

# Hemsberg Nachrichten

## Liebe Leserinnen und Leser,

hoffentlich haben Sie die bisherige Corona-Krise mit all ihren Begleiterscheinungen einigermaßen gut überstanden.

Insbesondere für Pflegebedürftige, Vorerkrankte und ihre Angehörigen sind die Ansteckungsgefahr einerseits und die Kontaktbeschränkungen andererseits eine große Belastung. Viele von uns haben sich gefragt, wie in unserer unmittelbaren Nachbarschaft das Caritasheim mit den Problemen umgegangen ist. Einen Beitrag dazu finden Sie auf der Seite 4.

Auch für Familien mit Kindern waren Kita- und Schulschließungen und das Homeschooling eine große Herausforderung. Das wird der eingeschränkte Schul- und Kitabetrieb voraussichtlich auch noch lange sein.

Trotz Abstandsgebot sind sich viele Nachbarinnen und Nachbarn nähergekommen; sei es durch Erledigung von Einkäufen, musikalische Geburtstagsständen mit Abstand oder durch Initiativen wie das allabendliche Trompetensolo von Beate Herrmann im Gärtnerweg (Seite 7).

Die Kontaktbeschränkungen aufgrund der Ansteckungsgefahr sind aber für uns im Meerbach- und im Hemsbergviertel sicherlich besser auszuhalten als in Großstädten. Viele Leute haben

sich so intensiv wie lange nicht um ihre Gärten gekümmert. Und wir haben die Möglichkeit, in wenigen Minuten das bebaute Gebiet hinter uns zu lassen und in der freien Landschaft spazieren zu gehen oder zu wandern (siehe auch Seite 5).

An den vielen sonnigen Tagen ließen sich auch Menschen im Homeoffice auf dem Balkon oder Familien beim Mittagessen

mehr wertgeschätzt und dauerhaft besser bezahlt werden?

Und hat der Papst nicht recht, wenn er Ende März in der Predigt zu dem Sonder-Segen „Urbi et Orbi“ mahnte, unseren Lebensstil grundsätzlich zu überdenken?

„Wir haben nicht den Schrei der Armen und unseres schwer kranken Planeten gehört. Wir haben unerschrocken weitergemacht in der Meinung, dass wir in einer kranken Welt immer gesund bleiben können. In unserer Gewinnsucht haben wir uns ganz von



*Trompetensolo im Gärtnerweg, siehe Seite 7*

auf der Terrasse beobachten – ein entschleunigter, genussvoller Lebensstil.

Wir hatten auch mehr Zeit zum Nachdenken: Müsste die Arbeit von Pflegekräften in Krankenhäusern und Heimen, von ErzieherInnen, Supermarkt-KassiererInnen und die Arbeit in ähnlich wichtigen Berufen (übrigens meistens von Frauen) nicht viel

den materiellen Dingen in Anspruch nehmen und von der Eile betäuben lassen.“

Zu diesen Überlegungen passen auch unsere weiteren Artikel „Mobil ohne eigenes Auto“ und „Tempo 30 in der Friedhofstraße?“

**Viel Spaß beim Lesen und bleiben Sie gesund!**

*Bettina Fendler*

# Tempo 30 auf der Friedhofstraße?

Die Bürgersprechstunde des Ortsbeirats Mitte und die anschließende Sitzung des Ortsbeirats am 9. März waren sehr gut besucht. Circa 35 Gäste, vor allem aus den Neubauten auf dem ehemaligen Eulergelände, hatten sich eingefunden.

Viele Bürgerinnen und Bürger berichteten anschaulich über Beinahe-Unfälle auf der Friedhofstraße. Wegen des Baustellenbetriebs gibt es dort zurzeit eine Tempobeschränkung auf 30 Stundenkilometer für den Kraftverkehr, die aber sehr oft nicht eingehalten wird. Es hat auch einen leichten Unfall an der Ausfahrt Mönchbachweg zwischen einem Auto und einem Radfahrer gegeben.

Die Bürgersteige sind so schmal, dass zum Beispiel

eine ältere Person mit Rollator und eine Begleitperson nicht nebeneinander auf dem Fußweg gehen können. Ähnliches gilt für kleine Kinder, die gerade Fahrradfahren lernen. Der aufpassende Elternteil muss auf die Straße ausweichen.

Deshalb setzt sich die Bürgerinitiative für Tempo 30 auf der Friedhofstraße auch für die Zeit nach Beendigung der Baumaßnahmen und die regelmäßige Überwachung der Geschwindigkeitsbeschränkung ein. Der Sprecher der Bürgerinitiative, Rainer Raschke, erwähnte auch den Klimaaspekt (Je schneller Autos fahren, desto mehr CO<sub>2</sub> wird ausgestoßen; *bf*). Die Stadt solle zukunftsorientiert im Sinne des Klimaschutzes entscheiden.

## Bürgerinitiative 30 Friedhofstraße Bensheim Friedhofstrasse.30@gmail.com

**27. Januar 2020**

Wir, die Bewohner der Häuser und Wohnungen auf dem ehemaligen Eulergelände, fordern von der Stadt Bensheim die Einrichtung einer streckenbezogenen Tempo-30-Beschränkung in der Friedhofstraße entlang des Neubaugebiets VITA und RIVA der BPD inklusive einer nachhaltigen Geschwindigkeitsüberwachung sowie einen weiteren Zebrastreifen bzw. eine Bedarfsampel auf Höhe des Trafoturms zur sicheren Straßenüberquerung zur neu angelegten Bushaltestelle „Eulergelände“ und zum geplanten Spielplatz im westlichen Bereich aus den folgenden Gründen:

1. Hoher Fußgänger-, Fahrrad- und PKW-/NFZ- sowie Landwirtschaftsverkehr in einem stark verdichteten Neubaugebiet mit mehreren Hundert Anwohnern inklusive vieler Familien mit Kindern und Senioren.
2. Unmittelbare Gefährdungslage der (ungeschützten) Verkehrsteilnehmer durch Tempo 50 sowie vermehrte Überschreitung der Maximalgeschwindigkeit.
3. Hoher Lärmpegel zu jeder Tag- und Nachtzeit, welcher die Aufenthaltsqualität entlang der Friedhofstraße tagsüber senkt und die Abend-/Nachtruhe stört.

Diese Maßnahmen würden die Verkehrssicherheit und Lebensqualität erhöhen, den Lärm deutlich reduzieren, es wird leichter und sicherer die Straße zu überqueren.



Auf der anschließenden Ortsbeirats-Sitzung vertrat Verkehrsdezernent Andreas Born den Standpunkt, dass die Straßenverkehrsordnung keinen Spielraum lasse für Tempo 30 nach Ende der Bauarbeiten. Laut Straßenverkehrsordnung gelte eine Regelgeschwindigkeit von 50 Stundenkilometern. Die Bedingungen für eine Ausnahme seien hier nicht gegeben. Deshalb müsse die Bundespolitik die Straßenverkehrsordnung ändern, die Stadtverwaltung könne momentan nicht anders entscheiden.

## Info (an) OB Mitte (...) bezüglich Verkehrs- und Lärmberechnungen Friedhofstraße (Team Straßenverkehr der Stadt Bensheim, 15.1.2020)

„(...) 1. Regelgeschwindigkeit 50 km/h innerorts (...)“

### 2. Bauliche Gegebenheiten

Der Ausbau der Friedhofstraße ist gut. Die Straße ist breit und es gibt beidseitig Gehwege. Außerdem sind auf der östlichen Seite Parkstände, die den Gehweg von der Straße trennen. Der überörtliche Verkehr kann uneingeschränkt fließen. Eine Herabsenkung aufgrund der baulichen Gegebenheiten ist nicht möglich.

### 3. Unfallgeschehen

Im Bereich der Friedhofstraße liegt kein erhöhtes Unfallgeschehen vor. Auch dieser Punkt greift nicht. (...)“

Das konnte aber den Ortsbeirat Mitte nicht überzeugen. Er nahm nach ausführlicher Diskussion den von seinem Mitglied Michael Horschler gestellten Antrag auf dauerhafte Einführung von Tempo 30 einstimmig an (bei einer Enthaltung). (bf)

## Beschluss des Ortsbeirats Mitte vom 9. März 2020

„Der Bürgermeister wird in seiner Funktion als Ortpolizeibehörde aufgefordert dafür Sorge zu tragen, dass auf der Friedhofstraße im Bereich der Bebauung Eulergelände bis zur Heidelberger Straße auch nach der Bauphase Tempo 30 dauerhaft eingeführt, vorgeschrieben und überwacht wird. (...)“

(Einstimmig angenommen bei einer Enthaltung)

## Kommentar

Laut Straßenverkehrsordnung beträgt die „zulässige Höchstgeschwindigkeit“ innerhalb geschlossener Ortschaften für alle Kraftfahrzeuge 50 Stundenkilometer. Die **Höchstgeschwindigkeit** ist allerdings die höchste erlaubte Geschwindigkeit und keine **Durchschnittsgeschwindigkeit** wie es der Ausdruck „**Regelgeschwindigkeit**“ nahelegen könnte.

Für Städte und Gemeinden war es bisher schwierig, auf Kreisstraßen wie der Friedhofstraße (K 58) Tempo 30 als Höchstgeschwindigkeit anzuordnen. Es musste nachgewiesen werden, dass „auf Grund der besonderen Verhältnisse eine Gefahrenlage besteht“.

Bei solchen Entscheidungen gibt es aber auch einen Ermessensspielraum. Wer zum Beispiel der Friedhofstraße/K 58 nach Zell folgt, stößt hinter Vettters Mühle auf viele Tempo 30-Schilder. Dort ist also möglich, was vielen AnliegerInnen der Friedhofstraße am Herzen liegt.

Die Erfüllung der Forderung der Bürgerinitiative Friedhofstraße und des Ortsbeirats Mitte nach Tempo 30 auch nach Beendigung der Bauarbeiten auf dem Eulergelände kann jetzt sogar noch leichter umgesetzt werden. Am 28. April 2020 ist eine Reform der Straßenverkehrsordnung in Kraft getreten. Zukünftig können Straßenverkehrsbehörden unabhängig von einer nachgewiesenen Gefahrenlage Modellversuche für Tempo 30 beschließen. Läge es da für den Bürgermeister nicht nahe, diese Regelung zu nutzen?

Die Erfüllung der Forderung der Bürgerinitiative Friedhofstraße und des Ortsbeirats Mitte nach Tempo 30 auch nach Beendigung der Bauarbeiten auf dem Eulergelände kann jetzt sogar noch leichter umgesetzt werden. Am 28. April 2020 ist eine Reform der Straßenverkehrsordnung in Kraft getreten. Zukünftig können Straßenverkehrsbehörden unabhängig von einer nachgewiesenen Gefahrenlage Modellversuche für Tempo 30 beschließen. Läge es da für den Bürgermeister nicht nahe, diese Regelung zu nutzen?

Im Übrigen gibt es weitere kritische Punkte an und auf der Kreisstraße 58 nach Zell und Gronau: Seien es die Bürgersteig-Parkregelung in der Kurve nach Einmündung der Hemsbergstraße oder schlecht sichtbare Haltestellenschilder. Die Aufzählung ließe sich verlängern. Vielleicht sollten sich die Ortsbeiräte Mitte, Zell und Gronau einmal in einer gemeinsamen Sitzung mit der K 58 beschäftigen. (bf)



# Von Vollgas auf Schrittgeschwindigkeit

## Das Caritasheim in der Corona-Krise



*Vielen Dank für die Hoffnungsbriefe der Firmlinge des Katholischen Pfarreienverbundes*

Die Pandemie war und ist auch für das Caritasheim eine nie dagewesene besondere Situation, mit vielen Herausforderungen, schnellen Veränderungen und flexiblem Handeln. „In den letzten Wochen hatten wir großes Glück, dass uns eine Infektion im Haus erspart geblieben ist“, so Heimleiterin Ulrike Schaidler. Dennoch ist nichts mehr wie es mal war.

Von einem auf den anderen Tag war die Tagespflege verwaist. Die Gäste zu Hause, einige

Angehörige mussten ihre berufliche Tätigkeit einschränken oder Pflege und Beruf unter einen Hut bekommen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Tagespflege wurden in-

nerhalb des Caritasverbandes auf verschiedene Dienststellen aufgeteilt. Nun, nach zwei Monaten, beschäftigen wir uns mit der konzeptionellen Ausarbeitung, wie und unter welchen Bedingungen eine Wiedereröffnung der Tagespflege in den kommenden Wochen möglich wäre. Wenn die Pandemie uns keinen Strich durch die Rechnung gemacht hätte, wären wir nun in voller Vorbereitung auf unser 25-jähriges Tagespflegejubiläum.

Für die Bewohnerinnen und

Bewohner des Hauses ist das soziale Leben ebenfalls von Vollgas auf Schrittgeschwindigkeit heruntergedrosselt worden. Weiterhin wurden Beschäftigungsangebote der Betreuungskräfte durchgeführt. Die

Bewohner konnten sich im Haus und im Park frei bewegen. Mehr als sonst wurde viel telefoniert und geskyppt, aber es fehlten und fehlen doch die vielfältigen Kontakte und Angebote von außen.

Die ersten sozialen Kontakte zu einem Angehörigen für eine Stunde in der Woche sind ein kleiner Lichtblick. Für viele unserer Bewohner war die Kontaktsperre oft nicht leicht zu begreifen.

Wie gut, dass das Wetter bessere Karten derzeit zu verteilen hat. Somit können die Bewohner das hauseigene Parkgelände, das ausschließlich ihnen vorbehalten ist, ausgiebig nutzen. Geburtstagskinder erhalten über den Zaun hinweg Gratulationen und bekommen ganz besondere Ständchen gebracht.

„Was freue ich mich jetzt riesig auf meinen Haarschnitt und dass ich mich endlich wieder im Spiegel anschauen kann,“ jubelte eine Dame zur Öffnung des Friseursalons.

Besondere Highlights dieser Krisenzeit sind derzeit regelmäßige Einkaufshilfen, Brief- und

### Heimeinzug in Corona-Zeiten

Herr S. zog im Mai ins Caritasheim ein. Gegenüber den anderen Bewohnern musste er als „Neuling“ ebenso wie Bewohner, die aus dem Krankenhaus wieder zurückkommen, erst einmal in eine 14-tägige Zimmer-Quarantäne. Diese Zeit verbrachte er viel mit Malen und bekam regelmäßig Besuch von ausgewählten Mitarbeitern. Er ist jetzt aber überglücklich, sich im Haus und auf dem Gelände bewegen zu dürfen und Kontakte zu Mitbewohnern zu knüpfen.



*Konzert von drei Musikern der Original Blütenweg Jazzer (Organisatoren: Lions Club Bensheim-Hepenheim und Inner Wheel Club Bensheim-Lampertheim)*

Bilderaktionen, Andachten im Freien zum Zuhören vom Fenster aus sowie verschiedene musikalische Darbietungen auf Distanz. So unter anderem Mitte Mai, als die Zwingenberger Drehorgel-

Spieler Brigitte und Bernhard Häberle durch Unterstützung der Bürgerhilfe Bensheim aufgetreten sind. Allen Beteiligten auf diesem Wege ein herzliches Dankeschön.

Wir hoffen, dass wir unser Miteinander und unsere Gemeinschaft noch viel intensiver wahrnehmen werden als zuvor, wenn wir diese schweren Zeiten gemeinsam überwunden haben. (cs)

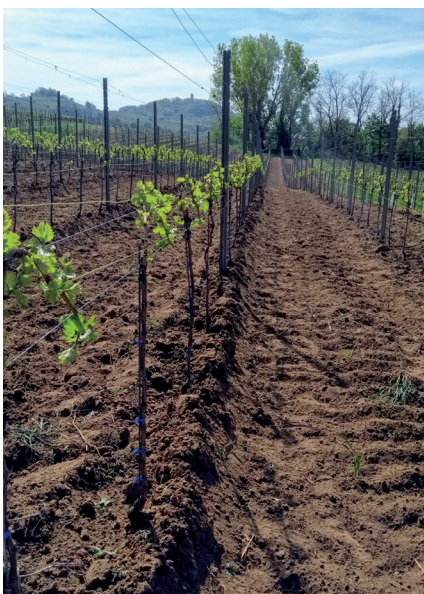
## *Ganz in der Nähe*

# Frühlingsspaziergang im April

Das schöne Wetter lockt mich ins Freie. Haben Sie Lust, mich auf einem meiner Lieblingswege zu begleiten?

Gleich in den ersten Minuten fallen uns die schönen Farben von Flieder und Goldregen in meinem Garten ins Auge. Genießen Sie den Duft des Flieders, doch hüten Sie sich vor dem Gift des Goldregens! Wir biegen um die Ecke in die Frankenstraße nach Süden, wo in der Ferne die Starkenburg in stolzer Höhe über der Kreisstadt Heppenheim wacht.

Schon wieder ein süßer, zarter Duft! Er kommt von einem Apfelbaum, der erst gerade seine Blüten öffnet. Von Rot über Rosa bis hin zu schlichem Weiß beginnen sich die Knospen langsam zu öffnen und heben ihre Farben vom Grün der Blätter ab.



Ein Stückchen weiter auf unserem Weg nach Süden zieht blaue Blütenregen unsere Blicke auf sich. Eine Glyzinie, auch Blauregen genannt, umspannt einen Auto-Abstellplatz. Bald leite ich Sie ein wenig links die Arminstraße und dann rechts das letzte Stück der Hemsbergstraße entlang allmählich hinaus aus unserem Wohnquartier.

Ein Hohlweg verläuft direkt in Richtung Hemsberg, wir aber gehen ein paar Schritte nach Süden. Vor uns öffnet sich die hügelige Landschaft der Hemsberger Weingärten. Jetzt, im April, sind im Handumdrehen kleine Blätter und noch kleinere, aufragende Knospen an den dünnen Armen der knorrigen Weinstöcke hervorgekommen.

Am Wegrand inmitten der Rebzeilen sehe ich zwei Löcher am sonnigen Hang. Das müssen Kaninchenhöhlen sein. Auch diesen Tieren behagt es an der Bergstraße.

Kennen Sie die Hinweistafeln des Geoparks? Erklärungen zur Geschichte der Bergsträßer Winzer finden Sie dort. Und bewacht wird der Wein am Fuße des Hemsberges von einem Römer. Was hat denn der bei uns zu suchen? Er führt uns auf unserem Spazierweg zur bildlichen Darstellung einer Römervilla, die ganz in der Nähe vor etwa 2000 Jahren hier gestanden hat. Sie ahnen, dass die Römer die

warme, malerische Landschaft liebten und bestimmt in der Zeit auch schon den Weinbau kannten und den Wein genossen.

Gleich hinter der Hinweistafel plätschert ein Bächlein. Und lässt uns an einem schmalen Weg verweilen, an dem duftendes, frisches Heu ein hübsches Muster auf der Erde hat entstehen lassen. Unser Pfad führt uns im rechten Winkel nach Norden.

Schon bald kann ich Ihnen rechts oben die „schönste Weinsicht der Hessischen Bergstraße“ zeigen. Ein paar Minuten bergan, und wir haben den Platz erreicht. Wir genießen einen weiten Blick über die Weingärten zum Rhein hinunter.

Auf dem Rückweg trifft unsere Route den anfangs erwähnten Hohlweg. Er führt uns wieder ins Hemsbergviertel. (mt)



# Mobil ohne eigenen PKW

Liebe Nachbarinnen und Nachbarn, wir, Bernd und Margarete, leben seit circa drei Jahren ohne eigenen PKW. Auslöser war, dass uns eine teure Reparatur unseres alten Autos ins Haus stand. Das lohnte sich nicht. Ein neues Auto kam nicht in Frage. Wir haben uns entschieden, damit auch einen Beitrag zum Umweltschutz zu leisten.

Wir sind hier in Bensheim mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut angebunden. Beim Caritasheim, am Bahnhof und bei der GGEW stehen E-Autos, und in der Heidelberger Straße fährt alle halbe Stunde der Bus. Wir tätigen fast

alle Besorgungen mit dem Fahrrad und haben uns einen guten Fahrradanhänger zugelegt.



Außerdem haben wir uns über die GGEW beim E-Carsharing angemeldet. Die Anmeldung läuft über Sascha Quadt, Telefon (062 51) 130 15 10, [quadt@ggew.de](mailto:quadt@ggew.de). Er leitet die Anmeldung an den Betreiber mobileeee weiter. Die Buchung und

Nutzung des PKW läuft dann bequem online, die Abrechnung ist immer korrekt für die Zeit der Nutzung, es gibt keine zusätzliche Gebühr.

Für größere Besorgungen reservieren wir uns das E-Auto. Zu beachten ist bei den E-Autos allerdings die Reichweite. Bei längeren Strecken sollte das vorher geprüft werden. Das E-Auto beim Caritasheim hat nur noch eine Reichweite von etwa 50 km, ist also nur für Stadtfahrten geeignet.

Für größere Strecken oder Urlaub nutzen wir öffentliche Verkehrsmittel oder leihen uns einen PKW. Die Entscheidung, das Urlaubsziel zu erreichen, fallen wir nach den Möglichkeiten der vorhandenen öffentlichen Verkehrsmittel. Außerdem haben wir uns angewöhnt, mehr Zeit einzuplanen, so dass ein Auto nicht immer notwendig ist. Die Reisen sind entspannter.

Wir müssen uns nicht mehr um TÜV, Reparaturen etc. kümmern und sind mit dem Rad auch sportlich aktiv. (mo)



Altenhilfzentrum  
Caritasheim St. Elisabeth  
Bensheim

## Impressum

Herausgegeben von SoNAh,  
Caritasheim St. Elisabeth,  
Heidelberger Str. 50, 64625 Bensheim  
[www.caritasheim-bensheim.de](http://www.caritasheim-bensheim.de)

Verantwortlich: Claudia Sänger

Kontakt:  
[c.saenger@caritas-bergstrasse.de](mailto:c.saenger@caritas-bergstrasse.de)  
oder Tel. 06251/10 80-26

Redaktion: Bettina Fendler (bf),  
Rolf Klomann (rk), Margarete  
Ohmayer (mo), Claudia Sänger (cs),  
Monika Toebe (mt)

Layout: DTP-Studio Klaus Hedderich,  
In der Hochstadt 14, 64560 Riedstadt

Druck: Druckerei J. Gmeiner GmbH,  
Liesengasse 6, 64625 Bensheim

Auflage: 2.300 Stück

Nächster Erscheinungstermin:  
voraussichtlich Oktober 2020



## WICHTIGE INFORMATION!

Sehr geehrter Carsharing-Kunde,  
wir beobachten die Entwicklung rund um das Coronavirus (COVID-19) aufmerksam, nehmen Empfehlungen der Bundesregierung selbstverständlich ernst und bewerten die Situation regelmäßig neu. Bis auf Weiteres halten wir unser Carsharing-Angebot für Sie aufrecht.

Bitte denken Sie an Ihre Mitmenschen und verzichten Sie auf eine Buchung unserer Autos, wenn Sie erkältet sind oder andere Krankheitssymptome zu erkennen sind.

Weiterhin die Bitte zur Prävention und auch als persönlichen Sicherheitsaspekt vor Fahrtantritt alle nötigen Bedienelemente des Fahrzeuges wie z.B. Lenkrad, Handbremse etc. eigenständig zu desinfizieren. Wir bitten um Ihr Verständnis und einen sorgsamen Umgang miteinander.

Bei Fragen stehen wir Ihnen selbstverständlich unter [elektromobilitaet@ggew.de](mailto:elektromobilitaet@ggew.de) zur Verfügung.

# Allabendliches Trompetensolo zum Trost

Acht Wochen ab dem 22. März – nach dem Glockengeläut der Kirchen um 19 Uhr – spielte Beate Herrmann mit der Trompete aus einem Fenster ihres Wohnhauses vier Strophen des Abendlieds „Der Mond ist aufgegangen“ von Matthias Claudius. Eingeleitet wurde das Trompetensolo zum Beispiel mit Diet-

rich Bonhoeffers „Von guten Mächten wunderbar geborgen“ oder auch von Beethovens Hymne „An die Freude“.

Diese allabendlichen Melodien sollten für die Menschen ein kleiner Trost sein in den Zeiten der Angst, in denen ‚die Welt stillsteht‘. Als Stammhörer begrüßten wir jeden Abend viele Anwohner,

die auch auf den ‚Mond‘ warteten und sich auf das Trompetensolo freuten. Wir winkten uns gegenseitig zu. Die Musik schuf somit ein Gefühl der Verbundenheit in dieser trostlosen Zeit.

Der Text des Abendlieds lässt uns auch an unsere Mitmenschen denken, gibt uns ein Gefühl der Hoffnung und endet mit Worten der Zuversicht: „Und lass uns ruhig schlafen und unsere kranken Nachbarn auch.“ So passt das Lied gut in unsere Zeit der Corona-Krise. Dies zeigt Solidarität und Dienst am Nächsten.

(Werner Finzer)

# Es darf wieder Gottesdienst gefeiert werden!

Aufgrund der politischen Entscheidung vom 30. April dürfen wieder Gottesdienste gefeiert werden. Die Evangelische Michaelsgemeinde Bensheim hat diese Freigabe sofort mit einem Gottesdienst in der Friedhofskirche St. Crescens am 2. Mai umgesetzt.

Gottesdienste können nur unter Berücksichtigung strenger Hygieneauflagen gefeiert werden. Das bedeutet, dass

→ der Sitzabstand zwischen den Personen entsprechend ein- einhalb bis zwei Meter in jede Richtung beträgt, so dass eine Höchstzahl von Teilnehmenden je nach Kirchengröße festgelegt

wird. Somit stehen uns in der Crescenskirche 27 Sitzplätze zur Verfügung, die entsprechend markiert sind;

→ eventuelle Infektionsketten



nachvollzogen werden können. Das heißt, dass am Eingang in einer Liste Name, Adresse und Telefonnummer des Gottesdienstbesuchers festgehalten werden müssen;

→ beim Betreten und Verlassen der Kirche ein Mund-Nasenschutz zu tragen ist, es wird auch gebeten, diesen während des

Gottesdienstes zu benutzen;

→ beim Betreten der Kirche die Hände des Gottesdienstbesuchers desinfiziert werden müssen. Desinfektionsmittel steht bereit;

→ auf das gemeinsame Singen während des Gottesdienstes verzichtet wird. Gemeinsames Singen birgt besonders hohe Infektionsrisiken. (rk)

## Termine für die nächsten Gottesdienste in der Friedhofskirche:

jeweils samstags, 18 Uhr am

- 13., 20. und 27. Juni
- 11., 18. und 25. Juli
- 08., 15., 22. und 29. August

Diese Ausgabe wird unterstützt von

**UDTP-Studio HEDDERICH**  
Klaus  
Fotosatz • Repro • Montage • Belichtung

**LANG**  
HOLZHANDEL  
www.holzhandel-lang.de

**GGEW**  
WIR SIND ENERGIE.

**retlig**  
Küchen • Elektro • TV • Video  
Lautertal

Unser Spendenkonto: Sparkasse Bensheim

IBAN: DE72 5095 0068 0001 0243 30, BIC: HELADEF1BEN

Verwendungszweck: Spende SoNAh: Hemsberg Nachrichten

# Verhalten bei Hitze – Empfehlungen des Umweltbundesamts

Die Anzahl heißer Tage in Deutschland nimmt durch den Klimawandel ständig zu. Die Folge sind immer häufigere Hitzeperioden mit Temperaturen von mehr als 30 Grad Celsius. Diese Temperaturen können dem menschlichen Organismus ernsthaft zu schaffen machen. Umso wichtiger ist es, sich auf die Gefahren einzustellen und sich und andere vor extremer Hitze zu schützen.

## Essen und Trinken bei Hitze

- ❑ Das Durstgefühl setzt erst ein, wenn bereits viel Flüssigkeit verloren wurde. Daher: stündlich ein Glas Wasser trinken – auch wenn man keinen Durst hat.
- ❑ Empfohlene Getränke: Leitungswasser, Mineralwasser, gekühlter Kräutertee, Tee mit Minze und Zitrone. Wichtig: nicht eiskalt trinken!
- ❑ Nehmen Sie leichtes, frisches und kühles Essen zu sich. Essen Sie mehrere kleine Mahlzeiten mit möglichst hohem Wassergehalt, z. B. Obst, Gemüse und Salat.

## In den eigenen vier Wänden

- ❑ Außenliegende Beschattung an den Fenstern, etwa Rollläden, schützen wirksamer vor Hitze als innenliegende (z. B. Vorhänge).
- ❑ Lüften Sie nur frühmorgens und nachts. Tagsüber sollten Fenster, Jalousien und Vorhänge geschlossen bleiben.
- ❑ Hängen Sie nasse Tücher auf. Wenn das Wasser verdunstet, wird die Luft gekühlt.

## Die richtige Kleidung

- ❑ Tragen Sie weite, leichte und atmungsaktive Kleidung. Sie ermöglicht, dass die Luft am Körper zirkuliert.
- ❑ Helle Kleidung reflektiert das Sonnenlicht. Der Körper heizt sich so weniger auf als mit dunkler Kleidung.
- ❑ Schützen Sie im Freien vor allem den Kopf durch Sonnencreme, Sonnenbrille und eine Kopfbedeckung, denn das Gehirn ist durch Überhitzung besonders gefährdet.

## Schonen und auf Gesundheit achten

- ❑ Vermeiden Sie körperliche Aktivität besonders während der heißesten Tageszeit (etwa 11 bis 18 Uhr) und bei hohen Ozonbelastungen.
- ❑ Verlegen Sie Einkäufe oder Sport in die kühleren Morgen- und Abendstunden.
- ❑ Verschiedene Medikamente können bei Hitze Probleme verursachen. Wer regelmäßig Medikamente einnimmt, sollte frühzeitig mit dem Arzt darüber sprechen.

## Erkrankungen bei Hitze

- ❑ Hitze kann schwerwiegende Gesundheitsschäden hervorrufen, die bis zu einem tödlichen Hitzschlag führen können. Um gesundheitliche Beeinträchtigungen zu vermeiden, ist rasches Handeln erforderlich. Wenn Symptome wie beispielsweise plötzliche Verwirrtheit, wiederholtes, heftiges Erbrechen oder Bewusstseinsstrübung auftreten, rufen Sie unverzüglich den Notruf an (112).

(Die Hinweise für das Verhalten an heißen Tagen haben wir der Broschüre „Der Hitzeknigge“ des Umweltbundesamts [www.umweltbundesamt.de](http://www.umweltbundesamt.de) entnommen; rk)