

METROPOLJOURNAL

Metropoljournal.com

DIE KULTURMETROPOLE

MarktMeile Mannheim

zum Verkaufsoffenen Sonntag am 02.10.2022

Sonntagsshopping in der Mannheimer City 2. Oktober 2022

IN MANNHEIM²³
SCHLAGEN
SHOPPINGHERZEN
HÖHER

MarktMeile mit verkaufs-
offenem Sonntag
2. Oktober 2022, 13–18 Uhr



www.ep-ma.de

EP MANNHEIM²³
Event und Promotion

(red) Mit der MarktMeile Mannheim erinnert die Event & Promotion Mannheim GmbH an die Verleihung der Marktrechte an die Stadt Mannheim. Die am 10. September 1613 aus-

stellte Urkunde bildet schließlich nicht nur die historische Grundlage für die Mannheimer Jahrmärkte, sondern war zur damaligen Zeit eine wesentliche Voraussetzung für den wirtschaftlichen

Aufschwung der Stadt und der Region. Mai- und Oktobermess, die Wochenmärkte und auch der Maimarkt haben ihre Wurzeln in diesen Marktrechten aus dem 17. Jahrhundert. Unterschiedliche Märkte und Aktionen laden deshalb entlang der MarktMeile zum Besuch ein. Die Schwerpunkte liegen dabei auf folgenden Plätzen: Marktplatz G 1 • Holland StoffMarkt Paradeplatz • KunstMarkt & LebensmittelMarkt Kapuzinerplanken O 5 • Herbstmarkt Kapuzinerplanken O 6 • Jazz im Quadrat Neuer Messplatz • Oktobermess – größtes Volksfest der Region

Heimtextilien und Dekostoffe, Quilt- und Patchworkstoffe, Polsterstoffe Schnittmuster und Kurzwaren.

Die Händler bieten ein riesiges Angebot und nur die neueste Trendware an! Die Aussteller freuen sich über Ihren Besuch beim „STOFFMARKT HOLLAND“! Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.stoffmarkt-holland.de

Der KunstMarkt auf dem Paradeplatz im Herzen Mannheims erfreut sich seit Jahren großer Beliebtheit und dies auch überregional. So lassen es sich auch dieses Jahr viele auswärtige Teilnehmer nicht nehmen, bei diesem Event mit dabei zu sein. Es werden handgefertigter Schmuck, Fotografien, Skulpturen, Bilder und vieles mehr ausgestellt. Anzuschauen und zu kaufen gibt es ein vielfältiges sowie bunt gemischtes künstlerisches Angebot aus allen Bereichen der Kunst und des Kunsthandwerks, so dass für jeden Geschmack etwas dabei sein dürfte. Die Künstler öffnen ihre Stände um 11.00 Uhr und freuen sich darauf, ihre Arbeiten vorstellen zu können. Besonders erwünscht ist hierbei, mit den Besuchern ins Gespräch zu kommen, sich auszutauschen, zu fachsimpeln und viele neue Kontakte zu knüpfen.

Stoffmärkte sind in Holland schon sehr lange bekannt und sehr erfolgreich. Zur MarktMeile in Mannheim präsentiert das Team um Marco Spolder den bundesweit beliebten StoffMarkt auf dem Marktplatz G 1, dem Treffpunkt für Hobbyschneider. An mehr als 130 Ständen werden die neuesten Stoffe und Kurzwaren angeboten. Neben den angereisten Stoffanbietern beteiligen sich häufig auch örtliche Stoffhändler. So entsteht eine bunte Mischung und das Angebot ist noch umfangreicher, als man es von holländischen Stoffmärkten kennt. Das Angebot umfasst alles zum Selberrähen: Damen- und Kinderstoffe, Gardinen,

IPFEIFER ABWASSER-KANAL

Wir machen Ihr Rohr frei!



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

0 62 03 /
95 44 55

Pfeifer Abwasser-Kanal GmbH
Robert-Bosch-Str. 4 • 69198 Schriesheim
Internet: www.pfeifer-abwasser-kanal.de

Franklin News

Mannheim

Ludwigshafen

Heidelberg

Speyer

Oktober 2022

Aus der Region.....	02-09
Bauen / Wohnen & Renovieren.....	10-11
Gesundheit & Wellness.....	12-13
Rätsel.....	15
Impressum.....	2

Rund um die Uhr
brandaktuell

Lokales & Regionales
Immer Kostenlos!

Lokal profitieren -
regional informieren

www.metropoljournal.com

Impressum

Herausgeber:

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

REDAKTION:

Lothar Binder Vi.S.d.P.
L.Binder@metropoljournal.com
Ruth Binder-Wach
R.Wach@metropoljournal.com
Dennis Wach
D.Wach@metropoljournal.com
Gustav Beck
G.Beck@metropoljournal.com
Dieter Augstein
D.Augstein@metropoljournal.com
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

Metropoljournal
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

Mit dem Audioguide in den Käfertaler Wald

(red) Die Untere Forstbehörde der Stadt Mannheim hat eine digitale Waldführung entwickelt. Die Tour für den Käfertaler Wald ist in der App „Digiwalk“ abrufbar. An insgesamt 10 Stationen erfährt man Wissenswertes über den Stadtwald. Das kostenfreie Angebot richtet sich an alle interessierten Waldbesuchenden.

Das Waldpädagogik-Team stellt am Sonntag, 2. Oktober um 14 Uhr am Karlsstern die digitale Führung vor und steht für Fragen zur Verfügung. Hinweis: Da im Käfertaler Wald unter Umständen nicht überall mobiler Empfang gegeben ist, empfiehlt es sich, den Audioguide „Auf geht's in den Käfertaler Wald“ vorab in der App „Digiwalk“ herunterzuladen. Tour führt an 10 Stationen durch den Käfertaler Wald



Foto: Stadt Mannheim Digiwalk

Die Route der Waldführung startet am Karlsstern und führt ca. 3,5 km durch den Käfertaler Wald. Mit Verweilzeiten dauert die Tour ca. 2 Stunden und leitet die Zuhörenden nicht nur auf den Hauptwegen durch den Wald. Die Route ist bei trockenem Wetter auch für geländegängige

Kinderwagen und Rollstühle geeignet.

An 10 Stationen wird neben der Entstehung des Stadtwaldes vor allem über aktuelle Herausforderungen, wie den Klimawandel und eingewanderte Arten, berichtet. Der Guide liefert Antworten auf Fragen wie:

Wie geht es unserem Stadtwald? Welche Baumarten haben hier eine Zukunft? Warum liegen im Wald umgestürzte Bäume?

Waldpädagogisches Angebot der Stadt Mannheim

Die digitale Waldführung ist Teil des walddpädagogischen Konzepts der Stadt Mannheim. In Kooperation mit dem Waldhaus Mannheim werden kostenfreie walddpädagogische Veranstaltungen für Schulklassen angeboten. Ebenso beteiligt sich die Waldpädagogik mit Familienveranstaltungen am „Tag der Artenvielfalt“ sowie dem „Agenda Diplom“.

Weitere digitale Waldführungen für andere Waldgebiete sowie spezielle Waldführungen für Familien mit Spielanregungen sind in Planung.

Der Sternenhimmel im Herbst

Vortrag von Dr. Mathias Jäger, Planetarium Mannheim am 06.10.2022 um 19.30 Uhr

(red) Am 6. Oktober nimmt Dr. Mathias Jäger die Besucherinnen und Besucher mit auf eine Erkundung des herbstlichen Nachthimmels. Dank des frisch gewarteten Sternenspektors erleben die Zuschauerinnen und Zuschauer die Sterne und Planeten, die ab Oktober bis zum Jahresende sichtbar sind, in atemberaubender Realitätsnähe. Auch die am 25. Oktober stattfindende Son-

nenfinsternis und die damit verbundenen Ereignisse können so wirklichkeitsnah und von den bequemen Sesseln im Kuppelsaal des Planetariums aus bereits vorab – unabhängig vom Wetter – genossen werden. Mithilfe der digitalen Projektionstechnik geht es im zweiten Teil auf eine Reise hin zu den schönsten Bildern unseres Universums, die in den letzten Monaten neu veröffent-

licht wurden. Dazu gibt es einen informativ und humorvoll dargebotenen Überblick über die Highlights der aktuellen astronomischen Forschung. Das Ganze wird mit der musikalischen Unterstützung durch Brian May und Cold Play dargeboten. Neben bislang fast unbekannten Bildern vom James-Webb-Teleskop erfahren die Besucherinnen und Besucher unter anderem auch neues

über Supernova-Explosionen und einiges zu den aktuellen Projekten der bemannten Raumfahrt und wohnen uns diese in den nächsten Jahren führen werden.

Ort: Planetarium Mannheim, Kuppelsaal
Einheitspreis: 6,00 €
Tickets sind online oder an der Tageskasse erhältlich.

Interkulturell

Verfasst von Dres. Ilya Zarrouk

(red) Sie standen als erstes für den interkulturellen Austausch und eine Gesellschaft in Vielfalt und Zusammenhalt: Erwin Teufel ehemaliger Ministerpräsident Baden-Württembergs und Wolfgang Schäuble ehemaliger Bundestagspräsident und Minister des Bundes a.D.

Eine Würdigung des konservativen Leitbildes des individuellen Seins durch Dr. Wolfgang Schäuble und Erwin Teufel zu deren Geburtstagen im Jahr des 500. Jubiläums des ersten Humanisten Johannes Reuchlin

Verfasst von Dres. Ilya Zarrouk, Honorar-

dozent in verschiedenen Institutionen

Wolfgang Schäuble der am 18.09.22, 80 Jahre jung wird hat als erster Minister des Bundes die Islamkonferenz einberufen gehabt bevor überhaupt Parteien des linken Spektrums darauf gekommen wären. Genauso wie Erwin Teufel (ehemaliger Ministerpräsident des Landes Baden-Württemberg), welcher am 4. September 2022, 83 geworden ist, den interkulturellen und interreligiösen Dialog als Grundlage des Zusammenhalts



Foto: red

sah, fokussierte Wolfgang Schäuble auf Bundesebene diese Form der Inklusion. Beide konservativen Kräfte verstanden sich dabei als Brückenbauer im Sinne eines konservativen Menschenbildes des individuellen Seins, abgeleitet aus der christlichen Soziallehre. Wie einst der erste Humanist in Zeiten der Renaissance Johannes Reuchlin vor 500 Jahren die Notwendigkeit als rechtsphilosophischer und naturrechtlicher Grundsatz ansah Juden in Europa zu schützen, weil das

Heilige Römische Reich Deutscher Nation dazu verpflichtet sei das jüdische Leben rechtskräftig zu verteidigen, auch aus wissenschaftlichen und theologischen Gründen heraus, so argumentieren auch Schäuble und Teufel in selbiger Form.

Erwin Teufel sagte bereits in, 90er Jahren auf Grundlage der Lehre von Reuchlin, „der Mensch ist ein Abbild Gottes und sein Sein ist ein Teil davon, wie er nun damit umgeht insbesondere mit seiner kulturellen

Identität muss er bestimmen, sofern es sich an die gegebenen Fundamente des Rechtsstaates hält, daher ist der Dialog der Integration vorgeschaltet um den gegenseitigen Respekt im Sinne der Humanität zu fördern.“ Schäuble erweiterte dieses Leitbild als Innenminister insofern, dass er sagte, Vielfältigkeit allein, fördert keine Inklusion und schon gar nicht den gegenseitigen Respekt der unterschiedlichen Kulturen durch das Menschenbild des Menschen und seines Seins von Nöten, um die Gesellschaft zusammen zu führen. Vielfalt und Buntheit allein führt also noch nicht zu einer interagierenden Gesellschaft, das hat bereits Johannes Reuchlin erkannt. Deshalb sind die Grundsätze des humanen, modernen als auch konservativen Menschenbildes, welches sowohl Erwin Teufel und Wolfgang Schäuble vertreten und in ihrer aktiven Zeit als politische Führungskräfte vertreten haben aktueller denn je, in einer Zeit wo das individuelle Dasein und die einzelnen Lebensvorstellungen immer häufiger einer einheitlichen Vorstellung weichen sollen.

Weihnachtliche Lichterketten

leuchten kürzer

(red)Die Weihnachtsbeleuchtung in den Mannheimer Fußgängerzonen hat eine lange Tradition, sie erzeugt eine besondere Atmosphäre, ist ein Symbol der Weihnachtszeit und lässt die Innenstadt in festlichem Glanz erstrahlen. Sie wurde bereits 2010 auf energiesparenden LED-Leuchten umgestellt und wird mit Strom aus erneuerbaren Energien betrieben.

Vor dem Hintergrund der aktuellen Energiesituation, hat sich die Stadt Mannheim mit den an der Weihnachtsbeleuchtung beteiligten Akteuren beraten und eine Entscheidung für die Weihnachtsbeleuchtung 2022 getroffen. „Wir werden in Mannheim die täglichen Beleuchtungszeiten des Lichterschmucks in den Fußgängerzonen



Foto: Stadt Mannheim

reduzieren sowie die Beleuchtungsperiode verkürzen.

Mit dieser Entscheidung erfüllen wir die Verpflichtung, Energie einzusparen. Es ist jedoch auch unser Anliegen, die Innenstadt in der Weihnachtszeit weiterhin für Besucherinnen und Besucher aus Mannheim und der gesamten Region attraktiv und einladend zu gestalten“, erklärt Wirtschaftsbürgermeister Michael Grötsch. „Wir freuen uns, dass unsere Weihnachtsbeleuchtung auch dieses Jahr wieder eingeschaltet werden kann. Und wir sind froh, dass die Stadt Mannheim unsere Vorschläge zur Reduzierung der Einschaltzeiten übernommen hat. Wir wollen damit auch einen Beitrag zu den Einsparungen im Energiebereich leisten“, so Lutz Pauels, 1. Vorsitzender der Werbegemeinschaft Mannheim City e.V., die die Organisation der Weihnachtsbeleuchtung verantwortet.

In der konkreten Ausgestaltung wird der tägliche Beginn der Beleuchtung von 15.30 Uhr auf 17 Uhr verlegt und die Lichter jeweils um 22 Uhr wieder ausgeschaltet. In den Vorjahren war die Beleuchtung bislang an Freitagen und Samstag eine Stunde länger, nämlich bis 23 Uhr in Betrieb. Die Dauer des Lichterglanzes wird an die Dauer der Weihnachtsmärkte bzw. des Silvestermarktes angepasst und damit um eine Woche bis 1. Januar 2023 verkürzt werden. Bislang wurden die Lichterketten erst nach dem 6. Januar wieder entfernt. „LED-Beleuchtung ist im Vergleich zu herkömmlichen Leuchtmitteln deutlich energiesparender. Daher haben wir schon frühzeitig die Weihnachtsbeleuchtung auf energieeffiziente LED-Lampen umgestellt“, betont Marco Demuth, Bereichsleiter Vertrieb Regional bei MVV.

„Durch die Reduzierung der Einschaltzeiten bei der Weihnachtsbeleuchtung können wir in diesem Jahr zusätzlich weitere 30 Prozent des bisherigen Stromverbrauchs einsparen.“

Die Organisation und Finanzierung der Weihnachtsbeleuchtung in Mannheim obliegt der Werbegemeinschaft Mannheim City e.V. Die Wirtschaftsförderung der Stadt Mannheim beteiligt sich jährlich daran mit einem Zuschuss. Die MVV Energie AG trägt als Sponsor die Stromkosten.

Die zwei Weihnachtsmärkte und der Märchenwald in der Innenstadt werden wie gewohnt stattfinden. Die konkrete Ausgestaltung der Buden- und Ambientebeleuchtung obliegt den jeweiligen Betreibern der Weihnachtsmärkte.

Rund um die Uhr
Lokales & Regionales
www.metropoljournal.com

Kinder- und Jugendbeteiligung in Mannheim

Stadtteilversammlung im Stadtteil Franklin

(red) Die Kinder und Jugendlichen aus Mannheim-Franklin sind aufgerufen, sich und ihre Anliegen zur Entwicklung ihres Stadtteils aktiv einzubringen: Im Rahmen der 68DEINS!

Kinder- und Jugendbeteiligung veranstaltet das 68DEINS! Kinder- und Jugendbüro eine Stadtteilversammlung für Kinder und Jugendliche aus dem neuen Stadtteil Franklin.

In verschiedenen Kinder- und Jugendforen in der Schule, in Verbänden, Vereinen oder Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe treffen sich die Mitarbeitenden des Kinder- und Jugendbüros mit jungen Menschen aus dem Stadtteil, um über deren Anliegen und Themen zu sprechen.

In diesen Foren werden Präsentationen erarbeitet, die bei der Stadtteilversammlung am Mittwoch, 5. Oktober 2022, ab 18 Uhr, im Forum Franklin, Robert-Funari-Str. 38-40, Politiker*innen aus dem Bezirksbeirat und Gemeinderat, Mitarbeitenden der Verwaltung und Mitgliedern der Vereins- und Verbandsarbeit vorgestellt werden.

den. In der Versammlung möchten die jungen Menschen erwachsene Mitstreiter*innen aus Politik, Verwaltung und Vereins- und Verbandsarbeit für ihre Anliegen gewinnen.

Alle Interessierten können sich vorab per E-Mail an info@68deins.de wenden, das 68DEINS! Kinder- und Jugendbüro Mannheim organisiert die Veranstaltung und steht für Fragen zur Verfügung.

Hintergrund:

Das 68DEINS! Kinder- und Jugendbüro Mannheim befindet sich in der Trägerschaft des Stadtjugendring Mannheim e.V. sowie der Stadt Mannheim, Fachbereich Jugendamt und Gesundheitsamt und Fachbereich Demokratie. Die Termine der weiteren Stadtteilversammlungen 2022 stehen auf www.68deins.de.

Hinweis an die Medien:

Wir bitten um Ankündigung der Veranstaltung und freuen uns, Sie bei der Diskussion der Anliegen am Mittwoch, den 5. Oktober 2022, um 18 Uhr, begrüßen zu dürfen.

MANNHIMER MESS

GRÖßTES VOLKSFEST DER REGION

2,50€ sparen und losfeiern!
Mit dem VRN Tages-Ticket erhalten Sie zusätzlich einen Rabatt von 2,50€ an einem Stand Ihrer Wahl.
Stadtbild ankommen. VRN

24.09 – 09.10.2022
NEUER MESSPLATZ

Mannheimer Schaustellerverband e.V.
EPMANNHEIM²
Event und Promotion
ep-ma.de



Einkaufen vor Ort im Quartier

Nahversorger eröffnet Filiale auf FRANKLIN

Mannheims jüngster Stadtteil FRANKLIN wächst und bietet inzwischen mehr als 5.000 Bewohnerinnen und Bewohnern ein Zuhause. Ab sofort gibt es mitten im Stadtteil einen vorläufigen Nahversorger, der so lange bestehen bleibt, bis das Zentrum FRANKLIN Grüne Mitte fertiggestellt ist.

Am Freitag wurde der Interimssupermarkt der WASGAU AG offiziell vorgestellt. Bei der Feierlichkeit in der George-Washington-Straße waren Baubürgermeister Ralf Eisenhauer, GBG-Geschäftsführer Karl-Heinz Frings und WASGAU-Vorstandssprecher Ambroise Forssman-Trevedy, MWSP-Geschäftsführer Achim Judt und weitere Verantwortliche anwesend. „Für die Infrastruktur auf FRANKLIN ist die Eröffnung des ersten Supermarktes auf der Fläche ein weiterer, bedeutender Schritt. Ich freue mich darum sehr, dass die Bewohnerinnen und Bewohner auf FRANKLIN mit WASGAU ab sofort einen zentralen Nahversorger im Stadtteil haben“, so Baubürgermeister Ralf Eisenhauer. „Die GBG schafft nicht nur Wohnraum, wir haben stets die sinnvolle Entwicklung der Quartiere im Blick. Das gilt auch für FRANKLIN, wo wir zusammen mit 3iPro genau darum das Stadtteilzentrum FRANKLIN Grüne Mitte bauen werden. Für die Menschen hier ist es aber wichtig, dass es auch vorher bereits ein Nahversorgungsangebot vor Ort gibt, darum sind wir jetzt sehr froh, dass der Interimssupermarkt von WASGAU eröffnet ist

und FRANKLIN damit noch attraktiver macht“, sagte Karl-Heinz Frings, Geschäftsführer der GBG - Mannheimer Wohnungsbaugesellschaft mbH, der FRANKLIN Grüne Mitte GmbH und der MWSP.

„Bei WASGAU verbinden wir seit jeher hohe Qualität und Frische mit persönlicher Wertschätzung und bewusster Nähe zu unseren Kundinnen und Kunden. Sie alle schätzen unser hochwertiges Angebot an Waren gerade auch aus regionaler Herstellung – so etwa aus unserer konzerneigenen Metzgerei und Bäckerei sowie von ausgewählten, handwerklich arbeitenden Partnern, die wir alle persönlich kennen“, betont Ambroise Forssman-Trevedy bei WASGAU. „Wir freuen uns sehr, einen WASGAU Frischemarkt im neuen Mannheimer Stadtteil FRANKLIN zu eröffnen. Bereits in der Aufbauphase besteht so die Möglichkeit, WASGAU kennen zu lernen – wenn auch zunächst noch im improvisierten Rahmen eines Interimssupermarkts.“ Für die Entwicklungsgesellschaft 3iPro wies Geschäftsführer Davut Deletioğlu auf die besondere Bauweise des Gebäudes hin: „Es war unser Ziel, bei diesem temporären Gebäude möglichst nachhaltig zu agieren und viele Bauteile wiederzuverwenden – das hat gut funktioniert und ist gerade derzeit ein wichtiges Signal.“

Die Verkaufsfläche des Supermarkts umfasst 260 Quadratmeter plus 117 Quadratmeter im Verkaufscontainer für Back- sowie Wurst- und Fleischwa-

ren. Außerdem stehen PKW- und Fahrradstellplätze auf dem Vorplatz für die Besucher*innen bereit. Bei der Idee des temporären Interimssupermarkts wurde vom Architekturbüro bb22 architekten + stadtplaner darauf geachtet, einen hohen Anteil an Materialien wiederzuverwenden. Dazu wurde eine Bauteilbörse aus Restbeständen angelegt. Auf dieser Grundlage der Materialien wurde dann mit der Planung begonnen. Der Markt wurde auf aufgelegten Betonblöcken errichtet. Diese können wiederverwendet und ein leichter Rückbau des Projekts gewährleistet werden. Die Bodenkonstruktion konnte zu ca. 50 Prozent aus Materialien der Bauteilbörse entwickelt werden.

Das gesamte Holztragwerk des Supermarkts besteht ebenfalls zu über 50 Prozent aus recyceltem Holz. Gedämmte Holzpaneele von einem vorangegangenen Fertigteile Holzbauprojekt konnten hier wieder aufgearbeitet werden und bilden nun zu fast 100 Prozent die Fassade. Lediglich die Türen, Fenster und Tore wurden neu angefertigt. Der Interimssupermarkt wird so lange bestehen, bis das Projekt FRANKLIN Grüne Mitte abgeschlossen ist. Das Zentrum besteht aus einem begrünten Hügel, er soll zugleich Nahversorgungszentrum und zentrale, identitätsstiftende Adresse in dem Mannheimer Stadtteil sein. Im Erdgeschoss des Hügels werden ein Nahversorger ebenfalls von

WASGAU mit einer Verkaufsfläche von etwa 1.500 Quadratmetern, eine Bäckerei, eine Apotheke, ein Drogeriemarkt und eine Gastronomie realisiert, zudem ist eine Bankfiliale geplant. In zwei oberen, deutlich kleineren Geschossen sind Büronutzungen vorgesehen. Auf dem Hügel steht ein Wohngebäude als Reminiszenz an die historische Bebauung auf FRANKLIN. Hier wird die GBG Mietwohnungen anbieten.

Die GBG wird gemeinsam mit dem Mannheimer Projektentwickler 3iPro als FRANKLIN Grüne Mitte GmbH das Stadtteilzentrum FRANKLIN Grüne Mitte realisieren.

Thomas-Jefferson-Straße

Einbau Seiteneinstiege für Kanalschächte

(red)Der Neubau der Stadtbahnstrecke auf FRANKLIN geht voran: Im Bauabschnitt „Franklin Mitte“ beginnen am Montag, 19. September, die Kanal- und Tiefbauarbeiten in der Thomas-Jefferson-Straße.

In voraussichtlich etwa vier Monaten Bauzeit werden in der Thomas-Jefferson-Straße zwischen dem neu hergestellten Gleisbogen und der Kreuzung Abraham-Lincoln-Allee/Thomas-Jefferson-Straße insgesamt vier Kanalschächte nacheinander von der Fahrbahn in den Gehwegbereich versetzt und von dort Querverbindungen zum bestehenden Kanal hergestellt. Da die Gleise in der Thomas-Jefferson-Straße straßenbündig ver-

laufen werden, können Instandhaltungs- und Wartungsarbeiten des Kanalsystems zukünftig über diese Seiteneinstiege erfolgen, ohne Beeinträchtigung des Individual- und Stadtbahnverkehrs. Nach Fertigstellung der Einstiege beginnen voraussichtlich Anfang des kommenden Jahres die Gleisarbeiten in diesem Abschnitt der Thomas-Jefferson-Straße.

Die Thomas-Jefferson-Straße ist während der Arbeiten für den Individualverkehr weiterhin befahrbar. Während der Bauzeit wird der Verkehr einspurig am jeweiligen Baufeld vorbeigeführt. Auch für Fußgänger und Fahrradfahrer bleibt jeweils eine Straßen-/Gehwegseite erhalten.



P F L E G E profis
Zuhause GUT gepflegt

Pflege Profis / Franklin Klinik

Robber-Funari-Str. 2-6
68309 Mannheim

Sie erreichen uns telefonisch für Mannheim / LU

Tel.: 0621-7001 8980

www.pflege-profis.info



Grundpflege



Wundversorgung



Betreuungsleistungen

GBG baut vielfältiges Wohnangebot weiter aus

und investiert in Nachhaltigkeit und Klimaschutz

(red) Das Angebot der GBG und ihrer Tochterunternehmen wächst: Mehr als 19.400 Mietwohnungen bietet die GBG aktuell an, der durchschnittliche Mietpreis beträgt 6,99 Euro pro Quadratmeter. Damit liegt das Angebot weiter deutlich unter dem Mietspiegeldurchschnitt in Mannheim von 8,37 Euro pro Quadratmeter. Gleichzeitig setzt die Gruppe gezielt ihre Nachhaltigkeitsziele um, etwa durch Sanierungen des Bestands und den Bau von Photovoltaikanlagen auf Hausdächern im sogenannten Mieterstrommodell.

Der Wohnungsbestand der GBG - Mannheimer Wohnungsbaugesellschaft ist im vergangenen Geschäftsjahr um über 200 auf jetzt 19.440 gewachsen. Einen besonderen Fokus hat die Gesellschaft dabei auf den Bau von geförderten Wohnungen gelegt, so wurden auf FRANKLIN, im Jungbusch und im Stadtteil Schönau Neubauten mit geförderten Wohnungen fertiggestellt. Rund 150 geförderte Wohnungen befinden sich aktuell im Freien Weg im Bau und werden teilweise noch in diesem Jahr fertiggestellt. Im Jahr 2021 konnte die GBG zudem prägende Bauprojekte auf den Weg bringen: Mit dem Hochpunkt E läuft seit mehr als einem Jahr der Bau des ersten von vier Hochpunkten auf FRANKLIN, im Mai dieses Jahres konnte auch mit dem Bau des H-Gebäudes begonnen werden. Auf FRANKLIN wird die GBG nach Fertigstellung ihrer Bauarbeiten rund 500 neue Mietwohnungen errichtet haben, davon mehr als die Hälfte als öffentlich geförderter Wohnraum mit einer gedeckelten Miete. Zudem entstehen 113 Eigentumswohnungen, um eine breite Mischung an Wohnformen zu erzielen. Einen Schwerpunkt legt die GBG seit Jahren auf die Sanierung ihres Bestandes, um die Wohnqualität für ihre Mieter*innen zu steigern und gleichzeitig den Energieverbrauch zu senken.

Vor dem Hintergrund des Klimawandels und der aktuell stark steigenden Energiepreise fühlt sich das Unternehmen in seinem Kurs, mit hohem Aufwand die Gebäude energetisch zu ertüchtigen, bestärkt. In den Wohnungsbestand wurden im Jahr 2021 rund 68 Millionen Euro investiert. Zudem konnte das Mieterstromprogramm der GBG noch einmal beschleunigt werden, Photovoltaikanlagen mit einer Leistung von gut 757 kWp (Kilowatt peak) wurden im abgelaufenen Geschäftsjahr installiert, insgesamt haben die Anlagen auf den GBG-Dächern eine Leistung von mehr als 1600 kWp. Bis zum Jahr 2025 sollen 145 PV-Anlagen installiert sein.

Dieses Vorgehen ist auch Teil der Nachhaltigkeitsstrategie, die die GBG-Gruppe seit 2020 erarbeitet hat und deren zentrales Element deutliche CO₂-Einsparungen bei den Wohngebäuden sind. Von großem Vorteil ist dabei auch, dass der Großteil der GBG-Gebäude an das Fernwärmenetz angeschlossen ist und somit von der zentralen Dekarbonisierung der Fernwärme profitieren wird. In den kommenden Jahren werden auch



Foto: GBG

die letzten Wohnungen im Bestand, die noch über Einzelöfen verfügen, an das Fernwärmenetz angeschlossen. Die gruppenweite Nachhaltigkeitsstrategie verfolgt neben dem zentralen Aspekt Klimaschutz auch weitere Schritte, um die Lebenswelt in Mannheim positiv zu beeinflussen, etwa die Gestaltung von klimaresilienten und sozialen Quartieren oder die Teilnahme an Forschungsprojekten.

„Wir haben uns im Jahr 2021 wieder erfolgreich der Herausforderung gestellt, neuen, bezahlbaren Wohnraum in Mannheim zu schaffen und unsere

Bestände zu sanieren. So kommen wir unserem Ziel von 20.000 Mietwohnungen in Mannheim näher und wahren so unsere Bedeutung für den Wohnungsmarkt. Besonders wichtig ist es für uns, bei diesem Wachstum die CO₂-Emissionen unserer Gebäude zu senken. Gleichzeitig stellen uns stark steigende Kosten und die drohende Energieknappheit in unserem wirtschaftlichen Handeln natürlich vor große Schwierigkeiten, Zeit- und Kostenpläne einzuhalten“, sagt Karl-Heinz Frings, Geschäftsführer der GBG - Mannheimer Wohnungsbau-

gesellschaft mbH. Einen Schwerpunkt legte die GBG auch wieder auf die Stabilisierung der Neckarstadt-West. Hier und im Jungbusch kaufte sie im abgelaufenen Geschäftsjahr Gebäude mit zusammengekommen 65 Wohnungen an. Im Frühjahr 2022 konnte sie zudem den Kaisergarten nach gut einjähriger Sanierung fertigstellen und an die Stadt übergeben. Der Kaisergarten ist nun als Kinder- und Jugendbildungshaus ein neuer Standort des Campus Neckarstadt-West.

Aktive Tochterunternehmen

Die GBG Unternehmensgruppe selbst ist im Jahr 2021 und zum Beginn des Jahres 2022 noch einmal gewachsen: Zum 1. Januar 2022 konnte die Altenpflegeheime Mannheim GmbH (APH) in die Gruppe integriert werden. Zudem wurde die Facility Management Dienstleistungen GmbH (FMD) gegründet, die derzeit Küchen- und Putzdienstleistungen für die APH erbringt. Mit diesem

Schritt kann die GBG-Gruppe nun auch spezifische Angebote für das Wohnen im Alter erbringen. Die APH betreibt vier Einrichtungen, einen ambulanten Dienst, eine Tagespflege und einen Mittagstisch. Hier werden knapp 500 Menschen betreut. Durch die Integration von APH und FMD besteht die GBG-Gruppe jetzt aus acht Unternehmen, die Leistungen für Mannheimer*innen in allen Lebensphasen anbieten. Die BBS Bau- und Betriebsservice GmbH hat im Jahr 2021 im Auftrag der Stadt Mannheim die Sanierung der Schulgebäude in der Stadt fortgeführt. Zudem konnte die BBS 2021 den Neubau von zwei Grundschulen auf FRANKLIN und SPINELLI beginnen, beide Einrichtungen werden derzeit als Holzhybridgebäude erstellt. Die MWS Projektentwicklungsgesellschaft hat im Jahr 2021 die Entwicklung von SPINELLI deutlich intensiviert. Die 20 Hektar angrenzend an Käferthal-Süd werden in mehreren Bauabschnitten realisiert, das neue, nachhaltige Wohnquartier nimmt hier sichtbar Gestalt an. Bis 2023 wird der erste Bauabschnitt weitgehend fertig sein. Auch auf FRANKLIN zeigt sich an vielen Stellen ein deutlicher Fortschritt, aktuell leben bereits rund 5000 Menschen in Mannheims jüngstem Stadtteil. Die ServiceHaus hat ihr digitales Dienstleistungsangebot rund um Immobilien im Jahr 2021 weiter ausgebaut, die Gesellschaft übernimmt etwa für die GBG die Heiz- und Wasserkostenabrechnung und erstellt die unterjährige Verbrauchsabrechnung (UVI). Als zusätzliche Aufgabe ist jetzt der Betrieb von Photovoltaikanlagen hinzugekommen. Die ServiceHaus fungiert zudem als Muttergesellschaft der beiden gGmbHs Chance und Markthaus Mannheim.

Über die GBG Unternehmensgruppe

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

Wichtige Kennzahlen aus dem Geschäftsjahr 2021

Zahl der Mietwohnungen: 19.440
Durchschnittsmiete GBG-Wohnungen pro m²: 6,99 Euro
Durchschnittsmiete Mannheim pro m²: 8,37 Euro
Zahl der Ankäufe in der Neckarstadt-West und im Jungbusch: 65 Wohnungen
Zahl der Unternehmen der Gruppe: 8 (GBG, BBS, MWSP, ServiceHaus, Markthaus, Chance, APH, FMD)
Gesamtbilanzsumme: 1,2 Mrd. Euro
Zahl der Mitarbeiter*innen (gruppenweit, Anfang 2022): 1170

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



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

GBG-Mieterinnen im Innenhof ihres Wohnhauses im Stadtteil Schwetzingenstadt.

"Laufbus" im Stadtteil Franklin

Begleitung zum Schulstart durch die Verkehrsprävention

(red) Am Montag, den 12.09.2022 startete mit Beginn des neuen Schuljahres erneut der sogenannte "Laufbus" im Stadtteil Franklin.

Im Rahmen einer Elterninitiative wurde das Konzept "Laufbus" im September 2021 ins Leben gerufen und floss schließlich in die Planungen der städtischen Entwicklungsgesellschaft MWSP zur Gestaltung des neuen Stadtteils Franklin ein. Durch die Stadt Mannheim und die Verkehrsprävention des Polizeipräsidiums Mannheim wird das Projekt fortlaufend unterstützt. Für die Schuleinsteiger sowie die inzwischen erfahreneren Dritt- und Viertklässler stehen aktuell 5 Linien zur Verfügung, welche durch unterschiedliche Farben gekennzeichnet sind. An der Schule sind die Stationen der jeweiligen Start- bzw. Endpunkte durch markierte Poller hervorgehoben. An mehreren "Haltestellen" innerhalb des Wohngebiets können die Schülerinnen und Schüler das Angebot "Laufbus" wahrnehmen und "zusteigen". Auf ihrer jeweiligen Linie werden die Kinder schließlich sicher zur Schule geführt. Zu Beginn des Schuljahres begleitet die Verkehrsprävention des Polizeipräsidiums Mannheim die Einweisung in die Wegstre-
cken und weist die Schülerinnen und Schüler auf potentielle Verkehrsgefahren hin. Den Rest des Schuljahres erklären sich zunächst Eltern und später ältere Schülerinnen und Schüler bereit, den "Laufbus" anzuführen. Eine weitere Linie für radfahrende Kinder wird regelmäßig durch einen Erwachsenen betreut. Um die Sichtbarkeit im Straßenverkehr zu gewährleisten, werden die Laufbuskinder durch die MWSP mit Warnwesten ausgestattet. Regelmäßig, so auch jetzt vor Schulbeginn, wird die Verkehrssicherheit insbesondere im sensiblen Bereich vor der Schule geprüft. Je nach Bautätigkeit auf Franklin passt die MWSP in Abstimmung mit den städtischen Behörden die Routen an. Das Konzept Laufbus ist aus Sicht von Stadt und Polizei durchaus erfolgversprechend, denn es hat erhebliches Potential zur Verkehrssicherheit beizutragen und die Eigenständigkeit der Kinder im Straßenverkehr zu fördern. Darüber hinaus werden sogenannte "Elterntaxis" reduziert. Diese führen erfahrungsgemäß zu unnötigem Stress vor Schulbeginn, da häufig unkoordiniert Türen geöffnet werden und Kinder zwischen den Fahrzeugen zur Schule rennen, um noch rechtzeitig zur ersten Stunde anzukommen.

Zusätzlich entstehende Staus durch Elterntaxis führen zu weiterer Hektik, welche gerade im Straßenverkehr zu vermeiden ist.

Der "Laufbus", zu welchem sich in diesem Jahr bereits 65 Schulanfängerinnen und -anfänger angemeldet haben, ist ein vielversprechender Ansatz für einen entspannten Start in den Schulalltag. Die - von allen Seiten positiv bewertete Aktion - wird auch zukünftig fortgesetzt und soll durch weitere verkehrspolizeiliche Trainings wie z.B. der "ABC-Schützen-Tournee" im kommenden Winter noch enger verzahnt werden.

Wahl der Deutschen Weinkönigin

Aufruf zur Unterstützung der Pfälzischen Weinkönigin Sophia Hanke

(red) Die Pfälzische Weinkönigin Sophia Hanke, aus dem Rhein-Pfalz-Kreis stammend – genauer aus Rödersheim-Gronau, hat es vergangenes Wochenende im Vorentscheid ins Finale zur Wahl der Deutschen Weinkönigin geschafft!

Am Freitag, 30. September 2022, ist es dann im SWR-Fernsehen soweit: Neu in diesem Jahr und somit zum ersten Mal darf das Publikum mitbestimmen, wer die neue Deutsche Weinkönigin werden wird. Nun heißt es Mitfeiern und Abstimmen für die Pfälzische Weinkönigin Sophia Hanke. Landrat Clemens Körner und der ganze Rhein-Pfalz-Kreis drückt Sophia Hanke ganz fest die Daumen! Das SWR überträgt das große Finale im Saalbau von Neustadt an der Weinstraße zur besten Sendezeit ab 20:15 Uhr live im Fernsehen und auch per Livestream im Internet. Dann fällt die Entscheidung, wer von den fünf Finalistinnen zur neuen Deutschen Weinkönigin gekrönt wird. Neben Sophia Hanke aus dem Anbaugebiet Pfalz stehen Mariella Cramer (Ahr), Katrin Lang (Baden), Juliane Schäfer (Rheinhessen) und Luise Böhme (Saale-Unstrut) zur Wahl. Die Publikumsabstimmung kann über das Handy, Tablet oder am Laptop über das Dialogforum „meinSWR“ vorgenommen werden. Am Freitag, 30. September 2022, ist ab 19 Uhr auch ein Public Viewing in der Halle des TV Rödersheim vorgesehen. Am Samstag, 01. Oktober 2022 ist ab 15 Uhr eine Fahrt durch den Ort Rödersheim-Gronau mit Halt am Alsheimer Platz, Netto-Parkplatz, Marienplatz und beim TV Rödersheim geplant. Der offizielle Empfang von Sophia Hanke wird danach am Samstag, 01. Oktober 2022 ab 17:30 Uhr in der Halle des TV Rödersheim stattfinden.

Seit 1949 treten die Weinhoheiten aus den Deutschen Weinanbaugebieten zum freundschaftlichen Wettstreit zur Deutschen Weinkönigin an. Im Namen der Rebe nimmt die wichtigste Botschafterin der Branche innerhalb eines Jahres zahlreiche Termine (auch im Ausland) wahr.

Weitere Informationen zur Wahl der Deutschen Weinkönigin sind unter www.deutscheweinkoenigin.de und www.pfalzwein.de erhältlich.



DOPPELTES HÜTTENFEELING FÜR EIN GEMÜTLICHES MITEINANDER!

Eingetaucht ins golden-orange Licht des mittig platzierten Kaminfeuers finden 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.

Für zünftiges und kultiviertes Feiern bietet die Platzhirsch Alm Mannheim schöne Abende in rustikalem Ambiente mit Gefühlen wie auf dem höchsten Gipfel. Das Team der Platzhirsch Alm entführt zum winterlichen Hüttengaudi und garantiert lustige Bergabende!

DIE PERFEKTEN PLÄTZE FÜR STILVOLLES DINIEREN UND KULTIVIRTES FEIERN ZUR WINTERZEIT

Weitere Infos finden Sie unter www.baracca-swiss.de, www.platzhirsch-alm.de und auf [Facebook](#) und [Instagram](#)



Reservierungen können ab jetzt für beide Hütten unter www.baracca-swiss.de oder www.platzhirsch-alm.de gebucht werden. Für Exklusiv- oder Gruppenbuchungen kontaktieren Sie uns unter info@baracca-swiss.de oder info@platzhirsch-alm.de.

Erster Spatenstich für d.i.i.-Neubauquartier „Mein Ludwigs“

in Ludwigshafen am Rhein gemeinsam mit Oberbürgermeisterin Jutta Steinruck

Die d.i.i. Deutsche Invest Immobilien AG, einer der führenden Asset- und Investment Manager für Wohnimmobilien in Deutschland, feierte gestern gemeinsam mit Oberbürgermeisterin Jutta Steinruck sowie weiteren geladenen Gästen den ersten Spatenstich für die Quartiersentwicklung „Mein Ludwigs“ in Ludwigshafen am Rhein. Auf dem rund 13.000 Quadratmeter großen Gelände im fußläufigen Umfeld zum Rhein entstehen 327 Wohneinheiten mit rund 28.000 Quadratmeter Wohnfläche. Die Fertigstellung ist in zwei Bauabschnitten bis Ende 2025 geplant.

Die hochwertig ausgestatteten Wohnungen mit ein bis fünf Zimmern und einer Größe von 30 bis 185 Quadratmetern werden teils über Loggien, Terrassen und Balkone verfügen. Zusätzlich sind zwei Gewerbeeinheiten mit insgesamt rund 215 Quadratmetern sowie eine Tiefgarage mit mehr als 400 Stellplätzen geplant, ergänzt durch mehr als 600 Fahrradstellplätze und ein multimodales Mobilitätskonzept. Das Quartier wird nach KfW-Effizienzhaus-55-Standard gebaut. Mit dem erfolgten Spatenstich begann auch der Vertrieb der ersten Eigentumswohnungen und Townhouses.

Die d.i.i. Deutsche Invest Immobilien AG, einer der führenden Asset- und Investment Manager für Wohnimmo- (red) Die d.i.i. Deutsche Invest Immobilien AG, einer der führenden Asset- und Investment Manager für Wohnimmobilien in Deutschland, feierte gestern gemeinsam mit Oberbürgermeisterin Jutta Steinruck sowie weiteren geladenen Gästen den ersten Spatenstich für die Quartiersentwicklung „Mein Ludwigs“ in Ludwigshafen am Rhein. Auf dem rund 13.000



Foto: Copyright: d.i.i. Gruppe

Quadratmeter großen Gelände im fußläufigen Umfeld zum Rhein entstehen 327 Wohneinheiten mit rund 28.000 Quadratmeter Wohnfläche. Die Fertigstellung ist in zwei Bauabschnitten bis Ende 2025 geplant.

Die hochwertig ausgestatteten Wohnungen mit ein bis fünf Zimmern und einer Größe von 30 bis 185 Quadratmetern werden teils über Loggien, Terrassen und Balkone verfügen. Zusätzlich sind zwei Gewerbeeinheiten mit insgesamt rund 215 Quadratmetern sowie eine Tiefgarage mit mehr als 400 Stellplätzen geplant, ergänzt durch mehr als 600 Fahrradstellplätze und ein multimodales Mobilitätskonzept. Das Quartier wird nach KfW-Effizienzhaus-55-Standard gebaut. Mit dem erfolgten Spatenstich begann auch der Vertrieb der ersten Eigentumswohnungen und Townhouses.

Ludwigs-Quartier: vier Karrees mit grünem Innenhof

Das sechsgeschossige Ensemble an der Halbergstraße Ecke Roonstraße wurde von dem Architekturbüro Stefan Forster Architekten entworfen und sieht

eine Aufteilung in vier Karrees in Form einer Blockrandbebauung samt Innenhof vor. Das von der d.i.i. entwickelte Projekt „Mein Ludwigs“ umfasst zwei der vier geplanten Wohnblöcke mit 18 bis 27 Wohneinheiten pro Hauseingang. Die einzelnen Häuser werden durch die Farbgestaltung der Fassaden optisch hervorgehoben. Zum „Mein Ludwigs“ werden auch elf integrierte zweistöckige Townhouses mit jeweils eigenen Hauseingängen zur beruhigten Straßenseite gehören. Für das gesamte Areal wurde ein eigenes Grünflächenkonzept entwickelt, das verkehrsfreie Wege und vier begrünte Innenhöfe sowie eine extensive Dachbegrünung beinhaltet. In der Mitte der Wohnquartiere wird sich ein öffentlich zugänglicher Quartiersplatz befinden. Wohnquartier auf ehemaligem Halberg-Gelände In ihrer Ansprache würdigte Oberbürgermeisterin Jutta Steinruck das geplante Quartier und erinnerte dabei auch an die historische Vergangenheit des Areals: „Die Halberg Maschinenbau GmbH prägte über 135 Jahre den gesamten Bereich um das Rheinufer Süd und war ein wichtiger Arbeitgeber in unserer Stadt. Auf diesem Gelände

wird in den nächsten Jahren ein neues lebenswertes und nachhaltiges städtisches Quartier zum Wohnen entstehen – geprägt von verkehrsfreien Wegen und grünen Innenhöfen. Mein Dank gilt allen Beteiligten, Projektentwicklern, Planern und Investoren, die nicht einmal zwei Jahre nach Beschluss des vorhabenbezogenen Bebauungsplans hier bald Studierendenwohnungen, eine Kindertagesstätte, einen Mix aus Miet- und Eigentumswohnungen sowie kleine Gewerbeflächen entstehen lassen. „Mein Ludwigs“ gibt dem Ludwigs-Quartier und damit auch der Stadt Ludwigshafen einen enormen Schub. Und diesen brauchen wir als wachsende Stadt, in der Menschen Wohnraum für jeden Lebensstil suchen und auch finden sollen“, sagte Steinruck. Nachhaltiges Energie- und Wärmekonzept Das nachhaltige Energie- und Wärmekonzept der Quartiersentwicklung erläuterte Arne Schreier, Leiter Projektentwicklung der d.i.i. Deutsche Invest Immobilien AG: „Die gesamte Wärmeversorgung erfolgt über Fernwärme mit einem Primärenergiefaktor von null. Darüber hinaus setzen wir auf eine extensive Begrünung der Dächer, die nicht nur vor extremen Außentemperaturen und Witterungsschäden schützt, sondern auch für eine bessere Wärmedämmung sorgt. Gemeinsam mit den begrünten Innenhöfen trägt sie außerdem zu einem angenehmen Mikroklima des gesamten Areals bei“, erklärte Schreier.

Multimodales Mobilitätskonzept

Das Mobilitätskonzept sieht Carsharing, Ladesäulen für E-Autos, zahlreiche Fahrrad-Abstellplätze im Innen- und Außenbereich sowie sta-

tionäre Lastenräder, welche über eine App gebucht werden können, vor, womit insgesamt der Fahrradverkehr gefördert werden soll. Eine Vielzahl von Bus- und Tramstationen sorgt darüber hinaus für eine hervorragende Verkehrsanbindung. Den zukünftigen Bewohnern des „Mein Ludwigs“ wird ein Informationssystem bereitgestellt, das in Echtzeit alle verfügbaren Mobilitätsdienste am Standort anzeigen wird. Eine zentral und frei zugänglich aufgestellte Paketfachanlage wird die kontaktlose Übergabe von Waren und Paketen ermöglichen.

Grüne Oasen in zentraler Lage

Es entstehen attraktive Wohnungen mit viel Grünfläche in direkter Nähe zum Rhein und zur Innenstadt und damit ein Ort mit höchster Lebensqualität. Im fußläufigen Umfeld befinden sich diverse Einkaufs- und Freizeitmöglichkeiten sowie Bildungseinrichtungen und erleichtern durch kurze Wege den Alltag. Das „Mein Ludwigs“ ist mit einem klaren Fokus auf Nachhaltigkeit konzipiert, was nicht zuletzt auch handfeste Vorteile durch niedrigere Nebenkosten mit sich bringt. „Als vollintegrierter Wohnimmobilienspezialist nutzt die d.i.i. ihre umfassende Expertise in der Immobilienentwicklung für den Neubau von Wohnquartieren, die ökologisch, energieeffizient und klimafreundlich sind. Mit dem „Mein Ludwigs“ erschaffen wir ein lebenswertes und nachhaltiges städtisches Wohnquartier und leisten weiterhin unseren Beitrag zum Abbau der aktuellen Wohnraumknappheit“, sagt Frank Wojtalewicz, Vorstandsvorsitzender der d.i.i. Deutsche Invest Immobilien AG.

Weinlese

und neue Weinpatenschaften

(red) Am 12. September 2022 fand die Weinlese im Landratswingert statt. Bei bestem Wetter und spätsommerlichen warmen Temperaturen haben sich rund 15 Weinpatinnen und Weinpaten im Landratswingert in Kleinniedesheim eingefunden, um die Ernte der Regenttrauben für den späteren Patenwein einzubringen. Der heiße und trockene Sommer hat den Weintrauben nicht geschadet und die Reben hingen voller dunkler und süßer Trauben. Die Qualität der Trauben ist sehr gut und die Süße mit 86 Oechsle ist hervorragend.

Die neuen Weinpatenschaften wurden dann am Freitag, 16. September 2022, vergeben – erstmalig im Sitzungssaal des Schlosses in Kleinniedesheim. Im kleinen Rahmen sind neun neue Weinpatinnen und Weinpaten ernannt worden.

Hier die 9 neuen Weinpaten:

• Jule Brand aus Dudenhofen. Sie



Foto: Rein Pfalz Kreis

wurde mit dem deutschen Fußballnationalteam Vize-Europameisterin bei der Europameisterschaft der Frauen in diesem Jahr in England und war bei allen sechs Spielen im Einsatz.

• Bob Bertemes aus Altrip. Ein Weltklasse Kugelstoßer, der aus Luxem-

burg stammt und seine Heimat bei uns am Rhein gefunden hat.

• Dr. Dennis Fanelsa, Senior Vice President Site Management BASF SE, Ludwigshafen.

• Claudia Degen aus Schifferstadt. Die Gesangslehrerin hat beim Deutschen Rock- und Poppreis vier

Awards für ihren ersten eigenen Song „Soulmates“ gewonnen.

• Katharina Gotterbarm aus Lambsheim. Katharina hat ein freiwilliges ökologisches Jahr gemacht und ihre drei letzten Wochen auf dem berühmten Forschungsschiff Polarstein verbracht.

• Roland Harbich aus Maxdorf. Roland Harbich ist Gründer und Leiter des 1. Maxdorfer Gitarrenensembles an der Justus von Liebig Realschule plus in Maxdorf.

• Oliver Kolb, Sparkasse Vorderpfalz, Vorstandsmitglied

• Ulli Sauer, Sparkasse Vorderpfalz, Vorstandsmitglied

• Helmut Schießl aus Schifferstadt ist der Quittenpapst schlechthin. Allein etwa 80 verschiedene Quittensorten

wachsen bei Helmut Schießl, er sammelt weitere weltweit.

Zur Patenschaft erhielten die Ernannten neben einer Urkunde eine 1,5 Liter Magnumflasche Regent des Jahrgangs 2021 und vergrößern die Zahl der Weinpatenschaft auf nun insgesamt 106. Zur Weinpatin bzw. zum Weinpaten wird ernannt, wer sich um den Rhein-Pfalz-Kreis im besonderen Maße verdient gemacht oder als Kreisbürger*in etwas Besonderes geleistet hat. Somit spiegeln die Geehrten die Vielfalt des Landkreises in den Bereichen Kunst, Kultur, Kirche, Bildung und Wirtschaft wider.

Die Weinpat*innen werden zu mindestens drei Terminen im Jahr im Weinberg eingeladen und können damit verfolgen, welche Arbeiten im Weinberg anstehen und wie ein Rebstock gepflegt werden muss. Dazu gehören das Pflanzen einer Rose an einer Rebzeile, das Rebenschneiden und die Weinlese.

Prominenter Besucher

Bülent Ceylan stellt seinen Wein vor

(rbw) **Endlich – nach zwei Jahren Zwangspause wieder eine Weinwanderung in Schriesheim**

Gut besucht war die Traditionsveranstaltung der Winzergenossenschaft am Sonntag. Nach zwei Jahren Zwangspause freuten sich die Besucher auf die ausgedehnten Wanderungen durch die Weinberge. Unterstützt wurde das beliebte Event von einem der größten und bekanntesten Comedian hierzulande, Bülent Ceylan. Nicht nur auf der Bühne macht der Komiker eine gute Figur, hier zeigte er auch, dass er, ganz unprätentiös, sehr gut zu Fuß ist. Den Limousinen – Dienst lehnte er ab und wanderte mit den Pressevertretern die steilen Hänge hoch.



Foto: L. Binder

Vom Treffpunkt Zehntkeller aus ging es ziemlich steil bergauf zur Weinhütte unter der Strahlenburg, wo ihn der Geschäftsführer der Winzergenos-

senschaft, Manuel Bretsch, herzlich begrüßte. Hier stellte Bülent stolz, und ganz in seiner ihm eigenen, lustigen Art, „seine Trauben“ für „seinen Wein“ -Bülent blanc- vor. Ein Wein passend für ihn, bedeutet sein Name Bülent doch „der Erhabene, der Edle“.

-Bülent blanc- ein erstklassiger Wein aus Trauben, die auf erstklassigen, von der Sonne verwöhnten Hängen wachsen. „Diese Hänge sind Granitfelsen, eine Schriesheimer Top - Lage“, ergänzt Manuel Bretsch, „da kämpft die Rebe, die Wurzeln müssen richtig Wasser und in Verbindung mit dem hervorragenden Klima wird dieser Jahrgang 2022 ein ganz besonderer“.

-Bülent blanc- ist eine Weißweincuvée aus den Rebsorten Weißburgunder, Rivaner und Sauvignon Gris. Eine angenehme, leicht exotische Frucht, milde Säure und harmonischer Abgang sind bei dem Wein charakteristisch.

„Ein Wein mit Kult-Status und Ihr wart bei der Edition 2022 dabei“, bemerkt Bülent lachend. Rolf und Tom Balschbach, die Macher des Radio Regenbogen Harald Wohlfahrt Pazzo geben bekannt: „Erstmals wird dieser Spitzenwein in der neuen Saison 2022/2023 im Spiegelzelt kredenzt. Darüber freuen wir uns sehr, einen solchen Spitzenwein anzubieten“.

„Bi – Vielfältige Liebe entdecken“

Zum internationalen Coming-Out-Day: Lesung mit Dr. Julia Shaw am 5. Oktober im DAI

(red) Anlässlich des internationalen Coming-Out-Days veranstalten das Amt für Chancengleichheit der Stadt Heidelberg, das Deutsch-Amerikanische Institut Heidelberg (DAI) und PLUS Rhein-Neckar e.V. eine Lesung mit Dr. Julia Shaw. Die Rechtspsychologin liest am Mittwoch, 5. Oktober 2022, um 20 Uhr im DAI, Sofienstraße 12, aus

ihrem Buch „Bi – Vielfältige Liebe entdecken“. Viele Menschen fühlen sich zu mehr als einem Geschlecht hingezogen. Und trotzdem bekennen sich nur wenige dazu. Julia Shaw widmet sich in ihrem neuen Buch der größten sexuellen Minderheit – bisexuellen Menschen. Sie macht Bisexualität in Geschichte, Kultur und Wissenschaft sichtbar und zeigt

anhand ihrer eigenen Identitätssuche, warum Bisexualität nach wie vor gesellschaftlich im Schatten steht.

Dabei geht sie von Fragen aus, die sie selbst bewegen: Woher kommt unser Verständnis von Bisexualität? Warum ist es nach wie vor so schwer, sich zu outen? Wie entsteht sexuelle Identität und warum muss vielfältige

Liebe endlich mehr Raum erhalten? Dr. Julia Shaw forscht am University College London. Sie ist Autorin von „Das trügerische Gedächtnis“ (2016) und „Böse. Die Psychologie unserer Abgründe“ (2018).

Nach einer Einführung von Danijel Cubelic, Leiter des Amtes für Chancengleichheit der Stadt Heidelberg,

und Em Brett, PLUS Rhein-Neckar e.V., führt die Immunbiologin und Journalistin Farangies Ghafoor durch das Gespräch.

Tickets und weitere Informationen finden Sie im Internet unter: www.dai-heidelberg.de

Den Wald vom Gipfel der Bäume aus betrachten

Allgäuer Naturerlebnispark bringt Besuchern einen faszinierenden Lebensraum nahe

(djd-k). Entspannen, staunen und lernen zugleich – kaum ein Ort hält eine solche Vielfalt an positiven Wirkungen und Eindrücken bereit wie der Wald. Er ist Raum für Ruhe und Erholung und er fördert die Gesundheit. Ein Waldspaziergang von nur 15 Minuten reduziert nachweislich das Stressempfinden, senkt den Blutdruck und die Herzfrequenz. Für alle, die ihr Wissen rund um diesen faszinierenden Lebensraum erweitern möchten, empfiehlt sich der Besuch in einem



Foto: djd-k/skywalk/Tobias Heimplaetzer

Im Naturpark kann man die Welt des Waldes mit allen Sinnen erfahren. Denn die Hauptattraktion des Parks ist ein barrierefreier Baumwipfelpfad mit 540 Metern Länge. Der 40 Meter hohe Aussichtsturm sorgt für beeindruckende Ausblicke auf den Wald und in die Voralpenlandschaft bis hin zum Bodensee und zu den Allgäuer Alpen. Aktuelle Informationen sowie Veranstaltungshinweise für den auf 1.000 Höhenmetern gelegenen Naturerlebnispark findet man unter

www.skywalk-allgaeu.de. Als Ergänzung gibt es für das vor allem bei Familien und Paaren beliebte Ausflugsziel ein generationsübergreifendes Begleitangebot. Ende Mai 2022 wurde ein Naturerlebnispark eröffnet, der Einblicke in den Jahresverlauf der Bienen und Blüten ermöglichen soll. Für Aktive stehen ein großer Geschicklichkeitsparcours und ein Barfußpfad bereit. Entspannungssuchende können auf Relaxliegen den Bergblick genießen, während sich Kinder auf dem

Abenteuerspielplatz oder im Streichelzoo vergnügen. Und nicht zuletzt lädt das Restaurant mit ausgewählten Speisen und Getränken sowie einem Biergarten mit traumhaftem Bergblick ein. Zu den geplanten Highlights der Saison sind im Oktober ein Waldkräuterfest und eine Waldgeisterparty geplant. Die beliebte Waldweihnacht im Dezember beschließt das Veranstaltungsjahr. Besucher sollten ihre Tickets möglichst bereits im Voraus online erwerben.

HEIDELBERG

BIENENSTOCK

EROS CENTER

30 Girls warten auf Dich!

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

BIENENSTOCK-HEIDELBERG.DE

A photograph of a blonde woman in a red bikini posing.



17.07.2022
BIS 27.11.2022

REISS-ENGELHORN-MUSEEN MANNHEIM

SEIT'S UM GELD GEHT

200 Jahre Sparkasse Rhein Neckar Nord

Eine Ausstellung der



Sparkasse
Rhein Neckar Nord

in Zusammenarbeit mit den

rem
Reiss-Engelhorn-Museen

www.rem-mannheim.de

Bauen · Wohnen · Renovieren

Unabhängiger vom Energieversorger werden

Vor dem Winter: Mit Mini-Solaranlagen für den Balkon den Geldbeutel schonen

(djd). Der Krieg in der Ukraine zwingt die Menschen in Deutschland zum Energiesparen. Bevor der Winter kommt, wollen sich viele unabhängiger machen von den Lieferungen der Energieversorger. Doch wer eine größere Photovoltaikanlage auf dem Dach installieren lassen möchte, muss sich auf lange Wartezeiten einstellen, denn es gibt zu wenig verfügbare Module und zu wenige Fachkräfte für die Montage. Eine schnelle Alternative können Stecker-Solaranlagen für den Balkon sein.



Foto: djd/www.DEVK.de/Plugin Energy

Strom für den Kühlschrank selbst erzeugen

Im Handel sind die sogenannten Balkonkraftwerke oft noch vorrätig und deutlich preiswerter als ihre großen Vorbilder. Ein weiterer Vorteil ist, dass sich die Solarmodule bei einem Umzug abmontieren und mitnehmen lassen. So können auch Mieterinnen und Mieter einen Teil ihres Strombedarfs selbst erzeugen. Die fachgerechte Installation kann jeder selbst vornehmen, wenn man

sich an die Herstellerangaben hält. Der erzeugte Solarstrom fließt ins Hausnetz und versorgt hier Kühlschrank, Fernseher und Co. Ob sich die Anschaffung lohnt, hängt vor allem vom Standort und der Ausrichtung des Mini-Kraftwerks ab.

Laut Verbraucherzentrale NRW erzeugt ein Standardsolarmodul mit 380 Watt Leistung an einem Südbalkon jährlich so viel Strom, wie Kühlschrank oder Waschmaschine

in einem Zwei-Personen-Haushalt verbrauchen.

Obwohl die Geräte draußen angebracht sind, versichert etwa die DEVK sie als Hausrat – ähnlich wie Antennen. Üblich ist das in der Branche nicht. Damit das Kraftwerk auf dem Balkon ohne Aufpreis mitversichert ist, darf die Leistung des Wechselrichters nicht mehr als 600 Watt betragen. Die Hausratpolice versichert die Balkon-Kraftwerke

vor allem gegen Sturm-, Hagel-, Feuer- und Überspannungsschäden durch Blitz – Informationen gibt es unter www.devk.de/hausrat. Wichtig ist auch ein Haftpflichtschutz, denn die mobilen Geräte können etwa vom Sturm abgerissen und auf das Terrassendach des Nachbarn geschleudert werden. Bei leistungsstärkeren Anlagen muss ein Fachbetrieb die Installation vornehmen. Versicherungsmöglichkeiten gibt es hier über die Wohngebäudeversicherung. Wer sich ein Mini-Kraftwerk zulegt, muss darüber verschiedene Beteiligte informieren: den Vermieter, denn die Anlage verändert das äußere Erscheinungsbild, die Bundesnetzagentur und den Energieversorger, um zu klären, ob ein normaler Stecker ausreicht oder eine Einspeise-Steckdose nötig ist, und den Versicherer.

Mini-PV-Anlagen gibt es als Komplettpaket schon für wenige Hundert Euro. Leistungsstärkere Modelle über 600 Watt können mehrere Tausend Euro kosten.

Marder

wirksam fernhalten

(djd-k). Fast 220.000-mal bissen sie laut Statista bundesweit im Jahr 2020 zu: Marder verursachen an geparkten Autos oft teure Schäden. Angenagte Zündkabel, zerstörte Isolierungen oder zerbiessene Antennenkabel machen oftmals aufwendige Reparaturen notwendig. Ultraschall, der für das menschliche Ohr in der Regel nicht hörbar ist, kann die Nagetiere fernhalten. Dazu kann man spezielle Geräte wie den Voss.sonic 360 in der Garage oder unter dem Carport flexibel einsetzen.

Der integrierte Infrarotsensor bemerkt ein sich annäherndes Tier und löst den Ultraschallwarnton aus – daraufhin sucht der Vierbeiner das Weite. Aufgrund der flachen Bauweise lässt sich der Marderschreck unter dem Auto positionieren und sorgt dort für einen wirksamen Schutz. Unter www.weidezaun.info gibt es mehr Details.

Im Schutz der Dunkelheit

Das Zuhause gegen Einbruchrisiken in Herbst und Winter absichern

(djd). Einbrecher lieben die dunkle Jahreszeit: Nach einer Auswertung des Versicherungsverbandes GDV ereignen sich bis zu 40 Prozent der Fälle im Zeitraum Oktober bis Januar.

Umso wichtiger ist es, an eine zuverlässige Sicherheitstechnik für das Zuhause zu denken. Denn viele Eigenheimbesitzer machen es den Ganoven allzu leicht. Gekippte Fenster oder Terrassentüren ohne Überwachung stellen buchstäblich eine Einladung dar. Über ungesicherte Zugänge können sich gewiefte Einbrecher in Sekunden Zutritt



Foto: djd/Listener Sicherheitssysteme GmbH

Ziel Eigenheim verschaffen. Das erste Ziel einer hochwertigen Sicherheitstechnik ist es, Tätern von vornherein das Eindringen ins Gebäude zu verwehren.

So lassen sich mögliche gefährliche Konfrontationen zwischen dem Eindringling und den Bewohnern verhindern. Zudem sind im Vergleich zu den materiellen Schäden eines Einbruchs die psychischen Folgen der Tat oft viel schwerwiegender, schildert Ralf Mikitta, Sicherheitsberater des Verbandes für Wohneigentum Baden-Württemberg und Geschäftsführer der Mikitta GmbH: "Wenn das Gefühl der Sicherheit und Geborgenheit in den eigenen vier Wänden einmal zerstört ist, fällt es vielen Opfern schwer, wieder neues Vertrauen aufzubauen."

Das kann mitunter Jahre dauern, nicht wenige entscheiden sich auch für einen Umzug." Daher empfiehlt der Fachmann, rechtzeitig in die vorbeugende Sicherheitsausstattung zu investieren. Unter www.mikitta.gmbh etwa gibt es mehr Informationen dazu sowie eine Checkliste mit zehn nützlichen Tipps

für mehr Sicherheit. Ein Tipp noch des Experten: Bei der Auswahl der Technik sollten Hausbesitzer darauf achten, dass die installierte Sicherheitstechnik nach der Norm EN 50131 zertifiziert ist und somit die Anforderungen etwa der Versicherung und der Polizei erfüllt.

Als zertifizierter Eurogarant-Betrieb bieten wir unsere Kunden jeden Tag höchste Qualität. Um diesen Standard weiter auszubauen suchen wir Sie als Teil unseres Teams

ein/e Service-Mitarbeiter/in für den Empfang

Aufgabengebiet: Kundenbetreuung, Auftragsannahme und -bearbeitung, Telefondienst und Rechnungsbearbeitung.

Profil: Sie besitzen unternehmerisches Denken, sind selbstständig und motivieren gerne Mitarbeiter, hohe Eigeninitiative, Belastbarkeit und Problemlösungskompetenz. Sie haben umfangreiche Kenntnisse in der Unfallinstandsetzung sowie Erfahrung in der Abwicklung von Unfallschäden und sind versiert im Umgang mit Versicherungen und Sachverständigen. Dann sind Sie der Richtige für uns!

Wir bieten Ihnen: Einen attraktiven Arbeitsplatz in einem hoch motivierten und freundlichen Umfeld, zukunftssichere Perspektiven in einem erfolgreichen Unternehmen, regelmäßige qualifizierte Schulungen.

Schriftliche Bewerbung mit Lichtbild z.Hd. Frau Grathwohl, Mohr GmbH Autolackerei & Autospenglerei Hallesche Straße 30 • 68309 Mannheim Bewerbung an: grathwohl@autolackerei-mohr.de



Natursteine

Grabsteine

Nachbeschriftungen

Bildhauerarbeiten

Steinmetzarbeiten



Siegmann Grabmalkunst

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

Mannheim Sandhofen

Viernheimer Weg 50
0621 - 77 12 81

Mannheim Neckarau

Altmühlstr. 12
0621 - 85 83 45

Grünewald GMBH
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



Die wichtigsten Policen für Bauherren und Hausbesitzer

Starkregen und Co.: Ohne Absicherung drohen im Schadensfall unabsehbare Kosten

(djd). Die meisten Hausbesitzer ächzen unter drastisch gestiegenen Energiepreisen. Wer jetzt noch bauen will, muss mit höheren Zinsen und Handwerkerkosten rechnen. Am Versicherungsschutz sollte man in dieser Situation nicht sparen: Denn im Schadensfall können unüberschaubare Kosten drohen.

Versicherung gegen Naturgewalten
Gegen das Starkregenrisiko etwa können Hausbesitzer und Bauherren ihr Eigentum mit einer Police schützen, die früher meist Elementarschadenversicherung hieß, heute aber auch Namen wie Naturgefahrenversicherung trägt: Sie springt bei Starkregen, Überschwemmung, Rückstau nach Starkregen oder auch nach einem Erdbeben ein. Der Abschluss erfolgt in der Regel als Ergänzung einer Wohngebäude-, Gebäude- oder Hausratversicherung.



Foto: djd/Dolleruper Freie Brandgilde/Heinrich Nissen

Tipp: Meist liegt die Schadenssumme in Höhe der Wohngebäudeversicherung. Bei der Dolleruper Freien Brandgilde etwa kann man eine Naturgefahrenversicherung abschließen, die auf 25.000 Euro gedeckelt

und damit bei den Beiträgen günstiger ist. Läuft beispielsweise der Keller voll, verursacht dies Kosten von maximal 20.000 Euro, die dadurch abgedeckt sind.

Die wichtigsten Policen

1. Rohbauversicherung

Sie schützt als Ergänzung der Wohngebäudeversicherung das Bauvorhaben gerade in der Ausbauphase gegen Schäden durch Brand, Blitzschlag und Explosion.

2. Bauleistungsversicherung

Sie gibt zusätzlich zu den Leistungen aus der Rohbau-Versicherung weiteren finanziellen Schutz für Verluste oder Beschädigungen bei Unwetter, Diebstahl, Vandalismus, Glasbruch oder Deckeneinsturz.

3. Bauherren-Haftpflichtversicherung

Mit ihr versichert man sich gegen Schäden, die Dritte wegen unzureichender Sorgfalt auf dem Baugelände erleiden: Stürze vom ungesicherten Balkon, in nicht ausreichend gesicherte Gruben oder Schäden durch herabfallendes Baumaterial.

Einige Versicherer bündeln diese drei genannten wichtigen Policen in einem Paket, beispielsweise zusammengefasst in einer "Bauversicherung". Mehr Infos gibt es unter www.dolleruper.de.

4. Bauhelfer-Unfallversicherung

Finanzielle Entlastung durch die Unterstützung von Freunden, Verwandten und Nachbarn ist willkommen, denn je. Der Gesetzgeber hat auch sie unter den Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung gestellt, alle Infos dazu gibt es unter www.bgbau.de.

Vom gesetzlichen Unfallversicherungsschutz ausgenommen sind der Bauherr selbst sowie Ehegatten oder eingetragene Lebenspartner. Sie können sich auf Antrag freiwillig bei der BG Bau versichern lassen. Der Bauherr kann Bauhelfer, Familie und sich selbst zudem mit einer privaten Bauhelfer-Unfallversicherung schützen.

Frei atmen, gesund wohnen

Saunieren macht fit für die kalte Jahreszeit

(djd). Die kalte Jahreszeit steht vor der Tür - und damit auch die Hochsaison für Erkältungen, Schnupfen und Grippe. Gerade im kommenden Winter könnte unser Immunsystem auf eine harte Probe gestellt werden. Denn mehr als zwei Jahre lang waren strenge Hygienevorschriften Alltag. Durch das Tragen der Masken, durch Desinfektion und Abstandhalten wurden auch viele Krankheitserreger abgehalten und so ist unser Immunsystem nun ziemlich aus der Übung. Stärken kann man das Immunsystem beispielsweise mit einer Sauna im eigenen Haus.



Foto: djd/KLAFS

Experte: Durch regelmäßiges Saunabaden kann die Hälfte der Infektionen abgewehrt werden

Saunabaden wirkt auf das Immunsystem wie ein Training: Wer regelmäßig in die Sauna geht, sich danach gut abkühlt und den Körper somit Temperaturreizen aussetzt, trainiert die Wärme- und Kältereulation und damit das Immunsystem. Die Regelmäßigkeit ist dabei der entscheidende Faktor. Zum hilfreichen Effekt wiederkehrenden Saunabadens gibt es bereits zahlreiche Studien. Prof. Dr. med. Karl-Ludwig Resch vom Deutschen Institut für Gesundheitsforschung in Hof/Saale forscht schon seit vielen Jahren zu diesem Thema: "Regelmäßiges Saunabaden führt schon nach wenigen Monaten dazu, dass der Körper mindestens die Hälfte aller Infektionen erfolgreich

abwehren kann". Die wohltuende Wirkung einer Sauna kann man sich heute mühelos ins eigene Heim holen. Hochwertige und zugleich behagliche Saunen gibt es beispielsweise von Klafs, etwa das Modell "Aurora" mit einer Leuchtdecke, die sich dreidimensional dem Betrachter entgegen wölbt. Es entsteht ein Gefühl des Behütetseins, ohne dass die Kabine an optischer Großzügigkeit einbüßt. Dazu kommen eine Außenverkleidung mit großer rahmenloser Glasfront, "schwebende" Liegen sowie eine Innenverkleidung aus Hemlock- oder Nussbaumholz. Mehr Informationen gibt es unter www.klafs.de. Für schwierige Platzverhältnisse und verwinkelte Räume sind

maßgeschneiderte Saunalösungen verfügbar. Weniger Heizen: Saunieren fördert Anpassungsfähigkeit an niedrige Temperaturen. Beim entspannten Saunieren werden alle Bereiche des Körpers durchblutet und mit Nährstoffen versorgt, sogenannte Stoffwechselendprodukte ausgeschwemmt. "Vor dem Hintergrund vermutlich niedriger Raumtemperaturen in Büros und anderen Räumen in diesem Winter fördert regelmäßiges Saunieren auch die Fähigkeit des Körpers zur Kälteadaptation, also der Anpassung an eine kühlere Umgebung", erklärt Klafs-Geschäftsführer Phillip Rock. Man fühle sich dann auch bei geringeren Raumtemperaturen ebenso wohl.



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



MOHR
AUTOSPENGLEREI
AUTOLACKIEREREI

schnell und zuverlässig

Gesundheit & Wellness

Elektrolytwerte im Blick behalten

Ein Natriummangel kann für Senioren gefährliche Folgen haben

(djd). Bei Herbert Berkmann stellen sich die Symptome schleichend ein. Der bis dahin rüstige Rentner hatte zunächst Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren, mit einem Mal vergaß er wichtige Termine. Auch das Essen machte ihm keine richtige Freude, ihm fehlte schlicht der Appetit. Alles Anzeichen dafür, dass man eben nicht mehr der Jüngste ist, dachte sich Berkmann. Als er aber dann auch noch beim Gehen unsicher wurde und bei einem Spaziergang stürzte, suchte er seinen Hausarzt auf. Der 75-Jährige hatte Glück,

denn sein Arzt hielt die aufgezählten Symptome nicht für die natürlichen Folgen des Älterwerdens. Eine Kontrolle der Elektrolytwerte zeigte bei ihm vielmehr einen Natriummangel im Blut, medizinisch gesprochen, eine Hyponatriämie. Herbert Berkmann litt schlicht an Salz-mangel.

Damit ist der Rentner kein Einzelfall: Im klinisch-geriatrischen Alltag haben rund 20 Prozent aller Patienten bei stationärer Aufnahme eine verminderte Natriumkonzentration im Blut. Die Gründe dafür können ganz unterschiedlich sein.

Zum einen können beispielsweise eine Herzschwäche oder eine Erkrankung der Leber die Ursache für einen Natriumunterschied sein. Zum anderen können aber auch Medikamente wie harntreibende Mittel oder Antidepressiva einen Natriummangel hervorrufen. Elektrolyte wie Natrium, Magnesium, Kalzium und Kalium sind entscheidend für viele Abläufe im Stoffwechsel unseres Körpers. So kann ein Kaliummangel beispielsweise eine Herzrhythmusstörung hervorrufen. Das Phänomen des Salz-mangels im Blut wird oft

nicht ausreichend ernst genommen. Im Gegenteil: Häufig wird Senioren zu einer salzarmen Kost geraten, da nach wie vor das Vorurteil herrscht, dass Salz im Essen für einen hohen Blutdruck verantwortlich sei.

Dass bei einer salzarmen Ernährung aber nicht nur der Genuss auf der Strecke bleibt, wissen viele nicht. Schon eine leichte Natriumunterversorgung kann Veränderungen in der Konzentrations- und Reaktionsfähigkeit auslösen. Dies ist vergleichbar mit einem Blut-Alkoholgehalt von 0,6 Promille. Mehr hierzu er-

fährt man in dem Faltblatt „Vital sein im Alter“ auf www.vks-kalisalz.de. Ein schwerer Natriummangel kann etwa zu Gehunsicherheit und einer Neigung zu Stürzen führen - damit steigt auch die Gefahr von Knochenbrüchen. Eine aktuelle Studie belegt sogar, dass das Fehlen von Salz im Körper die Entstehung von Entzündungen fördern kann. Herbert Berkmann hat Glück gehabt: Er lässt jetzt regelmäßig seine Elektrolytwerte beim Arzt kontrollieren, damit es bei ihm erst gar nicht mehr zu einem Natriummangel im Blut kommen kann.

Älter werden, Vital bleiben

Mit den richtigen Strategien gegen zunehmende Erschöpfung

(djd). Mehr Lebenserfahrung, mehr freie Zeit, mehr Gelassenheit: Älterwerden bringt viele Vorteile mit sich. Allerdings – das lässt sich leider nicht leugnen – gibt es auch einige unschöne Entwicklungen. Beispielsweise müssen viele Menschen in fortgeschrittenen Lebensphasen feststellen, dass sie nicht mehr so belastbar sind wie früher und schneller unter Erschöpfung leiden. Oft sind es schon die alltäglichen Anforderungen, die stressen und verstärkt an die Substanz gehen.

Schlechter Schlaf, mangelnde Nährstoffversorgung

Darüber hinaus sorgt schlechter Schlaf für Probleme. Dieser macht sich bei betagten Menschen aufgrund altersbedingter Ein- und Durchschlafprobleme, aber ebenso als Folge von



Foto: djd/DR. KADE/Getty Images/bernardbodo

Medikamenteneinnahme, chronischen Erkrankungen oder psychischem Stress häufig bemerkbar. Auch hier ist Erschöpfung am Tage die Konsequenz.

Und während der kalten Jahreszeit nagen zudem die niedrigen Temperaturen an den Energie- und Vitaminreserven. Doch das müssen Betroffene

nicht hinnehmen. Mit den richtigen Maßnahmen ist mehr Vitalität im Alter zu erreichen. Das beginnt mit einer gesunden Ernährung, die viel Gemüse, Fisch und Vollkornprodukte beinhaltet. Allerdings können nicht alle benötigten Nährstoffe immer in ausreichendem Maße über die Nahrung aufgenommen werden – etwa Lecithin. Hinzukommt, dass ein wichtiger Baustein des Lecithins, Cholin, altersbedingt ohnehin oftmals nicht in ausreichendem Maße im Körper vorhanden ist. Dann ist eine gezielte Versorgung wie mit Buer Lecithin plus Vitamine von Dr. Kade oft sinnvoll. Denn Lecithin spielt eine wichtige Rolle bei der Energieversorgung: Es liefert Phosphat, das zur Energiegewinnung herangezogen wird, und somit neue Kraft für die Muskeln – auch den Herzmuskel. Eine Sup-

plementierung mit Lecithin kann auf diese Weise Erschöpfung entgegenwirken.

Tipps für einen stärkenden Lebensstil

Aber auch im Alltag sollte der Lebensstil dem Alter angepasst werden. Tipps unter www.buerlecithin.de. So ist es wichtig, für genügend Ruhepausen zu sorgen. Ein Mittagsschlaf beispielsweise lädt den Akku wieder auf. Um abends gut in den Schlummer zu finden, am besten Fernseher, Smartphone und Tablet frühzeitig ausschalten und ein Entspannungsritual etablieren. Im Gegenzug ist jedoch ebenso ausreichend Bewegung gefragt: Regelmäßige Spaziergänge, Walking, Schwimmen oder Gymnastik bringen den Kreislauf in Schwung, stärken die Muskeln und halten fit und beweglich.

Das geht an die Nerven

Neuropathie: Wie sich Schäden entwickeln und was man dagegen tun kann

(djd). Unser Körper wird von Nervenfasern durchzogen – die Nervenzellen leiten Empfindungen wie Schmerz, Berührungen, Hitze oder Kälte an das Gehirn weiter. Sind sie geschädigt, dann senden sie Fehlsignale an das Gehirn.

Da die längsten Nervenfasern, die bis in die Füße reichen, am empfindlichsten sind, zeigen sich dort meist die ersten Anzeichen: Diese sind häufig Schmerzen oder Empfindungsstörungen wie Taubheit oder Kribbeln in den Füßen. Auch die sogenannten autonomen Nerven, die die Aktivität der inneren Organe wie Verdauung oder Herzschlag steuern, können betroffen sein.



Foto: djd/Wörwag Pharma/colourbox.de

In der Folge kann es zu Funktionsstörungen an den Organen kommen.

Hinter einer sogenannten Neuropathie (Nervenschädigung) können verschiedene Ursachen stecken: Ein Diabetes mellitus zählt zu den häufigsten. Aber auch ein Mangel an Vitamin B1 kann Neuropathien verursachen und dieser Mangel kann sich wiederum durch die Zuckerkrankheit entwickeln. Ein erhöhter Alkoholkonsum, Nierenschäden oder Infektionskrankheiten wie die Borreliose, die durch Zecken übertragen wird, können ebenfalls an die Nerven gehen.

Damit die Nerven nicht weiter geschädigt werden, gilt es, zunächst die Auslöser herauszufinden und anzugehen. Das bedeutet für Menschen mit Diabetes vor allem eine

möglichst gute Einstellung des Blutzuckers. Diese Patienten sind allerdings auch häufig von einem Vitamin B1-Mangel betroffen – Studien weisen bei ihnen zum Teil eine um 75 Prozent niedrigere Konzentration dieses Vitamins im Blut nach, weil es als Folge ihrer Erkrankung stärker über die Nieren ausgeschieden wird.

Um den nervenschädigenden Mangel auszugleichen, wird eine Vorstufe des Vitamins, das Benfotiamin, angewendet, das der Körper fünfmal besser aufnehmen kann als das "normale" Vitamin B1. Benfotiamin ist beispielsweise in milgamma protekt enthalten, das es rezeptfrei in der Apotheke gibt

- weitere Infos findet man unter www.milgamma.de. Indem es den Vitamin-B1-Mangel als eine Ursache von Nervenschädigungen effektiv ausgleicht, kann es auch dadurch bedingte Symptome wie Kribbeln oder Schmerzen in den Füßen lindern.

Experten raten zudem: Wer unter einer Neuropathie leidet, sollte möglichst alles meiden, was den Nerven schaden könnte. Dazu zählen Alkohol und Nikotin. Ein gesunder Lebensstil mit abwechslungsreicher Ernährung wie mediterraner Kost und regelmäßiger Bewegung kann darüber hinaus dazu beitragen, die Nervenschäden auszubremsen.



Gesundheit & Wellness

Starke Muskeln gegen Stürze

Mit Training und Mineralstoffen die Sicherheit im Alltag verbessern

(djd-k). Verletzungen durch Stürze stellen für ältere Menschen eine erhebliche Gefahr dar. Laut dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) stürzen mehr als ein Viertel der Über-65-Jährigen und gut ein Drittel der Menschen über 85 einmal im Jahr. Die Folgen können von leichten Prellungen bis zu Knochenbrüchen reichen - vorbeugende Maßnahmen sind deshalb wichtig. Eine besondere Rolle spielt dabei das Training von Kraft und Gleichgewichtssinn.

Die Muskeln aktivieren und gut mit Magnesium versorgen

Denn wer in Bewegung bleibt und die Muskeln fit hält, kann sich so aktiv vor Stürzen schützen. Besonders gute Effekte lassen sich Studien zufolge durch Krafttraining erzielen. Schon einfache Übungen wie Knie-



Foto: djd-k/Hermes Arzneimittel/Budimir Jevtic - stock.adobe.com

beugen und längeres Stehen auf einem Bein zeigen Wirkung. Aber auch fachlich angeleitete Übungen im Fitnessstudio, Gymnastik und Spaziergänge stärken die (Bein-)Muskeln und verbessern die

Balance. Wer lange nicht mehr aktiv war, sollte sich vor dem Start ärztlich durchchecken lassen. Außerdem ist beim Training auf eine ausreichende Versorgung mit Magnesium zu achten. Das Mineral ist für die Muskel-

arbeit unerlässlich, kann aber vom Körper nicht selbst gebildet werden. Eine ausgewogene Ernährung ist hier die Basis, doch gerade im höheren Alter können Grunderkrankungen wie Diabetes oder Medikamente wie Diuretika oder Kortison den Magnesiumbedarf erhöhen. Dann ist oft die Ergänzung mit einem ausreichend hoch dosierten Magnesiumpräparat wie Bioelectra Magnesium 400 mg ultra Kapseln sinnvoll - weitere Darreichungsformen finden sich unter www.bioelectra-magnesium.de. So können die körpereigenen Magnesiumspeicher immer gefüllt und die Muskeln gut versorgt werden.

Krankheiten behandeln und Stolperfallen beseitigen

Zusätzlich zu einer kräftigen Muskulatur sollten bei der Sturzprävention weitere Aspekte beachtet werden. So ist bei Sehschwächen eine gut angepasste Sehhilfe wichtig, Schwindel oder Benommenheit sollten ärztlich abgeklärt und behandelt werden. Auch die Wohnung oder das Haus sind gründlich unter die Lupe zu nehmen: Die Beseitigung von Stolperfallen und Hindernissen wie herumliegende Kabeln, Teppichkanten, Vasen oder Dekogegenstände in Durchgangswegen sowie die Sicherung glatter Böden oder rutschender Badezimmerratten kann Stürze verhindern.

Fit für die kalte Jahreszeit

Tipps, um das Immunsystem im Herbst und Winter zu stärken

(djd). Kurze Tage, Nebel, Nieselregen und kühle Temperaturen: Mit der kalten Jahreszeit startet auch die Zeit, in der unsere Abwehrkräfte Unterstützung gut gebrauchen können. Vor allem bei nass-kaltem Wetter und wenig Sonnenlicht leidet unser Wohlbefinden.

Ungleichgewicht im Säure-Basen-Haushalt vermeiden

Im Herbst spüren wir deutlich, wie unser Organismus auf Sparflamme schaltet und sich nach und nach auf den Winter einstellt. Oft haben wir weniger Energie, werden abends früher müde und fühlen uns auf der Couch wohler als aktiv draußen. Zudem steigt bei vielen der Appetit auf deftiges Essen und süße Snacks. Häufige, unausgewogene Mahlzeiten können jedoch zu einem Ungleichgewicht im Säure-Basen-Haushalt führen. Gerät das Säure-Basen-Verhältnis im Körper aus der Balance, kann das wiederum den Stoffwechsel beeinträchtigen, was sich auch auf unsere Immunabwehr auswirken kann.

Doppelt wirksam: basische Mineralstoffe und Mikronährstoffe

Damit unser Stoffwechsel funktioniert, ist es daher besonders wichtig, für einen ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt zu sorgen. Zudem ist es sinnvoll, das Immunsystem mit Mikronährstoffen zu versorgen. Einen wertvollen Beitrag hierzu kann beispielsweise das neue "Basica



Foto: djd/Basica

Immun" mit Doppel-Wirk-Prinzip leisten. Das Nahrungsergänzungsmittel aus der Apotheke kombiniert basische Mineralstoffe mit hochdosierten Mikronährstoffen und ist in der täglichen Anwendung sehr praktisch. Das basische Trinkgranulat mit Zink trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei.

Die Kapsel mit spezifischen Nährstoffen wie Vitamin C, Vitamin D3, Zink und Selen leistet einen Beitrag zu einer normalen Funktion des Immunsystems. Damit ist man gegen äußere Einflüsse gewappnet und hat alle Chancen, fit und gesund durch Herbst und Winter zu kommen. Informationen für ein Immunsystem in Balance finden sich auch unter

www.basica.com/basica/de/Balance-Wohlbefinden/Unser-Immunsystem. Täglich Sauerstoff an der frischen Luft tanken und viel trinken, um ausgetrocknete Schleimhäute zu vermeiden: Es gibt noch andere Dinge, auf die man achten sollte, um in der kalten Jahreszeit gesund zu bleiben. Ingwertee und heißes Zitronenwasser zum Beispiel stillen nicht nur den Flüssigkeitsbedarf, sondern pushen zusätzlich die Abwehrkräfte.

Wichtig ist es außerdem, ausreichend zu schlafen und dauerhaften Stress zu vermeiden. Zu viel Stress schwächt das Immunsystem, wodurch die Anfälligkeit für Infekte steigt.

Medikamente

wie diese zu Vitamin-B12 Fallen werden

(djd). Medikamente sollen uns helfen, mit Krankheiten fertig zu werden. Doch sie haben nicht immer nur gesundheitliche Vorteile, sondern zuweilen auch unerwünschte Nebenwirkungen. So können sie dem Körper lebenswichtige Nährstoffe entziehen - wie Vitamin B12. Das ist zum Beispiel bei dem Diabetes-Medikament Metformin der Fall und bei sogenannten Säureblockern, die man gegen Magenprobleme oder Sodbrennen einnimmt. Diese können laut Studien mit der Zeit einen Vitamin-B12-Mangel verursachen. Doch wie kommt es dazu, dass Medikamente zu B12-Fällen werden? Um das Vitamin aus der Nahrung herauszulösen, muss Salzsäure im Magen vorhanden sein. Diese wird durch Säureblocker reduziert. Das Diabetes-Medikament Metformin, das erhöhte Blutzuckerspiegel senkt, erschwert die Aufnahme von Vitamin B12 im Darm. Laut einer Metaanalyse haben Diabetes-

Patienten, die dauerhaft Metformin einnehmen, deshalb ein doppelt bis dreimal so hohes Risiko für einen Vitamin-B12-Mangel wie andere Patienten. Darüber hinaus können einige Antibiotika, aber auch regelmäßiger Alkohol-Konsum, die Vitamin-B12-Versorgung beeinträchtigen. Um dies zu verhindern, kann neben der Einnahme hochdosierter Präparate eine Umstellung der Ernährung den Vitamin-B12-Vorrat des Körpers verbessern.

Das bedeutet, dass Lebensmittel tierischer Herkunft wie Milch, Eier und Käse regelmäßig auf dem Speiseplan stehen sollten. Pflanzliche Lebensmittel wie Obst und Gemüse enthalten nahezu kein Vitamin B12. Hochdosierte Präparate wie B12 Ankermann, das rezeptfrei in der Apotheke erhältlich ist, können einen Mangel an Vitamin B12 ausgleichen. Infos unter: www.b12anker.de/vitamin-b12-mangel.



Fußpflege Rhein-Neckar

Ihre professionelle **mobile** Fußpflege und Maniküre

**Kostenlose Anfahrt
zu Ihnen nach Hause!**

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



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

Am Kapellenberg 41
68519 Viernheim
www.fusspfliegerheinneckar.de



Veranstaltungen

Weitere Informationen www.metropoljournal.com

Samstag 01.10

01.10.22 & 02.10.22
19:30/14:30 Uhr BARFUSS IM PARK
Ludwigshafen Pfalzbau

Dienstag 04.10

20:00 Uhr „Unser Planet – Live in Concert“,
Mannheim SAP Arena

11:00/15:00 Uhr KREUZ & QUER
Ludwigshafen Pfalzbau

Freitag 07.10

07.10.22 & 08.10.22
19:30 Uhr JUNGLE BOOK
REIMAGINED
Ludwigshafen Pfalzbau

Samstag 08.10

20:00 Uhr „Peter Maffay & Band –
Gemeinsam für unsere Kinder“
Ersatztermin Mannheim SAP Arena

Sonntag 09.10

19:00 Uhr JEDER SOLL VON DA,
WO ER IST, EINEN SCHRITT NÄHER
KOMMEN
Ludwigshafen Pfalzbau

Mittwoch 12.10

12.10.22 & 13.10.22
20:00 Uhr 1. SINFONIEKONZERT
Ludwigshafen BASF Feierabendhaus

Donnerstag 13.10

EHF EURO Cup: Deutschland vs.
Schweden, Mannheim SAP Arena

10:00 Uhr DIE BADEMATTEN-
REPUBLIK, Ludwigshafen Pfalzbau

13.10.22 & 14.10.2022
19:30 Uhr MACBETH
Ludwigshafen Pfalzbau

Kulturcafé
So | 02.10. 18 Uhr
MIRIAM AST: EUROPEAN FOLK SONGS
Miriam Ast, Gesang
Daniel Prandl, Klavier
Katharina Bress, Bass

So | 16.10. 18 Uhr
RAINER PUSCH UND DIE
DEUTSCHEN VERDÄCHTIGEN
Rainer Pusch, Saxophon
Vito Salfer, Keyboard
Thomas Netuschil, Bass
Arno Pfander, Drums

So | 08.11. 18 Uhr
HEIDELBERGER JAZZCHOR MEETS SSW BIGBAND
Ludwigshafen Pfalzbau

November 2022
KULTURHAUS KÄFERTAL
Sei wach und kulturelle Entdecke im Stadtkern

25. KÄFERTALER
WEIHNACHTSMARKT
SA 26.11. + SO 27.11.

Tickets online
→ <https://kulturhauskaefertal.de>

NEU!
YOUNITY KINDERCHOR
→ KULTURHAUS 1, Gartenstraße 8 im Stempelark
Ab 04.10, jeden Donnerstag 11:30 – 12:30 Uhr
YOUNITY Kinderchor (ab 6 Jahren)
Leitung: Karo Lindt, Chorleiterin, Singer/Songwriter
→ Anmeldung: info@kulturhauskaefertal.de
Teilnahmegebühr: 15 EUR/Monat,
die ersten zwei Schnuppertermine sind frei

Ab 08.10, jeden Sonntag 11:30 – 12:30 Uhr
→ Aufführung: 14.12., 14.1.23
Weihnachten, Neujahr + alles zwischendrin
Projekt mit Tanz, Schauspiel, Rap, Gesang und Band
für einheimische und geflüchtete Jugendliche
→ Teilnahme kostenlos, ab 12 Jahren
Projektleiterinnen:
Deutsch, Ukrainisch, Russisch, Englisch
Leitung:
• Karo Lindt, Chorleiterin, Singer/Songwriter,
Masterstudentin der Pop Akademie BW und
• Julia Redetzka, Dramaturgin, Choreografin
und Theaterpädagogin aus Kiew

Station 1 KULTURHAUS Käfertal
YOUNITY Gallery
UTBREM – DER TRAUM VOM
FESTHALTEN
Bilder, Skulpturen, Installationen,
Dialogausstellung Uta Dorra
und Zoro Reiko Ishihara
Sa, 05.11., 18 Uhr: Lesung
Kurzgeschichte „Tory Taktar“ von
Haruki Murakami. Es liest Matthias Werner

Station 2 Obere Redstraße 25, Innenhof
Rüdiger Krenkel „Dawischen“
Skulpturen und Plastiken

Station 3 Auerbachstraße 1
Ausstellung und Werkstatt
Hendrik Heickl - Bildhauerin, Elkes Magermann
- Fotografie KPM Karl Peter Müller - Malerei
Sa, 05.11., 18 Uhr: Leonardo Ramirez Cuapio
singt eigene und traditionelle mexikanische Songs

Veranstalter:
Kulturhaus Käfertal, Ute Mosler, Gartenstraße 8, Tel. 0621/73861
Info: <https://kulturhauskaefertal.de>

Sa, 05.11., 14 - 18 Uhr
So, 06.11., 14 - 18 Uhr
KUNST IN KÄFERTAL

Ein KunstSpaziergang
durch Ateliers
und Ausstellungen

Station 1 KULTURHAUS Käfertal
YOUNITY Gallery
UTBREM – DER TRAUM VOM
FESTHALTEN
Bilder, Skulpturen, Installationen,
Dialogausstellung Uta Dorra
und Zoro Reiko Ishihara
Sa, 05.11., 18 Uhr: Lesung
Kurzgeschichte „Tory Taktar“ von
Haruki Murakami. Es liest Matthias Werner

Station 2 Obere Redstraße 25, Innenhof
Rüdiger Krenkel „Dawischen“
Skulpturen und Plastiken

Station 3 Auerbachstraße 1
Ausstellung und Werkstatt
Hendrik Heickl - Bildhauerin, Elkes Magermann
- Fotografie KPM Karl Peter Müller - Malerei
Sa, 05.11., 18 Uhr: Leonardo Ramirez Cuapio
singt eigene und traditionelle mexikanische Songs

Veranstalter:
Kulturhaus Käfertal, Ute Mosler, Gartenstraße 8, Tel. 0621/73861
Info: <https://kulturhauskaefertal.de>

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

Fahrpreise
• Erwachsene € 12,00,-
• Kinder (3-13 J.): € 10,00,-
• Schüler und Studenten: € 10,00,-
• Behinderte: € 10,00,-
• Gruppen Rabatt: 10 %
(15 Erwachsene und mehr)
• Schulklassen (1 Begleitperson frei)
pro Person (unter 14 J.): € 3,50,-
Gruppenfahrpreise sind geschlossen zu lösen.
Fahrkarten sind direkt an Bord erhältlich.
• Hunde frei
Preise pro Person.

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

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

Samstag 15.10

19:30 Uhr EWIG HER UND GAR
NICHT WAHR, Ludwigshafen Pfalzbau

Sonntag 16.10

18:00 Uhr GOOTOPIA
Ludwigshafen Pfalzbau

Dienstag 18.10

19:30 Uhr ANNE-MARIE
DIE SCHÖNHEIT
Ludwigshafen, Pfalzbau

Freitag 21.10

19:30 Uhr THE MUSEUM
Ludwigshafen, Pfalzbau

21.10.2022 & 22.10.2022
20:00 Uhr Felix Lobrecht
Mannheim, SAP Arena

Samstag 22.10

19:30 Uhr WORT UND WEIN
Ludwigshafen, Pfalzbau

Sonntag 23.10

18:00 Uhr TRIBUTE TO KYLIÁN
Ludwigshafen, Pfalzbau

Dienstag 25.10

20:00 Uhr UFO
Musikkulturzentrum 101
Speyer

Samstag 29.10

20:00 Uhr Ina Müller
Mannheim, SAP Arena

Weitere Termine

Samstag 05.11.2022
20:00 Uhr Quarrymen - Beatles
Schwetzingen, Alte Wollfabrik

Mittwoch 09.11.2022
20:00 Uhr Herr Schröder -
Instagrammatik
Heidelberg Halle 02

Donnerstag 10.11.2022
20:00 Uhr The Kay Ray Show
Mannheim Klapmühl

Samstag 12.11.2022
20:30 Uhr Red Hot Chili Pipers -
20th Anniversary World Tour
Speyer Musikkulturzentrum 101

Freitag 18.11.2022
20:00 Uhr De Corazón
Schwetzingen, Alte Wollfabrik

Freitag 09.12.2022
20:00 Uhr Suzi Quatro & Band
Mannheim Rosengarten



FANSHOP
am Wasserturm

P7, 17

Montag – Samstag
10:00 bis 20:00 UHR



Mannheim 06 21/7 48 23 26

NEUE
PALAZZO WELT
AUF DEM TAYLOR AREAL

RADIO  REGENBOGEN

Harald Wohlfahrt

PALAZZO

AB OKTOBER

TICKETS SICHERN!

01805 - 60 90 30*

PALAZZO-MANNHEIM.DE

*Mo-Fr 9-17 Uhr - 14 Ct./Min. aus dem dt. Festnetz, max 42 Ct./Min aus den dt. Mobilfunknetzen Unser gastronomischer Partner: 