

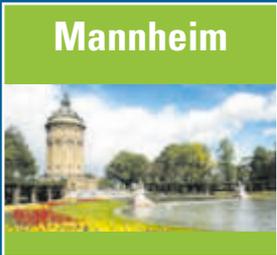
# METROPOL JOURNAL

Metropoljournal.com

## DIE KULTURMETROPOLE



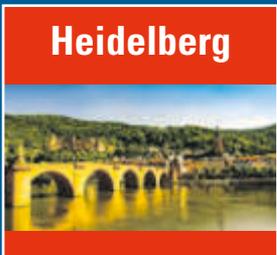
Franklin News



Mannheim



Ludwigshafen



Heidelberg



Speyer

### Verkaufsoffener Sonntag in Mannheim

Markt Meile am 3.10.2021

**Sonntagsshopping in der Mannheimer City**  
3. Oktober 2021

**IN MANNHEIM<sup>2</sup> SCHLAGEN SHOPPINGHERZEN HÖHER**

MarktMeile mit verkaufsoffenem Sonntag 03. Oktober 2021, 13-18 Uhr

ab in die Quadrate  
Das Centrum  
WERBEGEMEINSCHAFT  
MANNHEIM CITY

**WIR BRINGEN LEBEN IN DIE STADT!**

FASNACHTSMARKT MANNHEIM  
MANNHEIMER MESS  
MANNHEIMER STADTFEST  
MANNHEIMER WOCHENMARKT  
SILVESTER MARKT

**www.ep-ma.de** **EP MANNHEIM<sup>2</sup>**  
Event und Promotion

(red) Am 3. Oktober 2021 wird Mannheim nach einem Jahr Pause erneut einen Verkaufsoffenen Sonntag haben. Mit der Markt Meile Mannheim erinnert die Event & Promotion Mannheim GmbH jährlich an die Verleihung

der Marktrechte an die Stadt Mannheim. Die am 10. September 1613 ausgestellte Urkunde bildet schließlich nicht nur die historische Grundlage für die Mannheimer Jahrmärkte, sondern war zur damaligen Zeit eine wesentli-

che Voraussetzung für den wirtschaftlichen Aufschwung der Stadt und der Region. Mai- und Oktobermess, die Wochenmärkte und auch der Markt haben ihre Wurzeln in diesen Marktzeiten aus dem 17. Jahrhundert. Unterschiedliche Märkte und Aktionen laden deshalb entlang der Markt Meile zum Besuch ein. Die Schwerpunkte liegen dabei auf folgenden Plätzen:

gemeinsam mit uns an das historische Ereignis erinnern möchten.

**Paradeplatz: Kunst Markt**

Der Kunst Markt auf dem Paradeplatz im Herzen Mannheims erfreut sich seit Jahren großer Beliebtheit und dies auch überregional. Es werden handgefertigter Schmuck, Fotografien, Skulpturen, Bilder und vieles mehr ausgestellt.

Anzuschauen und zu kaufen gibt es ein vielfältiges, bunt gemischtes künstlerisches Angebot aus allen Bereichen der Kunst und des Kunsthandwerks, so dass für jeden Geschmack etwas dabei sein dürfte.

Die Künstler öffnen ihre Stände um 11 Uhr und freuen sich darauf, ihre Arbeiten vorstellen zu können. Besonders erwünscht ist hierbei, mit den Besucherinnen und Besuchern ins Gespräch zu kommen, sich auszutauschen, zu fachsimpeln und viele neue Kontakte zu knüpfen. Die Veranstaltung endet um 18 Uhr.

**Neuer Messplatz: Mobiles Freizeitangebot „Fun & Food“ vom 18.09. bis 17.10.2021**

Die Ersatzveranstaltung für die Mai- und Oktobermess findet trotz Pandemie unter dem Motto „Fun & Food“ bereits zum zweiten Mal unter Einhaltung strenger Hygieneauflagen statt. Die Besucherinnen und Besucher erwarten neben Rummel mit Kinderkarussells und Fahrspaß mit Action auch Mandelbrennereien, Popcorn und herzhaftes Imbisse.

**Marktplatz G 1:**

**Kleiner Lebensmittel Markt**

Auf dem Marktplatz erwartet Sie von 11 bis 18 Uhr ein kleiner Lebensmittelmarkt, bestückt von Mannheimer Wochenmarkthändlern, die

**Kapuzinerplanken O 5:**

Herbstmarkt von bis 11 bis 18 Uhr.

**Kapuzinerplanken O 6:**

Jazz im Quadrat von 14 bis 17 Uhr.

**PFEIFER ABWASSER-KANAL**

**Wir machen Ihr Rohr frei!**



- Kanalsanierung
- Kanalreparaturen
- Kanal-TV
- Kanalreinigung
- Rohrreinigung
- Dichtungsprüfung mit Protokoll

☎ 0 62 03 / 95 44 55

Pfeifer Abwasser-Kanal GmbH  
Robert-Bosch-Str. 4 • 69198 Schriesheim  
Internet: [www.pfeifer-abwasser-kanal.de](http://www.pfeifer-abwasser-kanal.de)

**Oktober 2021**

Aus der Region.....02-13  
Bauen / Wohnen & Renovieren.....14-15  
Gesundheit & Wellness.....16-17  
Rätsel.....19  
Impressum.....2

Rund um die Uhr  
**brandaktuell**

Lokales & Regionales  
**Immer Kostenlos!**

Lokal profitieren -  
regional informieren

# Sanierung der Fontänen

## am Wasserturm beginnt

(red) Die Jugendstilgebäude am Friedrichsplatz, der Wasserturm und die Kaskadenbecken mit der Fontänenanlage sind Wahrzeichen Mannheims und ein über die Stadtgrenzen hinaus bekanntes Kulturgut – und sollen es auch in Zukunft bleiben.

Die letzten umfassenden Sanierungsarbeiten liegen rund 30 Jahre zurück. In einem Sachverständigen-Gutachten wurden nun die Schäden detailliert erfasst und bewertet. Dabei zeigte sich, dass eine umfassende Sanierung der Kaskadenbecken und der Fontänenanlage dringend erforderlich ist. Dies hat der Hauptausschuss der Stadt Mannheim Anfang März dieses Jahres beschlossen.

Die Fontänenanlage am Wasserturm als Eigentum der Stadt Mannheim wird von der MVV Energie AG betrieben. Da die Sanierungsmaßnahme witterungsabhängig nur während der üblichen Betriebszeiten der statt der Brunnenanlage zwischen Frühjahr und Herbst durchgeführt werden kann, beginnen die Arbeiten bereits am Montag, 4. Oktober 2021, und werden voraussichtlich im September 2022 abgeschlossen. Die Maßnahme erfolgt in enger Abstimmung mit dem Grünflächenamt, das bereits am Mittwoch, 29. September 2021, damit beginnt, die Pflanzen aus den Rabatten zu entfernen.

Die Mannheimer und die Besucher der Stadt können die Fontänenanlage noch bis Sonntag, 3. Oktober 2021, bewundern. Die elektronisch



Foto: Pixabay

gesteuerten Fontänen sind wochentags von 12 bis 14 Uhr sowie von 16 bis 23 Uhr in Betrieb, an den Wochenenden von 11 bis 23 Uhr. Mit dem Einschalten der Straßenbeleuchtung werden sie wochentags weiß, an Wochenenden und Feiertagen farbig beleuchtet.

Am Montag, 4. Oktober 2021, wird dann auch das Wasser aus den Becken abgelassen, die Strahler und Düsen abgebaut, für den „verlängerten Winterschlaf“ vorbereitet und eingelagert. Gleichzeitig wird damit begonnen, die Bauzäune aufzustellen, sodass die Bauarbeiten planmäßig beginnen können. Zum Start der Bundesgartenschau 2023 wird die sanierte Fontänenanlage am Mannheimer Wasserturm dann wieder in neuem Glanz erstrahlen.

Geplant ist, das gesamte Rohrleitungsnetz mit einer Länge von 800

Metern auszutauschen. Dafür wird das runde Fontänenbecken, das mit 1.050 Platten abgedeckt ist, komplett ausgeräumt. Danach erfolgt eine neue Abdichtung auf dem Beckenboden. Auch der Beckenrand wird abgedichtet, indem die gesamte Granit-Einfassung demontiert wird und die Steine neu versetzt werden.

Der Sandstein wird ebenfalls überarbeitet und alle Fugen ausgebaut und erneuert. Bearbeitet werden alle Wasserbecken innerhalb der Grünanlage rund um den Wasserturm mit einer gesamten Beckenfläche von 3.810 Quadratmetern.

Einzigste Ausnahme ist der Kleeblattbrunnen auf der Stadtseite des Wasserturmes. Die gesamte Maßnahme findet unter Beachtung des Denkmalschutzes statt und wird durch ein qualifiziertes Team aus Steinmetzen und Restaurateuren nach Vorgaben der Fachplanung und der Denkmalschutzbehörde umgesetzt.

Die Fachplanung erfolgt durch ein Planungsbüro für Baudenkmalpflege und für die Fontänenanlage im Rohrleitungsbau. Die Projektkoordination übernimmt die Netzgesellschaft der MVV Energie, MVV-Netze, im Auftrag des zuständigen Fachbereichs für Bau- und Immobilienmanagement der Stadt Mannheim.

Die umfangreichen Bauschäden führen aktuell dazu, dass täglich gut 50 Kubikmeter aufbereitetes Wasser verloren gehen, das über eine Nachspeisung aus dem Trinkwassernetz ersetzt werden muss. Aufgrund einer ständigen Durchfeuchtung weist die gesamte Sandsteineinfassung starke Zerfallerscheinungen und Risse auf. Darüber hinaus sind die in der Anlage verlegten PVC Rohrleitungen inzwischen sehr spröde, sodass sie ohne Vorwarnung platzen könnten. Bereits 2020 gab es einen größeren Leitungsschaden.

Bestens informiert.  
[www.metropoljournal.com](http://www.metropoljournal.com)

# Jahreshauptversammlung der Bäckerinnung Mannheim

## und der sozialen Unterstützungskasse mit Ehrung des goldenen Meisters Norbert Magin

(red) Im Rahmen der Jahreshauptversammlungen der Bäckerinnung Mannheim Stadt und Land und der sozialen Unterstützungskasse der Bäckerinnung Mannheim ehrte stv. Obermeister Peter Kapp den Ehrenobermeister der Innung, Herrn Norbert Magin, der vor 50 Jahren seinen Meistertitel erlangt hat.

Die Versammlung der sozialen Unterstützungskasse war nur schwach besucht. Vor der Pandemie war diese neben der Freisprechungsfeier der Innung, die bestbesuchte Veranstaltung. Geschäftsführerin Vera Wolf führt das auf die pandemische Lage zurück. Ehrenobermeister Magin ließ sich indes nicht abschrecken. Nachdem Jahresabschluss und Haushaltsplan der Unterstützungskasse genehmigt und der Vorstand gewählt war, durften Peter Kapp und Vera Wolf dem Jubilar gratulieren und ihm den Ehrenkrug der Innung überreichen.

Im Anschluss daran begrüßte Peter Kapp, der die erkrankte Obermeisterin Juliane Ockert vertrat, die Gäste und Mitglieder der Innung. Er sprach über



Foto: VW - Der goldene Meister und Ehrenobermeister Norbert Magin zwischen Geschäftsführerin Vera Wolf und stv. Obermeister Peter Kapp freut sich über den Ehrenkrug der Innung.

die Auswirkungen der Pandemie, die nicht nur zu einem eklatanten Preisanstieg sämtlicher Produktionsfaktoren führte, sondern auch die schon zuvor angespannte Personalsituation in nahezu allen Betrieben erheblich verschärft hat. Sein Rat lautete, die Anpassung der eigenen Produkte unbedingt im Blick zu behalten, um nicht in wirtschaftliche Schwierigkeiten zu geraten. Ebenso wichtig sei es, sich als modernes Unternehmen zu präsentieren, um neue Mitarbeiter und Auszu-

bildende zu gewinnen. Hierbei solle man die digitalen Möglichkeiten und Kanäle nutzen, um einen größeren Bekanntheitsgrad zu erreichen. Der stellvertretende Obermeister sprach auch über die Flutkatastrophe. Die Bäckerinnung, aber auch er persönlich unterstützt die Betroffenen mit einem Geldbetrag.

Auch die Fusionsgespräche wurden durch die Pandemie ausgebremst und müssen dringend wiederaufgenommen werden. Dies sagte Peter Kapp

nicht nur in Richtung der Innungsmitglieder, sondern auch zu den Gästen aus der Nachbarinnung, Herrn Obermeister Wolfgang Frisch und seinem Stellvertreter Herrn Hans Breitenstein. Er wies auf die Notwendigkeit hin, die jungen Nachwuchsbäcker\*innen anzusprechen und ins Boot zu holen. Nicht nur die Betriebe, sondern auch die Innung muss sich modern für die Zukunft aufstellen und präsentieren. Eine starke Berufsvertretung sei notwendig, um sich Gehör zu verschaffen. Dies bestätigte die Geschäftsführerin des Badischen Landesverbandes Ute Sagebiel-Hannich. Nur durch konsequente und starke Verbandsarbeit sei es zu Vereinbarungen und Verordnungen gekommen, die die Bedürfnisse und Besonderheiten von Bäckereibetrieben berücksichtigt haben. Hier gilt es am Ball zu bleiben. Inzwischen sei vielen klar, dass im Hinblick auf den Klimaschutz eine Wende zu vollziehen sei. Es gehe aber darum, auch zukünftig ungerechtfertigte Belastungen für das Bäckerhandwerk abzuwenden.

### Impressum

#### Herausgeber:

Lothar Binde  
Postfach 410117  
68275 Mannheim  
Telefon: 0621 72739490  
Telefax: 0621 72739497  
L.Binder@metropoljournal.com

#### REDAKTION:

Lothar Binder Vi.S.d.P.  
L.Binder@metropoljournal.com  
Ruth Binder-Wach  
R.Wach@metropoljournal.com

Dennis Wach  
D.Wach@metropoljournal.com  
Gustav Beck  
G.Beck@metropoljournal.com

Dieter Augstein  
D.Augstein@metropoljournal.com

Wolfgang Lutz (wolu)  
Roland Karschits (rk)

#### Fotos:

Lothar Binder  
Dennis Wach  
Gustav Beck  
Volker Seitz  
Dieter Augstein

#### Internet:

Metropol Journal  
Rhein-Neckar  
Metropoljournal.com

#### Verlag, Anzeigen, Vertrieb

123 Medien UG (haftungsbeschränkt)  
68275 Mannheim  
Telefon: 0621 72739490  
Telefax: 0621 72739497  
info@123medien.com  
HRB 725308 AG Mannheim

#### GESTALTUNG:

Sandra Dehling

#### DRUCK:

Oggersheimer  
Druckzentrum  
Flomersheimer Str. 2-4,  
67071 Ludwigshafen

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos, sowie für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Abbestellungen von Anzeigen bedürfen der Schriftform. Die Redaktion behält es sich vor Leserbriefe zu kürzen.

© 2016 für Texte bei der Redaktion, Urheber, für Anzeigen beim Verlag. Nachdruck,ervielfältigung und elektronische Speicherung nur mit schriftlicher Genehmigung.

Verteilung:  
Dieter Augstein  
Rottannenweg 13a, 68305 Mannheim  
0173 306 8807

Egro-Direktwerbung GmbH  
Bieberer Straße 137, 63179 Obertshausen  
Tel. 06201 2594 190  
qualitaet@azp24.de

# Neues BBT-Sanitätshaus

## in Mannheim eingeweiht

(red) Am 1. Juli hat das neue Sanitätshaus der BBT-Gruppe in Mannheim eröffnet und wurde nun Anfang September eingeweiht. Das Geschäft, das Prothesen, Orthesen, Bandagen und andere medizinische Hilfsmittel anbietet, ist im Erdgeschoss des Ärztehauses in der Collinstraße 11 zu finden. Das Sanitätshaus wurde in Zusammenarbeit mit dem traditionsreichen Mannheimer Sanitätshaus Ramer etabliert.



Fotos: BBT-Sanitätshauses

Künftig kümmern sich die Mitarbeitenden vorwiegend um die Bedarfe der Patienten aus den beiden zur BBT-Gruppe gehörenden Mannheimer Krankenhäusern Diako und Theresienkrankenhaus.

„Wir möchten Bindeglied sein zwischen Kliniken, Ärzten, Pflegeeinrichtungen, Krankenkassen und Patienten“, beschreibt Geschäftsführer Markus Hommes die Zielsetzung

seiner Einrichtung. „Für uns ist ganz wichtig, dass wir mit der Eröffnung des Sanitätshauses keinen Verdrängungswettbewerb in Mannheim starten wollen, sondern die Kooperation mit den regionalen Mitbewerbern suchen“, so Hommes. Ebenso wichtig wie die Produkte selbst sind die Erfahrung und professionelle Beratung der Mitarbeitenden, welche die meist

ungeübten Patient\*innen im Umgang mit den Hilfsmitteln schulen und unterstützen können. Die fachkundige Beratung beginnt schon während der Krankenhausbehandlung – „integrierte Versorgung“ nennt Markus Hommes dieses Konzept.

Am 2. September wurde das Sanitätshaus nun im Rahmen einer

Feierstunde offiziell durch Markus Hommes eingeweiht. Aufsichtsratsmitglied der BBT-Gruppe und Regionalleiter der BBT-Region Trier Bruder Peter Berg segnete die Mitarbeitenden und die neuen Räumlichkeiten. Co-Geschäftsführer Steffen Ramer führte die eingeladenen Gäste anschließend durch die Kundenräume und die angeschlossene Werkstatt



# Freundeskreis BUGA23

## übernimmt Turm-Patenschaft

(red) Der Freundeskreis BUGA23 nimmt das Motto der Bundesgartenschau wörtlich: Der Verein ist jetzt Pate des Turms, der an die Ostseite des Spinelli-Areals versetzt wurde. Von dort aus haben Passanten, die den Rad- und Fußweg zwischen Feudenheim und Rott/Käfertal nutzen „beste Aussichten“ auf das Ausstellungsgelände.

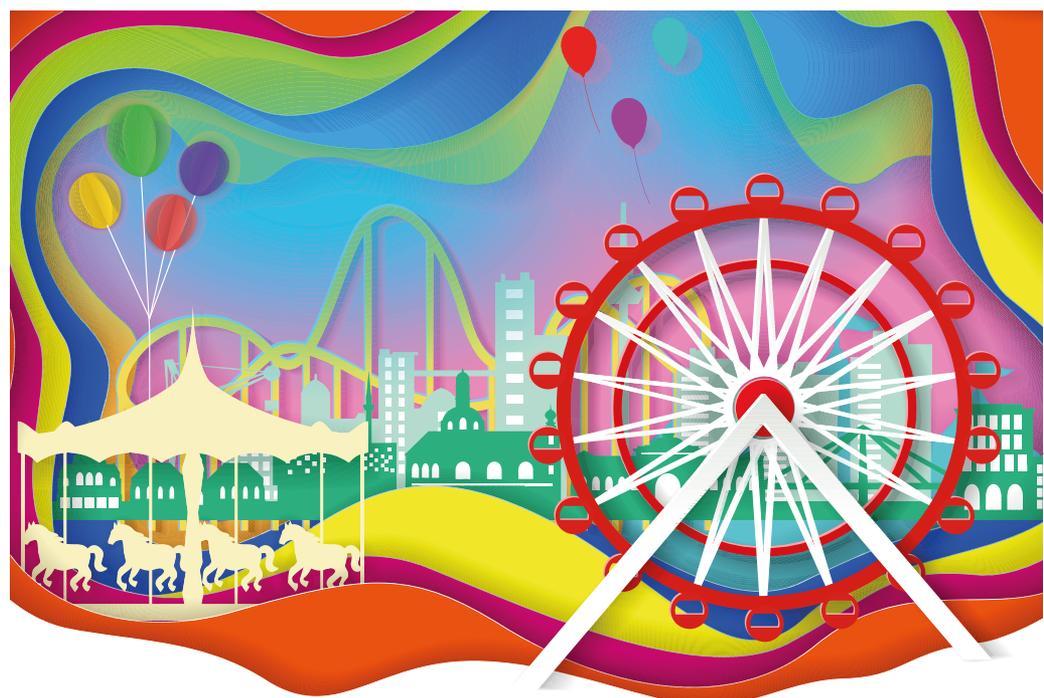
und Gerhard Mandel (am Geländer) ist diese Patenschaft Startpunkt für weitere öffentliche Aktionen, die der Freundeskreis für die Zeit nach der Corona-Zwangspause vorbereitet hat.

BUGA-Geschäftsführer Michael Schnellbach (unten links) freut sich über dieses Engagement.

Es lohne sich den Turm immer wieder zu nutzen, ändere sich im Gelände doch fast täglich etwas. Vom Freundeskreis-Vorstand kümmern sich Joachim Girr und Hans Schröder (obere Reihe) darum, dass der Turm regelmäßig kontrolliert wird. Für Gertrud Frohburg, Gerda Brand



Foto: BUGA



# ECOfit-Auszeichnung

## für Unternehmen und Vereine

(red) In einer feierlichen Abschlussveranstaltung im CUBEX ONE - Mannheim Medical Technology Campus wurden die Teilnehmenden des ECOfit ausgezeichnet. Das Kooperationsprojekt der Klimaschutzagentur Mannheim und der Unternehmen sowie Vereinen zielte auf Verbesserungen des betrieblichen Umwelt- und Klimaschutzes ab und wird vom Land Baden-Württemberg gefördert. Im Rahmen des Projekts wurden die beteiligten Unternehmen und Vereine von Experten bei der Entwicklung von Maßnahmen, vor allem in den Bereichen Energie-

effizienz und Ressourcenverbrauch, unterstützt. Die Projektinitiatoren setzen dabei auf einen umfassenden Ansatz, der auch die Bereiche Mitarbeiter- sowie Mitgliedersensibilisierung und Gesundheitsmanagement umfasst. Mit der Teilnahme am ECOfit Projekt konnten die Unternehmen und Vereine nicht nur ihre Wirtschaftlichkeit erhöhen, sondern tragen aktiv zum betrieblichen Umwelt- und Klimaschutz bei.

Informationen zum ECOfit Projekt erhalten Sie bei der Klimaschutzagentur Mannheim gGmbH



# FUN & FOOD

## 18.09. – 17.10.2021

### NEUER MESSPLATZ



# Franklin News

## Service-Wohnen selbstbestimmt leben bis in hohe Alter

(red)Viele ältere Menschen sind auf der Suche nach einer Wohnmöglichkeit, die sich ihren Bedürfnissen im Alter anpasst und ihnen ein selbstbestimmtes und sicheres Leben garantiert.

Das neu errichtete FORUM FRANKLIN in Mannheim Käfertal bietet ab 15.November 2021 dazu 33 barrierefreie 1- bis 3-Raum-Wohnungen in einem modernen Umfeld an.

Alle Service-Wohnungen sind, wie beim betreuten Wohnen üblich, an ein Hausnotrufsystem angeschlossen, dass im Notfall sofortige Hilfe durch ständig anwesendes Pflegepersonal gewährleistet.

So wenig Hilfe wie möglich, aber so viel wie nötig! Orientiert an diesem Slogan entscheiden die Bewohner selbst, wann und in welchem Umfang sie Hilfe in Anspruch nehmen. Optional können verschiedene Wahlleistungen, wie z.B. eine Teil- oder Vollverpflegung oder ein Einkaufsservice dazu gebucht werden. Im Haus befindet sich außerdem ein Beratungsbüro, das bei der Organi-



Fotos: Thomas Henne/Lothar Binder

sation des täglichen Lebens behilflich ist und bei jeglichen Fragen zur Seite steht.

Regelmäßig werden verschiedene kulturelle, generationenübergreifen-

de Veranstaltungen organisiert, bei denen sich die Bewohner treffen und austauschen können.

Damit auch Alt und Jung zusammenfinden, wird es immer wieder einmal auch generationenübergreifende Workshops mit dem Kindertagesstätte geben. Begegnungsmöglichkeiten schaffen und das Miteinander stärken ist unser Anliegen. Allein sein muss niemand, jeder entscheidet für sich, wann, ob und wie oft er sich am Gemeinschaftsleben beteiligen möchte.

Ein zusätzlich anzumietender Stellplatz in der Tiefgarage und die optimale Verkehrsanbindung runden das Angebot Service-Wohnen im FORUM FRANKLIN ab.



**Freireligiöser Wohlfahrtsverband Baden e.V.**  
Ortsverband Mannheim

### Karl-Weiß-Heim

Seniorenheim am Lauerschen Garten

Das Haus mit ♥ zieht im November 2021 um ins neu erbaute „FORUM FRANKLIN“, Funaristraße 38 - 40 (gegenüber OEG-Haltestelle Bensheimer Straße)

**L 10, 4 - 6 · Tel. 0621 126310 · karl-weiss-heim.de**

### Ab November 2021 auf Franklin



© KAUPP+FRANCK Architekten

### Karl-Weiß-Mobil

Die neue Sozialstation in Mannheim und Umgebung ab November 2021.

Ihr Partner bei ambulanter Pflege, Hauswirtschaft und Beratung.

**Tel.: 0621/377027-80 Fax 0621/377027-90**  
**info@karl-weiss-mobil.de**  
**Marie-Bernays-Platz 3 68309 Mannheim**

**www.forum-franklin.de**

Eine neue Einrichtung des Freireligiösen Wohlfahrtsverbands Baden e.V.

Je nach Bedarf und Wunsch ist ein Übergang in die stationäre Pflege – und sei es nur zur Kurzzeitpflege – im selben Gebäude möglich. Alles kann, nichts muss – frei nach diesem Motto können sich die Bewohner der Service-Wohnungen auf einen entspannten, ruhigen und sicheren Lebensabend im FORUM FRANKLIN freuen. Weitere Informationen unter: [www.forum-franklin.de](http://www.forum-franklin.de)



## Franklin News

# Jubiläumsgrenzstein auf Taylor wieder eingesetzt

(red) Die städtische Entwicklungsgesellschaft MWSP verantwortet mit der Entwicklung des TAYLOR Areals auch die äußere Erschließung zur Anbindung an den Stadtteil Vogelstang. Mit dem Fortschritt der Baumaßnahme wurde der über 100 Jahre alte Jubiläumsgrenzstein wieder an der historischen Position eingesetzt.

Im Jahr 1907, zum 300. Stadtjubiläum, wurden insgesamt sieben Grenzsteine nach Art römischer Meilensteine mit dem Stadtwappen und vergoldeter Inschrift an den damaligen Grenzen der Gemarkung Mannheim aufgestellt.

Die Steine markieren die damalige Stadtgrenze Mannheims. Einer der Grenzsteine, welcher die frühere



Foto: © MWSP/Annette Mück

Stadtgrenze in Mannheims Norden markiert, steht auf dem heutigen TAYLOR Areal. Aufgrund der vielen Erdbewegungen der äußeren

Erschließung wurde der Grenzstein vorübergehend entfernt, um ihn vor möglichem Schaden zu bewahren. Die Wiedereinsetzung erfolgte gemeinsam mit MWSP-Geschäftsführer Achim Judt und Dr. Lisa Ronellenfisch, Leiterin des Fachbereichs Baurecht, Bauverwaltung und Denkmalschutz. „Mannheim wächst: die frühere Grenzmarkierung bewahrt den historischen Status und zeigt eindrucksvoll die Dimension der Stadtentwicklung“, erklärt Achim Judt. Dr. Lisa Ronellenfisch ergänzt: „Die Grenzsteine stehen aus wissenschaftlichen und heimatgeschichtlichen Gründen unter Denkmalschutz und sind untrennbar mit ihren Aufstellungsorten verbunden“. Der wiedereingesetzte Jubiläumsgrenzstein

schmückt nun den bereits fertiggestellten Geh- und Radweg entlang der Havellandstraße. Dieser wurde im Zuge der Baumaßnahmen verbreitert, um die Sicherheit für Fußgänger und Radfahrer zu erhöhen.

### Hintergrund:

Die Maßnahme der äußeren Erschließung auf TAYLOR ist Anfang 2021 gestartet. Diese beinhaltet neben Anpassungsarbeiten an die umliegenden Straßen auch den barrierefreien Ausbau der Bushaltestellen. Zudem wurde das ÖPNV-Netz um zwei weitere Haltestellen in der Havellandstraße und im südlichen Bereich der Spreewaldallee erweitert. Die Haltestelle in der Havellandstraße wird bereits angefahren.

# Luftaufnahme von Franklin



# Espira bei "Mannheim putzt sich raus"

(red) wir beteiligen uns am 1.10.21 von 9.30 – 11.00 Uhr gemeinsam mit den Eltern an der Aktion „Mannheim putzt sich raus“. Und ich habe mich gefragt, ob Sie davon nicht im Metropoljournal berichten möchten. Außerdem würden wir gerne noch über eine Aktion berichten, die

schon im Mai anlässlich des 1. Geburtstages unserer Kita stattfand. Damals haben die Eltern statt für ein Geschenk für die Kita Geld gesammelt und dieses wurde der Kinderhospizarbeit Sterntaler gespendet. Wir würden uns freuen, wenn Sie

darüber berichten könnten, für den Hospizverein haben wir auch noch einiges an Spielmaterial liegen, welches wir im Rahmen dieses Berichts dann auch mit Übergabe und Bild ins Journal setzen könnten. Ich würde mich freuen von Ihnen zu hören, um die Details klären zu können.

Wir verbinden regionales & lokales  
[www.metropoljournal.com](http://www.metropoljournal.com)

**PFLERGE** profis  
Ambulante Pflege

- ✓ Grundpflege
- ✓ Wundversorgung
- ✓ Betreuungsleistungen



Mannheim / Ludwigshafen  
Fon: 0621 - 7001 8980

Sie finden uns in der  
Franklin-Klinik in MA Käfertal.

[www.pflege-profis.info](http://www.pflege-profis.info)

# GBG Unternehmensgruppe investiert in die Zukunft

## der Stadt und gestaltet Mannheim mit

(red) Mit umfassenden Investitionen erweitert und modernisiert die GBG - Mannheimer Wohnungsbaugesellschaft ihre Wohnungsangebote. Im Fokus lag dabei auch im Jahr 2020 das Angebot von bezahlbarem Wohnraum für breite Bevölkerungsgruppen, das durch Neubau und Modernisierungen erweitert wurde. Die durchschnittliche Miethöhe bei der GBG lag im vergangenen Jahr bei 6,78 Euro pro Quadratmeter und damit deutlich unter dem Mannheimer Mietspiegeldurchschnitt von 8,37 Euro. Die gesamte GBG Unternehmensgruppe konnte dabei Mannheim an vielen Stellen positiv mitgestalten.

Mehr als 61 Millionen Euro hat die GBG im Jahr 2020 in den Neubau investiert, 74 Millionen in die Modernisierung und Sanierung von Bestandsgebäuden. Ziel ist dabei stets, bedarfsgerechten Wohnraum für Menschen in Mannheim anbieten zu können.

Auf FRANKLIN sind so 202 geförderte Neubauwohnungen fertiggestellt worden, die jetzt für eine Miete von 7,50 Euro pro Quadratmeter vermietet werden. Weitere geförderte Wohnungen entstehen derzeit in den Stadtteilen Jungbusch, Waldhof und Schönau. Durch die mittlerweile bereits seit vielen Jahren intensiv durchgeführten Modernisierungen wird zudem schrittweise der gesamte Bestand erneuert und auf ein attraktives, zeitgemäßes Wohnniveau gebracht. Die GBG verfolgt das Ziel, ihren Gesamtbestand auf rund 20.000 Wohnungen auszubauen, aktuell sind es mehr als 19.200 Wohnungen. So soll der Anteil am wachsenden Mannheimer Wohnungsmarkt stabil gehalten werden.

Gleichzeitig tragen Modernisierungen und Neubau dazu bei, die Wohnangebote der GBG nachhaltiger und klimaschonender zu gestalten. Aus diesem Grund setzt das Unternehmen zunehmend auf den Einsatz von Photovoltaikanlagen im Rahmen des Mieterstrommodells auch auf Bestandsgebäuden. So können Mieter\*innen den auf ihren Dächern erzeugten Ökostrom direkt beziehen. Solche Angebote gibt es bei der GBG unter anderem in den Stadtteilen FRANKLIN, Schönau-Nordwest und SPINELLI. In sanierten Gebäuden sinkt der CO<sub>2</sub>-Ausstoß durch weitere Maßnahmen wie Wärmedämmung und Umstellung der Heiztechnik im Vergleich zum unsanierten Zustand deutlich. Neben ihrer Verantwortung für ihre Mieter\*innen nimmt die GBG auch die Verantwortung für Mannheimer Quartiere und Stadtteile wahr. In der Neckarstadt-West und dem Jungbusch zeigt sich das aktuell

durch eine verstärkte Ankaufspolitik. Bislang wurden in der zentralen Neckarstadt-West, im Jungbusch und in den benachbarten Quadraten 19 Gebäude mit zusammen über 100 Wohneinheiten erworben, um die Quartiere zu stabilisieren, prekäre Wohnverhältnisse aufzulösen und die Mietpreisentwicklung zu bremsen.

In der Mittelstraße in der Neckarstadt-West wurde im Erdgeschoss eines neu erworbenen Wohnhauses ein Vor-Ort-Büro der GBG und ein Pop-up-Store des Markthauses eingerichtet. Als eine weitere Aufgabe übernimmt die GBG, die in diesem Jahr ihren 95. Geburtstag feiert, wichtige Einzelprojekte für die Stadt Mannheim. Ein solches Projekt ist das Neue Technische Rathaus, das die GBG für die Stadt im Glücksteinquartier gebaut und termingerecht übergeben hat. Das 56 Meter hohe Gebäude wurde innerhalb von rund zweieinhalb Jahren als KfW-Effizienzhaus-55 gebaut und bietet der Stadtverwaltung jetzt moderne Arbeitsplätze mitten in der Stadt.

Eine umfassende Kompetenz hat die GBG auch im Bau von Kindergärten und -krippen. Die GBG errichtete bereits 16 Krippen und Kindergärten und leistet so einen wichtigen Beitrag dazu, Mannheim noch familienfreundlicher zu machen. Zuletzt wurden das Kinderhaus in T4, ein provisorisches Kinderhaus auf der Hochstätt und ein Erweiterungsbau am Kinderhaus Ulmenweg fertiggestellt, geplant sind aktuell der Bau neuer Einrichtungen in den Stadtteilen FRANKLIN, Lindenhof, Scharhof und Hochstätt. „Wir blicken auf ein sehr erfolgreiches Geschäftsjahr 2020 zurück, in dem wir viel für die Mannheimer\*innen und unsere Mieter\*innen erreichen konnten“, sagte Karl-Heinz Frings, Geschäftsführer der GBG, bei der Vorstellung des Geschäftsberichts 2020. „Wir konnten zusätzlichen Wohnraum schaffen, viele weitere Angebote ausbauen und dabei unseren eigenen Ansprüchen, fair und nachhaltig zu agieren, weiter gerecht werden. Diesen Kurs, in Mannheim Raum für Zukunft zu schaffen, wollen wir als gesamte Unternehmensgruppe fortführen.“

**Aktive Tochterunternehmen**  
Die Markthaus Mannheim gGmbH wurde im Jahr 2020 in die GBG Unternehmensgruppe als ein Tochterunternehmen der ServiceHaus GmbH integriert. Der Integrationsbetrieb übernimmt wichtige Aufgaben in der Gruppe, indem er weitere Serviceangebote und wohnortnahe Nahversorgung anbietet. Durch die Übernahme der gGmbH konnten zudem 70 Arbeitsplätze, davon viele für Menschen mit Handicap, erhalten werden.

Die BBS Bau- und Betriebsservice GmbH hat im Jahr 2020 im Auftrag der Stadt Mannheim die Sanierung der Schulgebäude in der Stadt fortgeführt. Ein Schwerpunkt lag dabei auch auf der Umsetzung des Digitalpakts Schule.

Zudem bereitete die BBS 2020 den Neubau von zwei Schulen vor – mit dem Bau des Gebäudes auf FRANKLIN wurde im Frühjahr 2021 bereits begonnen, die Grundschule auf SPINELLI folgt ebenfalls noch im Herbst dieses Jahres. Die MWS Projektentwicklungsgesellschaft konnte im vergangenen Jahr die Entwicklung von SPINELLI beginnen. Die frühere Militärfäche wurde 2020 jeweils in Teilen von der MWSP, der GBG und der Stadt Mannheim gekauft. Die MWSP entwickelt die 20 Hek-

tar angrenzend an Käfetal-Süd in mehreren Bauabschnitten, das neue Wohnquartier nimmt hier bereits Gestalt an. Nach rund einem Jahr Rückbauarbeiten entsteht hier nun ein neues, nachhaltiges Quartier direkt am Grünzug Nordost, bis 2023 sollen die ersten Gebäude fertig sein.

Auch auf FRANKLIN zeigt sich an vielen Stellen ein deutlicher Fortschritt, aktuell leben bereits rund 3500 Menschen in Mannheims jüngstem Stadtteil. Die ServiceHaus hat ihr digitales Dienstleistungsangebot rund um Immobilien im Jahr 2020 weiter ausgebaut, die Gesellschaft übernimmt etwa für die GBG die Heiz- und Wasserkostenabrechnung. Als eine neue Aufgabe ist jetzt der Betrieb von Photovoltaikanlagen hinzugekommen, etwa auf dem Neu-

Technischen Rathaus oder dem Azubihaus. Als digitale Tochtergesellschaft entwickelt die ServiceHaus auch neue Geschäftsfelder und fungiert zudem als Muttergesellschaft der beiden gGmbHs CHANCE Bürgerservice und Markthaus Mannheim.

### Über die GBG Unternehmensgruppe

Zur GBG Unternehmensgruppe zählen die GBG - Mannheimer Wohnungsbaugesellschaft und ihre Tochtergesellschaften MWS Projektentwicklungsgesellschaft, BBS Bau- und Betriebsservice GmbH und ServiceHaus Service GmbH. Die kommunale Unternehmensgruppe gehört zu 100 Prozent der Stadt Mannheim. Zur ServiceHaus wiederum gehören die beiden Tochterunternehmen CHANCE gGmbH und seit April 2020 die Markthaus Mannheim gGmbH.

## Wenn die Geschichte „Junge Familie sucht“ ein Happy End hat



**Wir schaffen mit unseren mehr als 19.000 Wohnungen in Mannheim Raum zum Wohnen und öffnen der Zukunft die Tür.**

GBG-Mieterinnen im Innenhof ihres Wohnhauses im Stadtteil Schwetzingenstadt.

# Zurück ins Leben

## Das 17. Festival des deutschen Films Ludwigshafen am Rhein feiert die Wiederauferstehung der Filmkultur

(red) Wer am vergangenen Wochenende auf der idyllischen Parkinsel am Rhein das Festival des deutschen Films besuchte, war im richtigen Film: Erfreute sich an gut besetzten Kinos, ausgelassener Stimmung und langen, intensiven Filmtalks mit den zahlreichen Gästen bis spät in die Nacht. Was vor Tagen noch undenkbar schien, ist auf dem Filmfestival inzwischen Realität: Die Menschen sind zurück im Leben, genießen die wiedergewonnene Freiheit und feiern gemeinsam die Kultur.

Mit über 10.000 Besucher\*innen am vergangenen Wochenende legt sich langsam die Zurückhaltung der Festivalbesucher\*innen. Ab Samstag gilt die neue Corona-Schutzverordnung, die komplizierte Einteilung in verschiedene Bereiche auf dem Festivalgelände entfällt, ebenso die Abstands- und Maskenpflicht. Wer am Eingang seinen Impf- oder



Foto: Filmfestival Ludwigshafen

Genesenennachweis vorzeigt, kann sich praktisch frei und ungezwungen zwischen den zwei Zeltkinos und den zwei Freiluftkinos, sowie dem großzügigen Gastronomiebereich bewegen.

„Wenn es die 2-G-Regel nicht gäbe, würde ich nicht hier sein“, erzählt eine Besucherin und zeigt ihre imposante Anzahl von Kintickets für die Filme, die sie in den nächsten Tagen noch

anschaun will. Nach einer Umfrage des SWR, empfindet das Festivalpublikum auf der Parkinsel in der Impfung keine Einschränkung. Ganz im Gegenteil, „ein kleiner Picky und man ist zurück im Leben“, wie es ein Besucher ausdrückte.

„Die ersten Tage des Vorverkaufs verliefen etwas ruhiger“, sagt Festivalintendant Dr. Michael Kötz. „Man merke die starke Verunsicherung der Menschen nach eineinhalb Jahren der Zurückhaltung wieder eine größere Veranstaltung zu besuchen. Das wurde aber von Tag zu Tag besser. Es sprach sich offenbar herum, wie schön und ungezwungen auf der Parkinsel die Filmkunst und die Stars gefeiert werden. Entscheidend für den sehr guten Besuch am Wochenende aber waren die Erleichterungen der neuen Verordnung, verbunden mit der Sicherheit, sich in einem 2G-Bereich zu befinden.“

Bis Sonntag wurden fast 55.000 Kintickets verkauft, inklusive Vorverkauf. Nachdem das Münchner Filmfest 25.500 Besucher\*innen meldete, die Berlinale 60.000 ist das 17. Festival des deutschen Films Ludwigshafen am Rhein auf dem besten Weg in 2021 trotz aller Widrigkeiten das besucherstärkste Filmfestival Deutschlands zu werden.

„Viel wichtiger als die Besucherzahlen ist der psychologische Effekt für die Menschen, sich auf unserem Festival ein Stück Kulturleben zurückzuholen“, stellt Dr. Michael Kötz fest. „So sehr es uns natürlich freut, dass unser spezielles Festivalkonzept offensichtlich auch in diesen Zeiten funktioniert, sind wir doch weit entfernt von den Zahlen in 2019.“

Gut, dass es zur Absicherung den Sonderfond für Kulturveranstaltungen der Bundesregierung gibt.“

# Festival des Deutschen Films in Ludwigshafen

## zeigt den Film „König Bansah und seine Tochter“ König Céphas Bansah stellte sich bereitwillig den interessierten Fragen des Publikums

(red) „König Bansah und seine Tochter“ - der Film zeigt eindringlich zwei Welten, die unterschiedlicher nicht sein können.

### Ein König – Zwei Welten

Auf der einen Seite eine reiche Nation, Überfluss vom Feinsten, auf der anderen Seite kein sauberes Wasser, wenige Brunnen, fehlende Schulen, Brücken, Straßen und so viel mehr. Im Rahmen eines Austauschs kam der Monarch in den 70 igern nach Ludwigshafen.

Seiner Familie in Ghana war schon damals Bildung sehr wichtig. Er machte einen Abschluss zum einen als Landmaschinenmeister, zum anderen als Kfz-Meister. Seitdem betreibt er in Ludwigshafen seine eigene KFZ – Werkstatt. „Mittlerweile habe ich schon 14 „Azubis“ erfolgreich ausgebildet“, so der Monarch

stolz. Er hat zwei Kinder, Katharina und Carlo, die wohl einmal sein Amt übernehmen werden.

Nach der Krönung zum König, - die in Ghana Grund des Voodoo - Glaubens wohl mit großen körperlichen Schmerzen verbunden ist – hier ist von tagelangen Ritualen durch Schnittwunden etc. die Rede, seine zahlreichen Narben sind deutlich sichtbar – entschied sich Céphas Bansah, von Deutschland aus sein Volk zu regieren und unterstützen. Unermüdlich sammelt er Spenden, sowohl Sach- als auch Geldspenden. Derzeit ist wieder ein Container mit hunderten gespendeter Fahrrädern unterwegs.

Der Film „König Bansah und seine Tochter“ zeigt den Besuch des Oberhauptes mit seiner Tochter bei einem der Besuche in seinem Land.



Foto: LB

Er zeigt ein Volk voller Herzlichkeit, trotz der widrigen Lebensumstände. Fehlende Brücken zwingen die Menschen durch Krokodil verseuchte Flüsse zu waten, viele verloren deshalb ihr Leben.

Mittlerweile konnten durch Spenden einige Brücken gebaut werden. Er zeigt Menschen, deren Haut und Augen von Würmern befallen sind, weil sie Grund fehlender Brunnen gezwungen sind, das verseuchte Wasser zu trinken. Auch hier hat das uner müdliche Wirken des Königs schon ein wenig Abhilfe geschaffen und einzelne Brunnen konnten geschlagen werden.

Tochter Katharina bringt es auf den Punkt. „Meinem Vater ist nichts zuviel, er 'pienzt nicht rum', er packt einfach an, eines nach dem anderen.“ Er sammelt Medikamente, (gibt es doch nur Aspirin – alles wird mit Aspirin behandelt), Fahr-

räder, Handys, Computer, Laptops, Inlineskater....., selbst eine ganze Feuerwehrausrüstung fand den Weg nach Ghana.

Manchmal geht auch etwas komplett schief. Die Wasserpumpe, die er in Deutschland organisiert hatte, transportierte er voller stolz nach Ghana. Allerdings war diese dermaßen kraftvoll, dass nach dem Anschalten die kompletten Wasser-schläuche platzten.

Mehr als eine Stunde beantworteten König Bansah, seine Frau Gabriele und seine Tochter Katharina, gemeinsam mit der Regisseurin Agnes Lisa Wegner, die interessierten Fragen der Zuschauer\*innen

Der sympathische König plauderte aber auch aus seinem persönlichen Nähkästchen. Er wäre süchtig nach Milch, trinkt nur Früchtetee und ohne Pfälzer Leberwurst „da geht gar nichts. Was als erstes zur Reise nach Ghana in den Koffer kommt, ist Leberwurst. Da ist der Koffer gleich voll,“ lächelt der Monarch, ohne die Dringlichkeit seiner Lebensaufgabe ins Lächerliche zu ziehen. Es ist noch soviel zu tun bei dem Volk der Ewe im Osten Ghanas.

Wer nicht das Festival des Deutschen Film auf der Ludwigshafener Parkinsel besuchen kann, findet den interessanten Film in der ZDF-Mediathek.

Rund um die Uhr  
brandaktuell  
Lokales & Regionales  
Immer Kostenlos!  
www.metropoljournal.com

Als Pädagogische Fachkraft zu Hause arbeiten?  
Ja, das geht so >  
oder einfach anrufen: 0202 317370  
up!  
down

# Neustadts Weingarten

## Weinlesefest vom 16.09 bis 03.10.2021

(red) Auch in diesem Jahr kann das traditionelle Deutsche Weinlesefest in Neustadt an der Weinstraße mit seinem urigen Fachwerk-Weindorf, den "Haiselschern", nicht wie gewohnt gefeiert werden. Unter freiem Himmel, mit dem nötigen Abstand, ist Neustadts Weingarten der diesjährige Treffpunkt, um als Weinliebhaber ein gutes Glas Wein zu genießen, regionale Speisen zu probieren und inmitten einer einladenden Gartenatmosphäre den Spätsommer zu genießen ... „Klein, aber fein“ ist.



Foto: Stadt Neustadt

„Neustadts Weingarten“, welcher, wie im vergangenen Jahr auf dem Daniel-Meining-Platz (Saalbauvorplatz) und der angrenzenden Grünfläche aufgebaut wird, hat vom 16. September bis 3. Oktober 2021, wie folgt geöffnet:  
So. bis Do. von 11.00 bis 22.00 Uhr  
Fr. 01.10. und Sa. 02.10. von 11.00 bis 24.00 Uhr.

Für das Wohl der Gäste sorgen in diesem Jahr die Haiselscher-Betreiber „Feucht-Fröhlichen Neustadter“ (FFN), die Freiwillige Feuerwehr Neustadt, Mörschel's Woihaisel, Zum Hauckemetzger, der Karnevalverein 1840 Neustadt an der Weinstraße e.V. (KVN) und Forlani's Winzerscheune.

Willkommen sind Gäste aus Nah und Fern, spontan oder auch mit Reservierung. Tische können für den Außenbereich oder auch für den Innenbereich (Gastrozelte oder Haisel) bei den Betreibern vor Ort und unter den unten angegebenen Telefonnummern reserviert werden.

Vorabreservierungen für den Zugang zu "Neustadts Weingarten" sind nicht nötig. Am Eingang findet lediglich eine 3G-Kontrolle und eine Besucherzählung statt, da nur eine maximale Anzahl von 1.500 Besuchern zeitgleich zugelassen ist.

Wir empfehlen allerdings größeren Gruppen an den Besucherstarken Wochenenden eine Tischreservierung beim gewünschten Betreiber vorzunehmen:

- „Zum Hauckemetzger“: Andreas und Nicole Sauer (Handy:0172-6248493 oder E-Mail Andreas-Sauer.2@gmx.de)
- "Feucht-Fröhliche Neustadter": Werner Maas (Handy: 0151-241 55606) oder E-Mail info@ffn-neustadt.de
- "Mörschel's Woihaisel": Mario Weil (Handy: 0172-6336126 oder E-Mail die4weils@kabelmail.de)
- "Winzerscheune": Patric Forlani (Handy: 0163-6589290) oder E-Mail: forlanigmbh@yahoo.de
- Weinhäuser Feuerwehr: Mario DiNoi (Handy 0151-64466400) oder E-Mail mario.dinoi@t-online.de
- Karnevalverein Neustadt 1840 e. V.: Edwin Hartmann (Handy 0174-24942 70 oder E-Mail hartmannedwin@web.de)

### Allgemeine Informationen:

Da die Unterführung am Saalbau derzeit aufgrund von Renovierungsarbeiten nicht passiert werden kann, besteht der Zutritt zum Weingarten über die Bahnhofstraße (gegenüber den Bushaltestellen) am Bahnhofsvorplatz.

Am Eingang zum Gelände werden, gemäß den Vorgaben der aktuellen 26. Corona-Bekämpfungsverordnung des Landes Rheinland-Pfalz, die Besucher nach ihrem 3G-Status kontrolliert: Geimpft = Vollständiges Impfungszertifikat muss vorgewiesen werden (App und/oder Impfpass) Genesen = Schriftlicher, beglaubigter Genesenennachweis, der nicht älter als 6 Monate ist muss vorgewiesen werden (App und/oder Zertifikat) Getestet = Nachweis eines Antigen-

test muss vorgewiesen werden, der nicht älter als 24h ist. Ein Selbsttest ist nicht zulässig. (App und/oder Zertifikat)

Schnellteststellen sind nur wenige Gehminuten entfernt.

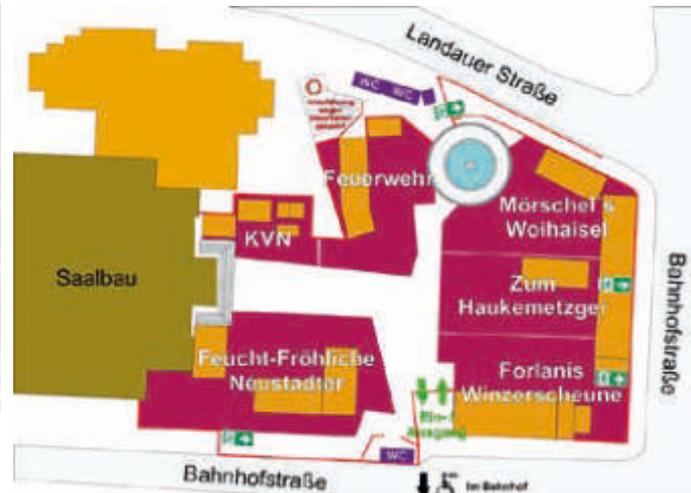
Nähere Informationen finden Sie unter <https://schnelltest.neustadt.eu/> Auf dem Gelände sind die zu diesem Zeitpunkt geltenden Hygienevorschriften zu beachten, vor allem die Maskenpflicht bis zum Erreichen des festen Platzes. Außerdem besteht die Pflicht der Kontakterfassung im Innenbereich und die Beachtung der AHA-Regeln.

### Und Neustadt an der Weinstraße hat noch mehr zu bieten ...

Wer's prickelnd mag, sollte sich den 3. Oktober 2021 im Kalender vormerken. Ab 11 Uhr können Besucherinnen und Besucher des „Sparkling Wine-Day“, ebenfalls in der Hetzelgalerie, mehr als 80 verschiedene nationale und internationale Sekt- und Champagnersorten verkosten. Bei der Veranstaltung ist der Eintritt frei. Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.

Da die Sonderveranstaltungen im Innenbereich stattfinden, müssen Besucherinnen und Besucher geimpft oder genesen sein oder einen aktuellen PCR oder Antigen-Schnelltest vorzeigen können. Selbsttests sind nicht zulässig. Schnellteststellen sind wenige Gehminuten entfernt. Nähere Informationen finden Sie unter <https://schnelltest.neustadt.eu/>.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



## Sparkling Wine-Day



03.10.2021  
11-17h

im Obergeschoss der Hetzelgalerie



16.09. - 03.10.

Daniel-Meining-Platz

Neustadts Weingarten ist am 01. & 02.10. bis 24 Uhr geöffnet.

# Ein großes Vermächtnis

## Veranstaltungsreihe zu 1.700 Jahren jüdischem Leben in Deutschland

(red) Anlässlich des Festjahres „1.700 Jahre jüdisches Leben in Deutschland“ findet in der katholischen Pfarrkirche Sankt Maria in Landau eine

Veranstaltungsreihe statt, die von der Katholische Erwachsenenbildung Bistum Speyer in Kooperation mit der Pfarrei Mariä Himmelfahrt Landau und dem Protestantischen Kirchenbezirk Landau organisiert wird. An drei Abenden werden bedeutende jüdische Persönlichkeiten in den Blick

genommen, die – obwohl von den Nationalsozialisten verfolgt – alle ein großes Vermächtnis hinterlassen haben.

Den Auftakt der Veranstaltungsreihe bildet am 09. Oktober 2021 ein Vortrags- und Konzertabend mit dem Titel „Zwischen Flucht und innerer Emigration – Leben und Werk des Komponisten Heinrich Kaminski“. Weiter geht die Veranstaltungsreihe mit einem literarischen Konzert am

30. Oktober 2021 unter dem Titel „Das Kind tut Wunder wie der Frühling“ – Janusz Korczak (1878–1942)“. An diesem Abend kommentiert das Ensemble Rubato mit jiddischen Liedern und mitreißendem Klezmer das Wirken des jüdischen Kinderarztes, Schriftstellers und Reformpädagogen Janusz Korczak, der die Kinder seines Warschauer Waisenhauses vor

75 Jahren in die Gaskammern von Treblinka begleitete. „Musik aus dem

Schatten des Unsagbaren – Leben und Werk des Komponisten Viktor Ullmann“ lautet der Titel des letzten Konzertabends am 06. November 2021. Das Zentrum des Abends bilden die Kunstlieder Ullmanns, die nur durch einen glücklichen Zufall erhalten geblieben sind. Ullmann, der sein Werk weitgehend im KZ Theresienstadt geschaffen hat, versteckte sie – auf Packpapier geschrieben – vor seiner Vergasung in Aus-

witz in einer kleinen Kiste, die von einem Bibliothekar gefunden wurde. Alle Veranstaltungen finden jeweils um 19:00 Uhr in der kath. Pfarrkirche St. Maria (Marienring 2) in Landau statt. Der Eintritt kostet 8,- € (ermäßig 5,- €). Weitere Infos unter: [www.kirchelandau.de/tickets](http://www.kirchelandau.de/tickets)

Die Tickets können auch bei der Katholischen Erwachsenenbildung (Tel.: 06232/102-180, E-Mail: [keb@bistum-speyer.de](mailto:keb@bistum-speyer.de)) bestellt werden.

# Versuchsanbau erfolgreich gestartet:

## Ab sofort wird bei Pfalzmarkt eG der erste Stangenbrokkoli geerntet

(red) Als Deutschlandpremiere wird bei Pfalzmarkt für Obst und Gemüse eG erstmals Bimi® Brokkoli geerntet. Andreas Röß aus Frankenthal ist der erste Pfalzmarkt-Erzeuger, der jetzt mit der Ernte des Stangenbrokkolis in der Vorderpfalz begonnen hat. In der Südpfalz war die Ernte von Bimi® Brokkoli im Versuchsanbau einige Tage später dran: Die Bestände bei Pfalzmarkt-Erzeuger Markus Günther aus Kandel haben sich ebenfalls sehr gut entwickelt. Da er seine Jungpflanzen Anfang Juli einige Tage später ausgepflanzt hatte, kann die weitere Ernte nun – gemäß Anbauplanung – zeitversetzt und gestaffelt erfolgen. Bei der Vermarktung des ersten Bimi® Brokkoli aus deutschem Anbau hat Pfalzmarkt eG dadurch – beispielsweise bei der Verfügbarkeit und Frischelogsik – Vorteile.

Die leckere Produktinnovation wird



Foto: Pfalzmarkt

exklusiv von Pfalzmarkt eG angebaut. Um Partnern im Lebensmitteleinzelhandel (LEH) und den Verbrauchern die vielfältigen Vorteile der Produktinnovation besser zu kommunizieren, wird der leckere Stangenbrokkoli in Deutschland exklusiv bei Pfalzmarkt

eG als Marke angebaut und vertrieben. Bildunterschriften: Auch optisch macht die Erntepremiere von Pfalzmarkt eG was her: Bimi® Brokkoli ist eine besondere Brokkoli-Sorte mit einem mild-süßlichen und leicht nussigen Geschmack. Er ist zarter als

marktüblicher Brokkoli und kann im Ganzen verzehrt werden. Bildnachweise: Pfalzmarkt eG

Bimi® Brokkoli ist gesund und hat einen milden, leicht nussigen Geschmack

Bimi® Brokkoli ist eine besondere Brokkoli-Sorte mit einem mild-süßlichen und leicht nussigen Geschmack. Er ist zarter als marktüblicher Brokkoli und kann im Ganzen verzehrt werden. Schnippeln ist nicht notwendig. Der Genuss von Bimi® Brokkoli ist ebenso einfach wie vielfältig. Egal ob gebraten, gegrillt, gekocht, gedämpft oder sogar roh – der leckere und optisch schön gewachsene Stangenbrokkoli steht in wenigen Minuten auf dem Tisch. Dank kurzer Zubereitungszeiten bleiben alle wertvollen Nährstoffe erhalten: Bimi® Brokkoli ist reich an Ballaststoffen, Proteinen, Folsäure, Kalium und den Vitaminen A und C.

Premierenanbau findet in der Pfalz sehr gute Wachstumsgrundlagen vor. Wie der erfolgreiche Versuchsanbau zeigt, bietet die Pfalz – als das größte Freilandgemüse-Anbaugelände Deutschlands – sehr gute Wachstumsgrundlagen für Bimi® Brokkoli. Die Pflanzen haben einen schnellen Wachstumszyklus und es können mehrere Erntegänge erfolgen. Die Kultur ist arbeitsintensiv. Für den Anbau und die Ernte braucht es Spezialisten. Den beiden Pfalzmarkt-Erzeugern Andreas Röß und Markus Günther kommt ihre langjährige Expertise, Erfahrung und Leidenschaft beim Anbau von Brokkoli zugute! Damit die beiden Pfalzmarkt-Erzeuger die besonderen Anforderungen, die die Pflanze im Anbau stellt, bestmöglich verstehen, werden sie im Versuchsanbau von einem Agronomen der Marke Bimi® beraten und unterstützt.

# Aktion Dreikönigssingen 2021 trotz Corona-Pandemie ein voller Erfolg

## Sternsinger sammeln in außergewöhnlichen Zeiten 38,2 Millionen Euro

(red) Die Sternsinger haben trotz Corona-Pandemie und Lockdown ein herausragendes Sammelergebnis erreicht. Bei der 63. Aktion Dreikönigssingen sammelten die Mädchen und Jungen rund 38,2 Millionen Euro (exakt: 38.215.497,73 Euro). Das sind 78 Prozent im Vergleich zu 49,3 Millionen Euro, die im Jahr 2020 zum gleichen Zeitpunkt gezählt wurden.

Die Sternsingergruppen, die im Bistum Speyer Anfang 2021 unterwegs waren, trugen rund 842.000 Euro (exakt: 842.090,83 Euro) zu dem Gesamtergebnis der Aktion bei. „Ich bin sehr froh über dieses tolle Spendergebnis.“, so Kaplan Matthias Schmitt, der für die organisatorische

Durchführung im Bistum Speyer verantwortlich ist. „Lange war nicht klar, wie die Sternsinger unterwegs sein können. Aber für viele ehrenamtliche Kinder, Jugendliche und Erwachsene ist die jährliche Aktion ein richtiges Herzensanliegen.

Deshalb wurden viele Alternativen zum traditionellen Hausbesuch entwickelt“, freut sich Schmitt über die Bereitschaft bei der letzten Aktion. „Wir hoffen aber dieses Jahr darauf, dass die Sternsinger den Segen im nächsten Jahr wieder persönlich in die Häuser bringen können.“ Seit dem Start der Aktion 1959 kamen insgesamt rund 1,23 Milliarden Euro zusammen. Mehr als 76.500 Projekte für benachteiligte Kinder in Afri-

ka, Lateinamerika, Asien, Ozeanien und Osteuropa konnten damit seit Beginn der weltweit größten Solidaritätsaktion von Kindern für Kinder unterstützt werden.

Die Sternsingeraktion 2021 war bislang sicher die herausforderndste Aktion seit dem Start im Jahr 1959“, sagt Pfarrer Dirk Bingener, Präsident des Kindermissionswerks. „Die Sternsingerinnen und Sternsinger sowie die Verantwortlichen in den Gemeinden haben sich dadurch jedoch nicht entmutigen lassen.

Die vielen engagierten Kinder konnten zwar nicht von Haus zu Haus gehen, aber dennoch hat der Segen die Menschen auf unterschiedlichen

Wegen erreicht. Dafür gilt ihnen unser herzlicher Dank“, so Bingener.

„Kindern Halt geben – in der Ukraine und weltweit“ lautete das Motto der vergangenen Aktion Dreikönigssingen, bei der die Sternsinger und Ehrenamtlichen auf neuen Wegen in rund 8.000 Pfarrgemeinden aktiv waren. Dabei machten sie auf das Schicksal von Kindern aufmerksam, die mit nur einem Elternteil, bei Großeltern oder in Pflegefamilien aufwachsen, weil ihre Eltern im Ausland arbeiten. Erstmals wurde die Sternsingeraktion in diesem Jahr aufgrund der Corona-Pandemie verlängert. So konnten die Königinnen und Könige den Segen bis zum 2. Februar 2021 zu den Menschen bringen. Der Leitgedanke der engagierten

Mädchen und Jungen: „Heller denn je – die Welt braucht eine frohe Botschaft!“

Rund um den kommenden Jahreswechsel werden die Sternsinger bei ihrer 64. Aktion Dreikönigssingen auf die Gesundheitsversorgung von Kindern in Afrika aufmerksam machen. „Gesund werden – gesund bleiben. Ein Kinderrecht weltweit“ lautet das Motto der kommenden Aktion. Anhand von Beispielprojekten in Ägypten, Ghana und dem Südsudan wird gezeigt, wo die Hilfe der Sternsinger ankommt und wie die Gesundheitssituation von Kindern verbessert wird. Eröffnet wird die Aktion am 30. Dezember in Regensburg.

# „Pack's in die Box“

## Startschuss für Erweiterung der landesweiten „Müll nicht rum“-Kampagne fällt in Speyer

(red) Im Durchschnitt produziert ein Mensch in Deutschland rund 108 kg Verpackungsmüll pro Jahr – eine unglaubliche Menge, die es zu reduzieren gilt.

Die rheinland-pfälzische Kampagne zur Müllvermeidung wurde daher kürzlich erweitert: „Pack's in die Box“ lautet das Motto des neusten Bausteins der Dach-Kampagne „Müll nicht rum“. Ziel ist es, die Menschen dahingehend zu sensibilisieren, dass zum Einkaufen eigene Mehrwegboxen mitgebracht und in teilnehmenden Supermärkten, Geschäften, oder Verkaufsstellen befüllt werden können, um so wirksam Einwegverpackungen einzusparen. vielerorts gibt es bereits Leihsysteme für Boxen, die dann zum Beispiel an der Wurst- oder Käsetheke genutzt werden können.



Foto: © Ministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie und Mobilität

Das ist auch während der Corona-Pandemie problemlos umsetzbar, beispielsweise durch ein Tablettsystem. Dabei legen die Kund\*innen die Box geöffnet auf ein Tablett, das Verkaufspersonals nimmt dieses

an sich, gibt die gewünschte Menge des Produkts hinein, reicht das Tablett anschließend zurück und die Kund\*innen verschließen die Box selbst – völlig kontaktlos. Den Startschuss für diese Erweiterung

der „Müll nicht rum“-Kampagne gab Umweltministerin Anne Spiegel zusammen mit Steffen Blaga von der IHK Pfalz vergangene Woche im Unverpackt-Laden Speyer.

Auch die städtische Umweltdezernentin Irmgard Münch-Weinmann, die an diesem Termin teilgenommen hat, freut sich über das zukunftsweisende Konzept der Unverpackt-Läden: „Das ist ein Ort, an dem bereits eindrucksvoll gezeigt wird, wie verpackungsfrei eingekauft werden kann.“

Unverpackt-Läden sind, wie der Name bereits vermuten lässt, Einkaufsgeschäfte, die völlig frei von Einwegverpackungen sind und in denen nicht nur Lebensmittel, sondern beispielsweise auch Körperpflegeprodukte angeboten werden.

Zu den 19 bereits etablierten Geschäften dieser Art in Rheinland-Pfalz sollen noch neun weitere hinzukommen.

Als neuester der insgesamt fünf Bausteine des Dach-Projekts „Müll nicht rum“ des rheinland-pfälzischen Klimaschutzministeriums steht „Pack's in die Box“ für nachhaltige und innovative Alternativen zur herkömmlichen Plastiktüte.

Weitere ausführliche Informationen zum Thema Müllvermeidung liefert die Website <https://muellnichtrum.rlp.de>, wo sich Interessierte umfassend über Angebote und Ideen der Kampagne informieren können. Außerdem sind dort alle Kooperationspartner inklusive ihrer Standorte aufgelistet.

# Indischer Generalkonsul in der Wirtschaftsregion Bergstraße

## Antrittsbesuch des Indischen Generalkonsuls aus Frankfurt am Main

(red) In diesen Tagen stattete Dr. Amit Telang, Generalkonsul von Indien in Frankfurt, der Wirtschaftsregion Bergstraße seinen Antrittsbesuch ab. Aus dem indischen Generalkonsulat begleiteten ihn Vinod Kumar, Konsul Wirtschaft, sowie Marketingleiterin Rissy Ann Mathew. Die Wirtschaftsregion Bergstraße / Wirtschaftsförderung Bergstraße GmbH (WFB) hatte zu diesem Anlass einen Unternehmensbesuch bei der Pharmazeutischen Fabrik Dr. Reckeweg & Co. GmbH in Bensheim organisiert. Das dynamisch wachsende Unternehmen ist in seiner Branche Marktführer in Indien. Von Seiten der WFB nahmen Dr. Matthias Zürker, der Geschäftsführer, sowie Kathrin Fausel, Leiterin Standortmarketing/Investorenservice an der Veranstaltung teil.

Natalie Reckeweg und David Reckeweg-Lecompte, die in der vierten Generation als Geschäftsführer der Pharmazeutischen Fabrik Dr. Reckeweg & Co. GmbH tätig sind, begrüßten die Gäste. Die WFB präsentierte dem Konsul und den Anwesenden die Standortqualitäten der



Foto: WFB

Wirtschaftsregion Bergstraße mittels eines Image-Films. „Die sehr gute Infrastruktur, optimale Verkehrswege, der nahe gelegene International Airport in Frankfurt am Main und viele weitere Argumente haben rund 15.000 Unternehmen aus zahlreichen Branchen von der Wirtschaftsregion Bergstraße überzeugt, sich hier anzusiedeln oder die Präsenz am Standort kontinuierlich auszubauen“, so Dr. Zürker. Zahlreiche mittelständische Firmen, aber auch Global Player seien

hier erfolgreich, sagte er. Als eines der am schnellsten wachsenden Vorzeige-Unternehmen in der Region hob er die Pharmazeutischen Fabrik Dr. Reckeweg & Co. GmbH hervor.

Über die Firmenhistorie sowie die aktuellen Vorhaben des Homöopathie-Spezialisten informierten die beiden Geschäftsführer. „1947 wurde unser Familienunternehmen gegründet und hat sich als Hersteller homöopathischer Arzneimittel weltweit einen Namen gemacht. Rund 235 Mitarbeiter

sind in Bensheim tätig“, so die beiden Firmenchefs. Wie sie weiter erläuterten, ist die Pharmazeutische Fabrik Dr. Reckeweg & Co. GmbH in mehr als 40 Ländern vertreten und kann auf internationale Vertriebspartner zählen. In Indien gebe es 2.500 Präparate aus dem Hause Dr. Reckeweg, welche 2021 einen Umsatz von rund 20 Millionen Euro erwirtschafteten. Hier kaufe alle zwei Sekunden ein Kunde ein Produkt des Bensheimer Homöopathie-Experten, erklärten die Firmenchefs.

Ganz aktuell beschäftigt sich das Unternehmen mit der Herstellung medizinischer Cannabis-Produkte, deren internationaler Markt sich aktuell dynamisch entwickelt, Indien bewegt sich dabei an der Spitze. Seit Sommer 2020 sind bestimmte Cannabis-Produkte auch in Deutschland zugelassen. Wie David Reckeweg-Lecompte informierte, befasst sich Dr. Reckeweg am Standort gemeinsam mit der Eurox Pharma GmbH, ihrem Joint-Venture-Partner für Arzneimittel auf Cannabis-Basis, in einem speziellen, hoch-

gesicherten Trakt des Standorts in Bensheim mit der Produktion medizinischer Cannabis-Produkte. Bei dieser Kooperation fungiert Dr. Reckeweg als exklusiver Hersteller für Deutschland – die Markteinführung stehe kurz bevor, so der Geschäftsführer.

Dr. Telang zeigte sich beeindruckt von der Wirtschaftsregion Bergstraße und dem Unternehmen Dr. Reckeweg. Er hob hervor, den wissenschaftlichen Austausch zwischen deutschen Firmen und indischen Forschungseinrichtungen unterstützen zu wollen und stellte in Aussicht, entsprechende Kontakte herstellen zu können. Dr. Telang sowie die beiden Geschäftsführer des Unternehmens waren sich einig, dass Cannabis über ein enormes medizinisches Potenzial verfüge. Um die wissenschaftliche Anerkennung voranzutreiben, laufen derzeit zahlreiche Studien mit dem Ziel die klinischen Effekte von medizinischem Cannabis zu erforschen. Auch Dr. Reckeweg engagiert sich gemeinsam mit Eurox Pharma und führenden Hochschulen und Kliniken auf diesem Gebiet.

## Mit „Walk & talk“ Gründerinnen unterstützen

### In lockerer Atmosphäre den gegenseitigen Austausch und Netzwerke fördern

(red) „Mit der Gründungsoffensive Bergstraße-Odenwald setzen wir uns seit zwölf Jahren erfolgreich für die Wirtschaftsregion Bergstraße als erfolgreiche Gründerregion ein“, so Marco Kreuzer, Projektleiter der Gründungsoffensive Bergstraße-Odenwald und Gründerberater bei der Wirtschaftsregion Bergstraße/Wirtschaftsförderung Bergstraße GmbH (WFB). Dabei bietet die WFB Gründerinnen und Gründern sowie Unternehmen im Wachstum immer wieder neue Formate, die den gegenseitigen Austausch fördern und den Netzwerkaufbau unterstützen.

So findet unter der Überschrift „Walk & talk“ am Samstag, den 16. Oktober 2021 um 10 Uhr erstmals eine Veranstaltung im Rahmen der Gründungsoffensive statt, die sich sowohl an Gründerinnen richtet,

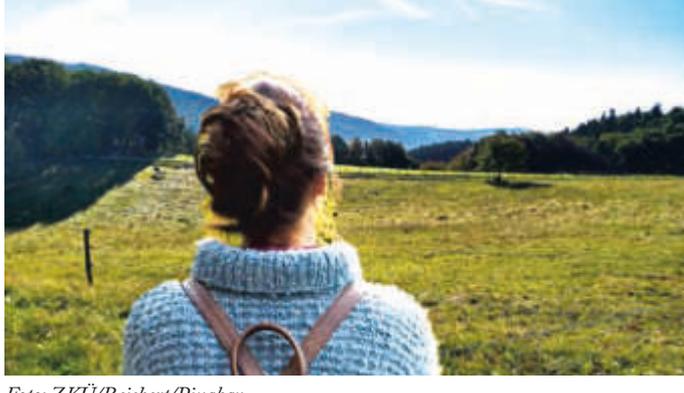


Foto: ZKÜ/Reichert/Pixabay

die eine berufliche Selbständigkeit planen als auch an Unternehmerinnen, die in den vergangenen fünf Jahren eine Selbständigkeit aufgebaut haben. Das neue Format führt die WFB gemeinsam mit der Zukunftsoffensive Überwald GmbH

(ZKÜ) durch. Die Veranstaltung startet morgens in Wald-Michelbach mit einer lockeren rund einstündigen Wanderung durch die schöne Landschaft des Odenwalds. Unterwegs erläutert Caroline Liemert, Vorstand beim Bergsträßer Business

Women e.V., einem Netzwerk für Unternehmerinnen und berufstätige Frauen an der Bergstraße, die Ziele und Tätigkeiten des Vereins und auch die ZKÜ erklärt ihre Aufgaben und Serviceleistungen.

Im Fokus der Veranstaltung liegt ein Unternehmensbesuch der GfN Herstellung von Naturextrakten GmbH und Selco Wirkstoffe Vertriebs GmbH, die zusammen natürliche Rohstoffe in Kosmetik, Pharmazie und Nahrungsergänzung herstellen und hochwertige Wirkstoffe anbieten. Die Geschäftsführerin der beiden Unternehmen, Michèle Lindner, begrüßt die Gäste und stellt die Firmen vor. Danach geht es zu Fuß über den Gewerbepark IGENA zurück zur Ortsmitte. Vor der ZKÜ klingt die Veranstaltung am frühen Nachmittag aus.

Das neue Format „Walk & talk“ findet auch bei getrüübtem Wetter statt, bei Dauerregen oder Gewitter behält sich die WFB eine Absage vor. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Info: Anmeldungen erfolgen bei Marco Kreuzer unter folgender E-Mail: marco.kreuzer@wr-bergstrasse.de.

Wissenswertes über die Wirtschaftsregion Bergstraße und die Serviceleistungen der WFB gibt es unter [www.wirtschaftsregion-bergstrasse.de](http://www.wirtschaftsregion-bergstrasse.de).

Die ZKÜ finden Sie unter [www.ueberwald.eu](http://www.ueberwald.eu), die GfN Herstellung von Naturextrakten GmbH und die Selco Wirkstoffe Vertriebs GmbH unter [www.gfn-selco.de](http://www.gfn-selco.de), den Bergsträßer Business Women e.V. unter [businesswomen-bergstrasse.de](http://businesswomen-bergstrasse.de).

## Öffentliche Gästeführungen in Lorsch

### An ausgewählten Sonn- und Feiertagen um 14 Uhr

(red) Für Lorschs Gäste, aber auch Alteingesessene und Zugezogene, bietet die Tourist-Information „NibelungenLand“ an ausgewählten Sonn- und Feiertagen öffentliche Führungen an.

Diese starten jeweils um 14 Uhr und decken verschiedene Themen wie die Stadt allgemein, den Kräutergarten oder den Tabakshuppen ab. Anmeldungen sind vor Ort bis 13 Uhr

möglich, die Teilnehmerzahl ist derzeit auf zehn Personen begrenzt.

Am kommenden Sonntag, 19.09., kann die Karolingerstadt mit dem Kloster und vielen weiteren sehenswerten Gebäuden und ihren Geschichten erkundet werden. Ein Besuch im Nibelungensaal ist dieses Mal nicht möglich, ein Negativtest wird für die Teilnahme daher nicht benötigt.



Foto: WFB

Informationen zu Terminen und Preisen sind in der Rubrik „Gästeführungen“ auf [www.nibelungenland.net](http://www.nibelungenland.net) zu finden.

Info: Die Tourist-Information „NibelungenLand“ in Lorsch ist Montag bis Sonntag von 10 bis 13 Uhr und von 14 bis 17 Uhr geöffnet und unter der Rufnummer 06251/17526-0 oder per E-Mail unter [info@nibelungenland.net](mailto:info@nibelungenland.net) erreichbar.

# Rosenlandschaft im Schlossparkweiher

## Blütenpracht mit ökologischer Funktion – Dringender Appell: Keine Enten füttern!

(red) Der Weinheimer Schlossparkweiher wird immer mehr zum Biotop mit hoher Arten- und Naturschutzqualität inmitten des historischen Parkgeländes. Die Weinheimer Schlossparkgärtner setzten Anfang der Woche eine Vielzahl von Wasserpflanzen in den Teich, darunter 40 Seerosen und weitere Teichrosen, die im kommenden Frühjahr und Sommer eine prachtvolle Blüte versprechen – und eine weitere Attraktion im Schlosspark.



Foto: Stadt Weinheim

Die Pflanzen wurden im sonnigen Teil des Weihers eingebracht, denn unter anderem sollen die Blätter auch das Wasser beschatten, um Algenblüten einzudämmen. Die Wasserpflanzen erfüllen nämlich nicht nur einen optischen Zweck sondern vor allem einen ökologischen. Die Fontänen sind schon eine geraume Zeit aus Artenschutzgründen

abgeschaltet. Stattdessen wurden tierfreundliche Belüftungsanlagen eingebaut - mit ersten Erfolgen, wie Umwelt- und Naturschutzberater Roland Robra bestätigt.

Die Wasserpflanzen dienen nun erneut der Verbesserung des Lebens-

raums für Tiere, die im Wasser leben, vor allem Insekten und Amphibien. Robra: „Die schwimmenden Wasserpflanzen werden zusätzlich zu der installierten Belüftungsanlage die Wasserqualität verbessern.“ Allerdings brachte die Reinigung des Wassers auch unangenehme Eindrücke mit

sich. Denn bei dieser Gelegenheit wurde auch allerhand Müll aus dem Weiher entsorgt, der leider immer wieder dort hineingeworfen wird. Robra appelliert: „Da in Zukunft das Wasser des Weihers zum Reinigen nicht mehr oder zumindest nicht mehr vollständig abgelassen werden kann, darf wirklich nichts ins Wasser

geworfen werden.“ Er weist auch nochmals darauf hin, dass Wasservögel nicht gefüttert werden dürfen, da sich so zu viele von ihnen auf dem Weiher tummeln und die Wasserqualität durch den Nährstoffeintrag durch Brot und den Kot der Tiere sehr leidet.

**Lokales & Regionales Immer Kostenlos!**  
[www.metropoljournal.com](http://www.metropoljournal.com)

# Himmlische Zeiten mit Evergreens

## Musical für gute Laune am 5. Oktober in der Stadthalle

(red) Diese Damen sind ein Hit! In der Privatabteilung eines Krankenhauses treffen sie aufeinander: die Karrierefrau, die ihren Managerposten mit einer kosmetischen Generalüberholung gegen die Konkurrenz verteidigen will, die junge, die kurz vor Toresschluss ihr zweites Kind bekommt, die Hausfrau, deren Rente nicht zum Leben und nur knapp zum Sterben reicht, und die Vornehme, die nach dem Zusammenstoß mit einem hart geschlagenen Golfball unter Gedächtnisstörungen leidet.



Foto: Stadt Weinheim

Sie kämpfen mit dem Älterwerden und dessen Symptomen, mit der Angst vor dem Ende und der Hoffnung auf ein Danach. Und sie tun das in komisch-lakonischer Weise, denn dieser Abend ist ein Fest für das Leben und für die Freundschaft. „Himmlische Zeiten“, so heißt der Titel der musikalischen Schauspiel-

Revue am Dienstag, 5. Oktober, 20 Uhr, in der Weinheimer Stadthalle. Liebenswerte Charaktere, schlagfertige Dialoge, urkomische Situationen und jede Menge Musik machen Produktion zu einem Gute-Laune-Abend. Mit neuen Texten versehene Hits wie "Tainted Love",

"That's What Friends Are For", "Up-town Girl", "Like A Virgin", "Rolling In The Deep", "Wonderful World", "I'm So Excited", "Über sieben Brücken", "Faust auf Faust" und andere Evergreens lassen die vier Damen zu Höchstform auflaufen: Angelika Mann, Patricia Hodell, Heike Jonca

**Das Solarschiff "Neckarsonne" Die Attraktion in Heidelberg**

Mit dem Solarschiff lautlos und abgasfrei die Schönheit der Stadt erleben – bei Sonnenschein, Regen, Dämmerung und bei Nacht.

**Fahrtpreise**

Erwachsene	€ 6,00 - Euro
Kinder (3-13 J.)	€ 3,50 - Euro
Schüler und Studenten	€ 4,50 - Euro
Bekinderte	€ 7,00 - Euro
Gruppen (15 Erwachsene und mehr)	10 % Rabatt
Schulklassen (1 Begleitperson frei pro Person (unter 14 J.)	€ 3,50 - Euro
Eintrittspreise sind gesamtumschließend. Einleitkarten sind nicht in Zonenhotels.	
Preis pro Person	
Hunde	€ 3,50 - Euro

Anfragen und Buchungen unter:  
Heidelberger Solarschiffahrtsgesellschaft mbH  
Kapitan Ingo Vöthler - Telefon: 07263/40 92 84 - Mobil: 0173/983 86 37  
E-mail: heckarsonne@t-online.de Internet: www.H2Solarschiff.com  
Abfahrtszeiten: 10.00, 11.30, 13.00, 15.00, 16.30, 18.00 Uhr  
montags Ruhetag - ausgenommen Feiertage

und Nini Stadtmann von den Schauspielbühnen in Stuttgart, und der Komödie im Marquardt. Das Musical ist die zweite Aufführung einer Joker-Saison von „Weinheim macht Theater“.

von „Weinheim macht Theater“ gibt es auf [www.reservix.de](http://www.reservix.de) und an den bekannten Vorverkaufsstellen. Fragen beantwortet Martin Grieb, Kulturbüro der Stadt Weinheim, Telefon 06201-82 204 oder [m.grieb@weinheim.de](mailto:m.grieb@weinheim.de). Mehr Infos auf [www.weinheim.de](http://www.weinheim.de).

# Oberbürgermeister Würzner

## übergab Urkunde zur Ehrenpatenschaft des Bundespräsidenten

(red) Die kleine Heidelbergerin Oaklyn Taylor hat einen besonderen Paten: den Bundespräsidenten Frank-Walter Steinmeier. Er übernahm die Ehrenpatenschaft, da sie das siebte Kind der Familie Taylor ist.

erste Mädchen nach sechs Söhnen für die Mutter Esther Taylor. „Ich gratuliere der Familie herzlich zur Geburt ihres siebten Kindes. Da ich selbst Vater von vier Kindern bin, kann ich nachfühlen, was für eine Freude und Herausforderung der Nachwuchs mit sich bringt.

den aufzuwachsen. Ihrer Tochter wünsche ich von Herzen alles Gute für ihren Lebensweg und der gesamten Familie eine wundervolle Zeit“, sagt Oberbürgermeister Prof. Dr. Eckart Würzner.

Im Heidelberger Rathaus überreichte Oberbürgermeister Prof. Dr. Eckart Würzner am Montag, 27. September 2021, stellvertretend die Ehrenurkunde und das Präsent an die Familie. Oaklyn, geboren Ende 2020, ist das

Für die kleine Oaklyn Taylor übernimmt der Bundespräsident die Ehrenpatenschaft, weil sie das Glück hat, mit sechs älteren Brü-

**Sozialprestige kinderreicher Familien stärken**  
Die Ehrenpatenschaft ist symbolisch zu verstehen und nicht mit einer Taufpatenschaft vergleichbar. Das Patenkind erhält eine Fotografie des Bundespräsidenten, eine Urkunde und

ein Geldgeschenk in Höhe von 500 Euro. Der Bundespräsident möchte damit die Verpflichtung des Staates für Familien zum Ausdruck bringen. Außerdem soll durch die Ehrenpatenschaft das Sozialprestige kinderreicher Familien gestärkt werden. Die Eltern können den Antrag auf Ehrenpatenschaft für das siebte Kind, oder ein später geborenes, bei ihrer Stadt stellen. Die Patenschaft wird pro Familie nur einmal übernommen. Voraussetzung ist, dass

sieben lebende Kinder zur Familie zählen, die von denselben Eltern, derselben Mutter oder demselben Vater abstammen. Adoptivkinder sind leiblichen Kindern gleichgestellt. Bei der Stadt Heidelberg kann der Antrag bei der Koordinierungsstelle Bürgerengagement im Referat des Oberbürgermeisters eingereicht werden.

# Schlossgarten Schwetzingen

## Zwei Putzfrauen fegen durch den Schlossgarten

(red) Die Gäste gehen bei der Sonderführung „Die Theres‘ und d’Frau Schäufole“ so manchem Geheimnis auf den Grund – dabei wird der Schlossgarten erkundet. Für die Führung ist eine Anmeldung unter der Telefonnummer 06221 65888-0 erforderlich.

Die Theres‘ und d’Frau Schäufole Theres‘ und d’Frau Schäufole kennen jeden Winkel des Schlossareals und nehmen beim Gang durch den Schlossgarten kein Blatt vor den Mund. Beim Schlagabtausch in schönster Mundart entschlüpft den Reinigungsfachfrauen so manches lang gehütete Geheimnis. Mit viel Humor gewürzt, spannt die Comedy-Führung am 3. Oktober um 14.30 Uhr den Bogen vom 18. Jahrhundert bis heute.

### Informationen und Service

Sonntag, 03.10.2021, 14.30 Uhr Die Theres‘ und d’Frau Schäufole Zwei Putzfrauen fegen durch den



Foto: sta-petra-schaffrod

Schlossgarten Sonderführung mit Yvonne Schwegler und July Sjöberg Erwachsene 14,00 €, Ermäßigte 7,00 €

### Kommen. Staunen. Genießen.

Die Staatlichen Schlösser und Gärten Baden-Württemberg öffnen, bewahren, entwickeln und vermarkten 62

historische Monumente im deutschen Südwesten. 2019 besuchten rund 4 Mio. Menschen diese Originalschauplätze mit Kulturschätzen von höchstem Rang: darunter Schloss Heidelberg, Schloss und Schlossgarten Schwetzingen, das Residenzschloss Ludwigsburg, Schloss und Schlossgarten Weikersheim, Weltkul-

turerbe Kloster Maulbronn, Kloster und Schloss Salem sowie die Festungsruine Hohentwiel.

### HINWEISE

Comedy-Führung in Mundart. Bei den Führungen gibt es eine beschränkte Teilnehmerzahl von max. 20 Gästen.

Für die Führungen gilt die Einhaltung der folgenden Vorgaben:

- Der Besuch der Führung ist nur nach einer verpflichtenden Voranmeldung unter der Telefonnummer 062 21. 6 58 88-0 möglich.
- Nach der Corona-Verordnung der Landesregierung von Baden-Württemberg sind wir verpflichtet, die Kontaktdaten wie Name und Vorname, Adresse, Telefonnummer oder E-Mail-Adresse sowie Datum des Besuchs, Uhrzeit (von – bis), Startzeitpunkt der Führung abzufragen. Die Erhebung soll einer möglichst schnellen Nachverfolgbarkeit der Infektionsketten mit dem Virus dienen. Diese Daten werden 4 Wochen lang gespeichert.

• Es gilt das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung. Dies gilt sowohl für die Besucher\*innen als auch für das Führungspersonal.

• Die Teilnehmerzahl wird auf eine bestimmte Maximalanzahl beschränkt.

• Der Mindestabstand zwischen dem Beteiligten von 1,5 Metern, wenn möglich sogar 2 Metern, kann während der ganzen Führung garantiert werden.

• Es wird nur in Räumen angehalten, die den Mindestabstand zuverlässig ermöglichen.

• Desinfektion und Händewaschmöglichkeiten sind vorhanden.

• Eine ausführliche Einweisung der Teilnehmer\*innen über den Ablauf der Führung erfolgt im Eingangsbereich durch das Führungspersonal.

Weitere Infos unter:

[www.schloss-schwetzingen.de](http://www.schloss-schwetzingen.de)  
[www.schloesser-und-Gaerten.de](http://www.schloesser-und-Gaerten.de)

# Buntes Kinderprogramm

## in dunklen Monaten

(red) Nachdem es dem Kinder- und Jugendbüro Pumpwerk Hockenheim schon in den Sommerferien gelungen ist, den Kindern spannende und kreative Ferienwochen zu bieten, hat sich das Team auch für den Herbst und Winter so einiges einfallen lassen. Die kleinen blauen Programmhefte, die auch Angebote des Jugendzentrums am Aquadrom enthalten, sind jetzt in den Schulen und Kindergärten erhältlich. Alle Angebote sind auch schon jetzt online unter [www.hockenheim.feripro.de](http://www.hockenheim.feripro.de) zu finden. Eine Anmeldung dafür ist ab Freitag, 1. Oktober, ab 17 Uhr über die Internetseite möglich.

Aufgrund der aktuellen Corona-Situation ist es dem Team leider noch immer nicht möglich, den Offenen Treff und ein Kursprogramm parallel anzubieten. Davon unberührt bleiben aber dienstags der Mädchentreff und donnerstags der Jungentreff, die beide wei-



Foto: pumpwerk

terhin stattfinden. Selbstverständlich auch weiterhin kostenlos, allerdings nach vorheriger Anmeldung. Weihnachtswerkstatt wieder geöffnet Außerdem gibt es jede Menge kreative Workshops, bei denen stimmungsvolle Herbstdekorationen und weihnachtliche Geschenkkideen auf dem

Programm stehen. Und auch in der Holzwerkstatt wird fleißig gearbeitet. Ob Willkommensschild, Weihnachtsengel oder Rennauto: Für jedes Kind wird etwas dabei sein. An zwei Samstagen vor Weihnachten öffnet auch die traditionelle Weihnachtswerkstatt wieder ihre Pforten.

Die beliebten Kunstworkshops werden ebenfalls weitergehen. Die Kursleiterin Olga Gurev freut auch über neue Gesichter, die in die Welt der gestaltenden Kunst hineinschnuppern und sich ausprobieren wollen. Es gibt zwei Gruppen, die sich im vierzehntägigen Rhythmus treffen. Auch die nachgefragten Nähworkshops finden im Herbst ihre Fortsetzung. Die Kursleiterin Karina Schneider hat sich wieder wunderschöne Sachen einfallen lassen. Ob Anfänger oder erfahrene Näher: Alle sind herzlich willkommen.

Montags können auch wieder Kindergeburtstage im Pumpwerk gefeiert werden. Auf dem Programm stehen spannende Waldabenteuer zu verschiedenen Themen wie beispielsweise zu Robin Hood. In den vier Wänden können sich die Kinder als

Nachwuchswissenschaftler in der Experimentierwerkstatt ausprobieren oder einen spannenden Detektivfall lösen. Vor und nach dem Angebot besteht immer die Möglichkeit den selbstmitgebrachten Imbiss zu verzehren und die Spielmöglichkeiten des Pumpwerks zu nutzen. Nähere Infos zu den Kindergeburtstagen gibt es direkt im Kinder- und Jugendbüro Pumpwerk.

Die Durchführung aller Angebote richtet sich nach der jeweils aktuellen und gültigen Corona-Verordnung des Landes Baden-Württemberg.

Bei Fragen oder weiteren Informationen zum Programm hilft das Team des Kinder- und Jugendbüros Pumpwerk Hockenheim unter Telefon 06205 100062 oder per Mail [kjbuero@pumpwerk-hockenheim.de](mailto:kjbuero@pumpwerk-hockenheim.de) gerne weiter.

# „Typisch Pfalz Typisch Cornelius“

## Hockenheimer Wursthersteller Cornelius - Ein Unternehmen mit Tradition

(rbw) Die Marke Cornelius steht für Pfälzer Wurstspezialitäten, allen voran die Pfälzer Leberwurst. Gluten- und lactosefrei, ohne Konservierungsstoffe, Emulgatoren und Farbstoffe.

Mit einer digitalen Kampagne will Cornelius mehr Leidenschaft für Leberwurst entfachen, möchte auch eine junge Klientel ansprechen. Die Geschäftsentwicklung während der Corona-Krise hat die Ausrich-

tung bestätigt, das Sortiment nach regionalen Produkten und Pfälzer Traditionen zu gestalten. Schon in dritter Generation werden die Pfälzer Wurstspezialitäten, allen voran die Leberwurst, nach traditionellen Rezepturen produziert. „

Wir erkennen seit der Corona-Krise einen Ernährungstrend zurück zu „Omas Küche“. Mittlerweile hat Geschäftsführer Peter Cornelius die vegetarische und vegane Linie, die vor 5 Jahren probenhalber eingeführt



Foto: Cornelius

wurde, wieder aus dem Sortiment genommen. „Die Herstellung von Wurstersatzprodukten entspricht nicht unserer Philosophie“, so Cornelius. „Allerdings wird die Umstellung verschiedener Sortimentsspezialitäten im Bio – Bereich weiter betrieben.“

„Typisch Pfalz Typisch Cornelius“ - mit dieser digitalen Kampagne, gestartet im Sommer 2021 auf Online-Kanälen des Unternehmens, gewährt

Cornelius einen Blick hinter die Kulissen der Region, der pfälzischen Küche und Lebensart und auch dem Unternehmen, das den Wurst-Klassiker der Pfalz produziert. Mit neuen Videos geht es im Herbst in die zweite Runde.

„Typisch Pfalz Typisch Cornelius“ umfasst zudem modern gestaltete Koch-Tutorials, die Lust machen, Pfälzer Wurstspezialitäten in neuen kreativen Rezepten einzusetzen und zu probieren.



# BEI GLOBUS GIBT'S PAYBACK PUNKTE!



## Bauen · Wohnen · Renovieren

# Heizen mit Pellets

## Technik und Umwelt im Feuer vereint

(akz-o) Umweltschonendes Heizen mit Holzpellets vereint das klassische, gemütliche Kaminfeuer mit moderner Wärmetechnik. Kostengünstig, hoher Wirkungsgrad, niedrigste Emissionen und umfassender Bedienkomfort sind hier die Stichworte. Qualitäten, die viele klimabewusste Verbraucher schätzen. Denn so lässt sich der regenerative Brennstoff Holz einfach und bequem in Form von Pellets nutzen und die Wärme auf Knopfdruck steuern.

Moderne Pelletöfen wie der Canis vom deutschen Feuerungsspezialisten Justus werden mit genormten,

kleinen Holzpresslingen befeuert, die lose sowie als Sackware erhältlich sind. Die Brennstoffzufuhr erfolgt automatisch: Von einem Vorratsbehälter, der in die Feuerstätte integriert ist, gelangen die Pellets in den Brennraum, wo sie automatisch gezündet und verbrannt werden.

Wohlfühlen auf den Punkt: Clever heizen mit der smartCon-App. Alle Funktionen – etwa Temperatur, Leistung und Timer auf Tages- und Wochenbasis – lassen sich einfach und intuitiv sowohl über ein Grafikdisplay am Gerät als auch per

Fernbedienung oder die smartCon-App steuern. Mit einem Fingerwisch sowohl per Smartphone als auch per Tablet. Sehr praktisch: Die App kann nicht nur zu Hause, sondern auch von unterwegs bedient werden. So empfängt einen die warme Wohnung, wenn man zur Tür herinkommt.

Die Heizleistung des Canis liegt zwischen 2,5 und 6,4 kW, die XL-Version kommt auf bis zu 8,0 kW. Beide sind der Energieeffizienzklasse A+ zugeordnet. Da die Leistung genau gesteuert werden kann, eignet er sich



**Grünewald**  
DACHDECKEREI • MEISTERBETRIEB  
Fachbetrieb für Dach, Wand und Abdichtungstechnik

Welfenweg 7 • 68307 Mannheim  
Tel.: 06 21 / 78 70 61 • Fax: 06 21 / 7 48 23 41  
E-Mail: info@dachdeckerei-gruenewald.de  
www.dachdeckerei-gruenewald.de

auch für Wohnungen oder Häuser mit geringem Wärmebedarf. Dank des großen Pellettanks und einer Brenndauer von bis zu 43 Stunden muss er nur alle paar Tage nachgefüllt werden. Das kantig abgerundete Design in Schwarz kann auf Wunsch mit Speckstein kombiniert werden. Und die große Feuerräumtür aus Gusseisen mit der gewölbten Scheibeneinrahmung lenkt den Blick magisch aufs Feuer. Weitere Informationen und Details unter [www.justus.de](http://www.justus.de).

# Abluft-Wärmepumpen

## für moderne Neubauten

(akz-o) Eine weitere gute Nachricht für die Umwelt verbreitet sich momentan wie ein Lauffeuer! Energieersparende Abluft-Wärmepumpen erfreuen sich allergrößter Beliebtheit in Neubauten.

„Neubauten und KfW-Effizienzhäuser benötigen im Vergleich zu herkömmlichen Häusern deutlich weniger Energie. Sie sind weitgehend luftdicht ausgeführt und bedürfen einer Wohnraumlüftung.

An dieser Stelle demonstrieren speziell hierfür entwickelte Abluft-Wärmepumpen der F7-Serie von Nibe ihr Können. Technisch und wirtschaftlich perfekt auf die Anforderungen der modernen Häuser abgestimmt, begeistern sie anspruchsvolle Hausbesitzer durch einfache Bedienung, behagliche Wärme und die bereits integrierte Wohnungslüftung“, informiert Oliver Rodehorst, Produktmanager von Nibe Systemtechnik in Celle.

Die Wärmequelle ist dabei standardmäßig inbegriffen, denn Abluft-Wärmepumpen nutzen sowohl die in der Frischluft vorhandene Energie als auch die Abwärme des Haushalts und seiner Bewohner. Die angesaugte Raumluft wird in der Wärmepumpe auf bis zu -15 °C abgekühlt und liefert damit genug Energie für Heizung und Brauchwasser.

Auch im Falle begrenzter Aufstellfläche sind die Alleskönner eine richtige Wahl. So beanspruchen sie mit ihren Maßen 60 x 60 cm im Inneren nicht mehr Platz als ein Kühlschrank und außerhalb keine weitere Außen-einheit oder Installationsarbeiten. Ebenso wenig sind Fragen der Schallausbreitung oder Erdborungen zu



Foto: Nibe Systemtechnik/akz-o

berücksichtigen. Darüber hinaus harmonisieren sie dank Leistungsregelung hervorragend mit einer eigenen PV-Anlage auf dem Dach. Kein Wunder also, dass Abluft-Wärmepumpen aufgrund ihrer zahlreichen Vorzüge auch äußerst attraktive Förderungsmaßnahmen seitens des Staates genießen. Schließlich erfüllen sie sämtliche gesetzliche Vorgaben der Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG).

So wird ihr Einsatz mit den KfW-Programmen 261 als Kredit mit Tilgungszuschuss sowie 461 per direkten Zuschuss finanziell gewürdigt. Der maximale Rahmen für einen zinsgünstigen Kredit beträgt beim Bau eines Effizienzhauses hierbei aktuell 150.000 € und der größtmögliche Zuschuss 37.500 €. Außerdem wird die erforderliche Begleitung durch einen Energie-Experten in vielen Fällen mit 50 % des Beratungsaufwands unterstützt. Als renommierter Wärmepumpenhersteller und Spezialist für innovative, energiesparende und umwelt-

freundliche Technik bietet Nibe die leistungsfähigen Systeme seit 2012 in Deutschland an.

Mehrere hundertausend der erprobten Geräte sind schon an zufriedene Kunden ausgeliefert worden, die in puncto Performance und Zuverlässigkeit nur Gutes berichten. Mehr Informationen auf [www.nibe.de](http://www.nibe.de).

# Rutschgefahren beseitigen

## schnell und sicher sanieren

(djd-k). Einige Regentropfen und etwas Schmutz – schon können Treppen im Außenbereich in gefährliche Rutschbahnen verwandeln. Das Risiko für einen schmerzhaften Ausrutscher steigt nochmals, wenn der Belag bereits ausgetreten und sichtbar in die Jahre gekommen ist. Ältere Fliesen etwa werden feucht werden und leicht verschmutzt sind.

Viel Baulärm, Schmutz und wochenlange Einschränkungen bei der Treppensanierung sind nicht zu befürchten. Spezielle Sanierungssysteme machen den Hauseingang, die Treppen zum Keller oder an der Terrasse in kurzer Zeit wieder sicher und werten die Bereiche gleichzeitig optisch auf. Vorgefertigte Natursteinelemente etwa von Renofloor lassen sich unkompliziert und zeitsparend verlegen, Heimwerker mit etwas Geschick können dabei mühelos selbst Hand anlegen. Alternativ ist es auch möglich, geschulte Verlegefachbetriebe mit der Treppensanierung zu beauftragen. Ein wesentlicher Vorteil des Sanierungssystems ist, dass der vorhandene Altbelag häufig liegen bleiben kann. Mit nur acht Millimetern Aufbauhöhe machen sich die Platten schlank und finden fast überall Platz, das spart wertvolle Zeit bei der Sanierung. Bei dem neuen Belag handelt es sich nicht um Keramik, sondern um hochwertigen Naturstein aus Quarz- oder Marmorgranulat, das mit einem klaren Harz gebunden wird. Somit sind die Platten besonders robust, witterungsbeständig und frostsicher und weisen gleichzeitig eine hohe Rutschfestigkeit auf. Unter [www.renofloor.de](http://www.renofloor.de) etwa sind ausführliche Informationen, Tipps zur Verlegung und erläuternde Videos für Selbstermachern verfügbar.

Natursteine

Grabsteine

Nachbeschriftungen

Bildhauerarbeiten

Steinmetzarbeiten



**Siegmann Grabmalkunst**  
[www.siegmann-grabmale.de](http://www.siegmann-grabmale.de)  
[siegmann.grabmale@t-online.de](mailto:siegmann.grabmale@t-online.de)

**Mannheim Sandhofen**  
Vierheimer Weg 50  
0621 - 77 12 81

**Mannheim Neckarau**  
Altmühlstr. 12  
0621 - 85 83 45

# Bauen · Wohnen · Renovieren

## Wärme für das Wintermärchen

### Die Heizung modernisieren: Holzfeuerstätten sorgen für eine wohltuende Wärme

(djd-k). Schnee, Eis und klirrende Kälte über mehrere Tage hinweg: Das gab es Anfang 2021 erstmals seit vielen Jahren wieder in Deutschland. Auch wenn es erst mal überstanden ist, der nächste Winter kommt bestimmt. Deshalb ist jetzt der richtige Zeitpunkt, um vorzudenken und Heizungen auf den neuesten Stand der Dinge zu bringen. Mit Blick auf den Umweltschutz rückt dabei nachhaltiges Heizen verstärkt in den Fokus – etwa mit modernen Holzfeuerstätten.

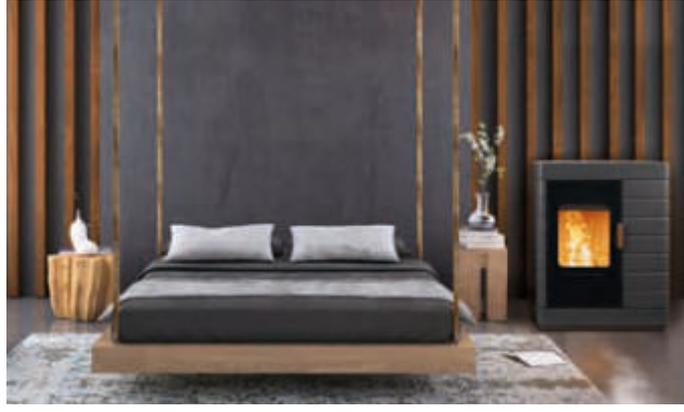


Foto: djd-k/AdK/www.kachelofenwelt.de/Austroflamm

Die Innenarchitektur veredeln Ein von einem qualifizierten Ofen- und Luftheizungsbauer entworfener und handwerklich gebauter Kachelofen, Heizkamin, Kaminofen, Grundofen oder Kachelherd verleiht dem Zuhause zudem einen sehr individuellen Touch. Adressen von Fachbetrieben und weitere Infos findet man etwa bei der AdK, der Arbeitsgemein-

schaft der deutschen Kachelofenwirtschaft e. V., unter [www.kachelofenwelt.de](http://www.kachelofenwelt.de). Die entsprechenden Unikate sind ein Blickfang, angefangen bei Farbe, Form, Struktur und dem Material der Ofenkeramik. Fachbetriebe können beinahe jede Innenarchitektur mit einem Designofen, einem klassischen Solitäröfen oder einem

Ofen im antiken Stil veredeln. Neue Techniken bieten Gestaltungsspielraum Dank neuartiger Techniken bieten die natürlichen Wärmequellen viel Gestaltungsspielraum. Sie können einzelne Räume beheizen oder als modulares Heizsystem stufenweise zum Energiezentrum fürs ganze

Haus ausgebaut werden. Das System lässt sich auch mit Solarthermie oder Photovoltaik intelligent vernetzen. Herzstück kann ein Kachelofen mit Wassertechnik sein, der mit einem Pufferspeicher kombiniert wird. Er sorgt für gemütliche Wärme und für warmes Wasser.

Eine elektronische Abbrandsteuerung bietet obendrein Komfort auf Knopfdruck. Sie garantiert eine Verbrennung mit niedrigerem Brennstoffverbrauch und höherem Wirkungsgrad. Denn sie misst die Temperatur im Feuerraum, regelt die Luftzufuhr vollautomatisch und bietet stets einen optimalen Abbrand

und Erhalt der Wärme. Dabei können Wirkungsgrade bis über 90 Prozent erzielt werden.

Richtige Dimensionierung Die hohen Wärmeleistungen werden auch deshalb erreicht, weil Ofen- und Luftheizungsbauer bei ihren Planungen und der damit verbundenen Dimensionierung des spezifischen Ofens den erforderlichen Heizbedarf berücksichtigen. Denn gedämmte oder sanierte Gebäude wie KfW-Effizienzhäuser, Niedrighäuser oder Passivhäuser brauchen weniger Heizwärme als unsanierte ältere Wohngebäude.

## Bauherren im Web in guten Händen

### Fördermittel, Hausplaner, Expertenrat und Prospektservice



Foto: Andrey Popov/fotolia.com/bauemotion/akz-o

(akz-o) „Wissen heißt wissen, wo es geschrieben steht“ – war einst schon der Leitspruch Albert Einsteins. Doch wer heute daraus schließen möchte, „Wissen heißt googeln“, der hat sicher noch nicht gebaut. Nur wenigen Internetportalen gelingt es, Modernisierern und Bauherren ausreichend detaillierte und dennoch verständliche Informationen für die anstehenden Maßnahmen bereitzustellen. Parkett oder Laminat, Klinker oder Putz, Flach- oder Steildach: Redaktionelle Fachportale können viele Entscheidungen mit gezielten Informationen erleichtern. Die Plattform [www.bauemotion.de](http://www.bauemotion.de) bietet zu beinahe jedem Fachthema zielführende Beiträge, die die verschiedenen Optionen beleuchten und gegenüberstellen

Licht, Jalousie, Heizung oder Sicherheitsfunktionen automatisiert per App zu steuern wird in naher Zukunft zur Normalität gehören. Die intelligente Technik kann zu jeder Zeit integriert werden und wird sogar von der KfW gefördert. Der eigentliche Clou des Portals mit diversen Bildergalerien sind die vielen kostenlosen integrierten Services. Die Fördermittelsuche ermöglicht beispielsweise eine individuelle Abfrage, welche der über 5.000 Fördermittelpogramme für energetische Sanierungsmaßnahmen infrage kommen, wo sie beantragt werden können und inwiefern sie kombinierbar sind. So erfährt ein Modernisierer umgehend, ob und in welcher Höhe er finanziell unterstützt wird. Mit dem Hausplaner können Bauherren ermitteln, „wie viel“ Haus

sie sich leisten können, Eckdaten wie Dachform, Raum- und Etagenanzahl werden direkt in den Hausplaner eingetragen und die Bauherren sehen, wie viel ihr Traumhaus kostet. Zusätzlich gibt es ein Forum mit mittlerweile über 18.000 Beiträgen, in dem Fachexperten Fragen von privaten Bauherren beantworten. Ein gezielter und vor allem neutraler Rat vom Architekten oder Ingenieur ist Gold wert. Der Prospektservice verschafft mit zehn praktischen Paketen einen Überblick über das aktuelle Marktangebot für Neubau oder Modernisierungen. Aus einer Vielzahl von interessanten Prospektten und Katalogen kann dann zu Hause ausgewählt werden. Für Hauslehaber und Modernisierer sollte es also heißen: „Wissen ist wissen, dass es [www.bauemotion.de](http://www.bauemotion.de) gibt.“



## Schimmelfuchs

einfach schlau saniert

**Unser Leistungsspektrum:**

- Kellerabdichtung
- Fassadenimprägnierung
- Wärmedämmung
- Schimmelbeseitigung

Kostenlose Hotline

0800-6 28 73 76

schimmelfuchs.de  
handwerkerimhaus.de





ROLAND PALZ  
Maurermeister

Anzeigen unter:

# Tel: 0621/72739490



UNFALLINSTANDSETZUNG



FAHRZEUGLACKIERUNG

OLDTIMER-RESTAURATION

- Fahrzeuglackierung
- Ausbeulen ohne Lackierung
- Unfallinstandsetzung
- Elektr. Achsvermessung
- Glasreparaturen
- Smart Repair
- Fahrzeugpflege
- Oldtimer-Restauration
- KFZ-Technik
- TÜV/AU-Service

Mohr, das bedeutet für Sie den besten Rund-Um-Service für Ihr Fahrzeug, herstellerunabhängig und professionell.

Hallesche Straße 30 | 68309 Mannheim  
Tel. 0 621 70 10 81 | Fax 0 621 70 97 63  
info@autolackiererei-mohr.de | [www.autolackiererei-mohr.de](http://www.autolackiererei-mohr.de)



MOHR  
AUTOSPEZIALISTEN  
AUTOLACKIEREREI

Öffnungszeiten  
Mo - Fr: 07:30 - 17:00 Uhr

## Gesundheit & Wellness

# Bei Pfitzenmeier gibt's „voll auf die Zwölf“!

## Mehr als ein Dutzend Angebote

(red) Jetzt gibt's voll auf die Zwölf! Nein, es geht nicht darum, einen Schlag ins Gesicht zu kassieren. Es geht nicht einmal um etwas Negatives – ganz im Gegenteil. Bei Pfitzenmeier gibt's voll auf die Zwölf. Denn die Nummer eins in Sachen Wellness, Fitness und Gesundheit bietet Mitgliedern nicht nur Einseitigkeit, sondern Abwechslung und Vielfalt. Die Zwölf lässt sich dort mehrfach entdecken. Fangen wir mit dem Dutzend Angeboten an, die lange noch nicht das Ende der Fahnenstange sind.

Die Trainingsfläche ist meist das erste, was ins Auge sticht. Weitläufig, mit modernsten Geräten für verschiedene Trainingsziele. Egal ob Cardio, Kraft oder Ausdauer – hier findet jeder das Richtige. Wer lieber in Gruppen trainiert, kann das Kursangebot wahrnehmen. Man muss wohl kaum dazu sagen, dass es dort ebenfalls voll auf die Zwölf gibt. Von Yoga über TRX bis zu Power Dumbell ist alles dabei. Nicht nur an Land wird fleißig trainiert, auch im Wasser. Aqua-Kurse dienen zur Abwechslung, und schonen auch



Foto: Pfitzenmeier

die Gelenke. Hoch im Kurs stehen auch der Functionalbereich bei Pfitzenmeier sowie die Reha-Angebote, die zur Genesung und Stärkung nach einer Verletzung beitragen, aber auch präventiv genutzt werden können.

Bei Pfitzenmeier ist die Fitness eine der drei großen Säulen, aber wo fängt man an? Um die Frage zu beantworten und sich bestens aufgehoben zu füh-

len, stehen Mitarbeiter\*innen für Rat und Tat zur Seite. Um rauszufinden, wo der Schuh drückt, ist der Diagnostikbereich wichtig. Hier werden Mitglieder durchgecheckt, um Grundlagen für Trainingspläne zu erhalten. Die Entspannung kommt natürlich auch nicht zu kurz: Auf den (Dach-) Terrassen bei gutem Wetter, im Ruheraum bei schlechtem – man fühlt sich einfach gut. Und dann wären da

die nächste Säule: Wellness! Ob in der Wellnessbecken mit Massagedüsen oder im Saunabereich, der meist in unterschiedliche Sauna-Arten unterteilt ist, baumelt die Seele vor sich hin, während Körper und Geist regenerieren. Nun sind zehn Punkte fix, voll auf die Zwölf gibt es auch während der Corona-Krise. Pfitzenmeier hat investiert und neue Luftreiniger installiert, die das Motto "sicher fit" unterstreichen. Und als zusätzliches Angebot – unser zwölftes Thema – bietet Pfitzenmeier auch Kurse per Livestream an.

Das ist aber noch nicht alles. Klar, denn wer voll auf die Zwölf bekommt, trägt Folgen davon. Aber wir haben ja schon gelernt: Nicht alles, was negativ klingt, ist auch negativ. In diesem Fall sind die Folgen durchweg gut! So fördert Pfitzenmeier den körperlichen und mentalen Ausgleich. Man fühlt sich erholt, ist entspannt und erlebt ein neues Wohlbefinden. Durch das Training gibt es keine Rückenprobleme mehr, die Ausdauer steigt ebenso wie die

Kraft und beim Thema "mentale Fitness" ist Pfitzenmeier ganz vorne dabei. Das sind neun profitable Punkte, machen wir das Dutzend doch voll: Der soziale Kontakt kommt nicht zu kurz. Mitglieder können mit Freunden getrennt auf der Fläche oder zusammen im Kursangebot trainieren – oder einfach neue Menschen kennenlernen. Der Spaß kommt ohnehin nicht zu kurz unter der Palme Pfitzenmeiers. Und letztlich gibt der Besuch auch Sicherheit. Zum einen durch das richtige Training, denn wer falsch trainiert, kann einiges kaputt machen. Zum anderen durch die schon angesprochenen Luftfilter, die das Motto "sicher fit" verstärken.

Zack, voll auf die Zwölf und zwar doppelt! Pfitzenmeier ist nunmal die Nummer eins der Region in Sachen Wellness, Fitness und Gesundheit und unterstreicht das nicht nur durch Auszeichnungen, sondern auch durch stetige Innovation sowie Vielfalt und Abwechslung. Probieren Sie's doch aus und genießen Sie es einmal, voll auf die Zwölf zu kriegen.

## Women's Health Moments 2021

### Gesundheit & Lebensfreude

(ak-o) Die Veranstalter des Women's Health Day haben eine eigene digitale Veranstaltungsreihe, die Women's Health Moments, ins Leben gerufen. Unter dem Motto „Das ist deine Zeit“ dreht sich in den digitalen Live-Events alles um Kernthemen der Frauengesundheit, Resilienz und Achtsamkeit. Die Teilnehmerinnen erwarten ein zweistündiges Event voller Information und Inspiration mit Impulsvorträgen renommierter Expertinnen und wertvollen Anregungen für mehr

Wohlbefinden. Am 7. Oktober und am 28. Oktober von 18:30 Uhr bis 20:30 Uhr finden die ersten beiden Women's Health Moments statt, an den ersten beiden Terminen ist die Teilnahme kostenlos.

Wie auch der Women's Health Day basieren die Veranstaltungen auf dem Konzept der Salutogenese, das sowohl die geistige als auch die körperliche Gesundheit in den Fokus stellt. Im Mittelpunkt stehen langfristige Gesundheit und Lebensfreude.

„Die Teilnehmerinnen können sich in jeder Veranstaltung auf zwei spannende Themen freuen, die von erfahrenen Expertinnen unterhaltsam präsentiert werden, und auf eine Diskussionsrunde, die auch auf die Fragen der Teilnehmerinnen eingeht“, so Veranstalterin Ulrike Borchert-Schrader. „Wir haben die Pandemie-Zeit genutzt, um eine digitale Variante des Women's Health Day (www.moments.womenshealthday.de) zu entwickeln, und zusammen mit unseren Partnern

ein Programm zusammengestellt und erarbeitet, auf das wir sehr stolz sein können.“

#### Thema Frauengesundheit

„Mit den Women's Health Moments starten wir eine digitale Veranstaltungsreihe, die völlig eigenständig in kompakter Form zwei Frauengesundheitsthemen beleuchtet“, erklärt Ulrike Borchert-Schrader. „Aber natürlich planen wir bei einer lang anhaltend stabilen Corona-Situation und dau-

erhaft niedrigen Inzidenzen auch wieder einen großen Women's Health Day. Bis das aber so weit ist, sind die Women's Health Moments eine echte Alternative.“

Die Veranstaltungen werden über die kostenlose Plattform Zoom durchgeführt. Anmeldungen zu den Women's Health Moments sind ab sofort über [www.moments.womenshealthday.de](http://www.moments.womenshealthday.de) möglich, der Link zur Teilnahme wird vor den Events zur Verfügung gestellt.



VOLL  
auf die

12



## Der Volltreffer für Deine Fitness

### Sichere Dir jetzt Dein VORTEILSABO!

- ✓ Bis zu 200€ sparen 
- ✓ Zufriedenheitsgarantie 
- ✓ Luftreinigung **SICHER.FIT.** 





Fitness since 1978



## Gesundheit & Wellness

# Einatmen, ausatmen, durchatmen

## Schnell wieder frei einatmen

(akz-o) Erkältungskrankheiten in der eher dunklen Jahreszeit machen uns das Leben schwer. Viren dringen in unsere Atemwege ein und vermehren sich in den Schleimhäuten.

Die Atemwege schwellen durch die Infektion an, das Atmen fällt dadurch schwerer. Das körperliche Abwehrsystem wird durch die Infektion gefordert und anfällig für Komplikationen wie zum Beispiel eine Lungenentzündung. Erkältungssymptome wie Husten, eine verstopfte Nase und körperliche Mattheit sind die Folge. Betroffene fühlen sich energie- und antriebslos, oft kommen Kopf- und Gliederschmerzen dazu – die gesamte Lebensqualität leidet.

Auf ganz natürliche Weise hilft Mutter Natur. Die ätherischen Öle von Eukalyptus, Kiefernadeln sowie Menthol wirken schonend und beweisen ihre Wirksamkeit seit Gene-



Foto: AleksandarNakic/istockphoto.com/akz-o

rationen. Die bewährten Arzneistoffe aus der Phytotherapie sorgen für eine rasche Linderung der Symptome. Der Atem ist das Lebenselixier des Menschen. Im Rhythmus des tiefen Einatmens und freien Ausat-

tigen Sauerstoff. Ist dieser natürliche Taktschlag gestört, sind Lebensgefühl und Leistungskraft massiv eingeschränkt.

Schnell wieder frei einatmen und ohne Hustenreiz ausatmen – die in

der Apotheke erhältlichen Produkte der Pinimenthol Serie verschaffen sanfte Linderung. Die Pinimenthol Erkältungssalbe zum Einreiben von Brust oder Rücken befreit die Atemwege und löst den Schleim in den Bronchien. Die pflanzlichen Wirkstoffe in geprüfter Qualität sind in hoher Konzentration in der Salbe enthalten und dabei gut verträglich.

Die Arznei lässt sich auch für eine Inhalation nutzen. Dazu bis zu 3-mal täglich einen etwa 5 cm langen Strang der Salbe in ein geeignetes Gefäß geben und mit heißem Wasser übergießen. Dann ein Handtuch über Kopf und Gefäß legen, einfach

die Augen schließen und die ätherischen Öle mehrere Minuten durch den Mund ein- und die Nase wieder ausatmen.

Die heilsamen Wirkstoffe gelangen so tief in die Atemwege, lösen feststehendes Sekret, befeuchten die Schleimhäute und sorgen für Linderung der Atembeschwerden. Ganz einfach und noch sicherer ist die Inhalation mit dem Pinimenthol Inhalator. Mit einer passend geformten Maske gelangt der Dampf gezielt nur in Mund und Nase.

Für eine optimale Inhalation sollten Sie sich fünf bis zehn Minuten Zeit nehmen.

# Tipps für Migräne-Patienten

## Schnürt die Wanderstiefel!

(akz-o) Ob am Meer, in den Bergen oder durch Wälder: Wandern macht Spaß und verbindet moderate körperliche Aktivität mit einer guten Portion Erholung. Vom Stressabbau an der frischen Luft können speziell Menschen mit Migräne profitieren.



Foto: Syda Productions/shutterstock.com/akz-o

### Dem Stress davonlaufen

Beim Wandern sorgt nicht nur das Naturerleben für gute Laune. Durch die länger andauernde Bewegung in der Natur produziert der Körper vermehrt Boten- und Eiweißstoffe wie Serotonin und Endorphine. Diese steigern das Wohlbefinden und wirken dem Stresshormon Cortisol entgegen.

Stress ist möglicher Auslöser von Migräne-Attacken. Aktivitäten wie Wandern können helfen, Stress zu reduzieren und so schmerzhaften Anfällen vorzubeugen.

Dabei sollten nicht nur Migränepatienten diese Tipps berücksichtigen: Tipp 1: Planen Sie Strecken, die zu Ihrer Fitness passen. Zu lange und zu starke Muskel-Beanspruchung kann zu Unterzuckerung und einem Energiedefizit im Gehirn führen. Dies kann eine Migräneattacke auslösen.

Tipp 2: Trinken Sie ausreichend Wasser, planen Sie Essenspausen ein.

Tipp 3: Achten Sie auf gute, eingelaufene Schuhe und passende Kleidung.

Tipp 4: Berücksichtigen Sie regionale Besonderheiten. In Gegenden, wo das Wetter schnell umschlagen kann, gehört Regenschutz ins Gepäck. In warmen Monaten Sonnencreme und -brille nicht vergessen.

Tipp 5: Stressen Sie sich nicht! Beim Wandern geht es schließlich darum, den Aufenthalt in der Natur zu genießen und den Alltag hinter sich zu lassen. Mehr Infos unter [www.kopfklaer.de](http://www.kopfklaer.de).

### Attacken gezielt vorbeugen

Neben regelmäßiger körperlicher Bewegung und Verfahren der psychologischen Schmerztherapie (z. B. Schmerzbewältigung, Stressmanagement, Entspannungsverfahren) kann eine medikamentöse Behandlung helfen, Migräneattacken zu

verhindern. Möglich ist neben einer Akuttherapie auch eine Prophylaxetherapie mit oralen oder injizierbaren Prophylaktika. Letztere gehören zur Gruppe der CGRP-Antikörper. Diese blockieren im trigeminalen Nervensystem jene Botenstoffe, die an der Schmerzauslösung beteiligt sind. Die Wirkstoffe, die vom Arzt verschrieben werden, können die Häufigkeit oder Stärke von Attacken verringern.

Die Therapie kommt für Erwachsene infrage, die häufiger als vier Tage im Monat von Migräne betroffen sind und bei denen andere vorbeugende Therapien versagt haben. Die Medikamente können nach Einweisung selbst injiziert werden.



## Fußpflege Rhein-Neckar

Ihre professionelle mobile Fußpflege und Maniküre

**Kostenlose Anfahrt zu Ihnen nach Hause!**

- Maniküre
- Pediküre
- Shellac - Nägel
- Waxing (Haarentfernung)



Tel.: 06204 / 93 09 7 09  
Mobil: 0176 / 631 49 654

[info@fusspflegerheinneckar.de](mailto:info@fusspflegerheinneckar.de)

Am Kapellenberg 41  
68519 Viernheim

[www.fusspflegerheinneckar.de](http://www.fusspflegerheinneckar.de)

# Der Immunkick

## für die Abwehr

(spp-o) Wenn der Hals kratzt und die Nase läuft, hilft es oft nur, das Bett zu hüten. Für eine gute Abwehr, auch gegen Viren, sollte man sich gut ernähren, viel trinken und sich bewegen. Besonders bei der Ernährung ist es wichtig, auf die richtigen Vitamine und Mineralstoffe, wie Vitamin C und Zink, zu achten. Doch heutzutage fällt es meist schwer, genügend Nährstoffe und Vitamine zu sich zu nehmen. Glücklicherweise gibt es Mikronährstoffpräparate, die die körpereigene Abwehr gegen Infekte stärken. Das Power-Duo Zink und Vitamin C ist dabei ein Muss. Aber warum?

Zink ist der Multitasker unter den Spurenelementen: Es unterstützt Immunsystem, Stoffwechsel und kognitive Funktionen. Vitamin C unterstützt das Immunsystem und trägt zur Verringerung von Ermüdung bei ([www.lintia.com](http://www.lintia.com)).

Doch wie integriert man die regelmäßige Einnahme in den Tagesablauf, wenn Kapseln oder (Brause-) Tabletten in unpraktischen Blistern oder Dosen daherkommen und man im richtigen Moment kein Glas Wasser zur Hand hat? Für eine regelmäßige und vereinfachte Einnahme gibt es eine Lösung – Sticks. In Hosentaschengröße sind sie immer da, wenn man sie braucht. Einfach aufreißen und auf der Zunge zergehen lassen. Bei der Wahl eines Nahrungsergänzungsmittels achten heutzutage viele auf Präparate, die vegan sind.

Die Nachhaltigkeit der Verpackung spielt bei der Auswahl ebenfalls eine große Rolle. Lintia ist ein gutes Beispiel für ein solches Produkt, das allen Ansprüchen Genüge tut. Die Sticks sind in CO<sub>2</sub>-neutralen Kartons und frei von Lactose, Gluten und Zucker zu erhalten.

# Weniger Stress beim Kochen - mehr Zeit für die Familie

## Mit guter Planung und smarten Küchenhelfern mehr Flexibilität im Alltag gewinnen

(djd-k). Wer kennt das Problem nicht? Der Tag ist vollgepackt mit Arbeit und Terminen. Und dann noch regelmäßig frische Mahlzeiten zubereiten? Spaß und Lust am Kochen bleiben da schnell auf der Strecke - und es gibt mal wieder Pizza zum Mitnehmen oder Fertiggerichte. Dabei kann es mit der richtigen Vorbereitung und cleveren Küchenhelfern gelingen, auch im stressigen Alltag gesund und ausgewogen zu kochen.



Foto: djd-k/AMC Alfa Metalcraft Corporation

Planung ist die halbe Miete. Eine gut organisierte Küche, in der man alle nötigen Werkzeuge und Zutaten schnell zur Hand hat, macht das Arbeiten einfacher. Ebenso wie die Planung der Mahlzeiten. Am besten nimmt man sich am Wochenende etwas Zeit, um sich die Rezepte für die nächste Woche zu überlegen. Ideen und Rezepttipps gibt es unter [www.kochenmitamc.info](http://www.kochenmitamc.info). Dann folgt: eine Einkaufsliste schreiben und die Vorratskammer checken. Wer immer einen Vorrat an erntefrisch gefrorenem Tiefkühlgemüse zu Hause hat, spart sich den einen oder anderen Einkauf und auch die Zeit fürs Schnippeln. Gemüse, das direkt nach der Ernte tiefgefroren wird, enthält noch besonders viele Vitamine.

Kochvorgang bequem übers Smartphone kontrollieren. Viel Zeit und Flexibilität gewinnt man mit einer temperatur- und zeitkontrollierten Kochmethode. Die intelligente Kochplatte Navigenio von AMC etwa lässt sich in Kombination mit einem passenden Topf zum Kochen, Gratieren, Braten und Backen nutzen. Sie überwacht zusammen mit einem Signalgeber die Temperatur und schaltet sich ab, sobald das Gericht fertig ist. Ein Vorteil der Temperaturkontrolle ist, dass die Lebensmittel immer mit der genau richtigen Temperatur zubereitet werden und somit Vitamine und

Nährstoffe optimal erhalten bleiben. Neu ist, dass die Produkte nun Wi-Fi fähig sind und über die sogenannte Cook & Go App gesteuert werden können. In der Praxis bedeutet dies, dass man beispielsweise mit den Kindern eine Auszeit auf der Terrasse genießen oder im Homeoffice weiterarbeiten kann und dennoch über das Smartphone stets die Kontrolle über das Kochgeschehen behält.

Praktische Warmhaltefunktion. Der Kochprozess wird auf dem Display angezeigt. Ist das Gericht fertig, bekommt man übers Smartphone

eine Benachrichtigung. Danach greift die automatische Warmhaltefunktion Hobbyköche auch mehrere Töpfe kontrollieren. Der Zeitpunkt, an dem der Kochvorgang gestartet werden soll, kann ebenfalls bestimmt werden. Zu den innovativen Funktionen der App gehört zudem das Abspeichern individueller Kochprogramme.

## Lust auf Wandern

### Kennen Sie die PECH-Regel?

(akz-o) Eine Wanderung durch die Natur, abseits von Parks und vollen Spazierwegen in der Stadt, tut Körper und Seele gut. Doch gerade Anfänger sollten es langsam angehen lassen. Wer zu eifrig ist und die Kondition falsch einschätzt, riskiert Erschöpfung und Verletzungen. Egal ob Spaziergang oder Tour durch hügeliges Gelände: Stimmen Sie die Route auf die Belastbarkeit aller Teilnehmenden ab, vor allem, wenn Kinder dabei sind. Checken Sie vorab die Wetterlage und passen Sie Ihre Kleidung entsprechend an. Bei einem Spaziergang

reicht bequeme Freizeitbekleidung. Wird es sportlicher, ist atmungsaktive Funktionskleidung mit mehreren dünnen Schichten sinnvoll. Durch diese Stoffe wird Schweiß zügig abtransportiert, der Körper kühlt nicht so schnell aus. Außerdem wichtig: festes Schuhwerk. Die Schuhe vorher gut einlaufen, sonst drohen Blasen. Mit in den Rucksack gehören ein kleines Erste-Hilfe-Set mit beispielsweise Desinfektionsmittel, Pflastern sowie Verbandsmaterial und eventuell eine Kühlflasche mit Kühlpacks. Kleine Wunden können beim Wandern vor-

kommen: Ein Stolpern, Umknicken, Äste, die an der Haut entlangschürfen – das ist schnell passiert. Im Fall des Falles sollte man die Wunde mit klarem Wasser säubern, desinfizieren und mit einem Pflaster schützen oder verbinden. Blutet die Wunde stärker, ist ein Druckverband nötig. Bei Muskelverletzungen, wie durch einen umgeknickten Knöchel, gilt die PECH-Regel. Die Abkürzung steht für Pausieren, Eis (kühlen), Compression (Druckverband) und Hochlegen. Vorsicht ist geboten, falls schon harmlose Stöße stark ausgeprägte blaue Flecken

verursachen und auch kleine Schnittwunden sehr stark bluten. Betroffene sollten das ärztlich abklären lassen, denn es kann sich dabei um erste Anzeichen einer Blutgerinnungsstörung handeln. Eine solche ist zum Beispiel das von-Willebrand-Syndrom. Davon sind in Deutschland zwar bis zu 800.000 Menschen betroffen, jedoch wissen die wenigsten davon – meist erst, wenn etwas passiert. Mehr Infos unter [www.netzwerk-von-willebrand.de](http://www.netzwerk-von-willebrand.de). Achten Sie darauf, dass Sie genug zu trinken und etwas zu essen dabei haben. Bleiben Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit auf ausgeschilderten Wanderwegen, und folgen Sie den Wegweisern. Das schützt auch Pflanzen und bietet Tieren Rückzugsmöglichkeiten.



# FANSHOP

am Wasserturm

P7, 17

Montag - Samstag

10:00 bis 20:00 UHR



**SO STEHEN IHRE STERNE**



**WIDDER**

21.3.-20.4.

Ihre Erklärungen für bestimmte Entwicklungen dürfen Sie keinesfalls von oben herab formulieren, Sie schaffen sich damit nur neue Gegner.



**STIER**

21.4.-21.5.

Reibungslose Wochen liegen vor Ihnen. Niemand kommt Ihnen in die Quere und Sie haben viel Ruhe, um geplante Vorhaben zu erledigen.



**ZWILLING**

22.5.-21.6.

Wenn Sie sich an Ihre Grundsätze halten, haben Sie nichts zu befürchten. Dieser Monat bietet gute Voraussetzungen für Kopfarbeiter.



**KREBS**

22.6.-22.7.

Nicht alles, was Sie begeistert, muss auch anderen gefallen. Deshalb sollten Sie niemanden dazu zwingen, Gefühle zu heucheln, die er nicht hat.



**LÖWE**

23.7.-23.8.

Sie neigen zu oberflächlicher Betrachtungsweise und beachten die Vorstellungen Ihres Partners viel zu wenig. Das kann böse Folgen haben.



**JUNGFRAU**

24.8.-23.9.

Ein Freund, mit dem Sie schon seit vielen Jahren eng verbunden sind, scheint sich von Ihnen zu distanzieren. Was mag wohl der Grund sein?



**WAAGE**

24.9.-23.10.

Niemand stellt in Frage, dass Sie Ihren Standpunkt offensiv vertreten. Es schadet aber nicht, die Argumente der Gegenseite ernst zu nehmen.



**SKORPION**

24.10.-22.11.

Ihr ausgeprägtes Bedürfnis nach Kommunikation sollte auf keinen Fall einem vorübergehenden Stimmungstief zum Opfer fallen. Es wäre schade!



**SCHÜTZE**

23.11.-21.12.

Sie haben zwar schon erklärt, inwieweit Sie ein Unternehmen unterstützen würden. Offensichtlich müssen Sie es aber erneut tun!



**STEINBOCK**

22.12.-20.1.

Ein Kollege ist mit einem Projekt deutlich überfordert. Bieten Sie Ihre Hilfe an, aber sorgen Sie auch dafür, dass er sein Gesicht wahren kann.



**WASSERMANN**

21.1.-19.2.

Jetzt geht's um die materielle Sicherung und neue Einnahmequellen. Ihre derzeit stabile physische Verfassung bildet die Grundlage für den Erfolg.



**FISCHE**

20.2.-20.3.

Es gibt keinen Grund nachzugeben. Lassen Sie sich nicht erweichen – weder von hochheiligen Versprechen noch von sanftem Augenaufschlag.

US-Filmstar (Tom)	ital.-belgischer Sänger	Wüstenlandschaft in Israel	Filmlichtempfindlichkeit	unbestimmt	katalanischer, mallorq. Artikel	Initialen von Sänger Marshall	ägyptischer Sonnengott	Kykladeninsel	Ausruf der Überraschung	biblischer König	wahlfrei
gekörrtes Stärkemehl		öthaltige Früchte		Sternkunde							ein großer Planet
Vorname von US-Filmstar Gibson								chinesische Dynastie			
								Flächenmaß der Schweiz			
asiatische Steinsüste	Abrahams Sohn im A.T.	Differenzbetrag						Fürstin in Indien	palastinensischer Politiker		
japanisches Heiligtum											
heilig in span. Städtenamen								Gefäß mit Henkel			niederdeutsch: was
Streit, Zwist		Fremdwortteil: bei, daneben		Zurück an Zugtiere: Halt!	Beruf		Frauenkurzname	Kosewort für Großmutter	altes Maß der Motorenstärke		männlicher franz. Artikel
				Winkelmaß			Antilopenart				
Produkt aus Kokosnüssen					zeitlich begrenzt						

**METROPOLJOURNAL**

Onlinesite tagesaktuell & kostenlos!

[www.metropoljournal.com](http://www.metropoljournal.com)

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

L	R	P	A	F	1	2	6	5	4	7	8	9	3
A	U	L	A	S	T	E	N	E	R	I	F	F	A
U	N	R	A	S	T	M	E	D	A	I	L	L	O
T	O	M	U	G	7	4	9	8	2	3	5	1	6
H	M	K	O	D	6	1	3	2	7	5	9	4	8
R	A	M	R	U	4	9	7	6	8	1	2	3	5
U	N	I	S	B	2	5	8	9	3	4	6	7	1
H	I	H	L	E	5	6	1	3	9	2	7	8	4
G	O	I	E	E	3	7	2	4	5	8	1	6	9
E	P	E	N	M	I	D	D	I	T	9	8	4	7
R	E	T	R	O	E	D	L	E	R	N	T	B	1
L	A	N	G	E	E	L	A	S	E	T	Z	E	R
DORIS													

Auflösung September 2021      Auflösung September 2021

5	4	6				
8	6	5				1
	7		9			
	5	9				
	3	1		9	2	
				7	1	
			3		8	
2				8	5	3
				4	2	9

Die Auflösungen finden Sie in der nächsten Ausgabe. Alle Rechte vorbehalten.

**M&M Soundlight**    Tel: 0162 - 3666066  
**Matthias Mumm**    E-Mail: soundlight@email.de  
 www.facebook.com/MMSoundlight

Vermietung von Event- und DJ-Equipment  
 Mobiler DJ

**FÜR SIE HIER VOR ORT**  
**MA-Waldhof • Gartenstadt • Käfertal**

**BESTATTUNGSHAUS ZELLER**

Erledigung aller Formalitäten und Amtswege.  
*Tag und Nacht dienstbereit auf allen Mannheimer Friedhöfen.*  
 Auf Wunsch Hausbesuche  
**Erd- oder Feuerbestattung**  
 ab 890,- € zzgl. amtliche-+Friedhofsgebühren  
 Bestattungsvorsorge · Sterbegeldversicherung bis zum 85. Lebensjahr

Waldstraße/Ecke Waldpforte  
**Mannheim 06 21/7 48 23 26**

# China Palast in der Theodor-Heuss-Anlage wird zum Kaiser Palast

(red) Guofen und Hanbiao Zhao sind wahrlich keine unbekanntesten Gastromen in Mannheim. 2016 eröffneten Sie das ASIA Paradies in Mannheim Waldhof, das Grund der hervorragenden Küche und über 20 Jahren Gastronomie-Erfahrung in Qualität und Service, innerhalb kürzester Zeit zu einem der beliebtesten China Restaurants und Treffpunkt für Freunde wurde.

Namhafte Persönlichkeiten aus Funk und Fernsehen, (z.B. Alfons, französisch-deutscher Kabarettist), selbst gekrönte Häupter (z.B. König Bansah mit seiner Frau Gabi), wurden zu sehr gern gesehene Stammgästen.

## Eröffnung Kaiser-Palast

Nach monatelangem Umbau – verarbeitet wurden edelste und geschmackvollste Materialien – eröffnet nun das erfahrene Gastronom – Paar, direkt neben dem Waldhofstadion, das Erlebnis – Restaurant Kaiser-Palast.

Von mongolisch bis exotisch, erlesene Auswahl, immer frisch in allerhöchster Qualität – das sind Maßstäbe, die das Ehepaar für ihre Gäste bereithält. Hanbiao Zhao ist einer der wenigen ausgebildeten Spezialitätenköche, der schon mehrfach mit renommierten Preisen ausgezeichnet wurde. Unter anderem belegte er den 1. Platz beim Chinesischen Koch-

wettbewerb, bei dem chinesische Köche aus ganz Deutschland angetreten sind. Seine Kochkünste sind weit über Mannheims Grenzen hinaus bekannt. Selbst von Stuttgart, wo das Ehepaar früher zwei Restaurants betrieben hatte, kommen noch heute ehemalige Gäste nach Mannheim, um die qualitativ hochwertige Küche genießen zu können.

## Erlebnisastronomie vom Feinsten

350 Gäste finden in verschiedenen aufgeteilten Räumen Platz. Dazu noch weitere 100 Plätze auf der Terrasse. Das Zentrum des Restaurants bildet eine riesige Buffet – Anlage der Superlative, bestückt mit Fleisch – Fisch- und Meeresfrüchte-Gerichten, marktfrischem Gemüse, passenden Dips und vielen verschiedenen Soßen. Unmöglich, dieses Angebot auf einmal zu genießen.

Ein separates Sushi – Buffet zeigt die Vielfalt, das absolute Können des Koch – Meisters. Nicht nur die riesige Auswahl beeindruckt, auch die Präsentation erinnert an kleine, wunderbare Kunstwerke.

Weiter zum mongolischen Buffet, das mit seiner exotischen Auswahl absolut überrascht. Hier können sich Gourmets neben Steaks, Lamm, Meeresfrüchten etc. auch exotisches Straußen- Krokodil- und/oder

Antilopenfleisch frisch zubereiten lassen. Nicht nur das Fleischangebot ist außergewöhnlich, auch der Fischliebhaber findet zusätzlich zum üppigen Angebot Oktopus, diverse Muscheln, Crevetten, Lobster und soviel mehr. Krönender Abschluss bildet das Dessert – Buffet. Viele Sorten von Eis, Kuchen, Pudding, frisches Obst etc. ist nur ein kleiner Teil der abwechslungsreichen Auswahl.

Die Speisekarte bietet zusätzlich à la carte Gerichte in jeglicher Form. Gastfreundschaft ist hier nicht nur ein Wort. Es wird Gastfreundschaft gelebt.

Für das Gastronomienpaar ist es eine Herzensangelegenheit, auf jeden einzelnen Gast herzlich zuzugehen, jeden Gast persönlich zu begrüßen, seine Wünsche zu respektieren.



## Erlebnisastronomie vom Feinsten



Der Kaiser-Palast bietet von 11.30 – 15.00 Uhr Mittags - Buffet für Euro 10,90 und ab 17.30 Uhr bis 23.00 Uhr das Gourmet – Buffet für 20,90 Euro.

Natürlich stehen genügend Parkplätze zur Verfügung

Kaiser-Palast, Theodor-Heuss-Anlage 19, 68165 Mannheim, Telefon 0621 3247599

