

# DURCHBLICK



*unbezahlbar!*

**Das Hunsrück - Kultur - Magazin!**  
**Kostenlos – zum Mitnehmen**

Buchvorstellung

**»111 Tiere und Pflanzen an der Mosel, die man kennen muss«**

von Carsten Neß und Theo Haart

Kolumne »Besserwiser«

**»Die Jugend von heute«**

oder früher war alles besser.

**»The Stokes«**

live in Kastellaun beim KuKuk



© Titelfoto: Marcus Spiel

**Großer Veranstaltungskalender**

**Neu im Kino**

**Kult(!) - Horrorskop**

**Witze**

# PRINZ-DRUCK

Wir drucken. Natürlich.



Das Zeichen für  
verantwortungsvolle  
Waldwirtschaft



Kataloge · Broschüren · Prospekte · Folder · Leporellos · Poster  
Kalender · Werbeblöcke · Zeitschriften · Publikationen · Bildbände  
Periodika · Präsentationsmappen · Geschäftspapiere u.v.m.



Print Media GmbH & Co KG

Felsenmühlstraße 15 | D-55743 Idar-Oberstein | Telefon: 06784/9970-0 | Fax: 0678479970-70  
E-Mail: [info@druckerei-prinz.de](mailto:info@druckerei-prinz.de) | [www.druckerei-prinz.de](http://www.druckerei-prinz.de)



# INHALT...



**111 Tiere und Pflanzen an der Mosel die man kennen muss**  
Buchvorstellung  
...Seite 6



**Pink Elder**  
Cocktail des Monats  
...Seite 14



**Tipps der Tierärztin**  
Anna Lena Schmitt  
...Seite 24



Editorial.....	03
Impressum.....	04
Buchvorstellungen.....	06
Neu im Kino.....	10
Besserwisser.....	12
Cocktailrezept.....	14
Veranstaltungen.....	15
Kinderseite.....	20
Music was my first love.....	27
Horrorskop.....	28
In & Out.....	28
Leserwitze.....	29
Kleinanzeigen.....	30

## Impressum:

**Durchblick**, das Hunsrück-Kultur-Magazin erscheint zweimonatlich mit großem Veranstaltungskalender in einer Auflage von min. 10.000 Exemplaren.

**Herausgeber:** Marcus M. Spiel

**Anschrift:** DURCHBLICK-Magazin  
Hugo-Wagener-Str. 5, 55481 Kirchberg  
Fon: 0 67 63 - 93 94 77  
Fax: 0 67 63 - 93 94 89  
redaktion@der-durchblick.eu  
www.der-durchblick.eu  
**V.i.S.d.P.:** Marcus M. Spiel

**Redaktion, Anzeigenverkauf und Vertrieb:** Marcus M. Spiel, Icebear, Roman Henn (Mr. White), Petra Deissingen, M. M. Roßbach (Mr. Blue), Mr. Orange, Börnie Long, Anna Heidgen, Astrid Kummer, J. Panze, Peter Huth, Jürgen Prinz.

**Anzeigenleitung:** Petra Deissingen

**Chefredakteur:** Marcus M. Spiel

**Musikredakteur:** Roman Henn

**Jukebox:** iPod

**Kaffee:** Ed Uscho

**Satz + Layout:** Die Druck-Fabrik, Hugo-Wagener-Str. 5, 55481 Kirchberg,  
Fon: 0 67 63 - 93 95 191  
www.die-druck-fabrik.de

### Druck:

Prinz Druck - Print Media GmbH & Co KG,  
Felsenmühlstr. 15, 55473 Idar-Oberstein,  
Fon: 0 67 84 - 99 70-0, info@druckerei-prinz.de, www.druckerei-prinz.de

Für unaufgefordert eingesandtes Material übernehmen wir keine Haftung. Keine Gewähr für die Angaben im Terminkalender und bei den Kleinanzeigen. Namentlich gekennzeichnete Berichte geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Die Urheberrechte liegen beim Herausgeber.

© 2019 - 2020 Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.

ISSN 1863-8252



## Basta singt im ZaP "In Farbe" - am 09. Januar



Ein Zuviel an Grau musste man von basta noch nie befürchten. Beständig versorgen die fünf Jungs im besten Alter ihr Publikum seit Jahren mit lebensprallen Liedern, umwerfend komischen Geschichten und feinsinnigen Balladen und arbeiten so unentwegt an der kulturellen Kolorierung für eine Bunte Republik Deutschland. Davon kann man sich am Donnerstag, 9.1 um 20 Uhr im ZAP überzeugen.

Dass das a cappella, also nur mit Stimmen geschieht, ist dabei fast

schon Nebensache. Ganze Orchester und Bands entstehen vor den inneren Augen und Ohren des Publikums. Auch hier ist es der (musikalische) Farbenreichtum, der souveräne Zugriff auf alle erdenklichen Genres und Stilrichtungen, der basta so auszeichnet. Weitere Infos: [www.das-zap.de](http://www.das-zap.de)

## „Heute bin ich hier“ - Lukas Linder am 25. Januar beim KuKuk in Kastellaun

Der KuKuk e.V. lädt am 25. Januar um 19 Uhr zu dem kulinarischen Konzert „Heute bin ich hier“ mit Lukas Linder in den Landgasthof „Altes Stadttor“ ein.

Der in Kastellaun lebende Lukas Linder ist ein Künstler tiefgreifender Musik. Der 26-Jährige begeistert mit seinen harmonischen Melodien im Genre „deutscher Akustik-Pop“ und „Balladen“. Er ist ein Multiinstrumentalist, der alle seine Songs völlig eigenständig schreibt und produziert. Auf Social-Media konnte sich Lukas ein großes Publikum sichern, da er neben der Musik auch als Sprecher tätig ist und monatlich bis zu drei Millionen Menschen erreicht. Ein Höhepunkt seiner Karriere erlebte der Hunsrückler 2019, als er es in die Fernsehshow „The Voice of Germany“ schaffte. Mark Forster ist von seiner Stimme über-



zeugt und nahm ihn in sein Team auf. Nun schreibt der junge Musiker an weiteren Songs und spielt seine Lieder, so oft er kann, vor einem Live-Publikum. Für gewöhnlich tritt er Solo mit seiner Gitarre und Loopstation auf und lädt in einer ruhigen und friedvollen Atmosphäre zum Zuhören und Mitdenken ein.

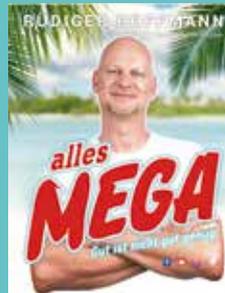
Weitere Infos & Karten:  
Tourist-Info Kastellaun 06762-401698,  
Landgasthof Altes Stadttor 06762-93130 sowie unter:  
[www.kukuk-kastellaun.de](http://www.kukuk-kastellaun.de)

## Alles Mega

Rüdiger Hoffmann am 16. Januar im ZaP

Versprochen: ab jetzt ist alles mega. Auch bei Ihnen! Ob Partnerschaft, Power-Diät, Pärchenclub oder Pubertät.

In seinem inzwischen 13. Programm stellt sich Rüdiger Hoffmann, der Godfather of Slow-Comedy, am Donnerstag, 16.1. um 20 Uhr im Emelshausener ZAP den ganz großen Fragen der Menschheit: Wer sind wir? Muss das sein? Und: Was soll der Quatsch?



In einer immer schnelleren Welt brauchen wir Idole wie Rüdiger Hoffmann. Ein Mann, der langsamer redet als sein Schatten. Ein Mann, der zu Gefühlen steht, die keiner gerne haben will. Scheitern als Schicksal und Chance: Rüdiger

Hoffmann wird Ihr Leben verändern – einen ganzen Abend lang. Gönnen Sie sich das. Sie haben es sich verdient!

Weitere Infos: [www.das-zap.de](http://www.das-zap.de)

## World of Lehrkraft

Herr Schröder am 26. Januar im ZaP

Herr Schröder, vom Staat geprüfter Deutschlehrer und Beamter mit Frustrationshintergrund, lässt das Publikum am Sonntag, 26.1. ab 19.00 Uhr im ZAP hinter die ockerfarbene Fassade eines Pädagogeniums blicken, das so modern und dynamisch ist wie ein 56k-Modem. Der Pauker mit Pultstatus hat die Seite gewechselt und packt über sein Leben am Korrekturrand der Gesellschaft und die Notenvergabe nach objektivem Sympathieprinzip aus. Er weiß, was es bedeutet, als Korrektorensohn und Cordjackett-Opfer gedemütigt zu werden.

Aber was macht eigentlich einen guten Lehrer aus? Empathie – SPÜREN, in welche Schublade das Kind



passt. Auf's Gefühl kommt's an - wie bei der Kommasetzung.

Weitere Infos: [www.das-zap.de](http://www.das-zap.de)

## „111 Tiere und Pflanzen an der Mosel die man kennen muss“

- von Carsten Ness und Theo Haart

Unsere Autoren, Carsten Neß und Theo Haart sind beide mit dem Moseltal verbandelt. Neß, Jahrgang 1964, unserem geneigten Leser sehr wohl als Krimi-Autor bekannt, studierte in Trier Geografie/Geowissenschaften. Heute arbeitet er in Bernkastel-Kues als Landespfleger und ist Mitinitiator der Initiative »Lebendige Moselweinberge«. Dieser Initiative entsprang die Anregung für dieses Buch.

Haart, geboren 1951 in Piesport, ist Winzer aus Leidenschaft und Kenner von Flora und Fauna der Weinberge. 2007 war er Deutschlands Winzer des Jahres, seit 2014 ist er zertifizierter Natur-Erlebnispbegleiter Mosel. Seine Passion gilt der Naturfotografie.



**Vorwort:** Eigentlich lässt sich die Faszination von Flora und Fauna nicht aus Büchern erschließen. Sie ist nur dort zu erfahren, wo es sprießt und leuchtet, wo es krabbelt und gleitet, wo es duftet und singt – in der freien Landschaft. Genau dazu sollen die hier ausgewählten 111 Arten verführen: Jacke und Wanderschuhe an, vielleicht noch Fernglas und Fotoapparat umgehängt, und ab geht es hinaus in die besondere Pflanzen- und Tierwelt im Weinanbaugebiet Mosel.

In den Weinbergen und Flusslandschaften von Mosel, Saar, Ruwer, Sauer, Lieser und vielen kleineren Nebenbächen lässt sich eine phantastische Vielfalt von Exoten, Überlebenskünstlern, Raritäten, Verführern und Genusspendern entdecken, deren Spur wir in der Moderne zu verlieren drohen. Dabei ist es wunderbar, sich vis-à-vis mit einem kleinen Saurier zu wähen, der genauso interessiert zurückschaut. Oder sich offensichtlich unscheinbaren Kräutern zu nähern, um festzustellen, dass die winzigen Blüten kleine Kunstwerke darstellen. Wenn dunkle Schiefermauern zu einer Rast in der Mittagssonne einladen und man sich daran fast die Finger verbrennt, ist es unglaublich, dass direkt nebenan eine winzige, dickfleischige Pflanze auf ebendiesem heißen Stein wächst.

Die Fotos und Geschichten zu den vorgestellten Tieren und

Pflanzen sind als Motivationshilfe gedacht, selbst auf Entdeckungstour zu gehen. Dazu gibt es im Moselgebiet vielfältige Möglichkeiten. Zu Fuß auf dem Premiumwanderweg Moselsteig und den korrespondierenden Seitensprüngen, Traumpfadern und Themenwegen. Auf dem Moselradweg oder im Padelboot auf beiden Seiten des Moselufers. Oder auf den vielen Wegen, die zu manchem Leuchtpunkt der Artenvielfalt führen. Wer weiß, wonach er sucht, wird finden – und zwar meist mehr, als er vorher zu glauben gewagt hatte. Dabei helfen die vielen Entdeckertipps.

Wir wünschen viele unvergessliche Landschaftserlebnisse.

**Carsten Neß und Theo Haart**

Leseprobe: **Zauneidechse**

**Rabiater Liebhaber**

Au, das sieht schmerzhaft aus, wenn sich Zauneidechsen dem Liebesleben hingeben. Das fängt bei den an ihren Flanken leuchtend grün melierten Männchen und ihren gegenseitigen ritualisierten Droh- und Imponiergebärden noch harmlos an. Kommt es dann zur Kopulation, verhält sich das Männchen gar nicht gentlemanlike: Zunächst packt es die Auserwählte mit seinem Maul in der Schwanzmitte und verbeißt sich anschließend regelrecht in ihrer Flanke, um das Weibchen zu fixieren. Häufig verbleiben die Bisswunden sichtbar an ihrem Körper. Da-



nach krümmt er seinen Körper so weit, dass er mit einem Hinterbein über die Schwanzwurzel des Weibchens greifen kann. Derart verankert, presst er seine Geschlechtsöffnung auf die des Weibchens und führt einen der beiden Hemipenes ein. Die Kopulation dauert mehrere Minuten, gefolgt von einem als »mate guarding« bekannten Verhalten, bei dem das Männchen das Weibchen bewacht, um seine Vaterschaft abzusichern. Die Eiablage findet

mindestens vier Wochen später statt. Die Anzahl der Eier variiert in der Regel von fünf bis neun und ist bei älteren und größeren Weibchen höher. Deshalb sorgen Weibchen mit einem Alter von über sechs Jahren für rund ein

Drittel der Nachkommen, obwohl sie deutlich in der Minderzahl zu jüngeren Weibchen sind und sich bereits ihrem Lebensende zubewegen. Auf der Suche nach wärmebegünstigten Eiablageplätzen kommt es teilweise zu Sammelgelegen im häufig vegetationsfreien, sandigen, gut grabbaren Erdboden. Die Entwicklungszeit der Eier hängt von der Temperatur und der Bodenfeuchtigkeit ab und variiert folglich je nach Region. Mitteleuropäische Populationen haben, vermutlich in Anpassung an die unbeständigere Witterung, die kürzeste Entwicklungszeit. Zwischen Mitte Juli und August schlüpfen die Jungtiere und müssen sich direkt vor ihren Fressfeinden in Acht nehmen – dazu können auch ihre eigenen Eltern gehören!

### DURCHBLICK Gewinnspiel...

Zu gewinnen gibts  
diesmal 3 x 1 Buch

#### »111 Tiere und Pflanzen an der Mosel...«

von Carsten Ness + Theo Haart

Postkarte mit Kennwort

»111 Tiere und Pflanzen an der Mosel...« an die DURCHBLICK Redaktion, Hugo-Wagener-Str. 5, 55481 Kirchberg oder per E-Mail an: gewinnen@der-durchblick.eu

Einsendeschluss: 14.02.2020. Die Gewinner werden benachrichtigt und in der nächsten Ausgabe veröffentlicht. Die Bücher werden an die Gewinner per Post geschickt. Teilnehmen darf jeder, der im Verbreitungsgebiet des DURCHBLICK wohnt. Wie immer ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Die Auslosung erfolgt unter Ausschluss der Öffentlichkeit.

**Westliche Smaragdeidechse**

*Das Juwel der Terrassenmosel*

Ein untrügliches Indiz, eine Art von einer weiteren ähnlichen Art abzutrennen, ist die reproduktive Isolation, also eine Unterbrechung des Genflusses aufgrund von Fortpflanzungsbarrieren. Die Folge: Die Mitglieder unterschiedlicher Populationen können keine fruchtbaren Nachkommen zeugen. Bei der Smaragdeidechse hat man sich schließlich Anfang der 1990er Jahre durch den Nachweis fehlender Kreuzbarkeit dazu entschlossen, die Westliche von der Östlichen Smaragdeidechse zu trennen.

Alle deutschen Vorkommen der Westlichen Smaragdeidechse beschränken sich auf klimatische Gunsträume in Rheinland-Pfalz mit der höchsten Sonneneinstrahlung. An der Terrassenmosel finden sich rund 20 dokumentierte Vorkommen mit sehr hoher Bedeutung für Deutschland. Vermutlich sind die Vorfahren vor etwa 7.000 Jahren vom Rhönetal über die Burgundische Pforte in das Rheintal und seine Seitentäler eingewandert. Heute ist das Vorkommen von wärmeren Hauptverbreitungsgebieten in Frankreich und Italien vollständig isoliert. Man spricht deshalb auch von einem Xerothermrelikt.

Ausgewachsene Smaragdeidechsen sind bei uns durch ihre leuchtend grüne Färbung am ganzen Körper mit dunkler Punkt- oder Fleckzeichnung auf der Körperoberseite unverwech-

selbar. Bei den Männchen sind zusätzlich die Hals- und Kopfseiten sowie die Kopfunterseite bis zum Halsband hellblau bis blau-grünlich gefärbt. Optisch unterscheidbar sind nur die Jungtiere beider Arten. Mit bis zu 40 Zentimeter Gesamtlänge sind sie die mit Abstand größten deutschen Eidechsenarten – und die wärmeliebendsten. Deshalb halten sie ein ganzes halbes Jahr Winterruhe (Oktober bis März). Durch die lange Entwicklungsdauer der Eier schlüpfen die Jungen erst Ende Juli, Anfang August. Da bleibt nicht viel Zeit, um sich die Energiereserven für den langen Winter anzufressen. Ein weiterer Grund, die Tiere in dieser Zeit nicht zu stören.

**Schlingnatter - Harmloser Würger**

Aus der Abteilung »Heimlich & Co.« kommt auch die Schlingnatter. Kaum ein anderes Tier ist so charakteristisch für kleinstrukturierte, mit Felsen und Mauern durchzogene Weinlagen und Weinbergsbrachen wie dieses gut getarnte, versteckt lebende Reptil des Jahres 2013. Die mit selten mehr als 75 Zentimeter Länge recht kleine Schlange ist ungiftig, völlig harmlos und somit bestens zur Therapie gegen Schlangenphobie geeignet. Denn hat man das Glück, eines der scheuen Schuppentiere in einer Mauernische zu entdecken, stellt sich fast automatisch ein inneres Hochgefühl ein. Doch wird die Schlingnatter wegen ihrer dunkelgrauen Rückenzeichnung häufig mit der

Kreuzotter verwechselt und deshalb nicht selten verfolgt und getötet. Am besten lässt man die Schlange einfach in Ruhe, sie flüchtet nämlich nicht, sondern vertraut auf ihre Tarnung. Nur in Notfällen versprüht sie aus Analdrüsen ein übel riechendes Sekret.

Der Name lässt vermuten, wie die Schlingnatter selbst auf Beutezug geht. Lautlos, stets züngelnd schleicht sie umher oder wartet geduldig in Spaltensystemen. Dabei werden auch kleinste Geruchsmoleküle mit der Zunge aufgenommen, im Mundinneren am Gaumendach abgestreift und dort über das auch bei Säugern verbreitete Jacobsonsche Organ identifiziert. So kann die Natter ihre Lieblingsbeute, die Mauereidechsen, ebenso Blindschleichen, kleinere Artgenossen oder Kleinsäuger selbst in den dunklen Spaltensystemen von Weinbergstrockenmauern exakt orten. Dann geht es blitzschnell: Die Schlingnatter stößt zu, ergreift das Opfer mit den spitzen Zähnen und umschlingt es mehrfach, bis es erstickt. Anschließend wird es, zumeist mit dem Kopf voran, langsam verschlungen.

Schlingnattern sind lebendgebärend. Die Jungtiere schlüpfen aus ihrer dünnen Eihaut direkt bei oder kurz nach der Geburt. Sie sind gerade einmal 10 bis 20 Zentimeter groß, bevor sie das erste Mal überwintern.

**111 Tiere und Pflanzen an der Mosel, die man kennen muss**

*Carsten Neß, Theo Haart*  
Emons Verlag  
www.emons-verlag.com  
ISBN 978-3-7408-0563-0



**Der schönste Dorfsaal weit und breit! Seit 20 Jahren Musik, Kabarett, Comedy, Theater**

★ **18.1. Christina Lux feat. Oliver George**  
Live-Musik



★ **14.2. HG Butzko**  
„echt jetzt“  
Kabarett

★ **7.3. Dr. Steffen Caspari**  
„Eine Welt ohne Insekten?“  
Vortrag & Diskussion zum Schwund von Biene, Käfer & Co

★ **4.4. Theater Con Cuore**  
„Die furchtlosen Vampirkiller“  
Figurentheater für Erwachsene



★ **30.4. Tanz in den Mai**  
mit **SOFA CONNECTION**  
feat. **Sebastian Sturm**  
Reggae – Ska –  
Rocksteady – Jazz

**Weitere Infos + Karten:**  
[www.chapitol.de](http://www.chapitol.de)  
Zum Baybachtal 1  
56290 Beltheim-Sevenich

## Megatrend „Digitalisierung“

Ich bin zu Gast auf einer Konferenz in Frankfurt, die sich rund um das Thema „Digitalisierung der Arbeitswelt“ dreht.

Die Einführungsveranstaltung findet im höchsten Gebäude Deutschlands statt. Die Keynote hält der Bereichsvorstand für Digitalisierung einer Bank in sehr beeindruckender Atmosphäre. Sein Steckenpferd sind die Veränderungsprozesse hin zu mehr Digitalisierung in der Bank und die dafür benötigten Strategien. Er spricht über geplante Änderungen und über Kapazitäten, die das umsetzen müssen. Er gibt die Richtung für 40.000 Mitarbeiter vor, 1000 davon im Bereich Digitalisierung. Was ich leider nicht von ihm erfahren ist, wie er als Arbeitgeber auf Unsicherheiten seiner Mitarbeiter reagiert. Wie er ihren Zweifeln oder Ängsten begegnet. Oder, welche Rolle die Informationspolitik von der Spitze zur Basis in seinem Unternehmen spielt.

In den Gesprächen im Rahmen der Auftaktveranstaltung bekomme ich den Eindruck, dass viele Entscheider unter enormen Druck stehen. Die

Anforderungen des Arbeitsmarktes sind hoch, die Entwicklung rasant. Die einhellige Meinung der Experten: 60 % der Jobs, die unsere Kinder einmal ausüben werden, die gibt es heute noch gar nicht. Zudem ist es sehr unwahrscheinlich, dass man den einmal erlernten Beruf ein ganzes Leben lang ausübt.

Arbeitnehmer müssen flexibel werden und in der Lage sein, verschiedene Tätigkeiten zu erlernen und auszuführen. So fordert es der Arbeitsmarkt. „Digitale Kompetenz“ ist das Schlagwort. Die Digitalisierung erfordert ein Umdenken der Arbeitnehmer. Anpassungsfähigkeit im Rahmen der Umstrukturierungen



wird eine immer gefragtere Fähigkeit. Viele Unternehmensinhaber propagieren den Slogan „Der Mensch im Mittelpunkt“ ohne konkret erklären zu können, wie sie das leben werden.

„Die Digitalisierung wird unser Leben in allen Bereichen tiefgreifend verändern“, sagte Bundeskanzlerin Angela Merkel bei einer Generaldebatte im Deutschen Bundestag. Die Zeit dränge, Deutschland stehe in einem großen globalen Wettbewerb.

Dabei sei es entscheidend, dass beim digitalen Wandel die Menschen im Mittelpunkt stehen und nicht von der Technik beherrscht werden.

Knapp 400 Besucher erwartet am zweiten Konferenztag ein spannendes Programm rund um Podiumsdiskussionen mit hochkarätigen Experten. Eine bekannte Fernsehjournalistin führt durch die Veranstaltung.

Für mich besonders spannend ist ein Gespräch mit dem Marketingleiter eines großen Bundesligaclubs. Er brennt für seinen Job, arbeitet gefühlt 24/7. Würde er so intensiv für einen anderen Verein arbeiten? „Nein!“ Er ist stolz auf seine Heimat, seinen Verein, auf die Fans und die Verbindung zwischen Verein und Fan. Er weiß um die psychologischen Phänomene dieser Verbindung und setzt all seine Kraft in deren Weiterentwicklung. Wie er mit dem Stress und der extrem hohen Arbeitsbelastung umgeht, frage ich ihn. „Ich funktioniere. Ich habe keine Zeit anzuhalten und nach mir zu schauen. Mein Handy ist immer on. Ich muss immer erreichbar sein. In meinem Job musst du Leistung bringen - sonst macht ihn ein anderer.“

Ist dieses Denken Wahnsinn? Oder eine Notwendigkeit? Sind das die Nebenwirkungen einer machtvollen Führungsposition? Eine zwangsläufige Begleiterscheinung?

In der Pause komme ich mit Su-



sanne, Angestellte einer großen Bank in Frankfurt, ins Gespräch. Sie arbeitet im Bereich der Digitalisierung als Systemadministratorin: „Meinen Job wird es in 6-8 Jahren so nicht mehr geben. Ich habe keine Lust auf üble Gedanken über meine berufliche Zukunft und doch begleiten sie mich täglich. Ich habe keine Lust auf Trübsinnigkeit und doch ist sie mir vertraut. Mich quälen Fragen, auf die ich keine Antwort finde: Wie gut kann ich mich anpassen? Wie wird es finanziell? Kann ich die geforderte Flexibilität leisten? Wie wird mein Berufsalltag aussehen? Ich habe keine Lust auf Veränderung und was noch schlimmer ist: Ich habe Angst vor der Zukunft!“

Sie sagt weiter: „Die Veränderung kommt. Keiner von uns ahnt, wie weit die Überlegungen oder Entwicklungen schon sind“. Und sie fragt sich, in wie weit sie dabei mitspielen möchte. Kann sie es „sich leisten“, sich anderweitig zu orientieren? Den Job zu wechseln? Die Bank nach 25 Jahren verlassen?

Eine „break out Session“ der Konferenz beschäftigt sich mit den Menschen, die diesen Wandel zu stemmen haben. Es geht darum, wie man Unsicherheiten überwinden



und meistern kann. Denn die Zeit ist reif für ein bewusstes und selbstbestimmtes (Arbeits-) Leben und bietet Möglichkeiten, Verantwortung zu übernehmen, den Moment zu nutzen und Ziele zu erreichen.

Einige Unternehmen bieten ihren Mitarbeiter genau zu dieser Thematik schon jetzt Unterstützung in Form von Coachings an. Diese können wertvolle Impulse, Ideen und Anregungen bieten, wie die Mitarbeiter leichter mit den anstehenden Veränderungen umgehen können.

Für Susanne, die Bankerin aus Frankfurt, steht nach unserem Gespräch jetzt ein persönliches Coaching im Terminkalender. Sie investiert in sich selbst, um sich fit für ihre Zukunft zu machen. Sie möchte erfahren welche inneren Antriebe, Blockierer oder ungünstige Denkmuster sie mit sich trägt. Und sie möchte Klarheit für sich. Warum?

Susanne sagt dazu: „Mein Ziel des Coachings ist es, für mich gestärkt und zuversichtlich in die Zukunft zu blicken. Endlich rauszukommen aus den trüben Gedanken. Ich möchte neuen Mut schöpfen und mich wieder freuen können. Ich wünsche mir mehr Klarheit für mich, was ich überhaupt möchte. Wohin ich mich entwickeln möchte. Um mein Leben wieder aktiv zu gestalten und

nicht länger gestaltet zu werden.“

Veränderungen im Berufsleben sind keineswegs ein Phänomen unserer Zeit. Berufsbilder unterliegen schon immer dem Wandel und sorgten auch in der Vergangenheit für Verunsicherung. Was im Zuge der Digitalisierung in meinen Augen als zusätzliche Herausforderung auf uns zukommt, ist die Geschwindigkeit des Wandels. Der Faktor Zeit. Wir haben heute keine Generation mehr Zeit, uns an Veränderungen zu gewöhnen. Wir stehen vor der Aufgabe, unsere persönlichen Kompetenzen zu erweitern oder neue zu schaffen. Und das kann für jeden Einzelnen ein spannendes Abenteuer sein.

Falls auch Sie sich fit für Ihre Zukunft machen möchten, freue ich mich auf Ihren Anruf.

Bis dahin, herzlichst,  
*Nina Spiel*

**Weitere Informationen:**  
Nina Spiel  
Heilpraktikerin für  
Psychotherapie  
SS442 Stromberg  
Tel. 0 67 21 - 20 39 329  
www.nina-spiel.com

## Genau mein Zuhause

individuell geplant – in bester Qualität – seit 1929



Abb. ähnlich

Zum Beispiel **Haus „Villa 165“**  
mit 165 m<sup>2</sup> Netto-Raumfläche, schlüsselfertig, inkl. Bodenplatte/Keller  
– auch Eigenleistung möglich!

**Rufen Sie jetzt an und vereinbaren Sie Ihren persönlichen Beratungstermin:**

Edmund Westphalen | Telefon 0160 9737373  
Büro in 55469 Simmern | Joh.-Philipp-Reis-Str. 13a  
[www.hanse-haus.de](http://www.hanse-haus.de)

**HANSE  
HAUS**  
Genau mein Zuhause.

© Durchblick-Magazin 2019



**SCHWANEN APOTHEKE**  
Inh.: Apotheker Stefan Vogt  
Filialleitung: H. Kunz  
Marktstraße 65  
55469 Simmern

Fon: 0 67 61 - 22 01



*für Ihre Gesundheit!*



**RÖMER APOTHEKE**  
Inh.: Apotheker Stefan Vogt  
Hauptstraße 75 a  
55481 Kirchberg

Fon: 0 67 63 - 96 00 10

# Neu im Kino

**Peter Huth vom Simmerner PRO-WINZKINO stellt die neuesten Filme vor.**



## Lindenberg! Mach dein Ding

**Kinostart: 16.01.2020**

Mit über 20 Millionen verkauften Tonträgern ist Udo Lindenberg die Ikone der deutschen Rockmusik. Es gibt keinen bekannteren deutschen Star, der heute noch Stadion um Stadion ausverkauft.

Hermine Huntgeburths mit Spannung erwartetes Biopic erzählt den Anfang seiner großartigen Geschichte. Von seiner Kindheit im westfälischen Gronau bis zum ersten, alles entscheidenden Bühnenauftritt in Hamburg 1973; von seinen Anfängen als hochbegabter Jazz-Schlagzeuger und seinem abenteuerlichen Engagement in einer US-amerikanischen Militärbasis in der Libyschen Wüste, über Rückschläge

mit seiner ersten LP bis zu seinem Durchbruch mit Songs wie „Mädchen aus Ost-Berlin“ oder „Hoch im Norden“ und „Andrea Doria“: LINDENBERG! MACH DEIN DING erzählt die Geschichte eines Jungen aus der westfälischen Provinz, der eigentlich nie eine Chance hatte, und sie doch ergriffen hat, um Deutschlands bekanntester Rockstar zu werden – ein Idol in Ost und West.

**D 2019 · Gernres: Biopic/Drama**

**Regie: Hermine Huntgeburth**

**Darsteller: Jan Bülow, Detlef Buck, Max von der Groeben, Charly Hübner, Julia Jentsch, Ruby O. Fee und Udo Lindenberg als Gast.**

**Länge: 135 Minuten**

## 1917

**Kinostart: 16.01.2020**

Auf dem Höhepunkt des Ersten Weltkrieges sollen die beiden britischen Soldaten Schofield und Blake eine nahezu unmögliche Mission erfüllen. In einem unbarmherzigen Wettlauf gegen die Zeit müssen sie sich tief in Feindesgebiet wagen und eine Nachricht überbringen, die verhindern soll, dass Hunderte ihrer Kameraden in eine tödliche Falle geraten...

1917 ist ein überwältigendes Kinoerlebnis, das es so noch nicht gegeben hat. Ausnahmeregisser und Oscar®-Preisträger Sam Mendes (Sky-

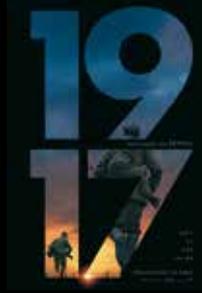
fall, Spectre) inszeniert in seinem neuesten Film 1917 in einer One-Shot Aufnahme die höchst riskante Mission zweier Soldaten in Echtzeit. Es gibt keinen Schnitt, keinen Raum für Fehler – das Ergebnis ist an Eindringlichkeit kaum zu übertreffen. So lässt Mendes das Publikum an einem nervenaufreibenden Drama teilhaben und beleuchtet den Ersten Weltkrieg aus einem modernen Blickwinkel. Die zermürbenden Kriegsjahre verdichtet er auf einen einzigen Tag, der über Leben und Tod von 1.600 Menschen entscheidet.

Wie bereits im Bond-Film Skyfall sorgt der legendäre Kameramann Roger Deakins erneut für atemberaubende Bilder und nimmt die Kinozuschauer mit in die Kommandozentralen, Schlachtfelder und Schützengräben.

**USA 2020 · Gernres: Drama/Kriegsfilm**  
**Buch + Regie: Sam Mendes**

**Darsteller: George MacKay, Dean-Charles Chapman, Mark Strong, Andrew Scott, Richard Madden, Claire Duburcq, Colin Firth, Benedict Cumberbatch, u. a.**

**Länge: 110 Minuten**



## Die Hochzeit

**Kinostart: 23.01.2020**

Kurz nach ihrem ersten KLASSENTREFFEN ist das Leben von Thomas (Til Schweiger), Nils (Samuel Finzi) und Andreas (Milan Peschel) nach wie vor chaotisch: Thomas will sesshaft werden und heiraten, Nils hingegen will den Seitensprung seiner Frau vergessen und Andreas möchte endlich die große Liebe finden. Was folgt sind schräge Speed-Dates, ein katastrophaler Junggesellenabschied und eine Beerdigung, wonach den drei



Männern schließlich klar wird, worauf es im Leben wirklich ankommt: Familie, Freund und natür-

lich die Liebe!

Nach dem Kassenschlager „Klassentreffen 1.0“ übernimmt Schauspieler, Regisseur, Produzent und Autor Til Schweiger auch in der Fortsetzung DIE HOCHZEIT gleich mehrere Rollen am Set. Mit viel Spontaneität, aber einer genauen Idee für das Gesamtkonzept verleiht das Multitalent seinen Produktionen eine ganz besondere Handschrift. Dabei vertraut er einem

bewährten Schauspielerensemble, das bereits beim „Klassentreffen“ 1,1 Millionen Zuschauer in die Kinos lockte. Gag bewährtes Popcorn Kino zum entspannten Abhängen!

**D 2020 · Genre: Komödie**

**Buch + Regie: Til Schweiger**

**Darsteller: Til Schweiger, Milan Peschel, Samuel Finzi, Lilli Schweiger, Stefanie Stappenbeck, u. a.**

**Die fantastische Reise des Dr. Dolittle**

*Kinostart: 30.01.2020*

Superstar Robert Downey Jr. kehrt als Dr. Dolittle, der mit Tieren sprechen kann, in einem epischen Abenteuer auf die große Leinwand zurück.

Auch sieben Jahre nach ihrem Tod hat der exzentrische Arzt Dr. Dolittle den Verlust seiner Frau nicht überwunden und lebt zurückgezogen auf seinem Familienanwesen Dolittle Manor. Als die junge Queen Victoria schwer erkrankt, muss er widerstrebend sein Heim verlassen und sich auf die Suche nach einem Heilmittel zu einem sagenumwobenen Eiland begeben.

Es ist eine gefährliche Mission, doch während er sich alten Feinden stellen muss und neuen wundersamen Kreaturen begegnet, erwachen Stück für Stück sein Lebensmut und sein Witz. Begleitet wird Dolittle auf dieser halsbrecherischen Odyssee natürlich wieder von seiner lautstarken tierischen Familie, bestehend aus einem ängstlichen Gorilla, einer begeisterten Ente, einem zynischen Strauß, einem gut gelaunten Eisbär und einem ei-

gens in Papagei, Dolittles wichtigstem Berater in allen Lebenslagen.



Bestes Unterhaltungskino für die ganze Familie!

**USA 2020 · Abenteuer/Komödie**

**Regie: Stephen Gaghan**

**Darsteller: Robert Downey Jr., Antonio Banderas, Michael Sheen, Jessie Buckley, Ralph Fiennes, Selena Gomez, u. a.**

**Sorry we missed you**

*Kinostart: 30.01.2020*

Ricky, Abby und ihre zwei Kinder leben in Newcastle. Sie sind eine starke, liebevolle Familie, in der jeder für den anderen einsteht. Während Ricky sich mit Gelegenheitsjobs durchschlägt, arbeitet Abby als Alten-



tenpflegerin. Egal, wie sehr die beiden sich

jedoch anstrengen, wissen sie, dass sie niemals unabhängig sein oder ihr eigenes Haus haben werden. Abby und Ricky setzen alles auf eine Karte. Sie verkauft ihr Auto, damit Ricky sich einen Lieferwagen leisten und als selbständiger Kurierfahrer durchstarten kann. Die Zukunft scheint verlockend. Doch der Preis für Rickys

Selbstständigkeit erweist sich als höher als gedacht... Ken Loach-Filme sezieren schonungslos die wirtschaftliche Realität der Arbeiterklasse, so dass sie kaum zu ertragen und gerade deswegen so gut sind. In seinem neuen Film „Sorry we missed you“ beschreibt er das Schicksal einer Familie, die an den Bedingungen der globalisierten Arbeitswelt zu zerbrechen droht. Eine universelle Geschichte über Leistungsdruck und Ausbeutung, über Pflegenotstand und Nächstenliebe, über Kampfgeist und Zusammenhalt – kurz über die Themen, die aktuell europaweit die Menschen beschäftigen. Unbedingt sehenswert!

**GB 2019 · Genre: Drama**

**Regie: Ken Loach**

**Darsteller: Kris Hitchen, Debbie Honeywood, Rhys Stone, Katie Proctor, Ross Brewster, u. a.**

**Ruf der Wildnis**

*Kinostart: 20.02.2020*

Im kanadischen Yukon kommt es in den 1890er Jahren zu einem regelrechten Goldrausch. Besonders die Schlittenhunde sind zu dieser Zeit



am Fluss Klondike sehr begehrt und werden zu einem wertvollen Gut. Der Hund Buck

ist ein ganz besonderes Exemplar. So beginnt die Geschichte auf einer Ranch im kalifornischen Santa Clara Valley, als Buck aus seinem Zuhause gestohlen und als Schlittenhund in Alaska in den Dienst gestellt wird. In der rauen Umgebung wird Buck zunehmend wilder. Er muss kämpfen, um zu überleben und andere Hunde zu dominieren. Schließlich wirft er den Mantel der Zivilisation ab, verlässt sich auf seine Urinstinkte und die gelernten Erfahrungen, um sich als ein Führer in der freien Wildbahn zu behaupten.

Atemberaubende Neuverfilmung von Jack Londons gleichnamigem Abenteuerroman „Ruf der Wildnis“ aus dem Jahre 1903. Grandiose Landschaftsaufnahmen, spektakuläre Live-Action und ein groß aufspielender Harrison Ford garantieren spannendes Adventurekino im Premiumformat.

**USA 2020 · Genre: Abenteuer**

**Regie: Chris Sanders**

**Darsteller: Harrison Ford, Karen Gillan, Dan Stevens, Bradley Whitford, Omar Sy, u. a.**

- anzeige -

Marktstraße 39 · 55469 Simmern  
 ☎ 0 67 61 - 77 48  
 www.pro-winzkino.de

# DURCHBLICK BESSERWISSEr

Die Jugend von heute -

Oder: Früher war alles besser.

Wer kennt ihn nicht, diesen Spruch: „Früher war alles besser“. Und wie! Aber wann war „früher“ eigentlich alles besser? Frage ich meine Uroma, sagt sie: „Na, in meiner Jugend, DA war alles besser“. Meine Oma weiß es aber besser, denn sie hat IHRE eigene Kindheit ja hautnah miterlebt. Und die war gut. Besser eben. Besser als die meiner Mutter – oder, Mama, was sagst du dazu? Ah, ich hör schon. Stimmt so nicht. Die beste Jugend wurde gefunden – die meiner Mutter. Dummerweise waren die nicht jung, als ich ein Kind war. Die beste aller Jugendlichen, würde ich sagen. (Fragen Sie für die Geschlechtergerechtigkeit bitte noch die Herren der – jeweiligen – Schöpfung, die werden Ihnen jedoch das gleiche sagen!)

In einem sind wir uns aber alle einig: Die Jugend von heute ist... naja... nicht ganz so gut. „Brachteln“ nennt das die Jugend von heute übrigens. Es heißt so viel wie „Scheitern“, nur cool ausgedrückt. Sind ja schließlich alles „Ehrenmänner“. Aber: „Alles gucci“ (jugendsprachlich für „Alles gut“) ist da gar nichts. In dieser einen Sache haben meine Uroma, Oma und Mutter natürlich recht. Das haben sie zielsicher analysiert, die Jugend von heute hängt im „Besserein“ definitiv hinterher. Hinter wessen Jugend nun genau, naja – das ist ein anderes Thema.

Warum aber nun dieses ganze Gerede? Wie die fleißigen Durchblick-Leser wissen, tippe ich nicht nur – mal mehr, mal weniger wirre und ernstgemeinte – Phrasen ins Laptop, sondern bin hauptberuflich Lehrerin. Und das gerne (quasi als Entschuldigung für alles, was schon zu lesen war und noch kommt ;-)). Berufserfahrung ist noch regelrecht Mangelware. Ich bin sozusagen grün hinter den Ohren, ein (nicht mehr ganz so) absoluter Anfänger. Aber eines habe ich ganz schnell begriffen: Es geht heute nicht mehr in erster Linie darum, den Schülerinnen Wissen zu vermitteln oder Kompetenzen, wie man das heute schimpft. Also

doch, darum geht es schon, aber das zu erreichen, ist, wenn schon nicht unmöglich, dann doch eine Mammutaufgabe. Wenn auch eine schöne. Der Grund ist klar: Die Jugend von heute ist ... naja ... nicht ganz so gut wie meine. Und die meiner Mutter und... Sie wissen schon.

An dieser Stelle wäre es angebracht, über die Gründe des Versagens im Kampf um die beste aller Jugendlichen zu diskutieren. Gerne. Schließlich wissen Lehrer eh immer alles besser. Fangen wir mit der offensichtlichsten aller Möglichkeiten an: Die Lehrer sind schuld. Warum? Nun ja, sie ent-

stammen bekanntlich der besten aller Jugendlichen und blicken prinzipiell müde lächelnd auf die SchülerInnen der Möchtegerngeneration herunter. Außerdem haben sie gar keine Lust darauf, eine Generation zu erziehen, die ohnehin nicht an die eigene herankommt. Oder nicht herankommen soll? – Möglich wäre es. Die Lehrer, die bösen! Blicke ich auf meinen über-schaubaren Erfahrungsschatz, kann ich das aber ja so gar nicht nachvollziehen. Denn, wie ich sagte: Ich mag meinen Beruf, und die Kiddis, die da so manchmal dazu gehören, auch. Die Arbeit mit ihnen macht, trotz aller Querelen, Spaß und ist bereichernd. Ich wage die steile These: Ich bin nicht die einzige Lehrkraft, die so denkt.

Hm. Was nun? Die einfachste Antwort war's wohl nicht. Klar, es sind ja auch nicht die Lehrer, sondern die neuen Didaktiker, die den Lehrkräften die falschen Le(e)hren indoktrinieren. Stichwort: Kompetenzen statt Wissen. Output statt Input. Aber frei nach dem Motto: Ein leeres Hirn kann auch nichts anwenden (und „nichts“ anderes verlangt die Kompetenzorientierung schließlich: Handelnder Umgang mit Wissen. Was aber: Wenn wir handeln können, aber kein Wissen haben?) Aber da fällt mir ein: Haben

meine Eltern nicht auch schon über meine, „alten“ Pauker gemeckert? Dass die mich nur lernen lassen und ich gar nicht weiß, wie ich damit umgehen soll? Es wäre demnach äußerst seltsam, wenn dies der Grund sein sollte, denn die beste aller Jugendlichen – meine – kam auch mit einer schlechten Didaktik zurecht.

Bleiben, klar, die Eltern. Helikoptereltern. Hat das Kind das Pausenbrot vergessen, keine Sorge, Mami bringt es ja. Ist das Kind fiebrig, Papi holt es ab. Musikalische Früherziehung, drei Sportvereine, zusätzlicher Förderunterricht und Co. inklusive. Moment mal, tun die damit nicht gerade etwas für die Jugend? Im ersten Fall, nun ja: Die Kinder haben ja Schulpflicht und können nicht einfach mal das vergessene Brot holen. Im letzteren Fall: Kindheit gibt's quasi heute gar nicht mehr. Nur noch Verpflichtungen und Termine. Aber so richtig schuld sind die Eltern nun auch wieder nicht. Eher, würde ich sagen: besorgt. Wie meine Uroma und Co. ja auch!

Ein genauer Blick in die Augen meiner Kids verrät mir nun aber: Die Medien sind schuld! Wie ich darauf komme? Früher hätte meine Oma gesagt: „Kind, du hast viereckige Augen vom vielen Fernsehschauen“. Sie redete von 15 Minuten Flimmerkasten (Gegebenenfalls handelt es sich hier



um eine leichte, subjektive Verzerrung meiner Wahrnehmung. Aber nur vielleicht.) Wie dem auch sei: Die kleinen viereckigen Bildschirme, egal welches Medium, gehören zum festen Bestandteil der „Jugend von heute“. Während meine Oma gefühlt noch Rauchzeichen geben musste, meine Mutter noch genau weiß, warum es beim fehlerhaften Anruf „verwählt“ heißt, und ich kurz vor dem Abi erstmals süchtig und begeistert „Snake“ gespielt habe, können heute schon Babys besser mit dem Tablet umgehen als wir alle zusammen. Von dort an gehören der viereckige Kasten und die viereckigen Augen zum Hauptinventar eines Babys/Kleinkinds/Schulkinds...

Und was hat das mit der Niederlage der Jugend von heute im Kampf um die beste Jugend aller Zeiten zu tun? Leider ist die „Wisch-Kompetenz“ (für alle weniger Erfahrenen: Die heutigen Mobiltelefone bedient man mit dem Finger, man wischt sozusagen von Seite zu Seite) nicht gerade die führende, wenn es um Anwendung von Wissen geht. Ein paar basalere kommen etwas zu kurz. Konzentrationsfähigkeit, um nur eine zu nennen. Wer das nicht glaubt, der gebe einem Schulkind von heute einen, sagen wir, etwas anspruchsvollen, eine Seite langen Text (nein, nicht Kant! Das braucht es nicht für diesen Test.). Ich erlaube mir, die Antworten zu antizipieren, denn so macht das eine gute Lehrkraft: „Waaaaas? So lange????“. Und 10 Sekunden später: „Boah, ist der schwer! Ich versteh das

gar nicht.“ oder: „Können Sie uns das nicht einfach sagen?“ Und fünf Minuten nach der Lektüre: „Was war nochmal das Thema?“ Oder in Extremform: „Was? Wir haben gelesen? Wann?“ (in dieser Zeit gab es übrigens schon zig flüchtige Blicke unter den Tisch auf das eigentlich streng verbotene Handy).

Gut, genug gemobbt. Der Schuldige scheint ausgemacht. Die neuen Medien. Aber sind dann nicht doch die Eltern schuld? Schließlich geben die den Kindern doch den ganzen Kram in die Hand? Und sind dann nicht auch die Lehrer schuld? Die belassen es bei müden Ermahnungen, wenn ein Handy gezückt wird, und gehen schnell zurück zum Plan (oder gucken auf das eigene Handy). Und ist da nicht die Didaktik schuld? Denn die greift das Thema viel zu wenig auf! Ja, ja, ja. Und: Nein, nein, nein. Die Gesellschaft ist es. Wir sind es. Und diese sch\*\*\*\* Entwicklung ist es. Nimmt man dem Kind heute das Smartphone weg, ist das gleichbedeutend mit dem sozialen Ausschluss. Kein Instagram, keine Freunde. Basta. Gibt man dem Kind das Smartphone, hat es Freunde (zumindest virtuelle) – aber wenig bis gar keine Konzentration (und andere wichtige Dinge). Und ohne Konzentration... Naja, wird's schwer. Wer leidet darunter? Alle. Am meisten aber die armen Kinder selbst.

Ps.: Ich hab die Politiker vergessen. Aber die sind ja sowieso immer schuld!

*Euer Bessermisser*

»Es ist nicht die stärkste Spezies die überlebt, auch nicht die intelligenteste, es ist diejenige, die sich am ehesten dem Wandel anpassen kann.«

Charles Darwin



**Nina Spiel · Heilpraktikerin für Psychotherapie**

55442 Stromberg · Tel. 0 67 21 - 20 39 329

[www.nina-spiel.com](http://www.nina-spiel.com)



NINA SPIEL

Die VHS  
**BRINGT  
MICH  
WEITER**

Jetzt einen von über  
1.000 Kursen entdecken.

Jetzt auf [vhs-bingen.de](http://vhs-bingen.de) oder  
[vhs-bad-kreuznach.de](http://vhs-bad-kreuznach.de) einchecken



**Das allround Oberflächentuch**

**KEINE KRATZENDE MICROFASER**

Kaltwassertuch –  
die neue Generation  
**putzen ohne Chemie**



Michaela Koch  
Ortsstrasse 23  
56288 Bell/Krastel

### Cocktail des Monats Rezept

Dieses Cocktail-Rezept ist exklusiv kreiert worden für die **DURCHBLICK**-Leser :o) von Michael Kaiser, Cocktail-Bar „Rheingau-Treff“, Bingen. [www.rheingautreff.de](http://www.rheingautreff.de)

Cocktail  
BAR  
Rheingau - Treff



**Zutaten:**

- 11 cl Pink Grapefruit Nektar
- 4 cl Gin
- 2 cl Holundersirup
- 1 cl Zitronensaft

**Zubereitung:**

Longdrinkglas vorbereiten: Der Rand des Glases wird mit etwas Zitronensaft befeuchtet und in Zucker gewälzt. Die Zutaten mit vier Eiswürfeln in das Longdrinkglas geben und mit einem Barlöffel verrühren. Das Getränk mit einer Limettenscheibe am Glas dekorieren und servieren.

P.S. Den Cocktail gibt es fertig gemixt in netter Atmosphäre im Rheingau-Treff zu genießen.

# Cocktail des Monats »Pink Elder«



- anzeige -

# WIR VERKAUFEN IHRE IMMOBILIE!



Immobilien

Rheinkai 13 | 55411 Bingen  
Tel. 06721 1855173  
info@thci.de | [www.thci.de](http://www.thci.de)

Bingen · Ingelheim · Mannheim · Simmern



## Mi. 01. Jan.

**Kastellaun:** Neujahrswanderung, Kirchstr. 1, 13.30 Uhr

### Eure Termine ???

Mail an:

redaktion@der-durchblick.eu

## Fr. 03. Jan.

**Koblentz:** Das Phantom der Oper, Rhein-Mosel-Halle, www.asa-event.de

**Morbach:** „Don't stop the Music – The Evolution of Dance“, Baldenauhalle, 20 Uhr

## Sa. 04. Jan.

**Emmelshausen:** Musical Magics "Musicals nonstop IV" im ZaP, 20 Uhr, www.das-zap.de

**Oberwesel:** Neujahrskonzert mit „Brass Appeal“ – mitreißende Musik und temperamentvolle Show im Kulturhaus, 20 Uhr

## So. 05. Jan.

**Kirn:** Neujahrsglücksschießen, Schützenverein Kirn 1960 e.V., Schützenhaus, 13 Uhr

**Kirn-Kallenfels:** Neujahrsschießen, Schützenverein Kallenfels, Schützenhaus, 10 - 17 Uhr

**Oberwesel:** Neujahrskonzert mit „Brass Appeal“ – mitreißende Musik und temperamentvolle Show im Kulturhaus, 11 Uhr

## Mo. 06. Jan.

**Kirn:** Krammarkt, Innenstadt, 8 - 14 Uhr

## Mi. 08. Jan.

**Kirchberg:** Buchvorstellung "Kleine Feuer überall" Celeste Ng, Stadtbücherei, 20 Uhr

**Simmern:** „Sternstunden der Filmmusik“ Russische Kammerphilharmonie St. Petersburg, Hunsrückhalle, 19.30 Uhr

## Do. 09. Jan.

**Bingen:** Spätschicht - Alte Wache mit der Band "The Guards", 19.30 Uhr

**Emmelshausen:** Basta "In Farbe" im ZaP, 20 Uhr, www.das-zap.de



## Fr. 10. Jan.

**Emmelshausen:** Johannes Flöck "Entschleunigung, aber Zack-Zack!" im ZaP, 20 Uhr, www.das-zap.de

**Kastellaun:** KuKuK präsentiert: „15. Kastellauner Glühweinkabarett“, Kulturscheune, 20 Uhr, www.kukuk-kastellaun.de



## Sa. 11. Jan.

**Bell:** Landesziiergeflügschau Rheinland-Pfalz, Gemeindehaus, 10 Uhr

**Kastellaun:** KuKuK präsentiert: „15. Kastellauner Glühweinkabarett“, ausverkauft, Kulturscheune, 20 Uhr, www.kukuk-kastellaun.de

**Kastellaun:** Figurentheater Radieschenfeiber: 13-16 Uhr Workshop: „Sprach die Bohne zur Melone“ - Biblische Geschichten erzählt mit Objekten. 17:30 - 19:00 Uhr Theatervorstellung für Jung und Alt: „Ein appetitliches Nummernprogramm“. Teilnahme am Workshop nur nach verbindlicher Anmeldung über kastellaun@ekir.de oder nicol.sowa@ekir.de

### Eure Termine ???

Mail an:

redaktion@der-durchblick.eu

**Klosterkumbd:** FastenWandern nach Buchinger zum Jahresbeginn auf der sonnigen Kanaren-Insel Teneriffa! (11.1. - 19.1.2020). Alle Infos auf www.erlebnisfasten-stuening.de/termine/fastenwanderwochen/

## So. 12. Jan.

**Bell:** Landesziiergeflügschau Rheinland-Pfalz, Gemeindehaus, 10 Uhr

**Kastellaun:** KuKuK präsentiert: „15. Kastellauner Glühweinkabarett“, Kulturscheune, 14.30 Uhr, www.kukuk-kastellaun.de



**Kirn-Sulzbach:** Neujahrsempfang, Bürgerhaus, 10.30 Uhr

**Simmern:** Bürgerempfang der Verbandsgemeinde, Hunsrückhalle, 18 Uhr

## Di. 14. Jan.

**Kirn:** Neujahrsempfang und Rückblick, Ev. Frauenhilfe Kirn, ev. Gemeindezentrum, 14.30 Uhr

**Oberwesel:** Sammelmassen-Erzählcafé, „Die große Rheinfahrt“ – historische Filmaufnahmen im Kulturhaus, 15 Uhr

## Do. 16. Jan.

**Emmelshausen:** Rüdiger Hoffmann "Alles Mega" im ZaP, 20 Uhr, www.das-zap.de



### Eure Termine ???

Mail an:

redaktion@der-durchblick.eu

## Fr. 17. Jan.

**Bingen:** Lesung: Helge Weichmann - "Schandflut", Haferkasten, 19 Uhr

**Hahn:** Antoniuskirmes, Gemeindehaus

**Kirn:** Gemeinsamer Neujahrsempfang, Verbandsgemeinde Kirner Land, Stadt Kirn, Werbegemeinschaft "Kirn aktiv" und Gewerbeinitiative Kirner Land, Gesellschaftshaus, 17 Uhr

**Simmern:** Tabaluga und Lilli, Hunsrückhalle, 18.30 Uhr

### Eure Termine ???

Mail an:

redaktion@der-durchblick.eu

**Simmern:** Detectives Dinner, Neues Schloss, 19.30 Uhr

**Unzenberg:** Theater "Der Liebes-Schrank", Turnhalle, 19.30 Uhr.



## Sa. 18. Jan.

**Bingen:** Black Project – Psychedelic Jazz-Rock, Binger Bühne, 20.30 Uhr, www.bingerbuehne.de

**Gehlweiler:** Theater "Lustspiel in drei Akten", Gemeindehaus, 19.30 Uhr

**Hahn:** Antoniuskirmes, Gemeindehaus



- » 9.1. Basta
- » 16.1. Rüdiger Hoffmann
- » 26.1. Herr Schröder
- » 7.2. Mundstuhl
- » 28.2. Alte Bekannte
- » 29.2. Jörg Knör
- » 5.3. Gerd Dudenhöffer
- » 6.3. Springmaus
- » 7.3. Dire Strats
- » 8.3. Michl Müller
- » 13.3. Django Asül
- » 15.3. Tabaluga und Lilli
- » 21.3. Medlz
- » 22.3. Maffay pur
- » 28./29.3. Shrek-Das Musical



Zentrum am Park  
Emmelshausen | 06747 / 9322-0  
www.das-zap.de

Werbung  
wirkt...



**DURCHBLICK**  
Das Hunsrück - Kultur - Magazin

## Heilpraktiker **Ralph Gerke** Praxis für Osteopathie

Myofasziale Schmerztherapie  
Mitglied im Verband der Osteopathen e. V.

Kastellaun · Marktplatz 10 · Fon 0 67 62 - 96 31 95  
Traben-Trarbach · Am Bahnhof 7 · Fon 0 65 41 - 81 42 905  
[www.osteopath-gerke.de](http://www.osteopath-gerke.de)

Osteopath · Heilpraktiker · Phsiotherapeut

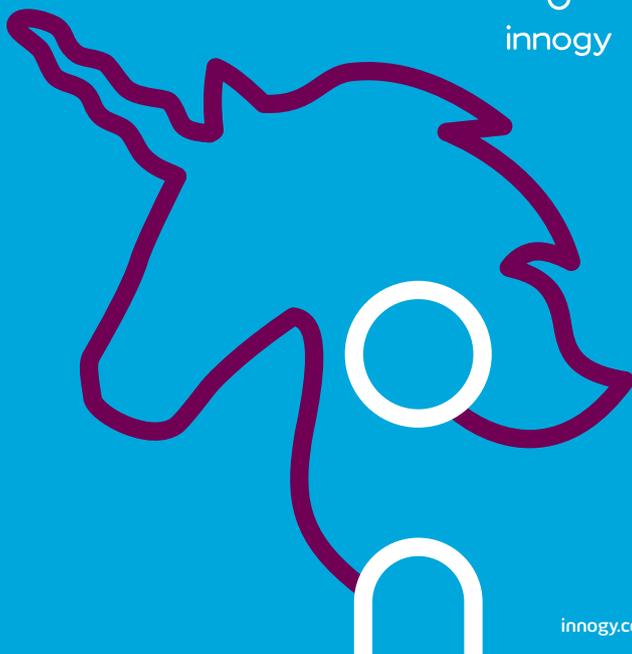


## Kulturell & energiegeladen – Erleben Sie mit innogy unvergessliche Momente.

innogy unterstützt die Kultur vor Ort. Erleben  
Sie Momente voller Energie und Engagement.  
Zurücklehnen, genießen und staunen.



innogy



[innogy.com](http://innogy.com)

**Idar-Oberstein:** Der erste Mensch. Die unglaubliche Geschichte einer Kindheit nach Albert Camus. Mit Joachim Król & l'Orchestre du Soleil, Stadttheater, 19:30 Uhr, [www.kultur.io](http://www.kultur.io)



**Oberwesel:** Ladies Night mit „Vocal Recall“ – Lach- und Spaßtherapie – nur für Frauen im Kulturhaus, 20 Uhr

### Eure Termine ???

Mail an:

[redaktion@der-durchblick.eu](mailto:redaktion@der-durchblick.eu)

**Sevenich:** Christina Lux feat. Oliver George, Chaptol, 20.30 Uhr, [www.chaptol.de](http://www.chaptol.de)

**Simmern:** Nabucco - Oper von Giuseppe Verdi in vier Akten, Hunsrückhalle, 20 Uhr



**Simmern:** Detectives Dinner, Neues Schloss, 19.30 Uhr

**Unzenberg:** Theater "Der Liebes-Schrank", Turnhalle, 19.30 Uhr.

### Eure Termine ???

Mail an:

[redaktion@der-durchblick.eu](mailto:redaktion@der-durchblick.eu)

**So. 19. Jan.**  
**Gehlweiler:** Theater "Lustspiel in drei Akten", Gemeindehaus, 18 Uhr

**Hahn:** Antoniuskirmes, Gemeindehaus

**Kirchberg:** Neujahrskonzert 2020 der Verbandsgemeinde, Stadthalle, 17 Uhr

**Ober Kostenz:** Gefüllte Klees-Fest, Gemeindehaus, 12 Uhr

**Mo. 20. Jan.**

**Hahn:** Antoniuskirmes, Gemeindehaus

**Do. 23. Jan.**

**Emmelshausen:** Sebastian Puffpaff "Wir nach" im ZaP, 20 Uhr, ausverkauft, [www.das-zap.de](http://www.das-zap.de)

### Eure Termine ???

Mail an:

[redaktion@der-durchblick.eu](mailto:redaktion@der-durchblick.eu)

**Fr. 24. Jan.**

**Belgweiler:** Theaterabend, Turnhalle, 19.30 Uhr

**Emmelshausen:** Eddie Gimler lädt sich wieder Gäste ein "Eddies Night III" im ZaP, 20 Uhr, ausverkauft, [www.das-zap.de](http://www.das-zap.de)

**Sa. 25. Jan.**

**Belgweiler:** Theaterabend, Turnhalle, 19.30 Uhr

**Bingen:** Resilienz-Tag - So entwickeln Sie innere Stärke, Volkshochschule, 10 - 16 Uhr, [www.vhs-bingen.de](http://www.vhs-bingen.de)

**Emmelshausen:** Preisträgerkonzert mit Dorothea Stepp (Violine) - Asen Tanchev (Klavier) im ZaP, 20 Uhr, [www.das-zap.de](http://www.das-zap.de)

**Gehlweiler:** Theater "Lustspiel in drei Akten", Gemeindehaus, 19.30 Uhr

**Idar-Oberstein:** Night of the Dance, Stadttheater, [www.asa-event.de](http://www.asa-event.de)

**Kastellaun:** KuKuK präsentiert: Kulinarisches Konzert mit dem Kastellauner Lukas Linder, Landgasthof „Altes Stadttor“, 19 Uhr, [www.kukuk-kastellaun.de](http://www.kukuk-kastellaun.de)



### Eure Termine ???

Mail an:

[redaktion@der-durchblick.eu](mailto:redaktion@der-durchblick.eu)

**So. 26. Jan.**

**Emmelshausen:** Herr Schröder "World of Lehrkraft" im ZaP, 19 Uhr, [www.das-zap.de](http://www.das-zap.de)



**Gehlweiler:** Theater "Lustspiel in drei Akten", Gemeindehaus, 18 Uhr

**Simmern:** Konzert der Harmonie, Hunsrückhalle, 18 Uhr

### Eure Termine ???

Mail an:

[redaktion@der-durchblick.eu](mailto:redaktion@der-durchblick.eu)

**Di. 28. Jan.**

**Simmern:** Kinder-Puppentheater "Der kleine Indianer", Neues Schloss, 16 Uhr

**Sa. 01. Feb.**

**Bad Kreuznach:** Die Nachts der Musicals, Kurhaus, [www.asa-event.de](http://www.asa-event.de)

**Klosterkumbd:** FastenWandern nach Buchinger zur Mandelblüte auf der sonnigen Kanaren-Insel Teneriffa! (1.2. -9.2.2020). Alle Infos auf [www.erlebnisfastenstuening.de/termine/fastenwanderwochen/](http://www.erlebnisfastenstuening.de/termine/fastenwanderwochen/)

**Oberkleinich:** IVV Wanderung, Kulturscheune, 8 Uhr, [www.hv-kirchspiel-kleinich.de](http://www.hv-kirchspiel-kleinich.de)

**So. 02. Feb.**

**Bingen:** Öffentliche Führung - Das "Binger Ärztebesteck", Museum am Strom, 11.15 Uhr

**Idar-Oberstein:** KUNST - Komödie von Yasmina Reza. Mit Luc Veit, Leonard Lansink und Heinrich Schafmeister, Stadttheater, 19:30 Uhr, www.kultur.io



**Oberkleinich:** IVV Wanderung, Kulturscheune, 8 Uhr, www.hvv-kirchspiel-kleinich.de

**Sevenich:** Luna Theater „Die kleine Hexe“, Schauspiel nach dem Kinderbuch von Otfried Preussler für Menschen ab 4 Jahren, Chapiro, 16 Uhr, www.chapitol.de

**Simmern:** Tanzkaffee im Schloss mit dem Duo "Süßespritze" aus Rheinhessen, 15 Uhr

**Eure Termine ???**  
Mail an:  
redaktion@der-durchblick.eu

**Mo. 03. Feb.**  
**Kirm:** Krammarkt, Innenstadt, 8 - 14 Uhr

**Mi. 05. Feb.**  
**Bingen:** Semestereröffnung in der VHS: Digitalisierung und Ethik, 19 Uhr, www.vhs-bingen.de

**Do. 06. Feb.**  
**Bingen:** Spätschicht - Alte Wache mit der Band "The Guards", 19:30 Uhr

**Eure Termine ???**  
Mail an:  
redaktion@der-durchblick.eu

**Fr. 07. Feb.**  
**Bingen:** Eröffnung der jungen Kunstwerkstatt, 14 Uhr, www.vhs-bingen.de

**Emmelshausen:** Mundstuhl "Flamngos" im ZaP, 20 Uhr, www.das-zap.de



**Kastellaun:** Autorenlesung mit Arno Strobel, Taverne, Burg, 19 Uhr

**Koblentz:** The Spirit of Freddy Mercury, Rhein-Mosel-Halle, www.asa-event.de

**Eure Termine ???**  
Mail an:  
redaktion@der-durchblick.eu

**Sa. 08. Feb.**  
**Bingen:** The Senior Allstars - Reggae-Jazz-Dub, Binger Bühne, 20:30 Uhr, www.bingerbuehne.de

**Idar-Oberstein:** Unter Freunden - Kosmos Kammermusik. Mit Fidelis Edelmann, Jannis Rieke und Kathrin Isabelle Klein, Stadttheater 19:30 Uhr, www.kultur.io

**Kastellaun:** KuKuK präsentiert: „The Stokes“, Kulturscheune, 20 Uhr, www.kukuk-kastellaun.de



**So. 09. Feb.**  
**Idar-Oberstein:** Holger Mück und seine Egerländer Musikanten, Stadttheater, www.asa-event.de

**Mi. 12. Feb.**  
**Kirchberg:** Buchvorstellung "Die Stille bringt den Tod" Karin Fossom, Stadtbücherei, 20 Uhr

**Eure Termine ???**  
Mail an:  
redaktion@der-durchblick.eu

**Fr. 14. Feb.**  
**Sevenich:** HG Butzko "echt jetzt", Chapiro, 20:30 Uhr, www.chapitol.de

**Simmern:** Detectives Dinner, Neues Schloss, 19:30 Uhr

**Sa. 15. Feb.**  
**Simmern:** Detectives Dinner, Neues Schloss, 19:30 Uhr

**Eure Termine ???**  
Mail an:  
redaktion@der-durchblick.eu

**Fr. 21. Feb.**  
**Dorweiler:** Eierbacken auf dem Schützenplatz bei gemütlichem Beisammensein, Schützenplatz, Eintritt: 3 Eier

**Simmern:** Schloss-Konzert für Cello und Klavier mit dem Haager-Kalmykov Duo, Neues Schloss, 19:30 Uhr

**Sa. 22. Feb.**  
**Klosterkumbd:** FastenWandern nach Buchinger statt Fastingstrubel auf der sonnigen Kanaren-Insel Teneriffa! (22.2.-1.3.2020). Alle Infos auf www.erlebnisfasten-stuening.de/termine/fastenwanderwochen/

**Eure Termine ???**  
Mail an:  
redaktion@der-durchblick.eu

**Fr. 28. Feb.**  
**Dorweiler:** Workshopwochenende auf der Burg Waldeck

**Emmelshausen:** Alte Bekannte "Das Leben ist schön"-Tour" im ZaP, 20 Uhr, www.das-zap.de



**Kirm:** "Der kleine Drache Kokonuss und der Zauberschüler", Figurentheater Marshmallows.

Gesellschaftshaus, 16 Uhr

**Eure Termine ???**  
Mail an:  
redaktion@der-durchblick.eu

**Sa. 29. Feb.**  
**Dorweiler:** Workshopwochenende auf der Burg Waldeck

**Emmelshausen:** Jörg Knör "Die Jahr-100-Show" im ZaP, 20 Uhr, www.das-zap.de

**Idar-Oberstein:** Die Nacht der Musicals, Stadttheater, www.asa-event.de

**Kastellaun:** Saisonstart im ritterlichen Klassenzimmer, bei trockener Witterung öffnen sich die Tore des ritterlichen Klassenzimmers. Bogenschießen, Schwertkampf und töpfern stehen auf dem Lehrplan. Burg, 13 Uhr

**Eure Termine ???**  
Mail an:  
redaktion@der-durchblick.eu

**Kastellaun:** KuKuK präsentiert: „Schokoladensaite“, Kulturscheune, 20 Uhr, www.kukuk-kastellaun.de



**So. 01. Mz.**  
**Dorweiler:** Workshopwochenende auf der Burg Waldeck

**Kastellaun:** Saisonstart im ritterlichen Klassenzimmer, bei trockener Witterung öffnen sich die Tore des ritterlichen Klassenzimmers. Bogenschießen, Schwertkampf und töpfern stehen auf dem Lehrplan. Burg, 13 Uhr

**Eure Termine ???**  
Mail an:  
redaktion@der-durchblick.eu

**von hier nach dort**  
**0 67 63 - 93 93 311**  
Die NEUE MOBILITÄT im Hunsrück



**NEU**  
in Kirchberg

**PERSONENBEFÖRDERUNG**  
**MIETWAGEN mit Fahrer**

- 365 Tage rund um die Uhr
- Stadtfahrten in Kirchberg
- Krankenfahrten (alle Kassen)
- Jetzt auch Rollstuhlfahrten
  - Clubfahrten zu Events
  - Shuttleservice bis 8 Pers.
- Abholservice des eigenen PKW
  - Firmenfahrten
  - Sonderfahrten
  - Flughafentransfers

Emil-Thomas-Straße 1  
55481 Kirchberg

**0 67 63 - 93 93 311**



Verein  
Kunst und Kultur  
in Stadt und  
Verbandsgemeinde  
Kastellaun

## KuKuK e.V.

Fr. 10.01.20 | 20 Uhr  
Sa. 11.01.20 | 20 Uhr - ausverkauft  
So. 12.01.20 | 14.30 Uhr

„15. Kastellauner Glühweinkabarett“

Kulturscheune Kastellaun



Sa. 25.01.20 | 19 Uhr  
Kulinarisches Konzert  
mit dem Kastellauner  
Lukas Linder  
Landgasthof „Altes Stadttor“



Sa. 08.02.20 | 20 Uhr  
The Stokes  
Kulturscheune Kastellaun

Sa. 29.02.20 | 20 Uhr  
„Schokoladensaiten“  
Kulturscheune Kastellaun



So. 08.03.20 | 17 Uhr  
„O-Ton“ aus Simmern  
Konzert in der ev. Kirche  
Kastellaun

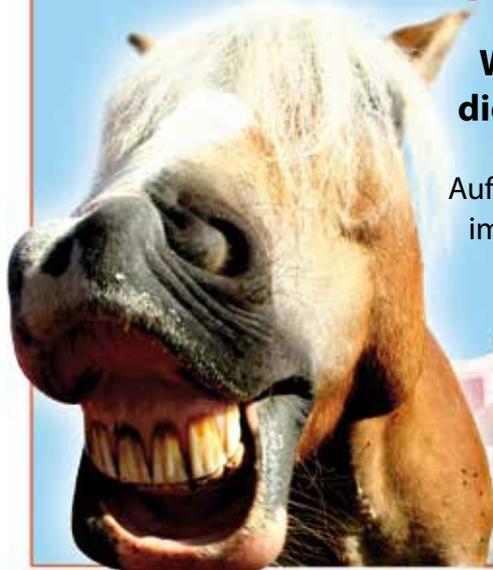
**Sind Sie neugierig geworden?** Mehr Infos zu den Veranstaltungen finden Sie unter [www.kukuk-kastellaun.de](http://www.kukuk-kastellaun.de). Bereits jetzt können Sie die Karten für die gewünschte Veranstaltung buchen unter [www.kukuk-kastellaun.de](http://www.kukuk-kastellaun.de). Alle Karten sind auch bei der Tourist-Info Kastellaun 0 67 62 - 40 16 98 erhältlich · [www.facebook.com/KuKukEvKastellaun](http://www.facebook.com/KuKukEvKastellaun)

Hier gibt es  
keine **15 Euro gratis,**  
sondern  
Werbung,  
die Spaß macht!

Auffallend werben  
im **DURCHBLICK.**

© Durchblick 2006  
10

Selbst Jolly Jumper  
ist begeistert!



## Pop und Puppen im Chapitol Neue Spielzeit im alten Dorfsaal Sevenich

Pop und Puppen im Chapitol. Und das ist noch lange nicht alles, was in der kommenden Spielzeit im wunderschönen alten Dorfsaal zu Sevenich geboten wird.

Erlebt Zitate wie „Sorry, aber Ihre Zähne stecken in meinem Hals!“ - Schaut hinter die Kulissen von Silicon Valley. - Spürt der gerockten Frage „Was zählt für dich?“ nach. - Erfährt Details unserer Insektenwelt, die Ihr vielleicht gar nicht wissen wolltet. - Feiert mit 10 virtuosen Musikern und Marleys Geist den einziehenden Mai.

Für den Fall, dass Ihr es jetzt gerne etwas genauer wüsstet, oder zusätzlich noch erfahren wollt, wer sich hinter der „echten Lichtgestalt“ verbirgt, die im Januar die Spielzeit im Chapitol



eröffnen wird, dann werft einen Blick auf unsere Anzeige hier im Heft – oder macht Euch auf ins WeltWeiteWeb: [www.chapitol.de](http://www.chapitol.de) oder kommt am 18.1. – 14.2. – 7.3. – 4.4. und 30.4. nach Sevenich. Dort könnt Ihr hautnah erleben, was Euch sonst entgehen wird. Chapitol

Zum Baybachtal 1 - 56290 Sevenich Kartenreservierung unter: [www.chapitol.de](http://www.chapitol.de) VVK: Bioladen Emmelshausen & Kastellaun

## Die schillerndsten Flamangos der Republik Mundstuhl am 07. Februar im ZAP

Lars Niedereichholz und Ande Werner gelten seit über 20 Jahren als das erfolgreichste und wandelbarste Comedy-Doppelpack Deutschlands. Mit ihrer unverwechselbaren Gratwanderung zwischen hintergründigen Wortgefechten und derben Späßen halten sie der Gesellschaft erneut einen irritierend komischen Zerrspiegel vor das bierselige Antlitz. So auch erstmals im ZAP, und zwar am Freitag, 7.2. um 20 Uhr. Mit von der Partie sind natürlich die schillerndsten FLAMONGOS unserer Republik. Die alleinerziehenden Dating-App-Expertinnen Peggy und Sandy, die kongenialen Illusionisten



Sickfried und Roooy sowie die Erfinder und Leitsterne der Kanakcomedy Dragan und Alder. Weitere Informationen: [www.das-zap.de](http://www.das-zap.de)

## Frauenbeschwerden osteopathisch behandelt

Hauptaugenmerk der osteopathischen Behandlung der Frau, liegt in der Verbesserung der venösen und lymphatischen Drainage des kleinen Beckens, des Unterbauches und den dazugehörigen Strukturen der Lendenwirbelsäule (LWS) und des Darmes.

Durch das Aktivieren des venösen und lymphatischen Systems wird der Stoffwechsel im Bereich des Beckens und der darin gelegenen Organe deutlich verbessert. Der Druck verringert sich Blase, Darm und Uterus regenerieren und deren Funktion normalisiert sich. Die Gefäße entspannen sich, die Durchblutung nimmt zu, die Muskulatur der Lumbalregion wird leistungsfähiger und elastischer und die Statik der Wirbelsäule kommt wieder ins Gleichgewicht.

Auch Unterleibsoperation wie z. B. Kaiserschnitt oder Uterusentfernung sind oft Störfelder die behandelt werden sollten, ebenso das prämenstruelle

Syndrom mit ausstrahlenden Schmerzen in den Unterbauch und Rücken kurz vor oder während der Periode.

Häufig sind begleitende Symptome wie Verspannungen der Schulter-Nacken-Region mit Kopfschmerzen oder Missempfindungen in den Beinen und Füßen.

Da in der Osteopathie der ganzen Körper untersucht und behandelt wird, sind diese Symptome wichtige Hinweise auf die Ursache der Problematik und werden dementsprechend mitbehandelt und sollten sich ebenfalls in den ersten zwei bis vier Behandlungen deutlich verbessern.

Ebenso die Spannungserhöhung der Muskulatur und das vermehrte Schwitzen durch die verminderte Östrogenproduktion während den Wechseljahren.

Durch leichten Kontakt mit den Händen werden feinste Spannungsdifferenzen in den Gelenken, der Musku-



latur und dem angrenzenden Gewebe ertastet und manuell behandelt.

Durch das Lösen dieser Blockaden verbessert sich die Statik der Wirbelsäule der Patientin, muskuläre Dysbalancen werden langfristig gelöst und die Spannung der Muskulatur normalisiert sich. Die Kraft und die Beweglichkeit nehmen zu und die schmerzauslösenden Stoffe werden abgebaut. Nicht nur in der LWS und der Becken-Region sondern auch im Bereich der gesamten Wirbelsäule und der Schulter-Nacken Region bis hin zur Halswirbelsäule und den oberen Kopfgelenken.

Einhergehend zu der osteopathischen Behandlung bekommt die Patientin eine Beratung zur gesunden und angepassten Ernäh-

rung.

Neben den Privaten, der Beihilfe und den Zusatzversicherungen übernehmen, durch meine Mitgliedschaft im Verband der Osteopathen, auch ein Großteil gesetzlichen Kassen ein Teil der Kosten der osteopathischen Behandlung. Informieren sie sich bitte im Vorfeld.

Ich freue mich auf Ihren Besuch in meiner Praxis.

Ralph Gerke,

Heilpraktiker-Osteopath-Physiotherapeut

### Weitere Informationen:

Ralph Gerke  
Am Bahnhof 7  
56841 Traben-Trarbach,  
0 65 41 - 814 29 05

Am Marktplatz 10  
56288 Kastellaun  
0 67 62 - 96 31 95

- anzeige -

## Stellenanzeige:



Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine(n):

### FLUCHTWAGENFAHRER/IN

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

Unsere Werbung macht **neugierig** und ist effektiv! Anzeigenhotline: 0 67 63 - 93 94 77 · Unsere Werbung macht **neugierig** und ist effektiv! Anzeigenhotline: 0 67 63 - 93 94 77 · Unsere Werbung macht **neugierig** und ist effektiv! Anzeigenhotline: 0 67 63 - 93 94 77 · Unsere Werbung macht **neugierig** und ist effektiv! Anzeigenhotline: 0 67 63 - 93 94 77 · Unsere Werbung macht **neugierig** und ist effektiv! Anzeigenhotline: 0 67 63 - 93 94 77 · Unsere Werbung macht **neugierig** und ist effektiv! Anzeigenhotline: 0 67 63 - 93 94 77 · Unsere Werbung macht **neugierig** und ist effektiv!



- anzeige -

© Durchblick-Magazin 2010



## Volker Kramb Dipl.-Bw. (FH) Steuerberater

www.kramb-stb.de



- Betriebliche und private Steuer-gestaltung und -optimierung
- Beratung von Existenzgründungen bis Unternehmensnachfolge

Fordstraße 1  
56288 Kastellaun  
Telefon: 0 67 62 - 9 63 99 22

## So Kids...

... wir haben etwas für euch. Hier wartet eine Seite voller Spaß, Rätsel und Witze. Also worauf wartet ihr noch? Los gehts!

## zum Ausmalen



## Um die Ecke

Du nimmst an einem Wettlauf teil und überholst den Zweiten - an welcher Position befindest du dich jetzt?

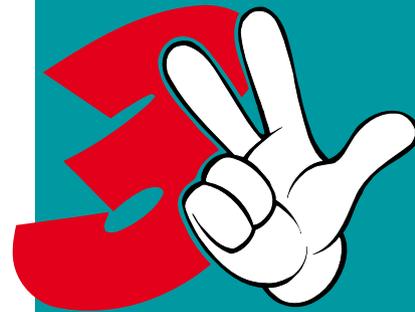
denken...

Ich zeige Dir meine Hände. Es sind zehn Finger. Wieviele Finger haben zehn Hände?

50 Finger

Ein Bauer hat 17 Schafe. Alle bis auf neun sterben. Wieviele sind übrig?

8



## Witze

### Der Alte Mann

Mama, kannst du mir 50 Cent geben für einen alten Mann?

Ja, gerne, Tom, es freut mich, dass du einem alten Mann helfen willst. Wo ist er denn?

Er steht nebenan vor dem Kauthaus und verkauft Eis.  
+++++

### Max

Max war in den großen Ferien zu Tante Sophie gefahren. Nach einer Woche schrieb Tante Sophie den Eltern: „Max o.k., ich k.o.“

+++++

### Vakuum

„Mutti“, fragt Peter, „warum hat Papi eine Glatze?“ „Weil er soviel nachdenkt, mein Junge.“ „Aha“, meint Peter, doch dann wird er nachdenklich: „Und warum hast du so viele Haare, Mutti?“

## Heilströmen

Energetische Förderung des Wohlbefindens

- anzeige -

„Heilströmen“ ist ein uraltes Menschheitswissen einer Kunst, welche im tiefsten Inneren eines jeden Menschen vorhanden ist. Es ist somit eine wunderbare Selbsthilfe für sich oder als Unterstützung für andere.

Wir müssen uns nur wieder daran erinnern. Es kann unsere Selbstheilungskräfte verstärken und unser ganzes Energiesystem - Körper, Geist, Seele und Gefühle - in Harmonie und Balance bringen.

Wenn wieder alles im Fluss und Gleichgewicht ist, können Blockaden auf körperlicher oder seelischer Ebene, aufgelöst werden.

„Harmonisierendes-/ Japanisches-Heilströmen“, Jin Shin Jyutsu - egal wie man es nennt, ist keine Energieübertragung, sondern eine Unterstützung zur Aktivierung von Selbstheilungskräften durch das Halten sogenannter Energieschlösser/Energiezentren.

Diese Punkte sitzen auch in unseren Händen und Fingern. Hierdurch können wir diese immer und überall strömen und somit das ganze System wieder in Harmonie bringen.

Das „Heilströmen“ ist eine Kunst und keine Technik und somit nicht messbar. Daher kann man dies nicht erklären, sondern muss es selber erfahren.

*Hinweis: Aktivierung der Selbstheilungskräfte ersetzt nicht die Diagnose oder Behandlung eines Arztes oder Heilpraktikers.*

Petra Deissinger

### Weitere Informationen:

Petra Deissinger  
Energie-Oase  
Energetische Naturheilpraxis zur  
Förderung des Wohlbefindens  
Johannisstr. 10  
56865 Panzweiler  
Tel.: 06545-537 44 24

**DURCHBLICK**  
Das Hausrück - Kultur - Magazin

...immer das  
**Gelbe**  
vom Ei.

- unabhängig
- authentisch
- unzensuriert
- frei



www.facebook.de/Durchblick.magazin

## Ingenieurbüro Michael Winn

Partnerbüro von TÜV SÜD Auto Partner



### Jetzt schnell zur HU!

Vereinbaren Sie heute noch Ihren Termin

#### Ingenieurbüro Michael Winn

**Wir sind umgezogen -  
unsere neue Adresse:**

Am Bohnengarten (neben Waschplatz)  
55481 Kirchberg

Donnerstag, Freitag  
10:00 - 18:00 Uhr  
Samstag  
10:00 - 14:00 Uhr

Weitere Termine nach telefonischer  
Vereinbarung:

Telefon: 0 67 63 - 93 91 08  
Mobil: 01 71 - 77 55 048

## **TOYOTA** Autohaus Backes GmbH

**Reparaturen aller Art an Fahrzeugen aller Art!  
Unfallinstandsetzung mit Zertifikat!**

**Gebrauchtwagen An- und Verkauf  
Motor- & Getriebe-Instandsetzung & Vertrieb  
Preiswerte Reifen, Felgen & Komplettträder**

**TÜV jeden Montag und Donnerstag**

Saarlandstraße 373, 55411 Bingen-Dietersheim, Tel.: 06721/41066  
Pro-Car Sachverständigen-Büro - Rund um die Uhr - 0171-6574940



**Günter Backes**  
KFZ-SACHVERSTÄNDIGER

**Sachverständiger für  
KFZ-Schäden  
Maschinenschäden  
Bewertung und  
Beweissicherung**

Zur Mühle 38  
55411 Bingen

**SCHNELLE HILFE RUND UM DIE UHR**  
Telefon 06721/41231 Mobil 0171/6574940  
Telefax 06721/44010



Erlebnisfasten  
Petra Stüning

**GESUNDHEIT  
durch FASTEN**



- FastenWanderWochen •
- Fachvorträge

www.erlebnisfasten-stuening.de  
Telefon 06761 1209757

## Schokoladensaite am 29. Februar in Kastellaun

Der KuKuK e.V. lädt am Samstag, 29. Februar 2020, 20.00 Uhr (Einlass 19.30Uhr) in die Kulturscheune Kastellaun zu einem Konzert mit „Schokoladensaite“ ein.

„Schokoladensaite“, das sind Hannah, Lena, Felix und noch mal Hannah eine



vierköpfige Band aus dem Hunsrück. Ihre Lieder sind zwischen Alternative Rock und Pop einzuordnen, inspiriert aber auch durch andere Stile wie Gospel und Jazz. Dreistimmiger Gesang, eine Vielfalt an Instrumenten (Percussion, Gitarre, Piano, Streichinstrumente und mehr) und differenzierte Arrangements zeichnen sie aus – sie machen alles, was ihnen Spaß macht und schreiben über alles, was ihnen wichtig ist: Ihre Lieder und wollen mit der Musik das ausdrücken, was man mit Worten nicht kann. „Schokoladensaite“ sollte man nicht verpassen.

Eintritt: 10,00 €

Vorverkauf: Tourist-Info Kastellaun (06762-401698), Buchhandlung Müller 06762-9699000, KuKuK e.V. Kastellaun 06762-5877 sowie unter:  
www.kukuk-kastellaun.de

## The Stokes am 8. Februar in Kastellaun

Der KuKuK e.V. lädt am Samstag, 8. Februar um 20 in die Kulturscheune Kastellaun zu einem Konzert der „THE STOKES“ ein. Seit 2001 auf Tournee. Über 700 Konzerte. Von der Fachpresse als „die Einzigen legitimen Nachfolger der DUBLINERS“ gehandelt, haben die drei Barden der STOKES, die sich unaufhörlich gegen die Verramschung der irischen Folklore zur Massenware stemmen, mehr als das volle Jahrzehnt erreicht. Volle Konzerthäuser, Anekdoten und comedy-reifes Entertainment rund um die „grüne Insel“ und traditionelles Singalong. - Sie mögen's ursprünglich. Wenig popige Schnörkelei, möglichst keine Mainstream-Variationen mit harmonischer Aufbereitung für den Allergeschmack. Irish Folk in Reinform – dafür stehen die STOKES.

Wortreich, stimmungsgewaltig, leidenschaftlich und mit viel Gefühl für das Herz der Menschen auf der grünen Insel formulieren sie immer wieder aufs Neue eine musikalische Liebeserklärung an ein Land und seine kulturelle Tradition. Dass diese Meinung von irischen Folkgrößen geteilt wird, machen Tourneen mit Noel McLoughlin und dem DUBLINERS-Sänger Seán Cannon sowie Auftritte in Irland zusammen mit Shaskeen, den Chieftains, Christy Moore, Altan und vielen anderen deutlich. Und wenn die Stokes selbst im Mutterland des Irish Folk vom Fremdenverkehrsverband Tourism Ireland zwei Mal in Folge zur besten Band gewählt wur-



den, stellt das für eine multinationale Band schon fast den Ritterschlag dar. Aber zu einem Irish Folk Abend gehören neben der Musik noch weitere Zutaten: die Nähe der Künstler zum Publikum, die Geschichten und Anekdoten rund um die Insel und die Songs. Und hier zeigen sich die Stokes als echte Entertainer. Witzeleien mit dem Publikum, Anekdoten voll schwarzem und selbstironischem Humor, aber auch kleine Geschichten, die einen die Songs, Irland und die Iren besser verstehen lassen, binden die Zuhörer ein. Mitsingen, Mittanzen oder Mitweinen, alles ist möglich und gewünscht und erzeugt erst die Atmosphäre der unverwechselbaren Stokes-Bühnenshow. Infos: www.kukuk-kastellaun.de

## DURCHBLICK Gewinnspiel...

Zu gewinnen gibts diesmal 1 x 2 Karten »Schokoladensaite« am 29.02.2020 in Kastellaun

Postkarte mit Kennwort »Schokoladensaite« an die DURCHBLICK Redaktion, Hugo-Wagener-Str. 5, 55481 Kirchberg oder per E-Mail an: gewinnen@der-durchblick.eu  
Einsendeschluss: 14.02.2020.  
Die Gewinner werden benachrichtigt und in der nächsten Ausgabe veröffentlicht.  
Die Eintrittskarten werden an der Abendkasse hinterlegt. Wie immer ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Die Auslosung erfolgt unter Ausschluss der Öffentlichkeit.

## DURCHBLICK Gewinnspiel...

Zu gewinnen gibts diesmal 1 x 2 Karten »The Stokes« am 08.02.2020 in Kastellaun

Postkarte mit Kennwort »The Stokes« an die DURCHBLICK Redaktion, Hugo-Wagener-Str. 5, 55481 Kirchberg oder per E-Mail an: gewinnen@der-durchblick.eu  
Einsendeschluss: 02.02.2020.  
Die Gewinner werden benachrichtigt und in der nächsten Ausgabe veröffentlicht.  
Die Eintrittskarten werden an der Abendkasse hinterlegt. Wie immer ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Die Auslosung erfolgt unter Ausschluss der Öffentlichkeit.

*Das Leben ist schön*  
„Alte Bekannte“ am 28. Februar im ZaP

Mit seinem zweiten Programm geht das A-cappella-Quintett „Alte Bekannte“, Nachfolgebänd der legendären Wise Guys, auf Tour. Die Besucher erwartet am Freitag, 28.2. um 20 Uhr im Emmelshausener Zentrum am Park ein extrem kurzweiliger Abend, an dessen Ende sie wohl aus dem Konzertsaal schweben und sagen werden: „Das Leben ist ja wirklich schön!“

Im Mittelpunkt stehen die Songs der neuen CD, aber natürlich werden weder die beliebtesten Hits des Erstwerks noch ausgewählte „Perlen“ der Wise Guys fehlen. Dazu kommen Co-



versionen berühmter Songs mit zum Teil aberwitzigen neuen Texten aus der Feder von Daniel „Dän“ Dickopf, der als Ex-Frontmann der Wise Guys auch bei „Alte Bekannte“ textlich vorangeht.

Weitere Informationen: [www.das-zap.de](http://www.das-zap.de)

*60 Jahre live – 40 Jahre live*  
Jörg Knör feiert Doppeljubiläum am 29. Februar im ZaP

Zwei Jubiläen – eine Show. 2019 feiert Jörg Knör seinen 60. Geburtstag und blickt auf 40 Jahre Showkarriere zurück. Andere schreiben ihre Biografie – er spielt sie einfach live und präsentiert die Highlights aus vier Jahrzehnten Künstlerleben und das Beste aus 16 Soloprogrammen am Samstag, 29.2. um 20 Uhr im ZAP.

Aus seinem Weg vom Klassenkasper zum Unterhaltungs-Profi macht er einen spannenden 2-Stunden-Ausflug. Dabei erzählt er auch seine lustigsten Promi-Erlebnisse, die er alle wirklich so erlebt hat. Aber auch das Private bekommt seinen Platz. In dritter Ehe in Hamburg glücklich an-



gekommen, kann Jörg Knör jetzt mit Augenzwinkern auf die Dramen seines Lebens zurückblicken.

[www.das-zap.de](http://www.das-zap.de)

**„Finger-Heilström“ Seminar - Aktivieren Sie ihre Selbstheilungskräfte**



Nach einer kurzen Einführung, über das Vitalisieren durch Strömen, erfolgt die Zuordnung der Einstellungen und Emotionen zu den Fingern und Daumen. Danach die Erklärung und das Üben von definierten Fingerhaltungen, den sogenannten Mudras.

15. Februar 2020 · Bürgerhaus in Hesweiler · 14.30 Uhr · ca. 3 Std.  
Erwachsene € 45,- (inkl. Skript), Jugendliche in Begleitung € 20,-  
Namentliche Anmeldung erforderlich unter 06545 537 44 24

**Petra Deissingner · Energie-Oase**  
Energetische Naturheilpraxis zur Förderung des Wohlbefindens ·  
Johannisstr. 10 · 56865 Panzweiler · Tel.: 0 65 45 - 537 44 24

**HUNSRÜCKER TRAININGSCAMP**  
für MTB und Rennrad  
**Sa, 04.04.2020**  
**So, 05.04.2020**

Start jeweils 10.00 Uhr  
in Sohren.

Gemeinsam den Hunsrück erkunden in Cappuccino- und Chorizo-Gruppen.  
Anschließend „Après-Bike“ im Felsenkeller.  
Samstags „Pasta-Party“.

Bitte melde Dich bei uns  
im Felsenkeller an :-)



facebook.de/hotelzumfelsenkeller HOTEL · RESTAURANT  
m.klein@hotel-zum-felsenkeller.de **Zum Felsenkeller**  
www.hotel-zum-felsenkeller.de CATERING  
Inh. Matthias Klein · Hauptstraße 29 · 55487 Sohren  
Telefon (00 49) 0 65 43 - 22 60 · Fax (00 49) 0 65 43 - 25 47  
www.bike-hike-idarwald.de

## Kreuzbandriss

Der Kreuzbandriss ist beim Menschen meist die Folge eines Unfalls. Skifahrer und Fußballspieler sind am häufigsten betroffen.

Beim Kleintier ist das anders. Bei Hunden kommt es durch Verschleiß zum Kreuzbandriss. Das bedeutet, das Kreuzband wird mit zunehmendem Alter immer spröder und verliert an Reißfestigkeit. Dann reicht ein blöder Sprung und es macht „pitsch“. Der Hund steht plötzlich auf drei Beinen und kann nicht mehr auftreten.

Die Kreuzbänder halten das Kniegelenk stabil. Wenn sie kaputt sind, kommt es im Knie zu einer gravierenden Instabilität. Das heißt bei jedem Schritt schrubben die Gelenkflächen aufeinander hin und her. Zusätzlich wirken die Reste des defekten Bandes wie ein Stein unter der Tür. Der Knorpel der Gelenkflächen geht dadurch immer mehr kaputt.

Die Menisken im Knie fungieren als Puffer zwischen den Gelenkflächen. Man kann sie sich vorstellen wie Unterscheiben. Auch sie können reißen durch die fehlende Stabilität und die daraus resultierende Fehlbelastung.

Das bedeutet, um eine rasant verlaufende Beschädigung des Gelenkes zu verhindern, bleibt nur, die Stabilität im Gelenk wiederherzustellen. Und das geht nur operativ.

Um eine Operation kommt man in diesem Fall leider nicht herum. Auch wenn sich durch alleinige Medikamentengabe die Lahmheit oft erst mal bessert oder sogar manchmal für den Laien nach ein paar Wochen vorerst nicht mehr sichtbar ist, sind die Schäden, die das Geschrubbe der schlackrigen Gelenkflächen verursacht, so schlimm, dass der Hund innerhalb kürzester Zeit gar nicht mehr laufen kann. Das Gelenk ist dann unwiederbringlich

kaputt. Ein Zurück gibt es nicht. Ich würde sogar so weit gehen zu sagen, dass es tierschutz-relevant ist, ein Tier mit Kreuzbandriss nicht operieren zu lassen. Und das schnellstmöglich.

Um festzustellen, ob ein Kreuzbandriss vorliegt, reicht oft eine gründliche Lahmheitsuntersuchung. Mit Hilfe spezieller Griffe ist es dem Tierarzt möglich, die Instabilität zu erastasten, die nur dann besteht, wenn ein Defekt am Band vorliegt. Bei sehr aufgeregten Hunden, die stark mit Muskelkraft gehalten, lassen sich diese Untersuchungen jedoch nur nach der Anwendung von Beruhigungsmitteln oder in Narkose durchführen. Um Knochenschäden auszuschließen, bedarf es auch einer Röntgenuntersuchung.

Es gibt mehrere Operationsmethoden, die alle Vor- und Nachteile haben. Die Langzeiterfolge unterscheiden sich aber kaum. Ihr Tierarzt



wird Sie diesbezüglich beraten und mit Ihnen die geeignetste Operationmethode auswählen.

Die Schonung der Gliedmaße führt oft erstaunlich schnell zum Abbau der Muskulatur,

was die Rehabilitation nach der OP verzögert. Auch deshalb ist eine schnellstmögliche Versorgung anzustreben. Speziell ausgebildete Tierphysiotherapeuten können dem Tierbesitzer nach der Operation Übungen zeigen, die eine möglichst schnelle Benutzung der operierten Gliedmaße fördern. Wird die Operation zeitnah durchgeführt, ist das Gelenk in der Regel relativ schnell wieder einsatzfähig und die Schmerzen und damit auch die Lahmheit verschwinden.

Da der Kreuzbandriss Folge von Verschleiß ist, das heißt von Gewebeeralterung und damit einhergehendem Verlust der Reißfestigkeit, tritt ein Kreuzbandriss bei über der Hälfte der

-anzeigen-



**tierhotel  
fellissimo**  
URLAUB FÜR DIE BESTEN FREUNDE

Rufen Sie an, um einen Besichtigungstermin zu vereinbaren,  
oder besuchen Sie das Hotel auf  
**www.tierhotel-fellissimo.de**  
Das Tierpflegerteam freut sich auf Sie!



Andrea Wolf



Christin Jegielka



Lion Lünö



Oliver Franz

Tierhotel Fellissimo im Hof Baybach, Siedlung 1, 56291 Hausbay  
Tel.: 06746 919 0 info@tierhotel-fellissimo.de



# REMONDIS®

## CONTAINERDIENST

**REMONDIS GMBH**  
Im Faas 1  
D-55471 Wüschheim  
Tel.: +49(0)6762/911-0  
Fax: +49(0)6762/911-39  
Internet: [www.remondis.de](http://www.remondis.de)  
E-Mail: [info@remondis.de](mailto:info@remondis.de)



betroffenen Hunde beidseitig auf. Das bedeutet, wenn Ihr Tier einen Kreuzbandriss erlitten hat, können Sie schon mal für die OP der anderen Seite sparen. Da lohnt es sich in frühen Jahren in eine Operationskostenversicherung für das Haustier zu investieren.

Bei Katzen verhält sich die Situation nochmal anders: bei ihnen sind Kreuzbandrisse in der Regel das Resultat schwerer Traumata, meist in Folge eines Autounfalls. Manchmal sind sogar beide Kreuzbänder, das vordere und das hintere, gerissen, während bei Hunden nur das vordere Kreuzband reißt. Das Knie verliert dadurch jegliche Stabilität. Bei der Untersuchung fühlt es sich an, als werde das Gelenk nur noch von der Haut zusammengehalten.

Bleibt zu erwähnen, dass eine Operation immer nur eine Reparatur ist. Das heißt, das geschädigte Gelenk wird nie wieder wie neu werden. Die degenerativen Prozesse, die zum Riss des Kreuzbandes geführt haben, lassen sich nicht aufhalten oder rückgängig machen und die Tiere entwickeln auch nach erfolgreicher Operation eine fortschreitende Arthrose (zu Schmerzen führende Auftreibungen und Rauigkeiten des Gelenkknorpels). Diese entwickelt sich innerhalb der nächsten Jahren und es kann immer mal wieder zu Phasen mit Schmerzen und Schonung der Gliedmaße

kommen, die medikamentös behandelt werden müssen. Das Fortschreiten der Arthrose-Entwicklung ist jedoch um ein vielfaches langsamer und milder, als ohne operative Versorgung. Wenn keine OP durchgeführt wird, ist spätestens nach einem Jahr das Gelenk dauerhaft und unwiederbringlich kaputt, was unerträgliche Schmerzen für das Tier bedeutet.

„Ein ganzer Artikel über ein einziges Band im Knie?“, denken Sie jetzt vielleicht, falls Sie bis hierhin durchgehalten haben. Allerdings handelt es sich beim Kreuzbandriss um die häufigste Lahmheitsursache beim erwachsenen Hund. Jeder Hund kann betroffen sein, aber bei manchen Rassen, wie Labrador, Golden Retriever, Rottweiler oder Boxer ist es besonders häufig.

Um die unter Umständen immensen Operations- und Behandlungskosten stemmen zu können, empfehle ich immer wieder eindringlich eine OP-Versicherung abzuschließen. Damit hat man im Falle eines Falles eine Sorge weniger und das Haustier kann optimal versorgt werden.

Eine schöne, hoffentlich trotz Klimaerwärmung schneereiche Winterzeit wünscht Ihnen und Ihren Vierbeinern.

Anna-Lena Schmitt,  
Tierärztin, Tierarztpraxis Dr. Volz, Hausbay

*Ihre professionelle Hundepflege mit* 



**Stefanie Klinkhamels**  
Lindenweg 6  
56288 Kastellaun  
0173/299 5604  
info@hundesalon-hundsbuckel.de

www.hundesalon-hundsbuckel.de

- Tankbau
- Tankreinigung
- Tankdemontage zum Festpreis
- Haushaltsauflösung Entrümpelungen

**KIS**  
Kreitzer  
Umwelt & Industrie Service

Flaumbachstraße 20 • 56858 Haserich  
Fon 0 65 45 - 68 52 - Fax 67 85  
email: info@kis-umwelt.de

**A-S Ofenladen**

- Kamin- & Pelletöfen
- Schornsteine
- Bausätze zur Schornsteinsanierung
- Kernbohrung

Herrmann / Untermaier GbR  
Axel Herrmann  
Jens Untermaier

Hauptstr. 67  
55481 Kirchberg  
Tel.: 0 67 61 - 96 52 618  
Fax: 0 67 61 - 91 88 85

www.a-s-ofenladen-im-hunsrueck.de  
info@a-s-ofenladen-im-hunsrueck.de

[www.fliesen-kemmer.de](http://www.fliesen-kemmer.de)



Music was my first love,  
and it will be my last...  
Der besondere CD- und LP-Tipp von Börnie Long

**DURCHBLICK  
SOUNDS**

Zufallsrecherchen haben ergeben, dass Tangerine Dream, dieses Jahr am 19. Juli beim 14. Night of the Prog, auf der Loreley auftrat! Sie waren auch elf Jahre zuvor, bei der dritten Auflage (am 18. Juli 2008) schon als Act dabei. Nachdem der Gründer und Mastermind Edgar Fröse 2015 verstarb, machten sie als Trio weiter. Alle drei bringen immer noch Eigenes mit ein. Die Band versteht sich auch heute immer noch als Kollektiv. Vor allem im Ausland hat TD ein junges Publikum, zum Beispiel in

Wenn ich mich recht dran erinnere, erwähnte Vocalist Peter Föllner dies bei dem Konzert im KING in Ingelheim, das



ich am 21. September 2019 besuchte. Dieser Song ist auch ihr größter Erfolg. Die Musik der Band ist bekannt durch lange Stücke und Solo-Einlagen der einzelnen Instrumente, besonders die Schlagzeugsoli. Bis 1968 saß sogar Hugo Egon Balder, den viele bestimmt von "Tutti Frutti" oder "Genial daneben" kennen an der Schießbude. Die erwähnte LP ist mittlerweile auch in zwei CD-Versionen erhältlich, die eine ist zwei Euro teurer, aus dem Jahr 2005, enthält aber ein paar Bo-

nustracks und das Stück "Gamma Ray" gibt es in zwei verschiedenen Ausführungen.

Im Pop-Lexikon von damals ist BIRTH CONTROL als deutsche Gruppe aus Berlin beschrieben,

die auch ihres Namen wegen in die Schlagzeilen kam, weil zu der Zeit die Geburtenkontrolle Tagesgespräch war. Die heutigen Bandmitglieder kommen aus dem Ingelheimer und Bad Kreuznacher Raum. Peter Föllner (Vocals, Guitar) dürfte der Saurier in der Gruppe von heute sein. Nach dem plötzlichen Tod von Sänger und Bandleader Bernd „Nossi“ Noske sind sie mittlerweile wieder auf Deutschland-Tour. Sie haben an Spielfreude und Ausdruckskraft nicht verloren. Davon konnte ich mich, wie auch die restlichen etwa 500 Fans, selbst überzeugen. Als krönenden Abschluss kaufte ich mir ein Duo, DVD (12 Titel) und CD (8 Titel), das 2018 aufgenommen wurde und „Live - Harmonie Bonn“ heißt. Eine schöne Erinnerung an diesen Abend und so habe ich diese Musiker jetzt jederzeit auch bei mir im Wohnzimmer als Privat-Konzert. Auf der CD ist „Gamma Ray“



(23:43) in einer Extra-Long-Version zu finden. Die DVD bietet unter dem Titel „Manifest“ ein Drummer-Solo (8:20) vom Schlagzeuger Mani von Bohr. Meine Empfehlung lautet anhören und genießen!

Nach diesem Konzert habe ich Blut geleckt und die CDs „Here and



Oslo war der Schnitt 24 Jahre. So, das als Nachtrag für Ausgabe 89.

Der aktuelle CD-Tipp von mir lautet BIRTH CONTROL. Hier werden meine Zeitgenossen aus dem „JOY“ ein genüssliches „Ach ja“ über die Lippen klingen lassen. Von der LP „Hoodoo Man“ (1972) wurde das Stück „Gamma Ray“ ein Publikumsliebbling, das sich auch heute noch immer auf der „Ewigen Hitparade“ auf Platz 264 befindet.



now“ (2016), „Operation“ (2010) und „Birthcontrol Live“ (1974) beim CD-Dealer bestellt.

Bis bald  
**Euer Oldie Börnie**



# HORRORSKOP

## WASSERMANN 21.1.-19.2.

Das schönste aller Geheimnisse: Ein Genie zu sein und es als einziger zu wissen...



## LÖWE 23.7.-23.8.

Deine Zähne sind wie Sterne, so schön gelb und so weit auseinander!



## FISCHE 20.2.-20.3.

Woher soll ich wissen, was ich denke, bevor ich höre, was ich sage?



## JUNGFRAU 24.8.-23.9.

Wer dich kennt, versteht die klugen Worte: Manche Besucher bleiben in einer Stunde länger als andere in einer Woche.



## WIDDER 21.3.-20.4.

Eine Null kann ein bestehendes Problem verzehnfachen...



## WAAGE 24.9.-23.10.

Wenn sich dein Verstand so weit entwickelt hat, daß du weißt, wohin du zu gehen hast, spielen wahrscheinlich deine Beine schon nicht mehr mit.



## STIER 21.4.-20.5.

Wenn du eine Frau bittest, dich zu heiraten, erwarte keine Antwort. Niemand kann gleichzeitig reden und lachen.



## SKORPION 24.10.-22.11.

Wach auf! Du musst deine Schlaftablette nehmen!



## ZWILLINGE 21.5.-21.6.

Du tust für dein Äusseres Dinge, für die ein Gebrauchtwagenhändler ins Gefängnis käme!



## SCHÜTZE 23.11.-21.12.

Du kannst deine Freunde sehr glücklich machen, indem du einfach früh die Party verlässt.



## KREBS 22.6.-22.7.

Verrückte Leute wissen nicht, dass sie verrückt sind, aber ich weiß, dass ich verrückt bin. Das bedeutet, dass ich nicht verrückt bin. Ist das nicht verrückt?



## STEINBOCK 22.12.-20.1.

Sag' mir sofort, dass du sprachlos bist!



**IN**

- Authentizität
- Wasserstoff-Autos
- Honigsenf
- Winterspaziergänge
- Bilderbuch (Band)
- Kinobesuch
- Dinkelbrot
- selbstgestrickte Socken

- Lametta
- Feuerwerk
- Brexit
- Last Christmas
- Casting-Shows
- Barf
- Umzüge
- teure Navis

**OUT**

# Leserwitze

Liebe Leser, schickt uns euren Lieblingswitz. Unter allen eingesendeten Witzen wählt die **Durchblick** Redaktion den besten Witze-Schreiber. Es lohnt sich. Der Autor des besten Witzes bekommt eine original DURCHBLICK-Tasse. Und so gehts: Witze per E-Mail oder Post an die Redaktion schicken. Bewertet und gedruckt werden die besten Witze. Die maximale Punktzahl sind 5 Scherzkekse. Viel Spaß!

## Heiraten

von *B. L., Simmern*

„Warum heiratest du eigentlich nicht?“

- „Ehrlich gesagt, ich muss immer an deine Frau denken.“ - „Du gemeiner Kerl, du liebst sie also?“ - „Nein, nein, aber ich fürchte immer, dass ich auch so eine erwischen könnte.“



Vier Scherzkekse

## Alter

von *J. M., Kastellaun*

Eine 50 jährige Frau kommt vom Arzt nach Hause und sagt zum Mann: Ach, der Arzt hat mich gelobt. Ich sähe noch aus wie 30, und meine Figur wäre die einer 20 jährigen. Fragt der Mann: Und was hat er über deinen 50 jährigen Arsch gesagt? Sagt Sie: Ach über dich haben wir überhaupt nicht gesprochen.



Vier Scherzkekse

## Liebhaber

von *T. S., Karbach*

Enkel fragt Oma: "Was ist ein Liebhaber?" - "Oh Gott", Oma geht zum Kleiderschrank auf dem Speicher und öffnet die Tür. Ihr fällt ein Skelett entgegen.



Vier Scherzkekse

## Gemüse

von *B. L., Simmern*

Kommt eine Frau in einen Gemüseladen und sieht Salatgurken mit der Aufschrift „Importiert“. Sie fragt die Verkäuferin: „Was heißt denn bitte importiert?“ Die Verkäuferin: „Die werden eingeführt.“ Sie: „Sehen sie, ich hätte sie gegessen!“



Fünf Scherzkekse

**Scherzkeks des Monats**

## Die glücklichen Gewinner unserer Verlosungen sind:

### Karten »Hunsrück United«:

H. -A. Schwarzfischer (Rheinböllen), Christoph Pieper (Heidesheim), Brigitte Rohr (Heidesheim), Ali Konrad (Daxweiler), Petra Börsch (Hollnich)

### Karten »Herrencreme«:

Cornelia Eidt (Bingen)

### Karten »German Brass«:

Ute Henrich (Sprendlingen)

### Karten »Manfred Mann`s Earth Band«:

Eveln Küttner-Robatian (Waldalgeheim), Günter Lahm (Hundheim), Sylvia Pleitz (Langenlonsheim)

### Karten »Schneewitchen«:

Reinhard Daun (Simmern), Kathrin Lemp (Kronweiler), F. Hoffmann (Idar-Oberstein) Rita. Zimmer (Blankenrath)

### Karten »15. Glühweinkabarett«:

Hartmut Lerner (Budenbach)

### Karten »Nabucco«:

Sabine Bauer (Nannhausen), Sabine Becker (Herborn)

### Buch »Hunsrücker Band III«:

Uwe Ludwig (Michelbach), Sabrina Fehr (Benzweiler), Irmgard Hanel (Kastellaun)

### Buch »Alodia, du bist jetzt Alice«:

Walter Krumscheid (Neuwied), Gerhard Weber (Rheinböllen), Sybille Rheingans (Simmern)

# Herzlichen Glückwunsch!

Hört sich komisch an, meinen wir aber so. Viel Spaß!  
Die Gewinne werden bzw. wurden per Post zugeschickt!

# kostenlose private Kleinanzeigen

## Kleinanzeigen aufgeben (oder per Mail) [redaktion@der-durchblick.eu](mailto:redaktion@der-durchblick.eu):

Private Kleinanzeigen sind kostenlos (max 10 Zeilen mit 32 Zeichen pro Zeile). Gewerbliche Anzeigen sind mit „gew.“ gekennzeichnet und kosten je angefangenen 4 Zeilen (32 Zeichen pro Zeile) 25,- EURO zzgl. MwSt. Der Aufpreis für Chiffre-Anzeigen beträgt 5,80 EURO. Den Gesamtbetrag bitte in Briefmarken beifügen. Bezahlung nur im Voraus. Anzeigen, die ohne Absender eingehen, werden aus rechtlichen Gründen nicht veröffentlicht. Desweiteren behält sich der Herausgeber vor, Kleinanzeigen oder Leserbeiträge zu kürzen oder nicht zu veröffentlichen.

- Verkaufe     Biete an     Suche     Gruß  
 Gewerblich     Chiffre     Kontaktanzeige

Die oberen Zeilen werden veröffentlicht, bitte dort auch Tel. oder E-Mail zur Kontaktaufnahme angeben. **Deutlich schreiben (oben & unten).**

Name:

Straße:

Ort:

Unterschrift:

Datum:

Telefon / E-Mail:

Durchblick-Magazin  
Hugo-Wagener-Str. 5 · 55481 Kirchberg  
Fax: 0 67 63 - 93 94 89 · E-Mail: [redaktion@der-durchblick.eu](mailto:redaktion@der-durchblick.eu)

## Suche:

**Suche guterhaltene Olympus PRO MFT-Objektive**, Tel. 06763-9395191 oder Mail an: [spaudel@me.com](mailto:spaudel@me.com)

## Grüße vom Mond:

**CAROLINE - 04. Januar 1986** - dein Geburtstag! Hi liebe Nichte, die herzlichsten Glückwünsche zu deinem Ehrentag und alles Gute, wünscht dir dein Paten-Onkele Bernd! Mach das wozu du Lust hast und lass es dir gut gehen :)))!

**He, alter Mann** - feste versprochen! Wir arbeiten auf unsere Senioren-WG hin, oder? Und keiner macht vorher schlapp, klar?!?! Und eins ist ohne Diskussionen sicher - ich wohne über Dir :o)). Bester Jürgen, alles, alles Liebe zu deinem Geburtstag!

**DANKE an:** André, Bill, Frank, Gerd, Iris, Jürgen, Lisa, Monika, Oliver, Patricia, Ralf, Reiner, Stefan, Toni, Ute, Uwe, Werner und wie sie alle heißen. Grüße an euch vom CD-Tipper BÖRNIE!

**He du Meeenzer Michel**. Alles Liebe und lass es gut krachen. Deine Kerbricher :o)

**Hallo Lisa aus Simmern!** Herzlichen Glückwunsch von deinem Trainingsclown Bernd vom GZH, ebenfalls aus Siemere! Auf ein weiterhin erfolgreiches und sportliches Jahr :-))!

**Be or not to be**, is here the Question! - Sage mir deinen Namen und ich sage dir, wie du heißt!

**Hey Martin, am 18.01.** geht's wieder los - in der Opel-Arena! Freue mich jetzt schon! Sichere drei Punkte. :o) PS: Zieh' dich warm an. Und immer ein Auge auf die Straße!

**Für Peter F. aus R. im Hunsrück:**  
We can be heroes - just for one day...

**Liebes schwarzes Schaf aus Weiler** bei Bingen: Melde dich mal. Und zum 51. zählen 2020 wieder einmal keine Ausreden mehr.

**Hi Icebear!** Alles Liebe zu Deinem Geburtstag und einen dicken Schmatzer vom anderen Icebear :o)

**Toi Toi Toi: Mr. & Mrs. Frog:**

Alles Gute zu euren Geburtstagen von Miss Piggy!

**Liebesgrüße aus dem Hunsrück** an den geilen Nico aus Bingen am Rhein...

**Hey Candyman** - wie wärs mal wieder mit ner Bratwurst im Stadion? Grüße aus den Highlands. Connor

**Viele Grüße** an alle Astronauten in Bielefeld und Rheinböhlen! Euch auch ein gutes neues Jahr...

**Hallo Christine!** Dem untypischen Fisch liebe Geburtstagsgrüße von dem typischen Wassermann!!! Liebe Grüße, Elke.

**Dem Bubi sei ein Trullala**. Na, du dich rarmachender Katzenliebhaber? Hast wohl schon lange kein Futter mehr gekauft...! Viel Spaß beim Feiern!

**Feierabend!!!** Mann wird ja auch nicht jünger. Gehe jetzt mal bis November in Urlaub. Santa Claus

**Du allerbestere Ami du peuple**. Ich gönne dir ja deine Kreativpause - doch, ehrlich (Finger hinter dem Rücken gekreuzt).

Dir, ein Dankeschön aus vollem Herzen. Dein Sarkasmus fehlt immer noch und die witzigen Abende, an denen ich sooooo viele neue Wortkreationen gelernt habe. Auch die vielen Diskussionen, wenn wir mal nicht einer Meinung waren... Du fehlst! Herzlichst, Money-penny :o)

**Harry, ach Harry!** Was wirst du schon so alt... - alles Liebe und einen ganz tollen Tag wünscht dir deine Ex-mit-aufs-Seminar-Fahrerin :o)

**He Lisa, alles, alles Liebe** zu deinem Geburtstag! Lass dich mal so richtig verwöhnen :o)

**Ein besonders gutes Neues**, Bettina. Mögen all deine Wünsche in Erfüllung gehen.

**Alles Gute fürs „Neue Jahr“**, ihr Killepitscher! Wir hoffen, ihr habt gut gefeiert! Neues Jahr, neues Glück - wann findet unser erstes Treffen statt?

**Alles Liebe zu deinem Geburtstag**, Andrea. Lass dich gut

feiern!

**Rentier sucht Saisonarbeit!!**

Zeitraum: Januar bis November. Bitte wirklich nur ernstgemeinte Zuschriften unter Chiffre 007 (und - nein!!! Ich male keine Eier an!!!)

**Hochverehrte Sophie**. Bitte - bitte, bitte, bitte! Suchen Sie sich doch einen jüngeren James. Ich bezweifle, dass meine Leber das noch lange mitmacht. Hochachtung- und vor allem respektvoll, Ihr Butler James

**Wir wünschen dem Tigerbänder-Digger Remo** alles Liebe zum Geburtstag!

**Hi David - alles Gute zum Geburtstag** aus der alten Heimat - wie wär's mal wieder mit nem Edelstoff und ne Runde Flipper mit lauter Musik?!?

**Geeeeeero - Du fehlst**. Und unser Kühlschrank ist voll :o))

**Hallo Jutta aus Lalo-City**. Wir wünschen Dir alles Liebe zum Geburtstag. Wie wär's mit einem Winterspaziergang kreuz und quer durch den Binger Wald?!?

**Bernd - du bist schon** wieder einen Tag lang ein Jahr älter als ich!!! Zumindest kurzzeitig, seeeehr kurzzeitig. Nicht ärgern - herzlichen Glückwunsch!!

**Viele Grüße an unseren Lieblingsfotografen** ehemals aus Rayerschied, davor aus Bingen-Kempten, Büdesheim und nun in Otterberg an der Wümme. Wir vermissen euch und euer lecker Eis.....

**Hey Mr. Agier. Wie sieht's** aus mit ner Fotosession? Motive und Ideen sind genug vorhanden. An Requisiten bräuchten wir noch ein paar Handschellen.... :o) - da kümmerst du dich drum, oder?

**Hey Volker**, das bestellte Weizenbier steht für dich bereit... und bring deinen Kumpel aus Reckershausen mit.

**Uff geschafft**. Die nächsten 300 Tage spielen die Radiosender nicht mehr "Last christmas" von Wham. :o)

**Hallo Danny und Gino:** Alles Gute zur Hochzeit von den DURCHBLICKern!



# innogy HUNSRÜCK MARATHON

## 22. – 23.08.2020

### VIEL MEHR ALS NUR MARATHON



Sa. 22.08. **Laufen:** Bambini  
Youngster-Läufe



So. 23.08. **Skaten:** Marathon  
Halbmarathon



**Laufen:** Marathon, -Staffel,  
Halbmarathon,  
Schülerstaffel,  
Wildwuchs-Fun-Lauf

**Walking/Nordicwa.:** Halbmarathon,  
+ 5,0 km

[www.hunsrueck-marathon.de](http://www.hunsrueck-marathon.de) | [info@hunsrueck-marathon.de](mailto:info@hunsrueck-marathon.de) | Fon +49 6762 5693



# RPGH

Reha- Präventions- & Gesundheitssport Hunsrück

...weil es was bringt.

Wir wünschen euch:  
Alles Gute für 2020!

- Günstigste Mitgliedsbeiträge
- Viele Krankenkassen fördern die Mitgliedschaft im RPGH e. V. und übernehmen teilweise oder ganz die Mitgliedsbeiträge.
- 2.000 qm große Fitnessanlage
- über 200 Trainingsstationen
- REHA-Sport kostenlos
- Viele Fitness- & Gesundheitskurse
- Wir werden besonders für unsere Kompetenz, Stil und Atmosphäre geschätzt.



 [www.facebook.com/rpgh.sohren](https://www.facebook.com/rpgh.sohren)

Industriestr. 4-6 · 55487 Sohren · ☎ 065 43 - 85 39 82 8 · [www.rpgh.de](http://www.rpgh.de)