

**ALT
WEIBER
FASNACHT**



8.2.2018 20 UHR

Friedrich-Ebert-Halle

**Gesundheit &
Wellness**



Mehr erfahren auf Seite 14-17

**Bauen · Wohnen
Renovieren**



Mehr erfahren auf Seite 12-13

Veranstaltungen



Mehr erfahren auf Seite 20-21

Februar 2018

Aus der Region.....	2-11
Gesundheit & Wellness.....	14-17
Bauen / Wohnen & Renovieren.....	12-13
Rätsel.....	19
Veranstaltungen.....	20-21
Gewinne/Verlosungen.....	22
Impressum.....	2

Rund um die Uhr
brandaktuell

Lokales & Regionales
Immer **Kostenlos!**

Lokal profitieren -
regional informieren

www.metropoljournal.com

Staatliche Schlösser und Gärten Baden-Württemberg

Über 3,85 Millionen Besucherinnen und Besucher übertreffen das Rekordergebnis



Foto: Staatliche Schlösser und Gärten Baden-Württemberg, Günther Bayerl

(red) Über 3,85 Millionen Menschen haben im Jahr 2017 die Schlösser, Klöster, Burgen und Gärten des Landes besucht. Das sind 1,3 Prozent mehr als im Jahr 2016.

„Die Staatlichen Schlösser und Gärten Baden-Württemberg bauen damit ihre Position als wichtigster Anbieter im Kulturtourismus weiter aus. Seit 2012 steigen die Besucher-

zahlen kontinuierlich“, sagte Finanzministerin Edith Sitzmann. Schloss Heidelberg ist dabei Spitzenreiter unter den historischen Monumenten des Landes: In die ehemalige Residenz kamen vergangenes Jahr rund 1,15 Millionen Gäste. Das Barockschloss Mannheim fand ebenfalls starke Resonanz. 16,2 Prozent mehr Menschen erlebten die Welt der pfälzischen Kurfürsten und badischen Großherzöge, nämlich über 105.000 Besucherinnen und Besucher. Kloster Lorch im Remstal verzeichnete einen besonders hohen Besucherzuwachs: Fast 70.000 Menschen besuchten das Monumen. Stolze Zahlen erreichte auch Schloss Solitude bei Stuttgart. Mit attraktiven Veranstaltungen wie etwa einem „Herzoglichen Apfeltag“ im September zog das Kleinod rund 41.000 Menschen an. Außer dem 30-jährigen Jubiläum gab es gleich mehrere große Ereignisse. Im April konnte Finanzstaatssekretärin Gisela Splett in Schloss Bruchsal die rekonstruierten Räume der Beletage der Öffentlichkeit übergeben. Ebenfalls im April eröffnete Ministerialdirektor Jörg Krauss das neue Besucherzentrum an der Grabkapelle auf dem

Württemberg. Und in Rastatt ist seit Ende Juli die Schlosskirche nach langjähriger Restaurierung wieder zugänglich. Finanzministerin Edith Sitzmann übergab das barocke Monument in einem Festakt. Die Schlosskirche kann zudem digital in einer 360-Grad-Aufnahme besucht werden. Viel Aufmerksamkeit fand auch das Themenjahr „Über Kreuz“, mit dem in den Monumenten des Landes an die Reformation und ihre Folgen erinnert wurde. Für das Marketingkonzept erhielten die Staatlichen Schlösser und Gärten zum zweiten Mal in Folge den renommierten „German Brand Award“. Die Staatlichen Schlösser und Gärten Baden-Württemberg sind mit 60 Schlössern, Klöstern, Burgen und Gärten und einem vielseitigen Programmangebot Marktführer im Südwesten. 2018 dreht sich alles um die Entwicklung unserer Esskultur: „Von Tisch und Tafel“ lautet das neue Themenjahr, das sich mit „Essen und Trinken in den Schlössern, Klöstern und Burgen“ befasst. Nähere Informationen unter www.schloesser-und-gaerten.de und www.tisch-und-tafel-2018.de.

PFEIFER ABWASSER-KANAL

Wir machen Ihr Rohr frei!



**24H-
SOFORT-
HILFE**

- 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

Wir glauben an die Kraft innovativer Ideen und stehen für zielorientierte, authentische Werbung. Wir glauben an langfristige Strategien und an die Überzeugungskraft guter Designs.

Nichts vergeht schneller als eine schlechte Idee.

Tel.: 0621/ 72739490 • Fax: 0621/ 72739497 • E-Mail: info@123medien.com

EINS 1 ZWEI 2 DREI 3
MEDIEN

Neujahrsempfang 2018 der Stadt Mannheim

Impressum

Herausgeber:

Lothar Binder
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

Dr. Constant Hemmen (ch)

Wolfgang Lutz (wl)
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.

Haushaltsverteilung:

Adnan Salih
BGM-Grünzweig-Straße 26
67063 Ludwigshafen
Tel.: 0179-9082917
Adnan-salih@hotmail.de

Verteilung Auslagestellen:

Patrick Schmidt
Krüger Str 64
67065 Ludwigshafen

(red) „Mann-Heim als Frauen-Ort“ war der Themenschwerpunkt des diesjährigen Neujahrsempfangs der Stadt Mannheim, der am 6. Januar im Rosengarten stattfand. Anlass für den Themenschwerpunkt ist das Frauenwahlrecht, dessen Einführung sich 2018 zum 100. Mal jährt. Seit 1918 haben viele Initiativen und gesetzliche Regelungen zu einem Zuwachs an Geschlechtergerechtigkeit geführt. Auf der Ebene 3 des Rosengartens wurden den Bürgerinnen und Bürgern die vielfältigen Aspekte der Geschlechtergleichstellung präsentiert. Bei sogenannten „Fishbowls“ konnten sie unter anderem der Frage nachgehen, ob Gesetze gleichberechtigte Lebenswirklichkeiten schaffen. Des Weiteren stellten sich zahlreiche Institutionen vor, darunter auch das Amt der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Mannheim. Auch künstlerisch wurde das Thema aufgegriffen – etwa durch eine Performance von Studentinnen der Theaterakademie.

Neujahrrede des Oberbürgermeisters
Im Mittelpunkt des Festaktes stand auch in diesem Jahr die Neujahrrede des Oberbürgermeisters. „Wenn sich Frauen in ihrem demokratischen Recht allein auf die Teilnahme an Wahlen beschränkt hätten, wären sie und wir als Gesellschaft heute keinen Schritt weiter als 1918“, sagte Kurz über die Erfolge in der Geschlechter-



Foto: Andreas Henn

gerechtigkeit. Der Grundgedanke des Neujahrsempfangs, nämlich Anlässe und Orte der Begegnung und Verständigung zu schaffen, solle ausgeweitet werden. So lud er die Besucherinnen und Besucher ein, sich am 2017 begonnen Leitbildprozess 2030 zu beteiligen. In diesem Zusammenhang verwies er auch auf Orte, die gerade entstanden sind, entstehen oder entstehen werden und die der Begegnung und Verständigung dienen sollen – wie zum Beispiel dem Neubau der Kunsthalle, dem Marchivum oder der Stadtbibliothek.

„Neben den alle Städte treffenden gesellschaftlichen Fragen erleben wir zugleich einen umfassenden Prozess der Erneuerung unserer Stadt, wie er seit der unmittelbaren Nachkriegszeit

nicht mehr stattgefunden hat“, so der Oberbürgermeister in seiner Rede. „Die Erneuerung betrifft die äußere Gestalt unserer Stadt, sie gilt aber auch für Wirtschaft, Wissenschaft und Kultur und für die Stadtverwaltung selbst. Es ist absehbar, dass diese Umgestaltung oder sogar Transformation auch die nächsten Jahre prägen wird.“ Dabei gehe es darum, die Erneuerung der Stadt weiter zu treiben und zugleich die Stadt als Heimat zu bewahren. Kurz: „Das entspricht der Geschichte und dem Charakter unserer Stadt: Erneuerung einerseits und Bewahrung von Heimat andererseits sind kein Widerspruch, sie bedingen sich vielmehr.“ Oberbürgermeister Dr. Peter Kurz zeigte in seiner Rede außerdem globale und kommunale Herausforderungen wie beispielsweise Zu-

wanderung auf. „Über all diese Fragen wird gestritten – oftmals wenig produktiv und in wechselseitigem Unverständnis“, so Kurz. Dabei gäbe es keinen natürlichen Kampf der Kulturen, aber Menschen, die diesen wollen. „Und sie haben einen Gegner. Uns, die offene Gesellschaft. Die offene Gesellschaft ist nicht schwach. Im Gegenteil: Sie hat ihre Feinde, weil diese sie als Bedrohung empfinden!“ Die Gesellschaft müsse sich wieder neu erarbeiten, sich klar und deutlich streiten zu können, ohne dass der andere als Feind wahrgenommen werde.

Rund 9.000 Besucherinnen und Besucher
Dr. Ursula Redeker, Sprecherin der Geschäftsführung der Roche Diagnostics GmbH, übernahm den Festvortrag mit dem Titel „Ist gleich gleich? 100 Jahre Frauenwahlrecht“. Auch die künstlerischen Beiträge waren vom Themenschwerpunkt geprägt. So hat zum Beispiel die Gesangsklasse der Staatlichen Hochschule für Musik und Darstellende Kunst „The March of the Women“ sowie „On the road“ präsentiert, zwei Titel aus der englischen Suffragetten-Bewegung. Insgesamt haben rund 250 Gruppen, Vereine, Unternehmen, Hochschulen, Verbände und sonstige Einrichtungen mit über 1.000 Mitwirkenden den Neujahrsempfang gestaltet. Rund 9.000 Bürgerinnen und Bürger haben den Neujahrsempfang im Rosengarten besucht.

Erster Bürgermeister Specht thematisiert Neubaugebiete Närrische Schlüsselübergabe beim Neujahrsempfang im Kulturhaus Käfertal

(rbw) „Durch eben diese Neubaugebiete Franklin und Spinelli werde Käfertal in den nächsten 15 Jahren wohl zum dynamischsten Stadtteil mit geschätzten 36 Prozent Bevölkerungszuwachs“, so Specht. Großen Respekt zollte er den vielen ehrenamtlichen Helfern, die sich um die, auf Columbus untergebrachten, Flüchtlinge kümmerten und ihnen die Integration erleichterten. „Dieses Engagement zeigt doch die Kraft und Solidarität unserer einzigartigen Stadt“. Zu den Problemen bei der Neugestaltung Ortsmitte Käfertal zeigte sich Specht zuversichtlich. „Wir werden in diesem Jahr zu einem Ergebnis kommen, da bin ich ganz sicher“. Vorsitzende der IG Käfertaler Vereine und Kulturhaus - Chefin, Ute Mocker, ließ das vergangene Jahr Revue passieren. Natürlich wünscht sie sich mehr Unterstützung durch die Stadt um „nachhaltig Arbeiten zu können“. Die entstehenden Kosten können nicht nur durch meist ehrenamtliche Mitarbeiter, Projektmitteln und Sponsoring bewältigt werden, zumal Buchungen für große Events und auch diverse Veranstaltungen spürbar zurückgegangen sind. Im Gegensatz dazu sind die Kosten gestiegen. Somit muß für das Jahr 2017 leider wieder mit einem Minus gerechnet werden. Dagegen positiv schlagen die Zahlen der Kulturwerkstatt zu buche. „Hier wird



Foto: L. Binder

nicht nur eine großartige Arbeit geleistet, hier wird auch richtig Geld verdient. Wir haben tolle Preise gewonnen, wir haben neue Sponsoren gefunden, wir haben einfach eine sehr gute Arbeit abgeliefert“, so Mocker. Zurecht dankte sie den vielen ehrenamtlichen Helfern von ganzem Herzen. Ein herzlicher Gruß ging auch an die Freunde und Förderer des Kulturhauses, an die Mitglieder des Bundestages Nikolas Löbel und Prof. Dr. Egon Jüttner und an den Landtagsabgeordneten Dr. Stefan Fulst-Blei.

Komplettsanierung Kulturhaus Käfertal Barrierefrei, modern, neuer Brandschutz. Nach der Sanierung wird diese Einrichtung weitaus attraktiver für Mieter sein - davon geht der Vor-

stand des Kulturhauses aus. Noch bis August 2018 wird zumindest der Saal des Kulturhauses an den Abenden und an den Wochenenden uneingeschränkt zur Verfügung stehen. „Da der genaue Starttermin der Sanierung nicht bekannt war, sind leider einige Mieter aus Verunsicherung abgesprungen“, so Ute Mocker. „Wir bemühen uns sehr, diese wieder zurückzugewinnen“. Die Bemühungen gehen aber auch in die Richtung, neue interessante Mieter dazuzugewinnen. Mit der „Metall-Software“ konnte eine Messe unter Vertrag genommen werden, die ihre Tore bisher in München und Freiburg geöffnet hatte. Ein weiteres brennendes Thema - die Parkplätze. Durch den Neubau des

REWE - Marktes werden 40 Prozent der bisherigen Parkplätze verloren gehen. „Bis zum Ende der Sanierung muß auch die Stellplatz-Frage unbedingt geklärt sein, sonst können wir hier einpacken“, appelliert Mocker an die Verantwortlichen.

Käfertal - Rap und fernöstliche Tänze
`50 Jahre Kultur am Start, Käfertal ist naturbegabt. Wir wissen, wie man Menschen auf die Bühne stellt, geht der Vorhang auf, dann erblüht die Welt - mit diesem „Käfertal - Rap“ setzte die Who.Am.I Creative Academy den Neujahrsempfang ganz in das Zeichen der Jugendkultur.

Närrische Schlüsselübergabe
Die närrische Schlüsselübergabe war nicht einfach, war sie doch mit einer schwierigen Aufgabe versehen. Michael Plep, Sitzungspräsident der Löwenjäger schlug vor, Käfertal als eigenständige Stadt auszurufen. Ein Aufstieg für Bürgerserviceleiter Frank Kassner - so wäre er dann Oberbürgermeister und Ihre Lieblichkeit Stefanie I. von den Spargelstechern würde zur Stadtprinzessin gekrönt. Aber vor der Schlüsselübergabe erhielten die Käfertaler Narren eine schwierige Aufgabe. Im Hinblick auf das Jubiläum „200 Jahre Rathaus“ müssen sie bis Aschermittwoch das genaue Datum der Grundsteinlegung herausfinden.

Gelungener Start ins neue Jahr

Neujahrsempfang der freireligiösen Gemeinde Mannheim

(red) „Misstrauen oder Neugier? – Wie begegnen wir Neuem und Fremdem? das war nicht nur die Überlegung von Ute Kränzlein, Landessprecherin der freireligiösen Landesgemeinde Baden und Vorsitzende der Mannheimer freireligiösen Gemeinde zum Start ins neue Jahr, es war schon im alten Jahr Thema des in Ludwigshafen ausgeschriebenen Arno-Reinfrank-Jugendliteraturpreises gewesen.

Dieser wird im 2-jährigen Rhythmus von der Stadtbibliothek und der Freireligiösen Landesgemeinde Pfalz im Andenken an den in Mannheim

geborenen Schriftsteller Arno Reinfrank vergeben. Ute Kränzlein fand das Thema und die dort eingereichten Arbeiten so interessant, dass sie zwei Teilnehmerinnen des Wettbewerbs zur Matinee einlud, wo sie im Rahmen der Ansprache ihre Texte nochmals einem größeren Publikum vorstellen konnten. Michelle Greiner und Jordis Rheinstädter folgten der Einladung gern und freuten sich über aufmerksame Zuhörer. Und wie ist das nun mit dem Zugehen auf Neues und Fremdes oder fremde?

Ute Kränzlein empfahl eine Mischung aus Neugier und nicht Misstrauen,



von rechts Michelle Greiner, Ute Kraenzlein, Jordis Rheinstaedter, Foto: Kraenzlein

aber Vor-Sicht. Neugier brauchen wir in einer zum Neuen offenen Welt. Und in Bezug auf fremde Menschen heißt es aufeinander zugehen, einander befragen, sich miteinander bekannt machen und auseinandersetzen. Bei allem aber im Fremden den Menschen sehen, wie es Jordis Rheinstädter in ihrem Text formuliert hatte.

Musikalisch Umrahmt wurde die Veranstaltung durch das Musikerehepaar Olga und Evgeni Orkin. Im Anschluss war ausreichend Gelegenheit sich bei einem leckeren Imbiss persönlich miteinander auszutauschen.

Maimarktgelände 2017 sehr gut ausgelastet

Feuerwerk an Top-Events 2018

(rbw) „Natürlich ist der Maimarkt das Highlight, gibt es doch keine größere Verbrauchermesse in Deutschland dieser Art“, resümierte Stefnie Goschmann, Geschäftsführerin der Mannheimer Ausstellungs GmbH. Mit rund 341 000 Besuchern war auch 2017 ein leichter Besucher - Anstieg zu verzeichnen. Deshalb können die Eintrittspreise unverändert günstig bleiben. Lediglich beim VRN-Kombi-Ticket zahlen Erwachsene 9,90 Euro und Kinder 5.50 Euro (plus 40 + 10 Cent), resultierend aus dem Kostenaufschlag der VRN. Der Vorverkaufspreis liegt stabil bei 4,50 Euro bzw. für Kinder (6-14 Jahre) 3,00 Euro. Maimarkt - Termin 2018 vom 28. April bis 8. Mai. Der Aufbau für 2018 ist mittlerweile in vollem Gange. Das Reitturnier hat sich zu einem festen Bestandteil des Maimarkts entwickelt. Für die Infrastruktur wird auch hier ordentlich investiert. 130 Stellplätze für Pferdeanhänger und 52 PKW - Stellplätze entstehen derzeit, damit die Pferdewagen und auch Reiter näher an den Stallungen parken können. 500 000 Euro steuert die Stadt aus ihrem Haushaltssäckel dazu. Weiterhin wird im Maimarktclub der Boden ausgetauscht.



Foto: L. Binder

Resümee 2017: Mehr Belegungstage VETERAMA, Jobs for Future, Time Warp, Maifeld Derby, PDC European Darts Tour, Tattoo Circus, Irie Révoltés, Toxicator, DOG Die Hundemesse, Broilers, Pyro Games um nur einige zu nennen. Mit 58 Veranstaltungen wurde der Rekord 2016 (59) knapp unterboten. 101 Veranstaltungstage (2016: 94), 321 Belegungstage (2016: 288) und 730 000 Veranstaltungsbesucher (2016: 720 000) bescherten dennoch weitere Rekorde.

Feuerwerk an Top-Events 2018 Innovative Messen, angesagte Con-

tions, einzigartige Festivals und atemberaubende Konzerterlebnisse unter freiem Himmel Mit der erfolgreichen Neuauflage des ReiseMarktes Rhein-Neckar-Pfalz und Arena of Cats ist das Messejahr bereits bestens gestartet. In den Startlöchern stehen nun LeanAroundTheClock am 8. und 9. März. Zum deutschlandweit einzigartigen Fortbildungs-Happening mit zahlreichen Impulsvorträgen angesehener Experten werden erstmals rund 350 „LeanEnthusiasten“ im Maimarktclub erwartet. Fans der US-Kultserie „The Walking Dead“

freuen sich schon jetzt darauf, auf der Walker Stalker Con am 17. und 18. März ihren Idolen die Hände zu schütteln. Für Motorrad-Fans die Messe Custom Summer Days vom 20. bis 22. Juli und Höhepunkte im Herbst sind die Mannheim-Premiere von Mein Hund am 27. und 28. Oktober und die bei Fachbesuchern renommierte Trinkwassertagung Metropolregion Rhein-Neckar am 14. und 15. November.

Auch musikalisch ist 2018 einiges geboten! Nach ihrem legendären Auftritt von 1991 stürmen die Mega-Stars von Guns N' Roses am 24. Juni erneut die Open-Air-Bühne auf dem Maimarktgelände. Hits wie „November Rain“ oder „Sweet Child of Mine“ sorgen für Gänsehaut unterm Abendhimmel. Gut zwei Monate später steht schon das nächste Open-Air-Großereignis an: Am 8. September rocken Die Toten Hosen das Gelände. Sommer-Feeling und gute Laune verspricht auch das mittlerweile fest etablierte Maifeld Derby vom 15. bis 17. Juni. Was 2011 als Geheimtipp startete, hat sich längst zu einem mehrfach ausgezeichneten Liebha-

ber-Festival der anspruchsvollen Musikszene entwickelt. Ebenfalls prächtig gediehen ist das Zeltfestival Rhein-Neckar: Im atmosphärischen Palastzelt stehen dieses Jahr unter anderem Limp Bizkit, Gentleman, Newcomer Wincent Weiss und die britische Heavy-Metal-Legende Judas Priest auf der Live-Bühne. Nach der spektakulären Premiere 2017 präsentiert Techno-Urgestein Brennan Heart am 3. März die zweite Ausgabe der I Am Hardstyle. Wer mag, kann Anfang April gleich die Time Warp hinterherschieben, die wieder mit einem spektakulären Line-up internationaler DJ-Größen aufwartet.

Alles rund ums Thema Bildung und Beruf bietet vom 22. bis 24. Februar die Jobs for Future – Messe für Arbeitsplätze, Aus- und Weiterbildung. Ein beliebter Anlaufpunkt für Bauherren in spe ist ganzjährig das Deutsche Fertighaus Center. Ab November kann man sich von der romantischen Atmosphäre auf dem Mannheimer Weihnachtsmarkt am Wasserturm verzaubern lassen.

Ausbildungen mit Zukunft hautnah erleben!

Tag der offenen Tür der Mannheimer Akademie für soziale Berufe am 03.03.2018 – direkt am Paradeplatz

(red) Die Mannheimer Akademie für soziale Berufe in Trägerschaft des Deutschen Roten Kreuzes Kreisverband Mannheim e.V. lädt am Samstag, dem 3. März 2018, alle Interessierten von 12:00 Uhr bis 16:00 Uhr zum Tag der offenen Tür ein. Willkommen sind alle Menschen aus allen Kulturen und in jedem Alter, die auf der Suche nach einer Ausbildung mit Zukunft sind. Im Zentrum Mannheims, direkt am Paradeplatz (E 1, 16), präsentieren Schüler/innen und Lehrer/innen praxisnah ihre Schule und die zehn staatlich anerkannten Schularten. Diese reichen von Ausbildungen in den



Foto: DRK

Bereichen Altenpflege, Altenpflegehilfe, Altenpflegehilfe in Teilzeit und Altenpflegehilfe für Migrant/innen, über Ausbildungen zum / zur Erzieher/in, Kinderpfleger/in bis hin zum beruflichen Gymnasium mit dem Schwerpunkt Gesundheit und Pflege. Darüber hinaus bietet die Mannheimer Akademie für soziale Berufe berufliche Fort- und Weiterbildungen sowie ein vielfältiges Ausbildungsprogramm im Bereich Erste Hilfe an. Vier Stunden lang erwartet Sie eine ausgewogene Mischung aus Vorträgen und Workshops. Erstmals findet in diesem Jahr ein Flohmarkt statt.

Die Einnahmen des Flohmarkts fließen in ein soziales Projekt gegen Rassismus. Den gesamten Tag über steht ein kompetentes Beratungsteam zur Verfügung und informiert über alle Ausbildungsmöglichkeiten sowie die Zugangsvoraussetzungen. Die Mannheimer Akademie für soziale Berufe ist eine staatlich anerkannte Privatschule, die in diesem Jahr ihr 40-jähriges Bestehen feiert. Mit über 1.000 Schüler/innen und knapp hundert Lehrkräften ist sie eine der größten Bildungseinrichtungen für soziale Berufe in der gesamten Metropolregion. www.mannheimer-akademie.de

Mannheim Rosengarten - Weißer Ball 2018

Traditionell inthronisierte der Feuerio den Stadtprinzen Marcus I. von Blitz und Blank

(rbw) Schon früh sammelten sich die Gäste in der Vorhalle des Rosengartens, um auf dem Weißen Ball, dem wohl größten gesellschaftlichen Ereignis der Region, mit zu feiern.

Die Damen in festlichen Roben, die Herren in Anzug und Frack, aber keinesfalls in steifer Atmosphäre, feierten die Gäste bis in die frühen Morgenstunden das glanzvolle Fest. Wie schon der Name erahnen läßt - Weißer Ball - schmückten rund 4000 weiße Blumen den Saal. So ging beim Eintritt ein Raunen durch die Menge, immer wieder war ein "wow", ein "super" oder ein "wahn-sinn" zu hören. "Sensationell", lobte Feuerio - Präsident Bodo Tschierschke das Team von Otto Blumen. "Die haben sich wieder einmal selbst übertroffen"! Zumal das Deko - Team erst ab 2 Uhr in der Nacht seine Arbeit aufnehmen konnte. 4000 weiße Blüten wurden zu zauber-



Foto: L. Binder

haften Arrangements gebunden. Zwischen Palmbältern und Eukalyptus-Zweigen bilden Gerbera, Löwenmäulchen, Nelken, Hortensien, Chrysanthemen und viele weitere zauberhafte Blumen eine wunderschöne Einheit, dekoriert in langstieligen Vasen auf den Tischen

und prunkvollen Gebinden von der Decke hängend. Dazu sorgten eingearbeitete LED Sterne für den glitzernd - leuchtenden Effekt. Zum Auftakt wirbeln die Tänzerinnen der Gemischten Garde über die Bühne. In ihren selbstgenähten Kleidern präsentieren sie ihren

neuen Show-Tanz. Wieder einmal preisverdächtig ist die aufwendige und phantasievolle Choreographie. Dann kommt der große Moment. Etwas nervös und zu schnell, aber dennoch sehr sympathisch, Marcus Walker, der neue Stadtprinz kommt die Show-Treppe herunter, sein Regenten - Name Marcus I. von Blitz und Blank. In seinem Motto bezeichnet er sich als "mit allen Wassern gewaschen, und, die Müdigkeit von Narren werden von ihm gleich weggeputzt". Marcus Walker betreibt ein Glasgebäude-Reinigungsunternehmen.

In seiner Freizeit praktiziert er die brasilianische Kampfkunst Capoeira, er fährt gerne Auto und ist treues Mitglied im Marketingkreis beim Fußball-Club VfR Mannheim. Bisher hatte er mit Fastnacht nichts am Hut, doch "der "Weisse Ball" in den vergangenen Jahren habe ihn so fasziniert, daß er irgendwann auch

mal Prinz werden wollte. Stadtprinzessin Miriam Frank zeigte sich mit der Wahl sehr zufrieden. Das Stadtprinzenpaar des letzten Jahres 2017, Christopher Corr und Kim Schreiner, war zwar im Saal, wollte aber der neuen Regentschaft den einzigartigen Moment überlassen. Bürgermeister Michael Grötsch meinte: "Zwar habe die Stadt das Reinigungsangebot des neuen Prinzen überhaupt nicht nötig, wir haben auch so den Durchblick", er dankte in seiner humorvollen Rede dem Feuerio, dass dieser seit 1899 die "Tradition der Mannheimer Fastnachtsprinzen pflegt und das ohne Zuschuss"!

Der traditionelle Eröffnungswalzer des neuen Prinzenpaares war sympathischer Weise noch etwas holprig und darf durchaus noch etwas geübt werden. Auch die Gäste aus Politik und Wirtschaft tanzten bis weit in den frühen Morgen.

Oberbürgermeister empfängt Stadtprinzenpaar

Spenden für soziale Projekte

(red) Der traditionelle Prinzessinnenempfang im Rathaus und der Faschnachtszug können in diesem Jahr von Oberbürgermeister Dr. Peter Kurz nicht wahrgenommen werden, da er in dieser Zeit für die Stadt Mannheim und als Referent am World Urban Forum der Vereinten Nationen in Malaysia teilnehmen wird. Dennoch ist es ihm ein großes Anliegen, das diesjährige Stadtprinzenpaar, Miriam I. Jubiläumsprinzessin der Grokageli und Stadtprinz Marcus I. von Blitz und Blank, Prinzenpaar der Stadt Mannheim und der Kurpfalz, persönlich zu empfangen und ihre sozialen Projekte zu unterstützen. Kurzerhand lud er daher das närrische Regentenpaar ins Rathaus ein.



Foto: Stadt Mannheim

„Die Stadt Mannheim möchte das großartige Engagement der Faschnachts-

vereine in Mannheim und der Region würdigen. Daher ist es mir wichtig,

Ihnen als Stadtprinzenpaar und stellvertretend für alle Faschnachtsvereine gutes Gelingen und natürlich viel Spaß für den Höhepunkt und gleichzeitigen Abschluss der diesjährigen Kampagne zu wünschen“, sagte Dr. Kurz und ergänzte: „Mit Ihrem Engagement und dem Verzicht auf persönliche Geschenke machen Sie bewusst, dass Fasnacht nicht nur Narretei und Unterhaltung ist, sondern auch einen sozialen Hintergrund hat, bei dem Kranke, Ältere und Kinder nicht vergessen werden. Dieses Engagement unterstützen wir gerne.“ Jeweils 111 Euro spendet die Stadt Mannheim an die sozialen Projekte der beiden Fasnachter. Stadtprinzessin Miriam unterstützt den Förderverein

des St. Vincent Hospiz in Mannheim. Stadtprinz Marcus sammelt Spenden, um das Freizeitangebot des Kinder- und Jugendsportzentrums auf dem Gelände des VfR Mannheim zu fördern.

Die närrischen Termine im Überblick:

- Do, 8. Februar, 15.11 Uhr, Prinzessinnenempfang, Rathaus E 5
- Do, 8. Februar, 17.30 Uhr, Eröffnung Faschnachtsmarkt, Wasserturm
- So, 11. Februar, 13.11 Uhr, Faschnachtsumzug, Innenstadt Ludwigshafen
- Mo, 12. Februar, 14.11 Uhr, FEUERIO-Kindermaskenball, Reiss-Engelhorn-Museen
- Di, 13. Februar, 14.11 Uhr, Straßenfasnacht, Innenstadt Mannheim

17. Weißwurstfrühstück

für Lieblichkeiten und Tollitäten der Region im Steubenhof

(red) Thomas Henne, einst 2001 Prinz der Bernhardiner, lud, zusammen mit der Neckarauer Narrengilde, die Pilwe, und dem Steubenhof Hotel am 30. Januar zum traditionellen Weißwurstfrühstück ein. Neun Vereine mit sechs Prinzessinnen und zwei Prinzenpaaren aus Mannheim und Umgebung waren gekommen um gemeinsam ein herrliches bayerisches Frühstück zu genießen. 1997 lud Henne den damaligen Prinz Alois mit Prinzessin Mirjam und Gefolge zum Korrekturlesen seiner Prinzenpaar-Zeitung ein, die er für das närrische Paar erstellt hatte. Doch Alois widmete sich lieber den Weißwürsten und so entstand die 21jährige Tradition. Viele Jahre waren die



Foto: L. Binder

närrischen Geister im Dorint Hotel zu Gast und nun zum vierten Mal im Steubenhof in Neckarau. Mit dabei waren folgende Vereine: TUSNESIA

Neuhofen, die „Fidelen Zecher“ mit Prinzessin Patricia I., die „Munnemer Göckel mit dem Prinzenpar Andrea I. von der Karlstern-Hexenzunft und

Alex I. von Gockelonien, der KV CdG 1915 e.V. Viernheim mit den Ex-Prinzessinnen Christina III. (2017) und Christina II. (2014), der KV Reilingen „Die Käskuche“ mit Prinzessin Sarina I. von glitzernder Eleganz, die KG Wasserhinkle Altrip e.V mit Prinzessin Patricia I., der Carneval Club Waldhof mit Prinzessin Samantha I. von Hößanna, der Carneval Club Grün-Weiss Ofersheim mit Prinzessin Julia I. und natürlich das Mannheimer Stadtprinzenpaar Miriam I. und Markus I. Alle Gäste genossen neben dem herzhaften Frühstück das lockere Beisammensein mit vielen Gelegenheiten zum Erfahrungsaustausch unter Lieblichkeiten und Tollitäten.

Gastgeber im Steubenhof Hotel, Leandros Kalogerakis, zeigte sich wieder hoch erfreut über die große Schar fröhlicher Narren: „So viele zauberhafte Prinzessinnen habe ich ja nicht jeden Tag um mich herum...!“

Gesucht:

Beamtin sucht ab Frühjahr:
3 ZKB Wohnung mit Balkon oder Terrasse zum **Mieten** oder **Kaufen** bevorzugt in MA-Gartenstadt, Waldhof oder Käfertal

Kontakt unter:
Telefon 0174-244 58 69

Berufsbilder in der Chemiebranche: Dieser Blog klärt auf



Es gibt viele Berufe in der Chemieindustrie, die man nicht kennt.

Wo soll man informieren? Wie behält man den Überblick? Und wie trifft man eine Entscheidung?

Wenn ihr euch schon mal gefragt habt, wo man sich schlau machen kann, wisst ihr wie das ist: man wird erschlagen von Informationen. Am Ende weiß man zwar viel mehr als vorher, ist aber auch verwirrt. Denn es gibt so viel Auswahl – woher soll man wissen, was das Richtige ist? Welche Berufe gibt es und was macht man nach der Ausbildung? Und überhaupt: Und gibt es nicht einen Ort, wo alles an einer Stelle zu finden ist?



Orientierung in der Vielfalt der Auswahl

Als erstes ist es sinnvoll, sich über die eigenen Interessen klar zu werden. Tools wie der Ausbildungsfinder (cvrp.de/chemieazubi-ausbildungsfinder) helfen, sich über seine Vorlieben und Talente klar zu werden. Der Ausbildungsfinder macht Vorschläge, welche Berufsbilder zum Persönlichkeitsbild passen. Das ist ein guter Startpunkt, um sich dann über die vorgeschlagenen Berufe zu informieren. Um einen Eindruck von der Ausbildung und der Arbeitswelt in der Chemiebranche zu bekommen, wurde der ChemieAzubi-Blog ins Leben gerufen. Dort bloggen Azubis und Azubinen über ihre Ausbildungsberufe und alle möglichen anderen Themen, die mit ihrer Ausbildung zusammenhängen.

Fotos: Chemieverbände Rheinland-Pfalz

Zum Beispiel gibt es Bewerbungstipps, Ratschläge für Assessment Center und Vorstellungsgespräche, oder Informationen bei Problemen in der Ausbildung. Vor allem stellen die Chemie-Azubis ihre Ausbildungsberufe vor: die Aufgaben, die Lerninhalte, den Ausbildungsverlauf und die Jobmöglichkeiten für die Zeit danach. Auch Ausbilder und Personalverantwortliche kommen zu Wort und erklären zum Beispiel, wie man sich gut auf das Übernahmegespräch vorbereitet.

Und nach der Ausbildung?

Sichtwort Übernahme: Angenommen ihr entscheidet euch für eine Ausbildung in der Chemiebranche. Was passiert nach der Ausbildung?

Die Chancen sind gut, dass ihr übernommen werdet: in der Chemiebranche sind das über 90 Prozent der Auszubildenden. Nach der Ausbildung arbeitet man oft in dem Betrieb, in dem man seine Ausbildung gemacht hat. Vielleicht will man sich weiterbilden. Den Techniker oder Meister machen oder ein Studium beginnen. Folge deinen eigenen Interessen; ist die Empfehlung einer ehemaligen Azubine, die ein duales Studium drangehängt hat. Auch Informationen zur Weiterbildung gibt es auf dem Blog. Umwege erweitern die Ortskenntnis: für Studienabbrecher und Quereinsteiger und die, die eine zweite Chance suchen. Auch wenn man in der Schule

Chemie abgewählt hat, landet man vielleicht doch wieder in diesem Industriezweig. Auch diese Berufswege kommen im ChemieAzubi-Blog vor. Dass die erste Entscheidung manchmal nicht die Richtige ist, erleben nicht wenige. Sie entscheiden sich dann, eine zweite Ausbildung zu machen oder ihr Studium abzubrechen. Wie gehen die Personalverantwortlichen mit diesen Lebensläufen um?

Auch solche Fragen (und die Antworten) findet man im Blog (<http://cvrp.de/studienabbrecherimblog>).

Alles an einem Ort – wo?

Unser Ausbildungsblog: www.chemie-azubi.de

Unsere Bilder auf Instagram:

#ChemieAzubi

Alle Infos auch auf Facebook:

@ChemieAzubi

Unsere Berufsvideos auf Youtube:

cvrp.de/chemieazubi-videos

Chemie ist Naturwissenschaft und Industrie zugleich. Viele verbinden mit der chemischen Industrie weiße Kittel und akademisch wirkende Formeln. Und ja, die gibt es auch.

Doch wir bieten mehr: man kann aus mehr als 50 Ausbildungsberufen wählen. Die Macher des Blogs sind die Chemieverbände Rheinland-Pfalz. Die Chemie hat viele Gesichter.

Die Einrichtungsbranche bietet gute Aufstiegschancen

Absolventen von Fachschulen sind bei Unternehmen sehr gefragt

(djd). Eine Berufsausbildung ist für viele junge Menschen ein solider Grundstein für das Berufsleben. Gleichzeitig kann sie aber auch ein gutes Sprungbrett sein für eine Karriere in höheren Laufbahnen. In der Möbelbranche zum Beispiel sind Leute gefragt, die zusätzlich zu einer vorherigen Ausbildung - egal aus welchem Bereich - eine Weiterbildung zum Einrichtungsfachberater, zur Küchenfachberaterin oder auch zum Betriebswirt durchlaufen. Diese Spezialisten haben sehr gute Chancen auf eine festangestellte Übernahme zum Beispiel in Einrichtungshäusern, Möbel- und Küchenfachgeschäften und in der Möbelindustrie.



Fotos: djf/Fachschule des Möbelhandels

Berufsschule und eine Berufsfachschule für kaufmännische Berufe. "Eine praxisorientierte Aufstiegsfortbildung im Anschluss an die Erstausbildung verheißt dauerhafte Beschäftigungs- und Karriereaussichten. Wir erstellen regelmäßige Statistiken über die Vermittlungsquoten der Absolventen unserer Fachschulstudiengänge.

Für die Jahre 2016 und 2017 liegen diese zwischen 90 und 100 Prozent", sagt Müller. Auf www.moefa.de

finden Interessierte konkrete Informationen zu allen verfügbaren Studien- und Bildungsgängen in der Möbelbranche.

Finanzielle Förderung

Auch der Staat unterstützt das Lernen an einer Fachschule. Die Möbelfachschule beispielsweise ist nach der Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung (AZAV) zertifiziert. Das heißt, hier können Weiterbildungswillige Bildungsgutscheine der Arbeitsagentur einlösen.



Zudem gibt es weitere finanzielle Fördermöglichkeiten in Form von Bundeswehr. Dazu bestehen Fördermöglichkeiten durch die Berufsschüler- und Meister-BAföG, die Begabtenförderung der IHKs und der Berufsförderungsdienst der

Bundeswehr. Dazu bestehen Fördermöglichkeiten durch die Berufsschüler- und Meister-BAföG, die Begabtenförderung der IHKs und der Berufsförderungsdienst der ist schulgeldfrei.

Hohe Vermittlungsquote der Fachschulabsolventen

Das bestätigt auch Dieter Müller, Schulleiter der Kölner Fachschule des Möbelhandels (Möfa). Unter dem Dach des staatlich anerkannten Berufskollegs vereinen sich eine Fachschule für Aufstiegsfortbildung, eine

Wir verbinden
Regionales & Lokales
www.metropoljournal.com

BASF-Gruppe: Ergebnis steigt im Geschäftsjahr 2017 deutlich und übertrifft Analystenschätzungen erheblich

(red) BASF gibt hiermit vorläufige, nicht testierte Zahlen zum Geschäftsjahr 2017 bekannt. Umsatz, Ergebnis der Betriebstätigkeit (EBIT) vor Sondereinflüssen und EBIT liegen 2017 wie von BASF prognostiziert deutlich über den Vorjahreswerten. Die Ergebnisgrößen übertreffen die Analystenschätzungen erheblich. Der Umsatz steigt um 12 % auf 64,5 Milliarden € (2016: 57,6 Milliarden €). Das EBIT vor Sondereinflüssen beträgt 2017 voraussichtlich 8,3 Milliarden € und liegt damit 32 % über dem Vorjahreswert (2016: 6,3

Milliarden €). Der Ergebnisanstieg resultiert insbesondere aus dem im Vergleich zum Vorjahr kräftig gestiegenen Ergebnis des Segments Chemicals. Hierfür sind höhere Mengen und Margen in den Unternehmensbereichen Monomers, Petrochemicals und Intermediates ausschlaggebend. Auch die signifikanten Ergebnisverbesserungen im Segment Oil & Gas sowie bei Sonstige tragen zu dem deutlich höheren EBIT vor Sondereinflüssen der BASF-Gruppe bei. Das EBIT vor Sondereinflüssen von Performance Products sowie

von Functional Materials & Solutions liegt unter den jeweiligen Werten des Vorjahres. Maßgeblich hierfür sind vor allem gestiegene Rohstoffpreise, die nicht vollständig über die Verkaufspreise weitergegeben werden konnten, sowie höhere Fixkosten durch das Anfahren neuer Anlagen. Das Segment Agricultural Solutions erreicht aufgrund eines kräftigen Ergebnisanstiegs im 4. Quartal annähernd das Niveau des EBIT vor Sondereinflüssen 2016. Das EBIT der BASF-Gruppe im Gesamtjahr 2017 liegt mit voraussichtlich 8,5

Milliarden € um 36 % über dem Vorjahreswert (2016: 6,3 Milliarden €). Das Ergebnis nach Steuern und Anteilen anderer Gesellschafter wird den Vorjahreswert voraussichtlich um 50 % übertreffen und auf rund 6,1 Milliarden € steigen (2016: 4,1 Milliarden €). Die Absenkung des US-Körperschaftsteuersatzes von 35 % auf 21 % führt einmalig zu nicht zahlungswirksamen, latenten Steuererträgen von knapp 400 Millionen € im 4. Quartal 2017. Die wesentlichen Ergebnisgrößen der BASF-Gruppe für das Geschäftsjahr 2017 liegen

erheblich über den Analystenschätzungen. Ein im Auftrag von BASF monatlich erstellter Überblick der Analystenschätzungen ist abrufbar unter: www.basf.com/analystenschaeztungen. Den BASF-Bericht für das Geschäftsjahr 2017 einschließlich des testierten Konzernabschlusses wird BASF am Dienstag, 27. Februar 2018, um 07:00 Uhr veröffentlichen und im Rahmen der Pressekonferenz für Journalisten (ab 10:30 Uhr) und der Telefonkonferenz für Analysten und Investoren (ab 14:00 Uhr) erläutern.

Hospiz Stiftung für Ludwigshafen gegründet Spenden für soziale Projekte

(red) Eine Sparkassenkundin aus Ludwigshafen hat Ende letzten Jahres unter dem Dach der Stiftergemeinschaft der Sparkasse Vorderpfalz die „Hospiz Stiftung für Ludwigshafen“ gegründet.

Damit soll der Hospiz- und Palliativdienst des Hospiz Elias in der Steiermarkstraße 12 in Ludwigshafen dauerhaft und nachhaltig gefördert werden. Bereits in den ersten Wochen des neuen Jahres sind zahlreiche Spenden eingegangen. Zudem wurde das Stiftungskapital durch Zustiftungen auf 35.000 Euro erhöht und damit mehr als verdoppelt. Wer die Arbeit der neu gegründeten „Hospiz Stiftung für Ludwigshafen“ unterstützen und aktiv mitgestalten möchte, kann dies jederzeit durch Spenden oder



Foto: Sparkasse Vorderpfalz

Zustiftungen tun. Spenden nimmt die Sparkasse unter IBAN: DE85 5455 0010 0191 4629 93 mit dem Verwendungszweck "Hospiz Stiftung für Ludwigshafen" entgegen. Spendenbe-

scheinigungen ab 200 Euro werden von der Stiftergemeinschaft gestellt. Bei Spenden darunter genügt der Kontoauszug als Nachweis für das Finanzamt.

Stifter machen sich stark für die Region

Als Ergänzung zu ihren eigenen fünf Stiftungen bietet die Sparkasse Vorderpfalz allen Bürgern, Unternehmen und Kommunen die Möglichkeit sich als Stifter zu engagieren. Mit professioneller Betreuung und ohne großen Verwaltungsaufwand, aber mit einem Höchstmaß an Individualität, können mit einem Kapital ab 10.000 Euro eigene Stiftungen gegründet werden. Davon profitiert nicht nur das bürgerschaftliche Engagement sowie gemeinnützige Vereine und Organisationen aus der Region sondern auch die Stifter: Die gestifteten Gelder sind erbschafts- und schenkungssteuerfrei und wirken sich steuermildernd auf die Einkommenssteuer aus. Zur

Zeit zählen die beiden Stiftergemeinschaften für Ludwigshafen und für Speyer 19 Namensstiftungen und 8 Themenstiftungen, darunter auch eine Mitarbeiterstiftung der Sparkasse. Unter den Stiftungen befinden sich auch 3 Verbrauchsstiftungen, die zusätzlich zu den Erträgen auch das Stammkapital ausschütten können. Das Gesamtkapital der beiden Stiftergemeinschaften beträgt über 2,1 Mio. Euro. Weitere Informationen zu den beiden Stiftergemeinschaften der Sparkasse Vorderpfalz erhalten Interessenten bei Martin May telefonisch 0621 5992-333, per E-Mail: martin.may@sparkasse-vorderpfalz.de oder auf der Homepage der Sparkasse unter www.sparkasse-vorderpfalz.de/stiftergemeinschaft.

Elfköpfige Partyband zur Altweiberfasnacht Karten bequem im Vorverkauf sichern!

(red) Auftakt in die heiße Phase der Fasnacht ist die Kultparty zur Altweiberfasnacht in der Ludwigshafener Friedrich-Ebert-Halle.

Dieses Jahr präsentiert sich der beliebte Klassiker mit musikalisch rundum neuer Besetzung. Eine elfköpfige Partyband ist Stimmungsgarant bis in die frühen Morgenstunden. Ein ganz großer Publikumsmagnet gleich zu Beginn der heißen Phase der Fasnacht ist die Party zur Altweiberfasnacht, die in diesem Jahr am Donnerstag, 8. Februar, 20 Uhr, in der Friedrich-Ebert-Halle startet.

Bei Besuchern aus der gesamten Metropolregion genießt diese Veranstaltung mit ihrer Mischung aus Live-Musik und DJ-Sets mit einer Tradition von aktuell fast einhalb Jahrzehnten längst Kultstatus. Für ausgelassene Stimmung vor der Hauptbühne sorgen in diesem Jahr erstmals Jens Huthoff & Band,



Foto: Lucom

eine klanggewaltige Formation in elfköpfiger Besetzung. Besonderer Gast ist Tim Toupet, der singende Kult-Friseur aus Köln, der durch Party-Hymnen und verschiedene Fernsehformate zu bundesweitem Bekanntheitsgrad gelangte. Zwei DJs ergänzen das musikalische Angebot im großen Saal und im Foyer: Mr. Propeller verwöhnt sein Publikum mit Dance, House und HipHop. Das DJ Team Lu hält die Fasnachter zwischen den Auftrit-

ten der Live-Band in der Halle mit Partymusik unterschiedlichster Art bei bester Laune. Vorverkaufskarten sind über die Tourist-Information Ludwigshafen am Berliner Platz 1 (Mail touristinfo@lukom.com, Telefon 0621-51 20 35) sowie an den bekannten Vorverkaufsstellen erhältlich. Kartenpreis: 16 Euro.- Informationen im Web unter: www.ludwigshafen.de/lebenswert/freizeit/fasnacht/altweiberfasnacht

Erste Bürgersprechstunde von OB Jutta Steinruck

(red) Oberbürgermeisterin Jutta Steinruck bietet am Freitag, 16. Februar, 13 Uhr bis 17 Uhr, ihre erste Bürgersprechstunde in ihrem Büro, Jaegerstraße 1, viertes Obergeschoß, an. Bürgerinnen und Bürger, die ein Anliegen haben und dies direkt mit der OB besprechen möchten, werden gebeten, sich vorab bei der Bürgerberatung anzumelden.

Ansprechpartner ist Patrick Hartmann, Telefon 504-3031, oder E-Mail: patrick.hartmann@ludwigshafen.de.

Die Stadtverwaltung bittet um Verständnis, dass die Zahl der Anmeldungen begrenzt ist. Daher werden in Kürze weitere Bürgersprechstunden mit Jutta Steinruck angeboten.

Ihre Anzeige im
Metropoljournal
Tel: 0621-72739490

www.metropoljournal.com

Premiere im Stadtmuseum

Die Römer in LU – Zwei Kastelle, eine Siedlung und ein Gräberfeld zeigt erstmals Funde aus zwei Militärlagern

(red) Gemeinsam mit der Generaldirektion Kulturelles Erbe (GDKE) Landesarchäologie Rheinland-Pfalz, Außenstelle Speyer, und in Kooperation mit dem Förderverein für einen Archäologiepark Rheingönheim zeigt das Stadtmuseum im Rathaus-Center ab 26. Januar 2018 die erste Sonderausstellung dieses Jahres: "Die Römer in LU – Zwei Kastelle, eine Siedlung und ein Gräberfeld". Zum ersten Mal präsentiert damit das Stadtmuseum in einer Ausstellung Ergebnisse der Ausgrabungen der beiden Militärlager aus dem 1. Jahrhundert, die sich in einem Ackerboden im heutigen Ludwigshafener Stadtteil Rheingönheim befinden. Anhand eines Überblicks zur lokalen römischen Vergangenheit erfahren Besucherinnen und Besucher Spannendes über die Lebensumstände in dieser Zeit. Neben einer Vielzahl originaler Artefakte aus

Rheingönheim illustrieren Landkarten, zeichnerische Rekonstruktionen des Lagerlebens, Fotografien und ein Modell den Alltag der römischen Soldaten am Rhein und ihr direktes Umfeld. Die Ausstellung ist bis 28. Juli zu sehen. Die Eröffnung ist am Donnerstag, 25. Januar 2018, 18 Uhr.

Bei einem Pressegespräch am 23. Januar 2018 stellten der Leiter des Bereichs Kultur der Stadt, Dietrich Skibelski, Museumsleiterin Dr. Regina Heilmann und Dr. Ulrich Himmelmann von der Generaldirektion Kulturelles Erbe (GDKE) Landesarchäologie Rheinland-Pfalz, Außenstelle Speyer das Konzept der Ausstellung und das Begleitprogramm vor.

Die Region Pfalz gelangte spätestens in den Feldzügen unter Kaiser Augustus um 13/12 vor Christus unter römische Herrschaft. Danach

blieben die neuerworbenen Gebiete zunächst für einige Jahrzehnte unter militärischer Verwaltung. In dieser Zeit wurden wichtige Infrastrukturprojekte wie zum Beispiel der Bau von Fernstraßen oder die Sicherung der Außengrenzen vorangetrieben. Die Kastelle von Rheingönheim bestanden von circa 40 bis 70 nach Christus, als der Rhein die Grenze zwischen dem Imperium Romanum und dem "freien Germanien" bildete. Nach der Varusschlacht im Jahr 9 nach Christus wurden die Legionslager Mainz und Straßburg mit stehenden Legionen besetzt. Dazwischen lagen kleinere Militärstützpunkte. Die Aufgabe der Lager in Rheingönheim bestand darin, die damals direkt gegenüberliegende Neckarmündung zu sichern. Die Lager wurden überflüssig, als die Römer zwischen 70 und 80 nach Christus Gebiete rechts

des Rheins eroberten und anschließend an der neuen Grenzlinie den "Neckar-Odenwald-Limes" errichteten. Nur ein Bruchteil der an der Grenze stationierten Soldaten waren Legionäre, die damit auch das römische Bürgerrecht besaßen. Der überwiegende Teil des Heers bestand aus Hilfstruppen, die in verschiedenen Provinzen rekrutiert wurden. Schon im 19. Jahrhundert wurden erste Funde aus dem Bereich der Rheingönheimer Kastelle bekannt.

Die systematische Erforschung begann jedoch erst 1912. Weitere Grabungen fanden 1961 bis 1962 statt. 2008 bis 2010 musste die Landesarchäologie im Zuge des Hochwasserschutzes weitere Untersuchungen durchführen. Überdies wurde der Bereich ab den 1980er Jahren systematisch befliegen. Andere wichtige Erkenntnisse kamen durch Gelände-

begehungen zutage. Großflächige Brandhorizonte lassen eine gewaltsame Zerstörung des Kastells und der zugehörigen Zivilsiedlung erahnen.

Die Ausstellung wird von einem umfassenden Rahmenprogramm begleitet. Sie ist zu den Öffnungszeiten des Stadtmuseums mittwochs bis samstags von 10 bis 17 Uhr und nach Vereinbarung zu sehen.

Der Eintritt ist frei. Interessierte können sich mit der Leiterin des Stadtmuseums, Dr. Regina Heilmann, Telefon 504-2580, E-Mail regina.heilmann@ludwigshafen.de in Verbindung setzen. Informationen zur Ausstellung gibt es auch auf www.ludwigshafen.de.

Die Ausstellung wurde großzügig gefördert durch die Stiftung der ehemaligen Stadtparkasse Ludwigshafen.

Dom-Info für internationale Besucher

Spenden für soziale Projekte

(red) Speyer. Das "Dom-Besuchszentrum" heißt jetzt "Dom-Info". Kurz, klar und international verständlich mit neuer, eindeutiger Beschilderung. „Jeder, der sich dem Dom nähert, soll bereits von weitem sehen, dass es bei uns Informationen zum Dom gibt“, erklärt der Leiter des Dom-Besuchermanagements Bastian Hoffmann die neue Kennzeichnung. „Damit uns nicht nur die Speyerer gut finden, wollen wir es mit dem großen Schriftzug ‚Dom-Info‘ insbesondere den internationalen Besuchern einfacher machen, zu uns zu gelangen“. Neben Informationen sind weiterhin Tickets,



Foto: Klaus Landry © Domkapitel Speyer

Audioguides und ein kleines Waren-sortiment rund um den Dombesuch in der Dom-Info im südlichen Domgarten erhältlich.

Naturnahes Gärtnern

Stadt Speyer veröffentlicht Broschüre

(red) „Naturnahes Gärtnern“ lautet der Titel der Broschüre, die Umweltdezernentin Stefanie Seiler heute im Stadthaus vorgestellt hat. Sie erscheint begleitend zum Programm der Bieneninitiative Speyer und dem Beitritt der Stadt Speyer zum Bündnis „Kommunen für Biologische Vielfalt“ und rechtzeitig zur beginnenden Gartensaison.

Gemüse bereichern. Gärten und Balkone bieten jedem Einzelnen die Möglichkeit, die Schutzgüter Boden, Luft, Wasser, Tiere und Pflanzen zu fördern und so die besondere Lebensqualität in Speyer zu erhalten. „Die Broschüre hat nicht den Anspruch eines perfekt ausgearbeiteten Ratgebers“, so Straßer, aber sie bietet einen Einblick in



Stadt Speyer

Wer einen naturnahen Garten anlegt oder seinen Balkon begrünt, hat viel Spaß mit der Natur und hilft beim Umwelt- und Klimaschutz“, wirbt Beigeordnete Seiler. Sie dankt Philipp Straßer für die farbenfrohe Broschüre, die er während seines dreimonatigen Praktikums beim Nachhaltigkeitsmanagement der Stadt Speyer erstellt hat. Der Bachelorstudenten von der TH Bingen weiß, dass gerade in Zeiten des Klimawandels naturnahe Grünflächen in der Stadt durch ihre abkühlende Wirkung ein wertvolles Potential darstellen. Daneben locken Pflanzen viele bestäubende Insekten an, die unseren Speiseplan mit Obst, Beeren und

das Thema naturnahes Gärtnern und wolle vor allem dazu motivieren. Sie steht digital als PDF-Download auf der Stadthomepage oder als Druckexemplar beim Nachhaltigkeitsmanagement der Stadt Speyer und bei den Veranstaltungen der Bieneninitiative Speyer zur Mitnahme bereit. Ein Ansichtsexemplar der Broschüre „Naturnahes Gärtnern“ wird auch auf einem Büchertisch der Stadtbibliothek ausgestellt, der aktuell Informationen und Bücher rund um das Thema „Biene, Hummel & Co.“ präsentiert. Wer noch mehr erfahren möchte, ist zum Programm der Bieneninitiative Speyer eingeladen.

Neue Räume für die Museumspädagogik

Das Kindermuseum und weitere Termine finden wieder statt

(red) Die Museumspädagogik verfügt über neue Räume und somit sind Buchungen durch Schulklassen und Kindergartengruppen mit praktischem Programm nun wieder möglich. Auch das Kindermuseum kann wieder monatlich stattfinden.

In der Sitzung des Kulturausschusses vom 13. Dezember 2017 teilte die Stadtverwaltung Frankenthal mit, dass die museumspädagogischen Räume im Dachgeschoss aufgrund sicherheitstechnischer Bedenken nicht mehr genutzt werden können. Das Museumsteam hat nun neue Räume für die Nutzung erschlossen. Hierfür wurden Teile der Dauerausstellung umgestellt und neu gegliedert. Das Ergebnis ist ein großer, nutzungsge-rechter Raum, der entgegen dem früheren Räumen sogar mit dem Aufzug erreicht werden kann. Hier können nun Museumsbesucher jeden Alters



Foto: Klaus Landry © Domkapitel Speyer

an praktischen Programmen teilnehmen. Buchungen sind ab sofort wieder möglich. Die Museumsleiterin Vera Hollfelder zeigt sich erleichtert über die schnelle Lösungsfindung: „Es wäre ein herber Verlust gewesen, keine praktischen Programme mehr durchführen zu können, denn

das macht ja eigentlich die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen aus. Ein Museum ohne Museumspädagogik ist heutzutage doch eigentlich gar nicht mehr denkbar. Deshalb haben wir ordentlich angepackt und die Räume so schnell wie möglich eingerichtet.“

Der Auerochse: Mythos und ‚Rückkehr‘ einer Schlüsselart

Ausstellung im UNESCO Welterbe Kloster Lorsch geht dem ausgestorbenen Auerochsen auf die Spur

(red) „Der Auerochse – eine Spurensuche“, die vom 28. Januar bis 6. Mai 2018 im Museumszentrum Lorsch zu sehen ist. Die Schau verfolgt die Fährte des seit fast vier Jahrhunderten ausgestorbenen Auerochsen von der Vorgeschichte bis heute und wurde in Kooperation mit dem UNESCO Geopark Bergstraße Odenwald konzipiert.



Foto: © M. Scharf

Was wissen wir überhaupt über dieses imposante Rind, das Jahrtausende hindurch die Landschaft und Menschheitsgeschichte des nacheiszeitlichen Europas geprägt hat? Wie kaum ein anderes Wildtier diente es den Menschen als Nahrungsquelle und Nutztier, inspirierte bereits vor über 10000 Jahren die Höhlenmaler von Lascaux und Chauvet und wurde in Mythen und Schriften besungen und

beschrieben, bevor es 1627 ausgerottet wurde und damit buchstäblich von der Landkarte verschwand. Erst im 20. Jahrhundert geriet der Auerochse wieder verstärkt in den Blick des Menschen. Nahezu in ganz Europa, darunter auch in Deutschland, gibt es heute Projekte zur Rückzüchtung des Auerochsen. Anhand herausragender Exponate begibt sich die Ausstellung auf eine spannende Spurensuche und hinterfragt Sinn und Nutzen aktueller Rückzüchtungsprojekte für den Naturschutz heute. In sechs großen

Themenfeldern – vom „Mythos Auerochse“ über die neuesten Forschungen zu „Biologie, Verhalten und Lebensraum“ bis hin zu „Jagd und Aussterben“ und schließlich „Rückkehr und Neuanfang“ gibt die Schau auf der Basis neuester archäologischer, historischer und naturwissenschaftlicher Forschungen umfassende Einblicke in das Leben und die Bedeutung dieses Ur-Rinds. Gezeigt werden unter anderem einer der größten je gefundenen Auerochschenschädel, seltene steinzeitliche Artefakte wie ein Knochen mit der Teildarstellung eines Auerochsen – ein kaum bekannter Schatz aus den archäologischen Sammlungen der Reiss-Engelhorn-Museen Mannheim, Tiere der Begleitfauna aus den verschiedenen Kalt- und Warmzeiten, darunter ein vollständiges Wisentenskelett,

Knochenfunde von Steppenbison, Waldelefant, Mammut, Wollnashorn und Flusspferd aus der Landschaft des Oberrheingrabens sowie frühe Jagdwaffen und Jagdtrophäen. Der Rundgang schließt mit der Vorstellung großer nationaler und internationaler Rückzüchtungsprojekte und geht der Frage nach, welchen Nutzen und welche Bedeutung diese Maßnahmen für den Naturschutz heute haben. Zur Ausstellung erscheint ein reichbebildeter Katalog. Eine spezielle Publikation für Kinder lädt kleine Besucher zu einer besonderen Entdeckungsreise durch die Schau ein. Die Ausstellung ist von Dienstag bis Sonntag, 10–17 Uhr geöffnet. Der Eintritt kostet 6 Euro, ermäßigt 5 Euro, Familienkarte 13 Euro. Weitere Informationen: www.kloster-lorsch.de

10 Jahre Nibelungensteig – Wanderungen im Jubiläumsjahr

Tourismusagentur feiert Jubiläum mit zahlreichen Wanderungen

(red) Seit zehn Jahren ist der Nibelungensteig zertifizierter „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“.

2008 wurde der Nibelungensteig erstmals mit dem Prädikat „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“ des Deutschen Wanderverbandes zertifiziert. Seitdem hat sich der Fernwanderweg zu einem wahren touristischen Leuchtturm für die Wanderregion Odenwald entwickelt. 2018 feiert die Tourismusagentur, ein Fachbereich der Wirtschaftsregion Bergstraße / Wirtschaftsförderung Bergstraße GmbH (WFB), daher das Jubiläum zum zehnjährigen Bestehen des Nibelungensteigs.



Foto: Wanderdate

Mit verschiedenen Aktionen und Themenwanderungen wird das Jubiläum über das Jahr hinweg begleitet. „Wir haben versucht für jeden Typ und jeden Geschmack eine passende Wanderung anzubieten.“

Ob für Bewegungseinsteiger oder erfahrene Sportwanderer, ob Wanderungen speziell für Kinder oder den lieben Vierbeiner – mit zahlreichen Partnern aus der Region haben wir einen vollen Wanderkalender mit über 30 Wanderungen auf dem Nibelungensteig zusammengestellt, so Loreen Last, WFB-Projektleiterin für den Nibelungensteig.

Auch Wanderungen für Singles sind im Portfolio. Mit dem Veranstalter Wanderdate, bekannt aus Print- und Onlinemedien, können sich aktive Singles entspannt kennen lernen und einen schönen Tag mit vielen Gleichgesinnten verbringen.

Von Januar bis Dezember gibt es monatliche Singlewanderungen auf dem Nibelungensteig für die Altersklassen 35-55 Jahre und Ü 45.

Der Jubiläums-Wanderkalender kann kostenlos in der Tourist-Information NibelungenLand in Lorsch bestellt werden (E-Mail: info@nibelungensteig.info, Tel.: 06251-17526-0). Alle Informationen zum Nibelungensteig-Jubiläum gibt es auf www.nibelungensteig.info.

Wirtschaftsfaktor Marketing & Vertrieb

Intensiv-Verkaufstraining für Gründer, Jungunternehmer, Unternehmensnachfolger und Freiberufler in Viernheim

(red) „Die Gründerberatung der Wirtschaftsförderung Bergstraße unterstützt und berät Gründer, Jungunternehmer, Unternehmensnachfolger und Freiberufler in der Wirtschaftsregion Bergstraße – kostenfrei und unabhängig“, erklärt Marco Kreuzer, Gründerberater der Wirtschaftsregion Bergstraße / Wirtschaftsförderung Bergstraße GmbH (WFB) und Projektleiter der Gründungsoffensive Bergstraße-Odenwald.



Foto: WFB

Tatsächlich ist die Angebotspalette der WFB umfangreich: Neben der Gründungsoffensive Bergstraße-Odenwald, mit der die WFB und die Odenwald Regional-Gesellschaft mbH (OREG) seit 2009 das Ziel verfolgen die Gründungsbereitschaft in der Region weiter zu steigern, können Gründer in der Wirtschaftsregion Bergstraße Initialberatungen in den

Räumen der WFB vereinbaren, gut angenommen und sind regelmäßig ausgebucht. Wegen der großen Nachfrage organisierte die WFB-Gründerberatung gemeinsam mit der Wirtschaftsförderung der Stadt Viernheim ein kostenfreies Drei-Tages-Seminar „Wirtschaftsfaktor Marketing und Vertrieb“ der Wirt-

schaftspaten e.V., das kürzlich in den Räumen des Stiftungshauses „Eine Welt“ der Sparkassenstiftung Starkenburg in Viernheim stattfand. Alexander Schwarz, Leiter der Wirtschaftsförderung der Stadt Viernheim, und Simon Klug, Wirtschaftsförderung der Stadt Viernheim, übernehmen die Vor-Ort-Organisation. Auch diese Veranstaltung war innerhalb kurzer Zeit bis auf den letzten Platz vergeben. Marketing- und Vertriebs-Spezialist Alfred Korte gab den Teilnehmern im Rahmen eines Intensiv-Verkaufstrainings zahlreiche Tipps und Tricks an die Hand und leitete sie an, erfolgreiche Verkaufsgespräche zu führen sowie Kunden zu gewinnen. Dafür hatte er zahlreiche Praxismodelle und Erfahrungsberichte im Gepäck und lieferte erprobte Beispiele. Premiere hatte das Seminar „Wirt-

schaftsfaktor Marketing und Vertrieb“ im Jahr 2014 im Rahmen der Gründerwoche Deutschland – schon damals wurde es von der WFB in Kooperation mit der Wirtschaftsförderung der Stadt Viernheim organisiert und fand vor vollem Haus statt. „Nachdem Korte im Rahmen der Startup-Netzwerk-Veranstaltung in Fürth im April des vergangenen Jahres einen Kurzvortrag gehalten hatte, gab es mehrfach Anfragen von Gründern nach einer Fortsetzung des Seminars“, erläutert Kreuzer den Hintergrund der Veranstaltung. „Die beste Geschäftsidee kann nur dann auf dem Markt erfolgreich sein, wenn potentielle Kunden den Nutzen daraus erkennen und verstehen“, so Kreuzer. Info über die kostenlosen Angebote der WFB-Gründerberatung unter www.wirtschaftsregion-bergstrasse.de.

Baby-Boom unter den Burgen

Im Jahr 2017 wurden in Weinheim 743 Geburten registriert

(red) Im Jahr 2017 sind in Weinheim so viele Babys auf die Welt gekommen wie schon lange nicht mehr: 743 Neugeborene erblickten das Licht der Welt. Das liegt zwar vor allem an der Beliebtheit des GRN-Krankenhauses, denn 60 Prozent der Gebärenden kommen von Nachbarkommunen nach Weinheim. Dennoch schlägt der Baby-Boom auch auf die Bevölkerungsstatistik der Großen Kreisstadt Weinheim durch: Denn im fünften Jahr hintereinander ist die Zahl der Einwohner erneut gestiegen und stabilisiert sich deutlich auf über 45 000. Am Stichtag 31. Dezember lebten 45 311 Menschen in Weinheim, das ist noch mal ein Zu-



Foto: HIW

wachs von 0,3 Prozent gegenüber dem Vorjahr (45 174). Die Weinheimer Standesbeamtinnen mussten eine

Weile im Archiv fahnden, um herauszufinden, wann die Zahl der Geburten zum letzten Mal so hoch war. Das war

Mitte der 90er Jahre. Betrachtet man die letzten zehn Jahre, so gab es im Durchschnitt 570 Geburten pro Jahr, die im Weinheimer Standesamt beurkundet wurden. Somit liegt das Baby-Boom-Jahr 2017 mit 743 Geburten über diesem Mittelwert. Der Anstieg der Geburten entspricht dem Bundestrend. Die beliebtesten Vornamen für die Neugeborenen waren 2017 Emilia und Leon. Auch die Zahl der Eheschließungen hat sich auf einem hohen Stand eingependelt, 443 Paare gaben sich im vergangenen Jahr das Ja-Wort in Weinheim, darunter sind auch sieben Lebenspartnerschaften. Acht Lebenspartnerschaftspaare wurden

seit der Gesetzesänderung im Oktober zu Ehen umgewandelt - und die nächsten haben sich schon angemeldet. Setzt man Weinheims Einwohnerzahl ins Verhältnis zum Bundesdurchschnitt würden rund 200 Paare in Weinheim heiraten. Die Trauzeremonien finden zu über 90 Prozent im Trausaal des Schlosses statt. Heiratsstärkster Monat war 2017 der Juli.

Für große Hochzeitsgesellschaften gibt es die Möglichkeit, an einigen Terminen im Alten Rathaus oder auf den beiden Burgen standesamtlich zu heiraten.



RHEIN-NECKAR CHALLENGE SCHRITT FÜR SCHRITT FIT

DIE METROPOLREGION LÄUFT

Ab dem 23. April 2018 zählt jeder Schritt! Treten Sie mit Ihren Kolleginnen und Kollegen vier Wochen lang im Schritte-Wettbewerb gegen andere Unternehmen aus der Region an und laufen Sie gemeinsam für den guten Zweck.

SICHERN SIE IHREM TEAM JETZT EINEN PLATZ AN DER STARTLINIE:

WWW.RHEIN-NECKAR-CHALLENGE.DE



Teilnehmern je Unternehmen ihre Schritte per Fitnesstracker oder -app aufzeichnen und an die moove App von vitaliberty übertragen.

In der App können die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nicht nur täglich sehen, wie ihr Unternehmen im Vergleich zu den anderen Teams steht, sondern sie erhalten auch jede Menge Bewegungs- und Gesundheitstipps, erfahren Wissenswertes über die Metropolregion. Ob Joggen am Neckar, Schlendern zum Heidelberger Schloss oder Wandern in der Pfalz – von der südlichen Weinstraße bis zum Neckar-Odenwald-Kreis weckt die Rhein-Neckar Challenge den Spaß an gemeinsamer Bewegung und lässt die Teilnehmer die Metropolregion ganz neu entdecken.

Unabhängig von der Größe der Teams haben alle Unternehmen die gleiche Chance zu gewinnen, denn es werden die Durchschnittswerte der täglich erreichten Schritte pro Mitarbeiter ermittelt.

Die Firmen profitieren neben dem Spaß und Gemeinschaftsgeist zusätzlich von der Teilnahme, denn sie tun als engagierter Arbeitgeber aktiv etwas für das körperliche und

seelische Wohl ihrer Belegschaft und beugen damit Fehlzeiten vor.

Die BARMER unterstützt die betriebliche Informations- und Motivationskampagne zu mehr Bewegung und bezuschusst die Maßnahme bei den ersten 50 Unternehmen mit jeweils 500 Euro.

Doch nicht nur die Freude an mehr Bewegung steht bei der Rhein-Neckar Challenge im Vordergrund, sondern auch die Unterstützung eines guten Zwecks. Für jeden Mitarbeiter, der an der Aktion teilnimmt, gehen 5 Euro zu gleichen Teilen als Spende an die regionalen Initiativen „Kinder unterm Regenbogen“ und „diakids4family e.V.“.

Ab sofort können sich die Firmen der Region für den Wettbewerb unter www.rhein-neckar-challenge.de anmelden.

Premiumsponsoren:



Wer wird das fitteste Unternehmen der Metropolregion?

Die Rhein-Neckar Challenge startet im Frühjahr 2018

Ein Gesundheitsprojekt bringt die gesamte Metropolregion in Bewegung. Bei der Rhein-Neckar Challenge laufen Unternehmen aller Größenordnungen vier Wochen lang

im Schritte-Wettbewerb gegeneinander und gemeinsam für den guten Zweck. Unabhängig davon, ob die Mitarbeiterspausung zum Spaziergang einlädt, Aufzüge links liegen

gelassen oder gemeinsam die Weinberge erklommen werden vom 23. April bis zum 20. Mai 2018 zählt jeder Schritt. Vier Wochen lang können die Teams mit mindestens zehn

STARKE PARTNER BEWEGEN DIE METROPOLREGION



Heimspiel für Manuel Schmiedel New Yorker Jazz-Pianist



mit Weinheimer Wurzeln tritt mit seinem „Limbo-Projekt“ am 1. Februar auf der Studiobühne auf

New York, Paris, Berlin, Kiel, Stuttgart – Weinheim! So in etwa verläuft die Tourneepanung des Jazz-Ensembles „Limbo“ in diesem Frühjahr. In dem Quintett (Piano, zweimal Saxophon, Bass und Schlagzeug) haben sich fünf Ausnahmemusiker aus Weltmetropolen zusammengefunden – ihre Musik ist voller Tiefe und Groove; sie atmet, wie Kritiker sagen, den pulsierenden Geist zweier stilprägender Großstädte. Gemeint sind Berlin und New York. In Brooklyn ist das Projekt Zuhause, in Berlin entstanden.



Foto: STW

Als kraftvoller Antreiber an den Tasten kommt dem Pianisten Manuel Schmiedel eine wichtige Rolle im Ensemble vor. Schmiedel ist in Weinheim geboren und aufgewachsen, ging hier in die Dietrich-Bonhoeffer-Schule, spielte Klavier wie andere Jungs mit dem Smartphone, schaffte nach dem Abitur die Aufnahme am Jazz Institut

in Berlin und verschaffte sich in der internationalen Jazz-Szene einen herausragenden Ruf. Mittlerweile lebt und arbeitet er überwiegend in New York. Dort studierte er als Stipendiat an der New York University. Unter anderem waren der kürzlich verstorbene Altmeister Don Friedman, aber auch Saxophonist Chris Potter seine Lehrer.

Schmiedel ist mittlerweile in New York schon im Blue Note, vielen anderen Clubs und schon mehrfach in der Carnegie Hall aufgetreten. Er ist also nach Echo-Preisträgerin Anke Helfrich und dem Gitarristen Christian Eckert der dritte Jazzler von internationalem Renommée, der Weinheimer Wurzeln hat.

Schmiedels Talent war in Weinheim und der Region nicht unbekannt. Auch Gunnar Fuchs, Leiter des Kulturbüros, hatte stets Kontakt zu ihm. Als Jugendlicher begleitete er musikalisch den „Poetry Slam“. Er hat aus dieser Zeit noch zahlreiche Fans. Viele kennen ihn noch als Hauspianist im Schlossrestaurant Hutter. Außerdem verbrachte er in seiner Jugend viel Zeit im Muddy's Club. Wie bei so vielen Musikern war der Erziehungswissenschaftler und Muddys-Gründer Ben Schmidt sein erster und vielleicht wichtigster Förderer. Bevor Manuel Schmiedel nach Berlin

gezogen ist, war er viel in Mannheim mit lokalen Musikern in verschiedenen Cafés und Kneipen „on Tour“.

Das Weinheimer Kulturbüro holt Schmiedel mit seinem aktuellen „Limbo“-Projekt am Donnerstag, den 1. Februar, auf die Studiobühne der Stadthalle zurück. Es ist der erste Auftritt in der alten Heimat seit zehn Jahren und für den Künstler ohnehin ein besonderer Ort: Denn seine Bewerbungs-CD für das Berliner Jazz-Institut nahm er auch auf der Studiobühne auf demselben Steinway-Flügel auf, an dem er nun bald wieder sitzen wird. Limbo befindet sich gerade auf einer kurzen Deutschland-Tour – und zwischen Basel, Stuttgart, Rottweil und Berlin passt es für ein Heimspiel des Pianoman. Entstanden ist Limbo übrigens bei einer Studio-Session in Berlin. Schmiedel und der Berliner Saxophonist Wanja Slavin haben es ins Leben gerufen. Das Quintett vereint fünf Aus-

nahmemusiker aus drei Weltmetropolen. Hatten die beiden Köpfe der Band in Berlin zwar schon mehrfach zusammengearbeitet, ist die Konstellation der eingeladenen Musiker jedoch völlig neu. Die Besetzung des Ensembles mit zwei Altsaxophonisten ist hierbei ungewöhnlich. Neben Slavin aus Berlin spielt der in Amsterdam ansässige Ben Van Gelder. Die weiteren sind weniger renommierten Künstler wie der britische Bassist Phil Donkin und der New Yorker Schlagzeuger Jochen Rueckert.

Die Altisten Slavin und Van Gelder, beides preisgekrönte Individualisten an ihrem Instrument, schaffen dabei ein gemeinsames Spannungsfeld voller Kontraste. Die Kompositionen stammen aus der Feder beider Bandleader. Auftritt am Donnerstag, 1. Februar, 20 Uhr, Studiobühne der Stadthalle, Veranstalter: Kulturbüro der Stadt Weinheim. Tickets unter www.reservix.de

Über Grenzen denken

Julian Nida-Rümelin ist der nächste Gast der Vortragsreihe „Weinheim und die Welt“ am 20. Februar

(red) Über zwei Milliarden Menschen leben weltweit in bitterster Armut, leiden unter Hoffnungslosigkeit, Hunger, Unterdrückung und Krieg. Über 65 Millionen von ihnen waren allein im letzten Jahr auf der Flucht, viele Menschen weltweit erhoffen sich ein besseres Leben in Europa oder Nordamerika. Hilfe tut also dringend not – aber sind offene Grenzen die richtige Antwort auf das Elend in der Welt?

Diese Ansicht findet viele Fürsprecher, doch der Philosoph, Wissenschaftler und frühere Kulturstaatsminister in der Kanzlerschaft Gerhard Schröders, Julian Nida-Rümelin, ist überzeugt: Offene Grenzen würden das Elend nicht wesentlich mildern, sondern die Herkunftsregionen sogar weiter schwächen und die sozialen Konflikte in den aufnehmenden Ländern



Foto: David Ausserhofer

verschärfen. Eine Lösung für die beschämenden humanitären Skandale unserer Zeit wären sie nicht. Prof. Dr. Nida-Rümelin ist der nächste Gast und Redner der Veranstaltungsserie „Weinheim und die Welt“, die von der Bürgerstiftung Weinheim, der Volkshoch-

schule Badische Bergstraße und der Stadt Weinheim getragen wird. Nida-Rümelins Vortrag trägt den Titel: „Über Grenzen denken. Eine Ethik der Migration“, Termin ist der Dienstag, 20. Februar, 19.30 Uhr im Rolf-Engelbrecht-Haus in Weinheim.

Die Veranstaltung ist eintrittsfrei; Anmeldungen sind nicht erforderlich. Julian Nida-Rümelin, Jahrgang 1954, wuchs in München in einer Künstlerfamilie auf. Er studierte Philosophie, Physik, Mathematik und Politikwissenschaft. Er ist seit 2004 Professor für Philosophie und politische Theorie an der Ludwig-Maximilians-Universität München, er war zuvor Professor an der Universität Göttingen (1993-2003) und Tübingen (1991-1993). Als Gastprofessor unterrichtete er u.a. am California Institute of Technology, der Humboldt Universität Berlin, der Universität St. Gallen, in Peking, Shanghai und Taipei.

Er war Kulturstaatsminister im ersten Kabinett Schröder und Präsident der Deutschen Gesellschaft für Philosophie. Seine wissenschaftlichen Schwerpunkte liegen in der

Rationalitätstheorie, der politischen Philosophie und der Ethik. Er ist Autor zahlreicher Bücher und Aufsätze, in den Jahren 2013, 2014 und 2015 erschien jeweils ein Buch von ihm zur Bildungsphilosophie, in 2016 erschien bei Suhrkamp sein Buch „Humanistischen Reflexionen“. 2017 veröffentlichte er eine Ethik der Migration in dem Essay „Über Grenzen denken“. Daneben schreibt er gelegentlich Essays für deutsche und ausländische Zeitungen. In seinem neuen Buch entwickelt Nida-Rümelin eine eigene Ethik der Migration, die eine Brücke zwischen Philosophie und Politik schlägt. Sein Buch macht klar: Politisches Handeln muss auf den Werten und Normen der Humanität beruhen. Nur so können verantwortungsbewusste und zukunftssträchtige Entscheidungen getroffen werden.

Aus dem Leben eines Fußballprofis

Stadt und VHS eröffnen neue Talk-Reihe „Botschafter für Weinheim am Mittwoch, 7. Februar mit Lukas Rupp

(red) Wie ist das so, wenn man 27 Jahre und Fußballprofi ist? Wie oft ist Training in der Woche? Wie hart ist der Kampf um einen Stammplatz im Team? Darf man essen und trinken, was man will? Wie geht man mit dem öffentlichen Druck um? Was passiert nach dem Karrierende? Fußballprofis sind vermeintlich öffentliche Menschen – Fernsehkameras halten jedes Detail im Spiel fest. Von der schmerzverzerrten Miene nach einem Foul bis zum Gefühlsausbruch nach einem Tor – oder einer Niederlage, je nachdem. Aber wie es „drinnen“ aussieht,



Foto: STW

wissen wenige. Das kann sich, zumindest bei Lukas Rupp, der bei der TSG 1899 spielt und aus Weinheim stammt, ändern. Die Volkshochschule Badische Bergstraße und die Stadt Weinheim beginnen mit dem Fußballprofi im Februar eine neue Talk-Reihe, in der bekannte Weinheimerinnen und Weinheimer vorgestellt werden, die weit über die Grenzen ihrer Heimatstadt hinaus bekannt sind.

So macht Fußballprofi Lukas Rupp am Mittwoch, 7. Februar, 19.30 Uhr, im Saal der Volkshochschule in der Luisenstraße den Anfang.

Der 27-jährige Mittelfeldspieler der TSG 1899 Hoffenheim ist in Weinheim geboren und aufgewachsen, hier hat er an der DBS sein Abitur abgelegt und bei der TSG/09 Weinheim die ersten Jugend-Fußballspiele absolviert – dort wurde er entdeckt. Erste Profistation war dann der Karlsruher SC, später wechselte Rupp zum VfB Stuttgart, zwischendurch spielte er für Paderborn, seit zwei Jahren steht er in Diensten der TSG Hoffenheim.

Rupp wird der erste „Botschafter für Weinheim“ sein. Der Talk-Abend kostet keinen Eintritt.

Rund 13.000 Menschen feiern Heidelberger Bürgerfest in der Bahnstadt

Neujahrsansprache von OB Prof. Würzner / Einweihung des Bildungs-, Betreuungs- und Bürgerhauses B³

(red) Rund 13.000 Menschen haben am Sonntag, 14. Januar, in der Bahnstadt das Heidelberger Bürgerfest gefeiert. Rund um den Gadamerplatz und die Pfaffengrunder Terrasse erlebten die Besucherinnen und Besucher von 11.30 bis 17 Uhr die bunte Vielfalt Heidelbergs: packende Vorführungen und abwechslungsreiche Konzerte, interessante Führungen und Vorträge rund um Großprojekte in der Stadt, ein vielseitiges Kinderprogramm sowie jede Menge Informationen rund um Vereine, Institutionen. Zugleich wurde beim Bürgerfest das Bildungs-, Betreuungs- und Bürgerhaus B³ mit Kita, Grundschule und dem neuen Bürgerzentrum offiziell eingeweiht.



Foto: Philipp Rothe

Großer Wert der Bahnstadt für Heidelberg

„Vor fast zehn Jahren haben wir hier auf einer Brachfläche den Startschuss für einen neuen Stadtteil gegeben – heute ist die Bahnstadt ein vollwertiger Stadtteil mit bereits über 3.800 Bewohnerinnen und Bewohnern“, sagte Prof.

Würzner. Das Stadtoberhaupt unterstrich in seiner Neujahrsansprache im vollbesetzten Festzelt den Wert der Bahnstadt für Heidelberg als attraktiver Wohn- und Arbeitsort: Bereits 2.300 neue Wohnungen entlasten den angespannten Wohnungsmarkt, über 1.000 Arbeitsplätze sind bislang entstanden. Rund 6.800 Menschen werden in Zukunft in der Bahnstadt leben, bis zu 6.000 dort arbeiten. Seit Dezember bindet eine neue Straßenbahntrasse den Stadtteil an das Verkehrsnetz an,

mit B³ am Gadamerplatz hat das „Herz der Bahnstadt“ zu schlagen begonnen. Interessierte erhielten beim Bürgerfest bei Führungen einen Eindruck von den drei Einrichtungen in B³ – der seit September geöffneten Ganztagsgrundschule für 120 Schülerinnen und Schüler mit Sporthalle und Mensa, der im Oktober in Betrieb gegangenen städtischen Kita Gadamerplatz mit 60 Betreuungsplätzen sowie dem Bürgerzentrum, das nun offiziell eröffnet wurde und vom Stadtteilverein Bahn-

stadt betrieben wird. Es verfügt unter anderem über einen großen Bürgersaal, vier Mehrzweckräume und ein öffentliches Café. Die Stadt Heidelberg hat rund 31,6 Millionen Euro in den Bau von B³ investiert.

Mehrere Konversionsflächen werden parallel entwickelt

Für das neue Konferenzzentrum in der Bahnstadt sei ein sehr guter Gestaltungsentwurf gefunden worden, so Prof. Würzner in seiner Neujahrsansprache weiter. Im Zusammenspiel mit dem neuen Bahnhofplatz Süd gegenüber ist ein belebtes Quartier als Eingangstor vom Hauptbahnhof in die Bahnstadt geplant. Gleich mehrere ehemalige US-Flächen werden derzeit parallel entwickelt und schaffen den dringend benötigten Raum für Wohnungen und Gewerbeflächen, wie der Oberbürgermeister aufzeigte. In der Südstadt entstehen derzeit allein 1.300 Wohnungen, darunter 900 im preisgünstigen Bereich, sowie Raum für beispielsweise den Karlsruhbahnhof.

Auf US Hospital in Rohrbach werden 600 Wohnungen sowie Gewerbe, Kultur- und Bildungseinrichtungen geschaffen, auf Patton Barracks entsteht derzeit der Heidelberg Innovation Park (HIP) – ein Hotspot für Unternehmen aus den Bereichen IT, Bioinformatik und digitale Medien mit bis zu 4.000 Arbeitsplätzen. Eine Großsporthalle für bis zu 5.000 Zuschauer bietet vor allem Vereinen und Schulen künftig ein neues Zuhause. Für Patrick-Henry-Village (PHV) habe die Internationale Bauausstellung (IBA) eine herausragende Entwicklungsvision erarbeitet.

Derzeit ist auf dem Areal das Registrierungszentrum des Landes für Menschen auf der Flucht untergebracht. Die Stadt benötige klare und verbindliche Zeitpläne, wann das Land das Areal räumen werde, so Prof. Würzner. Auf PHV ist ein Zukunftsstadtteil für mehr als 10.000 Menschen vorgesehen.

Betriebshof Heidelberg

Stadtverwaltung schlägt Verlagerung auf den Großen Ochsenkopf vor

(red) Der künftige Standort des Betriebshofs ist ab dem 17. Januar 2018 Thema in den gemeinderätlichen Gremien. Entsprechend des Gemeinderatsbeschlusses von Februar 2017 hat die Stadtverwaltung mit Unterstützung eines externen Planungsbüros ein Entwicklungskonzept Bergheim-West erarbeitet. Dessen erste Ergebnisse liegen nun vor: Neben den übergeordneten Handlungsfeldern, Potenzialen und Zielen zur Entwicklung des Stadtviertels zeigt das Konzept auf, welchen Einfluss die beiden Standortalternativen – Bergheimer Straße oder Großer Ochsenkopf – für die Gesamtentwicklung von Bergheim-West haben. Fazit ist, dass eine Verlagerung



Foto: Philipp Rothe

des Betriebshofs im Vergleich größere Entwicklungsperspektiven für das ganze Stadtviertel bietet. Die zwischenzeitlich vertieften Planungen der Rhein-Neckar-Verkehr GmbH (rnv) zeigen

außerdem, dass eine Verlagerung auf den Großen Ochsenkopf günstiger ist als der Bau eines neuen Betriebshofs am alten Standort – im Kapitalwertvergleich auf 45 Jahre gerechnet rund 6,8

Millionen Euro. Die Stadtverwaltung schlägt deshalb vor, den Betriebshof auf den Großen Ochsenkopf zu verlagern.

Erster Bürgermeister Jürgen Odszuck: „Die Vorteile einer Verlagerung des Betriebshofs liegen klar auf der Hand. Wir bekommen damit die Möglichkeit, in zentraler Lage ein vielfältiges und lebendiges Quartier zu entwickeln, mit Wohnen, Kultur, Grünflächen und Begegnungsräumen für alle Bürgerinnen und Bürger – und zwar dort, wo die Menschen wohnen. Gleichzeitig kann die rnv den dringend benötigten Neubau des Betriebshofs umsetzen. Die Verlagerung auf den Großen Ochsenkopf ist stadtplanerisch und

wirtschaftlich die beste Lösung.“ Am 17. Januar werden sich zunächst die Bezirksbeiräte Bergheim und Wieblingen in einer gemeinsamen Sitzung mit dem Entwicklungskonzept Bergheim-West sowie dem Standort des Betriebshofs befassen. Am 31. Januar folgt der Stadtentwicklungs- und Verkehrsausschuss und am 7. Februar der Haupt- und Finanzausschuss. Am 1. März soll der Gemeinderat über den Standort des Betriebshofs entscheiden. Nach Beschluss durch den Gemeinderat könnte im Jahr 2018 das Planfeststellungsverfahren eingeleitet werden, der erste Bauabschnitt könnte dann ab 2019 realisiert werden.

Stadthalle Heidelberg

Hoher Sanierungsbedarf erfordert Erneuerung ab Mitte 2019

(red) Der hohe Sanierungsbedarf in der Stadthalle macht eine zeitnahe Erneuerung des Hauses ab Mitte 2019 erforderlich. Darüber informiert die Stadtverwaltung am 7. Februar 2018 den Haupt- und Finanzausschuss des Heidelberger Gemeinderats. Der geplante Umbau der Stadthalle im Inneren und deren Weiterentwicklung zum Konzert- und Kulturhaus soll circa zwei Jahre dauern. Bei einem späteren Sanierungsbeginn könnten bereits vorab zeitweilige Schließungen einzelner Bereiche unvermeidbar sein.

Die dringendsten Sanierungsmaßnahmen im Überblick

Einhausung der Hauptverteilung der Elektronik für das Haus: Das Fehlen



Foto: Tobias Schwerdt

gilt als starker TÜV-Mangel und muss beseitigt werden. Sicherheitsbeleuchtung und Sprachwarnung im Brandfall: Für die Sprachwarnung muss 2018 eine Planung aus Brandschutzgründen

nachgewiesen sein. Die Verkabelung entspricht nicht mehr dem aktuellen Standard und wurde bei einer Prüfung bereits beanstandet. Verkabelung: Diese muss aus Brandschutzgründen im

Haus komplett erneuert werden. Fluchtwege: Eine Erneuerung im Meriansaal ist erforderlich. Bei einem späteren Umbau als 2020 wird eine Gefährdungsanalyse notwendig werden. Klima- und Lüftungsanlage: Eine Erneuerung für das gesamte Haus ist erforderlich.

Umfassende Sanierung dank Spenden möglich

Dank äußerst großzügiger Spendenzusagen kann die Stadthalle jedoch ohne eigene Mehrkosten komplett saniert und zum Konzert- und Kulturhaus weiterentwickelt werden. Grundlage für die künftige Nutzung bildet ein Konzept, das von der Heidelberg Marketing GmbH und der Heidelberger

Frühling gGmbH erstellt wurde. Heidelberger Unternehmer unterstützen die angedachte Sanierung mit Zusagen von über 22 Millionen Euro. Den Löwenanteil davon hat Wolfgang Marguerre zugesagt.

Die Stadthalle kann damit in Zukunft mehrere Funktionen erfüllen: als Konzerthaus nach international erstklassigen Standards, als Ort für ein breites gesellschaftliches Veranstaltungsangebot – vom Jugendtanztag über gesellschaftliche Bälle, Feste und Empfänge bis hin zu Fastnachtsveranstaltungen – und als Anbieter von Abendveranstaltungen in Zusammenarbeit mit dem neuen Konferenzzentrum, das bis 2021 in der Bahnstadt entsteht.

Bauen · Wohnen · Renovieren

Wärme aus Holz macht unabhängig

Allerdings schränken immer mehr Kommunen die freie Wahl der Heizungstechnik ein

(rgz/rae). Umweltbewusste Verbraucher setzen im Sinne der Energiewende und der ehrgeizigen Klimaschutzziele verstärkt auf moderne Holzfeuerungen. Doch was viele nicht wissen: Nicht immer kann man sein Heizungssystem und die Art der Wärmezeugung - etwa mit Holz beziehungsweise Pellets - frei wählen. Eine solche freie Wahl der Heizungstechnik und des Energieträgers ist bereits in über 1.000 deutschen Städten und Gemeinden eingeschränkt oder nicht mehr möglich. Hauptsächlich in Neubaugebieten, aber auch bei Modernisierungsprojekten wurden von den Kommunen Verbrennungsverbote für Heizungsanlagen verhängt und sogenannte Anschlusszwänge an Nah- und Fernwärmenetze mit meist langfristiger Bindung an Energieversorger ausgesprochen - mit steigender Tendenz.



Foto: rgz/www.kachelofenwelt.de

Holzfeuerstätten leisten Beitrag zum Umweltschutz

"Jeder Bürger sollte heute das Recht haben, über seine Wärmezeugung frei zu entscheiden. Kommunale Verbrennungsverbote und Anschlusszwänge sind nicht nachvollziehbar und erscheinen widersinnig", erklärt Michael Hieckmann, Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft der deutschen Kachelofenwirtschaft (AdK). Denn effiziente, umweltfreundliche Heizungssysteme und individuelle Sys-

temkombinationen wie etwa Kachelöfen, Heizkamine und Kaminöfen würden fossile Brennstoffe sparen und sowohl die Umwelt als auch den Geldbeutel spürbar entlasten.

Aufgrund ihrer hohen Wirkungsgrade und Effizienz leisten moderne Holzfeuerstätten durch die Verringerung des CO₂-Ausstoßes einen wichtigen Beitrag zum Umweltschutz und dürfen sogar bei Feinstaubalarm betrieben werden. Ein effizient abgestimmter moderner Energiemix sichert zudem ein hohes Maß an Flexibilität und Unabhängigkeit, sowohl bei der Energie- beziehungsweise Brennstoffbeschaffung und -bevorratung, als auch bei Marktschwankungen und

politischen Unwägbarkeiten. Darüber hinaus sorgt eine moderne Holzheizung für gemütliche Wohlfühlwärme, eine einzigartige Atmosphäre und steigert den Wert der Immobilie.

Moderne Technik vom Fachmann

Wer die Vorteile einer Holzheizung nutzen möchte, sollte sich bei einem Fachmann, dem Ofen- und Luftheizungsbauer, erkundigen. Er kann bei bestehenden Verbots- oder Anschlusszwängen eventuell auch Alternativen wie etwa gasbefeuerte Kachelöfen und Heizkamine anbieten. Moderne Kachelöfen, Heizkamine oder Kaminöfen erfüllen im Übrigen die strengen gesetzlichen Vorgaben

der sogenannten Bundesimmissionschutzverordnung (BImSchV). Ein Kauf beim Ofen- und Luftheizungsbauer stellt sicher, dass die Qualität den neuesten Vorschriften entspricht. Adressen qualifizierter Ofenbauer-Fachbetriebe und weitere Informationen gibt es unter www.kachelofenwelt.de.

Geschlossener grüner Kreislauf

Holz ist ein nachwachsender Energieträger. Es verbrennt CO₂-neutral und setzt nur so viel CO₂ frei, wie der Baum während des Wachstums aufgenommen hat und bei seiner na-

türlichen Zersetzung im Wald auch wieder abgeben würde. Und weil die nachwachsenden Bäume wieder CO₂ aufnehmen, schließt sich der grüne Kreislauf. Holz aus heimischen Wäldern benötigt zudem keine langen Transportwege. Die energetische Nutzung von Holz etwa bei einer Holzfeuerung trägt zum Klimaschutz bei und ist unverzichtbar auf dem Weg zu einem klimaneutralen Gebäudebestand der Zukunft. Mehr Informationen gibt es bei der AdK, der Arbeitsgemeinschaft der deutschen Kachelofenwirtschaft e.V., unter www.kachelofenwelt.de.

Clevere Details

Moderne Steckdosenleisten leisten vielseitige Dienste

(djd). Mehrfachsteckdosen sind fast überall ein Muss, wo mehrere elektrische oder elektronische Geräte zum Einsatz kommen - am Büroarbeitsplatz ebenso wie im Home Office oder an der Multimediazentrale im Wohnzimmer. Sinnvoll ist in vielen Fällen ein Überspannungsschutz, auf dessen Funktion man sich verlassen kann. Der Überspannungsschutz ist immer dann sinnvoll, wenn empfindliche elektronische Geräte angeschlossen werden, die unbedingt vor Schaden bewahrt werden sollen. Besonders bei Computern ist dieser Schutz ein Muss, da nicht nur Sachschäden, sondern auch Datenverluste drohen.



Foto: djd/Hugo Brennenstuhl GmbH & Co.KG

Mehr Platz für Smartphone, Tablet und Co: Integrierte USB-Anschlüsse

An Steckdosenleisten mit integrierten USB-Anschlüssen kann man Tablets, Smartphones oder MP3-Player einfach über USB-Kabel anschließen. So lassen sich die mobilen Geräte auch dann laden, wenn alle Steckerplätze belegt sind. Clevere Befestigungssysteme erleichtern eine sichere Fixierung von Steckdosenleisten. Mit abnehmbaren

Montageplatten kann die Leiste fest verschraubt und dennoch jederzeit wieder abgenommen werden. Laschen an den Enden eignen sich für die Befestigung mit Kabelbindern oder Klettbandern zum Beispiel an Tischbeinen. Wenn die Steckdosenleiste eine Kabelaufnahme besitzt, lassen sich zu lange Zuleitungskabel sauber und ordentlich verstauen. Mehr Informationen zu modernen Steckdosenleisten gibt es unter www.brennenstuhl.com. Zusatzfunktionen sorgen für mehr Komfort und Energieeinsparung. Steckdosenleisten mit einem Aus- und Einschalter machen es ganz einfach, alle angeschlossenen

Geräte auf einmal vom Netz zu trennen, damit sie nicht unnötig Strom im Standby-Modus verbrauchen. Leisten mit einzeln schaltbaren Steckdosen sind hingegen sinnvoll, wenn verschiedene, nicht miteinander verbundene Geräte unabhängig voneinander vom Netz genommen werden sollen. Wenn ein Hauptgerät das An- und Ausschalten weiterer Geräte bewirken soll, dann ist die sogenannte Master-Slave-Funktion die richtige Wahl. Typischer Einsatzbereich ist etwa der Computer: Wird der Rechner heruntergefahren, gehen auch Peripheriegeräte wie Drucker oder Scanner automatisch mit vom Netz.

24 Stunden-Notdienst
01 63 / 6 29 36 77

SANITÄRTECHNIK · HEIZUNGSTECHNIK · SOLAR

Norbert Ufer GmbH
Neueichwaldstr. 36
68305 MA-Gartenstadt

Telefon: 0621 / 74 74 72
 Telefax: 0621 / 74 74 29
 Internet: www.sanitaer-ufer.de
 E-Mail: info@sanitaer-ufer.de

FICHEL Transport GmbH

Kattowitzer Zeile 29 - 68307 Mannheim
Tel.: 0621 - 78 41 35 - Fax 0621 - 78 79 28

- Fern- und Nahverkehr
- Industriemontagen
- Computertransporte
- Haushaltsauflösungen

- Tresortransporte
- Entrümpelungen
- Lagerung

... damit Ihr Umzug nicht zum Chaos wird!

www.bequem-umziehen.de

Der Antrieb für Gewinner

Smarter Wohnen mit Connexoon®
Ihre Chance für mehr Komfort und Sicherheit: Automatisieren Sie Ihre Rollläden mit den innovativen Funkantrieben RS100 und der neuen Smart Home-Steuerung Connexoon®. www.somfy.de

Ein erster Schritt in die vernetzte Welt

Mit Ihrem Smartphone steuern Sie ganz einfach und schnell Ihre Markise, die Haustüre oder alle Rollläden in Ihrem Haus. www.somfy.de

SONNENSCHUTZ TORE STEUERUNGEN

Eildienst für Rollläden- u. Jalousien-Reparaturen

Building happiness
somfy.

Ziegelhüttenweg 32
68199 Mannheim
Tel.: 06 21 / 8 42 39-0
www.wess-sonnenschutz.de

FACHBETRIEB FÜR DACH-, WAND- UND ABDICHTUNGSTECHNIK
Innungs-Mitglied

Das bessere Dach!

Schneidemühler Str. 6
68307 Mannheim
Tel.: 06 21/77 35 35
Fax: 06 21/77 35 00
E-Mail: suessdach@aol.com
www.suessdach.de

Bauen · Wohnen · Renovieren

Zeit für den Frühjahrsputz

Mit cleveren Helfern und einem Putzplan gelingt das Großreinemachen leichter

(djd). Mit dem Frühling kommt die Zeit, die Wohnung mal wieder richtig auf Vordermann zu bringen. Fenster putzen, Gardinen waschen, die Küchenschränke auswischen, Heizkörper und Lampen vom Staub befreien oder Teppiche reinigen: Beim traditionellen Großreinemachen ist viel zu tun. Am besten sucht man sich ein Wochenende aus, an dem man sonst nichts vorhat und macht sich mit Lieblingsmusik und guten Reinigungsutensilien an die Arbeit. Helfen andere Familienmitglieder mit, macht das Putzen natürlich mehr Spaß. Und zur Belohnung kann die Küche ja kalt bleiben und ein Restaurantbesuch auf dem Programm stehen.

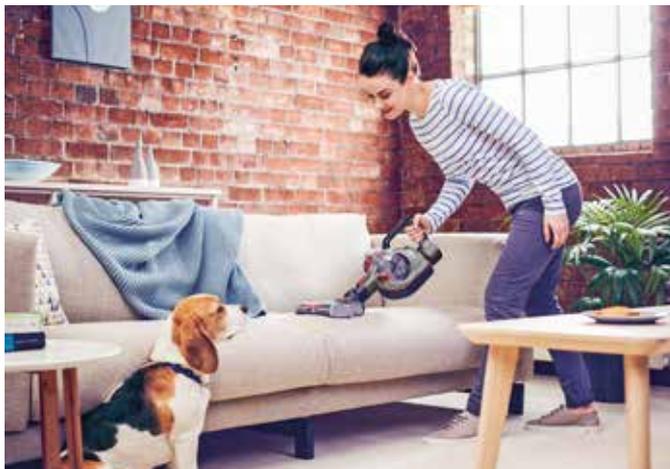


Foto: djd/www.dirtdevil.de

Multifunktionaler Akku-Staubsauger

Als erstes aber steht ein Putzplan an, denn wer den Frühjahrsputz mit System angeht, kommt schneller voran. Die empfohlene Reihenfolge dabei ist, dass man erst alte Sachen aussortiert, etwa alte Zeitschriften oder Spielsachen, dann die Fenster reinigt, bevor es an das Saugen und Putzen der Räume geht. Auch in der Küche steht vor dem gründlichen

Auswischen von Schränken und Kühlschrank das Durchforsten nach alten Lebensmitteln. Beim Putzen gilt als Faustregel: Von oben nach unten und von hinten nach vorne. Ein cleverer Helfer beim Hausputz ist ein multifunktionaler Akku-Staubsauger wie der Dirt Devil Blade 32 V. Mit seiner motorbetriebenen Turbobürste lassen sich alle Böden saugen. Montiert man das Saugrohr ab, verwandelt sich der Stielsauger schnell in einen Handstaubsauger,

um mit verschiedenem Aufsteckbürsten etwa Schränke, Polster oder Treppenstufen zu säubern. Ausführliche Geräteinformationen gibt es unter www.dirt-devil.de.

Frische Bettwäsche und mehr Platz im Kleiderschrank

Demontiert man die Bodendüse, lassen sich mit dem langen Saugrohr bequem auch höher gelegene Stellen wie Decken erreichen, um sie von Spinnweben zu befreien.

Ein großer Vorteil des handlichen Geräts ist die lange Laufzeit von bis zu 45 Minuten, so können auch größere Flächen über mehrere Etagen kabellos gereinigt werden. Bevor es mit dem Staubsaugen losgeht, sollte man allerdings zunächst Platz schaffen, also Stühle, Vasen, Pflanzen und Deko hochstellen oder alternativ in einen anderen Raum bringen. Wer nach all den Arbeiten noch Zeit und Energie hat, kann zum Beispiel die Winterdecken und kuschligen Bettbezüge gegen dünnere Decken austauschen und eine bunte Frühlingbettwäsche wählen. Die Matratze sollte man vorher absaugen und auch der Bettkasten verträgt bestimmt eine Reinigung. Beim Ausmisten im Kleiderschrank gilt: Was ein Jahr lang ungetragen im Kleiderschrank lag, wird eh nicht mehr angezogen.

ANGEBOTS-ERWEITERUNG
Wir beraten Sie gerne unverbindlich!

OLDTIMER-RESTAURATION

Wir erweitern unser Leistungsangebot. Ab sofort führen wir auch die Reparatur, Wartung und Pflege Ihres Oldtimers durch.

UNSERE LEISTUNGEN

• Fahrzeuglackierung	• Glasreparaturen
• Ausbessern ohne Lackierung	• Smart Repair
• Unfallinstandsetzung	• Fahrzeugpflege
• Karosseriearbeiten	• Oldtimer Restauration
• Elektr. Achsvermessung	• KFZ-Technik
	• TÜV-KU-Service

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

MOHR
KLEBER- & LACKWERK

Hallesche Straße 30 | 68309 Mannheim
Tel. 0 621 70 10 81 | Fax 0 621 70 97 63
info@autolackerei-mohr.de
www.autolackerei-mohr.de

Was tun bei Schimmelbefall?

Richtiges Heizen und Lüften kann Schimmelpilzen vorbeugen



Foto: djd/MINOL/Heiko Kürverling/istock/Thinkstock

(djd). Rund 20 Prozent der deutschen Haushalte haben Schätzungen zufolge mit Schimmel zu kämpfen. "Die dunklen Flecken sind nicht nur unansehnlich, sondern auch ungesund. Sporen und giftige Stoff-

wechselprodukte der Pilze können Allergien und Asthma hervorrufen. Es ist deshalb wichtig, Schimmel vorzubeugen und vorhandene Schäden zu beseitigen", sagt Frank Peters von der Firma Minol. Das Unternehmen

ist auf Heizkostenabrechnungen spezialisiert und wird von Vermietern oft um Rat gefragt, wenn es um die Prävention von Schimmel geht. Die Hauptursache für Schimmel ist die Innenkondensation. In jeder Wohnung entsteht Feuchtigkeit, etwa beim Atmen, Kochen, Duschen oder Wäschetrocknen. Je wärmer die Luft, desto mehr Feuchtigkeit kann sie binden. Ist die Raumtemperatur niedrig und die Feuchtigkeit hoch, setzt sich die überschüssige Feuchtigkeit an den kältesten Stellen im Raum ab. An Fenstern oder Spiegeln zeigt sich der Dampfiederschlag als Kondenswasser, an kalten Wandflächen bleibt er zunächst unsichtbar. Kann die Feuchtigkeit über einen längeren Zeitraum nicht aus dem Raum entweichen, bilden sich zunächst Stockflecken, danach entsteht Schimmel. Feuchte Räume wie das Bad oder kalte Räume wie das Schlafzimmer sind davon besonders betroffen.

Mehrmals am Tag stoßlüften

Wie kann man gegensteuern? "Als Faustregel gilt, dass in allen Räumen der Wohnung eine Mindesttemperatur von 16 bis 18 Grad Celsius herrschen sollte. Wer gerne kühl schläft, schließt die Türen zum Schlafzimmer,

damit die warme Luft nicht im kalten Raum abkühlt", rät Frank Peters. Mindestens ebenso wichtig sei es, ausreichend und richtig zu lüften, damit die Luftfeuchtigkeit in der gesamten Wohnung gering bleibe. Gekippt sollten Fenster im Winter nie sein, weil sonst die Wand rund um das Fenster dauerhaft abkühlt und es keinen richtigen Luftaustausch gibt. Stattdessen sollte man mehrmals am Tag stoßlüften, bestenfalls mit Durchzug. Außerdem sollte man nasse Wäsche nicht in kalten Räumen aufhängen. "Bei Problemen mit der Luftfeuchtigkeit kann ein Hygrometer nützlich sein. Optimal ist es, wenn das Gerät eine Luft-

feuchtigkeit unter 60 Prozent misst", rät Experte Peters. Mehr Informationen gibt es unter dem Shortlink go.minol.de/v6p5g6.

Vermieter informieren

Nicht immer können Hausbewohner Schimmel verhindern. Manchmal kommt die Feuchtigkeit von außen, etwa durch undichte Stellen im Mauerwerk oder einen Wasserrohrbruch. "Stellt ein Mieter Schimmel fest, sollte er rasch seinen Vermieter informieren. Der kann der Ursache auf den Grund gehen und im Zweifelsfall einen Sachverständigen hinzuziehen", so Peters. Die dunklen Flecken nur oberflächlich zu überpinseln, helfe jedenfalls nicht.

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

Braunschweiger Allee 120
68307 Mannheim
TEL 06 21 / 78 70 61
FAX 06 21 / 748 23 41
E-Mail: info@dachdeckerei-gruenewald.de
www.dachdeckerei-gruenewald.de

MetropolJournal Rhein Neckar

Anzeigen-Annahme
unter
Tel: 0621-72739490

Gesundheit & Wellness

Gebärmutterhalskrebs-Früherkennung ist effektiv

Mit den gängigen Tests können oft schon Vorformen entdeckt und entfernt werden

(djd). Noch Anfang der 70er Jahre war Gebärmutterhalskrebs - medizinisch Zervixkarzinom - die häufigste Krebserkrankung bei Frauen in Deutschland. Seit 1971 die gesetzliche Früherkennung mit dem sogenannten Pap-Test eingeführt wurde, ist er auf Platz zwölf zurückgefallen, und die Sterbewahrscheinlichkeit hat sich mehr als halbiert. Der Pap-Test gilt deshalb als beispielhaft für eine erfolgreiche Früherkennungsuntersuchung. Ein Grund dafür ist, dass mit seiner Hilfe oft schon Krebsvorformen erkannt und entfernt werden können, bevor sich ein "echter" Krebs entwickelt. Frauen ab 20 Jahren können die Untersuchung jährlich kostenlos in Anspruch nehmen.

Was passiert beim Pap-Test?

Nach einer Anamnese und allgemeinen Untersuchung wird mit einem kleinen Spatel oder Bürstchen

ein Zellabstrich vom Muttermund und aus dem Gebärmutterhalskanal entnommen. Das kann etwas unangenehm sein, tut aber nicht weh. Die Probe wird dann in ein Labor geschickt und von einem Spezialisten beurteilt. Das Ergebnis wird in Pap-Kategorien angegeben: Pap 0 bedeutet "nicht beurteilbar", das hat meist technische Gründe und der Test muss dann wiederholt werden. Die Kategorien I bis V reichen von "unauffällig" über "leicht entzündet" und "zweifelhaft" bis hin zu "Krebsverdacht", "Krebsvorstufe" und "Krebs".

Je nach Einstufung wird dann entweder nichts unternommen oder über weitere Tests beziehungsweise Behandlungen entschieden. Wer mehr über das Thema erfahren möchte, kann sich beim Krebsinformationsdienst unter der kostenlosen Rufnummer 0800 - 420 30



Foto: djd/DKFZ

40 beraten lassen oder unter www.krebsinformationsdienst.de nachschauen

Dem Auslöser auf der Spur

Eine weitere Möglichkeit zur Früherkennung bietet der HPV-Test, mit dem sich Humane Papillomviren (HPV) am Gebärmutterhals nachweisen lassen. Sie gelten als

Hauptauslöser für Zervixkarzinome. Allerdings bedeutet die Anwesenheit von Viren nicht, dass tatsächlich Krebs entstehen wird. Oft heilen HPV-Infektionen auch folgenlos wieder aus. Mit dem HPV-Test können Befunde genauer abgeklärt oder der Verlauf nach einer Operation überwacht werden.

Im Rahmen der gesetzlichen Früherkennung wird Frauen ab 35 Jahren zukünftig der HPV-Test kombiniert mit dem Pap-Abstrich angeboten. Schützt die HPV-Impfung vor Krebs? Seit einigen Jahren empfiehlt die Ständige Impfkommission (STI-KO) eine HPV-Impfung für Mädchen zwischen 9 und 14 Jahren. Diese kann vor den gefährlichsten und häufigsten Auslösern von Gebärmutterhalskrebs schützen. Erwiesen ist, dass sich durch die Impfung die Rate von Zellveränderungen am Gebärmutterhals und damit wohl auch die Wahrscheinlichkeit einer Krebserkrankung deutlich senken lässt. Einen hundertprozentigen Schutz bietet sie aber nicht, da der Impfstoff nicht alle HPV-Typen abdeckt. Auch für geimpfte Frauen wird deshalb die - in jedem Fall freiwillige - Teilnahme an den Früherkennungsuntersuchungen empfohlen.

Die gesunde Lebenszeit verlängern

Viel bewegen, ausgewogen essen und gut sehen tragen zum Wohlfühlen im Alter bei

(djd). Die durchschnittliche Lebenserwartung der Deutschen klettert seit Jahren nach oben - und damit auch die Zahl der Jahre, die Senioren in guter Gesundheit verbringen können. Neben einer umfassenden medizinischen Versorgung trägt vor allem der persönliche Lebenswandel dazu bei, die gesunde Lebenszeit zu verlängern. Dazu gehören etwa die richtige Ernährung, Bewegung, das Vermeiden von Stress oder der Verzicht auf Nikotin und übermäßigen Alkohol. Für typische Alterserscheinungen - etwa wenn das Sehen Probleme macht - gibt es Lösungen, die die Lebensqualität verbessern.

Den Alltag ohne Sehhilfe genießen

Die nachlassende Sehkraft macht vielen älteren Menschen zu schaffen. Vermindertes Kontrastsehen, Lichtemp-



Foto: djd/Alcon Pharma/thx

findlichkeit oder das Gefühl durch einen Schleier zu blicken: Ursachen für diese Symptome sind in höherem Alter häufig der Graue Star, bei dem sich die Augenlinse eintrübt. Normale Aktivitäten wie Auto fahren, eine

Zeitung lesen oder das Gesicht eines Menschen erkennen werden damit zunehmend schwieriger. Eine Therapie mit Medikamenten gibt es hierfür nicht, allerdings kann durch eine Operation das Sehvermögen wieder deut-

lich verbessert werden. Mit der Wahl der richtigen Kunstlinse lassen sich bei diesem Routine-Eingriff gleichzeitig auch andere Sehfehler beheben. Eine moderne Intraokularlinse wie die AcrySof IQ Toric von Alcon etwa korrigiert nicht nur den Grauen Star, sondern gleichzeitig auch eine Hornhautverkrümmung, auch als Astigmatismus bezeichnet. Wer unter einer Hornhautverkrümmung leidet und bislang eine Brille oder Kontaktlinsen für die Fernsicht benötigt hat, kann nach der Operation meist wieder ohne Sehhilfe ungetrübt und scharf in die Ferne sehen und den Alltag genießen.

Den Körper fit halten

Gesundheit und Wohlbefinden im Alter hängen auch davon ab, ob der Körper durch aktives Training gestärkt wird. Regelmäßiger Sport bringt Herz und Kreislauf in Schwung, kräftigt

Muskeln und Knochen und hilft dabei, bestimmten Alterskrankheiten wie Osteoporose vorzubeugen. Schmerzhaften Gelenkrankheiten wie Arthrose kann man mit Bewegung ebenso entgegenwirken. Gelenkschonende Sportarten sind etwa Schwimmen, Walken oder Radfahren. Auch die Gartenarbeit oder Spazierengehen zählen schon als Übungseinheiten. Bei ihren Ernährungsgewohnheiten sollten Senioren beachten, dass mit dem Alter zwar der Energiebedarf sinkt, aber die gleiche Menge an Nährstoffen benötigt wird. Zu einer ausgewogenen Kost gehören vor allem frisches Obst, Gemüse, Milchprodukte, Vollkorn-Getreideprodukte und ab und an mageres Fleisch und Seefisch. Fett- und zuckerhaltige Lebensmittel sollten dagegen nur in Maßen genossen werden.

Das Geheimnis der 4E^{Plus}

Natürliche Wege zu mehr:

Wohlbefinden • Gelassenheit • Leistungsstärke • Ausstrahlung • Beweglichkeit • Kraft • Gesundheit • Harmonie • Kreativität • Positivität • Balance • Konzentration • Schönheit • Freude • Potential • Fitness • Ausgeglichenheit

Emil F.: Ich kann mein Knie wieder schmerzfrei beugen!

Der natürliche Weg zu mehr Gesundheit, Vitalität und Lebensqualität

Andrea Hutter
Tel. 0157 - 80426359
andrea@seihappy.de
&
Volker Lautensack
Tel. 0170 - 2490243
volker@seihappy.de



Gesundheit & Wellness

Freireligiöse Gemeinde Mannheim
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Karl-Weiss-Heim
Pflege und Wohnen für Senioren



**Weltliche Feiern -
Wir gestalten für Sie:
Jugendfeier • Hochzeit • Jubiläen**

Vorsitzende: Ute Kränzlein, Tel.: 0621 / 437 435 59
E-Mail: ute.kraenzlein@freireligioese-mannheim.de



68161 Mannheim, L 10, 4-6, Tel.: 0621 / 126 310
E-Mail: verwaltung@karl-weiss-heim.de

Kleiner Test mit großem Nutzen

Hepatitis C ist heute meist vollständig heilbar - wenn sie erkannt wird

(rgz/su). Noch bis vor wenigen Jahren war eine Infektion mit dem Hepatitis-C-Virus oft gleichbedeutend mit einer langen Leidensgeschichte. Denn die verfügbare Behandlung gegen diese virusbedingte Leberentzündung schlug in vielen Fällen nicht an, war langwierig und mit teilweise sehr starken Nebenwirkungen verbunden. Das änderte sich 2014 schlagartig, als neue Medikamente auf den Markt kamen, die das Hepatitis-C-Virus direkt bekämpfen und in der Regel bei 95 Prozent der Betroffenen oder mehr innerhalb weniger Monate eine völlige Heilung bewirken können.

Bundesweite Aufklärungskampagne gestartet

Unbehandelt kann die Krankheit zu Leberzirrhose, Leberversagen, Leberzellkrebs und schließlich zum Tod führen. Doch trotz des medizinischen Fortschritts leben heutzutage in Deutschland noch immer etwa 250.000 Menschen mit Hepatitis C. Und von diesen wissen Expertenschätzungen zufolge ungefähr 100.000 nichts von ihrer Erkrankung. Dabei ist die Diagnose ganz einfach möglich: Per Bluttest, den jeder Hausarzt veranlassen kann. Dieser kleine Test mit dem großen Nutzen wird dann durchgeführt, wenn ein Verdacht auf Hepatitis C besteht. Oft wird Hepatitis C erst Jahre nach einer



Foto: rgz/Gilead Sciences GmbH

Infektion entdeckt, da die Erkrankung anfangs häufig still verläuft und nur milde, unspezifische Symptome wie Müdigkeit, Appetitlosigkeit oder Druck im rechten Oberbauch hervorruft. Auch glauben einer repräsentativen Umfrage zufolge nur sieben Prozent der Bevölkerung, dass sie schon einmal Kontakt mit dem Virus gehabt haben könnten - oft ein fataler Irrtum. Um das Bewusstsein für die Krankheit zu schärfen und Hepatitis C in Deutschland einzudämmen bzw. langfristig zu eliminieren, wurde deshalb im Mai die bundesweite Aufklärungskampagne "Bist du Chris?" gestartet.

Sie soll jeden ermuntern, sein bisheriges Leben Revue passieren zu lassen, sich zu fragen, ob man mög-

licherweise einem Risiko ausgesetzt war und sich im Zweifel testen zu lassen.

Einige Menschen tragen ein erhöhtes Risiko

Doch wer könnte nun "Chris" sein, also zu den Betroffenen gehören? Prinzipiell jeder, doch es gibt Gruppen mit besonderem Risiko. Dazu gehören etwa Menschen, die vor 1992 eine Bluttransfusion erhalten haben, Angehörige von medizinischen Berufen, Drogenkonsumenten, die Spritzen mit anderen teilen, und Personen, bei denen medizinische Eingriffe, Tätowierungen oder Piercings unter nicht sterilen Bedingungen durchgeführt wurden - unter www.bist-du-chris.de findet sich ein übersichtlicher anonymer Risikocheck. Beim geringsten Ver-

dacht sollte man einen Arzt informieren, der dann die Diagnose stellen und die Therapie einleiten kann. **Zehnmal so ansteckend wie HIV** Das Hepatitis-C-Virus wird in erster Linie durch Blut-zu-Blut-Kontakt übertragen. Dabei ist es etwa zehnmal so ansteckend wie HIV (AIDS). Die Zahl der mit dem Hepatitis-C-Virus Infizierten ist weltweit gut vier- bis fünfmal so hoch wie die der HIV-Betroffenen. Früher waren Blutprodukte ein wesentlicher

Übertragungsweg, doch seit 1992 werden diese hierzulande auf das Virus getestet. Heute passieren Infektionen etwa durch unzureichend sterilisierte Medizingeräte, durch mit Blutkontakt verbundene Sexualpraktiken oder unter unhygienischen Bedingungen durchgeführte Tätowierungen und Piercings. Selten kann das Virus auch durch eine Schwangerschaft auf das Baby übertragen werden. Oft bleibt der Übertragungsweg jedoch unbekannt.

Ambulante Pflege

für Mannheim, Ludwigshafen und Bergstrasse

✓

Grundpflege

✓

Wundversorgung

✓

Urlaubspflege

MDK geprüft

Sehr Gut

Sie erreichen uns:

Mannheim / Ludwigshafen Seckentheimer Hauptstr. 10 68239 Mannheim	Mannheim Nord Poststr. 33 68309 Mannheim
--	---

0621 - 7001 8980

Aktuelle Stellenangebote finden Sie im Internet unter www.pflege-profis.info

✓ Individuell & professionell

Bescheinigt durch den MDK mit der Bestnote

✓ Wir sind für Sie...

...rund um die Uhr erreichbar

PFLERGE PROFIS

Zuhause GUT gepflegt

www.pflege-profis.info

Gesundheit & Wellness

Ernährungstipps für eine schlanke Linie

Wie Übergewichtige ohne Hunger und Jojo-Effekt gesund abnehmen

(akz-o) Mehr als die Hälfte der Menschen in Deutschland sind zu schwer. Das belastet die Gelenke, das Herz und den Stoffwechsel. Viele setzen auf dubiose Schlankheitsmittel, statt ihr Ernährungsverhalten grundlegend umzustellen. Der aus Presse, Funk und Fernsehen bekannte Diät- und Ernährungsexperte vom Deutschen Kompetenzzentrum Gesundheitsförderung und Diätetik Sven-David Müller warnt vor dem Fasten und Crashdiäten. Wer seine Ernährungsweise nicht dauerhaft in Richtung gesunder Kost umstellt, hat keinen langfristigen Erfolg. Übergewicht lässt sich nicht mit einer Kur bekämpfen. Eine Studie der Uniklinik Aachen belegt, dass Entspannungsmethoden wie Autogenes Training eine Gewichtsreduktion erleichtern.

Welche Diät ist richtig?

Seit Jahrzehnten streiten Wissenschaftler um die richtige Diät. Wenig Kohlenhydrate oder wenig Fett, ist die Frage! Schließlich hat sich wissenschaftlich jetzt aber herausgestellt, dass es in erster Linie um die Kalorienzufuhr geht. Wer täglich zwischen 1.200 und 1.600 Kilokalorien aufnimmt, kann gut abnehmen, verspricht Sven-David Müller. Der Kaloriengehalt der Lebensmittel lässt sich der Kalorien-Ampel entnehmen. Das jetzt im Trias Verlag erschienene Büchlein hat ein praktisches Format und passt in die Jackentasche.

Viele Übergewichtige setzen auf Wochenenddiäten oder Crashkuren. Im Frühjahr möchten Millionen Übergewichtige mit einer Fastenkur ihr



Foto: Sven-David Müller/akz-o

Gewicht reduzieren. Dabei baut Fasten in erster Linie Muskeln ab und fördert den Jo-Jo-Effekt sowie die Cellulite Entstehung. Viel sinnvoller sei es, vor dem Beginn einer Ernährungsumstellung das eigene Essver-

halten mit einem Ernährungstagebuch zu erfassen und langsam mit der Umstellung auf eine gesündere und kalorienärmere Kost zu starten. Abnehmen – mehr als eine Kur Wer gesund abnehmen möchte,

braucht täglich zwei bis drei Liter Mineralwasser, 1 Kilo Gemüse und ausreichend Proteine aus mageren Milchprodukten wie Magerquark, Harzer Käse oder Seefisch und Soja. Wissenschaftliche Beweise für ihre Wirkung als Kalorienkiller erbringen scharfe Gewürze wie Chili oder Ingwer und auch Zimt sowie starker Kaffee hilft beim Abnehmen. Menschen, die auf Süßes nicht verzichten können, sollten sich Vanilleöl besorgen. Der Duft vertreibt den „Süßhunger“, informiert Sven-David Müller, der Erfinder der „Müller-Diät“ ist, die es jetzt als gleichnamiges Buch aus dem Verlag Schlütersche in der Buchhandlung gibt. Unter www.svendavidmueller.de gibt es Ernährungsinfos und leckere Rezepte vom Experten gratis.

Tropical Islands

Geschäftsführungswechsel im Tropical Islands: Jan Janssen übergibt an Michiel Illy

(red) Mit der feierlichen Schlüsselübergabe am 18. Januar ist es offiziell: der Niederländer Jan Janssen übergibt die Geschäftsführung von Europas größtem tropischen Urlaubsresort an seinen Landsmann Michiel Illy. Seit September 2017 ist Illy bereits im Unternehmen, um sich mit dem umfangreichen Aufgabenbereich vertraut zu machen.



Foto: © Dietmar Gust

Der gebürtige Amsterdamer erfüllt alle Voraussetzungen, um die stetig wachsende Ferienanlage weiterzuführen. Illy begann seine Karriere bei der Konkurrenz: bei Center Parcs war er zunächst Management Trainee und arbeitete sich über mehrere Jahre zum Development Manager für alls Parc

in Europa hoch. Im späteren Verlauf gründete er gemeinsam mit Kollegen eine eigene Beratungsfirma für die Entwicklung von Ferienresorts. Seine Erfahrung und sein Know-How führten ihn 2011 nach China, wo er im

Rahmen eines Joint Ventures für die Entwicklung von Ferienresorts nach europäischen Vorbild verantwortlich war. Auch nach 17 Jahren im Bereich der Produktentwicklung ist er offen für Neues: „Ich freue mich auf die

Herausforderungen, die das Tropical Islands mit sich bringt. Es ist ganz wichtig, dass wir das Resort weiterentwickeln, denn die Konkurrenz in Europa schlägt nicht“, so der 51-jährige Niederländer.

Im Rahmen der Feierlichkeiten wurde Jan Janssen von Kollegen, Geschäftspartnern und Vertretern aus der Politik verabschiedet. Er war im November 2013 ins Tropical Islands gekommen und sorgte seitdem für steigende Umsatz- und Gästezahlen. Allein in 2017 kamen 1,1 Mio. Gäste in das tropische Urlaubsparadies. Die knapp 2.000 Gästebetten sind ganzjährig im Durchschnitt zu 85 Prozent ausge-

lastet. Das langjährige Aufsichtsratsmitglied Joachim Hagemann zeigt sich in seiner Rede zuversichtlich, mit Michiel Illy einen geeigneten Nachfolger gefunden zu haben. Noch in diesem Jahr will der neue Chef die Umsetzung weiterer Projekte auf dem Gelände des Tropical Islands Resorts vorantreiben. Dazu gehören der Bau exklusiver Unterkünfte sowie die Erweiterung der Aktivitäten im Dome und im Außengelände. So können sich Gäste auf eine neue Spielwelt für Kinder, Bogenschießen für alle Altersgruppen und einen Streichelzoo freuen.

Darüber hinaus soll es für kleine und große Gäste ein Unterhaltungsprogramm geben.

AKTIONSENDE:
01. MÄRZ 2018



BOCK

AUF

PFITZENMEIER

Spring in Dein Fitnessjahr 2018

200€*
SPAREN

- ✓ 4 Wochen beitragsfrei
- ✓ Keine Aufnahmegebühr
- ✓ Kurze Laufzeit

40 JAHRE
PFITZENMEIER
Fitness since 1978

Gesundheit & Wellness

Radfahren ideal bei Kniearthrose

Fünf Millionen Deutsche leiden an Gelenkverschleiß, der Arthrose

(akz-o) Zwei aktuelle Studien aus der amerikanischen Harvard Universität und der britischen Universität Surrey zeigen: Auslöser für Arthrose ist vor allem unser bewegungsarmer Lebensstil.

Vorbeugung und Therapie

Viel Sitzen löst Stoffwechselveränderungen aus, die zu Entzündungen im Gelenk führen. Besonders häufig schmerzen die Knie, vor allem im Alter. Als Vorbeugung und Therapie helfen gleichmäßige, rhythmische Bewegungen wie z. B. Radfahren. Das rät die Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (DGSP). Radfahren ist deshalb so ideal, weil sich



Foto: ARochbau/fotolia.com/akz-o

die Gelenke bewegen können, ohne das Körpergewicht tragen zu müssen. Die ständige Be- und Entlastung der Gelenke regt den Gelenkstoffwechsel und den Transport von metabolischen Abbauprodukten an. Die besten Effekte werden bei einer moderaten Radelzeit von etwa 140 Minuten pro Woche, also rund 20 Minuten täglich, erzielt. Bereits ein Drittel der 50- bis 69-Jährigen steigt mehrmals in der Woche aufs Rad. In Großstädten sogar 42 Prozent.

Doch Achtung: Es dauert meist einige Zeit, bis sich die Verbesserungen einstellen. So hat man zu-

nächst nur eine Hürde zu nehmen: die Schmerzen beim Aufsteigen. Hier helfen ein Rad mit tiefem Rahmen oder natürliche antirheumatische Schmerzmittel, z. B. das homöopathische Arzneimittel Rhus toxicodendron D6 DHU (Apotheke).

Es stimuliert die körpereigenen Regulationskräfte und kann nebenwirkungsarm dazu beitragen, dass sich der Organismus erfolgreich, d. h. schmerzfrei für den Betroffenen, mit der Arthrose arrangiert. Weiterer Vorteil: Es ist sehr gut für die Langzeiteinnahme geeignet.

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland
Die Gesundheitskasse.

AOK
Die Gesundheitskasse.

Jetzt anmelden:
www.aok-kurse.de

Die neuen Gesundheitskurse
Unser kostenfreies Angebot für AOK-Versicherte: motivierend und in Ihrer Nähe!

Die neuen Gesundheitskurse

für das 1. Halbjahr 2018 sind da!

Im AOK-Kursprogramm 1/2018 findet sich wie gewohnt ein vielfältiges Angebot an kostenfreien Kursen rund um die Themen gesunde Ernährung, Fitness und Entspannung.

In der Gruppe fällt bekanntlich vieles leichter: So unterstützt die Gesundheitskasse alle, die aktiv etwas für ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit tun wollen. Die Kurse aus den Bereichen gesunde Ernährung, Fitness und Entspannung werden von qualifizierten AOK-Experten durchgeführt.

Alltagsbelastungen nehmen ständig zu. Der Kurs "Lebe Balance" führt zu mehr Achtsamkeit sowie innerer Stärke und fördert die psychische Gesundheit. Auch durch regelmäßig angewandte Entspannungsmethoden im Alltag werden wichtige Ressourcen und neue Energien mobilisiert. Hier profitieren gestresste Zeitgenossen zum Beispiel von den Kursen Yoga, Tai Chi Chuan/Qigong oder Autogenes Training. Im Bereich der "AOK-Kochwerkstatt" hält die AOK ein breites

Spektrum an Kursen mit praktischen Einheiten bereit. Der neue Kurs "Kräuterküche" greift den Trend zur Zubereitung in der eigenen Küche mit natürlichen und qualitativ hochwertigen Zutaten auf. „Durch den Einsatz von Wildkräutern vermitteln wir interessante neue Geschmackserfahrungen und zeigen, dass Essen ohne Zusatz- und Konservierungsstoffe herrlich schmeckt“, erklärt die AOK-Ernährungsexpertin Petra Sandmann-Gilles. Und mit dem Kurs "Urban Fitness – Stadt statt Studio" können interessierte Kunden jederzeit und fast überall etwas für ihre Fitness und den Stressabbau tun.

Die Kursanmeldung ist ganz bequem im Internet unter www.aok-kurse.de möglich. Einfach den Wunschkurs in der jeweiligen Rubrik anklicken und online anmelden. Das komplette Programm mit den AOK-Gesundheitskursen 1/2018 sowie mit allen Informationen und Terminen vor Ort ist in jedem AOK-Kundencenter kostenfrei erhältlich. Achten Sie auf sich!

Traditionelle Thai Massage

ReVita

keine Erdbeermassagen

Behandlungszeiten:
Mo-Fr: 10-19 Uhr
Sa: 10-16 Uhr

Dauerniedrigpreise, z.B. **19,-€**
Rückenmassage 30 min

Körpermassage • Rückenmassage • Aromaöl-Massage
Kräuterstempel-Massage • Hotstone-Massage • Fußreflexzonen-Massage

Revita • Obere Riedstr. 9 • 68309 Mannheim
www.revita-thaimassage.de • Tel. 0621 - 80 34 766



**Diakonissenkrankenhaus Mannheim
Zentrum für Altersmedizin (ZAM)**

Vorträge

Donnerstag, 8.2.2018, 15.00 Uhr

**Geriatrische Behandlung:
Medizin der Zukunft, Medizin
ohne Zukunft?**

*Priv.-Doz. Dr. med. Matthias Schuler, Chefarzt der Klinik für Geriatrie,
Diakonissenkrankenhaus Mannheim*

Donnerstag, 8.3.2018, 15.00 Uhr

**Hören im Alter – Medikation,
Operation oder Hörgerät:
Wann ist was sinnvoll?**

*Dr. med. Jürgen Reis, Hals-Nasen-Ohrenarzt,
Praxis am Diakonissenkrankenhaus Mannheim*

Donnerstag, 26.4.2018, 15.00 Uhr

**Volkskrankheit Osteoporose:
Prophylaxe und Behandlung**

*Dr. med. Manuela Mettlach, Oberärztin der Geriatrischen
Rehabilitationsklinik*

*Dr. med. Henning Röhl, Chefarzt der Klinik für Unfallchirurgie,
Diakonissenkrankenhaus Mannheim*



SO STEHEN IHRE STERNE



WIDDER
21.3.-20.4.

Das Glück ist Ihnen hold. Seien Sie aber vorsichtig – so überraschend wie es kam, verschwindet das Glück auch wieder.



STIER
21.4.-21.5.

Fressen Sie Ihren Kummer nicht in sich hinein und vertrauen Sie sich jemandem an, um Ihr Problem möglichst bald zu lösen.



ZWILLINGE
22.5.-21.6.

Blicken Sie zurück und bilanzieren Sie, wie Sie sich in den vergangenen Jahren weiterentwickelt haben, um noch besser zu werden.



KREBS
22.6.-22.7.

Fassen Sie sich endlich ein Herz und offenbaren Sie Ihre Gefühle und Emotionen. Schlucken Sie nichts mehr runter, das tut nicht gut!



LÖWE
23.7.-23.8.

Vertrauen Sie anderen und haben Sie keine Angst davor Aufgaben auch mal an andere abzugeben. Es wird sich lohnen!



JUNGFRAU
24.8.-23.9.

Träumen Sie sich an einen besseren, freundlicheren Ort, wenn es im Hier und Jetzt gerade mal trist und trostlos ist.



WAAGE
24.9.-23.10.

Nach getaner Arbeit sollten Sie sich mal wieder belohnen. Tun Sie sich etwas Gutes und verwöhnen Sie sich selbst.



SKORPION
24.10.-22.11.

Obacht! Achten Sie darauf, was Sie wem erzählen. Großer Schaden ist angerichtet, wenn Sie zu unvorsichtig sind.



SCHÜTZE
23.11.-21.12.

Wenn in Ihrem Umfeld die Emotionen hochkochen und gestritten wird, ist es umso wichtiger die Ruhe zu bewahren.



STEINBOCK
22.12.-20.1.

Sie sind aufmerksam und schnell im Kopf – kein Detail entgeht Ihnen und es fällt Ihnen leicht Ihre Schlüsse zu ziehen.



WASSERMANN
21.1.-19.2.

Halten Sie jetzt Ausschau und bleiben Sie aufmerksam. Mit etwas Glück können Sie einen neuen Freund gewinnen.



FISCHE
20.2.-20.3.

Probieren Sie mal was Neues aus und machen Sie sich vertraut mit einer fremden Kultur, um neue Erfahrungen zu sammeln.

krummes Gliedmaß	Holz färben	Christusdarstellung (... Homo)	Wirtschaftsverband (Abk.)	deutsche Vorsilbe	Sohn Jakobs (A.T.)	Frauenname	Initialen von Kästner	türk. Großgrundherr	Staatenbündnis	Abendständchen
unverfälscht				einbruch-sichere Scheiben						
Schrulle			Fürst von Monaco † 2005			Teil der Katzenpfote			abgeschrägte Kante	katholischer Bettelorden
Adliger im alten Peru		Notlage							ugs.: einen	
biblische Bez. für das Paradies	ind. Region am Ganges								Vorname des US-Dichters Pound	Hauptstadt Togos
Kosewort für Großmutter			Stadt am Leba-See	arabisch: Sohn	Landkreis in Japan	Musikträger (Abk.)	Gesamteinsätze beim Poker		Vorname von US-Filmstar Gibson	französischer Artikel
französisch: Seele			Beendigung							
kühl planend								italienisch: gut		

METROPOLJOURNAL

Onlinesite tagesaktuell & kostenlos!

www.metropoljournal.com

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

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

■■■ T O ■ A ■ U ■ ■ ■ A ■ ■ ■
 T U N E N ■ B E W E G G R U N D
 F E I G E ■ S T E I N A D L E R
 ■ P ■ E ■ ■ ■ U E
 ■ P E R ■ ■ ■ C R E W
 ■ I H N ■ ■ ■ O S ■
 ■ G E S ■ ■ ■ G U T
 ■ L E ■ ■ ■ O E K O
 A L O E ■ ■ ■ R S ■ ■ ■ O P ■ ■ ■ A
 ■ S ■ A T U E ■ E P I ■ G L U T
 ■ E I N H E I T ■ A N H O E H E

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

AEUSSERST
 Auflösung Januar 2018 Auflösung Januar 2018

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

Na, auch im Internet gebucht?!?

Erreichbarkeit? Kompetenz? Service?

LIVE BESSER ALS ONLINE!

Reisebüro
sonnenklar.tv
 Reisebüro Rihm Mannheim
 Auf dem Sand 45 • 68309 Mannheim • Telefon 0621 7287920
www.facebook.com/sonnenklarTV.Mannheim
www.sonnenklartv-reisebuero.de/mannheim

Anzeigen: Tel: 0621-72739490

www.metropoljournal.com

Veranstaltungen

Weitere Informationen www.metropoljournal.com

Freitag 02. 02

20:00 Uhr European Outdoor Film Tour, Mannheim Capitol

Mannheim SAP Arena



Holiday on Ice – Atlantis
02.02. - 04.02.2018

19:30 Uhr 3. Mannheimer Meisterkonzert, Mannheim Rosengarten

20:00 Uhr Sächsische Staatskapelle Dresden, Mannheim Rosengarten

Samstag 03. 02

20:00 Uhr Özcan Cosar Mannheim Capitol

20:00 Uhr Das Phantom der Oper – Neuinszenierung mit Weltstar Deborah Sasson, Mannheim Rosengarten

Sonntag 04. 02

11:00 Uhr Pinocchio Mannheim Casablanca

11:00 Uhr HARTUNG MATINEE / 38. Fasnachts-Matinee 2018 Mannheim Rosengarten

Montag 05. 02

20:00 Uhr Ben Zucker Mannheim Casablanca

19:00 Uhr Museum of Memories Ludwigshafen Pfalzbau

20:00 Uhr Sascha im Quadrat Mannheim Casino

05.02.2018 - 06.02.2018

20:00 Uhr 4. Akademiekonzert Mannheim Rosengarten

Dienstag 06. 02

20:00 Uhr Don't Stop the Music

10:00 Uhr Museum of memories Ludwigshafen Pfalzbau

Mittwoch 07. 02

10/16 Uhr Akim rennt Ludwigshafen Pfalzbau

18:00 Uhr Ernährung, welche in den menschlichen Genen "festgeschrieben ist" Mannheim Kulturhaus Mannheim Käferteal

Donnerstag 08. 02

20:00 Uhr Altweiberfasnacht Ludwigshafen Friedrich-Ebert-Halle

19:00 Uhr Der kleine Prinz – Das Musical von Deborah Sasson und Jochen Sautter, Mannheim Rosengarten

19:00 Uhr, HBL: Rhein-Neckar Löwen vs. TBV Lemgo, Mannheim SAP Arena

Freitag 09. 02

09.02.2018 - 11.02.2018 Ballet Revolución, Mannheim Rosengarten

Samstag 10. 02

Mannheim SAP Arena 20 Uhr



Luke Mockridge
10.02.2018

Die Eulen Ludwigshafen - Füchse Berlin Ludwigshafen Friedrich-Ebert-Halle

20:00 Uhr Bodo Wartke - AUSVERKAUFT Mannheim Capitol

Sonntag 11. 02

18:00 Uhr The Kelly Family Mannheim SAP Arena

Dienstag 13. 02

20:00 Uhr, FALCO – Das Musical Mannheim Rosengarten

Mittwoch 14. 02

20:00 Uhr Lars Redlich Mannheim Capitol

20:00 Uhr Hairspray – Das Broadway Mannheim Rosengarten

20:00 Uhr Die große VERDI – NACHT, Mannheim Rosengarten

Donnerstag 15. 02

20:00 Uhr René Kollo 80 Mannheim Rosengarten

Freitag 16. 02

16.02.2018- 18.02.2018 19:30 Uhr Die Comedian Harmonists Ludwigshafen Pfalzbau

20:00 Uhr Miraz und Sakina & Anadolu Quartet, Mannheim Capitol

19:30 Uhr Metallica, Mannheim SAP Arena

20:00 Uhr Sissi – Das Musical über Liebe, Macht & Leidenschaft Mannheim Rosengarten

Samstag 17. 02

20:00 Uhr Gerd Knebel Mannheim Capitol

19:00 Uhr Deine Lakaaien – XXX – The 30 Years Retrospective Mannheim Rosengarten

20:00 Uhr, Stamitzorchester Mannheim – Sinfoniekonzert 2018 Mannheim Rosengarten

Sonntag 18. 02

11:00 Uhr Pettersson & Findus Mannheim Casablanca

19:00 Uhr Christoph Sonntag Mannheim Capitol

19:00 Uhr Mannheimer Philharmoniker Solistenrecital, Mannheim Rosengarten

14/19 Uhr Ehrlich Brothers Mannheim, SAP Arena

Montag 19. 02

20:00 Uhr, Friedrich & Friends Mannheim Casino

Mittwoch 21. 02

20:00 Uhr BOOM - Der Comedy Club Mannheim Casino

20:00 Uhr, ELVIS – Das Musical Mannheim Rosengarten

21.02.2018 - 22.02.2018 15:30 / 19 Uhr Drei Haselnüsse für Aschenbrödel, Mannheim SAP Arena

Donnerstag 22. 02

19:30 Uhr Kastelruther Spatzen – „live 2018“ Mannheim Rosengarten

Freitag 23. 02

20:00 Uhr SixxPaxx, Mannheim Capitol

20:00 Uhr Kurt Krömer – Stresssituation Mannheim Rosengarten

Kulturbühne Alte Druckerei 20 Uhr



Michael Quast
23.02.2018

Samstag 24. 02

20:00 Uhr Zio & Royal Collective Mannheim Capitol

20:00 Uhr SANTIANO Mannheim SAP Arena

Sonntag 25. 02

11:00 Uhr Der kleine Maulwurf Mannheim Casablanca

19:30 Uhr Der Vorname Ludwigshafen Pfalzbau

20:00 Uhr Orchestre Les Siècles – Paris Mannheim Rosengarten

15:00 Uhr Rock4Kids Mannheim Capitol

12:30 Uhr Die Eulen Ludwigshafen - TVB Stuttgart, Ludwigshafen Friedrich-Ebert-Halle

16:30 Uhr Hans-Peter Schwöbel Mannheim Casino

Montag 26. 02

20:00 Uhr, Sascha im Quadrat Mannheim Casino

20:00 Uhr BOYBANDS FOREVER Mannheim Rosengarten

20:00 Uhr Tony Hadley Mannheim Capitol

Dienstag 27. 02

20:00 Uhr Howard Cependale Mannheim Rosengarten

Mittwoch 28. 02

20:00 Uhr Rainald Grebe Mannheim Capitol

19:30 Uhr „AFRIKA! AFRIKA!“ Mannheim, SAP Arena

17:00 Uhr Feuerwehrmann Sam – Sam rettet den Zirkus, Mannheim Rosengarten

Rolfi Tours MANNHEIM



alle Preise pro Person

Europa Park Rust

Sommertermine unter: www.schoen-lackiert.de
Preis inkl. Busfahrt und Eintritt

Lassen Sie sich verzaubern!

Verlosung von 2 Eintrittskarten während der Fahrt
64,90€



Winterurlaub für Familien im Zillertal / Filzstein Ferienzeit 2019

1 Woche vom 02.03. bis 09.03.2019 in den Faschingsferien Unterkunft/ Ferienwohnung für Selbstversorger. Preis je nach Belegung und Ferienwohnung.
Busfahrt für Kinder bis 4 Jahre frei, bis 14 Jahre 50%

ab 395,00€



Neukirchen am Großvenediger

1 Woche Schneevergnügen vom 17.02. bis 24.02.2018 im Hotel Gassner Neukirchen im Doppelzimmer mit HP inkl. Busfahrt, Begrüßungsgetränk im Bus, Nutzung des Schwimmbads und Wellnessbereichs.

695,00€



Bitte unbedingt Reservieren. Ticketversand möglich. Auch als Geschenkgutschein erhältlich. Weitere Informationen unter: www.schoen-lackiert.de / Rubrik Rolfi Tours.

Rolfi-Tours • Talstr. 148 • 68259 Mannheim
Tel. 0621 - 79 94 342 • 0171 - 83 72 460
rolfi-tours@web.de • [facebook.com/RolfiTours](https://www.facebook.com/RolfiTours)

www.metropoljournal.com
MetropolJournal Rhein Neckar

M&M Soundlight Matthias Mumm
Tel: 0162 - 3666066
E-Mail: soundnlight@email.de
www.facebook.com/MMSoundlight
Vermietung von Event- und DJ-Equipment
Mobiler DJ

Veranstaltungen

Weitere Informationen www.metropoljournal.com

Ausblick März

01.03.2018

20:00 Uhr Kevin Tarte & Band
Mannheim Capitol

02.03.2018 - 03.03.2018

19:30 Uhr, La Belle Et La Bête
Ludwigshafen Pfalzbau

02.03.2018

20:00 Uhr, 10cc, Mannheim Capitol

02.03.2018 - 03.03.2018

20:00 Uhr Geheimwitzvoll...!?
ZauberKunst & Comedy mit Michael
Parléz, Kulturbühne Alte Druckereite
Ludwigshafen Pfalzbau

03.03.2018

20:00 Uhr Mischpoke, Mannheim Capitol

04.03.2018

13:00 Uhr, DVV-Pokalfinale
Mannheim SAP Arena

Kulturbühne Alte Druckerei
20 Uhr



Waiting for Frank - Ride on
04.03.2018

05.03.2018

20:00 Uhr, Glashaus
Mannheim Capitol

06.03.2018

19:00 Uhr, DHB: Rhein-Neckar Löwen
vs. SC DHfK Leipzig Pokalspiel
Mannheim SAP Arena

06.03.2018 - 07.03.2018

19:30 Uhr, Sophia, der Tod und ich
Ludwigshafen Pfalzbau

07.03.2018

20:00 Uhr, Eure Mütter
Mannheim Capitol

08.03.2018

19:45 Uhr, Unantastbar, Mannheim Capitol

08.03.2018

19:00 Uhr, HBL: Rhein-Neckar Löwen
vs. Frisch Auf! Göppingen
Mannheim SAP Arena

09.03.2018

20:00 Uhr, Jools Holland
Mannheim Capitol

19:30 Uhr, Ballett of difference
München/Köln
Ludwigshafen Pfalzbau

20:00 Uhr, Dieter Nuhr
- Nuhr hier, nur heute
Ludwigshafen
Friedrich-Ebert-Halle

10.03.2018

20:00 Uhr, Abdelkarim
Mannheim Capitol

20:00 Uhr Peter Maffay
Mannheim SAP Arena

11.03.2018

11:00 Uhr, Rumpel und Stielchen
Mannheim Casablanca

16:00 Uhr, Die Geschichte eines langen
Tages, Ludwigshafen Pfalzbau

18:00 Uhr, Gardi Hutter
Mannheim Capitol

12:30 Uhr, Die Eulen Ludwigshafen -
SG Flensburg, Ludwigshafen
Friedrich-Ebert-Halle

12.03.2018

20:00 Uhr, Matthias Holtmann
Mannheim Capitol

10:00 Uhr, Die Geschichte eines langen
Tages, Ludwigshafen Pfalzbau

13.03.2018

20:00 Uhr, Sandsation
Mannheim Capitol

14.03.2018

20:00 Uhr, Im weißen Rössl
Mannheim Capitol

15.03.2018

20:00 Uhr, Die Feisten
Nusschüsselblues, Kulturbühne
Alte Druckerei

19:00 Uhr, Die Eulen Ludwigshafen -
HSG Wetzlar, Ludwigshafen
Friedrich-Ebert-Halle

16.03.2018

20:00 Uhr Frank Fischer, Gewöhnlich
sein kann jeder, Kulturbühne,
Alte Druckerei

20:00 Uhr, Tom Gaebel Mannheim Capitol

17.03.2018
18:30 Uhr Soy Luna LIVE
Mannheim SAP Arena

20:00 Uhr basta, Mannheim Capitol

18.03.2018

11:00 Uhr Pettersson & Findus
Mannheim Casablanca

15:00 Uhr Die Eisprinzessin
Mannheim Capitol

19:30 Uhr The Addams Family
Ludwigshafen Pfalzbau

24.03.2018

20:00 Uhr Alte Bekannte
Mannheim Capitol

20:00 Uhr Große Jubiläumsgala - 20
jähriges Dienstjubiläum von Frank
Fornacon, Ludwigshafen Pfalzbau

18:00 Uhr Schlagernacht des Jahres 2018
Mannheim SAP Arena

24.03.2018 - 25.03.2018

10-18 Uhr Gartenfreuden Ludwigshafen
Ludwigshafen, Friedrich-Ebert-Halle

25.03.2018

11:00 Uhr Die dumme Augustine
Mannheim Casablanca

KARNEVALVEREIN
FRÖHLICH PFALZ
Vereinigung für heimatlichen Humor • Mannheimer Ranzengarde

33 €
Prunksitzung
4. Februar 2018
17.00 Uhr
Rosengarten
Musensaal

Sitzungskapelle: Supernova
• Musikprofessor
• Baner Sepp
• Markus Becker
• De Härtschd
• Humba-Buwe
• Tal-Ötzi
• Tontauben
• und viele mehr

**Stargast:
Markus
Becker**

Fröhlich Pfalz

Vorverkauf: Fahrschule Beck, Langer Schlag 93, Tel: 762 48 48
oder
ticket-service@froehlich-pfalz.de

Februar 2018
Kulturhaus
Mannheim Käferthal

02
Do | 22.02. | 20 Uhr

LIEDERLICH²
... wissen, wie das Leben spielt.
Ein musikalischer
Kabarett-Abend

Kartenpreis:
12 EUR / Schüler + Studenten 7 EUR
Abendkasse: 15 EUR / 10 EUR

KIP
Kultur
im Park

**DIE NÄCHSTEN
HEIMSPIELE**
IM CARL-BENZ-STADION MANNHEIM

**SV WALDHOF
MANNHEIM 07**

VS

STUTTG. KICKERS
MITTWOCH 07.02.2018 | 19:00

FSV FRANKFURT
SAMSTAG 24.02.2018 | 15:30

**MITMACHEN
& GEWINNEN**

Gewinnen Sie exklusive Preise



MitStricker.de
Für Rätselfreunde & Gewinnspieljäger



5 x 2 Tickets für das Pegasus Variete in Bensheim zu gewinnen!

Kostenfrei teilnehmen unter www.metropoljournal.com oder unter www.mitstricker.de



5 x 2 Tickets für den Europa Park Rust zu gewinnen!

Kostenfrei teilnehmen unter www.metropoljournal.com oder unter www.mitstricker.de



3 x 2 Tickets für „Matthias Holtmann“ am 12.03.2018 im Capitol Mannheim zu gewinnen!

Kostenfrei teilnehmen unter www.metropoljournal.com oder unter www.mitstricker.de



3 x 2 Tickets für „Bruno Jonas“ am 21.03.2018 im Capitol Mannheim zu gewinnen!

Kostenfrei teilnehmen unter www.metropoljournal.com oder unter www.mitstricker.de



1x2 Kombi-Tickets für das Tanzfestival m)))motion am 16. und 17. 06. 2018 im Congress Centrum Rosengarten Mannheim zu gewinnen!

Kostenfrei teilnehmen unter www.metropoljournal.com oder unter www.mitstricker.de



3 x 2 Tickets für „basta“ am 17.03.2018 im Capitol Mannheim zu gewinnen!

Kostenfrei teilnehmen unter www.metropoljournal.com oder unter www.mitstricker.de



13 x 2 Tickets für „Igels“ am 24.03.2018 auf der „Kulturbühne alten Druckerei“ in Weinheim zu gewinnen!

Kostenfrei teilnehmen unter www.metropoljournal.com oder unter www.mitstricker.de



3 x 2 Tickets für „Heinrich del Core“ am 22.03.2018 auf der „Kulturbühne alten Druckerei“ in Weinheim zu gewinnen!

Kostenfrei teilnehmen unter www.metropoljournal.com oder unter www.mitstricker.de



3 x 2 Tickets für „Frank Fischer“ am 16.03.2018 auf der „Kulturbühne alten Druckerei“ in Weinheim zu gewinnen!

Kostenfrei teilnehmen unter www.metropoljournal.com oder unter www.mitstricker.de

LIVE IN CONCERT - PLANET ERDE II

Eine erde – viele welten - live begleitet von einem achtzigköpfigen Sinfonieorchester

(red)Nach den sensationellen Erfolgen von PLANET ERDE – LIVE IN CONCERT und eisige welten – LIVE IN CONCERT mit über 200.000 Besuchern allein in Deutschland geht die Live-Umsetzung preisgekrönter BBC-Naturdokumentationen im Frühjahr 2018 in eine neue Runde – mit PLANET ERDE II: eine erde – viele welten – LIVE in Concert. Insgesamt elf deutsche Städte sowie je eine Show in Österreich und der Schweiz stehen auf dem Tourneplan.

Am 26. März 2018 gastiert die spektakuläre Show in der SAP Arena Mannheim. 2006 revolutionierte die BBC-Dokumentation PLANET ERDE den Naturfilm und veränderte damals die Sichtweise auf die Welt, in der wir leben. Zehn Jahre später folgte mit PLANET ERDE II: eine erde – viele welten – LIVE IN CONCERT ist eine ergreifende Mischung aus Sinfoniekonzert und Naturfilm! Nachdem die sechsteilige Serie hierzulande im Frühjahr im ZDF auf dem TerraX-Sendeplatz erstausgestrahlt wurde und die Zuschauer bereits im Fernsehen begeisterte, folgt nun ihre Live-in-Concert-Version, die die faszinierendsten Szenen der Serie auf einer gigantischen Leinwand präsentiert. Eigens von der BBC für die Live-Show neu zusammengestelltes Filmmaterial in bisher nicht gekannter Detailgenauigkeit führt den Besucher in extreme Lebensräume – auf Inseln, in Wüsten, in den Dschungel und sogar in Städte – die bislang für das menschliche Auge unerreichbar waren.



Fotos: BBC 2016

Die Live-Version von PLANET ERDE II: eine erde – viele welten bringt dem Zuschauer aber nicht nur verborgene und geheimnisvolle Welten mit Hilfe außergewöhnlicher Bilder, gefilmt in faszinierendem 4K-Ultra-HD-Format, näher als je zuvor. PLANET ERDE II: eine erde – viele welten – LIVE IN CONCERT verbindet die optische Opulenz der brillanten Natur- und Tierbilder mit der ergreifenden Live-Akustik eines 80-köpfigen Sinfonieorchesters. Die Produktion wird so zu einem mitreißenden Live-Event und einer beeindruckenden visuellen und musikalischen Reise. „PLANET ERDE II ist das wahrscheinlich erstaunlichste Projekt, an dem ich jemals beteiligt gewesen bin. Mit einigen der großartigsten Filmszenen, die ich gesehen habe – actionreich, emotional, episch, zart. Das ist Naturfilm auf dem absoluten Höhepunkt.“ (Hans Zimmer)



Foto: David Willis

Der Vorverkauf läuft!

Termin: PLANET ERDE II: eine erde – viele welten – LIVE IN CONCERT, **Mo, 26. 03. 2018, 20.00 Uhr, SAP Arena Mannheim**
Preise: ab 34,- Euro, zzgl. Gebühren der Vorverkaufsstelle

Vorverkauf Tel: 01806-853 653 sowie unter 0621-10 10 11, (0,20 Euro/Anruf aus dem dt. Festnetz, max. 0,60 Euro/Anruf aus dem dt. Mobilfunknetz)
www.eventim.de, www.bb-promotion.com und an allen bekannten Vorverkaufsstellen
Informationen: www.planet-erde-live.de

HEIDELBERG BIENENSTOCK

EROS CENTER

30 Girls warten auf Dich!

NEUERÖFFNET!

EPPELHEIMER STR. 34 | 69115 HEIDELBERG | ☎ 06221 - 8 900 300

BIENENSTOCK-HEIDELBERG.DE



Im Leichtauto pünktlich zur Arbeit

Ein Microcar macht Azubis schon mit 16 Jahren flexibel und mobil

(rgz/ho). Mit Beginn des neuen Ausbildungsjahres kommt auf viele Jugendliche das Problem der Mobilität zu: Pünktlich zur Arbeitsstätte und Berufsschule zu erscheinen, ist Pflicht. Doch gerade in ländlichen Regionen sind öffentliche Verkehrsmittel oft auf eine Verbindung am Morgen und eine am Abend reduziert.

Der Schulbusverkehr richtet sich nach den für die Arbeitswelt ungeeigneten Schulzeiten und findet in den Ferien gar nicht statt. Was also tun, um die Zeit bis zur Volljährigkeit und dem PKW-Führerschein zu überbrücken



Foto: rgz/Ligier Group Deutschland GmbH

Leicht zu fahren und komfortabler als ein Moped

Ein Moped oder Roller scheint da oft eine sinnvolle Anschaffung. Doch bei Dunkelheit, Wind und Wetter wird das Fahren zu einer echten Herausforderung. Eine komfortable und sichere Alternative zu den motorisierten Zweirädern sind etwa Microcars. Diese sogenannten Leichtautos

ermöglichen bereits 16-Jährigen ein hohes Maß an Eigenständigkeit, weil sie mit einem Führerschein der Klasse AM, mit dem Traktorführerschein und mit dem Zweiradführerschein gefahren werden dürfen. In den Bundesländern Sachsen, Sachsen-Anhalt, Thüringen und - seit 1. Mai 2017 - auch in Brandenburg darf man sich sogar schon mit 15 Jahren an

das Steuer dieser Wagen setzen. Von "richtigen" Autos unterscheiden sich die Microcars insbesondere durch ihre Höchstgeschwindigkeit von 45 Stundenkilometern. Die wendigen und übersichtlichen Wagen sind leicht zu fahren und relativ günstig in der Anschaffung. Das Modell "Dué Initial" etwa ist bereits ab rund 8.590 Euro erhältlich. Einen Überblick

über die verschiedenen Modelle sowie ein Händlerverzeichnis gibt es auf www.16mobil.de.

Auch als Zweitwagen beliebt

"Viele Familien nutzen die flotten Mini-Fahrzeuge aber nicht nur bis zur Volljährigkeit der Sprösslinge, sondern auch darüber hinaus bewusst als Zweitwagen", weiß Hardy Dupont vom Anbieter Ligier Group. Schließlich böten die Wagen viel Stauraum und seien ideal für Einkäufe und andere Besorgungen. Zudem seien sie budgetfreundlich. Leichtautos können ab 69 Euro jährlich versichert werden, KFZ-Steuern fallen keine an.

Von früher Fahrpraxis profitieren

Mit einem Microcar sind Jugendliche unabhängig von öffentlichen Verkehrsmitteln und dem Taxidienst der Eltern. Zudem sind sie sicherer und bequemer unterwegs als beispielsweise auf einem Moped. Die frühe Fahrpraxis hilft den Teenagern aber auch beim späteren Erwerb des Führerscheins der Klasse B. Mit der frühzeitig gewonnenen Erfahrung können die Kosten für die Fahrstunden oft reduziert werden. Zudem haben die jungen Leute oft weniger Probleme, sich im Straßenverkehr zurechtzufinden. Weitere Informationen zu den Leichtautos gibt es unter www.16mobil.de.

Tag der Liebenden

Valentinstag am 14. Februar



Foto: pixabay.com/akz-o

(akz-o) Viele Paare feiern auf unterschiedliche Weise an diesem Tag ihre anhaltende Liebe. Sie lassen sich so einiges einfallen um mit der oder dem Liebsten einen schönen Tag zu verbringen.

In Deutschland gewann der Valentinstag an Bekanntheit durch den Handel mit Blumen, besonders jedoch durch die intensive Werbung der Blumenhändler und Süßwarenfabrikanten. Der Ursprung des Festes soll aber durch den Heiligen Bischof Valentin gekommen sein, der verliebte Paare christlich traute.

Wie die Welt den Valentinstag feiert: Verliebte aus Deutschland gehen sehr gerne essen und machen sich einen schönen Tag zu zweit in romantischer Atmosphäre. In Japan schenken die Frauen den Männern Schokolade. Einen Monat später am White Day erwarten sie als Gegenbesenken weiße Schokolade zurück. In Finnland gilt der Valentinstag als Freundschaftstag. Man macht den Menschen, die man gern hat, eine Freude. Doch egal, an welchem Ort man sich befindet und welche Zeit geschrieben steht: der Tag der Liebenden braucht kein Datum.

FÜR SIE HIER VOR ORT Ihr Mannheimer Bestattungsfachbetrieb



BESTATTUNGSHAUS ZELLER

Erledigung aller Formalitäten und Amtswege auf allen Mannheimer Friedhöfen tätig
Tag und Nacht dienstbereit auf allen Mannheimer Friedhöfen

Auf Wunsch Hausbesuche

Erd- od. Feuerbestattung

ab € 890,- (zzgl. aml. u. Friedhofsgebühren)

Bestattungsvorsorge • Sterbegeldversicherung bis zum 85. Lebensjahr

Waldstraße/Ecke Waldpforte

Mannheim ☎ 0621 / 7 48 23 26



Einstieg in ein spannendes Umfeld gesucht?

Wir sind vom 22.-24. Februar auf der Jobs for Future in der Maimarkthalle. Fragen Sie am Stand 758 nach unseren Ausbildungs- und Studienangeboten 2018.

Wir bringen Sie voran.