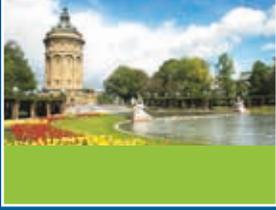
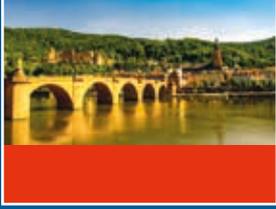


Mannheim



Heidelberg



Ludwigshafen



Speyer



Oktober 2020

Aus der Region.....	02-09
Bauen / Wohnen & Renovieren.....	10-11
Gesundheit & Wellness.....	12-13
Rätsel.....	14
Impressum.....	2

Rund um die Uhr
brandaktuell

Lokales & Regionales
Immer Kostenlos!

Lokal profitieren -
regional informieren

www.metropoljournal.com

Schaurig-schöne Halloweenzeit für die ganze Familie

Gruseln, zittern und staunen im Europa-Park



Foto: Europa Park

(red) Die Zeit der Geister und Hexen macht auch in diesem Jahr vor Deutschlands größtem Freizeitpark nicht halt: Vom 26. September bis zum 08. November 2020 verwandelt sich der Europa-Park in eine geheimnisvolle Herbstlandschaft und Gruselfans kommen voll auf ihre Kosten. Bereits seit 23 Jahren ist Halloween im Europa-Park für kleine und große

Gruselfans ein unverzichtbares Event: Über 180.000 Kürbisse in allen Größen und Formen sowie 15.000 Chrysanthemen, 6.000 Maispflanzen und 3.000 Strohballen verleihen den 15 europäischen Themenbereichen einen herbstlichen Look. Dicke Spinnweben, gruselige Hexen und schaurige Gespenster sorgen für eine furchterregende Stimmung. Neben der unheim-

lichen Dekoration versprechen weitere Highlights wahrhaft schreckliche Gruselerlebnisse. Auf einer Fläche von 95 Hektar verstecken sich zahlreiche mystische Kreaturen, die schreckhafte Gäste zusammenzucken lassen. Durstige Vampire und tanzende Skelette ziehen durch den Europa-Park. Wer nicht aufpasst, wird nach allen Regeln der Geisterkunst erschreckt.

schmack das Richtige dabei. Zünftig geht es außerdem im Seerestaurant zu, denn passend zum Herbst locken dort typische Oktoberfestspezialitäten.

Wasserspaß und neue Ruheoasen

Aufregende Exkursionen locken die Besucher auch in die nahegelegene Indoor-Wasserwelt Rulantica. Bei 17 Rutschen, einem großen Wellenbecken und zahlreichen weiteren Highlights in neun liebevoll thematisierten Bereichen ist bestimmt für jeden das Richtige dabei. Der Outdoor-Bereich mit seinem beheizten Außenpool und dem nordischen Wildbach „Wildstrom“ verspricht ebenfalls Wasserspaß zu jeder Jahreszeit. Außerdem erwartet die Gäste ab diesem Herbst der exklusive Ruhebereich „Hyggedal“, um im Anschluss an eine grandiose Rutschpartie auf über 1.000 Quadratmetern herrlich zu relaxen. Auch im benachbarten Hotel „Kronasär“ dürfen sich die Besucher mit der Eröffnung des Sauna- und Fitnessbereichs im Herbst auf eine neue Oase der Entspannung freuen.

Was könnte es Schöneres geben, als nach einem erlebnisreichen Tag im Europa-Park oder der Wasserwelt Rulantica in gemütlichem Ambiente die Beine hochzulegen? Die sechs 4-Sterne (Superior) Hotels sowie das Camp Resort des Europa-Park lassen dabei keine Wünsche offen. Erholung für die ganze Familie.

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

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 (wl)
Roland Karschits (rk)

Fotos:

Lothar Binder
Dennis Wach
Gustav Beck
Volker Seitz
Dieter Augstein

Internet:

Metropol Journal
Rhein-Neckar
Metropoljournal.com

Verlag, Anzeigen, Vertrieb

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

GESTALTUNG:

Sandra Dehling

DRUCK:

Oggersheimer
Druckzentrum
Flomersheimer Str. 2-4,
67071 Ludwigshafen

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

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

Verteilung:

Dieter Augstein
Rottannenweg 13a, 68305 Mannheim
0173 306 8807

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

Präsidiumssitzung des deutschen Städtetags

Präsidiumssitzung des deutschen Städtetags hat in Mannheim getagt

(red) Der Städtetag hielt fest, dass die Corona-Folgen Innenstädte und Stadtteilzentren massiv verändern. Bund und Länder müssten die Städtebauförderung ausbauen. Städtetags-Präsident Burkhard Jung, Oberbürgermeister der Stadt Leipzig, beschreibt die Situation so: „Die Corona-Pandemie wirkt wie ein Katalysator: Sie forciert den Onlinehandel und könnte viele Einzelhändler zur Geschäftsaufgabe zwingen. Eine große Zahl der Kaufhäuser ist in den vergangenen Jahren geschlossen worden. Handelsketten, gerade mit Textilien, geben zunehmend Läden auf. Die Gastronomie verliert Kunden. Und Homeoffice macht einen Teil der Büroflächen womöglich überflüssig. Viele Einzelhändler und große Handelsketten warnen, dass sie ihre Mieten nicht mehr lange zahlen können.“ Jung fordert: „Leerstände in Fußgängerzonen und auf Einkaufsmeilen dürfen sich bundesweit nicht vermehrt ins Bild drängen. Wir müssen jetzt handeln, um negative Dominoeffekte für das Umfeld zu verhindern. Geschäfte und Kaufhausfilialen brauchen schnell neue Nutzer. Deshalb fordern die Städte Bund und Länder auf, uns bei neuen, zukunftsfähigen Konzepten wirksam zu unterstützen.“

Die Städte halten es zudem für wichtig, dass alle relevanten Akteure miteinander beraten, wie die Innenstädte gestärkt werden können: Vertreter von Immobilien- und Wohnungswirtschaft, Mieterverbänden, Handel, Gastronomie, Handwerk, Kunst, Touristikverbänden, Bund und Kommunen. In diese Richtung geht ein Runder Tisch, zu dem der Bund für Anfang Oktober eingeladen hat. Die Städte wollen innovative Ansätze fördern, bei denen Gewerbe und Wohnen, kulturelle Vielfalt und wirtschaftliche Angebote in den Innenstädten und Stadtteilzentren verträglich und erfolgreich zusammenspielen. Oberbürgermeister Dr. Peter Kurz betonte: „Innenstädte müssen identitätsstiftende Orte für die Bürgerschaft sein. Die Handlungsmöglichkeiten der Städte zur Entwicklung der Innenstädte zur Reduktion von Spekulation und Leerstand müssen erweitert werden. Außerdem müssen die entsprechenden Rahmenbedingungen geschaffen werden, die zum Beispiel Mischnutzungen erleichtern. Zwischennutzungen sollten aktiv forciert und über Anreizsysteme unterstützt werden, um so Stadtentwicklungsimpulse zu setzen.“

Ganztagsbetreuung für Grundschulkinder ausbauen – Ausbildung von Fachkräften forcieren, Rechtsanspruch solide finanzieren Die Städte drängen auf eine Ausbildungsoffensive für mehr Fachpersonal, damit ein starker Ausbau der Ganztagsbetreuung von Schulkindern gelingt. Der Deutsche Städtetag schlägt außerdem vor, den von Bund und Ländern geplanten Rechtsanspruch gestaffelt umzusetzen. Der stellvertretende Präsident des Deutschen Städtetages und Oberbürgermeister der Stadt Heidelberg, Prof. Dr. Eckart



Foto: Stadt Mannheim

Würzner, sagte nach einer Sitzung des Präsidiums in Mannheim: „Eltern und Kinder benötigen Betreuungspersonal und nicht nur ein politisches Versprechen durch einen Rechtsanspruch. Schon jetzt suchen die Städte händeringend nach Erzieherinnen und Erziehern und Sozialpädagogen. Für den größten Teil der Grundschüler bis 2025 Betreuung in hoher Qualität anzubieten, ist faktisch unmöglich. Wir brauchen einen realistischen Zeitplan, ausreichend Geld und eine Ausbildungsinitiative für

das pädagogische Personal. Sonst gelingt der Rechtsanspruch nicht. Dafür ist ein gewaltiger Kraftakt aller Beteiligten nötig.“ Die Städte befürworten den Ausbau der Ganztagsbetreuung für Grundschulkinder und halten den Rechtsanspruch für sinnvoll. Bund und Länder verhandelten aber derzeit ohne die Kommunen über die Finanzierung. Deshalb fordert der Städtetag, dass die Städte mit an den Tisch kommen. Die Städte plädieren außerdem dafür, einen Rechtsanspruch gestaffelt nach Altersgruppen einzuführen.

Dabei sieht der Städtetag Bund und Länder in der Finanzierungspflicht für diese Aufgabe. Sie müssten die zusätzlichen Investitions- und Betriebskosten übernehmen. Für einen Rechtsanspruch würden rund eine Million zusätzliche Plätze gebraucht. Nötig seien dafür Investitionen von 7,5 Milliarden Euro sowie die Finanzierung der jährlichen Betriebskosten von mindestens 4,4 Milliarden Euro. Die bisher vom Bund eingeplanten Mittel von 2 Milliarden Euro sowie die mit dem Konjunkturpaket zusätzlich für Kinderbetreuung in Aussicht gestellten 1,5 Milliarden Euro würden davon nur einen Bruchteil sichern. Beim Wechsel von der Kita zur Grundschule dürfe es für Familien keinen Bruch geben. Richtig wäre es, den Rechtsanspruch in den Schulgesetzen der Länder zu regeln. Denn Schule und Betreuung müssten Hand in Hand gehen. Dass die Bundesregierung den Rechtsanspruch im Jugendhilferecht und damit bei den Kommunen ansiedeln will, halten die Städte nicht für sinnvoll.



FUN & FOOD

12.09. – 11.10.2020

NEUER MESSPLATZ

AWO-Mutter-Kind-Haus

in Schönau eröffnet

(red) Gemeinsam mit Familienbürgermeister Dirk Grunert und Angelika Weinkötz, Vorständin des AWO Kreisverbandes Mannheim, hat die GBG - Mannheimer Wohnungsbau-gesellschaft mbH heute offiziell das neue Mutter-Kind-Haus im Gryphusweg auf der Schönau eingeweiht.

Die GBG hat mit dem Bau des dreigeschossigen, L-förmigen Gebäudes im Gryphusweg 77-79 im November 2018 begonnen, im Oktober werden auch die letzten Arbeiten der Außenanlagen abgeschlossen sein. „Ich freue mich, dass wir als GBG mit der Eröffnung des Mutter-Kind-Hauses eine wichtige Einrichtung in den Stadtteil bringen, die auch Anlaufstelle für unsere Mieter*innen aus den umliegenden Quartieren ist.

Die offene und großzügige Grünfläche und die angrenzende Kinderspielfläche komplettieren den barrierefreien Neubau“, erläuterte GBG-Sprecher Heiko Brohm. Neben den 16 Appartements mit Wohn-/Schlafraum, Pantryküche,

Kinderzimmer und Bad, befinden sich im Erdgeschoss des Gebäudes zudem fünf Zwei-Zimmer-Wohnungen zur Vermietung.

Betreiber des Mutter-Kind-Haus ist die AWO Mannheim. Die Einrichtung ist Anlaufstelle für Mütter und Väter, die aufgrund vielfältiger Problemlagen eine intensive Unterstützung bei der Erziehung ihrer (neugeborenen) Kinder benötigen. Im neuen Gebäude entstanden hierfür 16 Appartements zur stationären Unterbringung. In gut ausgestatteten Gemeinschaftsräumen wie Kinderspielzimmer, Beratungszimmer, Aufenthalts- und Mehrzweckräumen sind ergänzende Beratungs- und Betreuungsangebote für Eltern und Kinder möglich.

„Mütter oder Väter und ihre Kinder, die hier für eine Zeit in einer krisenhaften Situation ein Zuhause suchen, finden hier optimale räumliche Bedingungen vor. In den neuen Räumlichkeiten hier sind die äußeren Umstände ideal, damit sich alle

Themen und den wichtigen Blick nach vorne konzentrieren können“, betonte Familienbürgermeister Dirk Grunert.

„Für uns als Kommune und unser Jugendamt ist diese stationäre Jugendhilfeeinrichtung eine ganz wichtige Anlaufstelle: Schwangere Frauen und allein erziehende Mütter oder Väter können sich hier in einer Not- oder Krisensituation oder besonders belastenden sozialen Umständen neu orientieren und mithilfe der Fachkräfte persönliche Perspektiven entwickeln. So kann es gelingen, dass die Kinder bei ihrer Mutter oder ihrem Vater aufwachsen können“, so Grunert.

„Wir sind froh, dass unsere lange Suche nach einem geeigneten Standort in Kooperation mit dem Jugendamt und der GBG nun endlich ein glückliches Ende gefunden hat. Jetzt kann die erfolgreiche Arbeit in passenden Räumen weitergeführt werden“, freut sich Angelika Weinkötz, Vorständin der AWO.

KulturCafé
KULTURHAUS KÄFERTAL
Das soziale und kulturelle Zentrum im Stadtteil.

- So | 04.10. | 17 Uhr
Camie - TRUE LOVE MUSIC **Abgesagt**
- So | 18.10. | 17 Uhr
Rainer Pusch und Die Üblichen Verdächtigen
Gast: Silke Hauck
- Sa | 31.10. | KulturCafé SPECIAL
CLAXY Abschluss-Konzert der Käfertaler Kreativ Akademie
- So | 15.11. | 17 Uhr
Metzger / Knief - eine musikalische Begegnung
- Sa | 06.12. | 17 Uhr
Mr. Jones Handgemachte Gitarrenmusik mit spanisch-kubanischem Sound
- Sa | 19.12. | KulturCafé SPECIAL
Younity Revue 2020 Musik, Videos, Tanz, Pop, Rap, Soul, Funk und vieles mehr.

Karten online unter <https://kulturhaus-kaefertal.eventbrite.com>

Herstellere: Interzonen-Gemeinschaft Käfertaler Vereine | KULTURHAUS KÄFERTAL, Dorfstr. 8 (im Städtspark) | www.kaefertal.net.de

Partner: Hildersheim, peeck, STADT MANNHEIM, BOHBAUM

Palazzo findet statt

Zurück zur Lebensfreude!

(red) Nach reiflicher Überlegung und einem bis aufs Detail ausgereiften Hygienekonzept haben sich die Palazzo-Macher Rolf Balschbach und Gregor Spachmann gemeinsam mit ihrem Team dazu entschlossen, auch in diesem Jahr den Radio Regenbogen Harald Wohlfahrt Palazzo stattfinden zu lassen.

Um das durch die Corona-Pandemie erhöhte unternehmerische Risiko einzugrenzen, wird die Spielzeit in der 22. Palazzo-Saison erst am 19. November starten und am 6. Januar enden. Im Spiegelpalast am Europaplatz in Mannheim wird die Besucherzahl entsprechend dem genehmigten Hygienekonzept redu-



Foto: C. Blüthner

ziert. Die Gäste werden tischweise Gruppe gesetzt und können an den innerhalb der von ihnen gebuchten zum Teil durch Glasscheiben ab-

getrennten Tischen die Show und das viergängige Gourmetmenü genießen. Die deutlich verminderte Besucherzahl führt dazu, dass zahlreiche Tische dem vorgegebenen Mindestabstand Rechnung tragen. Viele weitere Maßnahmen wie z.B. das Festlegen der Laufwege und die doppelte Anzahl an Garderoben und sanitären Anlagen tragen weiter dazu bei, dass die Abstandsregelungen auf der gesamten Veranstaltungsfäche eingehalten werden können.

Die geplanten Hygienemaßnahmen bieten den größtmöglichen Schutz und reichen von Luftaustauschsystemen, kontaktlosem

Check-In bis hin zu kontaktlosen Bestell- und Bezahlvorgängen. Das Tragen von Mund-Nasen-Masken ist für die Gäste bis zur Platzeinnahme Pflicht. Die Ticketpreise erhöhen sich trotz der kostenintensiven Vorkehrungen nicht. Alle Tickets sind personalisiert und bei allen Ticketbuchungen werden Adresse und E-Mail hinterlegt.

Sollte Palazzo nicht stattfinden können, werden Ausweichtermine angeboten oder es wird der Eintrittspreis zurückerstattet. Tickets für Show und Menü sind ab 79 € unter der Hotline 01805 - 60 90 30* und www.palazzo-mannheim.de erhältlich.

KOMM IN DEN
WALDHOF FANSHOP
IN Q7 IM 1.OG



11. Europäisches Filmfestival der Generationen

Filme über das Älterwerden für Alt und Jung

(red) Vom 19. bis 23. Oktober heißt es auch in Speyer wieder „Film ab!“ – denn in diesem Zeitraum beteiligt sich die Stadt auf Initiative des Seniorenbüros auch in diesem Jahr wieder am 11. Europäische Filmfestival der Generationen. Gezeigt werden fünf Filme zu unterschiedlichen Themenbereichen, die Alt und Jung gleichermaßen ansprechen.

Ziel des Festivals ist die Förderung des Dialogs zwischen den Generationen. Das Publikum ist daher im Anschluss an jede Filmvorführung zu einer Podiumsdiskussion mit Fachleuten aus der Praxis eingeladen. Die gezeigten Filme dienen dabei als Kommunikationsmittel, um ins Gespräch zu kommen und gemeinsam zu diskutieren. Die jeweiligen Filmbotschaften werden vertieft und darüber hinaus auf die lokalen Angebote zum Thema hingewiesen. Der Eintritt zu allen Programmpunkten ist frei.

Die Filme beschäftigen sich mit Demenz, der Mitverantwortung zwischen den Generationen, ethischen und kulturellen Fragen über den Umgang mit Sterben und Tod sowie Neuanfängen und völlig neu gedachten Lebensentwürfe auch im fortgeschrittenen Alter. Darüber hinaus werden ganz aktuelle Themen wie regionale und nachhaltige Produktionsformen und Klimawandel aufgegriffen.

Aufgrund der anhaltenden Coronapandemie gibt es in diesem Jahr einige Besonderheiten zu beachten. Zunächst ist eine vorherige Anmeldung zu jeder einzelnen Filmvorführung im Seniorenbüro unbedingt erforderlich. Die Besucher*innen sind angehalten, 30 Minuten vor Filmbeginn am Veranstaltungsort zu erscheinen, da sonst aufgrund der geltenden Hygienebestimmungen nicht pünktlich begonnen werden kann.

Die Plätze werden zugewiesen. Es ist nicht möglich, die Sitzplatzanordnung zu verändern. Auf den Stühlen sind Ausfüllbögen zur Kontaktdatenerfassung vorbereitet, die alle Besucher*innen vor Filmbeginn ausfüllen müssen. Die Bögen werden durch die Verantwortlichen eingesammelt.

DAS FORUM



Das Weltwirtschaftsforum und der Klimawandel - ein Blick hinter die Kulissen Montag: 19.10.20, 16 Uhr
REGIE: MARCUS VETTER
Deutschland 2019 · 90 Min.

mit Klaus Schwab, Greta Thunberg, Al Gore, Donald Trump, Jair Bolsonaro, Jennifer Morgan · AE: 14 Jahre

In Zeiten von Populismus und zunehmendem Misstrauen gegenüber den Eliten wird auch das Weltwirtschaftsforum von Davos kritisch betrachtet. Nun durfte 2018 erstmals ein Filmteam bei diesem Großereignis dabei sein und den 81-jährigen Gründer und Gastgeber Klaus Schwab über den Zeitraum eines Jahres bei seiner Arbeit begleiten. Gegründet wurde das Forum von ihm 1971 mit dem Ziel, die Weltelite zu versammeln und gemeinsam Lösungen für globale Themen und ethische Fragen zu finden. Sein Leitmotiv gilt heute mehr denn je: den Zustand der Welt zu verbessern. Hierfür setzt sich Schwab seit nunmehr 50 Jahren ein und fungiert dabei als diplomatischer Vermittler und gut vernetzter Strippenzieher vor und hinter den Kulissen. Auf diese Weise konnten bereits Friedensverträge geschlossen und Kriege beendet werden. Beim Forum 2018 stand auch der globale Klimawandel auf der Agenda, weshalb sich eine junge Generation, angeführt von der Klimaaktivistin Greta Thunberg, in Davos einfand und den Dialog mit Schwab und den Mächtigen suchte.

THE FAREWELL



Darf man Sterbenskranken eine heile Welt vorspielen?

Dienstag: 20.10.20, 15:30 Uhr —

REGIE LULU WANG

USA/China 2018 · 100 Min.

mit Awkwafina, Shuzhen Zhao, Tzi Ma, Oiana Lin, Jim Liu, Gil Perez-Abraham. Ines Laimins AE: 12 Jahre

Als die in New York aufgewachsene Billi von ihren Eltern erfährt, dass ihre geliebte Großmutter Nai Nai in China nicht mehr lange zu leben hat, entschließt sie sich in ihre alte Heimat zu reisen, um ihrer Oma beizustehen. Dort angekommen, muss sie erstaunt feststellen, dass die Familie als Kollektiv beschließt, Nai Nai im Ungewissen zu lassen und ihr die tödliche Krankheit zu verschweigen. Sie soll ein möglichst unbeschwertes Leben haben und die Nähe der ganzen Familie spüren. Kurzerhand wird eine Spontan-Hochzeit mit Billis Cousin und dessen neuer Freundin aus Japan organisiert. Nai Nai ist nicht nur über den Besuch ihrer Lieblingsenkelin Billi glücklich, sie blüht förmlich auf bei der Organisation der Hochzeitsvorbereitungen. Billi kommt mit diesem Lügengebilde zunächst nicht klar und verspürt ein

schlechtes Gewissen. Doch nach und nach kommen ihr Zweifel und sie beginnt ihre Einstellung zu hinterfragen. Eine faszinierende Familiengeschichte, die ethische und kulturelle Fragen über einen guten Umgang mit Sterben und Tod aufwirft - ein kleines Filmjuwel aus China.

ROMYS SALON



Liebevolle Oma-Enkelin-Geschichte um Sorge und Mitverantwortung
Donnerstag: 22.10.20, 15:00 Uhr
REGIE MISCHA KAMP

Spielfilm · Niederlande 2019 · 90 Min. mit Vita Heijnen, Beppie Melissen, Noortje Herlaar, Guido Pollemans, George Tobal · AE: 12 Jahre
Eigentlich gefällt es Oma Stine gar nicht, dass sie nach der Schule auf ihre Enkelin Romy aufpassen muss. Schließlich muss sie noch einen Friseursalon schmeißen. Aber ihre frisch geschiedene Tochter Margot hat auch zu arbeiten. So kommt Romy jeden Nachmittag in den Salon ihrer Oma und hilft etwas mit. Doch mit der Zeit bemerkt sie, dass mit ihrer Großmutter etwas nicht stimmt. Die Kasse stimmt nicht mehr und Stine beginnt plötzlich auf dänisch von ihrer

Kindheit zu erzählen. Romy schlüpft zunehmend in die Rolle der Verbündeten und versucht, den Friseursalon am Laufen zu halten. Doch als die Demenz der Großmutter fortschreitet, können sie die Krankheit nicht mehr vor Romys Eltern geheimhalten. Der Gang ins Pflegeheim scheint unausweichlich. Doch Romy schmiedet für ihre liebgewonnene Oma Stine einen eigenen Plan. Eine warmherzige Oma ihrer Oma und hilft etwas mit. Doch mit der Zeit bemerkt sie, dass mit ihrer Großmutter etwas nicht stimmt. Die Kasse stimmt nicht mehr und Stine beginnt plötzlich auf dänisch von ihrer

Weitere Infos unter: www.festival-generationen.de

Anzeigen unter:
Tel: 0621-72739490

Erreichen
ist einfach.



Wenn man dazu verschiedene Wege möglich macht. Wir sind für Ihre Fragen und Wünsche auch online da. Probieren Sie es einmal von zu Hause aus.

Wenn der Bär Streifen trägt

Die KiTa Mäusenest im Weinheimer Ortsteil Hohensachsen hat ein eigenes Bilderbuch herausgebracht

(red) Der Tiger Bär, der so heißt, weil er so aussieht wie eine Mischung aus Tiger und Bär, weiß eigentlich immer, was gut tut. Er kann sich die tollsten Geschichten ausdenken und er kann jedem Kind erklären, wie es eben manchmal so ist im Leben.

Tiger Bär ist ein lieber Tiger – er kann kuscheln, trösten und Tränen trocknen. Und er verfügt über einen praktischen „Troststern“ gegen alles, was Kindern Sorge macht.

Kindgerechter Stoff? Und wie! Das ist auch klar, denn die Geschichte von „Tiger Bär“ stammt von Evelyn Edinger-Finjav – und sie kennt sich mit Kindern aus. Seit Jahrzehnten ist sie Erzieherin, seit einigen Jahren Leiterin der kommunalen Kindertagesstätte „Mäusenest“ im Weinheimer Bergstraßen-Ortsteil



Foto: ?

Hohensachsen. Die Idee von dem gestreiften Bären, der so anders ist als andere Tiere, stammt aus der täglichen pädagogischen Arbeit. Die Kinder haben die Bilder selbst gemalt! Maximilian Illert, Edinger-Finjav's Stellvertreter in der KiTa als andere Tiere, stammt aus der Umsetzung gekümmert. Anfangen hatte alles im Advent

2018, als Edinger-Finjav statt Süßigkeiten die Geschichte von „Tiger Bär“ in den Kindergarten-Adventskalender packte. Denn Tiger Bär will so gar nicht ins Bild einer typischen Bärenfamilie passen: Nicht nur, dass sein Fell nicht komplett braun, sondern auch noch gestreift ist. Anstatt wie seine beiden Geschwister und sein Papa zu jagen, kuschelt Tiger Bär am liebsten mit seiner Mama. Doch dafür kann sich Tiger Bär die tollsten Geschichten ausdenken und erzählen. „Das Buch soll Kindern Mut machen“, sagt Edinger-Finjav. „Es soll zeigen, dass es okay ist, anders zu sein. In unserem Kindergarten gibt es 15 verschiedene Kulturen – wir leben Vielfalt.“

Etwa 25 Kindern haben am Buch mitgearbeitet. Seit zwei Wochen können die Kinder ihr Buch nun in Händen halten.

Es umfasst 36 Seiten und erzählt nicht nur eine tolle Geschichte. Die liebevollen Illustrationen sind witzig, kreativ und natürlich absolut kindgerecht – kein Wunder: sie wurden ja auch von Kindern gemalt. Finanziell möglich gemacht hat das Projekt die Sparkasse Lützelssachsen, die den größten Teil der Kosten übernommen hat. Unterstützung gab's natürlich auch vom Förderverein und vom Elternbeirat.

Info: „Tiger Bär und der Troststern“ von Evelyn Edinger-Finjav, Maximilian Illert und den Kindern der Kita „Mäusenest“ in Hohensachsen eignet sich für Kinder ab fünf Jahren zum Vor- und Selberlesen.

Erhältlich ist es für 16,50 Euro in der Buchhandlung Beltz in Weinheim im Atrium.

Einweihung des Wanderwegs „LA 1 mittendrin“ in Lampertheim

Ideale Verbindung von Natur und Sehenswürdigkeiten

(red) Auf 8,6 Kilometern erleben Wanderfreunde spannende Einblicke in die Stadtgeschichte und das Landschaftsbild. Der Wanderweg „LA 1 mittendrin“ verbindet auf der auch für Anfänger geeignete Strecke somit Sehenswürdigkeiten in Natur und Stadtbild der Spargelstadt Lampertheim optimal. Freunde von Heimatgeschichte und Naturliebhaber kommen gleichermaßen auf ihre Kosten.

Vom Startpunkt am Lampertheimer Bahnhof geht es zunächst zum Stadtpark, wo der jüdische Friedhof lebendiges Zeugnis für Stadtgeschichte ist. Weiter geht es vorbei am Dom des Rieds, dem im 18. Jahrhundert erbauten Alten Rathaus und der ältesten Kirche Lampertheims, der katholischen St. Andreas-Kirche, zur Alten Apotheke, die Friedrich von Schiller im 18. Jahrhundert bei einer Durchreise als Herberge dien-



Foto: WFB

te. Im gegenüberliegenden Rentamt nächtigte auch einst die Familie von Hessen-Nassau. „Gespickt ist der Weg natürlich auch mit zahlreichen Einkehrmöglichkeiten. So kann man Lampertheim auch mit Leckereien aus Küche und Keller mit allen Sin-

nen erleben.“, weiß Bürgermeister Gottfried Störmer um die kulinarischen Stärken seiner Stadt.

Nach den städtischen Sehenswürdigkeiten folgt dann ein ganz besonderes Natur-Highlight: Über den Altheindamm gelangt man zum

drittgrößten Naturschutzgebiet in Hessen, dem Lampertheimer Altrhein mit der durch die Rheinbegradigung Ende des 19. Jahrhunderts in ihrer jetzigen Form entstandenen Halbinsel Biedensand. Der Biedensand lädt mit dem eigenen Wegenetz

zu einem kurzen Abstecher ein. Mit dieser Kombination aus Sightseeing und ein Eintauchen in die Natur des Biedensands ist ein ganz besonderer Wanderweg entstanden, so sind sich Dr. Jutta Weber, Geschäftsführerin des Geo-Naturparks Bergstraße-Odenwald, und Marius Schmidt, Vorsitzender des Odenwaldklubs Lampertheim, sicher.

Weitere Informationen rund um den Geo-Naturpark Bergstraße-Odenwald, vielfältiges Infomaterial, Rad- und Wanderkarten sowie Tipps zu Erkundungstouren auf stillen Pfaden sind unter www.geo-naturpark.de zu finden.

Alle Neuigkeiten gibt es auch auf der Facebook-Seite www.facebook.com/geo.naturpark. Wissenswertes rund um die Mountainbike-Trails hält die Internetseite www.mtb-geo-naturpark.de und der Instagram-Kanal: „mtb_geo_naturpark“ bereit.

Lorsch im Rahmen einer öffentlichen Führung entdecken

Angeboten werden Führungen durch die Stadt, den Kräutergarten und den Tabakschuppen

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

Diese starten jeweils um 14 Uhr und decken verschiedene Themen wie die Stadt allgemein, den Kräutergarten oder den Tabakschuppen ab. Anmeldungen sind vor Ort bis 13 Uhr möglich, die Teilnehmerzahl ist derzeit auf zehn Personen



Foto: WFB

begrenzt. Am Sonntag, den 20.09., stand der Lorsch Tabakschuppen im Rahmen einer solchen Führung im Mittelpunkt.

Informationen zu Terminen und Preisen sind in der Rubrik „Gästeführungen in Lorsch“ auf der Internetseite: www.nibelungenland.net zu finden.

Platzfrei!

Rufen Sie an:

Tel: 0621-

72739490

Holzbau Vock GmbH feiert 75-jähriges Bestehen

Wirtschaftsförderung Bergstraße gratuliert dem traditionsreichen Familienunternehmen aus Heppenheim

(red) Innovationskraft, Bodenständigkeit und Standorttreue – das ist es, was die Unternehmen in der Wirtschaftsregion Bergstraße auszeichnet. Immer wieder gibt es Betriebe, die auf eine jahrzehntelange Geschichte zurückblicken können. Wie die Holzbau Vock GmbH, die seit 75 Jahren erfolgreich in Heppenheim agiert. Was als kleiner Handwerksbetrieb in einer Scheune begann, ist heute ein modernes Familienunternehmen, das mithilfe der Digitalisierung seinen Kunden ein Komplettpaket rund ums Dach anbietet.

Zum Jubiläum ließen es sich Landrat Christian Engelhardt, Aufsichtsratsvorsitzender der Wirtschaftsregion Bergstraße / Wirtschaftsförderung



Foto: WFB

Bergstraße GmbH (WFB), und Dr. Matthias Zürker, Geschäftsführer der WFB, nicht nehmen, der Holzbau Vock GmbH einen Firmenbesuch abzustatten. „Wir sind stolz auf Un-

ternehmen wie Ihres und wünschen Ihnen weiterhin viel Erfolg in der Wirtschaftsregion Bergstraße“, so der WFB-Aufsichtsratsvorsitzende Engelhardt. Stefan Vock, der die Holzbau

Vock GmbH in vierter Generation mit seinem Vater, Zimmermeister Volker Vock, führt, überreichte die WFB eine Gratulationsurkunde.

„Mit der Zeit zu gehen und die neuesten Entwicklungen im Blick zu behalten, war schon immer ein Teil unseres Unternehmens“, erklärt Stefan Vock. „Seit unserer Gründung im Jahr 1945 in Heppenheim haben wir unser Angebot kontinuierlich erweitert und bieten heute nahezu alle Dienstleistungen rund ums Dach“, informierte der studierte Bauingenieur und Zimmermann weiter. Mittlerweile blickt die Holzbau Vock GmbH auf unzählige Dächer im ganzen Kreisgebiet zurück. Neben Werken für Familien, Vereine, Institutionen und Unterneh-

men prägt ihre Arbeit nicht selten das Stadtbild von Heppenheim – seien es die Dächer auf der Starkenburg, der Dachstuhl des Rathauses sowie nahezu alle Gebäude auf dem Marktplatz. Denn neben all der modernen Holzarbeit beherrscht das Unternehmen gleichzeitig die Jahrhunderte alte Kunst des Fachwerkbau. „Somit haben Sie im wahrsten Sinne sichtbare Zeichen in Heppenheim und der ganzen Wirtschaftsregion Bergstraße gesetzt und Ihre Verbundenheit und Verankerung mit der Region unter Beweis gestellt“, hob Dr. Zürker hervor.

Info: Die Holzbau Vock GmbH finden Sie im Internet unter www.holzbau-vock.de.

Der Kaiser und die Bergstraße

Oberbürgermeister und Bürgermeister der Ferienregion Bergstraße hören interessante Berichte

(red) Es ist ein außergewöhnliches Jahr. Nicht nur, aber vor allem für die Tourismusbranche. War Corona ein Fluch für Hotels und Vermieter von Ferienwohnungen (wegen des Lockdowns) oder ein Segen (wegen des sicheren Reiselands Deutschland)? Noch ist es zu früh, eine Bilanz zu ziehen. Klar ist aber: Der Tourismusservice Die Bergstraße (TSB), der Zusammenschluss der Städte und Gemeinden zwischen Darmstadt und Heidelberg (inklusive einiger Kommunen in der Ebene an Rhein und Neckar), hat im Corona-Jahr alle Register gezogen, um die Ferienregion Bergstraße noch bekannter zu machen. Das hörten die Oberbürgermeister und Bürgermeister der Region jetzt auf der schon traditionellen Sommertour, die sie ins hessische Ried führte: nach Bürstadt und Lampertheim. TSB-Vorsitzende Maria Zimmermann und ihr Stellvertreter Thomas



Foto: Stadt Weinheim

Herborn konnten bei ihrem Bericht aus dem Vollen schöpfen. Dabei ging es bei den Behördenchefs, darunter auch Bergstraßen-Landrat Christian Engelhardt, immer wieder um einen anderen „Amtshaber“, den Kaiser. Der

Habsburger Josef II. ist nämlich in diesem Jahr noch mehr als zuvor in den Mittelpunkt gerückt. Im Frühjahr startete die Bergstraße mit ihm als fiktiver Person und seinem Zitat „Hier fängt Deutschland an, Italien zu werden“, eine große Imagekam-

pagne, um Urlauber für die Bergstraße zu gewinnen. Tagelang lief ein Radiospot im Hessischen Rundfunk und im Südwestrundfunk; das alles wurde flankiert von neu gemachten Social Media-Auftritten. Außerdem brachte der TSB ein neues Ferienmagazin heraus, es heißt „Genussreich Bergstraße“ und findet großen Anklang. Die zweite Ausgabe ist in Vorbereitung.

Maria Zimmermann berichtete, dass der Kaiser mit seinem Zitat nun noch mehr in der Tourismuswerbung eingesetzt werden soll, zum Beispiel lebensgroß auf Messen. Weitere Marketing-Aktivitäten waren erfolgreich: Die Homepage www.diebergstrasse.de ist nun komplett auch auf Englisch abrufbar, Fachjournalisten interessieren sich vermehrt für die Radwege entlang der Bergstraße. Sogar im Nachrichtenmagazin „DER SPIEGEL“ konn-

te man von der Bergstraße lesen. Dazu sind neue Projekte gekommen, wie die Initiative zur Vermarktung regionaler Erzeugnisse unter dem Markenlabel „Genial regional“. Die Bergstraße gehört hierbei innerhalb eines Verbundes mit dem Handel, Produzenten und der Stadt Heidelberg zu den Antriebsfedern. Maria Zimmermann berichtete von weiteren geplanten Kampagnen und von der Neu-Zertifizierung des „Burgensteigs“. Die dazu gehörige Urkunde soll bei der CMT in Stuttgart im Januar 2021 verliehen werden. Im Bürstadter Rathaus wurden die Vertreter der Bergstraße von Bürgermeisterin Bärbel Schader und von der Sonnenbotschafterin Luisa-Marie begrüßt, dann folgte eine spannende Führung durch eine touristische Attraktion der Region, dem Walderlebniscamp im Lampertheimer Stadtwald.

Herbstprogramm für Kinder eingetroffen

Spannende und kreative Ferienwochen für den Herbst und Winter

(red) Nachdem es dem Kinder- und Jugendbüro Pumpwerk Hockenheim schon in den Sommerferien gelungen ist, den Kindern spannende und kreative Ferienwochen zu bieten, hat sich das Team auch für den Herbst und Winter so einiges einfallen lassen. Es ist zwar aufgrund der aktuellen Corona-Situation nicht möglich, den Offenen Treff und ein Kursprogramm parallel anzubieten. Der Mädchentreff findet aber weiterhin jeweils kostenfrei dienstags und der Jungentreff donnerstags statt. Eine vorherige Anmeldung über die Internetseite <http://www.hockenheim.feripro.de> ist erforderlich. Dort sind ab Sonntag, 27. September, 17 Uhr, auch alle anderen Angebote für den



Foto: Pumpwerk Hockenheim

kommenden Herbst und Winter zu finden, für die sich die Kinder anmelden können. Es gibt im Herbst jede Menge kreative Workshops zu entdecken, bei denen stimmungs-

volle Herbstdekorationen und weihnachtliche Geschenkideen auf dem Programm stehen. Und auch in der Holzwerkstatt wird fleißig gearbeitet. Ob Notizexpress, Weihnachtsegel

oder Krippe, es wird für jeden was dabei sein. An zwei Samstagen vor Weihnachten öffnet auch die beliebte Weihnachtswerkstatt wieder ihre Pforten. Das Kinder- und Jugendbüro Pumpwerk freut sich besonders, dass die Kindertheater-Veranstaltungen in den Räumen der Stadthalle Hockenheim über die Bühne gehen können. Am Samstag, 7. November, wird dort das Theater Knuth mit dem Stück „Pumuckel zieht das große Los“ zu Gast sein. Der Ticketverkauf erfolgt über die Vorverkaufsstelle der Stadthalle Hockenheim. Ab Oktober ist es auch wieder möglich, montags seinen Kindergeburtstag im Pumpwerk zu feiern. Auf dem Programm

stehen spannende Waldabenteuer zu verschiedensten Themen von Robin Hood bis hin zum Wilden Westen. Und Indoor können lustige Sockentiere gebastelt werden oder die Kinder können sich als Nachwuchswissenschaftler in der Experimentierwerkstatt ausprobieren. Vor und nach dem Angebot besteht immer die Möglichkeit, den selbstmitgebrachten Imbiss zu verzehren und die Spielmöglichkeiten des Pumpwerks zu nutzen. Nähere Infos zu den Kindergeburtstagen gibt es direkt im Kinder- und Jugendbüro Pumpwerk Hockenheim unter Telefon 06205 100062 oder per E-Mail kjbuero@pumpwerk-hockenheim.de.

Mit TENK bringen TWL, MVV und Stadtwerke Heidelberg ein gemeinsames e-Mobilitätsnetzwerk in der Region an den Start

Flächendeckendes Ladenetzwerk in der Metropolregion Rhein-Neckar – einfacher und zuverlässiger Zugang zur Elektromobilität an über 180 Ladepunkten

(red) Der Umstieg auf Elektrofahrzeuge gerade im städtischen Bereich ist ein unverzichtbares Element einer erfolgreichen Energiewende. Damit wird die Elektromobilität zu einem wesentlichen Bestandteil des Energiesystems der Zukunft – lokal, regional und national.

In der Metropolregion Rhein-Neckar vereinfachen nun die drei führenden regionalen Energieunternehmen den Zugang zur Elektromobilität weiter und leisten damit einen direkten Beitrag dazu, einen zusätzlichen Anreiz für mehr Elektroautos in der Region zu schaffen. Dabei vernetzen die Technischen Werke Ludwigshafen (TWL), die Mannheimer MVV und die Stadtwerke Heidelberg in dem gemeinsamen e-Mobilitätsnetzwerks TENK ihre bestehenden Ladeinfrastrukturen miteinander und stellen so ein flächendeckendes e-Mobilitätsnetz als Grundlage für die Verkehrswen-



Foto: MVV

de in der Region bereit. „TENKEN statt tanken“, also mit Strom laden, soll damit in der Region einfacher und überall und an über 180 Ladepunkten verfügbar sein. „Mit unserer Zusammenarbeit schaffen wir durch den erleichterten Zugang zu öffentlichen Ladepunkten einen Beitrag zur nachhaltigen Entwicklung unserer Region“, be-

tonte Michael Teigeler, Geschäftsführer der Stadtwerke Heidelberg Energie, bei der Vorstellung von TENK im Energiepark des Unternehmens in Heidelberg-Pfaffengrund. Bei dem neuen e-Mobilitätsnetzwerk stehen die Bedürfnisse der Menschen in der Region im Mittelpunkt. „Es war uns wichtig, den Zugang zur Elektromobilität für die Fahrerinnen und Fahrer von

Elektroautos so einfach wie möglich zu gestalten. Mit TENK bieten wir einen einheitlichen und komfortablen Zugang zum Ladenetzwerk – egal, ob sie ihren Strom von TWL, MVV oder den Stadtwerken Heidelberg beziehen“, so MVV-Vorstandsmitglied Ralf Klöpfer. TWL-Vorstand Dieter Feid hob bei der Vorstellung von TENK hervor, wie die Partner Energie und Mobilität erfolgreich miteinander verbinden und auch für lokale Unternehmen attraktiver machen: „TENK bündelt unser Engagement und bringt die Region in Sachen Elektromobilität und Ladeinfrastruktur weiter voran. Unser gemeinsames Angebot ist natürlich auch für Unternehmen interessant, deren Flotten in der Metropolregion Rhein-Neckar unterwegs sind.“

Ab sofort können Fahrerinnen und Fahrer von Elektroautos in Ludwigshafen, Mannheim und Heidelberg

an über 180 TENK-Ladepunkten ihre Elektrofahrzeuge laden, ohne sich mit unterschiedlichen Systemen beschäftigen zu müssen. Die Lade-App des jeweiligen Energieunternehmens auf dem Smartphone genügt, um die Ladepunkte zu nutzen. Die TENK-Ladestationen sind nicht nur durch das TENK-Logo direkt zu erkennen, auf der Homepage des Netzwerkes unter www.tenk.info sowie in den Lade-Apps der drei Anbieter sind die Ladepunkte des Netzwerkes schnell und direkt zu finden. Die Abrechnung erhalten die Nutzer von ihrem jeweiligen Ladeserviceanbieter.

Die drei Partner wollen das Netz von E-Ladestationen an geeigneten Standorten weiter ausbauen. Zudem soll das Netzwerk durch Kooperationen mit weiteren Ladeanbietern aus der Region Schritt für Schritt über Ludwigshafen, Mannheim und Heidelberg hinaus weiter wachsen.



Tanken ist out. Tenken ist in.

Über 180 Ladepunkte mit 100% Ökostrom in der Metropolregion Rhein-Neckar.

Dein e-Mobilitätsnetzwerk Rhein-Neckar.

www.tenk.info



Viel Antrieb für Elektrofahrzeuge

(red) Der Ausbau der Elektromobilität ist ein großes Anliegen der Stadtwerke Heidelberg und zudem Teil ihrer Energiekonzeption 2020/2030. Deren Ziel ist die Energiewende vor Ort. So denken auch immer mehr Bürgerinnen und Bürger in Heidelberg über den Kauf eines Elektrofahrzeuges nach.

Ein Kriterium bei diesen Überlegungen: Wie ist es mit dem Tanken?

Auch hier ändert sich viel: Insgesamt betreiben die Stadtwerke Heidelberg mittlerweile 20 Standorte mit insgesamt 43 öffentlichen und halböffentlichen Ladepunkten in Heidelberg und der Region. An allen Ladestationen der Stadtwerke Heidelberg können Besitzer ihre Elektrofahrzeuge bequem mit der Stadtwerke-Heidelberg-App »für dich« laden.



Foto: Stadtwerke Heidelberg

Und zusammen mit der Stadt Heidelberg treiben die Stadtwerke den

Ausbau eines bedarfsgerechten Ladenetzwerks in Heidelberg voran.

Mit den Ladestationen in Heidelberg sorgen sie dafür, dass Besitzer von

Elektrofahrzeugen neuen Antrieb bekommen. Dafür bieten die Stadtwerke Heidelberg für ihre KLIMA-Kunden die Zusatzvereinbarung heidelberg EMOBIL an – für komfortables CO₂-freies Fahren mit einem Zusatznutzen für die Umwelt. Kunden erhalten dabei 100-prozentigen Ökostrom mit dem hochwertigen ok-power-Gütesiegel. Zugleich unterstützen sie Klimaschutz-Projekte von Umweltverbänden in der Region. Auch Elektromobilität auf zwei Rädern unterstützen die Stadtwerke Heidelberg zusammen mit Partnern in Form von Pedelecs und Elektro-Lastenräder, die bei den Partnern ausgeliehen werden können.

Mehr zur Informationen gibt es online unter www.swhd.de/emobility.

Zukunftsfähige Ladeinfrastruktur im innerstädtischen Bereich

(red) Elektrofahrzeuge sind eine der Lösungen, um den Herausforderungen des Klimawandels zu begegnen. Die Technischen Werke Ludwigshafen, TWL, bauen hierfür die Ladeinfrastruktur aus. Neben einer bedarfsgerechten öffentlichen Versorgung liegt der Fokus von TWL auf dem Angebot individueller Komplettlösungen für Privat-, Gewerbe- und Großkunden.

Seit 2015 ist das Unternehmen bereits im Elektromobilitätsmarkt unterwegs. Seitdem wurden 97 Ladepunkte in Ludwigshafen errichtet, 77 davon im Kundenauftrag. 20 Ladepunkte betreibt TWL selbst, darunter sechs öffentliche Autofahrer sind in Ludwigshafen besonders umweltfreundlich unterwegs. Denn die TWL-eigenen Ladesäulen werden mit CO₂-neutralem Ökostrom versorgt, der aus der Verbrennung von nicht recycelbaren Restabfällen im Gemeinschafts-Müllheizkraftwerk Ludwigshafen (GML) gewonnen wird.

Mit dem Ausbau der Ladeinfrastruktur wächst auch die Akzeptanz der Elektromobilität in der Bevölkerung. Der bedarfsgerechte Ausbau der Ladeinfrastruktur ist dabei nicht einfach zu planen. Die zukünftigen Anforderungen müssen identifiziert werden, je nach Standort und Nutzung – halböffentlich, öffentlich oder privat – müssen die Ladeleistung und das Ladeverhalten mit einberechnet und gegebenenfalls auch eine intelligente Steuerung des Ladeverhaltens vorbereitet werden. TWL evaluiert regelmäßig den Bedarf an Ladestationen im öffentlichen Raum. Generell zeichnet sich aber ab, dass vor allem im privaten



Foto: Pixabay

und geschäftlichem Raum der Bedarf an Ladepunkten steigen wird.

Alles aus einer Hand

Aus diesem Grund hat das Unternehmen in den vergangenen Jahren ein umfassendes Angebot an unterschiedlichsten Lösungen und die notwendige Expertise für die Umsetzung sämtlicher anfallenden Aufgaben aufgebaut. TWL plant nicht nur die Ladestationen mit Leistungen von 3,7 bis 50 Kilowatt (kW) und führt alle Anschlussarbeiten durch, sondern klärt auch, ob im privaten Bereich eine Verstärkung des Hausanschlusses notwendig ist, oder installiert bei Bedarf ein dynamisches Lastmanagement, wenn beispielsweise gleichzeitig mehrere Fahrzeuge geladen werden sollen. Darüber hinaus unterstützt das Unternehmen seine Kunden bei der Kommunikation mit dem zuständigen Netzbetreiber.

Optional bietet TWL einen 24 Stunden Notdienst, eine jährliche Wartung sowie flexible Möglichkeiten der Abrechnung der Ladevorgänge an.

Zukünftige Anforderungen im Blick

Den Aufbau einer zukunftsfähigen Infrastruktur hat TWL dabei stets im Blick. So bereitet das Unternehmen die Tiefgarage des neuen Quartiers LUIT_PORT am Rheinufer Süd für die Ausstattung mit Ladesäulen vor und installiert die notwendige Strom- und Dateninfrastruktur. Ein intelligentes Lastmanagement mit zukunftsfähiger Auslegung sorgt dafür, dass die verfügbare Leistung auf alle zukünftig angeschlossenen Fahrzeuge verteilt wird. So können alle 92 Stellplätze, falls gewünscht, schnell und einfach mit E-Ladestationen ausgerüstet werden.

Für die Stadt Ludwigshafen installierte TWL 38 Ladepunkte für die städtische Elektrofahrzeugflotte. An allen Standorten des WBL und der Stadtverwaltung entstanden einheitliche Ladestationen mit einer Leistung von jeweils 22 kW, die für zukünftige Anforderungen bestens ausgelegt sind. Sie verfügen unter anderem über ein intelligentes Lastmanagement und können über eine Cloud aus der Ferne überwacht, gesteuert und abgerechnet werden. Sie sind eichrechtskonform und bereits für eine bidirektionale Kommunikation nach ISO 15118 vorgerüstet.

Einfach Strom tanken

Für alle, die mit Elektromobilität unterwegs sind, gibt es die TWL Ladeapp, mit der einfach Ladestrom getankt und bezahlt werden kann. Sie bietet außerdem deutschlandweit Zugriff zu allen Standardpartnern, die über Roaming-Netzwerke

angebunden sind. Die Ladeapp zeigt die Verfügbarkeit der Ladestation, den Steckertyp, den Preis und führt über eine integrierte Navigation zielsicher zur nächstgelegenen Ladestation. Noch einfacher ist es in der Metropolregion Rhein-Neckar: TWL ist einer der Partner des Mobilitätsnetzwerks TENK der TWL, MVV und Stadtwerke Heidelberg, die ihre Ladestruktur vernetzt haben. Mit der TWL Ladeapp haben Kunden dadurch ebenso Zugang zu den E-Ladestationen der TENK-Partner, ohne sich mit verschiedenen Vertragspartnern beschäftigen zu müssen. Die Abrechnung kommt von TWL.

Mehr Infos: Zu den Themen Elektromobilität und Ladeinfrastruktur informiert TWL montags bis freitags von 10 bis 12 Uhr und von 13 bis 15 Uhr unter der Nummer 0621 505-2550.

Kontakt kann auch über die E-Mail-Adresse edl@twl.de aufgenommen werden. Die Ladeapp ist kostenlos im Play Store (Android) oder App Store (iOS) sowie über die Web-App (twl.chargecloud.de) erhältlich. Vielfältige Informationen gibt es zudem auf www.twl.de/privatkunden/meine-mobilitaet/meine-mobilitaet/.

twl

Bauen · Wohnen · Renovieren

Innenausbau: ökologisch, einfach, wohngesund

Gesund wohnen, leicht bauen

(akz-o) Eine leichte Ausbauplatte und ein verarbeitungsfertiger Spachtel sorgen jetzt für mehr Wohngesundheit in Innenräumen. In kurzer Zeit können leichte Wände mit glatten Oberflächen von Do-it-Yourselfern selbst gebaut werden: VeroBoard Rapid ist eine Bauplatte aus Blähglas und dadurch viel leichter als konventionelle Bauplatten auf Gips- oder Zementbasis.

Der neue „Silikat-Spachtel“ ist bereits fertig im Eimer. Das Anmischen entfällt – und so sind die Wände auch im Handumdrehen glatt verputzt. Da beide Komponenten ohne gefährliche Zusatzstoffe auskommen und einen natürlichen Schimmelschutz bieten, tragen sie optimal zur Wohngesundheit in Innenräumen bei.

Viele Baustoffe enthalten flüchtige Gase, die an die Raumluft abgegeben werden. Das kann zu Krank-



Fotos: Verotec/akz-o

heiten wie Allergien oder Asthma führen. Da auch Schimmel die Gesundheit gefährden kann, sollte gerade in Innenräumen nach Wegen gesucht werden, das Schimmelrisiko so gering wie möglich zu halten.

Mineralische Baustoffe kommen daher aus mehreren Gründen in Frage – wie die VeroBoard Rapid Leichtbau-Produkte: Diese sind besonders emissionsarm, weichmacher-, lösemittel- und konser-



vierungsmittelfrei. Weil sie zudem diffusionsoffen sind, sorgen sie für optimalen Feuchteausgleich. Platte plus Beschichtungen schaffen gesundheitlich unbedenkliche Räume mit angenehmem Klima und sind ideal für alle Wohnräume, sogar für Bad und Küche. Ebenso eignen sie sich in Räumen für Kinder, ältere Menschen und Allergiker – also überall dort, wo ein erhöhtes Schutzbedürfnis besteht. Die Verarbeitung gelingt selbst ungeübten Heimwerkern ausgezeich-

net: Der Spachtel ist verarbeitungsfertig im Eimer und wird direkt auf die vorbereitete Wand aufgebracht – besonders schnell und einfach mit der Malerrolle, Geübte können ein klassisches Spachtelwerkzeug oder ein leistungsstarkes Airlessgerät verwenden.

Mit einem Flächenglätter wird der Spachtel glattgezogen, den gewünschten Glättegrad erreicht man mit herkömmlichen Schleifwerkzeugen. Im Innenraum lassen sich nahezu alle Flächen spachteln, selbst Flächen, die etwas Spritzwasser abbekommen können.

Zusammen mit der Leichtbauplatte VeroBoard Rapid entsteht ein optimal aufeinander abgestimmtes Ausbausystem. Die Platte besteht aus einem umweltfreundlichen Recycling-Baustoff – aus geblähtem Altglas –, ist daher sehr leicht, stabil und sogar biegsam, emissionsarm und feuchtebeständig.

Barrierefreie Badsanierung

Staatliche Förderung für Jung und Alt

(akz-o) Wer schon in jungen Jahren beim Hausbau oder im Zuge einer Badsanierung ein zukunftstaugliches Wohnumfeld schaffen möchte, sollte sein Bad barrierefrei gestalten. Denn für Senioren oder bewegungseingeschränkte Personen ist selbstbestimmtes Wohnen im gewohnten Umfeld meist nur möglich, wenn das Bad komfortabel und ohne Hilfe nutzbar ist. Aus diesem Grund fördert der Staat über die KfW weiterhin altersgerecht gestaltete Badezimmer über Zuschüsse (Programm 455-B) oder über zinsgünstige Darlehen (Kredit 159).

Fit für die Zukunft: Barrierefreies Bad

Ein barrierefrei gestaltetes Bad ist jedoch nicht nur für Senioren sinnvoll. „Auch jüngere Bauherren und die sogenannten ‘Best Ager’ achten häufig bei der Badsanierung darauf, dass das neue Bad funktional alle Voraussetzungen erfüllt, die an barrierefreie Bäder gestellt werden“, wie Andreas Beyer, Fliesenlegermeister und Vorstandsmitglied des Fachverbands Fliesen und Naturstein, erläutert.

„In Bezug auf Fliesen bietet eine rutschhemmende Oberfläche Stand- und Trittsicherheit; und ein qualifizierter Fachhandwerker realisiert eine optisch und funktional perfekte, bodenebene begehbare Dusche. In Bezug auf den Desi-



Foto: Deutsche Fliese/Steuler/akz-o

gnanspruch ist eine barrierefreie Badgestaltung überhaupt kein Problem, denn im Kern geht es um ausreichend große Bewegungsflächen, die sich mit einer modernen, großzügigen Badgestaltung bestens vertragen.“

Zu den Anforderungen an barrierefreie Bäder gehören im Privatbau neben einer bodenebenen Dusche und einem unterfahrbaren Waschtisch ein schwellenloser Zugang zum Bad, breite Türen sowie großzügige Bewegungsflächen vor dem Waschbecken-, Dusch- und WC-Bereich. Auf dem Badboden sowie in der bodenebenen Dusche sorgen rutschhemmende Fliesen für

Stand- und Trittsicherheit. Deutsche Markenhersteller führen abgestimmte Wand-Boden-Sortimente, in denen sich Bodenfliesen in unterschiedlichen Rutschhemmungsklassen finden. Stilistisch passt das aktuelle Oberflächen-Design in die verschiedensten Badwelten – vom puristischen Großformat im Betonlook über zeitlos-elegante Natursteininterpretationen bis zu historischen Dekoren und Feinsteinzeug im Zementfliesen-Look.

Planung und Ausführung vom Profi-Fliesenleger

Professionelle Unterstützung bei der Planung und eine bis ins Detail

perfekte Umsetzung bieten zahlreiche Meister- und Innungsbetriebe des Fliesenlegerhandwerks, die sich auf das Thema spezialisiert haben

(bundesweite Suchfunktion für Fachverleger sowie zahlreiche Gestaltungsideen fürs Bad unter www.deutsche-fliese.de).



Schimmelfuchs

einfach schlaun saniert

Unser Leistungsspektrum:

- Kellerabdichtung
- Fassadenimprägnierung
- Wärmedämmung
- Schimmelbeseitigung



Kostenlose Hotline
0800-6 28 73 76

schimmelfuchs.de
handwerkerimhaus.de



ROLAND PALZ
Maurermeister

Lokales & Regionales
www.metropoljournal.com



Bauen · Wohnen · Renovieren

Solarstrom zum Heizen nutzen

Unabhängigkeit von öffentlicher Stromversorgung

(akz-o) Sobald die Sonne scheint, erzeugt eine Solaranlage grünen, kostenlosen Strom, mit dem elektrische Geräte, die gerade in Betrieb sind, direkt versorgt werden können. Wer mehr Strom produziert als er verbraucht, kann diesen Überschuss ins öffentliche Netz einspeisen. Die Vergütung dafür sinkt jedoch stetig. Ab 2020 laufen die EEG-Einspeisevergütungen für die ersten Anlagen aus. Am rentabelsten ist eine Fotovoltaik-Anlage (PV-Anlage) deshalb dann, wenn so viel des erzeugten Stroms wie möglich selbst verbraucht wird. Entscheidend für eine möglichst hohe Rendite der Solaranlage ist das energetische Gesamtkonzept: Es lohnt sich, die regenerative Strom- mit der Wärmezeugung zu verknüpfen. So kann der PV-Strom direkt für eine ressourcenschonende Wärmepumpe, für Elektroheizkörper oder eine Elektrofußbodenhei-



Foto: Pixel-Shot/stock.adobe.com/Verbraucherzentrale Bundesverband e.V./akz-o

zung genutzt werden. Richtig rund wird das Energiekonzept aber erst, wenn auch die Speicherung von Wärme und Strom einbezogen wird, damit diese jederzeit zur Verfügung stehen. Mit einem Stromspeicher lässt

sich der Eigenverbrauch beispielsweise deutlich erhöhen. Er speichert überschüssigen Strom, sodass er später genutzt werden kann. Im gesamten System wird der Eigenverbrauch dann so optimiert: Der



Grünewald

GMH

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

Solarstrom versorgt zunächst alle aktiven Verbraucher, wie Spülmaschine oder Licht. Auch Elektroheizkörper oder die Kerma Wärmepumpe gehören dazu, sofern aktuell Wärme angefordert ist. Mit zusätzlich vorhandenem Strom wird der Stromspeicher geladen. Ist dieser voll, wird die x-change dynamic-Wärmepumpe in erhöhten Betrieb gesetzt. Sie erzeugt mit dem Strom somit ergänzend Heizwärme, die wiederum im x-buffer-Wärmespeicher bevorratet wird und bei Bedarf genutzt werden kann. Erst

danach wird Solarstrom ins Netz eingespeist. Im Zusammenspiel dieser Komponenten können Bauherren und Modernisierer sich energetisch nahezu autark machen – und so Umwelt und Geldbeutel schonen. Durch die zusätzliche Einbindung einer Kerma Wohnraumlüftung mit Wärmerückgewinnung werden zudem die Anforderungen des KfW 40 Plus-Standards erfüllt. Mehr Informationen zum Heizen, Lüften und Kühlen erfahren Bauherren und Modernisierer unter blog.kerma.de.

Der Herbst kommt

Eine milde Strahlungswärme hilft Körper und Geist

(akz-o) Keramik ist das Zukunftsmaterial in vielen Lebensbereichen: von keramischen Zahn-, Hüft- und Knie-Implantaten bis zu den Hitzeschutzkacheln an der Unterseite des Space Shuttles – und natürlich der Keramik-Oberfläche eines Kachelofens. Die milde, entspannende Strahlungswärme gleicht einem Sonnenbad und ist ein Wärmeurlaub für Körper, Geist und Seele.

Entspannung durch Infrarot-Strahlungswärme
Kachelöfen werden besonders geschätzt wegen ihrer angenehmen, lang anhaltenden Strahlungswärme. Die Ofenkeramik-Ummantelung kann große Mengen an Wärmeenergie speichern und gleichmäßig über viele Stunden an die Umgebung abgeben. Dies geschieht überwiegend als langwellige Infrarot-Strahlung. Sie entfaltet eine Tiefenwirkung wie ein wohlthuendes Sonnenbad. Man spürt, wie sich die Muskulatur entspannt, wie die Wärme beruhigend wirkt und die Durchblutung fördert. Die keramische Infrarot-Strahlung erwärmt Wände, Gegenstände und Körper im Raum direkt, so heizt sich die Raumluft nicht auf, bleibt angenehm temperiert und auch die Luftfeuchtigkeit bleibt erhalten. Die positive Wirkung der Strahlungswärme auf den Körper und die Psyche des Menschen wird übrigens auch durch Studien belegt.



Fotos: AdK/kachelofenwelt.de/Gutbrod/akz-o

In einem technisierten, digitalisierten Lebensumfeld suchen Menschen wieder Berührung und Wärme. Echte Kachelöfen mit individueller Ofenkeramik schaffen Nähe und Begegnung. Handwerklich vom Kachelofenbauer gesetzte Meisterstücke verbinden traditionelle, natürliche Materialien mit innovativer Heiztechnik für umweltfreundlichen Wärmekomfort. Hergestellt wird die Ofenkeramik in speziellen Kachelmanufakturen aus hochwertigen Naturmaterialien, wie Ton, Schamotte, Kaolin und Wasser. Dabei sind viele Arbeitsschritte und viel Erfahrung notwendig. Der kreativen Vielfalt an unterschiedlichen

Farben, Formen, Größen, Designs und Oberflächenstrukturen sind nahezu keine Grenzen gesetzt. Für eine dauerhaft schöne Oberfläche sorgen hochwertige Glasuren. Sie machen die Ofenkeramik pflegeleicht, unempfindlich und einfach zu reinigen. Die Kachelofentage 2020 vom 2. bis 10. Oktober bieten Gelegenheit, sich umfassend über moderne Kachelofentechnologie zu informieren. Die richtigen Ansprechpartner in Ihrer Region finden Sie über das Infoportal der AdK, Arbeitsgemeinschaft der deutschen Kachelofenwirtschaft e.V. im Internet unter www.kachelofenwelt.de.






UNFALLINSTANDSETZUNG
FAHRZEUGLACKIERUNG
OLDTIMER-RESTAURATION

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

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

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

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





Gesundheit & Wellness

„Sehen ohne Brille und Kontaktlinsen?!“

Operative Möglichkeiten zur Brillenunabhängigkeit

Studienpatienten gesucht
(red) Eine Brille, bei der Arbeit oder in der Freizeit, erweist sich oft als unpraktisch, störend oder wird häufig als unvorteilhaft empfunden.

Oft ist ein Wechsel zwischen mehreren Brillen (Fern-, Lese-, Sonnen-, Sportbrille) mit unterschiedlichen Dioptriestärken oder Tönungen notwendig. Dabei können Fehlsichtigkeiten heute in der Regel problemlos, schnell und dauerhaft korrigiert werden.

So werden an der Universitäts-Augenklinik Heidelberg sämtliche zugelassene Verfahren der Laser- und Linsen Chirurgie zur Korrektur

von Fehlsichtigkeiten angeboten. Im Bereich der Laseranwendungen ist die Femto-LASIK bzw. LASEK- Behandlung zur Korrektur von Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit und Hornhautverkrümmung heute Standard. Die Alterssichtigkeit tritt für gewöhnlich zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr ein. Eine Korrektur kann am zuverlässigsten durch die Implantation von trifokalen Linsen erfolgen.

Die Technologien dieser Linsen werden stetig optimiert und ermöglichen eine Differenzierung auf die speziellen Anforderungen der Patienten. „So sind viele Linsen neuerdings mit unterschiedlich hohen

Nahzusätzen erhältlich und ermöglichen eine individuelle Anpassung an die jeweilige Sehgewohnheit“, sagt Professor Dr. Ramin Khoramnia, Leiter der Refraktiven Chirurgie der Universitäts-Augenklinik Heidelberg.

Kontaktdaten:
Universitätsaugenklinik Heidelberg
Refraktive Chirurgie
Tel.: 06221-564573
www.lasik-hd.de info@lasik-hd.de



SEHEN OHNE BRILLE?!

STUDIENPATIENTEN GESUCHT

Sie möchten durch eine Linsenoperation Brillenunabhängigkeit in Ferne und Nähe erreichen oder haben einen Grauen Star (=Katarakt)?

Wir suchen Studienpatienten für die Implantation einer neu entwickelten, für Sie kostenlosen Multifokallinse. Wesentliche Teilnahmebedingungen: Alter ≥ 45 Jahre, Alterssichtigkeit, sonst keine Augenerkrankungen.

Weitere Informationen unter dem Stichwort „MIOL-Studie“ erhalten Sie in der Universitäts-Augenklinik Heidelberg, Refraktive Chirurgie unter: info@lasik-hd.de oder 06221 56-4573. www.lasik-hd.de



Pfitzenmeier:

Bewegung und Wellness als Entschleuniger und Ausgleich

(red)Es heißt immer wieder Bewegung ist gut. Klar, auch wenn das allgemein bekannt ist, nutzen viele Menschen lieber das Auto, statt das Fahrrad, die Inliner oder einfach die Füße. Und: Den meisten ist gar nicht bewusst, dass mit dem Satz „Bewegung ist gut“ nicht immer gemeint ist, sich schnell fortzubewegen. Man muss nicht rennen, nicht mit dem Straßenrad jeden Porsche überholen. Es geht bei der Bewegung nicht um den ersten Platz, denn wer sich bewegt, hat sowieso gewonnen - ob schnell oder langsam!

Gerade in der heutigen Welt ist Entschleunigung manchmal wertvoller als Beschleunigung. So heißt es beispielsweise bei Pfitzenmeier nicht nur „höher, schneller, weiter“. Die Nummer eins der Region in

Sachen Wellness, Fitness und Gesundheit hat ein ganzheitliches Konzept und erklärt regelmäßig, dass Achtsamkeit ein großer Bestandteil davon ist. Stellt sich nur die Frage: Wie bewegt man sich langsam und effektiv?

Bewegung muss nicht immer schnell sein - mit Yoga entschleunigen!

Dazu sollte erstmal erklärt sein, aus welchen Gründen man Bewegung immer in den Alltag einstreuen sollte. Neben den gesundheitlichen Aspekten, wie dem verbesserten Stoffwechsel, gesenktem Blutdruck und gesteigertem Atemvolumen, sorgen wir durch Bewegung für einen Ausgleich zum Sitzen, Stehen und einseitiger Belastung. Dazu schützen wir bei körperlicher Belastung

auch noch Endorphine aus. Diese Glückshormone sorgen dafür, dass wir uns wohlfühlen, was unserer mentalen Gesundheit entgegenkommt und uns dadurch wiederum leistungsfähiger werden lässt.

Nun lautet das Motto von Pfitzenmeier „Beweg deinen Body“ und dem genauen Betrachter fällt auf: Es heißt nicht “Beweg deinen Body schnell”. Es geht darum, sich überhaupt zu bewegen, egal in welchem Alter und in welcher Form man steckt. Bleiben wir aber bei der Entschleunigung, um nach einem anstrengenden Arbeitstag herunterzukommen oder voller Energie in den Tag zu starten. Dazu bietet sich Yoga an, denn es entstresst nicht nur, sondern stärkt auch noch die Muskulatur und stabilisiert die Wir-

belsäule, was wiederum Schmerzen entgegenwirken kann. Das Beste aber: Yoga ist nicht gleich Yoga. Pfitzenmeier bietet verschiedenste Varianten an - von Ashtanga Yoga über Faszien Yoga bis zum Yin Yoga. Ausprobieren lohnt sich und wer sich gar nicht entscheiden kann, der bekommt sicher vom geschulten Personal den ein oder anderen Tipp.

Wellness als Entschleuniger und Fördermittel der Gesundheit

Yoga ist nicht die einzige Art zu entschleunigen und sich etwas Gutes zu tun. Pfitzenmeier bietet in den Wellnessbereichen die Möglichkeit abzuschalten und einfach mal die Seele baumeln zu lassen. So wird der Alltag zwar nicht durch Bewegung, jedoch durch eine Wohltat

für den Geist entschleunigt. Ob im Dampfbad mit verschiedenen Duftessenzen wie Honig, Lavendel oder Alpenkräuter, oder in den Wellnessbecken, die massierend sprudeln - Mitglieder kommen in den Genuss, ein Stückchen Urlaub-Gefühl zu erleben.

Dass Wellness nicht nur für den Körper und die Muskeln gut ist, ist klar. Denn durch das Wohlgefühl, das im Wellnessbereich bei Pfitzenmeier gefördert wird, wirken sich die Entspannungsmaßnahmen, ähnlich wie beim Yoga, auch auf die mentale Gesundheit aus. Hinzu kommt, dass verschiedene Wellnessangebote wie das Solebecken weitere positive Auswirkungen auf die Gesundheit haben. Bei Pfitzenmeier sind Wellness, Fitness und Gesundheit nunmal eins.

„GIB DEINEM KÖRPER WAS ER BRAUCHT.“

BEWEG' DEINEN BODY!

VORTEILSABO

3 MONATE* 33€ PRO MONAT

SICHER.FIT.

WWW.PFITZENMEIER.DE/BDB
PFITZENMEIER
 Fitness since 1978

*Bei Abschluss einer Mitgliedschaft von 12 oder 24 Monaten, zzgl. StartUp Programm Deiner Wahl.

Gesundheit & Wellness

Abnehmen ohne Verzicht

Neues Bio-Ernährungskonzept kann den Körper in Bestform bringen

(djd-k). Wenn die Hose kneift, das Lieblings-Top spannt und sich unerwünschte Röllchen unter dem Kleid abzeichnen, ist der Frust oft groß. Ganz besonders, wenn bereits diverse erfolglose Abnahmeversuche hinter einem liegen. Schließlich werden Menschen, die mit ihrem Gewicht unzufrieden sind, leicht Opfer zweifelhafter Diätversprechen. Egal ob Shakes, Pillen oder andere Radikalkuren - zu Beginn purzeln die Pfunde, doch allzu schnell stagniert das Gewicht wieder oder schlimmer: Der Jo-Jo-Effekt tritt ein. Das Problem: Was verloren geht, ist nicht das Fett, sondern in erster Linie Wasser und wertvolle Muskelmasse. Dabei ist gerade letztere sehr wichtig, weil Muskeln unseren Kalorienverbrauch steigern.

Zu viel Zucker, zu wenig Proteine
Um Übergewicht nun langfristig in den Griff zu bekommen, müssen wir uns konsequenterweise mit unseren Ernährungsgewohnheiten auseinandersetzen. Wir essen nicht nur deutlich mehr als der Körper benötigt, sondern vor allem das Falsche. Das liegt daran, dass unsere Lebensmit-



Foto: djd-k/BioNorm-Forschung/nd3000 - stock.adobe.com

tel heute oft aus zu viel Salz, Zucker und Fett bestehen. Gleichzeitig enthalten sie nur wenige Ballast- und Vitalstoffe sowie kaum hochwertige Proteine (Eiweiße). Doch genau diese sorgen dafür, dass das Hungergefühl in unserem Gehirn ausgeschaltet wird. Enthalten unsere Lebensmittel wenig hochwertige Proteine, fühlen wir uns nicht satt und essen immer mehr. Um dieser

Negativ-Spirale zu entkommen, haben Wissenschaftler jetzt eine neue Methode entwickelt, die den Körper ohne Verzicht auf gutes Essen wieder in Form bringt - und zwar mit einem speziellen Bio-Protein-Komplex wie in Bionorm Bodyline (Apotheke). Die zu 100 Prozent vegane Ernährungsformel funktioniert mit einem innovativen 2-Phasen-Prinzip. Sie besteht zu einem Teil aus kurzket-

tigen Protein-Peptiden, die vom Organismus schnell aufgenommen werden und den Hunger innerhalb kurzer Zeit stoppen. Zusätzlich enthält sie Eiweiß in komplexer Form, die den Körper langfristig und kontinuierlich versorgen.

Kein Mahlzeitenverzicht notwendig
Anders als bei herkömmlichen Shakes und Co. ist hierbei kein Mahlzeitenverzicht notwendig. Stattdessen: Pulver zur Appetitzügelung einmal täglich 30 Minuten vor

einem Essen eingenommen - und das Hungergefühl ist reduziert. Unter www.bionorm.de gibt es weitere Informationen und Tipps rund ums gesunde Abnehmen.

So sollte grundsätzlich auf eine ausgewogene Kost mit viel hochwertigem Eiweiß und ausreichend Sport geachtet werden. In puncto Bewegung helfen feste Pläne wie "zweimal die Woche 30 Minuten Joggen" oder das Trainieren in der Gruppe zu fixen Terminen dabei, am Ball zu bleiben.

Pflege profis in der Franklin Klinik



Foto: Pflege Profis

(red) Nach über 10 Jahren in der Poststraße 33 zog es den ambulanten Pflegedienst Pflege profis in die neu eröffnete Franklin Klinik.

„Auch wenn uns die tolle Präsenz an der Ecke Poststraße / Waldstraße fehlen wird, erfüllt uns unser neues Domizil natürlich mit viel Stolz“, sagt Birgit Hartmann, Mitinhaberin und Pflegedienstleitung des Dienstes. Die markanten Dienstwagen der Pflege profis vor dem Gebäude gehörten über Jahre hinweg zum festen Straßenbild der Kreuzung.

„Unser neuer Standort in der Franklin-Klinik, fünf Gehminuten von der Poststraße entfernt, war ein notwendiger Schritt zur Weiterentwicklung unseres Dienstes“ ergänzt Birgit Hartmann. „Wir brauchten mehr Fläche für die Verwaltung und das Pflegepersonal. Gerade die interne Kommunikation ist ein wichtiger Baustein einer optimalen Versorgung der Kunden.“ Als der Pflegedienst im Jahre 2002 seine Pforten öffnete, geschah dies im Gesundheitszentrum Kocher. In der Franklin Klinik trifft man nun

mit Dr. Rupp, Dr. Will, den Physio Profis und der Firma Kocher wieder auf bekannte Gesichter aus der Gründerzeit.

Wie es sich für die Franklin-Klinik gehört, genießt Qualität bei den Pflege profis einen hohen Stellenwert. Über Jahre hinweg werden die Pflege profis durch den MDK mit „Sehr gut“ bewertet. Beispielsweise hat die professionelle moderne Wundversorgung auch über die Stadtgrenzen hinaus einen guten Ruf. Statten Sie doch der „Franklin Klinik“ und den „Pflege profis“ einen Besuch ab.



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

PFLEGE profis

Ambulante Pflege



Grundpflege



Wundversorgung



Betreuungsleistungen





Mannheim / Ludwigshafen
Fon: 0621 - 7001 8980

**2020 finden Sie uns auch
in der Franklin-Klinik.**

www.pflege-profis.info

Lokales & Regionales
Immer Kostenlos!
www.metropoljournal.com

SO STEHEN IHRE STERNE



WIDDER

21.3.-20.4.

Ihre Anteilnahme ist gefragt! Jemand möchte Ihnen sein Herz ausschütten. Helfen Sie, so gut Sie können, die Person wird Ihnen dankbar sein.



STIER

21.4.-21.5.

Freuen Sie sich auf eine romantische Zeit mit Ihrem Schatz. Seien Sie kreativ und überlassen Sie nichts dem Zufall. Es liegt jetzt an Ihnen.



ZWILLINGE

22.5.-21.6.

Fehler von anderen sollten Sie nicht als Schwäche bewerten. Denken Sie daran, dass auch Ihnen kleine Missgeschicke unterlaufen können.



KREBS

22.6.-22.7.

Ihnen steht eine Aufgabe bevor, die Ihnen zunächst als eine Nummer zu groß erscheint. Holen Sie sich Hilfe, keiner wird Ihnen das übel nehmen.



LÖWE

23.7.-23.8.

Schrecken Sie nicht vor spontanen Aktionen zurück. Ihr Alltag braucht momentan etwas frischen Wind. Trauen Sie sich, Sie können nur gewinnen.



JUNGFRAU

24.8.-23.9.

Wegen des Familienfriedens sollten Sie sich etwas anpassen. Sie müssen nicht alles hinnehmen, aber manchmal denkt man sich besser seinen Teil.



WAAGE

24.9.-23.10.

Um ein geplantes Vorhaben umzusetzen ist es besser, noch mehr Erfahrungen zu sammeln. Auch kleine Fehler können das Gelingen behindern.



SKORPION

24.10.-22.11.

Ehe Sie die Aussprache mit Ihrem Partner suchen, sollten Sie Ihre Gefühle ordnen. Nutzen Sie die Chance, Ihre Ansicht deutlich zu machen.



SCHÜTZE

23.11.-21.12.

Durch Ihre Sprunghaftigkeit verwirren Sie derzeit Ihre Mitmenschen ziemlich. Handeln Sie erst dann, wenn Sie wirklich wissen, was Sie möchten.



STEINBOCK

22.12.-20.1.

Grübeln Sie nicht so viel. Um einen Weg aus der Zwickmühle zu finden, sollten Sie mehrere Maßnahmen in Betracht ziehen.



WASSERMANN

21.1.-19.2.

In der Realität lassen sich Theorie und Praxis oft schwer umsetzen. Sie dürfen Ihre Meinung haben, sollten aber auch kompromissbereit sein.



FISCHE

20.2.-20.3.

Sehen Sie nicht gleich alles durch die rosarote Brille, wenn eine bestimmte Person sich wieder bei Ihnen meldet. Es geht schließlich um Ihre Zukunft!

Lösungsmittel	eine Hallig	Ungeheuer	TV-Moderatorin, Linda de	Hptst. von New Mexico (Santa ...)	westsibirischer Strom	Skat ausdruck	Abk.: Millimeter	Schriftstellerverband (Abk.)	roter Farbstoff	nicht stereo	Staat in Nahost	deutsche Pianistin (Elly) †
		7		2							5	
amerik. Polizisten (Kw.)		astro-nom. Längenmaß	reicher Genießer							Südosteuropäer		
seem.: Wasserablaufloch										in Ordnung! (Kw.)		ein Fecht-hieb
Bergstock der Albula-Alpen		3								Mietauto mit Fahrer	Cognac-güte	
poetisch: Hauch	folglich											
											1	
		8	ein Kunststoff (Abk.)							ein Verkehrs-zeichen	Brüsseler Statue, Manne-ken ...	
Stadt am Leba-See		vertraute Anrede		Fremd-wortteil: aus	chines. Kaiser (2300 v. Chr.)	dän. Film-komiker †	mit ... und Recht			Faultier	altes Maß der Motoren-stärke	
Daten-verarbeitung (Abk.)				Schlange im 'Dschun-gelbuch'		ein Brannt-wein						4
plötzlicher Stoß					Süd-europäer							

METROPOLJOURNAL
 Onlineseite tagesaktuell & kostenlos!
 www.metropoljournal.com

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

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

■■■ P A ■■■■■■ O G ■■■■
 B O D E N S E N K E ■ H E I N O
 L ■ K ■ A N A G R A M M ■ I J
 N I K I ■ A K N E
 ■ V A N ■ L A ■
 ■ A U E ■ I ■ D ■
 ■ E S ■ A P I S
 H O R E ■ O P E C
 I B N ■ ■ E ■ H
 ■ O ■ S ■ E ■ D ■ O ■ P ■ R I
 ■ E L A ■ L E A ■ R E I S S E N
 ■ N E M O ■ A U S B E S S E R N
 BERGLAND

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

Auflösung September 2020 Auflösung September 2020

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

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

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

BESTATTUNGSHAUS ZELLER

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

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

So cool kann Campen sein

Klimaanlagen schaffen Wohlfühltemperaturen in Wohnwagen und Wohnmobil

(djd-k). Immer nah an der Natur, immer flexibel und auf eigene Faust unterwegs. Urlaub mit dem Wohnmobil oder Wohnwagen, das bedeutet für viele Freiheit pur.

Jeden Tag kann man nach Lust und Laune neue Ziele ansteuern und gleichzeitig mit der rollenden Ferienwohnung den gebotenen Abstand zu anderen Urlaubern halten. Allerdings soll bei aller Flexibilität der Komfort nicht zu kurz kommen. Ein Wohnmobil, das beispielsweise tagsüber in der Sommersonne stand und sich entsprechend aufgeheizt hat, verspricht nicht wirklich eine erholsame Nachtruhe. Wer sich nach Touren in der Natur ein Plätzchen zum Abkühlen wünscht, kann eine Klimaanlage nachrüsten und so jederzeit für die persönliche Wohlfühltemperatur sorgen.



Foto: djd-k/Webasto

Bei Reisemobilisten stehen leistungsfähige Klimaanlagen für die Dachmontage hoch im Kurs. Ihr Vorteil: Sie fügen sich exakt in den üblichen Dachfensterauschnitt von 40 mal 40 Zentimetern ein. Das ermöglicht eine unkomplizierte und

stufen zwischen 2 und 3,4 Kilowatt. Sie bieten nicht nur eine wirksame Kühlfunktion für heiße Sommertage, sondern lassen sich dank Wärmepumpe auch zum Heizen nutzen - praktisch unter anderem für Touren in der Übergangszeit oder in die Berge.

Mit dem großen Betriebsbereich von -5 bis +50 Grad Celsius sind mobil Reisende ganzjährig komfortabel und angenehm temperiert unterwegs. Unter www.webasto.de gibt es weitere Informationen und Adressen von Fachwerkstätten aus der eigenen Region. Ein praktischer Vorteil ist außerdem, dass Aufdachklimaanlagen in der Regel wartungsfrei sind. Unterwegs empfiehlt es sich allerdings, regelmäßig Laub und Schmutz zu entfernen und den Abluftfilter einmal

wöchentlich zu reinigen, da sonst Heiz- und Kühlleistung beeinträchtigt werden können. Vor dem Einschalten der Anlage ist es eine gute Idee, erst die Stauhitze durch weit geöffnete Wohnmobiltüren, -fenster und -luken nach außen zu befördern. Danach alles fest schließen, damit die Klimaanlage das rollende Urlaubsdomizil schnell und sparsam herunterkühlen kann. Bei offenen oder undichten Fenstern dauert dies entsprechend länger.

Viele Anlagen werden bequem per Fernbedienung bedient. Dennoch empfiehlt es sich, beim Kauf darauf zu achten, dass die Klimatisierung zusätzlich direkt am Gerät bedienbar ist. Somit bleibt sie auch dann steuerbar, wenn die Fernbedienung defekt oder nicht auffindbar ist oder die Batterien leer sind.

Wo schlafen zur Nebensache wird

Außergewöhnliche Übernachtungstipps in Niedersachsen

(djd). Wer in den Urlaub fährt, sammelt viele neue Eindrücke. In Niedersachsen beispielsweise können bereits Übernachtungen zum Erlebnis werden. Einen Überblick gibt es auf www.reiseland-niedersachsen.de in der Rubrik "Besonders Übernachten". Hier sind Beispiele, die auch im Herbst und Winter behaglichen Komfort versprechen:

Eins zu sein mit der Natur und doch auf keinen Luxus verzichten müssen: Diesem exklusiven Lebensgefühl kann man sich in einem Baumhaus hingeben. Mit den ersten Sonnenstrahlen eröffnet sich ein weiter Blick in die erwachende Landschaft. Abends wiegt einen das Rauschen der Blätter sanft in den Schlaf.

Die ideenreich gestalteten Lofts in luftiger Höhe lassen keine Wohnwünsche offen. Durch die Panoramafenster im Resort Baumgeflüster in Bad Zwischenahn kann man die Tiere des Waldes beobachten und fühlt sich dem Himmel ein Stück näher. Beinahe zu spannend zum Schlafen dürfte die Übernachtung im Baumhaushotel Tree Inn in Dörverden sein, das sich fünf Meter



Foto: djd/TMN/Tobias Mittmann/Baumgeflüster

über einem Wolfsgehege befindet. Wer sich vom faszinierenden Anblick des Rudels lösen kann, macht es sich im Whirlpool gemütlich. Manchmal braucht die Seele ein paar Streicheleinheiten. Hotels mit luxuriösem Ambiente und vielfältigem Wellnessangebot sind dann genau das Richtige. Fast wie Adelige fühlen sich die Gäste des 5-Sterne-Schlosshotels Münchhausen im Weserbergland. Das 440 Jahre alte Schloss bietet romantische Zimmer und Suiten sowie einen lichtdurchfluteten Wellnessbereich mit 18-Meter-Innenpool, Aroma- und Kräuterdampfbad sowie Sauna. Wer sich vom Rooftop-Pool aus den fri-

schen Seewind um die Nase wehen lassen möchte, wird sich im Relais & Chateaux Hotel Seesteg auf Norderney wohlfühlen. Ehemals eine Lagerhalle für den damaligen Seesteg, präsentiert sich das Hotel heute extravagant und anspruchsvoll. Was kümmert einen das Schmeldegewitter draußen, wenn drinnen Wellness-Wonnen locken? Mit Erlebnisbecken, Licht- und Klangraum fällt der Spa-Bereich im Romantischen Winkel im Südharz besonders großzügig aus. Nach dem Motto "Einfach. Glück. Sein!" möchte das Wellnesshotel seinen Gästen Lebensfreude und Gesundheit in den Alltag mitgeben.

Neues ausprobieren und Erinnerungen an exklusive Erlebnisse mit nach Hause nehmen: Die Individualisten unter den Reisenden schlafen gerne in Campingfässern, Schäferwagen oder in einer mongolischen Jurte - zum Beispiel bei Nienburg an der

Weser. Die traditionellen Zelte der Nomaden sind einfach und behaglich zugleich eingerichtet. Im guss-eisernen Ofen knistert das Feuer und durch die doppelwandige Glaskuppel schaut man in den nächtlichen Sternenhimmel.

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

Einfach mal querdenken

Pfiffiges Spiel macht Kindern Spaß

(djd-k). Wenn große und kleine Menschen miteinander spielen, gibt es eine ganz wichtige Voraussetzung für den gemeinsamen Spielspaß: Schon die Jüngsten müssen die Regeln schnell verstehen, die Erwachsenen wiederum dürfen nicht unterfordert sein. Ein Kartenspiel wie SET bietet

dabei auch eine gute Gelegenheit, die grauen Zellen in Schwung zu halten, um Vergesslichkeit im Alter vorzubeugen.

Bei diesem Spiel von Amigo muss man nämlich genau hinschauen - und dazu noch schnell sein. Bis zu acht Personen ab acht Jahren sollen

drei Karten finden, deren Symbole in Farbe, Form, Füllung und Anzahl entweder jeweils genau gleich oder vollkommen unterschiedlich sind. Das Spiel ist für 10,99 Euro (UVP) im Fachhandel und online zu haben. Mehr Spiele für jedes Alter werden auf www.amigo-spiele.de vorgestellt.

Das Solarschiff "Neckarsonne"
Die Attraktion in Heidelberg
 Mit dem Solarschiff lautlos und abgasfrei die Schönheit der Stadt erleben - bei Sonnenschein, Regen, Dämmerung und bei Nacht.
Fahrpreise
 Erwachsene € 8,00,- Euro
 Kinder (3-13 J.) € 3,50,- Euro
 Schüler und Studenten: € 6,50,- Euro
 Behinderte: € 7,00,- Euro
 Gruppen (15 Erwachsene und mehr) 10% Rabatt
 Schulklassen (1 Begleitperson frei) pro Person (unter 14 J.): € 3,50,- Euro
Gruppenführer sind geschult und zu lesen. Fahrtkarten sind direkt am Bord erhältlich. Preise pro Person.
 Hunde € 3,50,- Euro
 Anfragen und Buchungen unter:
 Heidelberger Solarschiffahrtsgesellschaft mbH
 Kapitän Ingo Itzhöfer - Telefon: 07263/40 92 84 - Mobil: 0173/983 86 37
 E-mail: neckarsonne@t-online.de - Internet: www.HDSolarSchiff.com
Abfahrtszeiten: 10:00, 11:30, 13:00, 15:00, 16:30, 18:00 Uhr
 montags Ruhetag - ausgenommen Feiertage



DAS „MIT ABSTAND“ SCHÖNSTE ERLEBNIS DIESEN WINTER

Der Starttermin der neuen WinterVariété-Saison ist der 2. Dezember 2020

Zum dritten Mal in Folge bittet das WinterVariété Worms ins historische Kesselhaus des Energieanbieters EWR, um mit seinen Gästen unbeschwerte Stunden auf höchstem Variété-Niveau zu verbringen.

In Zeiten der Corona-Pandemie, in der ein Großteil von Live-Veranstaltungen abgesagt oder aufgrund der Vorgaben verschoben werden, steht bis dato fest, dass die beliebte Variété-Show diesen Winter in der Nibelungenstadt stattfinden darf! Natürlich könnte sich bis Dezember die Gesamtsituation wieder verändern, doch bei einer Corona-bedingten Absage wird der Ticketpreis vollumfänglich erstattet, sodass man seine Tickets risikofrei erwerben kann. Doch der heutige Stand ist, dass dank des einwandfreien Hygienekonzepts der Veranstalter die Stadt Worms das Entertainment-Vorhaben unterstützt und unter den aktuellen Bedingungen, vorab grünes Licht für die anstehende Spielzeit gibt. Vorausgesetzt, dass alles so bleibt wie bisher, wird das WinterVariété Worms ab Mittwoch, dem 2. Dezember 2020 bis Sonntag, dem 3. Januar 2021, seine nächste Saison zum



Staunen, Bewundern, Entspannen und Genießen einläuten. Natürlich ist auch in diesem Jahr das Programm brandneu und trotz der aktuellen Corona-Umstände wird die Atmosphäre an einem Abend im WinterVariété Worms auf einzigartige Art und Weise zum Wohlfühlen und Genießen einladen.

Ab sofort bietet das WinterVariété die Buchung über einen eigenen Online-shop an, hier können die Tickets ganz bequem online gekauft, bezahlt und zuhause ausgedruckt werden. Natürlich können Eintrittskarten aber auch wie in den Jahren zuvor per Telefon bestellt und dann per Post zugestellt werden.

Natürlich erfolgt das diesjährige WinterVariété unter strengsten Sicherheits- und Hygienebedingungen. Die Lüftungsanlage läuft im Foyer der Turbinenhalle und im Spiegelsaal auf Hochtouren, die Kartenkontingente sind deutlich reduziert, im Kesselhaus gilt abseits des jeweiligen Sitzplatzes Maskenpflicht. Die vorgeschriebene Besucherdatenerfassung sichert die Rückverfolgbarkeit im Falle eines hoffentlich nicht eintretenden Falles. Der

Service findet ausschließlich am Tisch statt, der neben einem hochkarätigem Gourmet-3-Gang-Menü seinen Gästen jeden kulinarischen Wunsch von den Augen ablesen wird.

Was die Zuschauer noch erwartet? Ganz klar und in gewohnter Manier ein preisgekröntes Künstlerprogramm aus aller Welt und fernen Kontinenten. Selbstverständlich sind auch die international erfolgreichen Tänzerinnen der Vegas Showgirls, das brillante Wahrzeichen des WinterVariété, mit von der Partie.

Auch der Standort des EWR-Kesselhaus verdient eine besondere Erwähnung. Denn dieser zeichnet sich durch direkte Erreichbarkeit und ausreichend kostenfreie Parkplätze unmittelbar vor der Location aus, damit ein entspannter Abend schon bei der Anfahrt der Gäste beginnt. Alles in allem also eine runde Sache. Hier trifft Top Logistik auf künstlerische Höchstleistung und modernste Veranstaltungstechnik, geleitet von Christian Ruppel, der zusammen mit Veranstalter Florian Keutel das WinterVariété vor nunmehr drei Jahren nach Worms gebracht hat. Auch 2020 lautet das Motto des WinterVariété Worms: Staunen, Entspannen, Bewundern und Genießen! In den Jahren zuvor haben die Verantwortlichen bereits unter Beweis gestellt, dass Sie das große Kino der Variété-Show



beherrschen. Das hohe Level und der Anspruch des gesamten Teams, seinen Zuschauern einen unvergesslichen Abend in traumhafter Atmosphäre und nur vom Feinsten zu bieten, hat auch in diesem Jahr höchste Priorität. Wenn das nicht ganz wunderbare Aussichten für den kommenden Winter sind. Plätze können bereits ab 89 Euro für Show & Dine und ab 49 Euro für die Show ohne Menü bestellt werden.. Neuigkeiten und alle Informationen rund um die Show und die aktuelle Coronalage werden regelmäßig auf der Facebook-Seite „WinterVariété Worms“ aktualisiert. Weitere Informationen zu Reservierungen oder Buchungen sind zu finden unter <https://www.winter-variete-worms.de> oder ganz persönlich unter der Rufnummer 01805 - 11 88 11 (0,14€/Minute aus dem deutschen Festnetz, max. 0,42€/Minute aus dem deutschen Mobilfunknetz)

