

DIE KULTURMETROPOLE

So können die Städte der Zukunft dem Klimawandel begegnen



Foto: pexels.com/akz-o

(red) (akz-o) Nach dem vergangenen heißen und trockenen Sommer wird es höchste Zeit, umzudenken. Vor allem in den Städten macht der Klimawandel den Bewohnern zu schaffen, denn Beton und Asphalt speichern die Wärme besonders gut, Fassaden reflektieren sie und Straßenschluchten halten sie fest. Vom Klimastein im Pflaster bis zum Baum auf dem Dach: Innovative Ideen kühlen Städte herunter, wenn die Temperaturen steigen.

Pflanzen

Fachleute sind sich einig: Die Städte der Zukunft werden grün. Denn Grünflächen bieten nicht nur Erholung für Menschen und Lebensraum für Tiere, sie tun auch dem Klima gut. Pflanzen, allen voran Bäume, binden CO₂, produzieren Sauerstoff und kühlen durch Verdunstungskälte die Luft. Blätter funktionieren als natürliche Klimaanlage.

Doch der Platz für diese Klimaretter ist gering. Innovative Planer setzen

sie mittlerweile auch auf Dächer und Fassaden. Selbst Bäume werden dort oben gepflanzt.

Luft

Zwischen Straßenschluchten sucht man oft vergebens nach einer kühlen Brise. Städteplaner und -planerinnen integrieren deshalb gezielt Grün- und Klimaschneisen, durch die kühlere Luft ungehindert vom Stadtrand in die City strömen kann. Auch ausgeklügelte Gebäudekonstruktionen lassen die Luft besser zwischen den Komplexen zirkulieren.

Wasser

„Schwammstadt“ heißt das neue Konzept: Statt über die Kanalisation entsorgt zu werden, soll Regenwasser frei versickern. So verdunstet es und senkt die Temperaturen in der Umgebung. Verdunstung hilft außerdem, die Luft in Bewegung zu halten. Zusätzlich dürfen unterirdisch geführte Bäche und Flüsse wieder an die Oberfläche kommen und wo Platz ist, Außenlandschaften bilden. Auch hier ist Verdunstungskühlung das Stichwort.

Stein

Genau bei dem Prinzip Schwammstadt setzt auch der Klimastein von Godelmann an. Der dreischichtige Stein neutralisiert nicht nur Luftschadstoffe und dämmt Lärm, sondern sorgt für eine ähnliche Verdunstungsleistung wie eine Wiese.

Das Prinzip: Durch die Fugen gelangt das Regenwasser gefiltert in die Speicherschicht des Steins. Von hier aus verdunstet es und kühlt so die Umgebungsluft. Die Kapillar-Schicht, also die unterste Schicht im Stein, hindert nicht nur das Wasser daran, im Erdreich zu versickern, sondern nimmt zusätzlich Feuchtigkeit aus dem Boden auf – für noch mehr Kühlung.

Das übrige Regenwasser versickert gefiltert an Ort und Stelle im Erdreich und kann somit dem Grundwasser zugeführt werden. Eine Innovation, die gleichzeitig Temperaturen senkt und Flächen entsiegelt. Mehr Informationen über den cleveren Klimastein gibt es auf godelmann.de/klimastein.



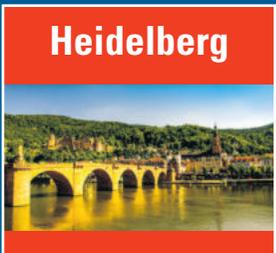
Franklin News



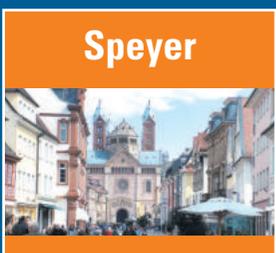
Mannheim



Ludwigshafen



Heidelberg



Speyer

November 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

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

brandaktuell

Lokales & Regionales

www.metropoljournal.com

Preiswerten Wohnraum

im Jungbusch erhalten

(red) Mit dem Beschluss der Voruntersuchungen im April 2022 und dem Aufstellungsbeschluss im September 2022 hat die Stadt Mannheim die Voraussetzungen dafür geschaffen, um den Erlass der ersten Milieuschutzsatzung in Mannheim im Stadtteil Jungbusch zu prüfen. Hierzu wird das Hamburger Büro ALP – Institut für Wohnen und Stadtentwicklung ab dem 26. Oktober mit der schriftlichen Befragung von rund 3.100 Haushalten im Jungbusch beginnen.

„Die Ergebnisse der Befragung sind sehr wichtig für die gutachterliche Beurteilung, ob wir dieses Rechtsinstrument zum Schutz preiswerten Wohnraumes im Jungbusch einsetzen können. Ich bitte daher alle Haushalte, die in den nächsten

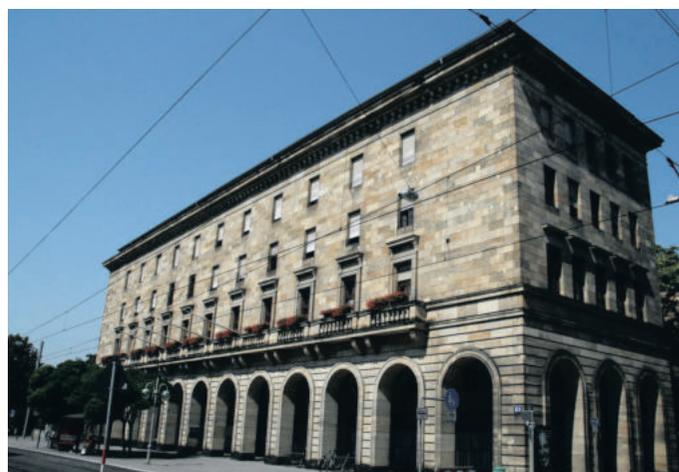


Foto: Stadt Mannheim

Tagen Post bekommen, um ihre Mithilfe und um Teilnahme an der Befragung“ bewertet Baubürgermeister Ralf Eisenhauer. Nur bei einem entsprechenden Rücklauf sind belastbare Aussagen möglich, ob

die Voraussetzungen zum Erlass einer Milieuschutzsatzung vorliegen. Um eine möglichst breite Zahl von Bewohnern zu erreichen, wird der Fragebogen neben Deutsch noch in Türkisch, Italienisch, Bulgarisch und Rumänisch aufgelegt. Das Verfahren im Jungbusch soll grundsätzlich zeigen, wie mögliche weitere Milieuschutzgebiete in Mannheim in Angriff genommen werden könnten. Mit dem Aufstellungsbeschluss vom September hat die Stadt zudem die Möglichkeit, bauliche Vorhaben wie Rückbauten, Änderungen oder Nutzungsänderungen an baulichen Anlagen oder die Umwandlung von Miet- in Eigentumswohnungen für die Dauer von zwölf Monaten zurückzustellen, sofern sie den Zielen der Milieuschutzsatzung widersprechen.

Staatssekretär besucht Hauptfeuerwache

(red) Der Baden-Württembergische Innenstaatssekretär Wilfried Klenk war am Montag, den 24. Oktober zu Besuch in Mannheim. Im Rahmen dessen stellte Erster Bürgermeister und Feuerwehrdezernent Christian Specht dem Landesvertreter auch den Intensivtransportbus vor, der seit Februar auf der Mannheimer Hauptfeuerwache einsatzbereit vorgehalten wird. Des Weiteren besichtigte Specht mit seinem Besucher die Integrierte Leitstelle und tauschte sich unter anderem über den Gefahrgutunfall im Mühlhafen aus. „Der Intensivtransportbus dient der Stärkung des Fachdienstes Sanität und Betreuung. Der Bus konnte im letzten Jahr dank der guten Kooperation mit der Stadt Mannheim als Katastrophenschutzfahrzeug des Landes übergeben werden. Er ist bei der Berufsfeuerwehr stationiert und wird in Kooperation mit den Hilfsor-



Foto: Stadt Mannheim

ganisationen betrieben“, berichtet Innenstaatssekretär Wilfried Klenk. „Der Intensivtransportbus ist einer von zwei in ganz Baden-Württemberg. Dass er hier bei uns in Mannheim stationiert ist, zeigt, dass das Innenministerium großes Vertrauen in die Kompetenz

und Schlagkräftigkeit unseres notfallmedizinischen Bevölkerungsschutzes in Mannheim legt. Der Bus bildet eine wichtige Ergänzung zu unseren weiteren Mannheimer Sondereinheiten wie beispielsweise dem Feuerlöschboot, der Taucherstaffel und der Höhen-

rettung oder unserem Rettungszug im Hauptbahnhof, mit dem wir bei Schadensereignissen Leben retten können“, so Specht. Eine Alarmierung des Busses erfolgt über die Zentrale Koordinierungsstelle für Intensivtransporte Baden-Württemberg. Die Verletzungskapazitäten in der Region sind damit deutlich gesteigert. Unabhängig von dieser Möglichkeit, die vor allem dann zum Tragen kommt, wenn zum Beispiel mehrere beatmete Patienten gleichzeitig in weiter entfernte Kliniken verlegt werden müssen, kann das Fahrzeug auch als Großraum-Rettungstransportwagen genutzt werden, in dem auch behandelt werden kann. Als alleiniger Vertragspartner ist die Stadt Mannheim dazu verpflichtet, das Fahrzeug jederzeit einsatzbereit vorzuhalten. Betrieben wird der Bus vom Amt für Feuerwehr und Katastrophenschutz.

Ärgerlich!

(wolu) Jetzt ist es amtlich, das von den Kommunen so euphorisch geförderte Projekt „E-Scooter“ ist krachend gescheitert. Was dem Bürger schon immer klar war, nämlich, dass mit dem Scooter die letzte Meile eben doch nicht komfortabel überwunden werden kann.

Als Teil der Verkehrswende propagiert, sollte der Nutzer seinen E-Scooter als Bindeglied zwischen dem öffentlichen Nah- und Fernverkehr nutzen. Da stelle man sich vor, wie beispielsweise der Bahnreisende mit Koffer bewaff-

net auf dem Roller steht. Weltfremd. Wenn jetzt die Kommunen wollen, dass Sammelplätze für die Scooter eingerichtet, und nur von dort eine Fahrt beginnen darf, dann ist doch die Frage erlaubt, wie das organisatorisch funktionieren soll. Heißt das doch, dass der Benutzer erst einmal einen Abstellplatz suchen muss und nach erfolgter Fahrt wiederum sein Leihgerät an einem solchen abstellen soll. Es ist aber unmöglich, ein solch dichtes Netz an Parkstationen in den Städten zu Verfügung zu stellen, die es dem Nutzer erlauben, noch komfortabel und zeitlich vertretbar den E-Scooter zu nutzen.

Wie wir an dieser Stelle bereits erwähnt haben, der E-Scooter verschandelt den öffentlichen Raum, ist eine permanente Gefahrenquelle, besonders für Kinder und Senioren und alles andere als Umweltfreundlich.



Dessen ungeachtet wurde er von der Mannheimer Tageszeitung in friedlicher Eintracht mit der Stadtspitze als wichtiger Beitrag für die Verkehrswende propagiert.

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

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, Vervielfältigung und elektronische Speicherung nur mit schriftlicher Genehmigung.

Verteilung:

Dieter Augstein
Rottannenweg 13a, 68305 Mannheim
0173 306 8807

Rheindammsanierung

Beginn der Offenlage

(red) Die Offenlage der Antragsunterlagen beginnt ab 20. Oktober 2022 und geht bis einschließlich 21. November 2022. Möglichkeit für Einwendungen bis einschließlich 21. Dezember 2022.

Das Regierungspräsidium Karlsruhe plant die „Ertüchtigung des Rheinhochwasserdamms (RHWD) XXXIX“ in Mannheim. Damit sollen die Standsicherheit und die Zugänglichkeit des Damms im Hochwasserfall verbessert werden. Für das Vorhaben ist ein Planfeststellungsverfahren durchzuführen. Der Antrag auf Planfeststellung ist bei der Stadt Mannheim bei der unteren Wasserbehörde im Februar 2021 ein-

gegangen und wurde in einem ersten Schritt formell auf Vollständigkeit geprüft. Nachdem Überarbeitungen seitens Regierungspräsidium Karlsruhe nötig waren, kann der Antrag nun als vollständig bewertet und offengelegt werden. Die Bürgerinnen und Bürger können sowohl vor Ort im Technischen Rathaus Mannheim als auch online Einsicht nehmen.

Vor Ort im Technischen Rathaus: Die Antragsunterlagen liegen in der Zeit vom 20. Oktober 2022 bis einschließlich 21. November 2022 bei der Stadtverwaltung Mannheim, Technisches Rathaus Mannheim, im Erdgeschoss-Foyer im Bereich des

Haupteingangs, Glücksteinallee 11, 68163 Mannheim montags bis freitags von 8 bis 18 Uhr zur allgemeinen Einsichtnahme aus. Eine Anmeldung zur Einsicht ist nicht nötig.

Online: Parallel dazu werden die Antragsunterlagen ab 20. Oktober 2022 auf der Internetseite www.mannheim.de/rheindamm abrufbar sein. Auf der Seite www.uvp-verbund.de unter dem Suchbegriff „Mannheim Rheinhochwasserdamm“ wird der Antrag ebenfalls zu finden sein.

Einwendungen gegen die Planung können von jedem, dessen Belange durch das Vorhaben berührt werden, vom 20. Oktober 2022 bis einschließlich 21. Dezember 2022 schriftlich

oder zur Niederschrift bei der Stadtverwaltung Mannheim, Technisches Rathaus Mannheim, Fachbereich Klima, Natur, Umwelt, Glücksteinallee 11, 68163 Mannheim erhoben werden. Maßgeblich für die Einhaltung der Frist ist das Eingangsdatum, nicht das Datum des Poststempels. Aus den Einwendungen soll hervorgehen, welche Belange berührt sind. Eingegangene Einwendungen werden von der Planfeststellungsbehörde geprüft und erfasst. Eine Eingangsbestätigung wird nicht erteilt. Es wird gebeten, den Betreff „Ertüchtigung RHWD XXXIX“ auf den Schreiben aufzuführen. Zudem wird gebeten, auf schriftlichen Äußerungen und Ein-

wendungen die volle Anschrift, das Aktenzeichen „202110543“ sowie ggf. die Flurstücknummer(n) der betroffenen Grundstücke anzugeben.

Die eingegangenen Einwendungen werden von der Planfeststellungsbehörde kategorisiert und an das Regierungspräsidium Karlsruhe übermittelt. Die Stellungnahmen der Behörden und Verbände werden anschließend in einem Erörterungstermin mit dem Vorhabenträger erörtert. Erst ganz am Schluss dieses komplexen Prozesses und nach Abwägung aller Argumente erfolgt eine Entscheidung über den Planfeststellungsantrag durch die Stadt Mannheim als Planfeststellungsbehörde.

Bundesverdienstkreuz

an Karla Spagerer

(red) Oberbürgermeister Dr. Peter Kurz hat am 21. Oktober das Verdienstkreuz am Bande des Verdienstordens der Bundesrepublik an Karla Spagerer überreicht. Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier hatte die Auszeichnung am 9. September an die 92-jährige Waldhöferin verliehen.

„Mit großer Leidenschaft erzählt sie seit einigen Jahren von ihren bedrückenden Erfahrungen aus der Kindheit und Jugend – insbesondere, um Schülern und Schüler sowie anderen jungen Menschen die Zusammenhänge aus der NS-Zeit begrifflich zu machen“,



Foto: Photo-Proflwitz

so Oberbürgermeister Dr. Peter Kurz bei der Überreichung. „Insbesondere die Erlebnisse nach der Reichspogromnacht, die Verhaftung ihrer Großmutter

und die Hinrichtung der Mannheimer Widerstandskämpfer haben Karla Spagerer stark geprägt und motivieren sie auch heute noch zu diesem Kampf gegen Rechts und für die Demokratie. Ich war schon immer der Überzeugung, dass es kein anderes wirklich wirksames Mittel gibt als persönliche Berichte, um sich mit den Mechanismen auseinanderzusetzen, die dazu führen können, dass Demokratie grundlegend in Frage gestellt wird. Und um eine Abwehr aufzubauen, die es eben ohne das Bewusstsein um die Katastrophe nicht gäbe.

Karla Spagerer ist 1929 in Mannheim ge-

boren. Ihre Eltern betrieben die Arbeitkneipe „Waldschlüssel“, wo sich oft die Freunde der Eltern trafen – darunter Mitglieder der Familien Faulhaber und Lechleiter, die zur kommunistischen Widerstandsgruppe gegen die Nationalsozialisten gehörten. Ihre Großmutter, eine überzeugte Kommunistin, wurde 1936 von der Gestapo verhaftet und für 18 Monate ins Zuchthaus gebracht, weil sie für notleidende Familien inhaftierter Widerstandskämpfer der Mannheimer „Lechleiter-Gruppe“ Lebensmittel und Geld gesammelt hatte. Auch ihre Eltern waren politisch engagiert, weshalb das

Elternhaus mehrmals von der Gestapo durchsucht wurde. Nach dem Tod ihres Ehemanns Walter stieg Karla Spagerers Bedürfnis, sich selbst mehr politisch zu engagieren. 2018 wurde sie zu einer öffentlichen Gesprächsrunde zum Thema „Ausgrenzung von Andersdenkenden und Antisemitismus“ eingeladen und hat dabei von ihren Erfahrungen als Kind während des Zweiten Weltkriegs berichtet. Spagerer erzählt inzwischen im Rahmen von Veranstaltungen von ihren Erlebnissen, so etwa bei der jährlichen Gedenkfeier der Lechleiter-Widerstandsgruppe.

Mobil mit dem autonom fahrenden Shuttle-Bus

offizielle Phase des Projekts RABus eingeläutet

(red) Winfried Hermann, Verkehrsminister des Landes Baden-Württemberg, hat die nächste offizielle Phase des Projekts RABus eingeläutet. Bei einem Pressetermin in Stuttgart enthüllte er das Design eines autonom, also fahrerlos, fahrenden Shuttlebusses. Dieser fährt im Zuge des Forschungsvorhabens „Reallabor für den Automatisierten Busbetrieb im ÖPNV in der Stadt und auf dem Land“ auch in Mannheims neuem Stadtteil FRANKLIN. Die städtische Entwicklungsgesellschaft MWSP erweitert damit das bereits bestehende, vielfältige und zeitgemäße Mobilitätsangebot um ein technologisch innovatives Mobilitätsprojekt, dessen Nutzung unter realistischen Bedingungen erprobt werden soll.

„Autonom fahrende Shuttle-Busse, wie wir sie jetzt im Zuge des Projekts RABus in FRANKLIN zum Einsatz bringen wollen, haben das Potential, eine grundlegende Herausforderung für den ÖPNV zu bewältigen. Sie können die sogenannte letzte Meile abdecken und die Fahrgäste von ihrem Ausgangspunkt zu den Bus- und Bahnhofhaltestellen und wieder zurückbringen“, erklärt Mannheims



Foto: L. Binder

Erster Bürgermeister und ÖPNV-Dezernent Christian Specht. „Damit können wir den Erschließungsradius von ÖPNV-Haltestellen in Zukunft nochmal deutlich erhöhen. Es freut mich ganz besonders, dass wir diese potenzielle Schlüsseltechnologie nun hier in Mannheim erproben können“, so Specht weiter.

„Dieses Projekt kann nicht nur von den ÖPNV an sich richtungweisend sein. Es ist auch für uns als Unternehmen von großer Bedeutung. Wir haben als rnv im Branchenvergleich bereits wiederholt unsere Innovationskraft unter Beweis gestellt und wollen auch weiterhin bei Zukunfts-

technologien ganz vorne dabei sein“, sagt Martin in der Beek, technischer Geschäftsführer der Rhein-Neckar-Verkehr GmbH (rnv). „Dabei ist technologischer Fortschritt kein Selbstzweck. Echte Innovation zeichnet sich dadurch aus, dass moderne Technologien und neue Konzepte intelligent miteinander verknüpft werden, um einen echten Mehrwert zu schaffen. Mit dem Projekt RABus können wir eine der letzten Fähigkeitslücken im ÖPNV schließen“, so in der Beek. „Als Stadtteil der Zukunft forciert FRANKLIN klimaschonende Mobilität. Für die derzeit knapp 4.000 Bewohner*innen bietet das Mobi-

litätskonzept bereits während der Aufsiedlung ein vielfältiges Angebot und eine Vernetzung mit der angrenzenden Nachbarschaft. Den RABus in dieses Mobilitätskonzept zu integrieren stellt eine große Chance für uns als Entwicklungsgesellschaft dar. Denn Projekte, die die Antwort auf große Zukunftsfragen wie Mobilität liefern sollen, müssen unter realen Bedingungen und unter Einbezug der Menschen vor Ort entwickelt werden, um letztendlich akzeptiert und genutzt zu werden und einen tatsächlichen Mehrwert zu bieten“, betont Achim Judt, Geschäftsführer der MWSP.

Projekt soll im nächsten Jahr realisiert werden

Nach den derzeitigen Planungen sollen die ersten hochautomatisierten Busse, zunächst noch mit menschlichen „Aufpassern“ an Bord, im Sommer 2022 erstmals durch FRANKLIN rollen. Zu einem späteren Zeitpunkt sollen die Fahrzeuge, die auf einer zwei Kilometer langen Strecke zwischen der Haltestelle Platz der Freundschaft und insgesamt zehn kompakten Haltestellen

im neuen Stadtteil pendeln, dann aus einer eigens eingerichteten Leitstelle überwacht werden. Bevor es losgehen kann, müssen in FRANKLIN allerdings noch einige Vorbereitungen getroffen werden. Ab Anfang 2022 werden im Stadtteil beispielsweise an verschiedenen Punkten entlang der Route kleine Magnetsensoren als Wegweiser für die Shuttlebusse eingebaut. Außerdem entstehen zehn temporäre Haltestellen, zwei kleine Wendeplätze, einige Lichtsignalanlagen sowie ein Depot für die beiden Shuttlebusse.

Die rnv, die MWSP und die Stadt Mannheim werden noch Ende 2021 die Bewohnerinnen und Bewohner FRANKLINS auf einer Infoveranstaltung über das Projekt und die weitere Zeitschiene informieren. Ebenso können sich Bewohnerinnen und Bewohner zu gegebenem Zeitpunkt als Freiwillige melden, die das Angebot des autonom fahrenden Busses nutzen und Rückmeldungen über ihre Erfahrungen geben. Erste Hintergrundinformationen zum Projekt gibt es unter www.projekt-rabus.de. Eine eigene Projektwebsite speziell für den Betrieb in FRANKLIN wird folgen.

Stadtteilbüro FRANKLIN FOYER eröffnet

Nahversorger eröffnet Filiale auf FRANKLIN

(red) Mehr als 5.100 Menschen leben bereits im neuen Mannheimer Stadtteil FRANKLIN.

Um den Dialog mit den Bewohner*innen zu stärken und das gute Zusammenleben zu fördern, hat die städtische Entwicklungsgesellschaft MWSP das Stadtteilbüro FRANKLIN FOYER geschaffen. Mit einem kleinen Fest wurde nun die Eröffnung gefeiert.

Zahlreiche Besucher*innen fanden sich auf dem Vorplatz des HOUSE of MÄMORIES ein, um auf Einladung der MWSP bei Essen und Trinken das neu eröffnete FRANKLIN FOYER, im umgebauten vorderen Teil des HOUSE of MÄMORIES, zu besichtigen und der akustischen Swing- und Vintage Musik der Band San Remo zu lauschen. In einem hellen, großzügigen und barrierefrei zugänglichen Raum mit Blick auf den FRANKLIN Field Platz beantwortet das Team des MWSP-Aufsiedlungsmanagements zukünftig zu festen Sprechzeiten persönlich die Fragen der Bewohner*innen rund um FRANKLIN und den Konversionsprozess.

„Seit den Anfängen der Umwandlung von FRANKLIN begleitet unser Aufsiedlungsmanagement die soziale Entwicklung, um einen Ort mit Gemeinschaftsgefühl und gelebter Nachbarschaft zu schaffen. Mit dem FRANKLIN FOYER hat die



Foto: Nikola Neven Haubner

MWSP eine wichtige, persönliche Anlaufstelle für die FRANKLIN-Bewohner und deren Anliegen geschaffen, um so gemeinsam Schritt für Schritt das Leben auf FRANKLIN zu optimieren“, so MWSP Geschäftsführer Achim Judt. Ein Schwerpunkt der Arbeit des Aufsiedlungsmanagements liegt dabei auf der Vernetzung. Bewohner*innen, die sich im Stadtteil engagieren wollen, die einen Verein beitreten oder gründen möchten oder einfach nur ein Mitmachangebot ins Leben rufen wollen, sind im FRANKLIN FOYER an der richtigen Stelle.

Das Team der MWSP kennt sich bestens im Stadtteil aus und vermittelt die richtigen Kontakte. Natürlich haben die Mitarbeiter*innen jederzeit ein offenes Ohr für Vorschläge und

Anregungen, die das soziale Miteinander in FRANKLIN fördern und den Stadtteil noch attraktiver machen. Auch Fragen und Problemstellungen rund um die Baustelle oder die Gesamtplanung können hier ab sofort persönlich geklärt werden. Jeden Dienstag von 14-16 Uhr gibt es eine feste Sprechzeit im FRANKLIN FOYER. Termine außerhalb dieser-

Sprechzeit sind ebenfalls möglich und können per E-Mail an: aufsiedlungsmanagement@mwsp-mannheim.de vereinbart werden. Darüber hinaus sieht das Konzept für das FRANKLIN FOYER vor, auch anderen, im Stadtteil aktiven Organisationen und Vereinen nach Rücksprache einen Ort für ihre Sprechzeiten anzubieten und zu bewerben.

Kostenlos in ihrer Region!
www.metropoljournal.com

Bürgersprechstunde mit OB Dr. Peter Kurz

(red) Oberbürgermeister Dr. Peter Kurz bietet am Dienstag, 8. November, von 14 Uhr bis 17 Uhr eine Bürgersprechstunde im Interkulturellen Haus, Thomas-Jefferson-Str.4, Stadtteil Franklin (Gebäude/Eingang links neben Franklin Grundschule) an.

Interessierte Bürgerinnen und Bürger haben die Möglichkeit, persönliche Anliegen oder Anregungen direkt mit dem Oberbürgermeister zu besprechen. Begonnen wird mit einer offenen Sprechstunde, für die keine vorherige Anmeldung notwendig ist.

Im Anschluss daran, von 15 Uhr bis 17 Uhr, folgt eine Sprechstunde nach vorheriger Terminvereinbarung. Anmeldungen nimmt das



Foto: Stadt Mannheim

Bürgerbüro täglich von 9 bis 12 Uhr telefonisch unter 0621/293-2931 entgegen.



PFLERGE profis
Zuhause GUT gepflegt

Pflege Profis / Franklin Klinik

Rober-Funari-Str. 2-6
68309 Mannheim

Sie erreichen uns telefonisch für Mannheim / LU

Tel.: 0621-7001 8980

www.pflege-profis.info

- ✓ Grundpflege
- ✓ Wundversorgung
- ✓ Betreuungsleistungen

Geld für Schuldnerberatungsstellen

in Ludwigshafen, Speyer und dem Rhein-Pfalz-Kreis

(red) Sparkasse Vorderpfalz unterstützt die Schuldnerberatungsstellen in ihrem Geschäftsgebiet mit 66.105 Euro

Institutionelle Schuldnerberatung ist heute ein fester und wichtiger Bestandteil des Verbraucherschutzes. Menschen in finanzieller Notlage erhalten dort kompetente Beratung und Lebenshilfe. Mit einer Spende von insgesamt 66.105 Euro unterstützt die Sparkasse Vorderpfalz erneut die Schuldnerberatungsstellen in ihrem Geschäftsgebiet. Wie in den Vorjah-



Foto: Fotolia

ren wird damit die Arbeit der Schuldnerberater in Ludwigshafen (43.830),

Speyer (6.075) und dem Rhein-Pfalz-Kreis (16.200) gefördert. Die Sparkas-

sen leisten als einzige Bankengruppe einen Beitrag zur Finanzierung der Schuldnerberatung. Dabei sind sie, gemessen an ihrem Marktanteil, deutlich seltener als andere Kreditinstitute Gläubiger überschuldeter Haushalte. Dem Problem der Überschuldung begegnet die Sparkasse Vorderpfalz nicht nur durch die aktive Unterstützung von Schuldnerberatungsstellen, sondern auch durch vielfältige Präventionsmaßnahmen, mit dem Ziel, ihre Kunden vor der „Schuldenfalle“ zu bewahren. So gehe beispielsweise jeder Kreditvergabe eine ausführliche und

verantwortungsvolle Beratung voraus, die insbesondere die finanzielle Belastbarkeit des potentiellen Kreditnehmers berücksichtige. Weitere Informationen zu Finanzthemen gibt es auch beim Beratungsdienst der Sparkassen-Finanzgruppe "Geld und Haushalt". Im Internetportal unter www.geldundhaushalt.de finden sich Bestellmöglichkeiten für Broschüren und Planungshilfen sowie Online-Angebote. Die Ratgeber von "Geld und Haushalt" sind für alle Bürgerinnen und Bürger sowie gemeinnützige Einrichtungen kostenfrei, teils die Sparkasse Vorderpfalz mit.

Modernisieren mit Rabatt

Günstige Darlehen und hohe Tilgungszuschüsse in Rheinland-Pfalz

(red) Wer Wohnimmobilien modernisiert, kann ihren Energieverbrauch drastisch reduzieren und den Wohnkomfort sowie den allgemeinen Wert deutlich steigern, so dass sich Investitionen in jedem Fall auszahlen. Ganz besonders gilt das in Rheinland-Pfalz, wo das Land entsprechende Vorhaben fördert. Denn die Investitions- und Strukturbank Rheinland-Pfalz (ISB) vergibt an Modernisierungswillige zinsgünstige Nachrangdarlehen, die

dank großzügiger Tilgungszuschüsse nicht komplett zurückgezahlt werden müssen – unabhängig davon, ob die Immobilie selbst bewohnt oder vermietet wird. Jedoch unterscheiden sich die Fördervoraussetzungen und -details:

Bei Eigentümerinnen und Eigentümern von Mietwohnungen spielt das eigene Einkommen keine Rolle: Sie können ein zinsgünstiges ISB-Darlehen in Höhe von bis zu 125.000 Euro

zu einem Zinssatz von 0,5 Prozent p.a. mit einer Zinsfestschreibung von 15 Jahren pro Wohnung erhalten, hinzu kommt ein nicht rückzahlbarer Tilgungszuschuss von 25 Prozent. Daraufhin sind bei Neuvermietungen 15 Jahre lang Belegungs- und Mietbindungen einzuhalten, welche so ausgestaltet sind, dass an Bezieherinnen und Bezieher mittlerer Einkommen vermietet werden kann.

Wer die zu modernisierende Immo-

bilie selbst bewohnt, kann ein ISB-Darlehen erhalten, sofern das jährliche Gesamteinkommen seines Haushaltes innerhalb der im Landeswohnraumförderungsgesetz definierten Einkommensgrenzen liegt – beispielsweise ist ein Ehepaar mit zwei Kindern bis zu einem Jahresbruttoeinkommen von rund 82.000 Euro förderfähig. Die Höhe des Darlehens hängt von der im Haushalt lebenden Personenzahl ab und beträgt im Fall der oben genannt-

ten Familie maximal 100.000 Euro, die Zinsen liegen bei einer Zinsfestschreibung von 10 Jahren bei aktuell 2,5 Prozent p.a. Je nach Jahreseinkommen ergänzt ein Tilgungszuschuss in Höhe von bis zu 15 Prozent die Förderung. Die Antragstellung erfolgt direkt bei der ISB. Modernisierungswillige erhalten Informationen unter www.modernisieren-mit-rabatt.de, der Telefonnummer 06131 6172-1991 oder per E-Mail an wohnraum@isb.rlp.de.

MODERNISIEREN MIT RABATT

Wer Wohnungen modernisiert, kann bei der ISB ein günstiges Darlehen bekommen und zahlt weniger zurück – je klimafreundlicher, desto weniger!

Informieren Sie sich noch heute unter www.modernisieren-mit-rabatt.de.



Eröffnung der neuen Impfstelle

in Schifferstadt

(red) Der Rhein-Pfalz-Kreis informiert, dass nach Abschluss der nötigen Baumaßnahmen nun die neue Impfstelle des Landkreises in der Bahnhofstraße 37, 67105 Schifferstadt, am Dienstag, 18. Oktober 2022 um 9 Uhr, eröffnet wird.

Geimpft wird ausschließlich gegen das Virus SARS-Cov-2. Alle Prozesse bleiben unverändert, ebenso die verfügbaren Impfstoffe gegen das Coronavirus. Selbstverständlich stehen im Rahmen der Auffrischkampagne die angepassten Ba.4/Ba.5 Impfstoffe zur Verfügung. Die Impfstelle möchte darauf hinweisen, dass Impfungen streng nach den Vorgaben der Ständigen Impfkommission und dem Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz durchgeführt werden. Welche Impfung wann notwendig wird, ist für alle Impfwilligen unter www.impfen.rlp.de übersichtlich dargestellt.



Foto: Rhein-Pfalz-Kreis

Die Impfstelle wird dienstags von 9 bis 15 Uhr, mittwochs von 9:30 bis 18:30 Uhr und donnerstags von 9 bis 15 Uhr geöffnet sein. Weitere Informationen rund um die Impfstelle des Kreises finden Interessierte auf der Internetseite der Kreisverwaltung unter www.rhein-pfalz-kreis.de. Die Terminvereinbarung des Landes wird in Kürze wieder freigeschaltet,

aber auch ohne Termin sind Impflinge willkommen. Es ist zu beachten, dass aufgrund der längeren Pause der Impfstelle anfangs mit Wartezeiten gerechnet werden muss. Das Impfteam freut sich, die künftigen Gäste in den neuen Räumlichkeiten begrüßen zu dürfen.

pherr Schulz.

Wintergemüse

Gesund und lecker durch die kalte Jahreszeit

(red) Auch in der kalten Jahreszeit wird es in der Küche nicht langweilig, denn die regionalen Gemüsesorten aus der Pfalz haben einiges zu bieten. Typisch für den Winter sind Kohlarthen und Wurzelgemüse aber auch frostfeste Salate sind aus der Winterküche nicht mehr wegzudenken.

Ein wahrer Klassiker im Winter ist der Rotkohl, welcher gerne als Beilage zu Gans, Rouladen, Braten und Wild serviert wird. Auch Weißkohl und Chinakohl sind echte Vitaminbomben. Während sich der Weißkohl gut als Eintopf mit Klößchen macht, passt der Chinakohl hervorragend in asiatische Wok Gerichte. Die heimische Rote Bete zählt dank ihrer Inhaltsstoffe wie Folsäure, Mineralstoffe und Vitamine zu den ge-



Foto: Pfalzmarkt

sündesten Gemüsesorten überhaupt. Monaten frisch vom Pfalzmarkt erhältlich. Darüber hinaus verleiht die Knolle leicht. Ausgezeichnet durch seinen leicht beeindruckende Farbe. Der Feldsalat ist die perfekte Vorspeise zu vielen deftigen Wintergerichten.

Spatenstich

im Neubaugebiet Lamsheim

(red) **Spatenstich im Neubaugebiet „Hintere Ringstraße“ in Lamsheim**

39 Bauplätze mit einer durchschnittlichen Grundstücksgröße in Höhe von 421 m². Die Herstellungskosten sind mit circa 2,3 Mio Euro angesetzt. Mit dem offiziellen Spatenstich haben die Gemeinde Lamsheim (Rhein-Pfalz-Kreis) und die Grundstücksentwicklungsgesellschaft Vorderpfalz mbH als Erschließungsträger am Donnerstag, den 13.10.2022 den Startschuss für die Erschließungsarbeiten im Neubaugebiet „Hintere Ringstraße“ gegeben. In dem Neubaugebiet entstehen auf einer Gesamtfläche von 1,6 Hektar

Den symbolischen ersten Spatenstich vollzogen Ortsbürgermeister Herbert Knoll, Verbandsbürgermeister Michael Reith, die 1. Ortsbeigeordnete Barbara Eisenbarth-Wahl, Grundstückseigentümer David Born und die Geschäftsführer der Grundstücksentwicklungsgesellschaft, Sven Gora und Christopher Schulz.

ERNTEFRISCH AUS DER PFALZ
Das hat im November Saison

Apfel	Bananen	Blaukohl	Broccoli	Bündelbohnen	Burchweiben
Chicoree	Chinakohl	Erdbeeren	Feldsalat	Fenchel	Kartoffeln
Kohlschmelze	Kohlrabi	Kopfsalat	Kürbis	Lauch	Lollo Salate
Pastinaken	Rotebeeren	Rettich	Romana Mix	Rote Bete	Rotkohl
Rucola	Spinat	Staudensellerie	Suppengrün	Weißkohl	Wirsing
Wurzelpetersille	Zerkürbis Mix	Zucchini	Zwiebeln	Dill	Koriander
Minze	Petersille	Pak Choi	Topinambur		

www.pfalzmarkt.de

Frischer. Schneller. Regionaler.

Das macht uns so schnell keiner nach!

Deutschlands schnellstes Obst und Gemüse kommt aus der Pfalz. Rund 230.000 Tonnen Kohlrabi, Feldsalat, Erdbeeren und Co. vertreibt der Pfalzmarkt europaweit pro Jahr. Und das in allerbesten Qualität. www.pfalzmarkt.de

Erntefrisch aus der Pfalz

Bislang größte Photovoltaikanlage

SWS investieren in PANATTONI-PARK in Solarenergie

(red) Die Stadtwerke Speyer (SWS) arbeiten weiter an den Klimazielen für die Domstadt.

Vor wenigen Tagen wurde die Installation einer vollflächigen Photovoltaikanlage auf dem neuen Logistikgebäude des ehemaligen Projektentwicklers Panattoni in der Speyerer Bruckstraße abgeschlossen.

Die Gesamtleistung der Anlage beträgt 1.889 Kilowatt. 1.137 Tonnen Kohlendioxid werden jährlich durch die Erzeugung von Solarstrom eingespart. Oberbürgermeisterin Stefanie Seiler äußerte sich zu dem Projekt: „Ich freue mich über den sehr positiv verlaufenen Prozess der Grundstücksentwicklung durch Panattoni, die Umsetzung der zahlreichen Nachhaltigkeitsmaßnahmen und die Installation einer Photovoltaikanlage auf der gesamten Dachfläche des Neubaus in enger Kooperation mit unseren Stadtwerken.“ Ebenfalls beeindruckt von der vollflächigen Anlage sagte SWS-Geschäftsführer



Foto: Emondo

Wolfgang Bühring: „Die Solarenergie bietet mit Abstand das größte Potenzial für Erneuerbare Energien in der Stadt. Auf dem Logistikgebäude in Speyer-West konnten wir unsere bislang größte Photovoltaikanlage realisieren – bei diesem Projekt gemeinsam mit den Fachleuten des Solateurs Emondo.“ Solarenergie sei zuverlässig, wirtschaftlich attraktiv

nutzen.“

SWS und Emondo übernahmen die Errichtung der Photovoltaikanlage, die eine Hallengrundfläche von etwa 17.700 Quadratmetern aufweist. 4.748 Module mit jeweils einer Leistung von 400 Watt - ausgerichtet nach Ost und West - produzieren insgesamt 1.813.600 Kilowattstunden Sonnenstrom im Jahr. Umgerechnet bedeutet das: 605 Einfamilienhäuser könnten damit versorgt werden. In Betrieb gehen soll die Anlage 2023. Wegen Lieferengpässen kann die Trafostation nicht direkt installiert werden.

Die verfügbare Solarstrommenge wollen die SWS im neuen Jahr über unterschiedliche Wege vermarkten. „Zum einen ist es möglich, interessierte Bürger*innen mit unserem

Regionalstrom zu versorgen“, informierte Christoph Doll, Teamleiter Geschäftskunden/Handel bei den SWS und ergänzte: „Dazu beabsichtigen wir, die neue Photovoltaikanlage in unsere Regionalstrom-Plattform zu integrieren. Dort können interessierte Energie aus Wind- und Solaranlagen aus der Region beliebig kombinieren oder den vorgeschlagenen Mix beziehen.“ Zudem will man Geschäftskunden an dem Solarstrom vor Ort partizipieren lassen. „Individuell definierte Anteile können über das Verteilnetz bilanziell zu Lieferstellen durchgeleitet und so in die Stromlieferverträge integriert werden“, erläuterte Christoph Doll.

Pater Anselm Grün

im Dom zu Speyer

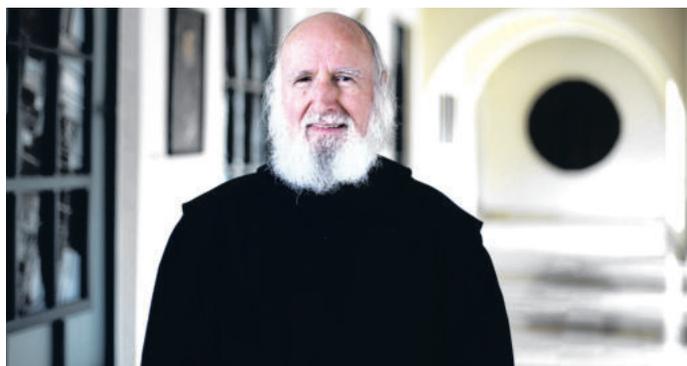


Foto: Dombauverein Speyer e.V.

(red) Auf Einladung des Dombauvereins kommt Pater Anselm Grün nach Speyer und wird am Donnerstag, den 24. November, um 19 Uhr im Dom zu Speyer einen Vortrag halten.

Dabei wird der Dom für ihn im Mittelpunkt stehen. Drei Redeabschnitte sind den Themen „Gebauter Glaube – gebaute Hoffnung“, „Schönheit als Erspüren Gottes“ und „Ut unum sint – Damit sie eins sind“ gewidmet. Pater Anselm Grün hat angekündigt, in seinem Vortrag auch auf aktuelle Fragestellungen einzugehen.

Mit mehr als Titeln, über 14 Millionen weltweit verkauften Büchern und Übersetzungen in über 30 Sprachen gilt Pater Anselm Grün als der erfolgreichste Autor spiritueller Bücher im deutschsprachigen Raum. Er trifft damit und mit seinen Vorträgen den Lebensnerv vieler Menschen. Mit Orgelliteratur und Improvisationen wird Domorganist Markus Eichenlaub die einzelnen

Redebeiträge musikalisch miteinander verbinden und somit soll diese außergewöhnliche Veranstaltung zu einem „Dialog“ zwischen Wort und Musik werden.

Eintrittskarten für die Veranstaltung sind über das Ticket-Portal Reservix zum Preis von 15 Euro zuzüglich Servicegebühr erhältlich. Ermäßigungen zum Preis von 10 Euro gelten für Schüler (ab 13 Jahren), Studenten, FSJler, BUFDIs, Sozialleistungsempfänger sowie Schwerbehinderte.

Die Eintrittskarten können online bei Reservix über folgenden Link gekauft werden. Zu dem Link gelangt man auch über die Homepage des Dombauvereins <http://www.dombauverein-speyer.de> Die Tickets können ebenfalls in allen Reservix-Vorverkaufsstellen, wie z.B. der Dominfo oder Tourist Info in Speyer, erworben werden. Den Reinerlös aus dieser Veranstaltung stellt der Dombauverein für den Erhalt des Doms zur Verfügung.

Marketing-Anzeige

Informieren Sie sich jetzt unter
Tel. 0621 5992-2000

Die Sparkasse Vorderpfalz legt an.

**In den Fonds
Sparkasse Vorderpfalz
Select Deutschland N
Fragen Sie uns jetzt!**

Dies ist eine Marketing-Anzeige. Bitte lesen Sie den Verkaufsprospekt und die Wesentlichen Anlegerinformationen, bevor Sie eine endgültige Anlageentscheidung treffen. Alle gesetzlichen Unterlagen erhalten Sie kostenlos in deutscher Sprache bei Ihrer Sparkasse Vorderpfalz sowie der LBBW Asset Management Investmentgesellschaft mbH sowie unter www.lbbw-am.de. Der Fonds weist aufgrund seiner Zusammensetzung eine erhöhte Volatilität auf, d.h. die Anteilspreise können auch innerhalb kurzer Zeiträume erheblichen Schwankungen nach oben und nach unten unterworfen sein. Die Sparkasse Vorderpfalz investiert selbst in den Sparkasse Vorderpfalz Select Deutschland N. Die Sparkasse Vorderpfalz kann ihr Investment reduzieren oder beenden. Dadurch würde das Fondsvolumen sinken und es könnten erhöhte Kosten bei der Umsetzung der Anlagestrategie entstehen, welche die Rendite der Anleger schmälern könnte.



Sparkasse
Vorderpfalz

Weiterbildungssprechtag - Schlappner Elektro GmbH in Biblis

Die Bildungscoaches der Wirtschaftsförderung Bergstraße informieren

(red) Viel Zuspruch erhielt der kostenlose Beratungstag zur beruflichen Weiterbildung, den die Bildungscoaches der Wirtschaftsregion Bergstraße/Wirtschaftsförderung Bergstraße GmbH (WFB) kürzlich bei der Schlappner Elektro GmbH in Biblis veranstalteten.

In Einzelgesprächen klärten die WFB-Bildungscoaches zum Beispiel über die Vorteile einer beruflichen Weiterbildung auf, stellten den Qualifikationsstand der Beschäftigten fest, informierten über monetäre Fördermöglichkeiten und vieles mehr. Zahlreiche Beschäftigte nahmen das Angebot wahr. „Zunächst haben wir einen Überblick über das Portfolio



Foto: WFB

unserer Beratungsthemen gegeben. duelle Fragen eingegangen“, so Felix Danach sind wir auf spezielle, indivi- Fischer, Projektmanager im WFB-Un-

ternehmerservice und Bildungscoach. „Insgesamt konnten wir viele Antworten liefern und sind sehr zufrieden mit der Resonanz auf unseren Sprechtag“, fügt Sven Hagenberger hinzu, der im Rahmen des Kooperationsprojekts mit dem Eigenbetrieb Neue Wege Kreis Bergstraße -Kommunales Jobcenter ebenfalls als WFB-Bildungscoach und Projektmanager bei der WFB tätig ist. Mit dem Projekt Bildungscoach bietet die WFB in Kooperation mit dem Eigenbetrieb Neue Wege sowohl Betrieben als auch deren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern individuelle Beratung zu beruflicher Weiterbildung. Als offizielle Beratungsstelle des Landes Hessen begleitet die WFB die Arbeit-

nehmerinnen und Arbeitnehmer, aber auch die Unternehmerinnen und Unternehmer in der Wirtschaftsregion Bergstraße und im Odenwaldkreis von der Suche nach der idealen Weiterbildungsmaßnahme über die Beantragung der Fördergelder bis hin zum erfolgreichen Abschluss. Das Projekt Bildungscoach wird gefördert von der Europäischen Union und aus Mitteln des Landes Hessen. Weitere Informationen über die Schlappner Elektro GmbH finden Sie unter schlappner-elektro.de. Informationen über die weiteren Serviceleistungen der WFB und die Wirtschaftsregion Bergstraße finden Sie unter www.wirtschaftsregion-bergstrasse.de.

Rettung für die Hildebrandsche Mühle

Hamburger Projektentwickler nimmt markantes Projekt am Weinheimer Weschnitzufer in Angriff

(red) Aufatmen in Weinheim: Es gibt gute Zeichen für eine Entwicklung der markanten Hildebrandschen Mühle am Weinheimer Weschnitzufer. Ein Projektentwickler aus Hamburg nimmt das Areal am Weinheimer Ortsausgang in Richtung Birkenau ins Visier. Entstehen soll Betreutes Wohnen und Seniorengerechtes Wohnen. Nach dem Ausschuss für Technik, Umwelt und Stadtentwicklung hat am Mittwoch auch der Gemeinderat signalisiert, die Rahmenbedingungen für das Gelingen des Projektes zu setzen. Damit kann Projektentwickler Udo Matthias Stocker von der Hamburger Real Estate GmbH das historische Mühlenareal als Gebäudekomplex mit einem Schwerpunkt auf Betreutem und Seniorengerechtem Wohnen



Foto: Stadt Weinheim

entwickeln. Stocker hatte die Pläne für die neue Hildebrandsche Mühle bereits zuvor im Ausschuss für Technik, Umwelt und Stadtentwicklung gemeinsam mit dem Hamburger Architekten Alf Prasch vorgestellt. Stocker bezeichnete die Hildebrandsche Mühle mit seinem denkmalge-

schützten Turm und der ebenfalls zu erhaltenden Villa als „sehr anspruchsvolles“ Projekt, das in dieser Form aber realisierbar ist. Den Durchbruch, so der Entwickler, habe der Ankauf eines benachbarten Grundstücks gebracht, so dass die Maßnahme jetzt wirtschaftlich darstellbar sei. Die Wohnungen in der Villa und zwei mehrgeschossigen Neubauten sollen vermietet werden. Mit einem Betreiber sei man bereits in konkreten Verhandlungen, bestätigte Stocker. Er betonte, dass die Erschließung des Areals über eine neue Brücke direkt über die Weschnitz vorgenommen wird. Der Siloturm soll erhalten, aber nicht als Wohnraum genutzt werden. Der Gemeinderat stimmte dem städtebaulichen Konzept ebenso zu wie

dem Aufstellungsbeschluss für einen Bebauungsplan mit einem geänderten Geltungsbereich gegenüber vorhergehender Planungen. Mit einem Satzungsbeschluss und damit einem Baurecht ist in der zweiten Hälfte des Jahres 2023 zu rechnen. Oberbürgermeister Manuel Just erklärte erleichtert: „Das lässt sich gut an, wir geben dem Projekt Rückenwind und wünschen dem Projektentwickler viel Erfolg.“ Die Hildebrandsche Mühle, eine denkmalgeschützte Mühle aus dem 18. Jahrhundert, steht seit Jahren leer und musste vor dem Verfall gerettet werden. Vor einigen Jahren sorgte die Mühle bundesweit für Schlagzeilen, weil der Betreiber eines Großbordells Interesse an einer Nutzung angemeldet hatte.

„Ausgereiftes Konzept mit neuen Akzenten“

Es kommt Leben ins Weinheimer Schloss

(red) Das Weinheimer Schloss-Restaurant erwacht aus dem Dornröschenschlaf: Im Frühjahr 2023 werden die Weinheimer Gastronomen Juliane Wasser und Arno Kiegele das altherwürdige Schlosspark-Café übernehmen und mit einem „ausgereiften Konzept mit neuen Akzenten“ beleben, so heißt es in der Bewerbung. Die Vergabe hat der Hauptausschuss des Gemeinderates nach einer Vorberatung in der Schlosspark-Kommission beschlossen. Damit ist ein rund dreijähriger Leerstand in Weinheims guter Stube – nach Sanierungszeit und Corona – beendet.



Foto: Stadt Weinheim

Wasser und Kiegele sind erfahrene Weinheim wohnt, hat einen sehr guten Namen in der Event-Gastronomie, leitete Jahre lang die Promotion GmbH des rheinland-pfälzischen Rundfunks, gilt als „Erfinder“ des Oktober- und des Frühlingfestes in Mannheim. Gemeinsam hatten sie der Stadt ein Konzept für das Schloss

vorgelegt, das Verwaltung und Ausschuss überzeugte. Schon deutlich vor der Eröffnung im Frühjahr 2023 soll es die Möglichkeit geben, für Feierlichkeiten und besondere Anlässe zu reservieren. Das Konzept der neuen „Schlosserei“ (so der vorgesehene Name) soll auf vier Säulen ruhen: Ein Café-Restaurant-Betrieb übers ganze Jahr jeweils von Mittwoch bis Sonntag von 9 Uhr bis 17 Uhr. OB Just betonte, dass damit stets ein Kaffee- und Kuchen-Angebot für die Besucher des Schlossparks bereitgehalten wird. Damit werde Weinheim seinem Ruf als Ausflugsziel gerecht. Die neue „Schlosserei“ will mit einer hauseigenen Patisserie für richtig gutes Süßes sorgen. Jeweils am Mittwoch und am Sonntag wird außerdem abends ein Vier-Gänge-Schloss-Menü angeboten – auch vegetarisch. Im Sommer ist die Terrasse ohnehin auch abends

bewirtschaftet. Zum gastronomischen Angebot sollen auch Picknick auf der Schlossparkwiese und Sonntagsbrunch gehören.

Die zweite Säule sind private Veranstaltungen und dabei natürlich die für Weinheim so wichtigen Hochzeitsgesellschaften, Geburtstage oder andere Familienfeiern. Im dritten Angebot geht es um kulinarische und kulturelle Angebote für private Gesellschaften, aber auch für Firmen und Betriebe. Da ist die kreative Handschrift von Wasser/Kiegele zu spüren: Die Rede ist von Kochkursen, Küchen- und Dinnerpartys, „Bares gegen Wahres“, einer Barriquer-Lounge, Lesungen und Vernissagen, Firmenevents jeder Art. Auch Tagungen und Seminare sollen eine Rolle spielen. Die Räumlichkeiten sind sehr gut dafür geeignet. Auch eine Wiederbelebung des Schlosskellers ist denkbar.

Natur zum Anfassen

und zum Erleben

(red) Ein bislang von vielen Hockenheimern wenig beachtetes Schmuckstück hatte am vergangenen Sonntag seinen großen Auftritt.

Die Hockenheimer Streuobstwiese. Die Agenda-Gruppe „Tag der Natur“ ließ den Nutzen dieser Wiese erfahrbar und lebendig werden. Dazu hatte sich das Team „Tag der Natur“ einiges einfallen lassen.

Ein Apfellauf für die Kinder und ein Quiz zum Thema Streuobstwiese machte den kleinen Gästen viel Spaß. Zehn verschiedene Apfelsorten vom Obsthof Hoffmann aus Reilingen konnten verkostet werden, und so mancher Besucher fand seine neue Lieblingsapfelsorte. Dass Äpfel auch in verarbeiteter Form ein Genuss sind, bewiesen



Foto: Stadtverwaltung/Lenhardt

die verschiedenen Apfelkuchen, die vom Tauschring der Lokalen Agenda frisch gebacken worden waren.

Petra Diehm brachte es auf den Punkt: „Die Kuchen sind absolut le-

cker!“ Um 15 Uhr lud der Pomologe Erwin Holzer aus Bad Schönborn zu einem Rundgang über die Wiese ein. Dabei musste er zunächst einmal erklären, dass ein Pomologe nichts

mit Fußpflege zu tun hat, sondern ein Experte zum Thema Obstbau ist. Viele Besucher folgten den interessanten Erklärungen und Geschichten von Herrn Holzer und konnten ihre Fragen zum Thema beantworten lassen.

Die Führung war anregend und informativ. Eva Mola, die sich in den letzten Monaten viele Gedanken gemacht hatte, wie und wo sie sich engagieren könnte, hat hier ihre Inspiration gefunden: in Zukunft möchte sie im Streuobstanbau aktiv werden. Denn Streuobstanbau ist in vielerlei Hinsicht wertvoll: auf umweltfreundliche Weise werden hier alte Obstsorten erhalten, die eine Fülle von genetischem Potenzial enthalten, das bei Züchtungen bedeutsam ist.

Außerdem bieten die Bäume zahlreichen Insektenarten eine Nahrungsquelle, allen voran Wildbienen, Honigbienen und Hummeln. Um diesen nützlichen Insekten zusätzlichen Lebensraum zu bieten, steht auf der Streuobstwiese ein großes Insektenhotel.

Die Gruppe „Tag der Natur“ war mit ihrer Veranstaltung höchst zufrieden. Das schöne Herbstwetter hat sicherlich zum Erfolg des Tages beigetragen. Birgit Kaschta vom Team wünscht sich: „Auf so viel Zuspruch wie heute hoffen wir bei unserem nächsten Tag der Natur, der im Frühjahr 2023 wieder stattfinden wird!“

Sankt Martin reitet wieder

Erinnerung an Menschlichkeit und Nächstenliebe

(red) Es wird festlich in Heidelberg, wenn der Heilige Sankt Martin am Sonntag, 6. November 2022, mit seinem roten Mantel durch die Hauptstraße zum Kornmarkt reitet und von neugierigen und leuchtenden Kinderaugen begleitet wird.

Groß und Klein versammeln sich nach zwei Jahren Corona-Pause ab 16.30 Uhr wieder zu Ehren des Heiligen Sankt Martin in der St.-Anna-Gasse, um von dort aus den traditionellen Heidelberger Martinszug zu starten. Der Abmarsch ist um 17.00 Uhr. Die Laternenträger begleiten Sankt Martin mit einem Meer aus bunten Lichtern und allbekanntem Martinsliedern durch den Abend.

Die Legende

Die Mantelteilung des Heiligen Martin von Tours ist noch heute Inbegriff von Menschlichkeit und selbstlosem Handeln. Auf dem Kornmarkt stellen Nicole Seppich



© Heidelberg Marketing, Foto Tobias Schwerdt

(als St. Martina), Daniel Lewis (als Bettler) und Laura Treiber (Sprecherin) die Martinslegende auf der Bühne nach. Anschließend werden leckere Martinsmännchen für die kleinen Besucherinnen und Besucher verteilt. Die musikalische Gestaltung wird vom Musikverein Pfaffengrund und seinen Blasmus-

sikanten sowie der Musikkapelle Handschuhsheim übernommen. Der Martinszug wird von Heidelberg Marketing in enger Zusammenarbeit mit dem Ausschuss für den Heidelberger Sommertags- und Martinszug organisiert, mit freundlicher Unterstützung der Freiwilligen Feuerwehr Heidelberg-Altstadt.

Jugendamt Heidelberg

bietet Informationsveranstaltung

(red) Das Jugendamt des Rhein-Neckar-Kreises lädt wieder zu einer kostenlosen Informationsveranstaltung zur Kindertagespflege ein.

Diese findet am Freitag, 4. November, von 9.30 bis etwa 11 Uhr im Landratsamt Rhein-Neckar-Kreis (Kurfürstenanlage 38 - 40 in Heidelberg) im Sitzungssaal 5. OG statt. Die Infoveranstaltung richtet sich an interessierte Personen, die sich über die Tätigkeit als Tagesmutter oder Tagesvater informieren wollen. An dem Vormittag wird ein erster Überblick über die rechtlichen, finanziellen und pädagogischen Rahmenbedingungen vermittelt sowie über die Möglichkeit der Qualifizierung in der Kindertagespflege informiert. Die Betreuung findet vorwiegend im Haushalt der Tagespflegeperson statt. Sie kann aber auch in anderen geeigneten Räumen oder im Haushalt der Eltern

stattfinden. Wer Kinder in Kindertagespflege betreuen will, benötigt grundsätzlich die Erlaubnis des Jugendamtes zur Kindertagespflege. Tageseltern sollen die Fähigkeit haben, auf die individuellen Bedürfnisse der ihnen anvertrauten Tageskinder einzugehen und sie altersentsprechend zu fördern. Geeignet sind Menschen, die sich durch ihre Persönlichkeit, Sachkompetenz und Kooperationsbereitschaft mit den Eltern und dem Jugendamt auszeichnen sowie über kindgerechte Räumlichkeiten verfügen. Eine weitere Voraussetzung für die Tätigkeit und die Erteilung der Erlaubnis zur Kindertagespflege ist die erfolgreiche Teilnahme an einem Qualifizierungskurs. Anmeldungen für diese Informationsveranstaltung nimmt das Sekretariat unter der Rufnummer 06221/522-1520 entgegen.

HEIDELBERG

BIENENSTOCK

EROS CENTER

30 Girls warten auf Dich!

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

BIENENSTOCK-HEIDELBERG.DE



Bauen · Wohnen · Renovieren

Flexibler Sichtschutz ohne Vorhänge

Schaltbare Verglasung für Privatsphäre auf Knopfdruck

(djd-k). Mit Vorhängen an den Fenstern ist es so eine Sache: Auf die Privatsphäre, die sie geben, möchten einige Menschen nicht verzichten. Gerade wenn man in einer Siedlung mit enger Wohnbebauung wohnt, schützen sie vor ungewollten Blicken von außen. Viele Menschen verbinden mit Vorhängen jedoch einen etwas altbackenen Einrichtungsstil und ihre Handhabung ist oft unpraktisch - besonders, wenn man Haustiere hat. Eine smarte Verglasung, die sich auf Knopfdruck blickdicht schalten lässt, ist eine praktikable Alternative für einen modernen Sichtschutz zu Hause.



Foto: djd-k/REHAU Industries

Blicke von außen abschirmen

Per Knopfdruck können Hausbewohner damit ihr Wohn- oder Schlafzimmerfenster beispielsweise abends auf eine Milchglas-Option schalten und fremde Blicke damit aussperren. Am nächsten Morgen, wenn es draußen hell ist, wechselt man wieder zur durchsichtigen Variante. Solche Fensterverglasungen gibt es etwa von Rehau in der Smart-

Privacy-Serie in zwei verschiedenen Ausführungen: Entweder verändert sich der Zustand der ganzen Fensterfläche, sodass die Scheibe vollflächig undurchsichtig oder komplett transparent wird. Oder sie kann wie bei den Select-Varianten sowohl zu hundert Prozent als auch in einzelnen Segmenten blickdicht werden. Beispielsweise bleibt nur das obere Drittel transparent, während der

untere Bereich die gewünschte Diskretion bietet.

Keine Blendung im Homeoffice

Eine schaltbare Verglasung ist nicht nur im Wohn- und Schlafzimmer praktisch. Auch den Glasausschnitt in der Haustür kann man damit ausstatten. So ist er die meiste Zeit blickdicht, doch wenn es klingelt, verschafft man sich vor dem Öffnen

der Tür Durchblick und sieht, wer draußen steht. Unter fenster.rehau.de/smarter-sichtschutz wird die Technik der schaltbaren Glasscheiben erklärt.

Auch im Homeoffice bringen sie einen Zusatznutzen. Denn Blendungen und Lichtreflexe stören die Konzentration am Computerbildschirm. Die Schutzverglasung streut das einfallende Sonnenlicht und reduziert

die Blendwirkung - bei gleichbleibendem Lichteinfall. Zudem erhöht diese Art der Verglasung die Schallschutzklasse herkömmlicher Fenster. Sie reduziert den Schall um bis zu 42 Dezibel ohne eine spezielle Schallschutzverglasung.

Das erleichtert tagsüber das Arbeiten und abends das Abschalten, wenn man nach Feierabend in Ruhe entspannen möchte.

Brandgefahr senken

Mit smarten Rettern durch den Winter

(djd). Wenn die Tage immer kürzer werden, zaubern Kerzen Atmosphäre. Der romantische Lichterzauber ist allerdings nicht ganz ungefährlich: Jedes Jahr sind Kerzen die Ursache für viele Wohnungsbrände. Und nun könnte eine neue Gefahr hinzukommen: Bau- und Elektronikmärkte vermelden eine stark angestiegene Nachfrage nach Heizlüftern. Auch bei unsichtigem Umgang mit offenen Flammen und Zusatz-

heizgeräten lässt sich ein Brand nicht restlos ausschließen. Rauchwarnmelder, mittlerweile in allen Bundesländern vorgeschrieben, geben hier mehr Sicherheit. Empfehlenswert sind smart vernetzte Systeme, zum Beispiel in Verbindung mit einer Alarmanlage. Die Planung sollte immer ein Fachbetrieb übernehmen, etwa ein Autorisierter Telenot-Stützpunkt. Unter www.telenot.de gibt es Adressen und weitere Infos.

Fehlalarme vermeiden

So warnen Rauchmelder nur dann, wenn es brennt

(akz-o) Warnt ein Rauchmelder im Brandfall, kann das Leben retten und jeder Mensch ist dafür dankbar. Doch die Geräte machen sich auch manchmal bemerkbar, obwohl gar keine Gefahr droht. Besonders ärgerlich ist das nachts, da Bewohner unnötig geweckt werden. Der Rauchmelderhersteller Ei Electronics gibt Tipps, wie sich Störungen durch die Lebensretter vermeiden lassen. Einer der häufigsten Gründe, warum Rauchmelder piepen, ist kein echter Alarm, sondern eine

wichtige Funktion: Die Geräte sind so konstruiert, dass sie ein Signal geben, wenn die Batteriekapazität nachlässt. Gerade nachts wird das aber als Störung empfunden, die man gerne vermeidet. Dabei gibt es eine einfache Lösung: Wer auf Modelle mit fest installierter 10-Jahres-Batterie setzt, stellt die Stromversorgung des Rauchmelders über die gesamte Lebensdauer sicher. Nach zehn Jahren sollten die Geräte ohnehin ausgetauscht werden. Doch auch bei voll funktionsfähigen Batterien

kommt es vereinzelt zu Fehlalarmen. Die Gründe dafür liegen in der Funktionsweise von Rauchmeldern. Sie arbeiten nach dem fotooptischen Streulichtprinzip: Sobald Partikel in die Kammer eindringen, wird das Licht gestreut und der Alarm ausgelöst. Das kann auch durch in die Kammer gelangte Insekten oder Schmutz geschehen.

Um Fehlalarme zu vermeiden, sollte man schon beim Kauf der Rauchmelder einige Aspekte berücksichtigen. Die Entscheidung für Geräte

mit einer Rauchkammer, die durch ein engmaschiges, verklebtes Fliegengitter gesichert ist, schützt vor Fehlalarmen durch Insekten. Zudem lohnt es sich, Rauchmelder mit dem Qualitätssiegel „Q“ zu erwerben. Die spezielle Verschmutzungskompensation und zuverlässige Sensorik sorgen dafür, dass die Melder nur Alarm geben, wenn sie sollen. Die Wahrscheinlichkeit für Fehlalarme steigt zudem mit dem Alter der Rauchmelder. Wer ihn nach zehn Jahren austauscht, senkt das Risiko deutlich. Wichtig zum Vermeiden von Fehlalarmen ist, dass die Installation

der Rauchmelder in den richtigen Räumen erfolgt. Für Küche oder Bad eignen sie sich nicht, da auch Wasserdampf den Alarm auslösen kann. In welchen Räumen Rauchmelder installiert werden müssen, zeigt ein praktischer Rauchmelder-Rechner unter www.rauchmelder-sind-pflicht.de.

Das Risiko von Fehlalarmen sinkt durch das Berücksichtigen dieser Tipps deutlich. Wenn der Melder trotzdem einmal unerwünscht piept, sollte sich der Signalton durch einen Stummenschaltknopf für eine kurze Zeit abstellen lassen.

Natursteine

Grabsteine

Nachbeschriftungen

Bildhauerarbeiten

Steinmetzarbeiten



Kostenlos in ihrer Region!
www.metropoljournal.com

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



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

Bauen · Wohnen · Renovieren

Mehr Energieeffizienz für weniger Geld

Mit Zuschüssen fällt die Entscheidung für hochwertige Dachfenster leichter

(djd-k). Der zwischenzeitliche Stopp der Bundesförderung für energieeffizientes Bauen sorgte für Aufsehen. Doch dies betraf in erster Linie die Unterstützung im Bereich des Neubaus. Für die energetische Sanierung und damit unter anderem für den Austausch alter Dachfenster stehen weiterhin Mittel bereit. Damit wird es möglich, höherwertige Fenster für einen geringeren Preis zu bekommen und durch das Sanieren auch noch einen persönlichen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten.

Zuschüsse für energieeffizientes Modernisieren

Zu den bekanntesten Programmen zählt die steuerliche Förderung gemäß Einkommensteuergesetz. Eigentümer von Wohngebäuden erhalten demnach 20 Prozent der Kosten verteilt auf drei Jahre über ihre Steuererklärung zurück. Um die Kosten



Foto: djd-k/Velux

für neue Dachfenster geltend machen zu können, müssen diese einen Wärmedämmwert (U-Wert) von 1,0 oder niedriger haben. Daneben besteht die Möglichkeit, aus der Bundesförderung für effiziente Gebäude

(BEG) Zuschüsse oder zinsgünstige Kredite inklusive Tilgungszuschuss zu nutzen. Wichtig dabei: Diese Förderung muss vor Baubeginn beantragt und ein Energieberater beauftragt werden.

Die für das Bauvorhaben investierte Summe muss 2.000 Euro oder mehr betragen, das Gebäude mindestens fünf Jahre alt sein. Ein Beispiel verdeutlicht, wie sehr Eigentümer bei der Sanierung ihres Hauses profitieren können: Wenn jemand plant, ein altes Dachfenster etwa gegen ein neues Velux Klapp-Schwingfenster zu tauschen, und sich dabei für eine energieeffiziente Verglasung entscheidet, sind die Kosten dank des 20-prozentigen Zuschusses rund 450 Euro niedriger als bei einer Standardverglasung. Darüber hinaus reduzieren sich aufgrund des geringeren Energieverlusts dauerhaft die Heizkosten.

Fördermöglichkeiten online prüfen Hinzu kommen noch die einmaligen Kosten für den Energieberater. Tipp: Wenn gleich mehrere Dachfenster

erneuert werden, reduziert sich der Anteil des Energieberater-Honorars pro Fenster entsprechend. Zudem sind auch die Ausgaben für diese Beratung förderfähig - der Staat zahlt einen Zuschuss von 50 Prozent oder maximal 5.000 Euro.

Unter www.velux.de/förderung ist dazu ein nützlicher Fördergeld-Check zu finden. Nach Eingabe weniger Informationen zum persönlichen Bauvorhaben wird angezeigt, ob die Pläne förderfähig sind. Weiterhin können Hauseigentümer direkt die für das Beantragen staatlicher Zuschüsse und Kredite erforderlichen Energieberater in der eigenen Region suchen. Ein Dachfenster-Konfigurator verschafft zudem einen ersten Eindruck über die verschiedenen Lösungen und die damit verbundenen Kosten.

Das E-Auto

mit der Kraft der Sonne laden

(djd-k). Laut Statista betrug der Anteil der reinen E-Autos an den Kfz-Neuzulassungen im vergangenen Jahr 6,7 Prozent - und könnte bis 2030 Prognosen zufolge auf 24,4 Prozent steigen. Mit dem Einstieg in die E-Mobilität ist für viele Käuferinnen und Käufer der Wunsch verbunden, eigenen Solarstrom zum Laden des Fahrzeugs verwenden zu können - möglichst regelmäßig und effizient. Denn wer solchen Strom für sein E-Auto nutzt, bringt das ohnehin abgasfreie Fahren auch in der indirekten Emission praktisch auf null. Eine weitgehend solare E-Mobilität ist heute mit moderner Technologie möglich.



Foto: djd-k/E3/DC

Intelligente Kombination aus Photovoltaikanlage, Speicher und Wallbox

Grundvoraussetzungen sind eine ausreichend hohe Photovoltaik-Erzeugungsleistung und ein für das nächtliche Laden geeignetes Speichersystem. Von E3/DC etwa gibt es für die gezielte Nutzung des eigenen Solarstroms für das Laden von Elektro- und Hybridfahrzeugen die Kombination aus einem intelligenten Speichersystem - dem Hauskraftwerk - und einer speziellen Wallbox. Damit lässt sich der Eigenverbrauch des selbst erzeugten Solarstroms erhöhen und der CO₂-Ausstoß des Autos auf ein Minimum senken. Möglich wird dies durch das intelligente Energiemanagement und die darauf abgestimmte Wallbox - mehr

Infos hierzu gibt es unter www.e3dc.com. Der Anbieter aus Niedersachsen liefert inzwischen bereits mehr als die Hälfte seiner Photovoltaik-Hauskraftwerke gemeinsam mit der intelligenten Wallbox aus. Der Solarmodus wird über die Software des Hauskraftwerks aktiviert und sorgt dafür, dass die Ladeleistung an den verfügbaren Solarstrom angepasst und somit nur eigener Strom geladen wird. Alternativ ist ein Modus wählbar, bei dem zusätzlich auch Leistung aus dem Netz abgerufen wird, um das Fahrzeug möglichst zügig zu laden.

Das E-Auto nach Sonnenuntergang zeitversetzt laden

Dank der Leistungsfähigkeit des

Hauskraftwerks und seiner groß ausgelegten Speicherkapazitäten kann ein Fahrzeug regelmäßig nach Sonnenuntergang aus dem Batteriespeicher geladen werden.

Je nach Konfiguration von Photovoltaikanlage und Speicher sind rein solare Jahresfahrleistungen von 15.000 bis 20.000 Kilometern möglich, mit großer Photovoltaikanlage und günstigem Nutzungsprofil aber auch solare Lademengen für mehr als 30.000 Kilometer pro Jahr. Die Speichertechnik und die hohe Erzeugungsleistung sorgen dafür, dass selbst in den sonnenarmen Monaten November bis Februar genügend Solarstrom für ein E-Auto verfügbar ist.



Schimmelfuchs

einfach schlau saniert

Unser Leistungsspektrum:

Kellerabdichtung
Fassadenimprägnierung
Wärmedämmung
Schimmelbeseitigung



RP

ROLAND PALZ
Maurermeister

Kostenlose Hotline
0800-6 28 73 76

schimmelfuchs.de

handwerkerimhaus.de

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

Grenzübergreifende Pflegeberatung

Wenn es Pflegebedürftige ins Ausland zieht, kann digitale Technik unterstützen

(djd). Warmes Wetter, niedrige Lebenshaltungskosten: Viele pflegebedürftige Menschen zieht es zumindest in den Wintermonaten ins Ausland. Manche bleiben auch für immer. Wie aber sieht es dann mit den Leistungen der Pflegeversicherung aus? Pflegesachleistungen etwa kann man nur in wenigen Ländern „mitnehmen“ und auch nur nach jeweiligem Recht mit meist deutlich niedrigeren Ansprüchen. Pflegegeld oder anteiliges Pflegegeld wird dagegen in vielen Ländern auch dauerhaft ausgezahlt, zum

Beispiel in der EU, Island, Liechtenstein, Norwegen und der Schweiz. Wer ausschließlich Pflegegeld bezieht, ist jedoch verpflichtet, sich regelmäßig fachkundig beraten zu lassen, bei Pflegegrad 2 und 3 halbjährlich, bei Pflegegrad 4 und 5 vierteljährlich. Das gilt auch im Ausland und kann dort durch eine nachgewiesene kompetente Person wie einen Arzt oder eine Pflegefachkraft erfolgen. Am besten erkundigt man sich rechtzeitig bei seiner Pflegeversicherung, wie dabei vorzugehen ist. Neue Regelungen machen

die Beratung im Ausland nun aber unkomplizierter: „Zunächst befristet bis Ende Juni 2024 muss nicht mehr jede Pflichtberatung in der häuslichen Umgebung des Pflegebedürftigen stattfinden, sondern jede zweite kann auf Wunsch auch per Videogespräch durchgeführt werden“, erklärt Jana Wessel von der compass private pflegeberatung, die bei privat Versicherten für diese gesetzlich vorgegebenen Beratungen zuständig ist. Ein Videogespräch verringert den Aufwand einer Beratung vor Ort und macht es leichter, einen Termin zu

finden und Angehörige einzubinden, die in Deutschland geblieben sind. „Die Erfahrungen aus der Corona-Zeit bestätigen, dass dieses Angebot sehr gerne angenommen wird“, so Wessel.

Wenn zum Beispiel auf Mallorca oder in Polen Fragen zu den deutschen Pflegeleistungen oder anderen Problemen mit der Pflegeorganisation auftauchen, können sich außerdem alle Ratsuchenden beispielsweise über den Rückrufservice unter www.compass-pflegeberatung.de von einer Fachkraft anrufen und

telefonisch beraten lassen. Zusätzlich finden sich auf der Website und ebenso unter www.pflegeberatung.de viele nützliche Informationen. Eine umfassende Beratung ist aber schon vor dem Schritt ins Ausland sinnvoll. Denn neben rechtlichen und finanziellen Fragen spielen dabei genauso „weiche“ Faktoren eine große Rolle, etwa mögliche Sprachprobleme, die weite Entfernung von Verwandten oder ungewohntes Klima und Essen. Die Fachleute kennen sich hier aus und können oft wertvolle Tipps geben.

Ein erfülltes Leben mit MS

Neue Wege und Hilfe für Betroffene

(djd). Wer an Multipler Sklerose (MS) erkrankt, stößt immer wieder an Grenzen, die unüberwindlich erscheinen. Das kann bedeuten, dass man seinen Job nicht mehr oder nur noch unter Schwierigkeiten meistern kann. So berichtet Juli, die seit acht Jahren mit MS lebt, bei Instagram: „Typisch ist, dass meine Konzentration während der Arbeitszeit häufig stark nachlässt.“

Es kann zum Beispiel sein, dass ich in einem Kundengespräch Wortfindungsstörungen entwickle oder nicht mehr weiß, was ich gerade sagen wollte.“ Den Arbeitsalltag zu meistern, kostet sie deshalb unglaublich viel Energie. Aber auch die Partnerschaft, Freundschaften oder Hobbys können durch die MS stark beeinträchtigt werden. Betroffene



Foto: djd/Sanofi/Getty Images/fizkes

müssen dann (Um-)Wege finden, um trotzdem weiterzukommen. Das fällt oft nicht leicht und kann in tiefen Krisen enden. Wie bei Alexandra, die 2012 ihre Diagnose bekam. Damals war sie 20 Jahre alt und woll-

te die MS einfach nicht wahrhaben: „Trotz der starken Sehstörungen, dem Kribbeln und der Taubheit tat ich so, als hätte ich nichts. Ich dachte, wenn ich die MS ignoriere, dann würde sie wieder gehen“, erinnert

sie sich in einem Blogbeitrag auf der Website ms-begleiter.de. Doch das klappte natürlich nicht. Die Symptome wurden immer vielfältiger und intensiver, ebenso wie Wut, Trauer und Angst. Alexandra verlor sich in Depressionen und einer Essstörung – bis die Krankheit sie endgültig zu Boden riss. „Jetzt war ich gezwungen, mich mit ihr auseinanderzusetzen. Im wahrsten Sinne des Wortes konnte ich nicht mehr flüchten“, erzählt sie. Nach langen inneren Auseinandersetzungen veränderte sie ihr Leben: „Ich richtete einen liebevollen Blick auf mich selbst und fing an, mir selbst zu vertrauen, mein Potential zu entdecken und mein Leben neu zu gestalten.“ Probleme und Krisen wie bei Juli und Alexandra erleben viele Menschen mit Multipler Sklerose.

Die Website ms-begleiter.de mit dazugehörigem Instagram- und YouTube-Kanal sowie die MS-Begleiter Zeitschrift namens „MS persönlich“ von Sanofi etwa zeigen Betroffenen, dass sie nicht allein sind und machen Mut, die eigenen Grenzen auszutesten. Sie werden darin bestärkt, sich Unterstützung zu holen, aktiv zu werden, aber auch geduldig und gut zu sich zu sein, wenn es an einer Stelle nicht weitergeht. „Worauf ich mich konzentrieren möchte, ist, dass das Leben trotz der permanenten Herausforderungen unbedingt lebenswert ist“, resümiert Juli. Und Alexandra kann der Erkrankung heute sogar Positives abgewinnen: „Die Multiple Sklerose ist wie eine große Schwester, die auf mich aufpasst und mir meinen Weg in ein erfülltes Leben zeigt.“

Ohne Schmerzen durch die Kälte

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

(djd). Wenn es draußen kalt und nass ist, klagen viele Arthrose-Patienten über schlimmer werdende Beschwerden. Typisch sind vor allem verstärkte Steifigkeit und Schmerzen in den Gelenken.

Die Ursachen sind wissenschaftlich noch nicht eindeutig geklärt, aber Experten vermuten, dass Kälte, niedriger Luftdruck und Feuchtigkeit den Stoffwechsel verlangsamen. Zudem wird die Durchblutung verringert.

Zusammengenommen kann dies die Schmierfähigkeit in den Gelenken herabsetzen, die schmerzhafte Reibung erhöhen und die Muskulatur verspannen.



Foto: djd/CH-Alpha-Forschung/Kablonk Micro-Fotolia

Die Gelenke schön warmhalten

Um die Probleme zu lindern, sind gezielte Maßnahmen gefragt. Das beginnt damit, den Körper mit warmer, feuchtigkeitsabweisender Kleidung, Funktionsunterwäsche, Handschuhen, Mütze und Pulswärmern vor der Kälte zu schützen. Wärmende Bäder für die Hände, im Whirlpool oder der heimischen Badewanne tun ebenfalls gut. Auch können schmerzende Gelenke direkt mit Umschlägen oder einer Wärmflasche behandelt werden.

Das gilt allerdings nur bei nicht aktivierter Arthrose – also in Phasen ohne akute Entzündungsanzeichen. Zur Unterstützung ist darüber hin-

aus eine gezielte Nährstoffversorgung sinnvoll. Hierzu erklärt Dr. med. Wolfgang Grebe, Internist und Sportmediziner aus Frankenberg: „Studien zeigen, dass die Einnahme von bioaktiven Kollagen-Peptiden mit Hagebuttenextrakt in Trinkampullen zur Gelenkgesundheit beiträgt.“ Trink-Kollagene wie CH-Alpha Plus aus der Apotheke haben sich in einer Praxis-Studie bewährt, es wurden positive Effekte festgestellt. Zu starken Schmerzmitteln sollte laut dem Experten hingegen nur im äußersten Notfall gegriffen werden.

Sanfte Mobilisation, die Körper und Seele guttut

Ein wichtiger Punkt ist außerdem

Bewegung, denn gerade die kommt in Herbst und Winter häufig zu kurz. Die Menschen sind meist nicht so aktiv, machen es sich eher auf dem Sofa gemütlich, statt zum Sport zu gehen. Das ist aber fatal für die Gelenke, da nur so die Mobilität erhalten werden kann.

Viele Tipps und Infos hierzu gibt es auch unter www.ch-alpha.de. Richtiges Wohlfühltraining ist daher jetzt besonders geeignet, um sich zu motivieren – wie Tai-Chi, Qi Gong, Yoga, sanfte Gymnastik oder Tanzen in geselliger Runde. Das hebt obendrein die Stimmung, die in den dunklen Monaten ebenfalls oft leidet.

Gesundheit & Wellness

Körper und Seele in Balance bringen

Die besten Strategien für mehr gesunde Ausgeglichenheit

(djd). Freude, Ärger, Überraschung, Angst: Gefühle bestimmen unser alltägliches Leben. Umso wichtiger ist es, sie bewusst wahrnehmen, einschätzen und ausdrücken zu können. Aber das ist nicht immer leicht. Etwa jeder zehnte Mensch hierzulande ist laut einer deutschen Studie gefühlsblind. Das bedeutet, die eigenen, aber auch die Gefühle anderer, können nicht gut erkannt beziehungsweise gedeutet werden. Was zunächst vielleicht nicht so alarmierend klingt, wird spätestens dann problematisch, wenn das eigene Wohlergehen darunter leidet.



Foto: djd/Bachblüten/Murnauer/Shutterstock/Inside Creative House

So spielen etwa in der Bachblütenlehre diese emotionalen Faktoren eine zentrale Rolle für den Erhalt des seelischen Gleichgewichts. Laut dem Begründer der Bachblütenlehre, Dr. Edward Bach, beruhen körperliche Krankheiten immer auch

auf ein seelisches Ungleichgewicht. Ziel der Bachblütenlehre ist es, die negativen Gedanken und Gefühle zu harmonisieren und so wieder in Balance zu kommen. Zur Unterstützung können ausgesuchte Blütenessenzen verzehrt werden. Das Bachblüten-System umfasst 38 Essenzen, die zu den Lebensmitteln zählen. Um die passende Essenz oder auch Kombination aus Essenzen auszuwählen, ist es wichtig, den genauen

Genütszustand zu erkennen oder gemeinsam mit einem Heilpraktiker zu analysieren. Als Allrounder hat sich die Original Bachblütenmischung nach Dr. Bach erwiesen. Die Mischung aus fünf ausgesuchten Blüten wird auch als Nr. 39 bezeichnet und kann bei kurzfristigem Unterstützungsbedarf verzehrt werden. Genauere Informationen finden sich unter www.murnauers-bachblueten.de. Die Mischung ist etwa in allen Murnauers Bachblüten Original Produkten enthalten. Darüber hinaus sollte jeder selbst gezielt an der Überwindung negativer Gefühle arbeiten.

Übungen zur Gefühlsbewältigung Dazu ist es nötig, die eigenen Gefühle wahrzunehmen und zu benennen. Diese Tipps können dabei helfen:

- Aufschreiben: In einem Gefühlstagebuch jeden Abend den Tag Revue

passieren lassen und notieren, was vielleicht glücklich, wütend oder traurig gestimmt hat.

- Bewusst entspannen: Gut geeignet sind Achtsamkeitsübungen wie ein Bodyscan, um den eigenen Körper von Kopf bis Fuß wahrzunehmen und zu fühlen.

- Me-Time: Feste Zeiten im Kalender notieren, in denen man nur Dinge macht, die Freude bereiten. Gut ist es, dabei auch immer mal etwas Neues auszuprobieren.

- Raus damit: Es ist nicht für jeden einfach, mit anderen über die eigenen Gefühle zu reden. Am besten startet man mit den positiven Gefühlen und lässt Schritt für Schritt auch die negativen raus.

Was die Seele stark macht

Mit positiver Psychologie lässt sich mehr Gelassenheit erlernen

(djd). Beruflicher Druck, Familienstress, Zukunftsängste, negative Nachrichtenlage: Umstände wie diese führen bei vielen Menschen zu ständig angespannten Nerven. Tatsächlich fühlen sich laut TK-Stressstudie 2021 "Entspann dich, Deutschland!" knapp zwei Drittel der Deutschen manchmal gestresst, jeder vierten Person geht es sogar häufig so. Begleitet wird diese permanente Überlastung und Anspannung oft von innerer Unruhe und Schlafstörungen. Typische Folgen sind dann anhaltende Müdigkeit, Abgeschlagenheit und die zunehmende Angst, seinen Aufgaben nicht mehr gewachsen zu sein.



Foto: djd/Homöopathisches Laboratorium/Getty Images/Joana Lopes

Wie hoch der Leidensdruck ist und in welchen Situationen diese Symptome auftreten, darüber berichten betroffene Frauen ganz persönlich in einer Interviewreihe, nachzulesen unter www.nervoregin.de. Auf der Website findet sich außerdem ein aufschlussreicher Selbsttest.

zwischenmenschliche Beziehungen. Zusätzlich haben sich Heilpflanzen wie Hafer, Passionsblume, Johanniskraut und Scheinmyrthe – enthalten etwa im Komplexmittel Nervoregin – seit Jahrhunderten bewährt, um das Nervenkostüm zu stärken.

- Sich selbst in stressigen Situationen Mut machen und sich sagen: "Ich schaffe das" oder "Ganz ruhig, alles geht vorüber".

- Bewusst dankbar sein, zum Beispiel ein Dankbarkeitstagebuch führen und jeden Tag drei schöne Erlebnisse oder Dinge notieren. Vorlagen als Download gibt es online.

- So oft wie möglich nach draußen gehen und Zeit in der Natur verbringen, Sonnenlicht sorgt für Serotonin, das die Stimmung aufhellt.

Die Kombination kann bei akuten und chronischen Zuständen harmonisierend wirken, beruhigen, entspannen und somit neue Energie schenken. Tipps für ein gutes Mindset

Das kann man selbst für die positive Stimmung tun:

- Zeit mit lieben Menschen verbringen, die einem guttun und Dinge unternehmen, die einem Freude bereiten.

Einen Ausweg aus dem Seelentief kann die positive Psychologie bieten. Sie zielt darauf ab, das Gute im Leben bewusster wahrzunehmen und dadurch mentale Stärke aufzubauen.

Hilfreich für mehr Gelassenheit sind beispielsweise positive Erfahrungen (Freude, Inspiration, Liebe) und positive Eigenschaften (Dankbarkeit, Belastbarkeit, Mitgefühl) sowie

Scharfes Sehen

Innovative Technologie

(djd). Das scharfe Sehen von über 43 Millionen Menschen liegt in den Händen von Optikern und in den Technologien, die sie nutzen. Doch diese messen das Auge nicht immer exakt aus. Brillenträger, deren Brille nicht optimal angepasst ist, merken häufig, dass ihre Augen schnell ermüden. Bei herkömmlichen Sehtests mit Messbrille bleibt unberücksichtigt, dass jedes Auge einzigartig ist.

Innovative Technologien wie der DNEye-Scanner von Rodenstock können Augen weitaus präziser vermessen. Welche Optiker diese Technologie nutzen, ist unter www.rodenstock.de einsehbar. Dadurch können individuelle Brillengläser gefertigt werden, die exakt zum jeweiligen Auge passen. So sehen Brillenträger auch in der Dämmerung scharf, ohne dass sich das Auge übermäßig anstrengen muss.

Rund um die Uhr

www.metropoljournal.com



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

Baumesse Bad Dürkheim 2022

alles zu Bauen, Renovieren, Modernisieren und Energiesparen

(red) Nach zwei Jahren Pause kehrt die Baumesse Bad Dürkheim von Freitag bis Sonntag, 4. bis 6. November 2022, auf den Wurstmartplatz in der Weinstadt zurück. Der Veranstalter, die BaumesseE GmbH aus Münster, rechnet nach der bislang letzten Veranstaltung 2019 wieder mit einer erfolgreichen Veranstaltung. Premium-Partner ist die Sparkasse Rhein-Haardt.

„Wir haben Bad Dürkheim vermisst“, meint Tim Erlei, Marketingleiter der Baumesse GmbH. Nachdem die Baumessen in den vergangenen beiden Jahren nicht stattfinden konnten, ist das Baumesse-Team nun hochmotiviert für den Wiederstart in der Kurstadt am Rande des Pfälzerwaldes. Eines der wichtigsten Themen in diesem Jahr wird natürlich die Energieeffizienz sein: „Das Interesse an diesem Thema ist bei den Baumessen in diesem Herbst besonders groß,



Foto: Baumesse

deshalb rechnen wir“, berichtet Erlei, „auch in Bad Dürkheim mit einem regen Besucherzuspruch.“ Auch viele Aussteller aus den Branchen Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik, Elektroinstallation und Rege-

nerative Energien erwarten eine große Nachfrage nach Lösungen zum Energiesparen und zur alternativen Energieerzeugung.

Die energetische Sanierung von Bestandsimmobilien ist genauso wie die energieeffiziente Planung von Neubauten auch eine Frage der Finanzierung. Deshalb werden zahlreiche Dienstleister aus der Finanzbranche über Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten informieren. Allen voran ist der Premium-Partner der Baumesse Bad Dürkheim, die Sparkasse Rhein-Haardt, mit einem eigenen Stand auf der Messe vertreten.

Lohnend ist der Besuch der Baumesse Bad Dürkheim 2022 auch für alle, die ihr Zuhause oder ihren Garten verschönern wollen. Fachbetriebe aller Gewerke präsentieren die aktuellen Trends und bieten Anregungen für jeden Geschmack.

Erfolgreiches Konzept bleibt unverändert

Bei allen Veränderungen bleibt das erfolgreiche Konzept der Baumesse Bad Dürkheim unverändert. Die Besu-

cherinnen und Besucher bekommen mit nur einem Messebesuch den nahezu kompletten Überblick über die örtliche Bauwirtschaft sowie die Fachanbieter aus den Bereichen Handwerk, Dienstleistungen, Finanzierung und Bauplanung. Unterschiedliche Angebote werden direkt verglichen, Fragen am Stand beantwortet und bei Bedarf ein Vor-Ort-Termin vereinbart. „Das persönliche Beratungserlebnis sowie die Gelegenheit, direkt vor Ort neue Angebote zu entdecken, bietet Ihnen keine Internetseite“, erklärt Tim Erlei, warum die Baumesse Bad Dürkheim so attraktiv für die Fachbetriebe und ihre potenziellen Kunden ist. Auf großen Zuspruch stößt auf der Baumesse Bad Dürkheim immer wieder das kostenfreie Fachvortragsprogramm. Im Vortragsraum in Halle 3 erhalten die Besucherinnen und

Besucher dieses Jahr natürlich viele Inspirationen zum Energiesparen. So informieren Fachleute unter anderem über den effizienten Einsatz von Wärmepumpen in Neubauten und Bestandsimmobilien. Alle Vortragsthemen und -zeiten sind unter www.baumesse.de zu finden.

Wurstmartplatz ist bequem erreichbar

Die Baumesse Bad Dürkheim auf dem Wurstmartplatz ist mit dem Auto und den Öffentlichen Personennahverkehr gut erreichbar. Die vier Messehallen sind an allen Tagen von zehn bis 18 Uhr geöffnet. Die Veranstalter empfehlen, die Eintrittskarten online über die Internetseite der Baumesse zu buchen. Das garantiert den zügigen Eintritt ohne Wartezeiten.

www.baumesse.de

DIE MESSE RUND UM
**BAUEN
WOHNEN
RENOVIEREN
ENERGIESPAREN**



**04.-06.11.
BAD DÜRKHEIM
Wurstmartplatz
Täglich 10 - 18 Uhr**

Bei Vorlage dieser Anzeige freier Eintritt für eine Person

FREIKARTE



Für Ihre papierlose Eintrittskarte besuchen Sie unsere Internetseite.



Freikartennummer **17866**

www.baumesse.de/eintrittskarte

Das Solarschiff "Neckarsonne" Die Attraktion in Heidelberg

Fahrtpreise

- 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,-
 - Gruppenfahrtscheine 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 Solarschiff-Fahrt-Gesellschaft mbH
Kapitän Ingo Ilzhöfer · 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



FANSHOP
am Wasserturm

P7, 17

Montag - Samstag
10:00 bis 20:00 UHR



WinterVarieté

~ PASSION ~



AB 24. NOVEMBER 2022
AM TIERGARTENBAD HEIDELBERG

STANDORT

WinterVarieté ShowArena
Tiergartenstr. 13, 69121 Heidelberg

Ausreichend kostenfreie Parkplätze vorhanden!

WWW.WINTER-VARIETE-HEIDELBERG.DE

HOTLINE: 01805-118830

0,14 EUR/Minute aus dem deutschen Festnetz, *0,42 EUR/Minute aus dem deutschen Mobilfunknetz



FOLGEN SIE UNS

WWW.FACEBOOK.DE/WINTERVARIETE



INSTAGRAM

@WINTERVARIETE_HD