möglich; vor allem bei der musikalischen Früherziehung konnten nur wenige Stunden stattfinden. Das hatte zur Folge, dass sich unsere Lehrkraft Elena Denk schweren Herzens entschieden hat, in den Vorruhestand zu gehen. Sie kann daher leider im nächsten Schuljahr keine Kurse der musikalischen Früherziehung mehr übernehmen; ihre bisherigen Instrumentalschüler kann sie aber

trotzdem weiterhin unterrichten. Glücklicherweise haben wir eine Nachfolgerin für die musikalische Früherziehung gefunden: Rebecca Richter. Sie arbeitet hauptberuflich als Erzieherin und wird berufsbegleitend einen Zertifikationskurs für Elementare Musikpädagogik besuchen. Manche kennen sie vielleicht von Konzerten, da sie lange Zeit an unserer Musikschule Gitarrenunterricht hatte.

Um auch weiterhin das Fach Klavier als Unterrichtsfach anbieten zu können, braucht unsere Musikschule aber eine weitere Lehrkraft. Ich freue mich sehr, dass Franziska Bötzl bereit ist, diese Aufgabe zu übernehmen.

Barbara Brödler

Leitung Musikschule-Tröstau-Nagel-Bad Alexandersbad

Mein Name ist **Rebecca Richter**, ich bin 22 Jahre alt, stamme aus Bad Alexandersbad und wohne in Marktredwitz. Ich arbeite hauptberuflich als Erzieherin im Kinderhaus Arche Noah in Tröstau. Durch meine Ausbildung zur Erzieherin habe ich einen pädagogischen Einblick in die Entwicklung des Kindes erhalten und auch beobachtet, wie sich verbale und nonverbale Kommunikation auf die Entwicklung des Kindes auswirkt. Kinder können durch Musik lernen, sich besser auszudrücken, da ihnen ein anderer Zugang zur Kommunikation eröffnet wird. Auch Henry Wadsworth Longfellow sagte:

„Musik ist die gemeinsame Sprache der Menschheit“

Ich selbst bin frühzeitig mit



Musik in Berührung gekommen. Ich sang lange Zeit im Chor, spielte selbst Gitarre und bin Mitglied einer Band. Ich besuche ab September eine Weiterbildung zur elementaren Musikpädagogin, um mein Wissen zu erweitern.

Ich freue mich darauf, Ihren Kindern ein positives Bild von Musik und ihren musikalischen Möglichkeiten zu vermitteln.



„Ein Leben ohne Musik ist wie ein Regenbogen ohne Farbe“

Mein Name ist **Franziska Bötzl** und die Musik malt schon sehr lange bunte Farben in mein Leben. Dieser bunte Regenbogen spannt sich von ersten musikalischen Erfahrungen in der „Kindersinggruppe Rösaspitzen Leupoldsdorf“ sowie im „Mädchen- und Frauenchor Schönbrunn“ über die Musikalische Früherziehung und den Instrumentalunterricht in Blockflöte, Querflöte, Klavier an den Musik-

schulen Tröstau und Marktredwitz bis hin zum Musik-Additum am Luisenburggymnasium.

Nach einer zweijährigen Ausbildung an der „Berufsfachschule für Musik“ in Sulzbach-Rosenberg studiere ich derzeit Musik-Lehramt/Gymnasium an der „Hochschule für Musik“ in Weimar (Hauptstudienfach Klavier).

Durch das musikalisch-pädagogische Arbeiten mit Schülern wird dieser Regenbogen künftig sicher noch um einiges bunter, denn das Erlernen eines Instruments ist weitaus mehr als nur das Erzeugen von Tönen nach Noten.

Ich freue mich schon auf die ersten gemeinsamen musikalischen Tasten-Schritte mit neuen Klavierschülern der Musikschule Tröstau-Nagel-Bad Alexandersbad und wünsche euch schon jetzt ein gutes „Herantasten“ an dieses wundervolle Instrument.

# Henry Schramm besucht Bad Alexandersbad

## Gespräch mit dem Bezirkstagspräsidenten und Eintrag ins Goldene Buch

Am 09. Juli 2021 besuchte Bezirkstagspräsident Henry Schramm die Gemeinde Bad Alexandersbad, um mit Bürgermeisterin Anita Berek über die zukünftige Entwicklung des Gesundheitszentrums ALEXBAD zu diskutieren.

In einer Gesprächsrunde mit Bürgermeisterin Anita Berek, MdL Martin Schöffel, Landrat Peter Berek und den stellvertretenden Bürgermeistern Ronald Ledermüller und Michael Galimbis informierte sich Henry Schramm über die Herausforderungen in Bad Alexandersbad.

Die in den vergangenen Jahren getätigten Investitionen und der Kurbetrieb fordern vom kleinsten bayerischen Heilbad höchste Anstrengungen. Das ALEXBAD hat seit der Eröffnung im Jahr 2017 eine außergewöhnliche Entwicklung gemacht und sich zu einem Gesundheitszentrum mit einem exzellenten Ruf als kompetenter Partner in den Bereichen Prävention, Therapie und Rehabilitation gemauert. Nun gilt es, das Haus und das gesamte Heilbad endgültig zu etablieren.

Dies wird allerdings nur in Kooperation mit Partnern, Förderern und Unterstützern gelingen. Deshalb sprachen Anita Berek und Henry Schramm über verschiedene Möglichkeiten der Zusammenarbeit zwischen Kommune und Bezirk. Von Kooperationen und den damit einhergehenden Synergieeffekten können nicht nur die Kooperationspartner profitieren, sondern auch die ganze Region Fichtelgebirge sowie der Bezirk Oberfranken.

Im Anschluss an die Diskussionsrunde verewigte sich Henry

Schramm mit einem Eintrag im Goldenen Buch der Gemeinde Bad Alexandersbad. Es folgte ein Rundgang durch das ALEXBAD, im Verlauf dessen sich der Bezirkstagspräsident begeistert von der Architektur und den Angeboten des Gesundheitszentrums zeigte.

Zum Schluss bedankte sich Henry Schramm bei Bürgermeisterin Anita Berek für die Gastfreundschaft. Er werde den Weg des kleinsten bayerischen Heilbades weiterhin interessiert verfolgen und sicherte seine Unterstützung zu.

# Jahreshauptversammlungen der Vereine

## Förderverein Kinderbetreuung Königin Luise e.V.

### Neuwahlen in der Vorstandschaft

Der Förderverein Kinderbetreuung Königin Luise e.V. in Bad Alexandersbad wählte bei der Jahreshauptversammlung den Vorstand neu. Zu diesem gehören nun Anita Berek, Andrea Foerster, Nadja Hausmann, Ramona Kostial, Carolin Panzer, Stefanie Rojahn und Markus Trautz. Auf eigenen Wunsch schied Peter Berek und Jennifer Brodmerkel aus. Kassenprüfer sind Michael Galimbis und Ralf Gerboth.

Der Förderverein unterstützt die Kinder des Kinderhauses und des Hortes in Bad Alexandersbad finanziell durch die Anschaffung von Spielmaterial und Ausstattungsgegenständen, durch die komplette Finanzierung einer Praktikantenstelle sowie durch

die Übernahme von Buskosten und Eintrittsgeldern.

Aufgrund der Einschränkungen durch die Corona-Pandemie fallen für den Förderverein wie bei anderen Vereinen fast alle Einnahmeföglichkeiten durch ausgefallene Feste und Aktionen weg. Durch eine Mitgliedschaft (12 € im Jahr) oder Spenden ist es möglich, den Verein zu unterstützen (Förderverein Kinderbetreuung Königin Luise e.V., IBAN DE52 7805 0000 0203 0409 28, nähere Informationen unter foerderverein.kiha.luise@gmail.com).

Für das Jahr 2022 hofft der Verein, dass wieder Feste und Aktionen stattfinden können.

Ramona Kostial  
FV Kinderbetreuung



Im Bild (von links nach rechts): 1. Reihe: Jennifer Brodmerkel, Nadja Hausmann, Anita Berek; 2. Reihe: Stefanie Rojahn, Ramona Kostial; 3. Reihe: Carolin Panzer, Andrea Foerster, Peter Berek, Michael Galimbis (es fehlen: Markus Trautz und Ralf Gerboth)

## Fichtelgebirgsverein (Ortsgruppe Bad Alexandersbad)

### Toni Brasavs neuer FGV Vorsitzender in Bad Alexandersbad

Stabübergabe beim Ortsverein des FGV in Bad Alexandersbad: Ronald Ledermüller, der seit 2015 den Vorsitz innehatte, tritt auf eigenen Wunsch ins zweite Glied. Die Mitglieder wählten bei der Jahreshauptversammlung Toni Brasavs zu ihrem neuen 1. Vorsitzenden und Ronald Ledermüller zu seinem Stellvertreter. Er löst damit Peter Berek ab. „Sowohl als Bürgermeister als auch als Landrat hatte und hat Peter immer ein offenes Ohr für die Belange des FGV“, bedankte sich Ronald Ledermüller bei seinem scheidenden Stellvertreter. Als Wegewart wird sich künftig Christian Nürnberger um eine der Kernaufgaben des FGV in Bad Alexandersbad kümmern. Ihre Vorstandsposten behalten Simon Ruckdeschel als Kassier und Jörg Bertholdt als Schriftführer. In seinem Bericht dankte Ronald Ledermüller seinen Vorstandskollegen für ihr besonderes Engagement gerade in den so außergewöhnlichen und für die Vereinsarbeit herausfordernden Pandemiezeiten. Es sei trotz aller Schwierigkeiten gelungen, die wichtigsten Aufgaben zu



Symbolisch übergab der scheidende 1. Vorsitzende Ronald Ledermüller den „Wanderstab“ des FGV Ortsvereins Bad Alexandersbad an seinen Nachfolger Toni Brasavs. Foto: Richard Ponath

erfüllen und den Kontakt zu halten. Darüber hinaus wurden weitere zukunftsweisende Projekte in Angriff genommen. Die Hütte auf der Kösseine wird unterhalten und künftig auch wieder für Vereinszwecke genutzt. Die Hütte zu übernehmen habe sich, so der

scheidende 1. Vorsitzende, gerade in Corona-Zeiten für den FGV und das Kösseinehaus als Glücksfall erwiesen. So sei es der Kösseinewirtin möglich gewesen, auch unter den geltenden Auflagen recht frühzeitig im Vorbereich Getränke verkaufen zu können. „Wir sind froh, dass wir die Regina auf der Kösseine haben und haben – gegen alle ursprünglichen Unkenrufe – ein wirklich sehr gutes Verhältnis zu unserer Wirtin auf dem Berg. Da herrscht ein tolles Miteinander und gegenseitiges Unterstützen“, stellte Ledermüller fest. Trotz mancher Unsicherheiten hätten Toni Brasavs, Jörg Bertholdt und Simon Ruckdeschel in diesem Jahr wieder eine Genusswanderung „mit allem, was Corona mit sich bringt“ vorbereitet, die am 15. August 2021 stattfand. „Es ist aller Achtung wert, wenn man den Aufwand nicht scheut, um das gesellschaftliche Leben auch in diesen Zeiten angenehm und unterhaltsam zu gestalten“, so Ledermüller. Ein weiterer Meilenstein in der Vereinsarbeit sei die zwischen dem FGV und der Gemeinde Bad Alexandersbad geschlossene Nutzungsvereinbarung

für das verwaiste Dorfmuseum in Kleinwendern. „Es kann zu dem zentralen Punkt für das Erfolgsprojekt Archedorf werden. Und wir wollen als FGV gerne mithelfen, dieses Kleinod zu erhalten, für die Öffentlichkeit zu nutzen und damit auch die Gemeinde Bad Alexandersbad zu unterstützen“, sagte Ledermüller. Aktuell werde auf dem Gelände durch den FGV und mit Förderung durch die ILE „Gesundes Fichtelgebirge“ ein Brotbackofen gebaut, der für die Bevölkerung nutzbar sein soll. Ein Gruß ging an den neuen 1. Vorsitzenden unseres Hauptvereins, Rainer Schreier aus Bischofsgrün. Auch im neuen MTB-Projekt unter Federführung der Naturparke Fichtelgebirge und Steinwald sowie an der Ausweisung von Qualitätswanderwegen will sich der Ortsverein Bad Alexandersbad beteiligen. Als erste Amtshandlung ehrte der neue Vorsitzende Toni Brasavs die anwesenden Gründungsmitglieder des Ortsvereins, der in diesem Jahr sein 25-jähriges Jubiläum feiert.

Ronald Ledermüller (FGV)

## Förderverein Historisches Badehaus e.V.

### Neue Aufgabenfelder für den Förderverein

Der Förderverein Historisches Badehaus e.V. hielt am 2. August 2021 seine Jahreshauptversammlung für die Berichtsjahre 2019 und 2020 im Gasthof Reihn in Sickersreuth ab.

In seinem Bericht blickte der 1. Vorsitzende Hans Galimbis auf zwei außergewöhnliche Vereinsjahre zurück. Aufgrund der Corona-Pandemie war es notwendig, das Thema Vereinsarbeit neu zu denken. Gleichzeitig hatte die Vorstandschaft jedoch auch mehr Zeit, sich Gedanken über eine zukunftsfähige Ausrichtung des Vereins zu machen.

Der Vorstand hatte im Jahr 2019 mehrere Sitzungen, u.a. auch mit Architekten, Geologen und weiteren Beteiligten, um den Planungsprozess für das wieder aufzubauende Badehaus weiter voranzutreiben. Aufgrund besonderer Herausforderungen wie der Bodenbeschaffenheit, der Vorgaben im Quellenschutzgebiet und der aktuellen Fördermöglichkeiten mussten die Planungen immer wieder verändert werden. Unter anderem entstand dabei auch die Planungsvariante, nur den Portikus des Historischen Badehauses zu errichten.

Darüber hinaus beteiligte sich der Verein im Jahr 2019 am Neujahrsempfang, dem Workshop-Wochenende des BVO und dem Sommer- und Lichterfest. Mit einem Informationsstand bei einem Kurkonzert im Haus des Gastes

stellte sich der Verein außerdem interessierten Bürgern vor.

Im Jahr 2020 waren aufgrund der Corona-Pandemie nur wenige Aktivitäten möglich. In Bezug auf das Projekt Badehaus wurden die Granitblöcke umgelagert bzw. sortiert und es fanden wieder

kräftige Mitarbeit und Unterstützung. Der Verein konnte sich in vielfältiger Art und Weise präsentieren und Spendengelder sammeln. Bemerkenswert ist, dass Spenden aus Städten wie Berlin und Hamburg eingehen und dass Jung und Alt sich finanziell mit



Auf dem Bild (von links): 1. Reihe: Anja Peltzer, Hans Galimbis; 2. Reihe: Peter Berek, Steffen Popp, Sigurd Strobel; 3. Reihe: Jürgen Kostial, Tobias Peltzer, Michael Galimbis

Gespräche mit Architekten und Planern statt. Über das Regionalbudget der ILE Gesundes Fichtelgebirge wurde die Aussichtslaube am Greinberg als Teil der Badehausanlage errichtet. Eine offizielle Einweihung steht immer noch aus und soll zu gegebener Zeit nachgeholt werden.

Hans Galimbis bedankte sich bei allen Mitgliedern für ihre tat-

einer Spende am Wiederaufbau des Historischen Badehauses beteiligen.

Im Rahmen der Jahreshauptversammlung fanden außerdem Neuwahlen und eine Ergänzung der Vorstandschaft statt. Die neue Vorstandschaft des Fördervereins Historisches Badehaus setzt sich aus folgenden Personen zusammen.

1. Vorsitzender: Hans Galimbis  
Stellvertretende Vorsitzende: Anja Peltzer & Jürgen Kostial  
Beisitzer: Peter Berek, Michael Galimbis, Tobias Peltzer  
Kassenprüfer: Sigurd Strobel und Steffen Popp

Um das Spektrum der Vereinsarbeit zu erweitern, beschloss die Mitgliederversammlung außerdem eine Ergänzung des Vereinszwecks in der Satzung. Zu dem bestehenden Vereinszweck, der Förderung des öffentlichen Gesundheitswesens, werden die Punkte Förderung des Denkmalschutzes und der Denkmalpflege sowie Förderung der Heimatpflege, Heimatkunde und der Ortsverschönerung ergänzt. Dadurch hat der Verein zukünftig die Möglichkeit, neben dem Hauptprojekt „Wiederaufbau des Historischen Badehauses am Quellenplatz“, das selbstverständlich weiterhin oberste Priorität haben wird, auch andere kurzfristige Projekte umzusetzen.

Zum Abschluss berichtete der 1. Vorsitzende, dass der Flyer des Fördervereins neu aufgelegt werden soll. Dieser soll als Informationsmedium dienen, um neue Mitglieder zu gewinnen und Spendengelder zu akquirieren. Der Verein wird alles dafür tun, den Wiederaufbau des Badehauses weiter voranzubringen.

Hans Galimbis  
1. Vorsitzender Förderverein  
Historisches Badehaus e.V.

## Kur- und Gewerbeverein AlexAktiv e.V.

### JHV im Kurpark

Vor dem neu renovierten Pavillon im Kurpark hinter dem Markgräflichen Schloss in Bad Alexandersbad trafen sich am 6. August 2021 die Mitglieder des Kur- und Gewerbevereins AlexAktiv e.V. zur Jahreshauptversammlung für die Jahre 2019 und 2020.

Steffen Popp, der als Vorstand die Versammlung leitete, gab einen Überblick über das Vereinsleben der letzten beiden Jahre. Des Weiteren wurde die Änderung der

Satzung beschlossen. Dabei wurde die Anpassung an die aktuellen Datenschutzrichtlinien vorgenommen. Vorstandswahlen sind in Zukunft nicht mehr alljährlich, sondern nur bei gegebenem Anlass erforderlich. Anschließend wurde ein neuer Vorstand gewählt. Demnach werden Sigurd Strobel und Jochen Scharf ab sofort die Vereinsgeschicke leiten. Als Beiräte wurden Christina Popp und Steffen Popp, Alexander Burger und Helmut Foerster gewählt. Die bisherigen Kassenprüferinnen,

Nina Ledermüller und Sylvia Prell, wurden in ihrem Amt bestätigt. Die neuen Vorsitzenden bedankten sich bei Steffen Popp für die langjährige zuverlässige Führung des Vereins.

Für die Zukunft haben die Vorstände neben den bisherigen Aktionen – wie die Beteiligung am Lichterfest, am Weihnachtsmarkt und am lebendigen Adventskalender – einige Ideen im Hinterkopf, die jedoch zum Großteil abhängig sind von der weiteren Entwicklung der pandemischen Lage. Un-

ter anderem soll die Belegung des Musikpavillons eine Rolle spielen. Unterstützer, Ideengeber und Mitstreiter sind immer willkommen. Bitte bei Interesse einfach melden unter: kgv-alexaktiv@gmx.de.

Sigurd Strobel  
Kur- und Gewerbeverein  
AlexAktiv e.V.

## Die Verleihung des Staatspreises



**Posaunenchor der Ev. Kirchengemeinde**



**Die geladenen Gäste**



**Übergabe der Urkunde**



**Tolles Ambiente auf den Schlossterrassen**



## Dorferneuerung in Bildern



**Kathrin Riedel (ALE)**



**MdL Martin Schöffel**



**Landrat Peter Berek**



**Regierungspräsidentin  
Heidrun Piwernetz**



**1. Bürgermeisterin Anita Berek (links) und  
TG-Vorsitzende Claudia Stich (rechts)**



**Lothar Winkler  
(Leiter ALE)**

# Freiwillige Feuerwehr Bad Alexandersbad

## Feuerwehr im Heilbad gut aufgestellt

Am 07. August 2021 fand die Dienst- und Jahreshauptversammlung der Freiwilligen Feuerwehr Bad Alexandersbad und des Feuerwehrvereins für die Berichtsjahre 2019 und 2020 im Haus des Gastes in Bad Alexandersbad statt.

Der Dienstbetrieb in den vergangenen zwei Jahren war von der Pandemie geprägt. Online-schulungen, Distanzunterricht, Hygienekonzepte und der bittere Beigeschmack, sich selbst zu infizieren, bestimmten den Alltag. Umso mehr freuten sich die Verantwortlichen der Freiwilligen Feuerwehr, dass die Jahreshauptversammlung 2021 in Präsenz stattfinden konnte.

Siegfried Pausch, 1. Vorsitzender des Feuerwehrvereins, begrüßte neben den Aktiven der Feuerwehr und den Mitgliedern des Feuerwehrvereins die Erste Bürgermeisterin Anita Berek, KBI Horst Wildenauer und KBM Roland Kaiser.

Der Feuerwehrverein bestand zum Stichtag 01.01.2021 aus 97 Mitgliedern, darunter 36 Aktive, 4 Jugendliche, 13 Kinder und 44 Passive. In seinem Vorstandsbericht hob Vorstand Siegfried Pausch vor allem das große Engagement und den Zusammenhalt innerhalb der Wehr hervor. So hatten zum Beispiel die Betreuerinnen der Kinderfeuerwehr im Jahr 2019 insgesamt 45 Stunden in die Ausbildung der zehn Kinder investiert. Diese Arbeit zahle sich

aus, da viele Kinder in die Jugendfeuerwehr wechselten und damit der Fortbestand der aktiven Mannschaft gesichert würde.

Außerdem konnte sich die Feuerwehr mit vielen Helfern an verschiedenen Veranstaltungen im Jahr 2019 beteiligen, darunter der Kreisfeuerwehrtag, der Kinossommer, das Lichterfest, der Weihnachtsmarkt oder der Kinder-Action-Lauf in Thiersheim. Im Jahr 2020 kam die Vereinsarbeit in weiten Teilen zum Erliegen. Nun hofft der 1. Vorsitzende, die Vereinsarbeit sukzessive wieder aufnehmen zu können, und kündigte die Durchführung der Leistungsprüfung für das Jahr 2021 an. Pausch bedankte sich bei allen Helfern und Unterstützern für ihren Einsatz in den vergangenen zwei Vereinsjahren und bei der Vorstandschaft für die gute Zusammenarbeit.

Markus Hausmann, 1. Kommandant der Freiwilligen Feuerwehr, berichtete von einem guten Ausbildungsstand seiner Mannschaft, was sich auch im unfallfreien Dienstbetrieb widerspiegelte. Durch die Aufnahme neuer Mitglieder im aktiven Dienst, sank das Durchschnittsalter auf 36 Jahre. In den Jahren 2019 und 2020 wurden zahlreiche Lehrgänge besucht, eigene Ausbildungsveranstaltungen organisiert und neue Schutzausrüstung angeschafft.

Die Wehr rückte in den Berichtsjahren zu insgesamt 23 Einsätzen aus. Dank umfangreicher

Schutzmaßnahmen verliefen die Einsätze während der Coronapandemie so, dass sich niemand der Aktiven mit dem Coronavirus infizierte. Das absolute Highlight war jedoch die Ankunft des neuen LF 10 am 09.03.2021. Aufgrund der Pandemie hatte sich die Auslieferung von Herbst 2020 auf Frühjahr 2021 verschoben. Das neue Einsatzfahrzeug trat am 04.06.2021 seinen Dienst an. Nur vier Stunden später erfolgte der erste Alarm für das LF 10. Der Dank des 1. Kommandanten ging an die Bürgerinnen und Bürger für die finanzielle Unterstützung im Rahmen der freiwilligen Feuerschutzabgabe. Besonderer Dank galt allen Aktiven und deren Familien. Für die tatkräftige Unterstützung der Wehr werden die beiden Kommandanten das Doktorehepaar Elisabeth und Thomas Beer, Herrn Gerhard Matthes sowie Richard Ponath aufgrund besonderer Verdienste an der FFW Bad Alexandersbad für das Landkreisehrenzeichen vorschlagen.

Bei den anschließenden Vorstandswahlen wurden nahezu alle bestehenden Mitglieder des Vorstands in ihren Ämtern bestätigt. Siegfried Pausch wurde als 1. Vorstand wiedergewählt, Christian Reichel als 2. Vorstand. Kassier bleibt Markus Weiß sowie Rechnungsprüfer Roland Rieß und Manfred Schelter. Anna Ollert wurde als Nachfolgerin von Herbert Greim neu in das Amt der Schriftführerin gewählt.

In ihrem Grußwort bedankte sich Erste Bürgermeisterin Anita Berek für das ehrenamtliche Engagement aller Beteiligten für die Gemeinde Bad Alexandersbad und ihre Bürgerinnen und Bürger. Sie hob dabei besonders die enorme Flexibilität und das Durchhaltevermögen während der Pandemie hervor und lobte die Kinder- und Jugendarbeit, da diese die Freiwillige Feuerwehr zukunftsfähig mache.

KBI Horst Wildenauer, der für den entschuldigten KBR Wieland Schletz an der Versammlung teilnahm, drückte ebenso seinen Respekt für den Zusammenhalt und den langen Atem in Coronazeiten aus. Er freute sich, dass die Jugendarbeit sich so positiv entwickelt und forderte die Verantwortlichen auf, in diesem Bereich nicht nachzulassen, um die Aktiven von morgen bestmöglich zu fördern.

Zum Abschluss der Dienst- und Jahreshauptversammlung folgten zahlreiche Ehrungen. In die Feuerwehr aufgenommen wurden Leon Barthmann, Sebastian Kraus, Alex Poplavskij, Felix Galimbi, Anna Ollert und Adrian Pausch. Für 20 Jahre aktive Dienstzeit wurden Monika Köster, Hannelore Pausch und Florian Rasp geehrt. Für 25 Jahre Christian Reichel, Johannes Weiß und Andreas Foerster. Für 30 Jahre geleisteten Feuerwehrdienst wurden Roland Rieß, Matthias Lippert, Jörg Kastner und Markus Weiß ausgezeichnet. Für 40 Jahre 1. Vorstand Siegfried Pausch.

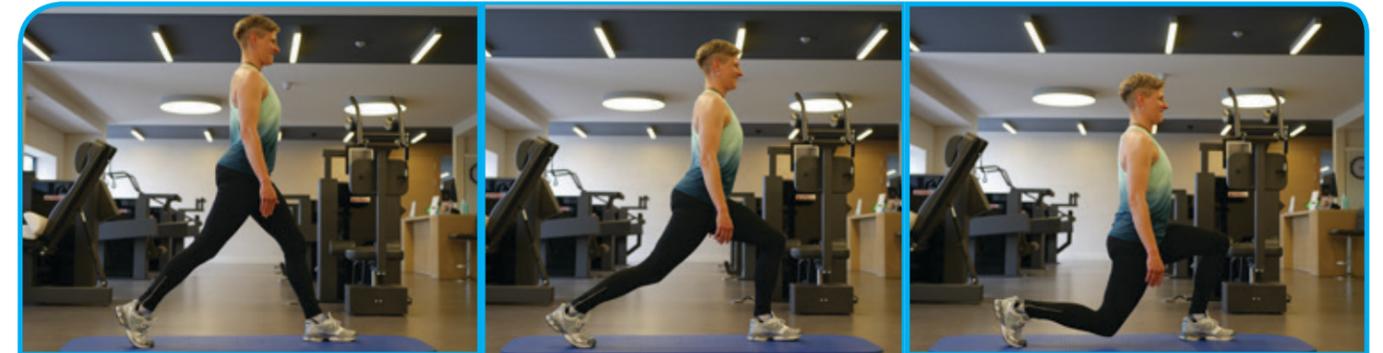
KBI Horst Wildenauer nahm dann, im Auftrag von Landrat Peter Berek und KBR Wieland Schletz, eine weitere und sehr besondere Ehrung vor. Er verlieh 1. Kommandanten Markus Hausmann das große Ehrenzeichen in Gold der Feuerwehren des Landkreises Wunsiedel im Fichtelgebirge. Sichtlich bewegt nahm Hausmann diese Auszeichnung entgegen und bedankte sich bei allen Anwesenden für das Vertrauen und die gute Zusammenarbeit innerhalb der Feuerwehr.



Auf dem Bild von links: KBI Horst Wildenauer, Markus Hausmann, KBM Roland Kaiser, Siegfried Pausch, Manfred Schelter, Christian Reichel, Roland Rieß, Markus Weiß, Anna Ollert und 1. Bürgermeisterin Anita Berek.

# Claudi's Krafteck

## Der Ausfallschritt



### Anfangsposition:

Ausfallschritt, indem das vordere Knie hinter der Fußspitze bleibt und der hintere Fuß GERADE, parallel zum vorderen Fuß nach vorne zeigt. Gleichgewicht halten und Oberkörper gerade aufgerichtet, Arme seitlich hängen lassen.

Mit einer geraden Knie- und Beinachse (also Hüfte, Knie, Sprunggelenk in einer Linie) werden beide Knie gebeugt. Es ist darauf zu achten, dass das vordere Knie nicht vor die Fußspitze kommt und der Oberkörper weiterhin aufgerichtet bleibt. Beide Füße werden nicht verdreht, sondern die Fußspitzen zeigen weiterhin nach vorne!

### Endposition:

Im tiefen Ausfallschritt berührt das hintere Knie fast den Boden. Das vordere Knie befindet sich im rechten Winkel. In einer leichteren Variante muss das hintere Knie auch nicht zu tief abgesenkt werden.

Gleichgewicht halten und mit Kraft aus Gesäß- und Oberschenkelmuskulatur drückt man sich wieder in die Ausgangsposition nach oben. Mit den Händen dabei NICHT auf dem vorderen Oberschenkel abstützen.

### Trainingsempfehlung

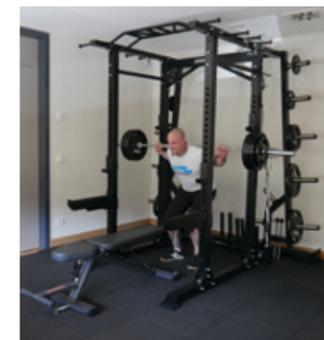
Durchführung: 15 – 20 Wiederholungen pro Seite, je nach Trainingszustand. Anschließend Seitenwechsel und insgesamt drei Mal pro Seite wiederholen.

Atmung: Beim nach unten gehen einatmen, beim nach oben gehen wieder ausatmen.

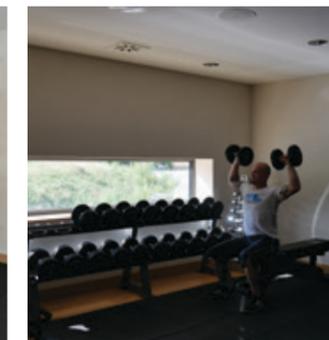
# Neuigkeiten aus dem Trainingspark

## Der Freihantelbereich ist umgezogen

Der Freihantelbereich, den alle Abokunden im Trainingspark nutzen können, ist vom Alten Kurhaus in den modernen Neubau umgezogen. Das Foyer im Alten Kurhaus soll wieder seine ursprüngliche Funktion als Eingangsbereich zurück erhalten. In den neuen Räumlichkeiten im Erdgeschoss des Neubaus können die Nutzerinnen und Nutzer des Trainingsparks außerdem



Trainer Carsten Buchta im neuen Freihantelbereich



## Neue Sitzgruppe für die Terrasse

Claudi und Carsten, die immer gut gelaunte Reha- und Fitness-trainer im ALEXBAD, freuen sich über eine neue Sitzgruppe auf der Terrasse vor dem Trainingspark. Beide haben sich dafür eingesetzt, dass die hochwertigen Outdoor-Möbel aus Edelstahl und

Holz mithilfe von Spendengeldern angeschafft werden konnten. Ab sofort können alle Besucher im ALEXBAD diese Sitzgelegenheit zum Verweilen und für gemeinsame Gespräche nutzen. Vielen Dank an die edlen Spender!



Die Trainer Carsten Buchta (links) und Claudia Lehmann (rechts) freuen sich mit Horst Mikliss (Mitte), dem Leiter der Kurbetriebe, über die neue Sitzgruppe für den Trainingspark.

# #EinfachGesundStarten in Bad Alexandersbad

## Gesundheitsprogramm nach Philipp Lahm in Kooperation mit dem BVO

Eine Auszeit vom Alltag in einer authentischen Umgebung nehmen und gleichzeitig mit professioneller Begleitung durch qualifizierte Gesundheitsexperten etwas für die Gesundheit tun. Das exklusiv für die bayerischen Heilbäder und Kurorte entwickelte Gesundheitsprogramm #gesundkannjeder nach Philipp Lahm bietet all das.

In Bad Alexandersbad nehmen Interessierte am Modul #EinfachGesundStarten teil, das individuell auf den Kurort abgestimmt wurde. Die ortsgebundenen Heilmittel, das Heilwasser der Luisenquelle und das Naturmoor sowie die Angebote aus dem Bereich Osteopathie bilden die perfekte Ergänzung zum vom Profifußballer entwickelten Gesundheitskonzept.

Gemeinsam mit dem Bundesverband Osteopathie e.V. – BVO bietet Bad Alexandersbad das Modul #EinfachGesundStarten an. Alle Programminhalte des Gesundheitsprogramms werden von qualifizierten Therapeuten und Gesundheitstrainern sowie ganzheitlich orientierten Osteopathen durchgeführt.

Jeder, der sich gezielt mit der

eigenen Gesundheit beschäftigen möchte – egal ob sportlich aktiv oder inaktiv, ob Gesundheitsliebhaber oder Genussmensch, ob jung oder alt – erfährt im Rahmen des 4-tägigen Programms wertvolle Impulse, um die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit zu erhalten oder zu verbessern.



Auf den Zeitraum von Mittwoch bis Samstag verteilen sich vielfältige Programminhalte zum Thema „Gesunder Lebensstil“. Zum Baustein „Körperliche Bewe-

gung“ gehören Fitness-Checks, Warm-Up-Trainingsseinheiten sowie Ausdauer- und Beweglichkeitstraining. Bewegung ist ein wesentlicher Faktor für eine gesunde Lebensweise. Hier erfahren die TeilnehmerInnen, wie sie Bewegung gezielt in ihren Alltag integrieren können.

Der Baustein „Gesunde Ernährung“ beinhaltet einen Kochworkshop sowie gesunde Snacks für Zwischendurch. Eine ausgewogene Ernährung stärkt nicht nur das Immunsystem, sondern bringt mehr Lebensenergie. Die TeilnehmerInnen können wertvolle Impulse in Bezug auf dieses Thema mit nach Hause nehmen.

Die ortsgebundenen Heilmittel und das Thema Osteopathie sind vertreten in Form eines Heilwasserbades im ALEXBAD sowie einer osteopathischen Behandlung im Markgräflichen Schloss. Ergänzt wird dieser Baustein durch einen zweistündigen Eintritt in Panoramabad & Sauna im ALEXBAD.

Weitere Informationen zum Gesundheitsprogramm #gesundkannjeder sowie die Möglichkeit, das 4-tägige Angebot #EinfachGesundStarten zu buchen, finden Sie unter [www.alexbad.de/gesundkannjeder](http://www.alexbad.de/gesundkannjeder)

gessive Muskelentspannung nach Jacobsen gehören zum Baustein „Geistige Bewegung“. Mentale Stärke ist ein wesentlicher Faktor für einen gesunden Körper. Auch sie lässt sich durch gezielte Übungen trainieren.

Impulsvorträge zu den Themen Motivation, Veränderungen und mentale Fitness, Waldgesundheitstraining mit Brainfitness-Übungen und eine Einheit Pro-

serviert. Es werden also zukünftig auch Abendkurse für Berufstätige angeboten.

Schwimmer, Saunabesucher und Erholungssuchende haben weiterhin montags und mittwochs von 09.00 bis 20.00 Uhr sowie freitags, samstags und sonntags von 09.00 bis 21.00 Uhr die Gelegenheit, das Panoramabad zu besuchen.

Die Kursteilnehmer auf der Warteliste werden entsprechend vom Gästeservice im ALEXBAD kontaktiert. Neuaufnahmen sind derzeit leider nicht möglich. Aufgrund des erweiterten Kursangebotes wird es jedoch in absehbarer Zeit möglich sein, dass mehr Menschen im Panoramabad im Rahmen des Reha-Sports etwas für Gesundheit und Wohlbefinden tun können.

Nachfrage bedienen zu können. Nach der langen Pause aufgrund der Corona-Lockdowns warten viele sehnsüchtig auf einen Kursplatz. Denn für zahlreiche Interessenten bedeutet die Teilnahme am Reha-Sport auch ein Stück mehr Lebensqualität. Im Rahmen der Reha-Sport Kurse halten sie sich fit und profitieren von der Gruppendynamik. Und

das im besonderen Ambiente des Panoramabades.

Ab Dienstag, 14.09.2021 hat das Panoramabad den gesamten Dienstag und Donnerstag exklusiv für Reha-Sport Kurse sowie weitere Wasserkurse



# Mehr Lebensqualität durch Reha-Sport

## Neue Öffnungszeiten für Panoramabad & Sauna im ALEXBAD

Das Gesundheitszentrum in Bad Alexandersbad setzt verstärkt auf seine Kernkompetenzen: Gesundheitsvorsorge und Therapie. Ab Dienstag, 14. September 2021 wird das Angebot im Bereich Reha-Sport erweitert.

Zahlreiche zufriedene Teilnehmer an den Reha-Sport Kursen am Dienstag- und Donnerstagvormittag zeigen, dass der Weg, den das Gesundheitszentrum eingeschlagen hat, in die richtige Richtung führt. Man besinnt sich auf die Themen, die seit jeher im Kurort oberste Priorität haben, nämlich Prävention und Rehabilitation.

Sechs Reha-Sport Kurse Trockengymnastik und sieben Kurse Wassergymnastik reichen aber bei weitem nicht aus, um die große

# Gesundheitsmanagement im ALEXBAD

## Vorträge und Workshops zu den Themen Achtsamkeit und Natur

### Workshop Natur & Achtsamkeit

#### Ein Element der Gesundheitswoche im Soibelmans Hotel

Im Rahmen der Gesundheitswoche des Soibelmans Hotel Bad Alexandersbad findet immer mittwochs der Workshop „Natur & Achtsamkeit“ statt.

Neben einem Präventionskurs „Funktionelle Wirbelsäulengymnastik“ und einem Besuch in Panoramabad & Sauna im ALEXBAD erleben die Gäste in der Gesundheitswoche ein eineinhalbstündiges Waldgesundheitstraining



### Vortrag zum Thema Achtsamkeit

Achtsamkeit – Ein neuer Trend oder ein Schlüssel für mehr Lebensqualität? Unter diesem Motto begrüßte Elke Seidel, Leitung des Fachbereichs Gesundheitsmanagement, die interessierte Teilnehmergruppe am 04.08.2021 herzlich im Gesundheitszentrum ALEXBAD.



Bei einer Steinmeditation wird der Stein mit allen Sinnen näher beleuchtet: Wie sieht der Stein aus? Welche Oberfläche hat er? Welche Farbe? Wie ist seine Struktur? Wie fühlt sich der Stein an? Ist er hart und glatt? Und welchen Geruch kann man wahrnehmen? Wie hört sich ein Stein an? Das intensive Schmecken probierten die Teilnehmer beim Schokoladengenuss aus.

Waldgesundheitstraining im Kurpark unter der Leitung von Elke Seidel. Nach einer kurzen theoretischen Einführung lernen die Gäste verschiedene Achtsamkeits- und Entspannungsübungen kennen. Das Waldgesundheitstraining ist eine Methode, die neue Wege eröffnet, um sich im Alltag zu entspannen und den Wald aus einer ganz anderen Perspektive wahrzunehmen.

Viele Menschen sehnen sich nach mehr Ruhe und Entschleunigung im Alltag, möchten aus ihrem „Hamsterrad“ aussteigen und zu sich selbst finden. Achtsam sein bedeutet, direkt im Kontakt mit dem zu sein, was gerade ist und den gegenwärtigen Moment zu genießen.

An diesem Vortragsabend erfuhren die Teilnehmer, was sich hinter dem Begriff Achtsamkeit verbirgt, welche Forschungsergebnisse bereits vorliegen, wie regelmäßiges Achtsamkeitstraining wirkt und welche Achtsamkeits- und Entspannungsübungen man in seinen Alltag einbauen kann.

Auch im Herbstprogramm der VHS Bad Alexandersbad werden wieder Vorträge angeboten. Vielleicht haben Sie auch Lust, mehr über die Achtsamkeit zu erfahren.

Die neuen Termine finden Sie auf der Homepage [www.alexbad.de](http://www.alexbad.de) oder in der lokalen Presse.

### Waldgesundheitstraining

#### Drei Stunden unterwegs an wunderschönen Waldplätzen

Zweimal im Monat bietet die VHS Bad Alexandersbad ein dreistündiges Waldgesundheitstraining am Freitag als Ausklang der Arbeitswoche an. Am 30. Juli begrüßte Waldgesundheitstrainerin Elke Seidel wieder eine interessierte und neugierige Gruppe am Wanderparkplatz Kleinwendern. Was verbirgt sich hinter dem Waldgesundheitstraining?



Das Waldbaden, wie es auch genannt wird, hat seinen Ursprung in Japan. „Shinrin Yoku“ wird es dort genannt und ist eine naturbezogene Entspannungsmethode, die seit 1982 für die stressgeplagten Japaner entwickelt wurde, therapeutisch eingesetzt wird und dort bereits ein fester Bestandteil der Gesundheitsvorsorge ist. Beim Waldbaden taucht man ein in die Atmosphäre des Waldes: man entspannt, verbindet sich mit der Natur, entschleunigt, löst sich von



Früchte des Waldes. Das Waldbaden ist ein langsamer, bewusster Spaziergang durch den Wald, verbunden mit verschiedenen Achtsamkeits-, Entspannungs- und Wahrnehmungsübungen, die die Teilnehmer erleben und ausprobieren. Das Waldbaden fördert unsere Gesundheit und wird mittlerweile in vielen Ländern angeboten und als gesundheitsförderliche Maßnahme eingesetzt. Der Wald tut gut! Wissenschaftler weltweit erforschen, was der Aufenthalt im Wald bewirkt und zahlreiche Studien belegen die positiven Effekte des Waldes auf unser körperliches und seelisch-geistiges Wohlbefinden.

Haben Sie Lust für einige Stunden in den Fichtelgebirgswald einzutauchen und den Wald aus einer ganz anderen Perspektive kennenzulernen?

Gerne können Sie auch individuelle Termine mit uns – telefonisch: 09232/992522 oder per E-Mail: [elke.seidel@badalexandersbad.de](mailto:elke.seidel@badalexandersbad.de) – vereinbaren. Wir freuen uns auf Sie!

### Möchten Sie mehr über die Angebote zum Thema Gesundheitsmanagement erfahren?

Ich informiere Sie gerne!

#### Elke Seidel

Leitung Fachbereich Gesundheitsmanagement  
[elke.seidel@badalexandersbad.de](mailto:elke.seidel@badalexandersbad.de)  
09232.9925-22



# Videodrehs in Bad Alexandersbad

## Die Kneippsche Säule „Innere Balance“

Der Geburtstag von Pfarrer Sebastian Kneipp jährt sich in diesem Jahr zum 200. Mal. Und seine Lehre passt bestens und aktueller denn je zu den gesundheitstouristischen Angeboten in der ILE Gesundes Fichtelgebirge. In diesem Verein haben sich die vier prädikatisierten Gesundheitsorte des Fichtelgebirges im Rahmen der Integrierten Ländlichen Entwicklung (ILE) zusammengeschlossen:

Balance. Wasser bildet mit zahlreichen Anwendungsmöglichkeiten wie Wassertreten die erste Säule. Daneben ergänzen eine pflanzenbasierte Ernährung sowie Kräuter, in natura aber auch in Form von Tees oder Salben, das Portfolio. Eine maßvolle Bewegung, beispielsweise durch Wandern an der frischen Luft, aktiviert den Körper. Und wenn all diese Gesundheitselemente zusammenkommen, können



Bad Alexandersbad, Bad Berneck, Bischofsgrün und Weißenstadt. Bewohner und Besucher können hier Gesundheitsanwendungen und eine authentische Natur mit Fichten- und Buchenwäldern, Felsen, Granitmeeren, Aussichtspunkten und Flusslandschaften genießen.

Aus diesem Grund hat die ILE Gesundes Fichtelgebirge e.V. Kneipp zum Jahresthema 2021 gemacht. Bewohner und Gäste erwartet nicht nur im Kneippheilbad Bad Berneck, sondern auch in Bad Alexandersbad, Weißenstadt und Bischofsgrün ein tolles Angebot rund um die fünf Säulen der Lehre Kneipps: Bewegung, Ernährung, Kräuter, Wasser und

letzendlich Körper, Geist und Seele in einer inneren Balance zueinanderstehen.

Zu jeder der Kneipp'schen Säulen wurde ein Video in einem der vier Gesundheitsorte gedreht. Für das Thema „Innere Balance“ war der Drehort das Heilbad Bad Alexandersbad. Neben beeindruckenden Bildern von der Doktorswiese und dem Kurpark erfahren die Zuschauer Wissenswertes über das Thema „Innere Balance“ von Gesundheitsexpertin Elke Seidel. Das Video finden Sie unter [https://www.youtube.com/watch?v=R\\_Rcoom05ps](https://www.youtube.com/watch?v=R_Rcoom05ps).

## Schnappschuss der Quelle-Redaktion



## Interview mit der Waldbotschafterin für Bayern

### SAT.1 Bayern dreht in Bad Alexandersbad

Am 21. Juli begrüßte Elke Seidel das Filmteam von SAT.1 Bayern, das im Auftrag der Bayern Tourismus Marketing GmbH einen Filmbeitrag über die Waldgesundheitstrainerin aus Bad Alexandersbad zusammengestellt hat.

Unter dem Motto „Bayern – deine Botschafter: Wie funktioniert Waldbaden?“ tauchte das Filmteam mit den drei Akteurinnen (Elke Seidel und zwei Statisten) ein in die Atmosphäre des Waldes rund um die Doktorswiese und den Kurpark in Bad Alexandersbad.

„Für das Projekt Bayern Botschafter der Bayern Tourismus Marketing GmbH München bin

ich seit 2020 auserwählte Waldbotschafterin Bayerns und es macht mir sehr viel Spaß gemeinsam mit dem BayTM-Team interessante und herausfordernde Aktionen rund um das Thema Waldbaden durchzuführen. Interviews, Fotoshootings, Podcast, Liveschaltung beim Touristmustag und jetzt der Fernseh-dreh mit SAT.1 Bayern, alles neue und tolle Erfahrungen, die ich erleben darf!“

Am 26.08.2021 wurde das Video in der regionalen Nachrichtensendung SAT.1 Bayern ausgestrahlt. Den Filmbeitrag finden Sie unter folgendem Link: <https://www.sat1.at/regional/bayern/nachrichten/bayern-deine-botschafter-wie-funktioniert-waldbaden-clip>



## Skiclub Wunsiedel

Ende Juli veranstaltete der Skiclub Wunsiedel das traditionelle Abschlusstraining vor den Sommerferien.

Ziel der Mountainbike-Tour, an der zahlreiche Kinder, deren Eltern und die Trainerinnen und Trainer des Skiclubs teilnahmen, waren die Schlossterrassen in Bad Alexandersbad.

Gespannt warteten alle auf die Ankunft eines besonderen Highlights. Die Eis-Manufaktur Buchberghof aus Kirchenlamitz fuhr mit einem Eiswagen vor und wurde von allen freudig in Empfang genommen. Jedes Kind durfte sich als Belohnung für die erfolgreiche Trainingsaison eine Kugel Eis abholen.



# Der Igel

## Nachtaktiver Einzelgänger im Garten

Strukturreiche Gärten sind für die Artenvielfalt besonders wichtig. Sie bieten Nahrung und Nistmöglichkeiten für Insekten und beherbergen zahlreiche Wirbellose wie Regenwürmer, Larven oder Schnecken. Diese wiederum sind die Nahrung von vielen anderen Gartenbewohnern, wie dem Igel. Neben Nahrung benötigt dieser noch Versteckmöglichkeiten wie Reisighaufen, Holzstapel oder Hecken. Wer einen solchen Garten hat, hat gute Chancen auf einen stacheligen Bewohner.

Wenn die kleinen Igel auf die Welt kommen, sind die Stacheln noch weich, damit sie die Mutter bei der Geburt nicht verletzen. Mit der Zeit härten die Stacheln aus und bieten einen Schutz gegen Fressfeinde. Ein ausgewachsener Igel besitzt 6.000 – 8.000 Stacheln und jeder einzelne davon hat seinen eigenen Muskel. Droht Gefahr rollen sich die Igel zusammen und stellen die Stacheln auf. So werden sie zu einer kaum angreifbaren Kugel. Trotz dieses Schutzes haben auch Igel natürliche Feinde. So können

beispielsweise Dachs und Uhu mit ihren langen Krallen auch einen vollständig eingerollten Igel packen.

Neben den natürlichen Feinden lauern auf die Igel noch einige andere Gefahren, die zu den starken Rückgängen der Igel beitragen. Straßen, Mauern und Zäune zerschneiden die Lebensräume der Igel. Während zwei der Hindernisse nicht überwunden werden können, versuchen Igel immer wieder Straßen zu überqueren, was ihnen meist zum Verhängnis wird. So sterben jedes Jahr etwa 500.000 Igel im Straßenverkehr.

Früher bewohnten Igel auch strukturreiche Waldränder und Hecken in der Kulturlandschaft. Heute gibt es solche Lebensräume nur noch selten und die strukturreichen Parks und Gärten, welche einen Ersatzlebensraum darstellen können, werden auch immer seltener. Gut gepflegte Gärten bieten weder Nahrung noch Versteckmöglichkeiten und oftmals werden Igel durch Gartengeräte wie Mähroboter tödlich verletzt. Nicht selten werden Igel auch verbrannt, wenn Gartenabfälle, die bereits längere Zeit lagern, angezündet werden.

Wer seinen Igeln etwas Gutes tun möchte, kann im Garten Verstecke schaffen und im Frühjahr und Herbst Futter bereitstellen. Es gibt spezielles Igelfutter, aber man kann alternativ auch Katzenfutter, ungewürztes Rührei oder Haferflocken anbieten. Am besten ist eine eiweiß- und fettreiche Ernährung mit wenig Kohlenhydraten. Die meisten Igel werden bei uns im August und September geboren. Ab da beginnt ein Wettlauf gegen die Zeit, denn bis Anfang November müssen sie ein Körpergewicht von mindestens 600g erreichen. Nur mit genügend Reserven können sie den 5–6 Monate andauernden Winterschlaf überstehen. Über den Winter verlieren die Igel etwa 30% ihres Körpergewichts. Sobald die Außentemperaturen längere Zeit bei 10°C liegen, erwachen die Igel und gehen sofort auf Nahrungssuche, um sich für die Paarung zu stärken.

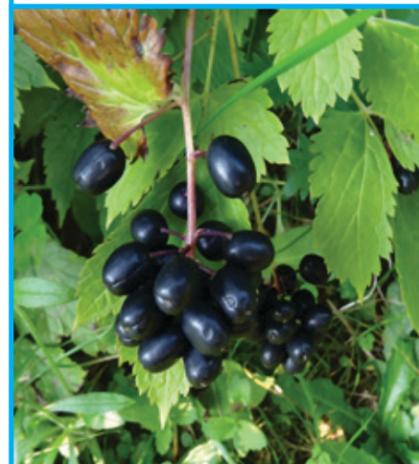


Sarah Beer

## Die Pflanzenwelt um Bad Alexandersbad

### Das „Ährige Christophskraut“ – *Actaea spicata*

Die späte Sommerzeit und der Herbst sind die Zeit für die Reife und Ernte vieler Wildfrüchte. Bei unseren Wanderungen in der Umgebung finden wir an wenigen Standorten eine besondere, krautig ausdauernde Staude, mit verlockend appetitlich aussehenden, ca. 0,5–1 cm Durchmesser großen, ovalen, glänzenden, schwarzen Beeren, die in einer Traube angeordnet sind.



#### Kennst du mich?

Ich bin das „Ährige Christophskraut“ (*Actaea spicata*), ein Hahnenfußgewächs. Vorsicht! Meine Beeren sind ungenießbar und für uns Menschen giftig. Meine Erkennungsmerkmale: gestielte Laubblätter, doppeltzählig bis gefiedert und am Rand gezähnt. Die Blüten filigran, weißlich, in gedrängt angeordneten Trauben. Meine Wuchsgröße beträgt 30 bis 60 cm. Meine Blütezeit ist im Mai und Juni. Meine Reifezeit ist in den Monaten Juli, August und September. Mein deutscher Name bezieht sich auf den Heiligen Christopherus, den Schutzpatron gegen die Pest. Gegen diese Krankheit wurde das Christophskraut früher als Heilpflanze verwendet.

Ever Naturfreund  
Willy Jackwert

## Mein Osteopathie-Besuch

### Teil 2: Nach der Osteopathie-Behandlung

Auch wenn der Patient bei einer Osteopathie-Behandlung nur „herumliegt“, während der Therapeut seine Arbeit verrichtet, ist es meist er, der im Anschluss so schlapp und müde ist, als hätte er Schwerstarbeit geleistet. Aber keine Sorge: Das ist gut so. Ihr Körper arbeitet dann auf Hochtouren an Ihrer Gesundheit!

#### Wie Beschwerden entstehen können

Körperliche Beschwerden entstehen, wenn die körpereigenen Reparatur-Mechanismen versagen, weil die Belastungsgrenzen überschritten wurden. Da der Körper trotz Überlastung das ganze System am Laufen halten möchte, entwickelt er Kompensationsstrategien, die sich in unterschiedlichen Symptomen von Kopfschmerzen über Verspannungen bis hin zu seelischen Leiden manifestieren können.

Vergleichen wir den Körper mit einer Firmen-Organisation: Wenn in einem Betrieb einige Mitarbeiter permanent überlastet werden, äußert sich das irgendwann in unterschiedlicher Form. Wenn die Führung der Organisation an diesem Zustand etwas ändern möchte, ist sie gefordert, neue Strukturen aufzusetzen. Dieser Veränderungsprozess legt die Organisation meist erst einmal lahm, da Mitarbeiter und alle Mitwirkenden viel Zeit und Energie

brauchen, um die neuen Vorgaben und Veränderungen zu verstehen und zu akzeptieren. Erst nach einigen Wochen oder Monaten – wenn die neuen Rahmenbedingungen gut und nachhaltig gesetzt wurden – spürt man die positiven Verbesserungen und die Organisation läuft im Idealfall wieder wie am Schnürchen.

#### Umstrukturierung im Körper

Und so verhält es sich auch im Körper nach einer Osteopathie-Behandlung: Wenn in der „Organisation Körper“ Überlastung herrscht, kann das dazu führen, dass einige „Mitarbeiter“ des Körpers „streiken“. Beispielsweise arbeitet die Verdauung nicht mehr richtig und der Patient leidet unter Verstopfung oder die Muskulatur verspannt sich und es entstehen Schmerzen... die Symptome sind so individuell, wie die Menschen selbst.

Durch die osteopathische Behandlung wird in die Organisation Ihres Körpers eingegriffen. Alles neu zu sortieren und zu verarbeiten macht müde. Denn das ist ein richtig anstrengender Job für den Organismus.

Es kann einige Stunden, Tage oder sogar bis zu zwei Wochen dauern, bis Ihr Körper die Veränderung, die der Osteopath bewirkt hat, verarbeitet hat.

#### Das tut Ihrem Körper nach der Osteopathie-Behandlung gut

Gönnen Sie sich nach Ihrem Termin beim Osteopathen etwas Ruhe und ggf. Schlaf. Auch ein



Müde nach der Osteopathie-Behandlung? Das ist ein gutes Zeichen. Gönnen Sie Ihrem Körper Ruhe, denn so können sich die Selbstheilungskräfte gut entfalten und wirken. (Foto: baranq / Shutterstock)

leichter Spaziergang kann förderlich sein. So unterstützen Sie Ihren Körper am besten, sich selbst zu helfen. Dazu können Sie auch folgendes tun:

- Vermeiden Sie am Tag der Behandlung Sport und anstrengende Arbeiten.
- Trinken Sie einen zusätzlichen Liter Wasser.
- Gönnen Sie Ihrem Körper viel Schlaf und Ruhe.
- Essen Sie basische Kost, damit das Fasziengewebe nicht noch zusätzlich mit Übersäuerung zu kämpfen hat.

#### Müdigkeit ist ein gutes Zeichen

Wenn Sie müde sind, bedeutet das, dass ihr Körper auf Hochtouren für seine Heilung arbeitet. Sie brauchen also nichts weiter zu tun, als sich zurückzulegen und die Selbstheilungskräfte, die durch die Osteopathie aktiviert wurden, wirken zu lassen.

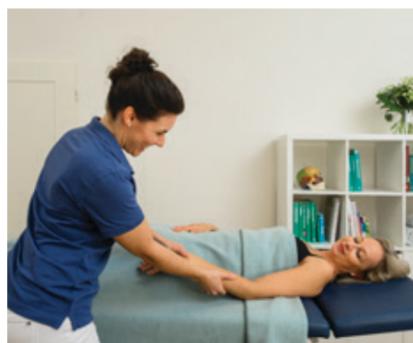
Wie lange die Müdigkeit anhält, kommt ganz darauf an, wie intensiv der Heilungsprozess im Körper abläuft. Hören Sie auf Ihren Körper und geben Sie ihm, was er braucht, damit er die Impulse, die der Osteopath gesetzt hat, bestmöglich verarbeiten kann.

Haben Sie noch weitere Fragen rund um das Thema, besprechen Sie diese am besten direkt mit Ihrem Osteopathen.

Sie haben noch keinen Osteopathen? Dann suchen Sie sich am besten gleich einen BVO-geprüften Therapeuten in Ihrer Nähe. Hier finden Sie Ihren BVO-Osteopathen: <https://bv-osteopathie.de/fuer-patienten/therapeuten-suche/>

#### Das nächste Mal:

Osteopathie und Schmerzen



Je nach Beschwerdebild erfolgt die Osteopathie-Behandlung im Liegen. Trotzdem arbeitet der Körper durch die Impulse des Osteopathen auf Hochtouren. (Foto: BVO)

#### Kontakt



BVO, Bundesverband Osteopathie  
Am Kurpark 1  
Bad Alexandersbad  
Tel. 09232 88 12 60  
[www.bv-osteopathie.de](http://www.bv-osteopathie.de)  
[www.facebook.com/BVO.Osteopathie](https://www.facebook.com/BVO.Osteopathie)

## BVO – Neuigkeiten

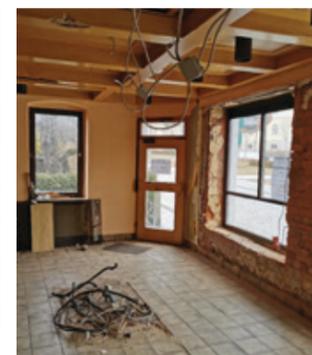
### 2022 – Geschäftsstelle des BVO zieht um

2022 ist es so weit: Die Geschäftsstelle des BVO zieht um. Aktuell sind wir noch bei den Planungen für die neuen Räumlichkeiten in der ehemaligen Bäckerei



Die Räumlichkeiten im ehemaligen Café Stöhr – vorher und nachher.

Stöhr in der Markgrafenstraße 39. Die Rückbauarbeiten haben bereits begonnen. Wir halten Sie auf dem Laufenden.



### Podcast „Weil's hilft“ mit Georg Schöner

„Weil's hilft“ ist eine Bürgerinitiative, die sich für ein Miteinander der Schul- und Naturmedizin einsetzt – für eine Integrative Medizin. Im Podcast (Folge 20) spricht Georg Schöner, Osteopath und 1. Vorsitzender des Bundesverband Osteopathie e.V. – BVO, über Osteopathie im Allgemeinen, über die (politischen) Hürden und über seine Erfahrungen.

Hören Sie doch mal rein: <https://bit.ly/weilshilftpodcast>



## BVO – Termine

### #gesundkannjeder

Zusammen mit der Gemeinde Bad Alexandersbad beteiligt sich der BVO an der Kampagne #gesundkannjeder mit Philipp Lahm. Leider musste diese aufgrund der aktuellen Bestimmungen zur Corona-Pandemie verschoben werden und ist nun für das Frühjahr 2022 geplant. Weitere Informationen liefern wir zu gegebener Zeit.

### Jubiläum

2022 feiert der BVO auch sein 20-jähriges Jubiläum. Seien Sie gewiss, dass wir uns dafür etwas Besonderes einfallen lassen. Mit unseren Mitgliedern möchten wir dieses freudige Ereignis innerhalb des jährlichen Workshop-Wochenendes feiern, das am 6. und 7. Mai 2022 geplant ist.



Ich möchte etwas Entscheidendes dazu beitragen, dass Menschen ein **gesundes, aktives Leben** führen.  
– Philipp Lahm



Foto: kheira benkada/Shutterstock

## Das ist der BVO

Seit 2002 vertritt der Bundesverband Osteopathie e.V. – BVO die Interessen von osteopathisch praktizierenden Therapeuten. Mit rund 3.000 Mitgliedern setzt er sich für die Verankerung der Osteopathie im Gesundheitswesen ein.

Eines der Hauptziele des Verbands ist die Anerkennung des eigenständigen Berufs „Osteopath“. Der BVO engagiert sich zudem für eine hohe Qualität der osteopathischen Behandlung durch einheitliche Aus- und Fortbildungsstandards sowie die wissenschaftliche Weiterentwicklung der Therapie. Denn: Die osteopathische Arbeit setzt fachliche Kompetenz, Erfahrung und gutes Gespür bis in die Fingerspitzen voraus.

### Kostenerstattung

Osteopathie ist eine Selbstzahlerleistung, die von immer mehr Krankenkassen bezuschusst wird. Sprechen Sie vor der Behandlung die Kosten mit Ihrem Therapeuten und Ihrer Krankenkasse ab. Auf der Internetseite des BVO finden Sie eine Liste mit

Krankenkassen, die die Therapeutenkosten anteilig übernehmen.

Hier finden Sie Ihren Therapeuten: [bv-osteopathie.de/fuer-patienten/therapeuten-suche](http://bv-osteopathie.de/fuer-patienten/therapeuten-suche/)

### Was ist Osteopathie?

Die Osteopathie ist eine ganzheitliche Heilmethode, die der US-amerikanische Arzt Andrew Taylor Still begründet hat. Es handelt sich um eine natürliche, medizinische Behandlungsmethode, bei der Therapeuten mit den Händen die Ursachen unterschiedlichster Störungen aufspüren.

Weitere Informationen auf unserer Homepage [bv-osteopathie.de](http://bv-osteopathie.de).



## Filumi feiert seine Eröffnung

Das Osteopathische Kinder-Zentrum nimmt offiziell den Betrieb auf

Seit 26.06.2021 ist es offiziell. Bei der Eröffnungsfeier in Bad Alexandersbad fiel der Startschuss für das Osteopathische Kinder-Zentrum Filumi.

Ziel des Osteopathischen Kinder-Zentrums ist es, die Lebensqualität schwer erkrankter sowie schwer behinderter Kinder und Jugendlicher zu verbessern. Dabei legen wir besonderen Wert darauf, alle Angehörigen zu integrieren und der gesamten Familie Kraft zu schenken. Zum Einsatz kommen osteopathische Behandlungsarten und Therapiemethoden,

welche individuell auf die Bedürfnisse der kleinen Patienten abgestimmt werden. Entstanden ist das Zentrum aus der Bertold und Brigitte Hollering-Stiftung.

### Eröffnungswochenende

Am ersten regulären Behandlungswochenende wurden insgesamt acht Kinder in Begleitung ihrer Familien im Osteopathischen Kinder-Zentrum Filumi therapiert. Nach der anfänglichen ärztlichen Untersuchung wurden die Behandlungspläne individuell auf die jungen Patienten angepasst

und erstellt. Dabei bekamen sie täglich bis zu vier Behandlungen mit Schwerpunkt auf klassischer Osteopathie. Neben Musik- und Klangtherapie wurde im modernen ALEXBAD, welches am Alten Kurhaus angrenzt, die Wassertherapie angeboten. Auch die Familienmitglieder unserer jungen Patienten kamen an dem Wochenende nicht zu kurz. Zu den Therapien wurde begleitend ein Programm für die ganze Familie angeboten, wie beispielsweise das Waldbaden. Bei der Heilmethode aus Japan wird die Natur ganz bewusst und mit

allen Sinnen wahrgenommen. Ziel ist es, den Alltag für einen Moment zu vergessen, dadurch Stress abzubauen und das Immunsystem zu stärken. Für die Geschwisterkinder gab es die Möglichkeit, gemeinsam mit dem Bruder oder der Schwester an der Tierbegleitung mit Eseln und der Kunsttherapie teilzunehmen, was allen sichtlich Freude bereitet hat.



Auf dem Bild (v.l.): Peter Berek (Landrat Landkreis Wunsiedel i. Fichtelgebirge), Anita Berek (Bürgermeisterin Bad Alexandersbad), Martin Schöffel (MdL), Norbert Neumann (Ideengeber und Osteopath), Brigitte Hollering (Stifterin der BuB-Stiftung), Dr. Hans-Peter Friedrich (MdB und Schirmherr der BuB-Stiftung) und Georg Schöner (Ideengeber und Osteopath)

### Eröffnungsfeier

Höhepunkt des Wochenendes war der offizielle Startschuss am Samstagabend im Festsaal Königin Luise im Alten Kurhaus in Bad Alexandersbad, in dessen Seitenflügel auch die Stiftung und das Osteopathische Kinder-Zentrum Filumi ein Zuhause gefunden haben. Neben den jungen Patienten und deren Familien waren auch die Gründerin Brigitte Hollering und die praktizierenden Therapeuten und Stiftungsmitglieder

anwesend. Zusätzlich waren Unterstützer aus der Politik geladen, darunter Bürgermeisterin Anita Berek, Vizepräsident des Deutschen Bundestages Dr. Hans-Peter Friedrich, Martin Schöffel, Mitglied des Bayerischen Landtages und Peter Berek, Landrat des Landkreises Wunsiedel i. Fichtelgebirge. Während die Gäste nach und nach ankamen und der Saal sich langsam füllte, stießen die ersten Gäste mit einem Glas AlexSprizz auf das einzigartige

Kinder-Zentrum Filumi an. Nach der Begrüßung und Einführung durch Landrat und Stiftungsvorstandsvorsitzenden Peter Berek, ging Brigitte Hollering während ihrer Rede auf die bewegende Entstehungsgeschichte der Stiftung ein. Die Ideengeber und Osteopathen Georg Schöner und Norbert Neumann gaben weitere Einblicke in den Therapiealltag und die verschiedenen Behandlungsarten. Kurze Klavierstücke zwischen den Reden sorgten



Ein junger Patient bei der osteopathischen Behandlung im Rahmen des Eröffnungswochenendes.

für eine musikalische Untermalung des Events. Um an die Eröffnung zu erinnern, überreichte das Kinder-Zentrum allen Initiatoren und Rednern feierlich das Maskottchen – der „kleine Fuchs Filumi“, nach dem auch unser Kinder-Zentrum benannt ist.

Wir haben von nun an die Türen geöffnet und freuen uns darauf den jungen Patienten und ihren Familien neue Kraft fürs Leben zu schenken.

## Fachtagung im EBZ Bad Alexandersbad

Antworten auf drängende Fragen der Energiewende: Wasserstoff – aus Wind und Sonne

Am 21. und 22. Juli 2021 diskutierten Fachleute aus Naturschutz, Kommunalpolitik und Energieversorgung über die „Energiewende: Wasserstoff – Aus Wind und Sonne“ im Evangelischen Bildung- und Tagungszentrum Bad Alexandersbad (EBZ) in Oberfranken. Eingeladen hatten Dr. Joachim Twisselmann als stellvertretender Leiter des EBZ, der Bund Naturschutz in Bayern und die Strom-, Wasser- und Wärmeversorgung (SWW) Wunsiedel.

Die Bedeutung der Energiewende wurde von allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen klar unterstrichen, eine gewaltige Aufgabe für Deutschland und Bayern, aber ohne jede Alternative. Dies betonten auch Landrat Peter Berek (Kreis Wunsiedel im Fichtelgebirge) und 1. Bürgermeister Nikolaus Lahovnik (Stadt Wunsiedel) in Ihren Grußworten. Ein Stehenbleiben ist keine Lösung. Die Schritte zur Energiewende müssen nicht nur vorausgedacht sondern auch umgesetzt werden. Wunsiedel sei hier ein erfolgreiches Beispiel. Richard Mergner,

in Bayern und das schnell! Ein Baustein kann die Nutzung des „grünen“ Wasserstoffs (H<sub>2</sub>) sein. „Grün“ heißt hier die Herstellung von H<sub>2</sub> aus Wasser mit Strom aus erneuerbaren Quellen wie Wind und Sonne!

Eingeladen waren vier regionale Energieversorger aus Bayern, die ihre teils unterschiedlichen Wege zur praktischen Umsetzung zur Klimaneutralität vorstellten. Alle jedoch mit dem Ziel einer treibhausgasfreien und ökologisch nachhaltigen Energieversorgung für das Wohl der Bürger und Bürgerinnen vor Ort.

Marco Krasser, Geschäftsführer der SWW Wunsiedel, zeigte, wie es erfolgreich gelang den international beachteten „WUNSIEDLER WEG“ umzusetzen. Dieser Weg beweist: eine regionale, bürgernahe Versorgung mit Strom und Wärme nur auf Basis Erneuerbarer Energien möglich ist.

Dekarbonisierung, Digitalisierung, Dezentralisierung in Verbindung mit Zukunftskraftwerken (jedes Gebäude als Teil eines



Foto: SWW Wunsiedel

Vorsitzender des Bund Naturschutz in Bayern, wies auf die uns alle bedrohende Gefahr der vom Menschen verursachten Klimakrise hin. Den Klimawandel auf 1,5 bis 2 Grad Celsius zu begrenzen ist das wichtigste Ziel der Menschheit. Für eine Klimaneutralität Bayerns bis spätestens 2040 bedarf es drastische Einsparungen im Energieverbrauch bei Strom, Wärme und Verkehr und 100 Prozent Erneuerbare Energi-

dezentralen, digital gesteuerten Kraftwerkverbundes) sind die Stichpunkte. Dazu zählen auch der 2018 aufgebaute Batteriespeicher (größter Stromspeicher Bayerns) und ab 2020 die grüne H<sub>2</sub>-Herstellung in Wunsiedel zu der Andreas Schmuderer, Leiter der Projektentwicklung Dezentraler Energiesysteme der Siemens AG, die technischen Hintergründe erklärte.

Rainer Kleedörfer, Leiter der



Die fünf Referenten (von links): Sebastian Brandmayr, Norbert Zösch, Rainer Kleedörfer, Prof. Dr. Hubert Weiger und Dr. Herbert Barthel  
Foto: Evangelisches Bildungs- und Tagungszentrum (EBZ)

Entwicklung der N-ERGIE AG aus Nürnberg, verdeutlichte, dass es schnellstens eine Planungssicherheit für die nötigen Umbau- und Investitionsschritte hin zu einer CO<sub>2</sub>-freien, klimaneutralen Versorgung geben muss und hier die Regierungen in Bund und Land in ihrer Pflicht stehen. Norbert Zösch, Geschäftsführer Stadtwerke Haßfurt, betonte die große Bürgerbeteiligung, ohne diese die Stadt Haßfurt den Umbau nicht hätte verwirklichen können. Die grüne H<sub>2</sub>-Herstellung vor Ort und die Einspeisung in das vorhandene Gasnetz und die Verknüpfung über die Smart-Green-City war und ist ein großer Erfolg. Sebastian Brandmayr, Technischer Leiter der Stadtwerke Pfaffenhofen, wies darauf hin, dass es nicht energieautark sondern energiesouverän heißen sollte und die garantierte Wertschöpfung durch Einsatz Erneuerbarer Energien vor Ort fürs Gemeinwohl genutzt werden kann. Der Aufbau von Bioreaktoren als Energiespeicher, in denen Urzeitspeicherung, sogenannte Archaeen, erneuerbaren Wind- und Sonnenstrom in Methan umwandeln gilt hier als weltweit bekanntes Beispiel.

lässt sich verkürzen: Gegen die Klimakrise und die Zerstörung der biologischen Vielfalt (Biodiversität) gibt es keinen Impfstoff! Corona hat das soziale Ungleichgewicht, die Ungerechtigkeit in der Bewältigung der Folgen aufgezeigt. Die Folgen der Klima- und Biodiversitätskrisen sind jedoch, in Gegensatz zu einer Virus-Pandemie, lebenszerstörend für unsere ganze menschliche Spezies. Die Politik muss aufhören zu bagatellisieren, sie muss die Wahrheit aussprechen und Menschen vertrauen! Es braucht drastische Maßnahmen für den sozialgerechten Umbau unserer Gesellschaft, hin zu einer Form einer echten, fairen Kreislaufwirtschaft ohne fossile Energien und ohne Rohstoff-Raubbau! Um die Bürger und Bürgerinnen zu gewinnen braucht es Wahrheit, Mut und Transparenz bei politischen Entscheidungen, einen sozialen Ausgleich und Kommunikation der Begründungen aus Wissenschaft, Kultur und Ethik.

Pressemitteilung des BUND Naturschutz in Bayern e.V. (Landesfachgeschäftsstelle Nürnberg)

Als Gastvortrag konnte Prof. Hubert Weiger, Ehrenvorsitzender des Bund Naturschutz in Bayern und des BUND Bundesverbandes, gewonnen werden. Seine flammende Rede über den Vergleich der Corona- und der Klimakrise

# Gesundheit hoch 4

## Alles rund um Kneipp im Gesunden Fichtelgebirge: Thema Balance

Im Alltag nicht aus dem Gleichgewicht zu kommen fällt vielen immer schwerer. Die ständige Erreichbarkeit und die Herausforderungen der aktuellen Zeit führen zu einem erhöhten Stresslevel und wirken sich negativ auf die Gesundheit aus. Letztendlich leiden immer mehr Menschen an psychischen Krankheiten. Aus diesem Grund stellen wir nun das Gesundheitsfeld Balance vor.

Ganz nach Sebastian Kneipp „Alles zu seiner Zeit und alles im rechten Maß“ ist seelische Balance essenziell für die Gesundheit. Doch bei den meisten Menschen bleibt ein Ausgleich zu den bestehenden Anforderungen auf der Strecke. Deshalb sollte man sich bewusst

mehr Zeit für die Regeneration nehmen. Dazu zählen beispielsweise Achtsamkeit, aber auch ein guter und ausreichender Schlaf. Wenn der Mensch auf seine Bedürfnisse achtet und sich immer wieder Zeit nimmt, um das Hier und Jetzt in den Fokus zu rücken, gewinnt nicht nur die psychische, sondern auch die körperliche Gesundheit.

Und wo könnte man besser das Unwesentliche hinter sich lassen als im Gesunden Fichtelgebirge? Die ursprüngliche und authentische Natur in den vier Gesundheitsorten ermöglicht Abstand zum sonst so stressigen Alltag. Ob bei einem Spaziergang um den Weißenstädter See, bei einem Besuch eines Ortes der Stille in Bad Berneck,

beim Erkunden der Weißmainquelle oder bei einem Yoga-Kurs auf der Doktorswiese: hier findet jeder die für ihn/sie optimale Entspannungsmethode. Auch bei einer Einheit Waldgesundheitstraining lässt sich die Natur mit allen Sinnen wahrnehmen: Die Blätter im Wind, Wasser rauschen, der Geruch der Fichten und Vogelgezwitscher entfalten eine beruhigende Wirkung. Für einen langfristigen Effekt sind feste Entspannungsroutinen empfehlenswert. Doch um zu einer inneren Balance von Körper, Geist und Seele zu gelangen, ist es auch wichtig, die anderen Gesundheitsfelder Kneipps – Bewegung, Ernährung, Kräuter und Wasser – einzubeziehen.



(© ILE Gesundes Fichtelgebirge e.V. / Florian Trykowski)

## Alles rund um Kneipp im Gesunden Fichtelgebirge: Thema Wasser

Die wohl bekannteste Gesundheitssäule Kneipps ist Wasser. Der auch Wasserdoktor genannte Pfarrer führte durch die verschiedensten Wasseranwendungen eine Linderung bei unterschiedlichen Beschwerden herbei. Dabei heilte er sich sogar selbst von Tuberkulose. Aus diesem Grund stellen wir nun das letzte der fünf Gesundheitsfelder vor.

Eine der zentralen Wasseranwendungen bei Kneipp ist das Wassertreten. Beim sogenannten Storchengang können Besucher und Bewohner der vier Gesundheitsorte im Fichtelgebirge die Füße mit jedem Schritt aus dem Wasser herausheben und so beispielsweise die Durchblutung und den Stoffwechsel anregen. Insbesondere kurze Kaltwasseranwendungen haben einen positiven Effekt auf das Immunsystem. Ein Armbad, „Kneippscher Espresso“ genannt, bietet dabei eine gute Möglichkeit munter in den Tag zu starten. Aber auch warmes Wasser in der Wechselanwendung zu kaltem Wasser entfaltet eine ge-

sundheitfördernde Wirkung. Vor allem für untrainierte Menschen ist diese Herangehensweise angenehmer. Ob Wechselbäder, Güsse, Wickel und vieles mehr – die Vielfalt an Wasseranwendungen ermöglicht jedem je nach Bedarf an unterschiedlichen Körperstellen eine präventive oder therapeutische Umsetzung.

Im Gesunden Fichtelgebirge gibt es zahlreiche Möglichkeiten Wasseranwendungen durchzuführen und Angebote wahrzunehmen. In jedem der vier Orte können Bewohner und Gäste den Storchengang anwenden. Neben klassischen Wassertretbecken besteht zum Teil auch die Möglichkeit, ein Flusstretbecken bzw. einen Rundlauf im Fluss zu nutzen. Auch Wassersport kann beispielsweise am Weißenstädter See nachgegangen wer-

den. Und wer eine professionelle Anwendung bevorzugt, findet ein umfassendes Angebot im Kurzentrum Weißenstadt, das radonhaltiges Wasser nutzt, in der Therme Siebenquell GesundZeitResort sowie im ALEXBAD.

Auf YouTube, Facebook und Instagram (gesund.es.fichtelgebirge) ist ein Video zu Wasser im Gesunden Fichtelgebirge zu finden, in dem Diana Zäza vom Siebenquell GesundZeitResort interessante Informationen teilt und gleichzeitig tolle Aufnahmen von der Umsetzung vor Ort gezeigt werden. Auf Facebook und Instagram gibt es bis Ende September eine Challenge, bei der ein tolles Kneipp-Gutscheinpaket zu gewinnen ist! Alle Teilnahmebedingungen sind hier zu finden: [www.gesundes-fichtelgebirge.de](http://www.gesundes-fichtelgebirge.de).

### ILE Gesundes Fichtelgebirge e.V.

Jägerstraße 9, 95493 Bischofsgrün

Theresia Pöschl

Mobil: 0151/28722247

E-Mail: [gesund.es.fichtelgebirge@gmail.com](mailto:gesund.es.fichtelgebirge@gmail.com)

### Notrufnummern

#### Gasversorgung

ESM Selb-Marktredwitz  
Tel. 09287 802-112

#### Stromversorgung

SWW-Wunsiedel  
Tel. 09232 887-0

#### 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

Blaue Container hinter dem Alten Kurhaus – **Bitte keine Kartonagen!**  
Erlös für das Kinderhaus!

#### Verwaltungsgem. Tröstau

Hauptstraße 6, 95709 Tröstau  
Tel. 09232 9921-0  
Montag – Freitag: 07.30–12.00 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: 09.00–12.00 Uhr  
Mi: 14.30–17.30 Uhr

#### Gästeservice & ALEXBAD

Markgrafenstraße 28  
Tel. 09232 9925-0

**Die aktuellen Öffnungszeiten finden Sie auf der Internetseite [www.alexbad.de](http://www.alexbad.de).**

**Bitte beachten Sie ggf. die geänderten Öffnungszeiten aufgrund der Corona-Pandemie!**

### Impressum

„Die Quelle“

Ausgabe 03/21 im September 2021

#### Herausgeber:

Gemeinde Bad Alexandersbad  
Markgrafenstraße 28  
95680 Bad Alexandersbad  
[diequelle@badalexandersbad.de](mailto:diequelle@badalexandersbad.de)

#### Verantwortlich:

1. Bürgermeisterin Anita Berek

#### Redaktion und Gestaltung:

Anja Peltzer

Die nächste Ausgabe der Quelle erscheint Ende Dezember 2021.

**Redaktionsschluss für diese Ausgabe ist am 28. November 2021.**