

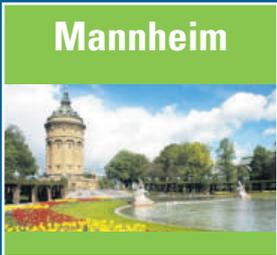
METROPOL JOURNAL

Metropoljournal.com

DIE KULTURMETROPOLE



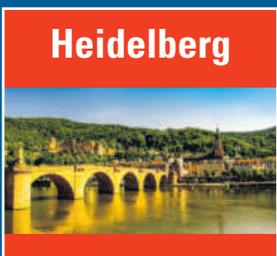
Franklin News



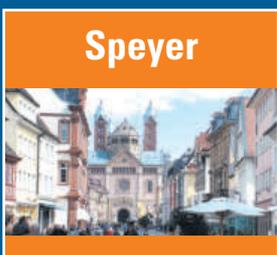
Mannheim



Ludwigshafen



Heidelberg



Speyer

Weihnachtsmarkt der Kunigunde

in Neustadt an der Weinstraße



Weihnachtsmarkt
der Kunigunde

22.11. - 22.12.2021

in Neustadt an der Weinstraße
www.neustadt.eu/weihnachtszeit

(red) Mit seinem besonderen Flair ist der Neustadter Weihnachtsmarkt eine Top-Adresse zur Weihnachtszeit. Für vier Wochen erfüllt weihnachtlicher Duft den Marktplatz und die malerischen Gassen. Im Rathausinnenhof bietet sich ein Weihnachtsmarkt authentischer Genusslebensnisse: An den vier Adventswochenenden präsentieren Manufakturen, Erzeuger und Aussteller ihre Produkte aus der Pfalz, von Culinary Heritage oder SlowFood. Europäische Partner und Produzenten bereichern mit ihren Spezialitäten das Geschehen. Ab dem 1. Dezember öffnet sich täglich ein „Türchen“ des XXL-Adventskalenders am Rathaus. Hinter den „Türchen“ verstecken sich Werke des Künstlers James Rizzi, die ebenso in einer Ausstellung in der Villa Böhm (5.12.-09.01.) bestaunt werden können. Das gemeinsame Projekt der Bürgerstiftung Lebenswertes Neustadt und der Tourist, Kongress und Saalbau GmbH wird vom Neustadter Künstler Gerhard Hofmann unterstützt.

November 2021

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

Rund um die Uhr
brandaktuell

Lokales & Regionales
Immer Kostenlos!

Lokal profitieren -
regional informieren

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

10.09.2021–27.02.2022

REISS-ENGELHORN-MUSEEN | MANNHEIM
TUT-AUSSTELLUNG.COM



DIE GRABKAMMERN
DES PHARAO
IN EINER SPEKTAKULÄREN
REKONSTRUKTION

TUTANCHAMUN

SEIN GRAB UND DIE SCHÄTZE

Impressum

Herausgeber:

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

REDAKTION:

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

Dennis Wach
D.Wach@metropoljournal.com

Gustav Beck
G.Beck@metropoljournal.com

Dieter Augstein
D.Augstein@metropoljournal.com

Wolfgang Lutz (wolu)
Roland Karschits (rk)

Fotos:

Lothar Binder
Dennis Wach
Gustav Beck
Volker Seitz
Dieter Augstein

Internet:

Metropol Journal
Rhein-Neckar
Metropoljournal.com

Verlag, Anzeigen, Vertrieb

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

GESTALTUNG:

Sandra Dehling

DRUCK:

Oggersheimer
Druckzentrum
Flomersheimer Str. 2-4,
67071 Ludwigshafen

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos, sowie für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr.

Abbestellungen von Anzeigen bedürfen der Schriftform. Die Redaktion behält es sich vor Leserbriefe zu kürzen.

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

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

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

Mannheimer Hitzeaktionsplan

beschlossen

(red) Der Gemeinderat hat in seiner heutigen Sitzung den Hitzeaktionsplan beschlossen. Damit stellt sich die Stadt Mannheim der Herausforderung einer rechtzeitigen aktiven und präventiven Anpassung an gesundheitliche Beeinträchtigung für Mannheimerinnen und Mannheimer in Hitzeperioden. Ziel ist es, mit Hilfe des Hitzeaktionsplans insbesondere diejenigen hitzevulnerablen, hilflosen Gruppen zu schützen, welche sich bei Hitze nicht selbst schützen können.

Langfristig soll der Hitzeaktionsplan als Entscheidungsgrundlage stetig fortgeschrieben und an sich verändernde Bedarfe angepasst werden. Insgesamt wurden dabei zehn übergreifende Maßnahmen und 21 gruppenspezifische Maßnahmen in einem breiten Beteiligungsprozess mit Akteuren aus Verwaltung, Politik, Wissenschaft, dem Pflege- und Gesundheitswesen sowie Bürgerinnen und Bürgern erarbeitet, um die

Bedarfe hitzevulnerabler, hilfloser Gruppen vor und in Hitzeperioden zu adressieren.

Der Hitzeaktionsplan ist in seinem Kern damit ein Alarmierungsplan mit dem Fokus auf sensitive, also einfache und schnell umsetzbare Maßnahmen. Darunter wurden Maßnahmen sowohl präventiver Art als auch Soforthilfemaßnahmen ausgearbeitet.

Die Stadt Mannheim ist eine der ersten Kommunen bundesweit, welche sich dem Thema widmet und einen Hitzeaktionsplan erstellt hat. Dieser wurde aus dem Klimafolgenanpassungskonzept der Stadt Mannheim entwickelt. Dies unterstreicht die langfristige Ausrichtung der Stadt Mannheim in der Klimafolgenanpassung.

Die Erarbeitung des Hitzeaktionsplans wurde mit Fördermitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung im Rahmen des For-



Foto:Stadt Mannheim

schungsprojektes „SMARTilience“ stadt“, Themenbereich „Klimaresilienz durch Handeln in Stadt und Region“ voll finanziert.

Umstieg auf klimafreundliche Fernwärme in Mannheim

Bis zu 45 Prozent staatliche Förderung möglich

(red) Die Fernwärme von MVV für Mannheim und die Region stammt heute schon bis zu 30 Prozent aus klimafreundlichen Energiequellen.

Damit können nun nach der Novelisierung der aktuellen BEG-Richtlinie (Bundesförderung für effiziente Gebäude) die Anschaffung und der Einbau einer MVV Kompakthausstation sowie der Anschluss an die Fernwärmeversor-

gung mit bis zu 45 Prozent der Kosten gefördert werden: als Zuschuss (nicht rückzahlbarer Investitionszuschuss) oder als Kredit (Kreditförderung).

Für die Zuschussgewährung stellen Immobilienbesitzer einen Antrag beim Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA), für die Kreditförderung ist die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) zuständig, die

„Mannheimer Modells“

Bis spätestens 2030 stellt MVV, das drittgrößte Fernwärmeunternehmen in Deutschland, den Fernwärmebereich in Mannheim und der Metropolregion Rhein-Neckar vollständig auf grüne Energiequellen um. Dazu werden von MVV zusätzlich zur schon bestehenden Einspeisung von klimaschonender Fernwärme aus der thermischen

Abfallbehandlung Schritt für Schritt und konsequent weitere klimafreundliche Wärmequellen wie beispielsweise Biomasse, Klärschlammverwertung, industrielle Abwärme, Erdwärme und Flusswärmepumpen erschlossen. Der Umbau der Fernwärmeversorgung ist Teil des „Mannheimer Modells“ von MVV, die sich zum Ziel gesetzt hat, bis 2040 klimaneutral und danach sogar klimapositiv zu werden. www.mvv.de

Willkommen im Vogelstang Center

Alles unter einem Dach

(red) Das Vogelstang Center wurde im September 1969 im Herzen des neuen Stadtteils Vogelstang eröffnet. Mit rund 12.000 m² Mietfläche ist es als Stadtteilcenter für die Nahversorgung der „Vogelstänger“ gedacht. Als Besonderheit darf sicher die eigene Straßenbahnhaltestelle im Center und der eigene Polizeiposten bezeichnet werden.

Bundesweit tätige Filialisten wie NKD, kik, T€Di, Edeka, Rossmann und Penny werden durch regionale Bäcker und eine Mannheimer Traditionsmetzgerei ergänzt. Neben einem guten Lebensmittelangebot und den Dingen des täglichen Bedarfs, hat das „Herz der Vogelstang“ auch im Bereich „Gesundheit“ viel zu bieten.

Zahlreiche Ärzte aus verschiedenen Fachbereichen einschließlich Zahnarzt, sowie eine Schmerztherapie stehen den Bewohnern der Vogelstang unter einem Dach zur Verfügung. Darüber hinaus wird der Bereich mit



Foto: Vogelstang Center

Logopädie, Ergotherapie, Krankengymnastik, zwei Apotheken, einem Reformhaus und einem Augenoptiker abgerundet.

Dienstleister wie Banken, Frisöre, Fahrschule, eine Jobbörse der Agentur für Arbeit, Kosmetik, Drogerie, Schulnachhilfe und ein Schreibwarengeschäft mit Postagentur und Lotto Toto sind im Vogelstang

Center ebenso ansässig wie ein Blumenladen, eine Schneiderei mit Reinigungsannahme, ein Handyshop mit Hermes Versand, ein türkisches Spezialitätengeschäft und ein Tattoo Studio. Das Ambiente des Centers, unterstützt durch saisonale Dekoration, lädt lichtdurchflutet mit viel Glas bei jedem Wetter zum Bummeln ein.



Über Rollsteige und Fahrstühle sind alle Ebenen bequem und behindertengerecht zu erreichen. Den Kunden stehen ca. 300 kostenlose Parkplätze zur Verfügung. Die Gastronomie ist mit zwei Cafes, einem Eiscafe, einer Pizzeria, einer Sports-Bar, einem türkischen Imbiss und einem griechischen Restaurant vertreten und bietet Gelegenheit für eine gemütliche Pause.

Mit der Straßenbahnlinie 7 (ca. 20 Minuten aus der Stadtmitte von Mannheim) ist das Vogelstang Center auch über den ÖPNV sehr gut zu erreichen.

Wer mit dem Auto kommen möchte, findet unter „Anfahrt“ detaillierte Beschreibungen.

Gesundheitsausschuss

des Deutschen Städtetages

(red) Zur 161. Sitzung des Gesundheitsausschusses des Deutschen Städtetages kamen gestern und heute in Mannheim Vertreter*innen der deutschen Kommunen zusammen, um sich zu aktuellen Themen im Gesundheitssektor auszutauschen.

„Wir freuen uns, gerade in dieser Zeit, die uns die große Bedeutung des Gesundheitssektors eindringlich vor Augen führt, Gastgeber-Stadt für den Gesundheitsausschuss des Deutschen Städtetags zu sein“, erklärt Bürgermeister Dirk Grunert, der die Teilnehmenden im Ratssaal des Stadthauses in N1 begrüßte und selbst Mitglied des Ausschusses ist. Themen am ersten Tag waren unter



Foto: Stadt Mannheim

anderem der aktuelle Stand der Krankenhausfinanzierung sowie der Koalitionsverhandlungen zu Gesundheitsthemen sowie ein Bericht von Dr.

Peter Schäfer, Leiter des Fachbereichs Jugendamt und Gesundheitsamt, zur Fusion von Gesundheitsamt und Jugendamt in Mannheim.

Zudem stand die Besichtigung des CUBEX ONE auf dem Programm. Mannheim ist ein Zentrum der Medizintechnologie.

Mit dem Gründungszentrum CUBEX 41, Gründungs- und Kompetenzzentrum für Unternehmen der Medizintechnologie auf dem Campus der Universitätsmedizin Mannheim, und dem seit Juli 2021 neu eröffneten und nur wenige Gehminuten entfernten Business Development Center CUBEX ONE wächst diese medizintechnologische Ausrichtung noch weiter. Eingebunden in die Infrastruktur des Mannheim Medical Technology Campus und der Universitätsmedizin Mannheim bieten beide

Zentren Unternehmen auf Wachstumskurs ein passendes Umfeld. Am zweiten Tag stand besonders der Umgang mit der Corona-Pandemie im bevorstehenden Herbst und Winter im Mittelpunkt des Austausches. Unter anderem ging es um das „Leben mit Corona“, die Rolle der Kommunen bei den Corona-Impfungen, die Kontaktnachverfolgung und die Teststrategie.

Aber auch weitere Themen wie die Stärkung des Öffentlichen Gesundheitsdienstes, die Versorgungssituation ungewollt Schwangerer oder Gesundheit im Klimawandel wurden aufgegriffen.

Bau der neuen Tiefgaragenausfahrt

des Bahnhofsvorplatzes der Stadt Mannheim

(red) Bei der Umgestaltung des Bahnhofsvorplatzes der Stadt Mannheim (Willy-Brandt-Platz) beginnen die Tiefbauarbeiten der Rhein-Neckar-Verkehr GmbH (rnv) für die neue Ausfahrt der Tiefgarage mit schwerem Gerät. Ab heute, 25. Oktober 2021, werden auf der östlichen Platzseite mit einem Bohrfähler 36 Doppel-T-Träger etwa zehn Meter tief in den Boden getrieben.

Rund um die 24 Meter lange und 7,5 Meter breite Baugrube werden die Bohrerträger alle zwei bis drei Meter gesetzt. Anschließend beginnt das Auskoffern der Grube bis fünf Meter Tiefe für die zukünftige Ausfahrtrampe der Tiefgarage unter dem Willy-Brandt-Platz.

Die Verlegung der Tiefgaragenausfahrt ist, wie bereits die Verfüllung der Kaiserring-Passage (Borelly-Grotte) zuvor, notwendig für das vierte Gleis auf dem Bahnhofsvorplatz. Zuvor waren im Laufe des Oktobers nach der Entfernung der Fahrräder sowie den Baumfäll- und Rückschnittarbeiten auf der östlichen Platzseite Anfang des Monats unterirdische Kanäle rückgebaut und die Platzoberfläche aufgebrochen worden. Nun beginnt der eigentliche Bau der neuen Ausfahrt.

Bis Weihnachten wird durchgearbeitet – In dieser Zeit keine Beeinträchtigungen für den ÖPNV und Straßenverkehr - Tiefgarage vollständig erreichbar

Die Arbeiten zur Herstellung der neuen Ausfahrt werden bis Weihnachten durchgeführt: Dabei werden die Ausfahrtrampe mit Beton gegossen und eine Rampenheizung installiert. Diese Arbeiten laufen



Foto: RNV

ohne Einschränkungen für den ÖPNV ab: Alle Linien der RNV fahren wie gewohnt über den Hauptbahnhof zu den im Fahrplan ausgewiesenen Zeiten. Auch für den Straßenverkehr und die Nutzung des MPB-Parkhauses unter dem Willy-Brandt-Platz ergeben sich keinerlei Einschränkungen. Die Tiefgarage ist wie gewohnt nutzbar. Auch oberirdisch sind alle Gebäude und Geschäftslokale weiterhin zu erreichen. Bis zur Feiertagspause zu Weihnachten soll die neue Ausfahrtrampe hergestellt sein.

Im neuen Jahr beginnen die Arbeiten zum Anschluss der neuen Rampe an die Tiefgarage sowie der Rückbau der bestehenden Rampe. Hierfür muss ab dem 10. Januar 2022 bis Ende März 2022 die Tiefgarage gesperrt werden. Während der erforderlichen Sperrung für diese Maßnahmen können alternativ die angrenzenden Parkhäuser in der Heinrich-von-Stephan-Straße und der Reichskanzler-Müller-Straße genutzt werden. Ende März 2022 sollen die Arbeiten abgeschlossen sein.

Dann wird auch die Nutzung des unterirdischen Parkhauses wieder freigegeben.

Arbeiten für die Kapazitätserweiterung des Mannheimer ÖPNV

Die Arbeiten der rnv zum Ausbau der Gleis- und Haltestellenanlagen auf dem Bahnhofsvorplatz beginnen dann im kommenden Frühjahr. Zwischen Mai und voraussichtlich Oktober 2022 ist mit Betriebsänderungen und größeren Umleitungen im Stadtbahn- und Busverkehr zu rechnen, da die Haltestelle MA Hauptbahnhof nicht mehr angefahren werden kann. Bis zum Beginn der Mannheimer Bundesgartenschau im Frühjahr 2023 soll der Bahnhofsvorplatz in einem gemeinsamen Bauprojekt von rnv, MV Mannheimer Verkehr GmbH und Stadt Mannheim erneuert werden. Während in städtischen Arbeiten die Platzflächen neugestaltet werden, wird bei den Arbeiten der rnv die Haltestelle Mannheim Hauptbahnhof um einen vierten Bahnsteig erweitert. Die Maßnahme zur Kapazitätserweiterung der Haltestelle ist Teil des Maßnahmenbündels Kon-

versionsnetz Mannheim. Das Projektpaket zum Ausbau des Mannheimer Stadtbahnnetzes wird über das Gemeinerverkehrsfinanzierungsgesetz

sowohl vom Bundesministerium für Verkehr und digitale Infrastruktur als auch vom Verkehrsministerium Baden-Württemberg gefördert.



Bestellen unter: www.alpha-mannheim.de/shop
www.helgablohm-lkw.de

**Auszug der Leserstimmen*

Gratuliere dir ganz herzlich zu deinem Buch. Es ist brillant geschrieben. (Achim R.)

Ich habe die Erlebnisse mit dem Lkw wie in kleiner Junge verschlungen (habe selber bei der Bundeswehr den Lkw-Führerschein machen und fahren dürfen). Alle Achtung, was Sie alles erlebt und geleistet haben und welche Länder Sie befahren haben. Das nimmt Ihnen keiner mehr weg. Ihr Buch hat mich sehr beeindruckt. (Rolf H.)

Nie wieder Gurs

Erinnerunge wach halten

(red) Am 22. Oktober 1940 wurden mehr als 6.500 Jüdinnen und Juden aus Baden, der Pfalz und dem Saarland gewaltsam ins südfranzösische Internierungslager Gurs deportiert. Die meisten von ihnen wurden in den folgenden Jahren von den Nazis ermordet. Den Opfern dieser schrecklichen Verbrechen gedachten nun mehrere badische Städte gemeinsam mit Vertretungen der Jüdischen Gemeinde auf dem Friedhof Gurs – darunter auch die Stadt Mannheim.

„Auch wenn dieses Verbrechen vor mehr als 80 Jahren stattgefunden hat, hat es heute nichts von seinem Schrecken verloren. Wir halten die Erinnerung wach

und tragen sie mit Verantwortung in die Zukunft. Extremismus, Rassismus und Antisemitismus dürfen nicht unwidersprochen bleiben – zu keiner Zeit an keinem Ort“, bewertet Bürgermeister Ralf Eisenhauer, der in Vertretung des Oberbürgermeisters Dr. Peter Kurz an der Gedenkveranstaltung teilnahm, die Ereignisse.

Die Zeremonie wird von der Stadt Karlsruhe organisiert, die die Geschäftsführung der Arbeitsgemeinschaft Gurs innehat. Insgesamt 16 badische Städte sowie der Bezirksverband Pfalz haben sich hier zusammengetan, um jährlich dem Tag der Deportation auf dem Friedhof Gurs zu gedenken.



Franklin News

Gute Pflege und schönes Wohnen

Gäste des Karl-Weiß-Seniorenheim ziehen um in das neu gebaute **FORUM FRANKLIN**



Fotos: Thomas Henne/Lotbar Binder



Das höchste Gut unseres Betriebes sind unsere Mitarbeitenden. Das Zugehörigkeitsgefühl im Team sorgt für unseren gemeinsamen Erfolg, welches die Zufriedenheit unserer Mitarbeitenden erhöht. Wir sind bemüht, allen Mitarbeitenden in Ihrer Individualität gerecht zu werden. Dazu gehört auch die Öffnung für bunte, internationale und interkulturelle Teams.

Für die Belange unserer Mitarbeitenden muss immer Zeit sein. Wir suchen Menschen, die etwas bewegen und sich gemeinsam mit uns für eine bessere Zukunft von Senioren und Kindern engagieren wollen. Wir uns auf Ihre Bewerbungen.



Franklin News

Komm in unser Team

... und bewirb Dich jetzt als

Pflegekraft (m/w/d) mit Examen

Einfach und unverbindlich!

Rufe uns an: 0621 12631-11

oder schreibe eine E-Mail:

einrichtungsleitung@karl-weiss-heim.de

Ansprechpartner: Manuel Cronau

Karl-Weiß-Heim · L 10, 4-6 · 68161 Mannheim

Wir bieten:

- ✓ sehr gute Bezahlung
- ✓ Jobticket
- ✓ unbefristeter Arbeitsvertrag
- ✓ verbindliche Dienstpläne
- ✓ individuelle Fort- und Weiterbildung
- ✓ ab Herbst 2021 das neueste Haus Mannheims!



Großes Interesse an den Pflegeberufen

Alles gut?

(red)Sie begegnen einem gefühlt mehrmals täglich in der Stadt, die kleinen wuseligen Fahrzeuge der ambulanten Pflegedienste. Mal mehr, mal weniger auffällig beklebt, aber immer fleißig bei ihrer Reise von einem Hilfebedürftigen zum nächsten. Beim genauen Hinschauen erkennt man sehr oft, dass sich zwei Personen im Fahrzeug befinden und wundert sich natürlich. Überall ist vom Personalmangel in der Pflege die Rede. Wir gingen der Sache mal nach, und fragten bei den PFLEGEprofis in der Franklin Klinik nach. Darauf angesprochen erklärte uns Inhaber Bernd Model auf.

„Eigentlich könnte man sagen, die Ausbildungsoffensive des Gesundheitsministers trägt Früchte. Zumindest bei uns begleiten jede Menge PflegeschülerInnen die etablierten Pflegekräfte. Meist im ersten Lehrjahr. Zurzeit haben wir sieben Schü-lerInnen unserer Kooperationspart-

ner, die bei uns ihren praktischen Außeneinsatz machen, sowie eigene SchülerInnen des Betriebes. Unsere Praxisanleiter haben alle Hände voll zu tun, die angehenden Pflegekräfte auf den richtigen Weg zu bringen. Hier muss viel Zeit in die Zukunft investiert werden. Wir sind froh einen Teil dazu beitragen zu können. Für die zu Pflegenden ist dies manchmal auch sehr anstrengend, aber die meisten haben Verständnis dafür“, klärt uns Model auf.

Auf den ersten Blick eine prima Sache. Auch im Jahr 2021 wurde die Zahl der Interessenten an den Pflegeberufen weiter gesteigert. Pro Jahr kommen rund 60 000 neue Schüler dazu. Ein Erfolg, den sich der scheidende Gesundheitsminister Spahn gerne auf die Fahne schreibt. Doch es gibt auch Zahlen, die in dem Kontext nicht gerne genannt werden. Bereits in den ersten Monaten gibt es eine Abbruchquote von 15 bis 20%.

Manche Jahrgänge verzeichnen insgesamt eine Abbruchquote von bis zu 30%! Nach den Ursachen gefragt, sagt uns Bernd Model: „Die Gründe sind sehr vielfältig. Die meisten findet man in anderen Ausbildungsberufen auch. Aber gerade in den pflegerischen Berufen sind die ersten Monate sehr emotional, da man früh in den praktischen Teil integriert wird, ohne wirklich in der Theorie vorbereitet zu sein. In meinen Augen gehört die neueingeführte generalistische Ausbildung bereits jetzt reformiert, damit sie kein Rohrkrepiierer wird.“

Bleibt zu hoffen, dass die neue Führung im Bundesgesundheitsministerium bessere Lösungen findet. Gerade die Pflegebedürftigkeit der frühen 1960er Baby-Boomer genannten Generation wird eine Herausforderung ohnegleichen.

www.metropoljournal.com



Freireligiöser Wohlfahrtsverband Baden e.V.
Ortsverband Mannheim

Karl-Weiß-Heim

Seniorendomizil am Lauerschen Garten

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

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

Ab dem 15. November 2021 auf Franklin



© KAUPP+FRANCK Architekten

Karl-Weiß-Mobil

Die neue Sozialstation in Mannheim und Umgebung ab November 2021.

Ihr Partner bei ambulanter Pflege, Hauswirtschaft und Beratung.

Tel.: 0621/377027-80 Fax 0621/377027-90

info@karl-weiss-mobil.de

Marie-Bernays-Platz 3 68309 Mannheim

www.forum-franklin.de

Eine neue Einrichtung
des Freireligiösen
Wohlfahrtsverbands
Baden e.V.

Ihre Anzeigen hier

Tel: 0621-72739490

PFLEGEprofis

Ambulante Pflege

- ✓ Grundpflege
- ✓ Wundversorgung
- ✓ Betreuungsleistungen



Mannheim / Ludwigshafen

Fon: 0621 - 7001 8980

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

www.pflege-profis.info

Hochschule für Wirtschaft und Gesellschaft (HWG) Ludwigshafen

Neuer Präsident und neue Kanzlerin gewählt

(red) Der Senat der Hochschule für Wirtschaft und Gesellschaft Ludwigshafen (HWG LU) hat gestern einen neuen Präsidenten und eine neue Kanzlerin gewählt: Prof. Dr. Gunther Piller, derzeit Dekan des Fachbereichs Wirtschaft an der Hochschule Mainz, folgt demnach im März 2022 Prof. Dr. Peter Mudra als Präsident der Hochschule nach.

Als Kanzlerin steht künftig Carolin Nöhrbaß an der Spitze der Hochschulverwaltung. Im Rahmen der Senatsitzung vom 20. Oktober 2021 wurden die Leitungsfunktionen Präsident bzw. Präsidentin und Kanzler bzw. Kanzlerin an der HWG LU durch Wahl neu bestimmt.

Der Wahlvorstand, vertreten durch seinen Vorsitzenden, Prof. Dr. Rudolf Mohr, übermittelte der Wahlleitung folgende Ergebnisse: In die Funktion des Präsidenten wurde Prof. Dr. Gun-



Fotos: C. Nöhrbaß

ther Piller gewählt. Der promovierte und habilitierte theoretische Physiker, Wirtschaftsinformatiker und derzeitige Dekan des Fachbereichs Wirtschaft an der Hochschule Mainz, erklärte der Wahlversammlung, die Wahl anzunehmen. Die Übernahme der Aufgabe

erfolgt nach Beendigung der Amtszeit des aktuellen Stelleninhabers, Prof. Dr. Peter Mudra, zum 15.03.2022. Mudra, der die Präsidentschaft seit März 2010 innehat, hatte sich nach 12 Jahren Amtszeit nicht erneut zur Wahl gestellt.



In die Funktion der Kanzlerin wähle

der Senat Carolin Nöhrbaß. Auch sie nahm im Rahmen der Wahlversammlung die Wahl an. Die 41-jährige Juristin ist seit 2013 an der Hochschule in Ludwigshafen, zunächst als Referentin des damaligen Kanzlers Klaus

„Geht die Pegeluhr richtig?“

Führung durch die Naturlandschaft der Parkinsel

(red) m Samstag, 13. November, von 14 bis 16 Uhr, bietet die Tourist-Information Ludwigshafen unter dem Motto „Geht die Pegeluhr richtig?“ einen geführten Spaziergang über die Parkinsel an, der sich der Flussgeschichte des Rheins und zugleich auch dem Auwald als ökologische Besonderheit an den Ufern dieses Flusses widmet.

In Resten ist diese Vegetation noch auf der Parkinsel zu erkennen. Zudem wird bei diesem Rundgang erklärt, dass die Trinkwassergewinnung von Ludwigshafen zu großen Teilen auf der Parkinsel geschieht und nicht zuletzt geklärt, ob die Parkinsel tatsächlich eine Insel ist.

Treff und Start ist am Parkplatz in der Parkstraße an der Pegeluhr.

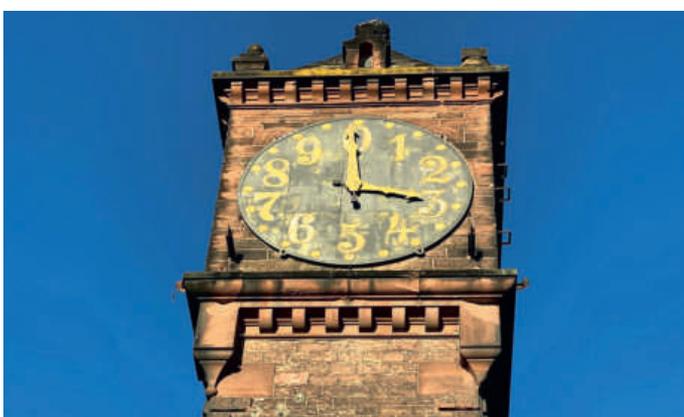


Foto: Torsten Kleb

Erwachsene zahlen 10 Euro, Kinder bis 12 Jahre können kostenlos teilnehmen. Da die Anzahl der Teilnehmenden auf maximal 15 Personen begrenzt ist, ist eine Voranmeldung, entwe-

der direkt in der Tourist-Information Ludwigshafen am Berliner Platz 1, telefonisch unter der Rufnummer 0621 51 20 36 oder per E-Mail an tourist-info@lukom.com erforderlich.

Die Pfalzbau Bühnen

am 06. November gleich zwei Veranstaltungen zum Thema Liebe

(red) Um 20 Uhr laden die Künstlerinnen Minh Duc Pham, Promona Sengupta und Sung Un Gang im Gläsernen Foyer in ihrer Lecture Performance „Losing Balance“ dazu ein, gemeinsam über den Begriff der Liebe zu reflektieren. Die Drei ergründen den Akt des Liebens und illustrieren das Thema in Gedichten, Liedtexten und wissenschaftlichen Recherchen.

Die künstlerische Arbeit des deutschvietnamesischen Künstlers und Performers Minh Duc Pham gründet in der Notwendigkeit, traumatische Erfahrungen zu reflektieren, ein neues Selbstverständnis zu entwickeln und

schafft so einen alternativen Raum. Die Berliner Kuratorin, Wissenschaftlerin, Künstlerin und Aktivistin Promona Sengupta, Atelierstipendiatin der District Berlin und Doktorandin an der Freien Universität Berlin, hat Mo'Halla, eine Pop-Up-Kollektive für dissidente Kultur und Politik mit dem Schwerpunkt auf Südasien, mitbegründet. Der Kölner Kulturwissenschaftler und Podcaster Sung un Gang untersucht in seiner Doktorarbeit die Rezeption der Seouler Theater- und Filmlandschaft zu Beginn des 20. Jahrhunderts. In seinem Podcast Bin ich süßsauer? interviewt er queere

asiatische Menschen in Deutschland. Um 22 Uhr folgt im Anschluss auf der Probebühne 1 (Eingang Hinterbühne Berliner Straße 30b) Buya Ekhaya, Performance und Konzert mit Mandhla Ndubiwa. Mandhlas Installation Ekhaya, die während der Festspiele im Foyer zu sehen ist, mischt Bewegung, Tanz, Gender, Begehren, Sex, Liebe und Magie. In einer sehr eigenen Art des visuellen Erzählens macht Ekhaya die Parallelen zwischen der simbabwischen Kultur und Mandhlas eigener Körpererfahrung sichtbar. Die Installation findet in der Live-Performance Buya Ekhaya ihren Höhepunkt.

Landolin

DAS MITEINANDER-RESTAURANT

Freuen Sie sich auf
unser Gänseessen
im November.



Pilz- und
Wildgerichte
im Oktober/November

— Günstiger Mittagstisch
inkl. Espresso

— Inklusionsbetrieb Menschen
mit und ohne Behinderung
arbeiten zusammen

— Barrierefrei

Es gibt noch freie Termine
für Weihnachtsfeiern,
gerne auch am Abend!

Restaurant Landolin
Speckweg 17
68305 Mannheim

Di.–So. 11:30–16:00 h
(abends auf Anfrage)

Es gelten die aktuellen
Corona-Regelungen für
die Gastronomie.

www.landolin.de

Tel. 0621-30 86 61 00
Mail info@landolin.de

Bestens informiert.
www.metropoljournal.com

Bundesweite Vermarktung im LEH erfolgt unter dem Markennamen Bimi® Brokkoli

Versuchsanbau erfolgreich gestartet: Ab sofort wird bei Pfalzmarkt eG Stangenbrokkoli geerntet

(red) – Als Deutschlandpremiere wird bei Pfalzmarkt für Obst und Gemüse eG erstmals Bimi® Brokkoli geerntet.

Die leckere Produktinnovation wird exklusiv von Pfalzmarkt eG angebaut

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

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

Bimi® Brokkoli ist eine besondere Brokkoli-Sorte mit einem mild-süßlichen und leicht nussigen Geschmack. Er ist zarter als marktüblicher Brokkoli und kann im Ganzen verzehrt werden. Schnippeln ist nicht notwendig.

Der Genuss von Bimi® Brokkoli ist ebenso einfach wie vielfältig. Egal ob gebraten, gegrillt, gekocht, gedämpft oder sogar roh – der leckere und optisch schön gewachsene Stangenbrokkoli steht in wenigen Minuten auf dem Tisch. Dank kurzer Zubereitungszeiten bleiben alle wertvollen Nährstoffe erhalten: Bimi® Brokkoli ist reich an Ballaststoffen, Proteinen, Folsäure, Kalium und den Vitaminen A und C.

Premierenanbau findet in der Pfalz sehr gute Wachstumsgrundlagen vor

Wie der erfolgreiche Versuchsanbau zeigt, bietet die Pfalz – als das größte Freilandgemüse-Anbaugebiet Deutschlands – sehr gute Wachstumsgrundlagen für Bimi® Brokkoli. Die Pflanzen haben einen schnellen



Fotos: Bimi® Brokkoli Pfalzmarkt

Wachstumszyklus und es können mehrere Erntegänge erfolgen.

Die Kultur ist arbeitsintensiv. Für den Anbau und die Ernte braucht es Spezialisten. Den beiden Pfalzmarkt-Erzeugern Andreas Röß und Markus Günther kommt ihre langjährige Expertise, Erfahrung und Leidenschaft beim Anbau von Brokkoli zugute! Damit die beiden Pfalzmarkt-Erzeuger die besonderen Anforderungen, die die Pflanze im Anbau stellt, bestmöglich verstehen, werden sie im Versuchsanbau von einem Agronomen der Marke Bimi® beraten und unterstützt.

Prognose: Für 2022 ist eine Ausweitung des Anbaus von Bimi® Brokkoli geplant

Mit Sakata Vegetables Europe und Coregeo® haben der weltweite und der paneuropäische Hauptlizenzgeber der Marke, die exklusive Anbaulizenz für Bimi® Brokkoli in Deutschland an Pfalzmarkt eG vergeben.

Hans Renia, Food Chain Manager Germany bei Sakata Vegetables Europe erklärt: „Damit der Versuchsanbau im Gemüsegarten Deutschlands verlässliche Ergebnisse liefert, werden an beiden Standorten einige zehntausend Pflanzen Bimi® Brokkoli kultiviert.“

Die Erntemenge lässt sich – aufgrund des Premierenanbaus – derzeit noch nicht vorhersagen. Für 2022 ist eine Ausweitung des Anbaus geplant!“

Vorabpremiere bringt der deutschen Obst- und Gemüsebranche frische Impulse

Die Bandbreite reicht von vegetarischen oder veganen Rezeptideen bis zur leckeren Beilage auf dem Grill!“

Vor Fachpublikum hat die Anbaupremiere von Pfalzmarkt eG einen ersten Vorabtest bereits erfolgreich bestanden. Auf dem Deutschen Obst & Gemüse Kongress 2021 in Düsseldorf (DOGK) wurden exklusiv die ersten Bimi® Brokkoli vorgestellt.

Ausgezeichnetes Marktpotenzial für Partner im LEH

Eine frische und gesunde Ernährung liegt bei den bundesweiten Verbrauchern voll im Trend.

Bei neuen Obst- und Gemüsespezialitäten von Pfalzmarkt eG, die sich schnell, einfach und extrem vielfältig zubereiten lassen, greifen Partner aus dem LEH gerne zu. Pfalzmarkt-Vorstand Reinhard Oerther sagt:

„Bimi® Brokkoli is(s)t ein echter Trendsetter, der sich idealtypisch für eine gesunde und unkomplizierte Küche eignet und unterschiedliche Verbrauchergruppen anspricht.“

Die Bandbreite reicht von vegetarischen oder veganen Rezeptideen bis zur leckeren Beilage auf dem Grill!“



Vielfalt & Frische sind für uns das Größte!

Das macht uns so schnell keiner nach!

- 140 Gemüse- und Obstsorten
- täglich verfügbar
- idealer Standort

www.pfalzmarkt.de

Erntefrisch aus der Pfalz

PfalzMarkt

Auf ins neue Heim: von der Grundstückssuche bis zum Einzug

Tipps gibt Peter Bausch, Leiter ImmobilienCenter der Sparkasse Vorderpfalz

(red)Ob Bau oder Kauf: Am Anfang einer Immobiliensuche steht die Frage nach dem geeigneten Standort. Hier ist Flexibilität gefragt, denn im gewohnten Viertel mit den sozialen Kontakten können Grundstücke rar und teuer sein – zumindest in der Stadt.

Bei Ausflügen in die nähere und weitere Umgebung lässt sich gut erkunden, welche Stadtteile oder Orte als künftiger Lebensmittelpunkt vielleicht auch in Frage kommen.

„Neben dem Wohlfühlfaktor spielt die Infrastruktur eine entscheidende Rolle“, sagt Peter Bausch, Leiter ImmobilienCenter der Sparkasse Vorderpfalz. Wie gut sind Kindertagesstätten, Schulen, Ärzte und Läden für den täglichen Bedarf erreichbar?



Fotos: Sparkasse Vorderpfalz

Wie sind die Wege zu den Arbeitsplätzen und Freizeiteinrichtungen? „Das sollte man sich unbedingt auch unter der Woche und zu verschiedenen Tageszeiten ansehen“, rät Bausch.

Vorab den finanziellen Rahmen abstecken
Wichtig und sinnvoll ist eine sorgfältige Vorbereitung des Kaufs. „Um einen Finanzierungs-Check sollte man sich schon weit vor der eigent-



Peter Bausch

lichen Anschaffung kümmern“, rät Peter Bausch. Denn wer bereits eine Finanzierungszusage hat, kann im Ernstfall schnell reagieren, wenn er ein Grundstück oder eine Immobilie gefunden hat. Seriöse Anbieter prüfen gleichzeitig, welche Förderprogramme für die Finanzierung in Frage kommen. Die summieren sich schnell auf fünfstelligen Summen und können entscheidend auf dem Weg in die eigenen vier Wände sein. „Zur Kalkulation der Immobilienkosten gehören die Baunebenkosten zwingend dazu. Rund 15 bis 20 Prozent kommen damit auf die Hausbaukosten obendrauf“, betont Peter Bausch.

Wichtig: Individuelle Beratung und ausgewogener Finanzierungsmix. Auch wenn es bestimmte Grundregeln bei Immobilien gibt: Jedes Projekt und jede Situation benötigt eine individuelle Beratung. Damit die Finanzierung der eigenen vier Wände auf einem sicheren Fundament steht, ist eine realistische Ein-

schätzung der tragbaren finanziellen Belastung wesentlich. „Unsere Immobilienexperten sorgen mit einer passgenauen Bedarfsanalyse und einem ausgewogenen Finanzierungsmix für Kostentransparenz. Sie geben Tipps zu staatlichen Fördermitteln und prüfen ob sich zinsvergünstigte Darlehen, wie etwa eine KfW-Förderung, in die Immobilienfinanzierung einbinden lassen“, so Peter Bausch. Eine individuelle Immobilienfinanzierung, die langfristig tragbar ist, sorgt für Planungssicherheit. Das ist gerade im derzeitigen Niedrigzinsumfeld wichtig. „Bereits ein Zinsanstieg um nur ein Prozent verteuert ein Darlehen um mehrere tausend Euro“, betont Bausch.

Rückenwind für Käufer und Verkäufer von Immobilien

„Käufer oder Verkäufer einer Immobilie haben es mit vielen Herausforderungen zu tun. Es gilt, die Preisverhandlungen mit dem Käufer bzw. Verkäufer erfolgreich zu führen, sich gegebenenfalls über dessen Bonität zu informieren, sich um den Kauf-/Verkaufsvertrag zu kümmern und den Notartermin sowie die Übergabe vorzubereiten. Unsere Immobilienexperten, die eine sehr gute Ortskenntnis und regionale Marktübersicht haben, können bei all diesen Schritten helfen“, so Bausch.

Kontakt:

Peter Bausch, Leiter ImmobilienCenter der Sparkasse Vorderpfalz
Telefon: 0621 5992-418
E-Mail: peter.bausch@sparkasse-vorderpfalz.de

Immobilienverkauf durch die Sparkassen-Finanzgruppe

Ihr 5 Sterne Makler

Wormser Einzelhandel

zahlreiche Aktionen zum Mantelssonntag

(red) Shoppinginteressierte finden am Mantelssonntag wieder zahlreiche Aktionen des Wormser Einzelhandels:

Im atrium erwartet die Kundinnen und Kunden kuschelige Herbstmode in einem „Winterwonderland“. Während es bei Juwelier Safak 20 % auf alles gibt, überrascht die Kunsthandlung mit einem Weinstand von Helmut Kloos sowie Livemusik von Tobias Lensinger. Im Kunststückchen wird samstags und sonntags Kinderbasteln im Laden angeboten und wer einen Kreativ-Workshop bucht erhält 25% Rabatt sowie ein kleines Geschenk. Eine spannende Tombola sowie Rabatte und Preisreduzierungen auf diverse Artikel und Kleidungsstücke hat die Boutique Blickfang im Angebot. Lützenkirchen hat ein Messer-Schleifgerät vor Ort zum Ausprobieren und

die eigenen mitgebrachten Messer zu schärfen. Außerdem gibt es eine Le Creuset Bratpfannen-Aktion sowie 10% Rabatt auf alle BAF-Bratpfannen & -Töpfe sowie Woks. Schicke Mäntel und Jacken mit 10 % Rabatt findet man bei OLALA! Durch die Auflösung der Wintersportabteilung bietet Point of Sports einen großen Teilräumungsverkauf. Bücherwürmer ruft Thalia wieder zur Taschenbuchjagd auf, bei der es jede Menge Literatur zum kleinen Preis gibt. Auch ausgewählte Musik-CD's gibt's am Mantelssonntag für einen Euro. 10 % Rabatt auf Naturkosmetik von AryaLaya, Dr. Hauschka, Annemarie Börlind, Weleda und Dr. Grande gibt es im Wormser Reformhaus Franz.

Weitere Informationen zu den Führungen findet man unter www.worms-erleben.de.

**Kompetent.
Nah. Fair.
Persönlich.
Servicestark.**

Telefon 0621 5988-341
immobilien@sparkasse-vorderpfalz.de



Sparkasse
Vorderpfalz

Offizielle Wiedereröffnung der Online-Kathedrale

Ab sofort kann das Weltkulturerbe in 360°-Ansichten auch mobil besucht werden

(red) Im Rahmen der virtuellen Wiedereröffnung dankt der Bischof von Speyer allen Partnern für das Engagement: „Der Relaunch von Kaiserdom Virtuell Speyer ist ein weiterer digitaler Baustein in der Geschichte des Doms. Mit ‚Kaiserdom virtuell‘ sind wir technisch auf der Höhe der Zeit.“

Besucher können unsere Kathedrale online intuitiv und umfassend besichtigen. Als Premiere können jetzt auch Menschen mit Mobilitätseinschränkungen die Aussichtsplattform, den Kaisersaal und den Dachraum des Westbaus betreten!“

Ein Ziel: Die Kathedrale im digitalen Raum auf emotionale Art und Weise erlebbar machen

Mit dem wegweisenden 360°-Ansatz verfolgt Kaiserdom Virtuell Speyer eine besondere nicht-kommerzielle Zielsetzung: Die Online-Initiative macht die romanische Kathedrale im digitalen Raum auf emotionale Art und Weise erlebbar. Initiator Marco Fraleoni, der als Geschäftsführer von Peregrinus für die Konzeption und strategische Ausrichtung der Gesamtkommunikation verantwortlich ist, sagt: „Kaiserdom Virtuell Speyer ist ein sehr emotionales Projekt. Wir eröffnen neue und sehr vielfältige Zugänge in den Dom, darunter auch zu Orten, die sonst nicht für Besucher zugänglich sind, wie zum Beispiel den Nordostturm, das Dachgewölbe und die Sakristei.“ Aufwendige Umsetzung ermöglicht intuitive Orientierung im virtuellen

Gesamtkunstwerk

Kaiserdom Virtuell Speyer setzt auf formatfüllende 360°-Ansichten: Besucher können sich jetzt auch mit dem Smartphone per Fingerzeig um die eigene Achse drehen und in alle Richtungen schauen. Um die räumliche Wirkung zu verbessern, wurde die Auflösung der alten Bildwelten nochmals deutlich optimiert. Damit Dombesucher – online und auch im realen Bauwerk – von den neuen technischen Möglichkeiten profitieren, sind für alle Online-Hotspots die realen Geokoordinaten hinterlegt. Das führt beispielsweise dazu, dass im Kirchenschiff Orgelmusik und in den Domgärten Vogelgezwitscher zu hören ist. Peter Hartung, Geschäftsführer bei Screenday Productions GmbH, ist für die Konzeption

und technische Entwicklung verantwortlich. Er sagt: „Das CMS ist so ausgelegt, dass wir eine mögliche zukünftige Indoornavigation mit Mixed-Reality-Elementen befüllen könnten. Die Inhalte könnten dann in allen Sprachen vorliegen und beispielsweise über eine synthetische Stimme vorgelesen werden!“ Infopunkte vermitteln Wissen zur Liturgie, Baugeschichte und Architektur

Rund um die Themenbereiche Liturgie, Baugeschichte und Architektur vereint „Kaiserdom virtuell“ bereits heute eine umfassende Fülle an Informationen. Dr. Christoph Maria Kohl, Domdekan und Domkustos, erklärt: „Wir freuen uns, dass mit ‚Kaiserdom virtuell‘ unsere Kathedrale für Besucher aus aller Welt erlebbar ist. Um den Dom zu Speyer in seiner erhabenen Vielfalt zu zeigen, bieten wir an ausgewählten Stellen interaktive Infopunkte. Ergänzend zu einzelnen Beiträgen aus unserem Audio-Guide werden hier geschichtliche oder liturgisch wichtige Zusatzinformationen in Videos und Audiobeiträgen vermittelt!“ Die Vorgabe lautet, die Bestmarke von Besuchern aus 92 Ländern zu übertreffen!

Eine wichtige Messgröße für den weiteren Erfolg ist das weltweite Interesse: Aktuell haben Besucher aus 92 Ländern Kaiserdom Virtuell Speyer besucht. Mit der offiziellen Wiedereröffnung der Kathedrale gilt es, diese Bestmarke jetzt zu übertreffen.

Pontifikalamt aus Anlass des Jubiläums „40 Jahre Welterbe“

Feierlicher Gottesdienst mit Bischof Wiesemann im Dom zu Speyer

(red) Am Sonntag, 31. Oktober feiert Bischof Dr. Karl-Heinz Wiesemann um 10 Uhr ein Pontifikalamt aus Anlass des Jubiläums „40 Jahre UNESCO-Welterbe Dom zu Speyer“.

Hierzu haben sich Vertreter der mit dem Dom verbundenen Institutionen und aus der Politik angekündigt, darunter Innenminister Roger Lewentz.

Die Dompropste aus Trier und Worms, Werner Rössel und Tobias Schäfer, werden konzelebrieren. Musikalisch wird der feierliche Gottesdienst von der Dommusik Speyer gestaltet. Der Konzertchor des Mädchenchores, die jungen



Foto: Klaus Landry

Männerstimmen der Domsingknaben und der Domchor singen Stücke von Christopher Tambling und Anton Bruckner sowie Liedsätze zum Gotteslob von Schmid, Heiß und Melchiori.

Eine Voranmeldung zum Gottesdienst ist Online möglich: <https://www.kirchen-in-speyer.de/de/was-angebote/gottesdienste/katholische-gottesdienste/im-dom/>

Auch über das Pfarramt der Dompfarre Pax Christi kann man sich anmelden, entweder per Mail an pfaarramt-speyer@bistum-speyer.de oder Telefonisch unter: 06232 102 140

Weitere Festveranstaltungen

Der feierliche Gottesdienst ist Bestandteil eines Festwochenendes mit einem Konzert am Freitagabend, einem Festakt für geladene Gäste am Samstagabend und einem besonderen Führungsangebot am Samstag und Sonntag.

Eine Ausstellung im Dom und der Dombauverein informieren zum Thema aktuelle Baumaßnahmen am Dom.

Informationen zum Programm finden sich auf der Homepage des Doms www.dom-zu-speyer.de

Budenzauber in Speyer

Weihnachts- und Neujahrsmarkt 2021/2022 findet statt

(red) Vom 22. November 2021 bis 9. Januar 2022 soll endlich wieder der Duft von Glühwein und Plätzchen durch die Speyerer Innenstadt ziehen. Pandemiebedingt findet der Weihnachts- und Neujahrsmarkt in Rücksprache mit dem Land Rheinland-Pfalz in diesem Jahr angepasst an die aktuelle Infektionslage statt.

Die Standplätze des Weihnachtsmarktes werden entlang der Maximilianstraße verteilt und die Besucherströme auf diese Weise entzerrt.

Eine Umzäunung der Stände mit Einlasskontrollen wird es nicht geben.

„Eine Verteilung der Stände über die ganze Stadt war für uns von Anfang keine Option“, erklärt Oberbürgermeisterin Stefanie Seiler. „Die Besucherinnen und Besucher sollen nah bei Einzelhandel und Gastronomie sein – den Menschen, die durch die Pandemie besonders stark zurückstecken und die durch den Weih-



Foto: Klaus Venus

nachtsmarktausfall im letzten Jahr große finanzielle Einbuße hinnehmen mussten. Wir haben uns daher für die Auflage einer Maskenpflicht entschieden, um auf der einen Seite den Infektionsschutz zu gewährleisten und auf der anderen Seite die besondere Atmosphäre der Weihnachtszeit in Speyer genießen zu können, und zwar

mitten im Herzen unserer Stadt“, so die Stadtchefin weiter.

Das gastronomische Angebot findet sich von der Alten Münze bis zum Stadthaus, die restlichen Verkaufsstände werden zwischen Alter Münze und Galeria Kaufhof vertreten sein.

Am Altpörtel sorgen Freddy Zinnecker und sein Team wie in der Ver-

gangenheit mit Eisbahn und Buden für strahlende Augen. So kann der Besuch des Weihnachtsmarktes mit einem Stadtbummel durch die atmosphärisch beleuchteten Straßen der Speyerer Innenstadt verbunden werden.

Auch das Kunsthandwerk soll sich in diesem Jahr wieder in unterschiedlichen Facetten wie Keramik- und Holzarbeiten, Schmuck aus Glas und Edelmetall, Genähtem und Gesticktem u.v.m. präsentieren zu können. Um größtmöglichen Abstand zwischen den einzelnen Ständen gewährleisten zu können, werden diese im gesamten Rathausinnenhof aufgestellt.

Auf dem gesamten Marktgelände gilt eine Maskenpflicht (mit Ausnahme am Platz innerhalb gastronomischer Bereiche), das Abstandsgebot sowie ein 3G-Nachweis. Die Einhaltung dieser Regelungen wird stichproben-

artig durch den Kommunalen Vollzugsdienst kontrolliert. Die Stadtverwaltung betont, dass die derzeitigen Planungen vorbehaltlich der zu dieser Zeit herrschenden Infektionslage sowie der jeweiligen Corona-Bekämpfungsverordnung und den damit verbundenen Regelungen gelten.

Vorgesehene Öffnungszeiten:

Weihnachts- und Neujahrsmarkt Vom 26. November 2021 bis 9. Januar 2022 täglich von 11 bis 21 Uhr
24. Dezember 2021: 10 bis 13. Uhr
25. & 26. Dezember 2021: geschlossen
31. Dezember 2021: 11 bis 15 Uhr
1. Januar 2021: 13 bis 21 Uhr

Kunsthandwerkermarkt

vom 26. November bis 19. Dezember 2021: freitags von 16 bis 20 Uhr; samstags und sonntags jeweils von 11 bis 20 Uhr

3 x 2 Eintrittskarten zu gewinnen

SEA LIFE

Speyer

Kostenfrei teilnehmen unter www.metropoljournal.com/gewinnspiel-uebersicht

Viel Wissenswertes über die berufliche Weiterbildung

Berufliche Weiterbildung und Nachqualifizierung stehen im Fokus

(red) Viel Wissenswertes über die berufliche Weiterbildung bietet der Unternehmensservice der Wirtschaftsregion Bergstraße / Wirtschaftsförderung Bergstraße GmbH (WFB) am 21. Oktober 2021 um 17 Uhr bei einem Facebook-Livestream. Die Veranstaltung richtet sich an Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, die ihren Berufsabschluss nachholen möchten. „Ein Berufsabschluss bestätigt die Kenntnisse und Fähigkeiten von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und gewährt ihnen höhere (Aufstiegs-) Chancen im Unternehmen“, erklären Felix Fischer und Sven Hagenberger, die als Bildungscoaches bei der WFB tätig sind.

Den Livestream führt die WFB im Rahmen des Projekts „Bildungscoach“ durch. Durch dieses Vorha-



Foto: Pixabay

ben berät die WFB Einzelpersonen und Unternehmen individuell zu beruflicher Weiterbildung und Nachqualifizierungsmöglichkeiten in der Wirtschaftsregion Bergstraße und im

Odenwaldkreis (wir berichteten). Als offizielle Beratungsstelle der Initiative ProAbschluss des Landes Hessen begleitet die WFB die Unternehmen und besonders deren Mitarbeiten-

den von der Suche nach der idealen Weiterbildungsmaßnahme über die Beantragung der Fördergelder bis hin zum erfolgreichen Abschluss. Mit ProAbschluss können Beschäftigte, die in einem Beruf arbeiten ohne den entsprechenden Berufsabschluss zu haben, einen qualifizierten Abschluss nachholen. Für Weiterbildungsmaßnahmen sind bis zu 4.000 Euro Fördergelder möglich. Info: Wer am Livestream teilnehmen möchte, klickt am 21. Oktober 2021 um 17 Uhr auf www.facebook.com/WirtschaftsregionBergstrasse.

Weiteres Wissenswertes über das Projekt „Bildungscoach“ gibt es auf der Homepage der WFB unter www.wirtschaftsregion-bergstrasse.de/Arbeit/Berufliche-Weiterbildung-Bildungscoach. Im Rahmen des Vorhabens

bietet der WFB-Unternehmensservice offene Sprechzeiten ohne Terminvereinbarung immer montags von acht bis elf Uhr und von 14 bis 16 Uhr in den Räumen der WFB in der Wilhelmstraße 51 in Heppenheim an.

Wer ein individuelles Beratungsgespräch zu einem anderen Termin vereinbaren möchte, wendet sich an die WFB-Bildungscoaches Felix Fischer, Telefon: 06252 / 689 29 50, felix.fischer@wr-bergstrasse.de oder Sven Hagenberger, Tel: 06252/689 29 40, sven.hagenberger@wr-bergstrasse.de.

Informationen über die weiteren Serviceleistungen der WFB und die Wirtschaftsregion Bergstraße finden Sie unter www.wirtschaftsregion-bergstrasse.de.

Tag der offenen Tür der Tourist-Information war voller Erfolg

Rund 80 Gäste aus nah und fern kamen zum Aktionstag in Lorsch

(red) Reges Treiben gab es beim Tag der offenen Tür, den die Tourist-Information NibelungenLand der Wirtschaftsregion Bergstraße / Wirtschaftsförderung Bergstraße GmbH (WFB) kürzlich in Lorsch veranstaltete.

Unter Einhaltung aller Corona-Hygieneregeln und mit einem 3G-Nachweis (genesen-geimpft-getestet) informierten sich rund 80 Gäste von nah und fern über Ausflugsziele, Rad-/Wandertouren und Veranstaltungen. Informationsstände und

Aktionen des UNESCO Welterbes Kloster Lorsch, des Geo-Naturparks Bergstraße-Odenwald sowie des Tourismus Service Bergstrasse e.V. ergänzten das Programm.

Der Anlass für den Aktionstag war die Renovierung der Tourist-Information. „Vor rund einem Jahr haben wir die Tourist-Information NibelungenLand mit Unterstützung des Kreises Bergstraße und der Stadt Lorsch neugestaltet. Wegen der strikten Corona-Auflagen konnten wir das Ergebnis im März 2021 erstmals nur einem kleinen Kreis von

Teilnehmenden präsentieren. Beim Tag der offenen Tür wollten wir die neue maßgeschneiderte und moderne Einrichtung sowie das zeitgemäße Ambiente der Öffentlichkeit präsentieren“, erklärt Dr. Matthias Zürker, Geschäftsführer der WFB.

Für den Aktionstag hatte die Tourist-Information ein buntes Programm auf die Beine gestellt. „Das kam bei den Gästen sehr gut an“, freut sich Martina Hausmann, verantwortlich für die Tourist-Information NibelungenLand. Die Palette umfasste

offene kostenfreie Gästeführungen und Vorführungen mit bester Resonanz, ein Glücksrad mit vielen Sofort- und vier Hauptgewinnen war ebenso sehr beliebt und keiner ging leer aus. Zusätzlich war der Nibelungensaal frei zugänglich. Gästeführerinnen haben sich die Zeit genommen, die Wandmalereien des Saals zu erläutern. Außerdem erwartete die Gäste hier eine Weinprobe. Darüber hinaus nutzen Besucherinnen und Besucher der Tourist-Information Vergünstigungen von Verkaufsprodukten, zum Beispiel

gab es Rabatte für das Maskottchen Nila sowie für die neu gestaltete NibelungenLand-Tasse. Die Tourist-Information hat seit 15 Jahren ihren Sitz im Alten Rathaus in der Karolingerstadt. Seit 2013 ist sie unter dem

Dach der WFB tätig und liefert jede Menge Wissenswertes über Ausflugsmöglichkeiten, Kurzurlaube und Freizeitangebote in der Region bietet die Tourist-Information NibelungenLand in Lorsch. Auch Veranstaltungstickets von AD-Ticket und Ticket Regional sind hier erhältlich.

Die Zukunft hat begonnen

Rund 120 Bürgerinnen und Bürger besuchten den Auftakt der Weinheimer Zukunftswerkstatt

(red) Es war ein Freitagabend, Corona sitzt den Menschen noch im Nacken, man kann sich ja auch online beteiligen, ganz bequem von zuhause aus. Und dennoch machten die Weinheimerinnen und Weinheimer ihrem Ruf als engagierte Bürgerschaft alle Ehre. Rund 120 Bürgerinnen und Bürger besuchten die Auftaktveranstaltung der Weinheimer Zukunftswerkstatt in der Stadthalle. Oberbürgermeister Manuel Just war mit der Resonanz durchaus zufrieden. „Meine Erwartungen wurden mehr als erfüllt“, bekannte er.

Gleichzeitig mit der Präsenzveranstaltung hat auch eine Online-Beteiligung über die Internetseite www.zukunftswerkstatt-weinheim.de begonnen, weitere Veranstaltungen sind geplant. Der gesamte Prozess ist mit rund einhalb bis zwei Jahren angesetzt. Am Ende soll ein Städtebaulicher Rahmenplan entwickelt werden.

Die Moderatoren betonten, dass im Laufe des Verfahrens wirklich ein Querschnitt der Weinheimer Bür-



Foto: Stadt Weinheim

gerschaft eingebunden werden. Dazu gebe es verschiedene Teilnahmeformen, zum Beispiel Zufallsbürger, die aus dem Einwohnermelderegister rekrutiert werden. Auch Just versprach, dass die Auswahl der Bürger und Interessenvertreter transparent erfolgt. Nach der Eröffnung durch Oberbürgermeister Manuel Just und Einführungsreferenten der begleitenden Büros über die Methodik und erste Ziele, waren erste Impulse der Bürgerinnen und

Bürger in so genannten „Planungskollegen“ gefragt. „Wir sind begeistert von diesem Engagement“, erklärte Andrea Hartz vom „Prozessteam agl“ danach bei einer Zusammenfassung. „Alle Meinungen werden nun in den Planungsprozess eingepflegt“, versicherte sie. „Die Zukunft, meine Damen und Herren, beginnt genau jetzt, und Sie sind von Anfang an dabei“, rief OB Just den Teilnehmern zu. Es gehe, so der Rathauschef, bei dieser Zukunfts-

werkstatt auch darum, „unterschiedliche Meinungen auszudiskutieren und diese mit Anstand und Wertschätzung für den Gegenüber auszuhalten“.

Just erinnerte daran, dass der Impuls zu dieser Veranstaltung noch aus der Zeit seines Wahlkampfes stammt. „Damals spürte ich, dass es Gräben innerhalb der Weinheimer Gesellschaft gibt, insbesondere was den Umgang mit dem Schutzgut Boden angeht“, erinnerte sich der OB. Nun sei es das Ziel, diese Gräben soweit aufzufüllen, dass sich beide Seiten darüber hinweg begegnen können.

Manuel Just schilderte: „Wir stehen an einer Schwelle, an der Entscheidungen über die Zukunft nicht mehr verschiebbar sind.“ Die Probleme, verursacht durch den Klimawandel, seien drängender denn je.

Andererseits würden die Herausforderungen für das soziale Miteinander in einer Stadt durch die allgegenwärtige Wohnraumknappheit und den demografischen Wandel nicht kleiner. Just: „Die Spannungsfelder der Stadtent-

wicklung sind vielleicht spannungsgeladener als jemals zuvor.“ Es werde zunehmend wichtiger, sie abzuwägen und auszutariieren.

Er dankte dem Gemeinderat, dass er bei dieser Entscheidung mit deutlicher Mehrheit an seiner Seite steht – obwohl der Prozess mit seiner ausgeklügelten Methodik und externer Begleitung doch reichlich Geld kostet. Doch, so Just, „wenn es gelingt, die Zukunft Weinheims ressourcenschonend und sozial ausgewogen zu gestalten, dann ist jeder Cent gut investiertes Geld“. Justs erneuter Appell: „Ich lade Sie am heutigen Abend und in den kommenden eineinhalb bis zwei Jahren sehr herzlich ein, diesen Zukunftsprozess gemeinsam mit zu gestalten.“ Der Oberbürgermeister erklärte: „In einer Werkstatt wird gearbeitet: geschmiedet, geschweißt, gehämmert und gefeilt. Dies soll im übertragenen Sinne auch für diese Werkstatt gelten. Lassen wir es geschehen, die Zukunft unserer Stadt ist es wert!“

Rückenwind für Torsten Fetzner

Weinheims Erster Bürgermeister tritt seine dritte Amtszeit an

(red) Zehn Minuten sollte Weinheims Erster Bürgermeister Dr. Torsten Fetzner am Mittwoch im Gemeinderat vor seiner Wiederwahl über seine Arbeit und seine weiteren Ziele sprechen. Die Zeit reichte natürlich nicht, denn in den 16 Jahren seiner bisherigen Amtszeit ist extrem viel passiert. Das politische Hauptorgan der Stadt bedankte sich auf seine Art: nämlich mit einer deutlichen Mehrheit und kräftigem Rückenwind. Die Wahl ergab 28 Ja-Stimmen, fünf Nein-Stimmen und eine Enthaltung.

Fetzner schloss nicht aus, eine komplette weitere Amtszeit zur Verfügung zu stehen. „Dazu werde ich in vier Jahren nach der Halbzeit eine Entscheidung treffen“, kündigte er an. Im Moment, erklärte er, „habe ich Lust auf das Amt“.

In seiner Bewerbungsrede nannte der 62-jährige promovierte Bauingenieur den Klimaschutz als zentrales Zukunftsthema. Dafür hat er vor zwei Jahren bereits ein neues Amt für „Klimaschutz, Grünflächen und technische Verwaltung“ im Rathaus gegründet, zuvor war schon ein kommunales Energieteam aufgestellt worden. Als weitere organisatorische Veränderungen innerhalb der Stadtverwaltung



Foto: Stadt Weinheim

nannte Fetzner die Bündelung von Aufgaben in einem Amt für Immobilienwirtschaft sowie das Amt des Feuerwehrkommandanten als Stabsstelle. Vor der Brust habe man nun Hochbaumaßnahmen wie die Sanierung des Rolf-Engelbrecht-Hauses sowie die Sanierung des Hallenbades in Hohensachsen. Als wichtige Aufgabe bezeichnete der alte und neue Amtsinhaber die Ertüchtigung des kommunalen Wohnraumangebotes. Auch das Neubaugebiet „Allmendäcker“ mit seiner sozialen Ausrichtung nannte er als besonders wichtiges Projekt in seinem Sinne. Zu gewünschten Sporthallen in den Ortsteilen – auch ein Dauerthema

der zurückliegenden Jahre – erklärte er: „Wir müssen uns dazu in nächster Zeit äußern und Entscheidungen treffen, darauf haben die Menschen in den Ortsteilen ein Recht.“ In einem „Parforceritt“ hatte Fetzner zuvor die Entwicklung der Großen Kreisstadt seit seinem Amtsantritt im Jahr 2005 gestreift. Dabei verwies er auf die Investitionen zur Entwicklung der Innenstadt, etwa mit dem Einkaufszentrum „Weinheim Galerie“, der Schlossberg-Bebauung und dem Dreiglocken-Center, aber auch der neu gestalteten Fußgängerzone und dem Fachmarktzentrum am Ehemaligen Güterbahnhof. Seine Freizeitbeschäf-

tigung als bürgernaher Politiker, der menschlich sei der alte und neue mit den Menschen singt und musiziert, habe er oft einen „Zugang auf emotionaler Ebene“ gefunden.

Für den Gemeinderat bescheinigte Dr. Günter Bäro, Fraktionssprecher Oberbürgermeister Manuel Just der Freien Wähler, dass Torsten Fetzner die Stadt Weinheim in seiner Amtszeit sehr gut durch einige Krisen so der Rathauschef, „Deine Persönlichkeit“. Fetzners Leistungen als Dezentern seien sehr beachtlich, so der OB. Just nannte weitere Projekte in der Amtszeit Fetzners wie die Entwicklung des GRN-Areals und Menschen in der Sache zu streiten, der Zweiburgenschule. Fetzner habe ohne die Wertschätzung zu verlieren. „Ich als Oberbürgermeister, aber auch die ganze Stadt könnte sich geprägt“. Als Experte in technischen Fragen sei der Bürgermeister mit seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auf Augenhöhe. Rein Team sein.“

Lokales & Regionales
Immer Kostenlos!
www.metropoljournal.com



BARACCA SWISS
SAMNAUN + HEIDELBERG

DIE HEIDELBERGER FONDUE-HÜTTE IST WIEDER DA!

Eingetaucht ins golden-orange Licht des mittig platzierten Kaminfeuers finden in dieser Saison ca. 100 Gäste in der urgemütlichen Holzhütte aus den Anfängen des vergangenen Jahrhunderts Platz. Mit Trockenfleisch, Wurstspezialitäten samt Bergführerbrot, verschiedene Fondues – wahlweise mit Fleisch oder Käse – und leckeren Desserts, entführt das Team der Baracca Swiss seine Gäste in die alpenländische Genusswelt.

Die Baracca Swiss umgarnt mit stimmigen Details, ausgesuchten Wein- und Bierspezialitäten und original Schweizer Produkten. Liebevoller Postkarten mit historischen alpenländischen Motiven wurden bereits in den letzten Saisons direkt aus der Baracca in alle Welt verschickt.



Reservierungen für die Baracca Swiss können ab sofort unter www.baracca-swiss.de vorgenommen werden.

Für Exklusiv- oder Gruppenbuchungen kontaktieren Sie uns unter info@baracca-swiss.de.

DER PERFEKTE PLATZ FÜR STILVOLLES DINIEREN ZUR WINTERZEIT

Weitere Infos finden Sie unter www.baracca-swiss.de und www.facebook.com/baraccaswissheidelberg

SCROOGE - Eine Weihnachtsgeschichte!

Das Musical für die ganze Familie von Christian Berg & Michael Schanze

(red) Am 04.Dezember 2021 im Capitol-Theater Mannheim und am 20. Dezember 2021 im Saalbau in Neustadt an der Weinstraße

Das erfolgreiche Familien-Musical von Christian Berg & Michael Schanze wird ab November 2021 abermals in der Großregion aufgeführt. Das beliebte Musical wird sowohl Erwachsene als auch Kinder mit hervorragenden Künstlern, weihnachtlichen & stimmungsvollen Liedern und beeindruckender Kulisse in eine berührende Märchenwelt entführen.



Fotos: Why not?! Events und Kommunikation

Die Story basiert auf Charles Dickens' „Eine Weihnachtsgeschichte“, einem Klassiker der Weltliteratur, der im Dezember 1843 mit Illustrationen von John Leech erstmals veröffentlicht wurde

Ebenezer Scrooge, ein reicher, aber geiziger alter Mann, hat nichts für das bevorstehende Weihnachtsfest übrig. Wie jedes Jahr schlägt er die Einladung seines Neffen aus, beschimpft

seinen treuen Mitarbeiter und sieht es nicht ein, den Armen etwas Geld zu spenden.

In der Nacht vor Weihnachten erscheinen ihm drei Geister und entführen ihn in die Vergangenheit, zum diesjährigen Weihnachtsfest seines Angestellten und zuletzt in seine Zukunft, die alles andere als rosig sein wird, wenn er so weiterlebt wie bisher. Die Turmuhr schlägt Mitternacht.

Und Ebenezer Scrooge wandelt sich vom Geizhals zum mitfühlenden Menschenfreund.

Erleben Sie echte Familienunterhaltung mit leuchten Kinderaugen.

Tickets für Mannheim sind erhältlich unter:

- Capitol Betriebs GmbH Mannheim, Waldhofstr. 2, Mannheim Tel.: 0621- 33 67 333



• Rhein Neckar Ticket Mannheim, P3 4-5, Mannheim, Tel.: 0621 - 101011

- SAP Arena Cityshop, Friedrichsplatz 6, Mannheim, Tel.: 0621 - 18190333
- Bei allen bekannten Vorverkaufsstellen von Eventim www.eventim.de

Tickets für Neustadt sind erhältlich unter:

- Tabak Weiss, Hauptstraße 61, 67433 Neustadt a. d. Weinstraße

• Rheinpfalz Geschäftsstelle, Kellerstraße 12-16, 67433 Neustadt a. d. Weinstraße

- Globus Markt, Adolf-Kolpingstr. 173-175, Neustadt a. d. Weinstraße
- Media Markt Neustadt an der Weinstraße, Chemnitzer Straße 33

Bei allen bekannten Vorverkaufsstellen von Reservix www.reservix.de

Ärgerlich...

E-Scooter

(wolu) Eine neue Errungenschaft am Mobilitätsmarkt ist der E-Scooter, ein fahrbarer Untersatz, der den Benutzer umweltverträglich von A nach B bringen soll.

Aber ist der E-Scooter wirklich umweltfreundlich und geeignet auch nur irgendeinen Beitrag in Bezug auf bessere Bedingungen für Mutter Natur zu generieren?

Ein klares Nein ist die Antwort! Allein die Produktion der Batterie ist einer der schwersten Eingriffe in die Natur, denn größtenteils handelt es sich bei den Akkus im E-Scooter um Lithium-Ionen-Akkus.

Stromspeicher dieser Art können Kobalt, Nickel, Kupfer, Aluminium und andere teilweise kritische Rohstoffe enthalten, deren Abbau häufig mit Belastungen für die menschliche Gesundheit und die Umwelt einhergeht. Beim Abbau von Kobalt in Afrika, entstehen schwerwiegende Auswirkungen auf Mensch und Natur und die Gewinnung von Lithium in Südamerika erfolgt ebenso nicht umweltgerecht, das Hauptproblem dabei ist der extrem hohe Wasserverbrauch.

Für die Wartung, d.h. durch die Aktivitäten der sogenannten „Juicer“, die die E-Scooter nachts mit Lkw oder Kleintransportern zum Aufladen zu Ladestationen transportieren und diese natürlich auch wieder zurück zu den unzähligen und weit entfernten Abstellpunkten zurückbringen

müssen, entstehen Umweltbelastungen, die zweifelsfrei den E-Scooter nicht umweltverträglich machen, ganz im Gegenteil. Eine sinnlosere Nutzung eines Transportvehicels gibt es nicht.

Aber das wird natürlich alles großzügig ignoriert, wenn die Stadtobere öffentlichkeitswirksam für den E-Scooter werben, unverständlich ist auch die Kooperation mit dem, durch unsere Steuergelder massiv subventionierten öffentlichen Nahverkehr, fahren die Nutzer der E-Roller doch neben Straßenbahn und Bus her, und nehmen dem Nahverkehr auch noch die dringend benötigten Passagiere ab. Zusätzliche Nutzer des Nahverkehrs durch die elektrischen Roller zu generieren ist naives Wunschdenken. Familien mit Kinderwagen und Senioren mit Rollatoren können kaum



Foto: red

noch auf dem Bürgersteig ungefährdet laufen, weil E-Scooter kreuz und quer oft tagelang auf der Straße liegen. Auch sind unsere Grünflächen beliebte „Parkplätze“.

Die Nutzung eines E-Scooter ist teuer, so erhebt der Anbieter meist eine pauschale Gebühr von 1 Euro, und

ein zusätzliches Zeitentgelt von 0,20 Cent pro Minute, für eine Fahrt von 30 Minuten bedeutet dies Kosten von 7 Euro.

Was meinen Sie, liebe Leserin und Leser? Schreiben sie uns, oder rufen sie an. Wir freuen uns über eine Nachricht von Ihnen.

aergerlich@metropoljournal.com

www.metropoljournal.com

Eine Weihnachtsgeschichte

Scrooge

Das neue Musical für die ganze Familie von Michael Schanze und Christian Berg

04.12.2021 MANNHEIM Capitol

20.12.2021 NEUSTADT Saalbau

Erleben Sie echte Familienunterhaltung mit leuchtenden Kinderaugen!

Tickets für Mannheim: Capitol Mannheim | bei allen VVK-Stellen von Eventim

Tickets für Neustadt: bei allen VVK-Stellen von Reservix | www.reservix.de



BEI GLOBUS GIBT'S PAYBACK PUNKTE!



Bauen · Wohnen · Renovieren

Trotz Nesting und Homeoffice

Jeder Sechste hat keine Hausratversicherung

(spp-o) Durch die Pandemie verbringen wir alle mehr Zeit daheim. Daher ist vielen die Ausstattung der eigenen Wohnung inzwischen deutlich mehr wert.

Das zeigt nun eine Umfrage von YouGov im Auftrag der Versicherungsplattform Cherrisk. An der repräsentativen Studie nahmen 2.093 Menschen teil. Fast die Hälfte der Befragten (40 %) gab an, dass sie im letzten Jahr in ihr Zuhause investiert haben. Dennoch: jeder Sechste hierzulande hat (noch) keine Hausratversicherung. Woran liegt das?

Die Hausratversicherung als verlässlicher Schutz: Wie wichtig eine Hausratversicherung tatsächlich ist, sehen Betroffene meist erst im Schadensfall. Krisztian Kurtisz, Geschäftsführer von Cherrisk by Uniqa: „Wir erleben täglich, wie eine schnelle Schadensregulierung bei den Betroffenen für Erleichterung sorgt.

Denn gerade, wenn kostspielige oder geliebte Stücke im Haus kaputt gehen, ganze Möbelstücke vom Feuer erfasst werden oder der neue Hundewelpen das teure Sofa zerkratzt, wird jede Minute des Wartens im

Callcenter zur nervlichen Zerreißprobe. Die Hausratversicherung von Cherrisk setzt bei der schnellen Schadensregulierung auf eine einfache Bildübermittlung der User.

Sie beginnen bei etwa 4 € im Monat, umfassen aber neben den klassischen Elementen des Hausrats auch Glas- und Sturmschäden sowie elektronische Geräte und Fahrräder, die zum Hausrat gehören.

Im Test der IKRA ILH 2800

Getestet wurde der elektrisch betriebene Walzenhäcksler ILH 2800 von IKRA



Foto: IKRA

(rbw) Der Gartenhäcksler war nach der Lieferung mit wenigen Handgriffen einsatzbereit. Schon hier zeigte sich die hohe Qualität, zudem eine durchaus durchdachte Entwicklung sowohl in Funktionalität als auch ergonomisch.

Eine 60 l große Fangbox mit integriertem Sicherheitsschalter und ein Stopfer gehören zum Lieferumfang. Das robuste Fahrgestell mit Rädern und der praktische Transportgriff des 21,5 kg schweren Gerätes macht einen Stellplatzwechsel im Garten oder den Transport zur Lagerstelle zum Kinderspiel. Zusätzlich gibt der robuste Standfuß sicheren Halt

bei der Arbeit. Ebenfalls positiv ist das Ablagefach für Werkzeuge und Kleinteile.

Der Hochleistungsmotor und das 3-stufige Planetengetriebe sorgen sehr geräuscharm für eine hohe Häckselleistung und für ein zügiges Zerkleinern der Äste. Verarbeitet wurde verschiedenes Geäst, von Weichhölzern bis Harthölzern, Durchmesser ca 40 - 50 mm. Der selbstständige Asteinzug erleichterte ungenügend den Häckselvorgang und warf ein sorgfältig zerkleinertes Häckselgut aus. Das Häckselgut ist nicht nur Abfall, es ist ein biologischer Rohstoff, der durchaus verantwortungsbewusst und nachhaltig weiter ver-

wertet werden kann z.B. im eigenen Garten auf Beeten. Das integrierte rückschlagfreie Walzensystem gewährt zudem ein sicheres Arbeiten. Bei den wenigen Ast-Blockierungen löste der Drehrichtungsschalter für Rückwärtslauf umgehend das Problem. Zur Sicherheit ist ein Wiederanlauf- und Überlastschutz eingebaut. Ein weiteres Plus: Der IKRA ILH 2800 Gartenhäcksler lässt sich durch eine Klappfunktion platzsparend lagern. Dazu bietet das Unternehmen eine 15-jährige Garantie über Service und Nachkauf auf sämtliche Ersatzteile.

Fazit: Der IKRA ILH 2800 Gartenhäcksler ist alles in allem ein sehr durchdachtes und funktionales Arbeitsgerät, ist besonders robust, leise und wartungsarm. Zweige, Äste, Busch- und Heckenschnitt werden geräuscharm und rückschlagfrei durch das hochwertige Walzensystem gequetscht und landen kleingeschreddert in der Häckselbox.

Grünewald
DACHDECKEREI • MEISTERBETRIEB
Fachbetrieb für Dach, Wand und Abdichtungstechnik
Welfenweg 7 • 68307 Mannheim
Tel.: 06 21 / 78 70 61 • Fax: 06 21 / 7 48 23 41
E-Mail: info@dachdeckerei-gruenewald.de
www.dachdeckerei-gruenewald.de

Reparieren statt Wegwerfen

zur Einsparung von Elektroschrott

(akz-o) Jährlich 436.548 Tonnen Elektroschrott verursachen deutsche Haushalte, indem sie defekte

Geräte nicht reparieren lassen, sondern entsorgen. Das ist das Ergebnis einer repräsentativen Umfrage der imug Beratungsgesellschaft im Auftrag des Spezialversicherers Wertgarantie.

Die Studie zeigt: Knapp die Hälfte aller untersuchten Geräte weist innerhalb der ersten zehn Jahre einen Defekt auf, der zur Funktionsunfähigkeit führt. 78 Prozent der Befragten entscheiden sich in diesem Fall gegen eine Reparatur, auch wenn diese möglich wäre. Bei nicht vorgenommener Reparatur entsorgen anschließend 84 Prozent das funktionsunfähige Gerät – was zu großen Mengen an Elektroschrott führt.

Weshalb entscheiden sich Verbraucher mehrheitlich gegen eine Reparatur defekter Geräte? Jeder Dritte bezeichnet zu hohe Reparaturkosten als ausschlaggebend, 43 Prozent nennen eine Neuanschaffung als Grund gegen eine Reparatur. Das führt dazu, dass in

Deutschland pro Stunde rund 50 Tonnen Elektroschrott produziert werden.

Eine zentrale Botschaft der Studie lautet: Je mehr Elektrogeräte repariert werden, desto mehr Elektroschrott kann vermieden werden. Dabei zeigt bereits ein kleiner Anstieg der Reparaturhäufigkeit einen großen Einfluss auf die Elektroschrottmenge: Wenn sich die aktuelle Reparaturhäufigkeit (von durchschnittlich 22 %) um ein Viertel auf 27,5 % erhöhen würde, könnten allein in Deutschland schon mehr als 100.000 Tonnen Elektroschrott pro Jahr vermieden werden.

Lediglich zwei Prozent der Deutschen schließen aktuell eine Versicherung für ihre Elektrogeräte ab, die im Schadensfall für eine Reparatur aufkommt. Wertgarantie konnte im Jahr 2020 eine Reparaturquote von 75 Prozent aufweisen – das heißt, in drei von vier Fällen konnte ein Schaden mit einer Reparatur des Gerätes reguliert werden.

Detaillierte und weiterführende Informationen zum Thema gibt es auf www.reparieren-statt-wegwerfen.de.

Natursteine

Grabsteine

Nachbeschriftungen

Bildhauerarbeiten

Steinmetzarbeiten



Platz für ihre Anzeige!

Tel: 0621-72739490

www.metropoljournal.com



Siegmann Grabmalkunst
www.siegmann-grabmale.de
siegmann.grabmale@t-online.de

Mannheim Sandhofen
Vierheimer Weg 50
0621 - 77 12 81

Mannheim Neckarau
Altmühlstr. 12
0621 - 85 83 45

Bauen · Wohnen · Renovieren

Im Test

EGO Multifunktionswerkzeug Akku – Hochentaster und Heckenschere

(rbw) Die Grün- und Gehölzpflege ist eine anstrengende und schweißtreibende, zudem oftmals eine gefährliche Arbeit. Sicherheit und Effizienz sollte hier ganz groß geschrieben werden.

Lieferung: Das EGO Multifunktionswerkzeug hat eine einzige Antriebseinheit für viele verschiedene Aufsätze. Somit erledigt das Power – Multifunktionswerkzeug so gut wie jede anfallende Arbeit.

Die PH 1400E Antriebseinheit wurde zusammen mit dem PSA 1000 Hochentaster – Aufsatz und dem HTA 2000 Heckenschere – Aufsatz geliefert.

Multifunktions – Antriebseinheit

Die akkubetriebene Multifunktions – Antriebseinheit ist das Kraftwerk für alle Multitool-Aufsätze von EGO Power für Garten und Terrasse. Der werkzeuglose Kupplungsmechanismus ermöglicht problemlos einen schnellen, einfachen Geräterwechsel, z.B. vom Hochentaster zur Heckenschere. Der Motor ist leicht, liefert aber trotzdem eine starke Leistung, zudem läuft er angenehm leise. Ein variabler Drehzahlauflöser bietet weitere Steuerungsmöglichkeiten bzw. Geschwindigkeitsstufen. Ein Arbeiten in verschiedenen Positionen ist möglich durch den verstellbaren Schlaufengriff. In der Liefere-



Foto: EGO

ung ist auch ein Einschultergurt enthalten, der für zusätzlichen Komfort bei vielen EGO Produkten eingesetzt werden kann.

PSA 1000 Hochentaster - Aufsatz

Der Hochentaster wurde von uns eingehend an verschiedenen Bäumen getestet. Darunter waren Äste aller Holzarten, von Hartholz bis Weichholz.

Die Arbeiten mit dem Hochentaster hat sich als denkbar einfach herausgestellt. Durch das EGO-Teleskopstangensystem konnten Arbeiten bis ca. 6 Meter Höhe problemlos ohne Leiter ausgeführt werden. Es erreichte schwer zugängliche Stellen und das ohne Leiter

und ohne beschwerliche Verrenkungen. Das Unfallrisiko war somit enorm reduziert. Das 25 cm lange Schwert arbeitete sich mit einer Leichtigkeit rasant durch das Holz und mit einer Kettengeschwindigkeit von 15 m/s durch Äste bis zu 20 cm Durchmesser. Die Schnitte waren exakt und gerade. Das Gerät hatte kaum Vibrationen. Ein weiterer Vorteil, die Kette wird während des Gebrauchs durch ein automatisches Schmiersystem mit einem Ölbehälter, der sich am Hochentaster befindet, während des Gebrauchs, geölt. Zudem war weder Benzingestank noch lästiges Kabel als weitere Gefahrenquellen im Weg. Unser Fazit: Das EGO Akku Multifunktionswerkzeug, hier der Hochentaster, ist ein sehr gutes System, das sowohl im privaten als auch Profi – Bereich hervorragende Arbeiten leistet. Die Sägearbeiten konnten innerhalb kürzester Zeit und kräfteschonend erledigt werden.

HTA2000 HECKENSCHEREN-AUFSATZ

Nach dem schnellen, problemlosen Wechsel der Aufsätze mittels des werkzeuglosen Kupplungsmechanismus auf der akkubetriebenen Multifunktions – Antriebseinheit, vom Hochentaster

zur Heckenschere, wurde auch hier der Schnitt von verschiedenem Schnittgut getestet. Bearbeitet wurde z.B. Knöterichbewuchs mit langen Ranken, Thuja, Buchsbaum, Kirschlorbeer u.v.m. Der Heckenschere – Aufsatz erwies sich als ein leistungsstarkes Werkzeug. Durch verschiedene Winkelverstellungen kann die Arbeit an jede Hecke und Höhe angepasst werden. Die extrem scharfen Schneidmesser sind lasergeschnitten und diamantgeschliffen. Dies macht sich deutlich beim Schneiden bemerkbar. Der Schnitt ist kraftvoll und präzise, die Motorleistung ist gewohnt stark. Durch die akkubetriebene Antriebseinheit stören auch hier weder Abgabe noch Kabel, die Bedienung ist sehr einfach. Mit diesem leichtem Handling und langer Akkudauer ist die Bearbeitung großer Flächen möglich. Fazit: Auch hier gilt, das EGO Akku Multifunktionswerkzeug, betref-

fend Heckenschere-Aufsatz, ist ein sehr gutes System, das sowohl im privaten als auch Profi – Bereich hervorragende Arbeiten leistet.

Das EGO Akku Multifunktionswerkzeug ist ein sehr gutes System, das durch den Gebrauch nur einer Multifunktions-Antriebseinheit für viele entsprechende Multitool-Aufsätze auch nachhaltig ist. Zur Lagerung benötigt das System dadurch auch viel weniger Platz. Mit diesem System können alle anfallenden Arbeiten in Garten und Terrasse einfach, kräfteschonend und schnell erledigt werden. Durch das hochwertige Akkusystem entfällt zudem lästiger Benzingeruch und Kabelsalat und somit auch eine große Gefahrenquelle. Ein schnelles, präzises Arbeiten durch die komplett durchdachten Funktionsaufsätze ermöglicht enorme Zeit- und Kraftersparnis und große Sicherheit.

Länger eigenständig in den eigenen vier Wänden leben

(akz-o) Selbstständig sein, auch im Alter – das ist für viele Menschen wichtig. Smarte Geräte können dabei unterstützen, so lange wie möglich im eigenen Zuhause leben zu können. Sie erleichtern den Alltag und sorgen damit für mehr Lebensqualität.

Das Zuhause „smart“ zu machen bedeutet, dass Geräte wie Rollläden, Lampen und Kameras auf Knopfdruck oder per Sprache automatisch gesteuert werden – und das sogar von unterwegs. Häufig reichen schon wenige Geräte, um den Alltag spürbar zu vereinfachen. So sorgen zum Beispiel smarte Lampen und Bewegungsmelder für mehr Sicherheit: Das Licht schaltet sich automatisch ein, wenn eine Bewegung registriert wird. Dunkle Kellertreppen oder der unbeleuchtete Weg nachts ins Bad sind damit Geschichte. Mit Smart Home lässt sich dabei sogar die Lichtintensität steuern, sodass das Licht nur gedimmt den Weg erleuchtet.

Auch eine automatische Rollladensteuerung ist sehr praktisch, damit die Rollläden zu vorher definierten Uhrzeiten hoch- bzw. runterfahren. Das kann mit einem einfachen Befehl in der App so aussehen: „WENN

19 Uhr, DANN schalte das Licht im Wohnzimmer ein und lasse die Rollläden herunter.“ Für spürbare Entlastung sorgen zudem smarte Türschlösser. Sie erlauben das Öffnen der Haustüre, ohne dafür aufstehen zu müssen. Und mithilfe eines Zwischensteckers können Geräte wie Bügelmaschine, Kaffeemaschine oder Bügeleisen gesteuert werden: Einfach zwischen Steckdose und Gerätestecker schalten und schon arbeiten sie nach Zeitplan oder per Klick in der App. Das ist auch von unterwegs besonders praktisch, um sicherzugehen, dass alles ausgeschaltet ist.

Die Beispiele zeigen: Schon einfache Lösungen können dabei unterstützen, möglichst lange und eigenständig in den eigenen vier Wänden zu leben. Um die Technik zu nutzen, sind Smart-Home-Systeme wie Magenta SmartHome besonders praktisch. Über sie können Geräte unterschiedlicher Hersteller eingebunden und mit nur einer App zentral gesteuert werden. Nutzer benötigen lediglich eine Zentrale, die zur Vernetzung der Geräte dient. Im Falle des Telekom-Systems funktioniert das zum Bei-

spiel ganz einfach über einen aktuellen Router. Für noch mehr Komfort sorgt die Steuerung per Sprache über einen Sprachassistenten: Auf Zuruf lassen sich so Lampen schalten, lässt sich die Heizungstemperatur verändern oder das Wetter abfragen. Weitere Anwendungsmöglichkeiten: www.smarthome.de



Schimmelfuchs

einfach schlau saniert

Unser Leistungsspektrum:

- Kellerabdichtung
- Fassadenimprägnierung
- Wärmedämmung
- Schimmelbeseitigung



Kostenlose Hotline

0800-6 28 73 76

schimmelfuchs.de

handwerkerimhaus.de




ROLAND PALZ

Maurermeister

KFZ-Reparaturen

vom Fachbetrieb



Unfallinstandsetzung

Fahrzeuglackierung

Oldtimer-Restaurierung

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

www.autolackiererei-mohr.de



schnell und zuverlässig



Gesundheit & Wellness

Drei Wege zu freiem Atmen

Basische Mineralstoffe können eine belastungsbedingte Übersäuerung vermeiden

(akz-o) Husten, Kopf- und Gliederschmerzen sowie eine verstopfte Nase sind typische Erkältungssymptome. Natürliche Wirkstoffe aus Mutter Natur helfen sanft weiter. Eukalyptus, Menthol und Kampfer sind ein wirkungsvolles Dreigespann, das bei Symptomen grippaler Infekte für Linderung sorgt.

Der bis zu einer Höhe von 1000 Meter im Mittelmeerraum wachsende Eukalyptus hat sich schon lange als Heilpflanze bewährt. Aus seinen Blättern wird das wertvolle ätherische Öl gewonnen, das für seine keimtötende Wirkung bei Husten und Infekten

bekannt ist. Menthol wirkt antibakteriell in Nase, Mund und Rachen. Es setzt direkt an den Nervenenden in den Atemwegen an und verschafft dadurch Erleichterung bei verstopfter Nase und Atembeschwerden. Kampfer wird besonders wegen seiner krampflösenden und durchblutungsfördernden Wirkungen in der natürlichen Heilkunst geschätzt. Alle Arzneistoffe unterstützen sich gegenseitig bei der Bekämpfung von Erkältungssymptomen.

Erkältete haben die Wahl zwischen drei Methoden, um ihre Beschwerden zu mildern: Einreiben – Inhalieren – Wannenbad. In der Apotheke

sind dafür verschiedene Produkte aus der Pinimenthol Familie erhältlich. So kann individuell entschieden werden, was großen oder kleinen Kranken besonders guttut. Für junge Patienten ab zwei Jahren wurden die besonders milden Produkte Pinimenthol Erkältungsbalsam mild und Pinimenthol Erkältungsbad für Kinder ab 2 Jahren entwickelt. Alle Präparate enthalten wertvolle ätherische Öle, die gleichzeitig hochwirksam, schonend und gut verträglich sind. Wer mit einer Erkältung einfach nur noch schnell ins Bett will, greift zur Pinimenthol Erkältungssalbe zum Einreiben.

Eine kleine Auszeit in der individuellen Wohlfühl-Oase verspricht ein Wannenbad mit duftenden, konzentrierten Ölen im Pinimenthol Erkältungsbad. Die hochwirksamen ätherischen Öle in bester Qualität werden bei Hautkontakt auch direkt über die Haut aufgenommen. Die Inhalation der Erkältungssalbe mithilfe des praktischen Pinimenthol Inhalators sorgt dafür, dass die flüchtigen Wirkstoffe der ätherischen Öle besonders gut in die Atemwege gelangen. Sie finden in Verbindung mit dem heißen aufsteigenden Wasserdampf sehr gut den Weg sogar in die unteren Atemwege und lösen in

den Bronchien zähen Schleim und bekämpfen Entzündungen. Wer keinen Inhalator zur Hand hat, nutzt die bewährte Kopf-Topf-Methode: Heißes Wasser bodendeckend in ein Gefäß füllen, einen etwa 5 cm langen Salbenstrang darin auflösen; anschließend den Kopf über das Gefäß beugen, mit einem Handtuch Kopf und Gefäß abdecken und dann tief durch den Mund ein- und die Nase ausatmen. In den verschiedenen Darreichungsformen wird das therapeutische Potenzial der in den Präparaten enthaltenen Arzneistoffen bestmöglich ausgeschöpft.

Es schlägt fünf vor Zwölf

mit Pfitzenmeier den Körper retten!

(red) Was ist nur los mit uns? Es schlägt fünf vor Zwölf – und wir machen nichts. Aber warum? Viele beklagen sich über ein Wehwehchen hier, Schmerzen dort. Ob am Rücken, in der Hüfte oder dem Nacken – durch den Alltag und Stress, falsche Bewegung oder zu wenig, den fehlenden Ausgleich und die Einseitigkeit meldet sich der Körper zu Wort. Er muckt auf, wehrt sich und gibt uns Signale, anhand derer wir merken müssten: Es ist allerhöchste Eisenbahn. Es schlägt fünf vor Zwölf!



Foto: Pfitzenmeier

Dabei gibt es Möglichkeiten, dem Körper – und somit auch uns selbst – langfristig etwas Gutes zu tun. Das richtige Training, ein bisschen Wellness, Ausgleich schaffen für die Gesundheit. Bei Pfitzenmeier gibt es das Gesamtpaket und um fünf vor Zwölf auch ein Dutzend Gründe,

warum die Nummer eins der Region in Sachen Wellness, Fitness und Gesundheit die beste Anlaufstelle ist. Die Trainingsfläche mit den modernsten Geräten, das vielfältige Kursangebot, der AquaDome – für welches Training wir uns auch entscheiden, der Körper findet überall

optimalen Ausgleich zum Alltag. So werden Muskeln und Ausdauer gestärkt, gleichzeitig aber auch Stress abgebaut und für ausreichende Bewegung gesorgt, die uns bis ins hohe Alter fit hält. Dazu tragen auch der Functional- sowie der Rehabereich bei. Letzterer ist sogar dann optimal,

wenn es eigentlich schon Zwölf geschlagen hat, denn dort wird nicht nur präventiv, sondern – wie der Name schon sagt – rehabilitierend gearbeitet.

Durch die Betreuung des geschulten Personals bei Pfitzenmeier ist man bestens aufgehoben, egal, ob Neuling oder Veteran. Übrigens: Viele von uns haben bereits „Veterane“ im Bekanntenkreis, mit denen wir beginnen könnten, Fitness, Wellness und Gesundheit zu erleben.

Also warum nicht einfach mal mitgehen? Und als kleine Belohnung geht es nach dem Training noch schnell in den Wellnessbereich. Einmal die Seele baumeln lassen, den Geist entspannen und Kraft tanken. In den Wellnessbecken mit Massagedüsen, im Saunabereich mit verschiedenen Arten von Saunen oder auf den groß-

flächigen (Dach-)Terrassen gibt es Erholung für alle. Ein ganz wichtiger Punkt: Durch die neuen Luftreiniger ist man bei Pfitzenmeier auch während der Corona-Zeit „sicher fit“, kann aber auch von Zuhause aus per Livestream Kurse und Workouts absolvieren. Und wer nun ein Zwicken spürt, aber nicht genau weiß, was es ist oder wo er ansetzen muss, der kann im Diagnostikbereich unter anderem seinen Status Quo rausfinden. Diese Pluspunkte und Möglichkeiten gibt es voll auf die Zwölf!

Durch das 12-Monatsabo zum Bestpreis kann man sogar bis zu 200 Euro sparen. Also worauf wartet Ihr noch? Probiert es aus und sagt den Wehwehchen den Kampf an. Es schlägt fünf vor Zwölf. Bei Pfitzenmeier lässt sich in Pink-Panther-Manier an der Uhr drehen – zurück, in Richtung Wohlbefinden!



VOLL

auf die



2

Der Volltreffer für Deine Fitness

Sichere Dir jetzt Dein VORTEILSABO!

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





Fitness since 1978

www.pfitzenmeier.de

Gesundheit & Wellness

Sich selbst nicht vergessen

Hilfe für Menschen mit Demenz und für ihre pflegenden Angehörigen

(djd-k). Demenz kann jeden treffen. Bundesweit geht man von rund 1,7 Millionen Erkrankten aus, jedes Jahr kommen etwa 40.000 hinzu. Dennoch gilt die Krankheit weiterhin als Tabuthema, über das man nicht gerne spricht. Nicht nur die Patienten selbst fühlen sich dadurch häufig alleingelassen, sondern ebenso die pflegenden Angehörigen, die körperlich und psychisch stark beansprucht werden.

Auszeit vom Pflegealltag

Wie lassen sich Angebote ermöglichen, die Hilfe zur Selbsthilfe bieten und die Erkrankten in das Alltagsleben ihres Wohnquartieres integrieren? Und wie können gleichzeitig die Angehörigen Unterstützung erfahren? An vielen Orten gibt es erste Projekte dazu, zum Beispiel das Demenzcafé „Vergiss Dich Nicht“ in Osnabrück. Zweimal im Monat treffen sich hier erkrankte Menschen im frühen bis mittleren Stadium und ihre Angehörigen mit ande-



Foto: djd-k/Guido Werner/Deutsche Fernsehlotterie

ren Betroffenen als Auszeit von der täglichen Pflege zu Hause. „Vielen fällt es zunächst schwer, Angebote wie dieses wahrzunehmen, weil das Thema Demenz immer noch sehr schambehaftet ist“, erklärt Rebecca Witte, Pflegefachkraft und Organisatorin des Demenzcafés: „Wenn die Besucher dann aber doch mal hier

waren, herrscht meist Erstaunen, wie sinnvoll der Austausch miteinander ist.“ Das Demenzcafé wurde in Kooperation mit der Kirchengemeinde im Osnabrücker Ortsteil Voxtrup und dem Mehrgenerationenhaus in Haste umgesetzt, die Deutsche Fernsehlotterie hat das Projekt mit 93.000 Euro gefördert.

Seit dem Start im Jahr 1956 hat die Lotterie bundesweit rund 9.300 soziale Projekte mit einem karitativen Zweckertrag von über 2 Milliarden Euro unterstützt.

Gefühle werden nicht vergessen

Die Familien in Osnabrück möchten das Demenzcafé jedenfalls nicht mehr missen. Oft sind es ernste Gespräche, die Angehörige in kleiner Runde führen. Doch sie tun gut, denn einen so ehrlichen Austausch finden sie in ihrem Umfeld meist nicht. Doch es herrscht auch ausgelassene Stimmung. Die Demenzbegleiter wissen, wie sie die un-

erkrankung oft entwickeln, zu sätzlich fördern können. So werden neben Bewegungsspielen und dem Singen von Volksliedern an manchen Tagen auch Marmelade oder Apfelmus gekocht, im Herbst Laternen oder Fensterbilder gebastelt oder Gesellschaftsspiele gespielt. Unter www.fernsehlotterie.de/magazin gibt es mehr Informationen zu diesem und vielen weiteren sozialen Projekten. Menschen mit Demenz vergessen vieles, Gefühle sind davon jedoch nicht betroffen. Gemeinsam lachen und schöne Momente erleben, auch wenn der Alltag oft schwierig ist, ist immer noch möglich und ungemein wichtig.

Neue Energie für schwere Beine

Basische Mineralstoffe können helfen

(djd-k). Brennende Oberschenkel, bleischwere Beine: Es kann jedem passieren, sowohl dem Profi als auch dem Sporteinsteiger. Wenn sich die Sportbegeisterten ihre Kräfte nicht einteilen oder die Anstrengung im anaeroben Bereich extrem hoch ist, versagen die Muskeln sukzessive ihren Dienst. Das kann bei jeder Trainingsart passieren - beim Mountainbiken wie beim Joggen. Die überbelastungsbedingten Muskelprobleme sind nicht nur schmerzhaft, sie gehen auch mit einem steigenden Verletzungsrisiko einher.



Foto: djd-k/Basica/Frank Boxler

Hinter der spürbaren Beeinträchtigung der Muskelleistung stecken meist größere Mengen Laktat. Dies ist das Salz der Milchsäure, das der Körper bei der anaeroben Energiegewinnung bildet und in die Blutbahn abgibt. Normalerweise baut der Organismus Laktat schon während der Belastungsphase wieder ab. Wenn sich jedoch nach einer gewissen Trainingszeit zu viel davon angehäuft hat, ist das Abbausystem überfordert. Es kommt zu einer Übersäuerung der Muskulatur - und die Leistung in den Muskeln sinkt. Gegen diese sportbedingte Laktat-azidose lässt sich allerdings etwas tun. Die Münchner Ernährungswissenschaftlerin Dr. Tanja Werner empfiehlt eine basische Ernährung, die zu einem ausgeglichenen Säure-

Basen-Haushalt beiträgt und den Energiestoffwechsel unterstützt. Unter www.basica.de sind zahlreiche Tipps für die Ernährungsumstellung zu finden. Als grobe Richtlinie für eine vornehmlich basische Ernährungsweise gilt: Die Hälfte der Lebensmittel auf dem Teller sollte aus Salat, Gemüse und Obst bestehen.

Säurebildende Lebensmittel, zu denen vor allem eiweißreiche Produkte wie Fleisch, Fisch, Käse, Brot und Getreideprodukte zählen, sollten hingegen reduziert werden. Um den Körper zu unterstützen und einer Übersäuerung in den Muskeln vorzubeugen, kann die Zufuhr von basischen Mineralstoffen und Spurenelementen, wie sie in Basica

enthalten sind, sinnvoll sein. Den Produkten aus der Apotheke wurde kürzlich ein deutsches Patent zur Vorbeugung und Behandlung einer Laktatazidose erteilt. Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass sich eine zusätzliche Einnahme vor dem Sport positiv auf die Belastbarkeit der Muskulatur auswirken kann. Denn die basischen Mineralstoffe können für einen ausgeglichenen Säuren-Basen-Haushalt, eine normale Muskelfunktion und einen funktionierenden Energiestoffwechsel sorgen. Wie Dr. Werner bestätigt, könnten die Präparate dazu beitragen, die Übersäuerung der Muskeln durch die Laktatbildung abzufangen und so die Leistungsfähigkeit der Muskulatur länger zu erhalten.



Fußpflege Rhein-Neckar
Ihre professionelle **mobile** Fußpflege und Maniküre

Gutschein: Kaufe 6, Zahle 5*
für alle Behandlungen ab 26€



Gutschein
Weihnachtsaktion*

*Aktion gültig bis einschl. 23.12.2021



Tel.: 06204 / 93 09 7 09
Mobil: 0176 / 631 49 654
info@fusspfliegerheinneckar.de

Am Kapellenberg 41
68519 Viernheim
www.fusspfliegerheinneckar.de

Natürliche Blutdrucksenker

So geht's natürlich

(spp-o) Ein erhöhter Blutdruck ist nicht sofort gefährlich. Er kann zum Beispiel die Folge von Anstrengung oder Stress und somit vorübergehend sein. Ist der Blutdruck aber dauerhaft zu hoch, werden die Arterien geschädigt. Langfristige Folgen können ein Schlaganfall oder ein Herzinfarkt sein. Eine Änderung des Lebensstils sowie bestimmte Mikronährstoffe können helfen, den Blutdruck natürlich zu senken.

Der Blutdruck wird durch folgende Faktoren bestimmt: Während des Herzschlags pumpt das Herz mit großer Kraft Blut in die Gefäße. Das fließende Blut übt dabei Druck auf die Gefäßwände aus, welche den sogenannten Gefäßwiderstand entgegenseetzen. Für einen gesunden Blutdruck ist es wichtig, dass das Blut möglichst ungehindert durch die Gefäße fließen kann. Das gelingt

zum Beispiel durch einen Lebensstil mit ausreichend Bewegung sowie einer ausgewogenen Ernährung mit viel Obst, Gemüse und Vollkornprodukten. Auch bestimmte Mikronährstoffe können die Fließeigenschaften des Blutes verbessern. Zunächst einmal gilt es festzustellen, ob ein Mangel besteht. So kann zum Beispiel ein Kaliummangel Bluthochdruck auslösen.

Der Mineralstoff Kalium ist unter anderem in Bananen und Vollkornbrot enthalten. Eine Versorgung mit Kalium kann auch über Mikronährstoffpräparate, allerdings nur unter ärztlicher Absprache, erfolgen. Denn liegt kein Mangel vor, kann es zu einem Kaliumüberschuss kommen. Dieser kann zum Beispiel zu Herzrhythmusstörungen führen. Infos unter: www.vitamindocor.com/Bluthochdruck

Ein Fixpunkt nicht nur für Seeleute

Die beliebten Leuchttürme auf dem Lister Ellenbogen haben eine lange Historie

(djd-mk). Mit ihren weithin sichtbaren Lichtsignalen geben sie Orientierung in der Nacht und ermöglichen eine sichere Heimkehr: Leuchttürme. Für Seeleute stellen sie einen Fixpunkt bei der Navigation dar, für "Schleute" hingegen sind sie beliebte Fotomotive, die eine gehörige Portion Fernweh wecken. Zur Insel Sylt gehören die markanten Leuchtfeuer unweigerlich dazu. Zwei besonders reizvolle Exemplare finden Urlauber ganz hoch im Norden auf dem Lister Ellenbogen.



Foto: djd-k/Kurverwaltung List auf Sylt

Signalgeber seit über 160 Jahren

Wenn sie sprechen könnten, hätten die beiden Leuchttürme List-Ost und List-West jede Menge zu erzählen aus ihrer langen Geschichte. Von Stürmen, Abenteuern auf See, aber

auch von der sommerlichen Idylle in 1857 in Betrieb und weisen bis heute der urwüchsigen Dünenlandschaft Fischern, Frachtschiffen und Freizeitkapitänen den sicheren Weg – seit

weit über 160 Jahren also. Zur Entstehungszeit stand der Sylter Norden noch unter dänischer Regierung.

Die Insel war seinerzeit lediglich vom Festlandhafen Hoyer oder von Hamburg über Cuxhaven, Helgoland, Amrum und Föhr per Schiff zu erreichen. So einige Merkmale der Leuchttürme sind rekordverdächtig, schließlich handelt es sich um die nördlichsten Bauwerke Deutschlands und die ältesten hierzulande noch aktiven Eisentürme.

Beide sind im Wesentlichen baugleich und unterscheiden sich lediglich leicht in der Höhe sowie in ihrem Anstrich. Schließlich trägt jedes Leuchtfeuer sein eigenes, markantes Kleid, das es tagsüber unverwechselbar macht. In der Nacht strahlen beide um die Wette: Bis zu 30 Kilometer hinaus auf Meer ist ihr Licht sichtbar.

Naturerlebnisse auf dem Ellenbogen

Bei einer Radtour oder einer Wanderung über den Lister Ellenbogen darf ein Abstecher zu einem oder am besten gleich beiden Türmen nicht fehlen. Inmitten der Dünen bieten sich immer wieder neue, reizvolle Fotomotive. Eine Besteigung ist zwar nicht möglich, doch der Besuch der Naturlandschaft im Sylter Norden lohnt sich in jedem Fall. Unter www.list-sylt.de gibt es ausführliche Informationen dazu und viele weitere Tipps für abwechslungsreiche Urlaubstage auf Deutschlands nördlichster Insel. Wer beim Anblick von List-Ost und List-West meint, nun seinen Traum beruf gefunden zu haben, wird leider enttäuscht. Leuchtturmwärter gibt es dort schon seit 1977 nicht mehr, seitdem wird alles über Funk-schaltuhren und Sensoren aus der Ferne bedient.

Kulturcafé
KULTURHAUS KÄFERTAL
Das soziale und kulturelle Zentrum im Stadtteil.

So | 07.11. | 17 Uhr

TRIOOO MARAVILHA +1
Monica Tomasi Gitarre, Priscilla Simeoni Violine, Fausto Israel Vocals, Cris Gavazzoni Percussion

So | 21.11. | 17 Uhr

JAZZTONES
Christian Lassen Gitarre
Johannes Schaedlich Bass
Helmut Engelhardt Saxophon

November 2021
KULTURHAUS KÄFERTAL
Das soziale und kulturelle Zentrum im Stadtteil.

24. KÄFERTALER WEIHNACHTSMARKT

SA 27.11. + SO 28.11.
11-18 UHR

OFFIZIELLE ERÖFFNUNG SAMSTAG, 11 UHR

- WEIHNACHTLICHE ATMOSPHÄRE
- GESCHENKE & IDEEN FÜR DAS FEST
- MUSIKPROGRAMM

MITWIRKENDE MITGLIEDER DER IG KÄFERTALER VEREINE, SCHULEN, KINDERGÄRTEN U.A.

<https://kulturhauskaefertal.de/kaefertaler-weihnachtsmarkt-2021/>

Borkum

Entdecke den Zauber der Herbst & Winterzeit

(spp-o) Rraues Wetter, stürmischer Wind und leere Strände – die Saison der Sinne hält Einzug auf Borkum. Aber genau diese Jahreszeit macht die Insel ganz besonders, sie hat dann ihren ganz eigenen Charme.

Richtung Hooge Hörn oder die neu eröffnete Wattenmeerpromenade bieten ein Schauspiel an traumhaften natürlichen Gegebenheiten und bieten einmalige Einblicke in die Borkumer Welt.

Genießen Sie einen langen, ausgiebigen Spaziergang am längsten Strand der sieben Ostfriesischen Inseln, in einem riesigen Naturgebiet im UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer. Mitten im UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer gelegen, präsentiert sich „der schönste Sandhaufen der Welt“ mit einer beeindruckenden Flora und Fauna.

Auf Borkum hat jede Jahreszeit ihren Charme. Das sich in einem endlosen Kreislauf vor- und zurückbewegende Meer berauscht die Sinne und weitet mit jedem Atemzug die Brust.

Die Seehundsbank mit ihren vielen tierischen Bewohnern, das Ostland, ein 26 Kilometer langer Sandstrand, die weitläufige Dünenlandschaft in

Das konzentrierte Bewusstsein weicht freien Gedanken. Die körperliche Anspannung weicht der Entspannung. Hier können Sie Freiheit atmen! Mit ihren vier Entdeckerwelten Natur, Sport, Vitalität und Kultur gibt es auf Borkum auch in der ruhigeren Saison immer etwas zu erleben.



FANSHOP
am Wasserturm

P7, 17
Montag - Samstag
10:00 bis 20:00 UHR



WALDHOF WELT

SO STEHEN IHRE STERNE



WIDDER

21.3.-20.4.

Nehmen Sie den Frust in der Partnerschaft nicht auf die leichte Schulter. Einer notwendigen Auseinandersetzung dürfen Sie nicht ausweichen.



STIER

21.4.-21.5.

Wirkliche Probleme haben Sie im Moment doch gar nicht. Warum also machen Sie sich um alles, was um Sie herum geschieht, so viele Sorgen?



ZWILLING

22.5.-21.6.

Offensichtlich schlägt jetzt die Stunde der Wahrheit! Vielleicht sollten Sie ruhmütig Farbe bekennen, das gäbe eventuell mildernde Umstände ...



KREBS

22.6.-22.7.

Die schwierige Aufgabe schaffen Sie nicht allein: Sie brauchen vielmehr ein Team, das zusammenhält. Nur dann stellt sich der Erfolg ein.



LÖWE

23.7.-23.8.

Wenn Ihr verständnisvoller Ton ohne Wirkung bleibt, sollten Sie mit jemandem endlich Klartext reden. Diese Aussprache ist schon lange überfällig.



JUNGFRAU

24.8.-23.9.

Überfordern Sie sich nicht erneut: Für Sie ist vielmehr eine kleine Ruhephase unabdingbar notwendig, um wieder zu Kräften zu kommen.



WAAGE

24.9.-23.10.

Das Teuerste muss nicht immer das Beste sein. Diese Alltagsweisheit sollte Sie begleiten, wenn Sie mal wieder einen Einkaufsummel unternehmen.



SKORPION

24.10.-22.11.

Um beruflich den Anschluss nicht zu verpassen, müssen Sie mehr Engagement zeigen – und guten Vorsätzen entsprechende Taten folgen lassen!



SCHÜTZE

23.11.-21.12.

Sie müssen konzentriert vorgehen, denn nun ist es unabdingbar notwendig, mehrere Dinge gleichzeitig zu tun, ohne dabei durcheinander zu geraten.



STEINBOCK

22.12.-20.1.

Eine Ihnen fremde Person beruft sich auf gemeinsame Bekannte, um eine bestimmte Information von Ihnen zu erhalten. Sagen Sie besser nichts!



WASSERMANN

21.1.-19.2.

Sie haben die nötige Energie, um sich jetzt durchzusetzen. Was Sie einmal begonnen haben, sollten Sie nun konsequent zu Ende führen.



FISCHE

20.2.-20.3.

Man vertraut Ihnen verantwortungsvolle Aufgaben an, da man der festen Überzeugung ist, dass die sich bei Ihnen in den besten Händen befinden.

allmähliche Steigerung	Umgangssprache	die Gesundheit betreffend	asiatischer Reiochse	englisch: nach, zu	kurz für: in dem	Teil des Krankenhauses (Abk.)	Frauenname	Dreifingerfaultier	Ritter der Artusrunde	biblische Bez. für das Paradies	Gattin des Gottes Thor	
	1						Schlimmes		3			
Vater in der Kindersprache		Heuböden		militärische Truppeneinheit						deutsche Popsängerin		
										4		
Fehler beim Tennis (engl.)					2					deutsche Schauspielerin	abgesondert, extra	
Botin der nord. Göttin Frigg										festes Seezeichen	Kfz-Abgasentgifter (Kw.)	
		Sage, Kunde	abweichende Variante									
				deutsche TV-Anstalt (Abk.)								
arabisch: Sohn		deutsche Vorsilbe			Vorname von Fußballer Kirsten	griechischer Buchstabe		künstliche Weltsprache		Frauenkurzname	franz., lateinisch: und	Abk.: meines Erachtens
anständig, ehrlich								verfahrenere Situation		5		
poröses Vulkangestein					Minderheit						6	

METROPOLJOURNAL
 Onlinesite tagesaktuell & kostenlos!

 www.metropoljournal.com

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

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

Auflösung Oktober 2021 Auflösung Oktober 2021

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

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

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

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

BESTATTUNGSHAUS ZELLER
 Erledigung aller Formalitäten und Amtswege.
 Tag und Nacht dienstbereit auf allen Mannheimer Friedhöfen.
 Auf Wunsch Hausbesuche **Erd- oder Feuerbestattung**
 ab 890,- € zzgl. amtliche-+Friedhofsgebühren
 Bestattungsvorsorge · Sterbegeldversicherung bis zum 85. Lebensjahr
 Waldstraße/Ecke Waldpforte
Mannheim 06 21/7 48 23 26

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

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

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

Eröffnung Kaiser-Palast

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

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

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

Erlebnisastronomie vom Feinsten

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

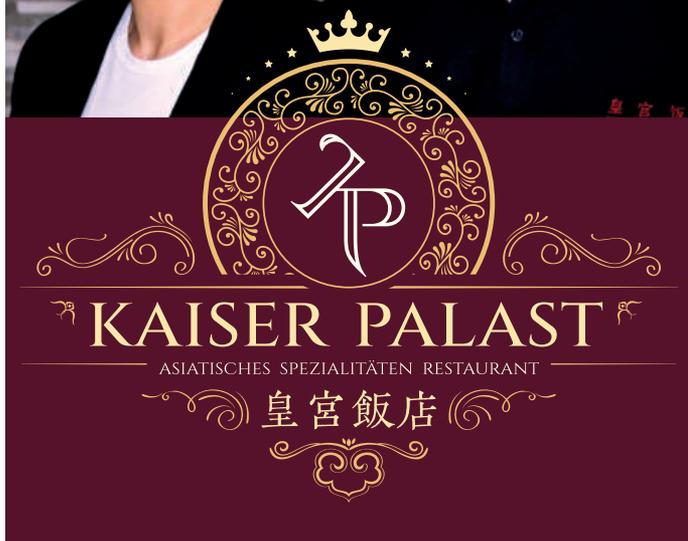
Ein separates Sushi – Buffet zeigt die Vielfalt, das absolute Können des Koch – Meisters. Nicht nur die riesige Auswahl beeindruckt, auch die Präsentation erinnert an kleine, wunderbare Kunstwerke.

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

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

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

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



Erlebnisastronomie vom Feinsten



Der Kaiser-Palast bietet von 11.30 – 15.00 Uhr Mittags - Buffet für Euro 11,90 und ab 17.30 Uhr bis 23.00 Uhr das Gourmet – Buffet für 20,90 Euro.

Natürlich stehen genügend Parkplätze zur Verfügung

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

