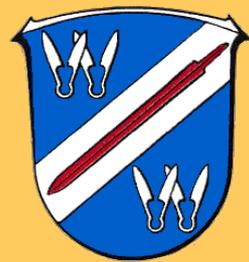


WALLAUER 4-2019 J E C E I P S



TERMINE  JULI - AUGUST

VERANSTALTUNGEN

(Abkürzungen: **AR**-Altes Rathaus, **EG**-Evangelisches Gemeindehaus, **FB**-Fußballerheim, **KG**-Kleingartenverein, **LF**-Landfrauen, **LH**-Ländcheshalle, **RH**-Rezepturhof))

JULI 2019

- Mo 01.07. LF-Frühstück, 9 Uhr - AR
- Mi 03.07. Sommer, Ev. Frauenhilfe, 15 Uhr - EG
- Di 16.07. Bürgerbüro in Wallau, 9-12 Uhr - AR
- Fr 26.07. Weinstand Musikzug, ab 18 Uhr - RH
- Sa 20.07. LF Sommerfest, ab 17 Uhr - RH
- So 21.07. Flohmarkt bei IKEA



AUGUST 2019

- Mo 05.08. LF-Frühstück, 9 Uhr - AR
- So 18.08. WANALOA: 35. Fest rund ums Haus mit Gottesdienst, 10-18 Uhr
- Di 20.08. Bürgerbüro in Wallau, 9-12 Uhr - AR
- Di 20.08. Ortsbeiratssitzung, 20 Uhr - AR
- Fr 23.08. Weinstand Musikzug, ab 18 Uhr - RH

Juli, August: Kreisstadtsommer in Hofheim, Programme im AR

2 spezielle Veranstaltungen → s. Rückseite

SENIOREN NACHBARSCHAFTS HILFE

Sa 13.07. Sommerfest mit Flohmarkt, ab 12 Uhr - Ludwig-Meidner-Platz

Mo 22.07. Reise ins Dreiländereck - Aachen
Do 22.08. Tagesfahrt nach Limburg

(Anmeldung jeweils unter 06192 - 966561)

MÜLLTERMINE

(Abkürzungen: **GS**-Gelber Sack, **RM**-Restmüll, **Bio**-Biomüll, **P**-Papierabfuhr **GELBE SÄCKE** gibt es im Rathaus, in der Bücherstube und beim Nahkauf)

JULI 2019

- Do 04.07. RM
- Fr 05.07. BIO + GS
- Fr 12.07. BIO
- Do 18.07. RM
- Fr 19.07. BIO + GS + P
- Fr 26.07. BIO
- Mo 29.07. Sperrmüll



AUGUST 2019

- Do 01.08. RM
- Fr 02.08. BIO + GS
- Fr 09.08. BIO
- Do 15.08. RM
- Fr 16.08. BIO + GS + P
- Fr 23.08. BIO + Gartenabfuhr
- Do 29.08. RM + Schadstoffmobil*
- Fr 30.08. BIO + GS

* Schadstoffmobil: 15.30-17.30
Weinbergstrasse, Wallau

GRÜNSCHNITT

Samstags von 8 bis 12 Uhr im Recyclinghof der Fa. Meinhardt, Nassaustr. 13 - 15, Gewerbegebiet

SCHADSTOFFE

Die Schadstoff-Sammelstation am Recyclinghof des Deponieparkes Flörsheim-Wicker ist tgl. von 7.30 - 16 Uhr geöffnet, Sa von 8 - 13 Uhr.

RESTMÜLLCONTAINER (1100 L)

Jeweils Mittwochs

Solange du dem Anderen sein Anderssein nicht verzeihen kannst, bist du noch weit weg vom Weg der Weisheit.
(Chinesisches Sprichwort)

* Hilfe bei der Erstellung des Textes auf der Rückseite: www.zeitzuleben.de und <https://www.angst-panik-hilfe.de/gefuehle-beeinflussen.html>

Ein Dank geht an den Sponsor des letzten Wallauer Spiegels: den **TV-WALLAU**, der es auch ausnahmsweise übernommen hatte, den Wallauer Spiegel zu verteilen.

HINWEIS: Nur die Hofheimer Zeitung ist das amtliche Mitteilungsblatt für die Stadt Hofheim.



AUSSENSTELLE WALLAU geöffnet
jeden Do 17-19 Uhr und jeden
3. Di im Monat von 9-12 Uhr 06122/2255

BÜCHERSTUBE
Di 16-18.30 Uhr
Do 18-20 Uhr
06122/7047633

B Ü R G E R B Ü R O
HOFHEIM 06192/202270

Alle Angaben ohne Gewähr.

BÜCHERSTUBE WALLAU Änderung der Öffnungszeiten

Die **Öffnungszeit am Dienstag** hat sich geändert: dienstags ist die Bücherstube nun von 16 - 18.30 Uhr geöffnet - donnerstags weiterhin von 18 - 20 Uhr.

SOMMERPAUSE IM ALTEN RATHAUS

Bücherstube: Sie ist in den Sommerferien vom 1.7. - 9.8.2019 nur donnerstags geöffnet.

Außenstelle: Sie ist vom 17.7. - 31.7.2019 geschlossen, d.h. am 18. und 25.7. ist zu.

2 SPEZIALVERANSTALTUNGEN IM ALTEN HOF:

1. Mi 07.08. Willkommen im Paradies: Gift raus-Natur rein

Ein interaktives Erlebnis mit Melanie Bonella Dal Piero: praktische Tipps und Tricks zu einem rundum gesünderen Leben in deinem Zuhause frei von Chemie und weniger Plastik: 19 - 20.30 Uhr - 15 €

2. Sa 10.08. ALL SENSES YOGA® mit Emmanuelle Collinet: Erlebe, wie du Klarheit, Verjüngung, Selbstsicherheit und Freude mit der Kombination von ätherischen Ölen von Young Living, Polarity Yogaübungen, Klängen und bewusstem Atem in dein Leben einlädst. Die auf die Frequenzen der Elemente abgestimmten heilenden Klänge begleiten dich. Durch diese Kombination wirst du auf allen Ebenen deiner Sinne berührt und zu deinem Ursprung getragen. Mach dich bereit für eine tiefe und berührende Zeit und einen super intensiven Detox. 17.30 - 20.30 Uhr - 55 €

Anmeldung jeweils bei **Melanie Bonella Dal Piero**
per WhatsApp 01773004124 oder per Mail an
Melbonella22@gmail.com

Teil 1: DAS GEDANKENKARUSSELL*

Erinnern Sie kurz den bisherigen Tagesverlauf, was fällt Ihnen als erstes ein? Etwas Positives oder Negatives? – Die Mehrheit unserer Gedanken, und das sind ca. 70.000 pro Tag, sind negativ. Und entsprechen alle diese Gedanken überhaupt den Tatsachen (wenn ich mich z.B. über eine Situation oder über meine Mitmenschen ärgere)?

Das ist jetzt schwere Kost: Wie ich mich in einer Situation fühle und reagiere, hängt einzig und allein von **mir** ab, nicht von der Situation und nicht von den Mitmenschen: **Die Situation bewerte ich**, das erzeugt in mir ein bestimmtes Gefühl (z.B. Ärger) und lässt mich entsprechend handeln. (Das wurde schon vor ca. 2000 Jahren vom gr. Philosophen **Epiktet** erkannt.)

Was kann ich dann tun, um meine Bewertungen zu ändern? Ich könnte versuchen, die Situation anders (z.B. von außen) zu sehen (Jemand ist zu spät: Ärgerlich, das man mich warten lässt? Anderer Blick: vielleicht war ein Stau oder eine Panne, schon ist der Ärger weg). Das gilt natürlich nicht für jede Situation, aber für viele kleine Vorfälle kann das Umdenken eine Hilfe sein. Probieren Sie es einfach mal aus. Demnächst mehr (wenn Sie mögen).

**MOTTO: Ich kann mich ja ärgern,
bin aber nicht dazu verpflichtet!**

Immobilien Finanzierungen
bankunabhängig und bundesweit

Immobilien Vermittlung
seit 1987



Rathausstrasse 4
65719 Hofheim
Tel: 06122 - 980482
Mobil: 0172 - 2186198
michael.christ@gmx.com

Ein DANKESCHÖN an den Sponsor dieses
Wallauer Spiegels: **Michael Christ**