Rhein-Neckar – März 2020

METROPOLJOURNAL

DIE KULTURMETROPOLE

Metropoljournal.com

Mannheim

Mehr erfahren auf Seite 02

Heidelberg

Mehr erfahren auf Seite 08

Ludwigshafen

Mehr erfahren auf Seite 03

Speyer

Mehr erfahren auf Seite 05

März 2020

Aus der Region.....02-11

Gesundheit & Wellness.....12-13

Bauen / Wohnen & Renovieren.....14-15

Rätsel.....18

Veranstaltungen..... 16-17

Impressum.....2

Rund um die Uhr
brandaktuell
Lokales & Regionales
Immer Kostenlos!
Lokal profitieren -
regional informieren
www.metropoljournal.com

Mannheim setzt sich als attraktives Reiseziel durch

Im Jahr 2019 verzeichnet Mannheim gut 10 Prozent mehr Übernachtungen als im Vorjahr

Foto: Pixabay

(red) Für das Jahr 2019 zeigt sich wie im Vorjahr eine Aufenthaltsdauer von durchschnittlich 2,2 Tagen. Die Hotelauslastung ist mit 47,8 Prozent leicht zurückgegangen, was auf das größere Bettenangebot zurückzuführen ist. Allein im Jahr 2019 stieg die Anzahl an Übernachtungsmöglichkeiten um knapp 20 Prozent. Bis 2022 werden weitere 1.000 Betten hinzukommen. Die Bundesgartenschau 2023 hat das Potenzial, mehr als 2 Millionen Menschen nach Mannheim zu locken. „Damit wir weiterhin auf diesem guten Niveau wie in 2019 bleiben, bedarf es einer großen und vor allem gemeinsamen Anstrengung. Insbesondere für die BUGA müssen wir gut aufgestellt sein", erklärt Strahonja weiter. Zahlen vergangener Bundesgartenschauen zeigen, dass ca. 80 Prozent der Gäste Tagestouristen sind, nur 20 Prozent kommen über mehrere Tage. „Unser gemeinsames Ziel muss es sein, die Aufenthaltsdauer in der Stadt und Region deutlich zu erhöhen. Da dürfen wir nicht nachlassen und müssen unsere gute Zusammenarbeit mit Stadt, Hotellerie, Gastronomie, Handel, Kongresszentrum und Kultureinrichtungen weiter intensivieren. Nur so profitieren wir auch weiterhin von der jetzt sehr positiven Entwicklung", so Strahonja.

Stadtmarketing setzt weiter auf Kooperationen im Tourismusbereich

Nach dem sehr erfolgreichen Auftritt gemeinsam mit Heidelberg Marketing auf der Stuttgarter Reisemesse CMT setzt das Stadtmarketing diese Kooperation weiter fort. Vom 28. Februar bis 1. März präsentieren sich beide Städte auf der Aktivurlaubsmesse „Fiets en Wandelbeurs" in Utrecht, die in diesem Jahr Deutschland zum Themenland auserwählt hat. Die Nachbarn aus den Niederlanden liegen auf Platz 3 der Herkunftsländer von Gästen in Mannheim (Steigerung um gut 18 Prozent im Vergleich zum Vorjahr). Am gemeinsamen Stand wird eine Draisine Lust auf einen Urlaub in der Region machen, die für die fahrradbegeisterten Niederländer attraktiv ist. So verbindet beispielsweise der Neckartalradweg, der von Villingen-Schwenningen über Heidelberg bis nach Mannheim verläuft und erst kürzlich den Bike&Travel Award in der Kategorie „Die besten Flussradtouren 2019" gewonnen hat, beide Städte. Eine zweite Draisine wird über die Messe fahren und ebenfalls auf die Urlaubsregion aufmerksam machen – passend zum Jahresthema „Wilder Süden" der Tourismus Marketing GmbH Baden-Württemberg.

PFEIFER ABWASSER-KANAL

Wir machen Ihr Rohr frei!

24 H-SOFORT-HILFE

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

☎ 0 62 03 / 95 44 55

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

Wir glauben an die Kraft innovativer Ideen und stehen für zielorientierte, authentische Werbung.

EINS ZWEI DREI 123 MEDIEN

Nichts vergeht schneller als eine schlechte Idee.

Tel.: 0621/ 72739490 · E-Mail: info@123medien.com

METROPOLJOURNAL

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 (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 aufgegebener 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

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

www. metropoljournal.com

City-Inspektor

für ein verbessertes Stadtbild

(red) Vor den Läden stehende Kartonagen und volle Mülleimer, aufdringliche Bettler oder Falschparker in der Fußgängerzone: Immer wieder kommt es vor, dass solche Ordnungsstörungen das Stadtbild beeinträchtigen und dadurch auch das Sicherheitsgefühl der Mannheimer Bürgerinnen und Bürger mindern. Damit dies künftig weniger geschieht, hat die Stadt Mannheim jetzt die Funktion eines City-Inspektors geschaffen, dessen Schwerpunkt die regelmäßige Begutachtung des öffentlichen Raums der Innenstadt ist.

Foto: Stadt Mannheim

„Der City-Inspektor ist als Innenstadt-Kümmerer zu verstehen", erklärt Oberbürgermeister Dr. Peter Kurz diese neue Funktion. „Er legt sein Augenmerk auf offensichtliche Defizite im öffentlichen Raum. Diese soll er erkennen und deren schnelle Beseitigung veranlassen, aber auch im Dialog mit allen Verantwortlichen systemische Probleme erkennen und lösen. Als Vertreter der Ordnungsbehörde kann er auch selbst unmittelbar Anordnungen treffen."
Dazu sei es nicht nur wichtig, die Situation vor Ort zu prüfen und zu bewerten, sondern auch die Regeln zu kennen, sowie die Ansprechpartner, sowohl innerhalb der Verwaltung als auch außerhalb bei Institutionen, Vereinen und Verbänden.
Die Funktion des City-Inspektors übernimmt ab sofort zusätzlich zu seiner bisherigen Aufgabe Harald Born, Leiter der Abteilung Ordnungs- und Servicedienst des Fachbereichs Sicherheit und Ordnung. „Es geht uns darum, dass der City-Inspektor über Behördengrenzen hinweg in der Lage ist, Missstände schnell beseitigen zu lassen und so das Sicherheitsgefühl zu steigern. Er ist damit Teil unseres Sicherheitskonzeptes zur Verbesserung objektiver und subjektiver Sicherheit in der Stadt", sagt Erster Bürgermeister und Sicherheitsdezernent Christian Specht.
Der City-Inspektor soll zukünftig auch Ansprechpartner sein für lokale Akteure und Gremien. Nicht zuständig ist er für einzelne Beschwerden aus der Bürgerschaft. Diese werden nach wie vor über das Service-Center der Bürgerdienste unter der einheitlichen Behördenrufnummer 115 oder über die Leitstelle des Fachbereichs Sicherheit und Ordnung unter 0621 293-2933 entgegengenommen.

Pfitzenmeiers Premium

15.000 Gäste bei sechs Eröffnungsevents bestaunen neuestes Fitness-Studio der Spitzenklasse

(red) Vom 30. Januar bis 2. Februar 2020 feierte das Pfitzenmeier Premium Resort Mannheim City Airport seine Neueröffnung mit insgesamt sechs Events. Aus dem ehemaligen Premium Club mit 2.900 Quadratmetern entstand nach 18monatiger Bauzeit und einer Investition von 18 Mill. EURO ein traumhaftes Resort für Fitness, Wellness und Gesundheit mit rund 8.000 Quadratmetern Nutzfläche und einer einzigartigen Welt aus Fitness-, Sauna-, Bade- und Gesundheitsangeboten.

Fotos: Pfitzenmeier

Zum VIP-Opening kamen hunderte regionaler Partner, aus Wirtschaft und Politik sowie viele Vertreter der lokalen Medien. Handballstar Uwe Gensheimer eröffnete das Programm der Ansprachen aus alter Verbundenheit zu Pfitzenmeier mit einem sehr persönlichen Grußwort. Am darauf folgenden Wochenende konnten Interessierte das neue Resort an zwei Tagen der offenen Tür genau in Augenschein nehmen. Am Samstagabend organisierte das „Lind-bergh" eine Premium Opening Party mit den DJ´s Jay Frog und Greg Silver sowie der Kult-Sängerin Nicole Hadfield.

Insgesamt kamen zu den Eröffnungsfeierlichkeiten während der vier Tage und Nächte rund 15.000 Gäste.
Für die Mannheimer Mitglieder, die schon seit Jahren mit an Bord sind, gab Cris Cosmo am VIP-Eröffnungstag ein Exklusiv-Konzert in der benachbarten Fest-Location „Lindbergh" – inkl. Weltpremiere seines neuen Hits "Beweg Deinen Body", der exklusiv für Pfitzenmeier komponiert und produziert wurde. Bei der Präsentation waren die Gäste sofort begeistert und wippten bereits eifrig mit den flotten Rhythmen um die Wette.
Geschäftsleiter Bernhard Köllner: "Wir sind sicher, das neue Pfitzenmeier Premium Resort Mannheim City Airport begeisterte die Menschen der Region während der Eröffnungstage, aber auch während des neuen Jahrzehnts und weit darüber hinaus!"
Haki Kadria, Diplomsportlehrer und Betriebsleiter des neuen Referenzstudios der Unternehmensgruppe Pfitzenmeier, ist begeistert: „Das nun doppelt so große und doppelt so schöne Fitness Resort Mannheim City Airport bietet den doppelten Fitness-Spaß! Ich beglückwünsche jeden, der ihn künftig für Fitnesssport, Gesundheit und Wellness nutzt."
Das Angebot im neuen und neu gestalteten alten Haus ist beeindruckend. Riesige Trainingsflächen mit topmodernen Geräten und qualifizierten Trainern, unzählig Groupfitness-Angebote auf insgesamt 1.000 qm Kursraum-Fläche, der Aquadome mit 530 qm Gesamtfläche und dem größten Schwimmbad der Unternehmensgruppe, traumhafte Wellnessbereiche mit Saunen, ein prickelndes Solebecken, das Powerhouse für ambitionierte Sportler und Topathleten – und natürlich die sagenhaften 900 qm Dachterrasse (350 qm davon exklusiv für Damen). Aber was für ein sesnationeller Ausblick bietet sich von den acht Saunen: bei heißen Temperaturen liegen die Besucher vor einem riesigen Fenster und können die startenden und landendnen Flugzeuge auf dem benachbarten Flughafen beobachten- einzigartig…
Auch auf der Dachterrasse und den Ruheräumen blickt man hinüber zum Flugbetrieb und träumt vielleicht entspannt von weiter Ferne.

Ludwigshafen trauert

um einen großen Oberbürgermeister

(red) Die Stadt Ludwigshafen trauert um einen großen Oberbürgermeister, der seine Stadt wie kein anderer geprägt und gestaltet hat", so reagierte Oberbürgermeisterin Jutta Steinruck auf die Nachricht, dass Ehrenbürger Dr. Werner Ludwig am 25. Februar im Alter von 93 Jahren verstorben ist. Ludwig war von Juli 1965 bis Juni 1993 Oberbürgermeister der Stadt, also rund 28 Jahre lang, und beim Eintritt in den Ruhestand der damals dienstälteste Oberbürgermeister einer deutschen Stadt.

Bei der Verabschiedung von Dr. Werner Ludwig im Juni 1993 machte der damalige Oberbürgermeister von Stuttgart, Manfred Rommel, mit dem Hinweis, dass man meinen könnte, die Stadt Ludwigshafen sei nach Werner Ludwig benannt, die enge Verbindung zwischen der Stadt und ihrem ehemaligen Stadtoberhaupt deutlich. Dr. Werner Ludwig war vor seiner Wahl zum Oberbürgermeister bereits mehr als sieben Jahre, von Februar 1958 bis Juni 1965, Sozial- und Wohnungsdezernent der Stadt.

"Während meiner gesamten Kindheit und Jugend sowie meines jungen Erwachsenenlebens hat Dr. Werner Ludwig das Leben in der Stadt und ihre Entwicklung geprägt. Ludwigs Amtszeit als Oberbürgermeister war

Foto:Stadt Ludwigshafen

begleitet von einem außergewöhnlichen wirtschaftlichen Aufschwung der Stadt. Daher konnten eine Reihe von bedeutenden Großprojekten umgesetzt werden, wie beispielsweise das Rathaus-Center, das Wilhelm-Hack-Museum, die Schaffung der Fußgängerzone und die Verlegung des Hauptbahnhofs. Mit Recht kann man sagen, dass es wohl niemanden gibt, der die Nachkriegsgeschichte unserer Stadt so stark geprägt hat wie er.

Ludwig war ein äußerst populärer und erfolgreicher Oberbürgermeister, der bis zuletzt hohes Ansehen in der Ludwigshafener Bevölkerung genossen hat. Er wurde parteiübergreifend für sein außergewöhnliches Engagement, seine hohe Sachkompetenz, Leidenschaft und Bürgernähe, für sein Verantwortungsbewusstsein sowie sein Durchsetzungsvermögen respektiert und geschätzt" so die OB. "Werner Ludwig war in meinem politischen Werdegang mein Wegbegleiter, Vorbild und Mentor. In ‚seiner' Gartenstadt war er insbesondere durch seine Spaziergänge bekannt: Er hatte immer Zeit für die Bürgerinnen und Bürger und hat sich die kleinen und großen Probleme angehört. Er war stets interessiert und hat sich nach seinen Mitmenschen erkundigt. Er hat ganz nach seinem Motto ‚Nah bei de Leut' gelebt. Ludwigshafen verliert mit ihm eine bedeutende Persönlichkeit und einen geliebten und geschätzten Sohn der Stadt. Unsere Gedanken sind bei seinen Kindern und ihren Familien und bei den vielen Freundinnen und Freunden, die heute mit uns trauern und sich mit großem Respekt vor seiner Lebensleistung verneigen", würdigte Jutta Steinruck den Verstorbenen.

Dr. Werner Ludwig wurde am 27. August 1926 in Pirmasens als Sohn des späteren bayerischen Landtagsabgeordneten Adolf Ludwig geboren. 1933 musste die von langer sozialdemokratischer Tradition geprägte Familie nach Frankreich emigrieren. Dort besuchte Werner Ludwig die Schule und begann sein Jurastudium. Sowohl die Emigration als auch das Leben in Frankreich haben Werner Ludwig geprägt. Die Partnerschaft Ludwigshafens mit Lorient in der Bretagne war ihm eine Herzensangelegenheit. 1946 trat er in die SPD ein. Soziale Gerechtigkeit, gute Lebensbedingungen für die Menschen in der Stadt waren ihm ebenso wichtig wie das Eintreten für Versöhnung und das Zusammenwachsen Europas.

Werner Ludwig und seine Frau Lucia haben drei Kinder, sechs Enkel und fünf Urenkel. Ludwig lebte mit seiner Familie seit 1956 in der Gartenstadt.

Werner Ludwig war weit über die Grenzen der Stadt hinaus politisch aktiv: unter anderem von 1963 bis 1965 als Mitglied des Landtags Rheinland-Pfalz und dort als Vorsitzender des sozialpolitischen Ausschusses; von 1964 bis 1999 als Mitglied des Bezirkstags Pfalz, von 1964 bis 1974 und wieder von 1979 bis 1997 als Vorsitzender des Bezirkstags Pfalz, von 1984 bis 1999 als Vorsitzender des Vereins Naturpark Pfälzerwald, von 1965 bis 1998 als Vorsitzender des Aufsichtsrats der Pfalzwerke AG und von 1965 bis 1989 als Mitglied des Vorstandes des Städtetags Rheinland-Pfalz, dessen Vorsitzender er von 1969 bis 1971 war.

Für sein langjähriges Wirken wurde Dr. Werner Ludwig neben der Ehrenbürgermeisterwürde "seiner" Stadt im Jahr 1993 mit hohen Auszeichnungen bedacht: 1990 mit dem Großen Bundesverdienstkreuz der Bundesrepublik Deutschland, 1992 mit der Europa-Union-Nadel in Gold, 1996 mit dem Verdienstorden des Landes Rheinland-Pfalz und 2015 mit dem "Officier de la Légion d'Honneur", einer der höchsten Auszeichnungen, die von der Französischen Republik vergeben wird.

Das 9. RUDELSINGEN in Ludwigshafen am Rhein

mit Uli Wurschy und Volker Becker am 10. März im „das Haus"

(red) Das RUDELSINGEN in Ludwigshafen am Rhein weckt Frühlingsgefühle! Mit neuer Energie geht das RUDELSINGEN in diesem Jahr ab März im „dasHaus" weiter. Am 10. März kommt das Team Odenwald mit Sonnenschein und frühlingsfrischer Luft zur 9. Auflage des Kultformats zum Mitsingen nach Ludwigshafen am Rhein. Für die schönsten Frühlingsgefühle sorgt ein frisches Programm voller Welthits.

Beim RUDELSINGEN stimmen Menschen jeden Alters mittlerweile nicht nur in Deutschland, sondern

Foto: Rudelsingen

auch in den Niederlanden gemeinsam die schönsten Welthits an. In über 100 Städten mit monatlich über 10.000 Rudelsängerinnen und Rudelsängern steht das RUDELSINGEN für regelmäßige Veranstaltungen, die Lust aufs Singen machen und unbeschwert die größten Hits unserer Musikgeschichte feiern. Die immer abwechslungsreichen Programme bleiben bis zum Veranstaltungsabend eine Überraschung: Liedwünsche zum Thema Rockklassiker, Schlager, Chansons, Radio-Hits, Kinderlieder und vieles mehr decken das gesamte Genrespektrum ab und halten für jede/n den passenden Lieblingshit bereit.

„Das gemeinsame Singen bringt uns einander wieder näher", sagt Uli Wurschy, Vorsänger beim RUDELSINGEN. Er begleitet das Rudel an der Gitarre gemeinsam mit Volker Becker am Piano. Ein bunter Mix aus Hits und aktuellen Radiosongs hat für jede/n im Publikum das passende Lied dabei. Die Texte werden mit einem Beamer für alle gut lesbar an eine Leinwand projiziert. Das 9. Rudelsingen in Ludwigshafen am Rhein startet am Dienstag, 10. März um 19.30 Uhr im Kulturzentrum „dasHaus". Wer das nicht verpassen will, kann sich noch schnell auf der Website www.rudelsingen.de Karten sichern oder bei Verfügbarkeit an der Abendkasse besorgen. Der Eintritt kostet im Vorverkauf 11,- EUR und an der Abendkasse 12,- EUR, der Einlass beginnt um 18.30 Uhr.

Temial.

Eine Reise in die Welt des Tees.

China, Japan, Taiwan, Indien – Tee blickt in zahlreichen Kulturen auf teils jahrtausendealte Traditionen zurück. Den bewussten Teegenuss auch hierzulande wiederzuentdecken, darauf möchte Temial mit diesem Workshop Lust machen.

Was genau ist eigentlich Tee? Wie wird er angebaut? Und woher kommen die vielen verschiedenen Sorten?

Auf der Suche nach Antworten entführt Temial die Teilnehmenden auf eine sinnliche Reise in die Welt des Tees und serviert dabei neben Eindrücken aus den Anbauregionen auch zahlreiche Teesorten zum Durchprobieren – zubereitet im neuen Teevollautomaten von Vorwerk Temial.

Wann

Freitags, je 17–19 Uhr
13. März | 20. März | 27.März

Wo

Mindshift.One, Augustaanlage 37, 68165 Mannheim

Teilnahme: kostenlos
Anmeldung: per E-Mail unter mannheim.temial@vorwerk.de

Temial

Alles andere ist Tee von gestern

(red) Mit Temial springen wir nicht einfach auf den Tee-Trend auf, sondern führen ihn in eine völlig neue Dimension. Denn durch unsere absolut neuartige Kombination von authentischer Teekultur mit State-of-the-Art Premiumtechnologie entwickelt sich ein perfekter Tee-Genuss, wie es ihn noch nie gab.

Temial ist der Game-Changer im Teesegment. Und das sagen wir nicht nur - Das schmeckt man auch mit jeder Tasse!
Darum ist unser Ansatz klipp und klar: Mit Temial kann jetzt jeder Teetrinker die spannend-schöne und genussvolle Welt echten Tees für sich neu erleben.

Foto: Temial

Das Temial-Teegerät

Moderne Technik hat die Menschen schon oft entlastet – und das gilt nun auch für anspruchsvolle Teetrinker. Temial passt den Aufgussvorgang individuell an den losen Tee an und ermöglicht so ein authentisches Tee-Erlebnis.

Der Tee-Vollautomat erkennt über das Scannen eines Codes auf den Tee-Sachets, welche Zubereitung die jeweilige Teesorte braucht, um ein optimales Ergebnis zu erreichen. Dazu zählen Zubereitungsparameter wie Ziehzeit und Wassertemperatur; aber auch traditionelle Elemente wie das vorherige Aufwecken des Tees und die Möglichkeit der Mehrfachaufgüsse. Außerdem handelt es sich bei Temial um ein offenes System; das heißt: auch die eigene Lieblingssorte lässt sich mit dem Gerät ganz einfach zubereiten. Temial wird in seiner Art der Zubereitung damit einerseits den Ansprüchen traditioneller Teekultur gerecht; andererseits lässt sich so der Genuss feinen Tees mit allen seinen Ansprüchen auch im modernen Alltag zelebrieren.

Doch bei all der Technik steht immer noch die Magie des Tees im Mittelpunkt: die authentische Zubereitung von losem Tee statt schnellem Aufbrühen, ein rücksichtsvoller Umgang mit Ressourcen und Zeit zur inneren Besinnung. Denn die eigentliche Kunst des Teegenusses ist die Achtsamkeit – sich Zeit für sich zu nehmen und kleine Pausen für die Seele zu schaffen.

Das Tee- & Accessoire-Sortiment

Ob zartherber Long Jing, vollmundiger Rooibos, fruchtiger Orange-Sanddorn oder der spritzig-florale Darjeeling - schaut man sich in der Welt des Tees um, erkennt man schnell die Vielfalt des Getränkes. Insgesamt besteht das Teesortiment von Temial aus 29 Teesorten, die alle nach EU-Öko-Verordnung bio-zertifiziert sind und ausschließlich natürliche Aromen beinhalten. Verkauft werden die losen Tees in Boxen von jeweils zehn Einzel- Sachets.
Zusätzlich findet man im Sortiment von Temial eine Auswahl an Teekannen und -schalen, sowie weitere Accessoires, die das Tee-Erlebnis perfekt abrunden.

Platz für Ihre Anzeige.

Tel: 0621-72739490

15. Speyerer Modellbautage im Technik Museum Speyer

Modellbauausstellung an Ostern für die ganze Familie

(red) An Ostern gibt es im Technik Museum Speyer für alle Fans des Modellbaus wieder ein ganz besonderes Programm, denn der Verein zur Förderung der Luftfahrthistorie der Pfalz (VFLP) präsentiert vom 11. bis 13. April 2020 die beliebten Speyerer Modellbautage.

Fotos: Technik Museum Speyer

In der Raumfahrthalle, direkt beim Space Shuttle BURAN, werden an diesen Tagen zahlreiche Schiffs-, Auto-, Flugzeug- und Raumschiffmodelle gezeigt und vorgeführt. Infostände zu Modellbauaktivitäten und Modellbauvereinen runden das Programm ab. Besucher werden aktiv in die Veranstaltung einbezogen und können unter Anleitung erfahrener Modellbauer selbst zum Klebstoff greifen, um verschiedene Objekte zusammenzubauen.
Das dazu benötigte Werkzeug, sowie die erforderlichen Bausätze werden zu einem kleinen Unkostenbeitrag zur Verfügung gestellt. Neben den klassischen Modellbaugenres wie Luftfahrt, Lokomotiven, oder Automobile wird auch der Science Fiction Bereich vertreten sein. Die Veranstaltung findet zu den regulären Öffnungszeiten des Museum statt und ist im Eintrittspreis inbegriffen. Weitere Informationen gibt es unter www.technik-museum.de/modellbautage.

Über die Technik Museen Sinsheim Speyer – Technik von Unterwasser bis ins Weltall
Die Technik Museen Sinsheim Speyer zeigen zusammen auf mehr als 200.000 m² über 6.000 Exponate aus allen Bereichen der Technikgeschichte in einer weltweit einzigartigen Vielfalt. Vom U-Boot bis zum Oldtimer, von der Concorde bis zum Space Shuttle BURAN ist alles vertreten. Neben den Dauer- und wechselnden Sonderausstellungen gibt es zahlreiche Fahrzeug- und Clubtreffen sowie Events. An 365 Tagen im Jahr geöffnet, ziehen die Museen über eine Million Besucher im Jahr an. Eine wahre Sensation sind die beiden IMAX Großformat-Kinos. Während in Sinsheim das IMAX 3D Kino - „das schärfste Kino der Welt“ - exklusive Dokumentationen und die neuesten Hollywood Blockbuster präsentiert, werden im IMAX DOME Kino im Technik Museum Speyer die Filme auf eine gigantische Kuppel projiziert.
Vom gemeinnützigen Auto-Technik-Museum e.V. getragen und ganz nach dem Motto „für Fans von Fans“ gehören den Technik Museen Sinsheim Speyer weltweit rund 3.000 Mitglieder an.

Die Finanzierung erfolgt ausschließlich durch die Eintrittsgelder, Spenden sowie Mitgliedsbeiträge der Vereinsmitglieder. Alle Überschüsse werden zur Erhaltung und zum Ausbau der Museen verwendet.

„Der kleine Herr Tod“ auf Urlaub in Speyer

Christian Y. Schmidt berichtet über den Alltag in China in Zeiten des Corona-Virus

(red) Erfolgreiche Veranstaltungsreihen verdienen eine Zugabe: Deshalb wird es aus aktuellem Anlass in diesem Jahr für die SPEYER.LIT-Reihe eine Zusatzveranstaltung geben: Am 27. März 2020, 20 Uhr, wird Christian Y.Schmidt in der Heiliggeistkirche seine neue Publikation „Der kleine Herr Tod“ vorstellen.

Und dazu ist er mit einer der letzten Flugverbindungen aus Peking nach Berlin gekommen, um in Deutschland Ende März sein neues Buch zu präsentieren: eine Art Märchen für Erwachsene und etwas ältere Kinder „für alle, die mal sterben müssen“, so der Autor.

Foto © Jo Zarth

Sein „kleiner Herr Tod“ ist anspielungsreich und mit zahlreichen Inspirationen aus antiken Mythologien und dem Death Metal versehen. Schmidt wird am 27. März neben der Vorstellung dieses Buches auch darüber berichten, wie das Corona-Virus in den letzten Wochen das alltägliche Leben in China verändert hat. Im Internet und in verschiedenen deutschen Medien schreibt er regelmäßig „Coronavirus Updates“.

Christian Y. Schmidt wurde 1956 in Bielefeld geboren. Er war von 1989 bis1995 Redakteur der Satire-Zeitschrift Titanic. Seit 2005 lebt er mit seiner chinesischen Frau in Peking und wurde bekannt durch seine „Bliefe von dlüben. Der China Crash-Kurs“ und „Allein unter 1,3 Milliarden. Eine chinesische Reise von Shanghai bis Kathmandu“. 2018 erschien sein Roman „Der letzte Huelsenbeck“.

Karten für die SPEYER.LIT Veranstaltungen im März gibt es bei der Tourist-Information der Stadt Speyer, im Spei´rer Buchladen und über das Online-Ticketportal Reservix.

Dienstag, 10. März, 20 Uhr, Heiliggeistkirche: Uwe Ittensohn, „Abendmahl für einen Mörder“ Samstag, 14. März 2020, 20 Uhr, Historisches Rathaus: Jackie Thomae, „Brüder“ Freitag, 27. März 2020, 20 Uhr, Heiliggeistkirche, Christian Y. Schmidt, „Der kleine Herr Tod“

Hotline der Finanzämter informiert rund um die Steuererklärung

Was Arbeitnehmer für die Steuererklärung 2019 wissen sollten

(red) Im Rahmen einer Aktionswoche, die vom 2. bis 6. März 2020 stattfindet, bietet die Info-Hotline der rheinland-pfälzischen Finanzämter Antworten auf Fragen rund um die für das Jahr 2019 abzugebende Steuererklärung. Darüber hinaus gibt sie Informationen zu aktuellen Steueränderungen, die ab 2020 gelten.
Erreichbar ist die Info-Hotline montags, dienstags und donnerstags von 8:00 bis 17:00 Uhr, mittwochs von 8:00 bis 12:30 Uhr und von 13.30 bis 17:00 Uhr und freitags von 8:00 bis 13:00 Uhr unter der Rufnummern 0261-20 179 279.

Themen der Aktionswoche rund um die Steuererklärung sind unter anderem die Möglichkeiten, die Vorsorge fürs Alter steuermindernd anzurechnen, die Förderung umweltfreundlicher Mobilität sowie der Steuerklassenwechsel. Zudem werden Tipps zur elektronischen Übermittlung der Steuererklärung per ELSTER (www.elster.de) gegeben und Fragen zu den geänderten Steuervordrucken erläutert.

Die sogenannten „eDaten“ (Daten, die dem Finanzamt z. B. von Seiten der Banken, Versicherungen oder Arbeitgebern bereits vorliegen) vereinfachen sowohl die Erstellung der elektronischen als auch der Papier-Steuererklärung.

Hier ist Platz für ihre Anzeige!
0621-72739490
www.metropoljournal.com

Neuer Service

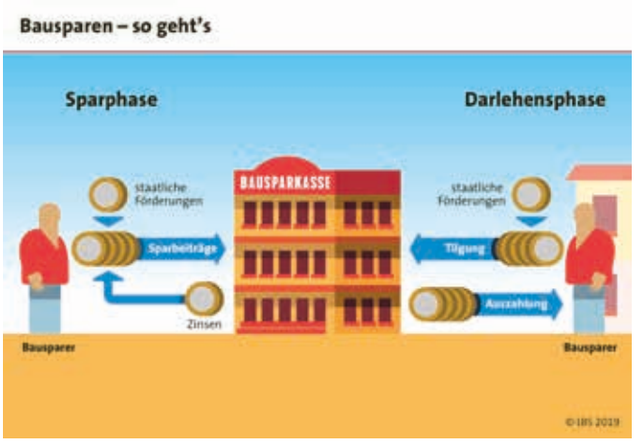
Sparkasse ist per WhatsApp erreichbar

(red)Die Sparkasse Vorderpfalz startet ab 2. März 2020 den Whats-App-Dialog mit ihren Kunden.

Ein qualifiziertes Sparkassen-Team wird Montags bis Freitags von 8 - 18 Uhr per WhatsApp Kundenanfragen beantworten, Serviceleistungen durchführen, Termine vereinbaren, Fragen zu Produkten klären oder beim Online-Banking weiterhelfen, teilt die Sparkasse mit.

Sparkassen-Chef Traue betont: "Unsere Angebote werden stark nachgefragt, aber in anderer Form als früher. Die Wege, wie und zu welcher Zeit die Kunden ihren persönlichen Berater erreichen möchten, haben sich verändert und werden zunehmend neu definiert. Darauf richten wir uns permanent aus.

Foto: Thomas Traue



Denn unsere Kunden verlangen individuelle Lösungen in den unterschiedlichsten Lebenssituationen an den verschiedensten Orten und zwar über alle Kanäle hinweg, ohne Medienbruch und immer mehr in Echtzeit. Wichtig ist: Eine Sparkasse muss überall dort sein, wo der Kunde mit ihr in Kontakt treten möchte: ob persönlich in der Geschäftsstelle oder beim Kunden zu Hause, telefonisch und per Live-Chat im ServiceCenter, online am Computer oder künftig mobil per WhatsApp über sein Smartphone.

Mit dem Messengerdienst Whats-App erweitern wir die Kommunikationskanäle für Seviceanfragen unserer Kunden. Wenn aber vertrauliche Themen besprochen werden sollen, wechseln unsere Finanz-Experten aus Datenschutzgründen auf andere Kanäle.

Der WhatsApp-Kontakt zur Sparkasse erfolgt über die Servicenummer 062159920. Kunden brauchen lediglich unsere Service-Nummer auf ihrem Smartphone abzuspeichern und schon erscheint die Sparkasse Vorderpfalz als verifizierter Account in der Kontaktübersicht."

Wer wird die 82. Pfälzische Weinkönigin?

Pfalzweinwerbung sucht Kandidatinnen

Foto: Pfalzwein

(red) Die Gebietsweinwerbung Pfalz-wein c.V. hat die Wahl der 82. Pfälzischen Weinkönigin ausgeschrieben. Die Nachfolgerin von AnnaMaria Löffler wird am Freitag, 2. Oktober 2020, im Rahmen einer Festveranstaltung der Pfälzer Weinwerbung im Neustadter Saalbau ermittelt.

Die Bewerbungsfrist endet am 31. März 2019. Wenn mehr als fünf Bewerbungen eingehen, gibt es einen Vorentscheid, in dem sich vier Finalistinnen für die Wahl der Pfälzischen Weinkönigin qualifizieren.
Bewerberinnen müssen am Wahltag im Oktober mindestens 18 Jahre alt sein, Grundkenntnisse über den Pfälzer Wein werden vorausgesetzt.

Die Weinwerbung ruft alle weinbaubetreibenden Gemeinden sowie die WeinbauOrtsvereine in der Pfalz dazu auf, geeignete Kandidatinnen für die pfälzische Weinkrone zu benennen.

Töchter aus Winzerbetrieben oder aus Familien, die mit dem Weinbau eng verbunden sind, können sich direkt melden bei

Pfalzwein e.V.
Martin-Luther-Str. 69
67 433 Neustadt
Telefon (06321) 912328
E-Mail: info@pfalz.de

Informationen über das Amt der Pfälzischen Weinkönigin gibt es im Internet unter www .pfaelzische-weinkoenigin. de

Wenn man einen Immobilienpartner hat, der von Anfang bis Eigentum an alles denkt.

www.sparkasse-vorderpfalz.de/immobilien

Sparkasse Vorderpfalz

„Pfalzmarkt eG“ startet Dialoginitiative

Stellvertretend für die mehr als 1.400 Genossenschaftsmitglieder möchte Pfalzmarkt den Verbrauchern ein realistisches Bild von Landwirtschaft vermitteln

(red) „Pfalzmarkt für Obst und Gemüse eG“ startet eine Dialoginitiative, die das Miteinander von Verbrauchern und Landwirten stärken soll.
Stellvertretend für die mehr als 1.400 Genossenschaftsmitglieder öffnet Pfalzmarkt eG dazu von Ende Januar bis Ende Mai die Tore und lädt – neben interessierten Verbrauchern – unter anderem auch Partner aus dem Handel, Vertreter aus der Politik und von Verbänden sowie von gesellschaftlich relevanten Interessengruppen zum offenen Meinungsaustausch nach Mutterstadt ein.

Fotos: Pfalzmarkt

Im Mai kommt Ministerpräsidentin Malu Dreyer nach Mutterstadt
Die Dialoginitiative wird mit einer Diskussionsrunde bei Pfalzmarkt eG beschlossen. Am 14. Mai hat die rheinland-pfälzische Ministerpräsidentin Malu Dreyer ihr Kommen zugesagt. Weitere Veranstaltungen – darunter Hof- und Feldbegehungen, Vorträge zum Qualitätsmanagement sowie Führungen über Deutschlands größte Handelsplattform für selbst erzeugtes Obst und Gemüse – sind noch in der Planung. Aktuelle Termine und Infos über Dialogteilnehmer werden rechtzeitig auf www.pfalzmarkt.de und über die Medien bekanntgegeben.
Reinhard Oerther, Vorstand bei Pfalzmarkt eG sagt: „Mit der Dialoginitiative möchten Erzeuger und Mitarbeiter von Pfalzmarkt eG interessierten Verbrauchern ein realistisches Bild von den Anforderungen vermitteln, vor denen die Landwirtschaft hier im ‚Gemüsegarten Deutschlands‘ aktuell steht!“

Den Anstoß zum weiteren Meinungsaustausch hat eine „Protest-Tafel“ gegeben
Die Idee zur Dialoginitiative geht auf die Initiative „Land schafft Verbindung – Wir bitten zu Tisch“ zurück. Unter maßgeblicher Beteiligung zahlreicher Mitgliedsbetriebe hatten Ende Oktober 2019 150 Landwirte aus der Pfalz in Dannstadt-Schauernheim Verbraucher und Medien mit einer symbolisch noch reich gedeckten „Protest-Tafel auf dem Acker“ zum weiteren Meinungsaustausch geladen.

Das Engagement soll gesellschaftlichen Dialog in Gang setzen und Solidarität mit laufenden Bauernprotesten ausdrücken...
Um die Wichtigkeit eines weitergehenden gesellschaftlichen Dialogs über den Stellenwert und die Zukunft von Landwirtschaft für unsere Gesellschaft zu unterstreichen und gleichzeitig ein Zeichen der Solidarität mit den laufenden Bauernprotesten zu setzen, engagiert sich Pfalzmarkt eG als Plattform.
„Dass wir Bauern uns jetzt – wie es teilweise dargestellt wird – gegen das Agrarpaket und damit automatisch gegen Umweltschutz und für mehr Pflanzenschutz aussprechen, verkennt die Fakten und verkürzt die eigentliche Problemlage. Es geht tatsächlich um wesentlich mehr. Wenn wir als Gesellschaft für uns und unsere Kinder und Enkelkinder Versorgungssicherheit mit nachhaltig erzeugtem Obst und Gemüse als wichtig erachten, dann müssen wir mit fairen Wettbewerbsbedingungen in Europa und weltweit den Rahmen dafür schaffen.

Statt mit noch mehr Regulierung, noch mehr Marktungleichgewicht zu schaffen“, erklärt Christian Deyerling, der als Aufsichtsratsvorsitzender bei Pfalzmarkt eG zugleich einer der Mit-Initiatoren von „Land schafft Verbindung“ in der Pfalz ist.

Obwohl Pfalzmarkt 30 Mio. Euro in die strategische Erweiterung investiert, wird die Rolle der Landwirtschaft als Innovations- und Investitionsträger verkannt
Die zentralen Vorteile, die das größte zusammenhängende Gemüseanbaugebiet in Deutschland bietet, sollen auch weiterhin von einer starken Genossenschaft mit ausgespielt werden. Als aktueller Beleg für die Investitionskraft rollt ab dem 1. Januar 2020 die Pfalzmarkt Logistik und Dienstleistungs GmbH an den Start, mit der Deutschlands Marktführer für selbst erzeugtes Obst und Gemüse Logistikprozesse optimiert. Mit der geplanten Standorterweiterung in Mutterstadt investiert „Pfalzmarkt für Obst und Gemüse eG“ ebenfalls nachhaltig in die Zukunft.
Die Erweiterung ist ein wichtiger, strategischer Baustein für die erfolgreiche Weiterentwicklung der Genossenschaft bis 2021. Das Investitionsvolumen für das Bauvorhaben beträgt rund 30 Mio. Euro.

Hans-Jörg Friedrich, Vorstand bei Pfalzmarkt eG sagt: „Der Mittelstand ist – was Investitionen, Arbeitsplätze oder das Thema Innovationen betrifft – die Tragsäule der deutschen Wirtschaft, mit der sich auch die Politik zu Recht gerne schmückt.
Hier brauchen wir dringend einen neuen Blick auf unsere mittelständischen Innovationsträger im Bereich der Landwirtschaft.

Auch für die weitere positive Entwicklung von Pfalzmarkt als ‚nachhaltig bodenständige‘ Genossenschaft sind die hervorragende Spezialisierung und das Know-how unserer mittelständisch geprägten Erzeuger extrem wichtig. Betriebsaufgaben oder -verlagerungen ins Ausland helfen mittelfristig keinem weiter!“

Unternehmensbesuch beim FachPflegeZentrum Bergstraße

WFB informierten sich beim Gewinner im Gründerwettbewerb 2019 über Angebot und Tätigkeitsschwerpunkte

(red) Die Gründungsoffensive Bergstraße-Odenwald bietet den Teilnehmern jedes Jahr aufs Neue die Chance, nicht nur Preise, sondern zudem jede Menge Aufmerksamkeit und wichtige Kontakte zu erhalten. Seit 2009 ermutigen die Wirtschaftsregion Bergstraße/Wirtschaftsförderung Bergstraße GmbH (WFB) und die Odenwald-Regional-Gesellschaft mbH (OREG) mit dem Projekt alle Gründer und Gründungswilligen im Kreis Bergstraße und dem Odenwaldkreis ihre Vorhaben in die Tat umzusetzen.

Foto: WFB

Gewinner des Preises „Junge Unternehmen im Wachstum" 2019, gesponsert vom Unternehmen „BEMBEL-WITH-CARE" aus Birkenau, war Herbert Fanese mit seinem FachPflegeZentrum Bergstraße in Lorsch. Im Rahmen eines Unternehmensbesuchs überzeugten sich Landrat Christian Engelhardt, Aufsichtsratsvorsitzender der WFB, Christian Schönung, Bürgermeister der Stadt Lorsch und Aufsichtsrat der WFB, sowie die WFB gestern über die Angebote und Aufgaben des Preisträgers im Gründerwettbewerb. Von Seiten der WFB nahmen Dr. Matthias Zürker, Geschäftsführer der WFB, und Marco Kreuzer, Projektleiter der Gründungsoffensive Bergstraße-Odenwald und Gründerberater bei der WFB, teil.

Das FachPflegeZentrum Bergstraße hat sich auf eine unabhängige vollstationäre Intensivpflege spezialisiert. „Wir pflegen Menschen ab dem 18. Lebensjahr mit allen Möglichkeiten der Therapieunterstützung", erklärte Fanese. „Unsere Einrichtung gliedert sich in zwei Fachbereiche: erstens der Dauerpflege für Menschen mit schweren und schwersten Erkrankungen, zum Beispiel Wachkoma, sowie zweitens der Rehabilitation der Neurophase F. Hier werden Menschen mit Erkrankungen des Atemsystems versorgt bzw. beatmet." Mit diesem Angebot schließt die Einrichtung eine Versorgungslücke im Rahmen der Fachpflege und des professionellen Versorgungsmanagements. Das zeigt nicht zuletzt die Statistik: Zurzeit sind 31 der 47 Betten belegt. Aktuell ist ein Team von 42 Mitarbeitern für das FachPflegeZentrum tätig, schon im ersten Jahr nach der Gründung konnte Fanese vier Auszubildende einstellen.

Nicht zuletzt setzt die Einrichtung Digitalisierung sehr erfolgreich ein, zum Beispiel bei der Patientenvisite oder zu Dokumentationszwecken. Das verkürzt Wege und vereinfacht Prozesse.

„Das FachPflegeZentrum ist ein Best-Practice-Beispiel für moderne Pflege", kommentierte der Landrat die Ausführungen. „Wir wünschen Ihnen, dass Sie Ihren Weg so erfolgreich wie bisher weitergehen."

„Die Lorscher Pflegeeinrichtung ist eine Institution mit Leuchtturmcharakter und verdient als Gewinner im Gründerwettbewerb 2019 hervorgegangen", sagte Dr. Zürker.

Info: Das FachpflegeZentrum Bergstraße finden Sie im Internet unter www.fachpflegezentrum-bergstrasse.de. Wissenswertes über die Wirtschaftsregion Bergstraße, die Gründungsoffensive Bergstraße-Odenwald und die weiteren Serviceleistungen der WFB finden sie unter www.wirtschaftsregion-bergstrasse.de.

Mandelblüte

als Frühlingsbote

(red) Auf einmal waren sie da: Zartes Rosa, leicht duftend: Die ersten Mandelblüten an der Bergstraße und vermutlich der Region. Schon während der Faschingstage trauten sich die Frühlingsboten ans Licht, hervorgerufen von zweistelligen Temperaturen.

Foto: Tourismus Service Bergstrasse e.V.

Die frühe Blüte von Mandelbäumen und einigen Obstbaumarten ist seit jeher ein Markenzeichen der Ferienstraße Bergstraße, die von Darmstadt bis nach Heidelberg führt (unser Foto entstand zwischen Heppenheim und Bensheim). Deshalb nennt man die Region auch den „Frühlingsgarten Deutschlands". Wie immer weisen die Blüten auch auf eine Reihe von Frühlingsfesten hin, die nun ins Land ziehen:

Als nächstes der Mathaisemarkt in Schriesheim (6. bis 10. März), dann einige Sommertagszüge Ende März, der Pflänzeltag in der Weinheimer City (29. März), das Blütenwegfest (5. April) und der Ostermarkt in Heppenheim (9. April.)

Platz für Ihre Anzeige.

Tel: 0621-72739490

Heidelberg erneut als eines der beliebtesten Reiseziele

Über 1,6 Millionen Übernachtungen bedeuten das zehnte touristische Rekordjahr für die Neckarstadt in Folge

(red) Am 19. Februar 2020 veröffentlichte das Statistische Landesamt Baden-Württemberg die Zahlen für das zurückliegende Tourismusjahr. Dabei konnte Heidelberg abermals einen neuen Rekord aufstellen: 1.652.607 Übernachtungen wurden für die Heidelberger Hotels und Herbergen ausgewiesen – das entspricht einem Plus von 6,4 % im Vergleich zum Vorjahr.

Foto: (c) Heidelberg Marketing GmbH, Thomas Vennen

Während bei den Übernachtungen deutscher Gäste zweistellige Zuwachsraten zu verzeichnen sind (+10,6 %), sind die Übernachtungen aus dem Ausland dagegen weiter rückläufig (-1,3 %).

Im nationalen Vergleich liegen die Übernachtungssteigerungen in Heidelberg mit 6,4 % über den bundesweiten Zahlen von 3,7 % und über denen von Baden-Württemberg von 4,2 %. Gespannt wurde neben den Besucherzahlen auf die Bettenauslastung als wichtigem Index für die Hotellerie geschaut, denn 2019 eröffneten in Heidelberg sieben neue Häuser mit zusätzlichen 707 Betten (+8,8 %). Insgesamt zählt Heidelberg damit 91 Betriebe mit 8.705 Schlafgelegenheiten.

Mit einer Bettenauslastung von 53,9 % liegt die Stadt weiterhin in der Spitzengruppe aller Destinationen in Baden-Württemberg. Vor Heidelberg platziert sich lediglich Ravensburg mit 56,8 %, dahinter folgen Heilbronn mit 53 %, Baden-Baden mit 51,1 % und die Landeshauptstadt Stuttgart mit 49,8 %. Die durchschnittliche Aufenthaltsdauer lag auch 2019 bei zwei Tagen.

„Auch wenn diese Spitzenposition ein gutes Ergebnis ist, müssen wir im Auge haben, dass seit Anfang August 2019 durch die Schließung der Stadthalle das Kongressgeschäft weitgehend wegfällt und von Mannheim übernommen wird. Wir müssen nicht nur diese Lücke, sondern auch die zusätzliche Bettenkapazität durch den Bauboom der nächsten Jahre mit einem erhöhten Städtetourismus füllen. Umso wichtiger ist die schnelle Realisierung des neuen Konferenzzentrums, aber auch die Renovierung der Stadthalle", unterstreicht Mathias Schiemer, Geschäftsführer der Heidelberg Marketing GmbH und der Heidelberger Kultur- und Kongressgesellschaft mbH. „Natürlich ist dieses zehnte Rekordjahr in Folge ein großer Erfolg für unser Stadt- und Tourismusmarketing", resümiert Mathias Schiemer. „Dennoch gilt als höchste Devise für die kommende Arbeit, ein nachhaltiges, auf Qualität ausgerichtetes Marketing und damit in erster Linie das Kongressmarketing im Hinblick auf die Eröffnung des neuen Konferenzzentrums 2023 zu fördern. Auch die Entzerrung der Tourismusströme aus der Altstadt hinein in die erholsame Umgebung mit ihren vielen Attraktionen bleibt Ziel unseres Stadtmarketings und ein wichtiger Beitrag, die Situation in der Altstadt für die Anwohnerinnen und Anwohner zu verbessern."

Diakonissenkrankenhaus Mannheim

Zentrum für Altersmedizin (ZAM)

TOP REHAKLINIK 2020 GERIATRIE FOCUS DEUTSCHLANDS GRÖSSTER REHA-KLINIK-VERGLEICH

TOP MEDIZINER 2019 AKUT-GERIATRIE FOCUS DEUTSCHLANDS RENOMMIERTE ÄRZTELISTE

Donnerstag, 26.03.2020, 15.00 Uhr

Theodor-Greiner- Festsaal im Mutterhaus, 1. Stock,
Belchenstrasse 1

Schlafstörungen – helfen nur Tabletten?

Vortrag:

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

Diakonissenkrankenhaus
Mannheim

Akademisches Lehrkrankenhaus
der Medizinischen Fakultät Mannheim
der Universität Heidelberg

Speyerer Str. 91–93
68163 Mannheim
Tel. 0621 8102-0

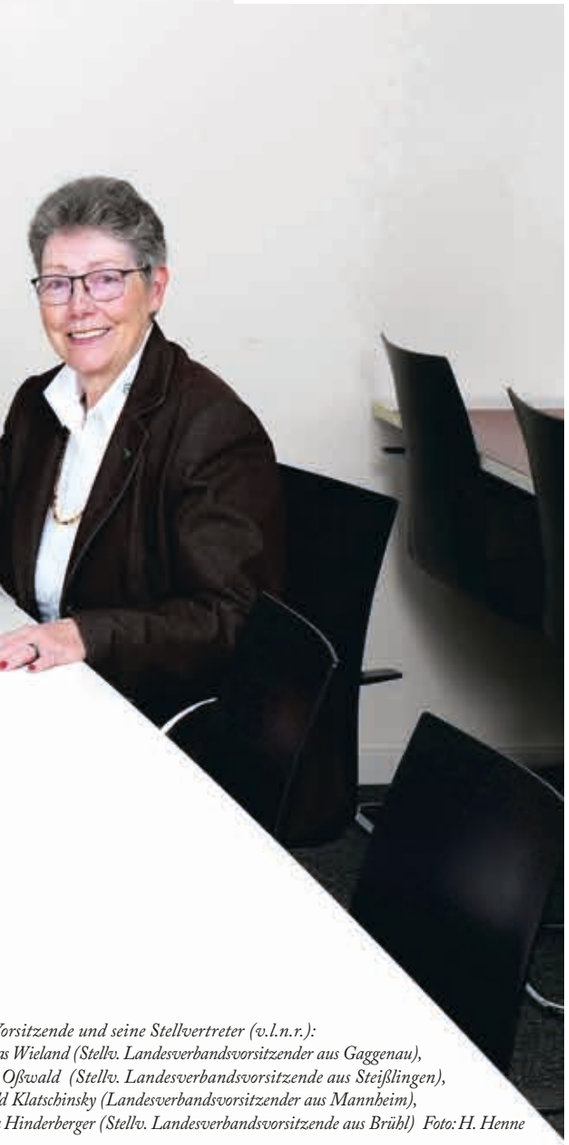
info@diako-mannheim.de
www.diako-mannheim.de

Die Mitarbeiter der Geschäftsstelle von links nach rechts: Patricia Schabinger, Sven Görlitz, Roland Schimanek, Ute Lorenz, Petra Heck Foto: Viola Löczi

Der V
Thom
Petra
Haral
Gisela

VERBAND W

Unsere Mission: Wohneigentum stärken!



orsitzende und seine Stellvertreter (v.l.n.r.):
s Wieland (Stellv. Landesverbandsvorsitzender aus Gaggenau),
Oßwald (Stellv. Landesverbandsvorsitzende aus Steißlingen),
d Klatschinsky (Landesverbandsvorsitzender aus Mannheim),
Hinderberger (Stellv. Landesverbandsvorsitzende aus Brühl) Foto: H. Henne

Sie leben im und mit selbstgenutztem Wohneigentum? Sie sind selbst stark und vertreten Ihre Interessen? Vertreten sie gegenüber der Kommune, dem Land? Dann können wir Sie beneiden und beglückwünschen. Wenn Sie aber Ihre Interessen wirksam vertreten wissen wollen, dann sollten Sie dem Verband beitreten.

Seit mehr als 70 Jahren bieten wir als gemeinnützig anerkannter Verband unseren Mitgliedern Hilfe und Beratung, Schutz und Sicherheit. Rund 4500 Hauseigentümer in der Metropolregion Rhein-Neckar sind bei uns organisiert.

Wir sind der größte Zusammenschluss der selbstnutzenden Haus- und Wohneigentümer. Unter unserem Dach agieren im gesamten Bundesland fast 150 örtliche Vereine. Inzwischen werden über 22.000 Mitgliederfamilien von unseren Mitarbeitern und Ehrenamtlichen mit Rat und Tat betreut.

Kompetente Informationen, praxiserprobtes Wissen und fundierte Beratung von Experten erhalten unsere Mitglieder zu folgenden Themen:

- Energetische Sanierung
- Altersgerechtes Wohnen
- Versicherungsschutz rund um Haus und Garten
- Steuertipps
- Nachbarrecht
- Erbrecht und Eigentumsübertragung
- Gartengestaltung und -pflege

Maximal 51 Euro
Mitgliedsbeitrag im Jahr

Übrigens: unsere Mitglieder nehmen an einer Gruppenversicherung teil. Sie umfasst die Haus- und Grundbesitzer-Haftpflicht-Versicherung und die Bauherren-Haftpflicht-Versicherung (Deckungssumme 10 Million € pauschal für Vermögen-, Sach- und Personenschäden. Bausumme bei der Bauherren-Haftpflicht-Versicherung bis zu 750.000 € für Neubau oder Renovierung, einschließlich Umweltschaden-Versicherung, inklusive Heizöltank-Versicherung bis 12.000 Liter.

Dieses vielfältige Beratungs- und Dienstleistungsangebot können wir nur gemeinsam mit unseren starken Partnern auf die Beine stellen. Dabei dürfen unsere Mitglieder Qualität und ausgezeichnete Dienstleistungen erwarten.
Interesse? Dann rufen Sie uns an: Tel.: 0721 / 98 16 2-0
E-Mail: baden-wuerttemberg@verband-wohneigentum.de

Verband Wohneigentum Baden-Württemberg e.V., Steinhäuserstr. 1, 76135 Karlsruhe
Internet: https://bw.verband-wohneigentum.org

Wir freuen uns, Sie bald als Mitglied begrüßen zu können.

Harald Klatschinsky
Landesverbandsvorsitzender

WOHNEIGENTUM

Gesundheit & Wellness

Das Bauchgefühl

Wenn Stress krank macht

(akz-o) Wenn uns der Stress des Alltags buchstäblich auf den Magen schlägt, zeigt sich, dass man Kopf und Bauch nicht wirklich trennen kann. Es meldet sich unser Bauchhirn, und wir werden mit Beschwerden wie Bauchschmerzen, Übelkeit oder Durchfall ausgebremst. Dagegen können auch pflanzliche Arzneimittel helfen. Das Mittel der Wahl sollte schnell wirksam und gut verträglich sein.

Foto: pixabay.com/Bayer/akz-o

Stehen wir unter Stress, wirkt sich das auf den gesamten Körper aus – auch auf den Verdauungstrakt. Er wird von Millionen Nervenzellen durchzogen, dem sogenannten Bauchhirn. „Über die Magennerven reguliert dieses ‚Bauchhirn' die Muskelbewegungen von Magen und Darm und steuert die Aufnahme der Nahrung", erklärt Prof. Dr. med. habil. Ahmed Madisch, Facharzt für Innere Medizin und Chefarzt der Medizinischen Klinik I am Krankenhaus Siloah in Hannover. Über die Bauch-Hirn-Achse werden Signale zwischen Magen-Darm-Trakt und Gehirn ausgetauscht, weshalb psychische Belastungen auf die Verdauung schlagen und damit z. B. körperlich Probleme bereiten können.

Bei Menschen, die unter einer funktionellen Magen-Darm-Störung wie einem Reizdarm leiden, kann Stress die Beschwerden zusätzlich verstärken. „Von funktionellen Magen-Darm-Störungen spricht der Arzt, wenn sich in der Routinediagnostik zeigt, dass die Beschwerden keine organischen Ursachen haben. Die Patienten leiden unter vielfältigen wechselnden Symptomen, die individuell unterschiedlich ausgeprägt sein können und länger als drei Monate bestehen." Typisch sind z. B. Magenschmerzen und Übelkeit, Blähungen oder veränderte Stuhlfrequenz.

Gelingt es Patienten mit Reizdarm, den Alltagsstress zu reduzieren, sorgt das oft für ein besseres Bauchgefühl. „In beschwerdereichen Intervallen sind häufig medikamentöse Maßnahmen erforderlich," erklärt Madisch. „Dabei ist es wichtig, bei solchen komplexen Krankheitsgeschehen wie funktionellen Magen-Darm-Erkrankungen nicht nur einzelne Beschwerden zu behandeln." So kombiniert z. B. Iberogast (aus der Apotheke) neun Heilpflanzen, deren Wirkstoffe an unterschiedlichen Stellen des Magen-Darm-Trakts ansetzen. „Iberogast ist ein pflanzliches Arzneimittel, das sich in der Anwendung als sicher und gut verträglich erwiesen hat.

Bestätigt wird dies durch eine sehr gute Evidenzlage mit zahlreichen Studien. Eine langfristige und zeitlich unbeschränkte Anwendung ist also – gerade auch bei chronischen Vorläufen – sowohl bei Erwachsenen als auch bei Kindern ab drei Jahren möglich".

Schmerzauslöser

Stress

Foto: pixabay.com/Teva/spp-o

(spp-o) Quälende Kopfschmerzen, häufig im Bereich der Stirn, Schläfen und Augen. Begleitet werden sie in vielen Fällen von Licht- und Geräuschempfindlichkeit, Übelkeit und Erbrechen. Kommt es zu einer Migräneattacke, ist für Betroffene an einen normalen Tagesablauf nicht mehr zu denken. Im Akutfall helfen nur noch Ruhe und Medikamente. Es gibt aber auch Möglichkeiten zur Vorbeugung. Eine von ihnen ist das Vermeiden von Stress. Zur Vorbeugung sei es wichtig, den Tagesablauf so geregelt wie möglich zu gestalten und ausreichend Raum für Erholung zu schaffen. Natürlich lässt sich Stress im Alltag nicht immer komplett vermeiden. Dann können Methoden wie Autogenes Training, Qi Gong oder Progressive Muskelentspannung helfen, die nötige Gelassenheit zu bewahren. Mehr zum Thema Migräne finden Sie unter www.kopf-klar.de. Neben dem Vermeiden von Migräne-Auslösern kann auch eine medikamentöse Therapie dabei helfen, einer Attacke vorzubeugen. Ein Ansatz ist die Behandlung mit Wirkstoffen aus der Gruppe der sogenannten CGRP-Antikörper (CGRP: Calcitonin-Gene-Related-Peptide). „Die Antikörper blockieren Botenstoffe, die bei einer Migräne an der Schmerzauslösung beteiligt sind", sagt Dr. Gendolla. So können beispielsweise Wirkstoffe wie Fremanezumab, Galcanezumab oder Erenumab Attacken verhindern oder ihre Häufigkeit oder Schmerzhaftigkeit verringern. Die Therapie mit der monatlichen Injektion kommt für Erwachsene infrage, die häufiger als vier Tage im Monat von einer Migräne betroffen sind und bei denen andere prophylaktische Therapien versagt haben.

Kopfschmerzen ernst nehmen

Das Leiden sollte nicht als Lappalie abgetan, sondern effektiv behandelt werden

djd-k). Stechen, Ziehen, Pochen, Dröhnen - Kopfschmerzen können sich auf ganz unterschiedliche Weise äußern. Eines aber ist immer gleich: Sie stören. Tatsächlich ist Kopfweh die Volkskrankheit Nummer eins. So leiden in Deutschland rund 29 Millionen Menschen unter Spannungskopfschmerzen, etwa neun Millionen unter Migräne. Auch wer selbst nicht betroffen ist, hat zumindest Familienmitglieder, Freunde oder Kollegen, die regelmäßig mit dem Leiden zu tun haben.

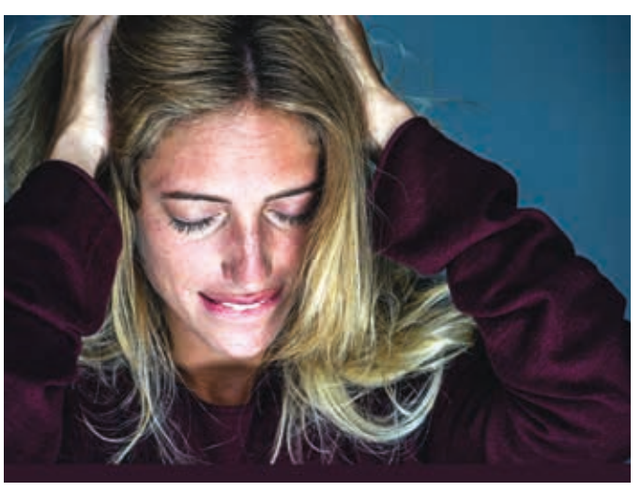


Foto: djd-k/Sanofi/Thomapyrin/Getty Images/PhotoAlto

Mehr Respekt für Kopfschmerzen

"Die Haltung und Meinung zu Kopfschmerzen und Migräne in der Bevölkerung hat sich verändert", sagt Dr. Jan-Peter Jansen, Leiter des Schmerzzentrums Berlin. "Früher hat man als Nicht-Betroffener gelächelt: 'Jaja, Kopfschmerzen kenne ich auch.'" Heute sei der Respekt gewachsen. "Die medizinischen Möglichkeiten einer Behandlung haben sich deutlich geändert. Das führt zu einer Sensibilisierung." Oft handelt es sich demnach nicht um das "bisschen Kopfschmerzen", sondern um deutliche Beschwerden, die zur Einschränkung im Alltag werden. Dabei belasten Migräne und Spannungskopfschmerz Frauen häufiger als Männer und zwar verstärkt in jüngerem und mittlerem Alter. Wie eine aktuelle Untersuchung ergab, ist Migräne der führende Grund für gesundheitliche Beeinträchtigung zwischen dem 15. und 49. Lebensjahr - also während der produktivsten Phase des Lebens.

Umso mehr Grund, Kopfweh ernst zu nehmen und schnelle Abhilfe zu suchen. Hier hat sich gezeigt, dass Coffein einen verstärkenden und beschleunigenden Effekt auf die verschiedenen Wirkstoffe in Schmerzmitteln hat. Somit ist etwa die Dreierkombination aus Coffein, ASS und Paracetamol gegenüber ihren Einzelwirkstoffen ASS oder Paracetamol überlegen. Auch Ibuprofen kann durch Coffein noch wirksamer werden. Laut einer klinischen Studie steigert Coffein in Thomapyrin Tension Duo den schmerzlindernden Effekt des enthaltenen Ibuprofens um 40 Prozent und beschleunigt den Wirkeintritt um 36 Prozent. Das Kombinationspräparat wirkt also schneller und stärker als sein Einzelwirkstoff Ibuprofen 400 mg.

Die Symptome unterscheiden

Damit sind Coffein-Kombipräparate eine gute Wahl zur schnellen und kurzzeitigen Behandlung bei Migräne und Spannungskopfschmerzen. Diese lassen sich durch charakteristische Anzeichen voneinander unterscheiden: Während Migräne meist einseitig pulsierend sowie pochend auftritt und mit Licht- und Geräuschempfindlichkeit einhergeht, äußert sich Spannungskopfschmerz üblicherweise beidseitig, dumpf und drückend.

Zudem verschafft körperliche Aktivität bei letzterem oft Abhilfe, während Migränepatienten Ruhe und Dunkelheit brauchen.

Gesundheit & Wellness

Vorsorge für die Darmflora

Gesund Reisen und den Urlaub genießen

(akz-o) Reisen in subtropische oder tropische Länder können unsere Darmflora ordentlich durcheinanderbringen. Fremdes Klima, ungewohnte Speisen und Zubereitungsarten – nicht selten fesselt dann plötzlich auftretender Durchfall einige Touristen die ersten Tage ans Zimmer. Ausgelöst wird dieser meist durch Infektionen. Mit einigen Tipps zur Vorbeugung können Sie vermeiden, dass Reisedurchfall die Urlaubsstimmung trübt.

Der Begriff Probiotika bezeichnet Mikroorganismen (zum Beispiel Laktobazillen und Bifidobakterien), die natürlicherweise den Darm besiedeln und dort für eine gesunde Flora sorgen. Die ist wichtig für das Immunsystem und die Abwehr von fremden Bakterien. Probiotika kommen zum Beispiel in Joghurt, Kefir und Sauerkraut vor. Allerdings sind in Lebensmitteln oft nicht genügend Bakterien vorhanden, um ausreichend im Darm zu wirken. Deshalb kann es sinnvoll sein, Probiotika in Form von Präparaten einzunehmen.

Foto: pixabay.com/vitamindoctor.com/akz-o

Weitere Informationen unter www.vitamindoctor.com/Durchfall. Der Einsatz von Probiotika wird unter anderem von der Deutschen Gesellschaft für Allgemein- und Familienmedizin (DEGAM) bei akutem Durchfall empfohlen. Um die Darmflora während und nach der Reise zu unterstützen, kann die Einnahme von Probiotika spätestens eine Woche vor Reisebeginn, währenddessen und bis zu vier Wochen danach sinnvoll sein.

Waschen Sie sich regelmäßig die Hände mit Seife. Besonders vor dem Essen und nach jedem Gang zur Toilette. In vielen Ländern ist Leitungswasser nicht zum Trinken geeignet. Benutzen Sie stattdessen lieber abgepacktes Wasser aus Flaschen und Behältern mit intaktem Schraubverschluss. Gleiches gilt auch beim Zähneputzen. Bestellen Sie Getränke im Restaurant oder in der Bar lieber ohne Eis, denn auch Eiswürfel werden häufig mit Leitungswasser gemacht. Beim Essen gilt: Cook it, peel it or forget it (Auf Deutsch: Koche es, schäle es oder vergiss es). Essen Sie Fleisch und Fisch nur gut gekocht oder durchgebraten. Obst und Rohkost nur, wenn es geschält oder mit abgepacktem Wasser sorgfältig gewaschen wurde.

Bei aller Vorbeugung kann es trotzdem passieren, dass es zu Durchfall kommt. Jetzt ist vor allem wichtig, den Flüssigkeits- und Salzverlust auszugleichen. Deshalb sollten Sie ausreichend trinken. Neben Mineralwasser können Kräutertees wie Kamille, Fenchel oder Pfefferminz den Darm beruhigen. Reisedurchfall dauert meist wenige Tage, danach klingen die Beschwerden oft von selbst wieder ab. Bessert sich Ihr Zustand aber nach mehreren Tagen nicht und tritt zusätzlich Fieber auf, sollten Sie zum Arzt gehen.

Notfall

Blutvergiftung!

(spp-o) Eine Sepsis, im Volksmund auch Blutvergiftung genannt, ist die schlimmste Verlaufsform einer Infektion. Das Krankheitsbild wird häufig nicht erkannt und kann lebensbedrohlich sein. „Sepsis ist ein Notfall, der umgehend professionell behandelt werden muss“, sagt Dr. Johannes Schenkel, ärztlicher Leiter der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland (UPD). Er erklärt, bei welchen Symptomen Sie den Rettungsdienst rufen sollten.

„Einer Blutvergiftung geht stets eine lokale Infektion voraus“, erklärt Dr. Schenkel. Im Fall der Sepsis wird sie meist von Bakterien verursacht – beispielsweise in Form einer entzündeten Wunde oder einer Lungen- oder Blasenentzündung. Normalerweise ist unser Immunsystem in der Lage, eine lokale Infektion direkt am Entzündungsherd einzudämmen. „Gelingt dies nicht, können sich die Erreger im Körper ausbreiten.“

Als Folge kann das Immunsystem überaktiviert werden. „Es greift dann nicht nur die Erreger an, sondern auch körpereigene Zellen.“ Wird die Sepsis nicht früh genug behandelt, kann sie zu Gewebeschäden, Schock, mehrfachem Organversagen und letztlich zum Tod führen. Rund ein Sechstel der Patienten, die eine Sepsis überleben, leidet danach unter gesundheitlichen Beeinträchtigungen.

Weitere Infos erhalten Sie bei der Sepsis Stiftung unter www.sepsis-stiftung.eu sowie der UPD unter der kostenfreien Telefonnummer 0800/011 77 22.

Gehör in Gefahr

Initiative klärt auf und unterstützt deutschlandweit mit qualifizierter Beratung

djd-k). Über unser Gehör nehmen wir unsere Umwelt wahr und erkennen Gefahren, lange bevor wir sie sehen. Auch lernen wir über das Gehör das Sprechen - Grundlage unserer Kommunikation mit anderen. Doch bei immer mehr Menschen funktioniert dieser wichtige Sinn nicht mehr so, wie er soll. Rund 13,5 Millionen Deutsche sind von einer Hörminderung betroffen und die Zahlen steigen weiter.

Die meisten glauben, sie würden rechtzeitig erkennen, wenn ihr Gehör nachlässt. "Das ist ein Mythos", weiß Experte Dr. Horst Hessel von der Initiative "Ich will hören". "Ein Hörverlust entwickelt sich oft schleichend und kann lange kompensiert werden." Meist seien es Familienmitglieder, Kollegen oder Freunde, die einen darauf hinweisen, dass man lauter spricht oder öfter nachfragt. "Wer den Eindruck hat, dass ihn das Hören anstrengt, sollte schnellstmöglich einen Hörtest machen."

Einen ersten Anhaltspunkt, wie es um das eigene Gehör bestellt ist, kann zum Beispiel ein kurzes Online-Hörquiz unter www.ich-will-hoeren.de geben.

Die Initiative hat es sich zur Aufgabe gemacht, umfassend über das Thema aufzuklären und Betroffene mit Informationen und persönlicher Beratung bundesweit zu unterstützen.

Foto: djd-k/www.ich-will-hoeren.de

Zu den größten Gefahren für unsere Ohren gehören laute Umgebungsgeräusche, etwa am Arbeitsplatz. Doch auch in der Freizeit bestehen Risiken. Was vielen nicht bewusst ist: Besonders das laute Hören über Kopfhörer kann langfristig zu Schäden führen. Bei immer mehr Jugendlichen und jungen Erwachsenen werden zum Teil massive Hörminderungen festgestellt. In vielen Fällen ist ein Hörgerät dann das Mittel der Wahl.

Lösungen für (fast) jedes Hörproblem

Reicht ein Hörgerät nicht mehr aus, kann ein Cochlea-Implantat der Weg zurück in die Welt des Hörens sein. Ein winzig kleiner Elektrodenträger wird in die Hörschnecke (lat. Cochlea) eingesetzt und leitet Signale direkt an den Hörnerv weiter. Auf der Website www.ich-will-hoeren.de oder unter der Hotline 0511 5420441 können Interessierte ein kostenloses Infopaket anfordern.

Zusätzlich sind unter www.rgz24.de/cochlea-implantat wichtige Fakten zum Thema zusammengestellt. "Je besser Betroffene aufgeklärt werden, desto eher lassen sich die meisten Hörprobleme lösen", sagt Dr. Horst Hessel. Wie wichtig das ist, zeigen aktuelle Schätzungen: Weltweit könnte sich die Zahl der von Hörminderung Betroffenen von derzeit rund 466 Mio. Menschen bis 2050 auf 900 Millionen fast verdoppeln.

Fördermittel ausschöpfen

Energiesparen lohnt sich

(akz-o) Wer auf eine neue Heizung mit erneuerbaren Energien setzt, wird stärker gefördert als bisher. Dafür entfällt die Förderung von reinen Gas- und Öl-Kesseln. Letztere sollen langfristig sogar verboten werden.
Setzen Verbraucher vollständig auf erneuerbare Energie, zum Beispiel mit einer Pelletheizung oder einer Wärmepumpe, können sie mit 35 Prozent hohe Zuschüsse bekommen. Der Austausch einer alten Ölheizung bringt nochmal 10 Prozent zusätzlich, also 45 Prozent für die Pelletheizung oder die Wärmepumpe.

Foto: pixabay.com/Verbraucherzentrale Bundesverband e.V./akz-o

Vollständig oder teilweise auf erneuerbare Energien setzen
Wer auf eine Gas-Hybridheizung setzt und damit Gasheizung und erneuerbare Energien kombiniert z.B. durch Solarkollektoren erhält einen Zuschuss von 30 Prozent der Kosten. So wird ein erheblicher Teil der Mehrinvestition für die Solarkollektoren durch den Zuschuss finanziert. Auch bei der Gas-Hybridheizung erhalten Verbraucher einen zusätzlichen 10-prozentigen Ölaustauschbonus, wenn sie zuvor einen Ölkessel verwendet haben. Der Austausch einer Heizung durch einen Gas-Brennwertkessel kann mit 20 Prozent Zuschuss gefördert werden, wenn nach spätestens zwei Jahren eine Komponente mit erneuerbaren Energien dazu kommt.

Förderung von Wärmedämmung
Die nachträgliche Wärmedämmung von Außenwänden oder Dächern bzw. neuen Fenstern oder Haustüren wird jetzt mit 20 Prozent doppelt bezuschusst. Max. 40 Prozent beträgt die Förderung für eine Komplettsanierung als sogenanntes Effizienzhaus.

Unabhängig beraten lassen
„Wer die Fördermittel beanspruchen will, muss in der Regel mehr Energie einsparen, als es die gesetzlichen Mindestanforderungen verlangen. Selbst bei höheren Investitionskosten ist das empfehlenswert", rät Martin Brandis von der Energieberatung der Verbraucherzentrale.

Stärkere Maßnahmen sparen mehr Energie ein und damit langfristig auch Kosten. Das Klima wird obendrein durch erneuerbare Energien geschont. Wer sich für die Fördermittel interessiert, sollte sich vor einer Entscheidung zunächst beraten lassen, etwa zu der Frage, welche Heizung überhaupt geeignet ist oder welche zusätzlichen Maßnahmen sinnvoll sind.
Die Energieberatung der Verbraucherzentrale berät individuell und anbieterneutral zu Fördermitteln und energetischen Maßnahmen bei Wohngebäuden: 0800 / 809 802 400 (kostenfrei) und www.verbraucherzentrale-energieberatung.de.

Clever finanzierter Ökostrom

Nach wie vor gibt es den Boom, eigenen Strom herzustellen

(akz-o) Die Nachfrage nach Solarstromanlagen zog 2019 nach der Bilanz des Bundesverbandes Solarwirtschaft um rund 30 Prozent an. Sinkende Preise für Solaranlagen bei zugleich steigenden Strompreisen, die Klimadebatte und das Thema Elektromobilität sind hier wichtige Wachstumsimpulse.
Über die Hälfte der Versorgungsunternehmen kündigte für 2020 Strompreiserhöhungen an. Die Haushalte sind hierbei durchschnittlich von über 5 % Erhöhung betroffen.

Vor dem Hintergrund steigender Energiekosten kann sich die Investition in eine Ökostromanlage rechnen. Ab 10.000 Euro kostet eine Fünf-Kilowatt-Fotovoltaikanlage für ein kleines Einfamilienhaus. Hinzu kommen noch die Installationskosten. Damit sich das Ganze auch schnell amortisiert, muss auf eine geeignete Finanzierung geachtet werden. Eine Bank hat in Deutschland auf den Trend hin zu ökologischen Investitionen mit einem neuen Produkt reagiert: „Mit unserem Ökokredit finanzieren wir den vollständigen Anschaffungspreis sowie die Kosten der Installation inklusive der Mehrwertsteuer", erklärt Ulf Meyer, Geschäftsführer der SWK Bank. Die Kreditspezialisten aus Bingen gelten als Deutschlands Vorreiter bei der Digitalisierung und der direkten Kreditvergabe an private Kunden. Das Besondere bei ihrem Ökokredit: Es gibt ihn bereits ab 0,99 Prozent effektiven Jahreszins.
Trotzdem sind Laufzeiten bis 120 Monate wählbar. Kreditnehmer erhalten so sehr budgetschonende Monatsraten.

Damit der Sonnenstrom rund um die Uhr verfügbar ist, sind Batteriespeicher unverzichtbar. Inzwischen wird jede zweite neue Fotovoltaikanlage auf Deutschlands Eigenheimdächern mit einem Solarstromspeicher installiert. „Auch diesen finanzieren wir gleich mit. Selbstverständlich zu den gleichen Konditionen", betont Ulf Meyer. Mit solch passenden Finanzierungsprodukten und in Zeiten steigender Strompreise wird es für Hausbesitzer immer lohnender, eigenen Strom aus Solarenergie zu erzeugen. Zusätzlich können Verbraucher mit einem Speicher den eigenen Strom auch abends nutzen: zum Kochen, Auftanken eines Elektroautos über Nacht, für die Waschmaschine und den Fernseher oder zum Betreiben einer Wärmepumpe.

Frühlingsputz

5 Tipps

(spp-o) Der Frühling liegt in der Luft – die Vögel zwitschern, die Blumen sprießen aus der Erde und alles steht auf Neustart! Mit diesen fünf Tipps gelingt der Frühlingsputz im Handumdrehen.

1. Weg mit unnötigem Ballast: Trennen Sie sich von allem, was Sie nicht mehr benötigen!

2. Sortieren und neu ordnen Alles, was nun übrig bleibt, sollte möglichst sinnvoll geordnet werden. Wichtig ist, dass Sie den Überblick behalten, dabei können beispielsweise die SmartStore Boxen von Orthex helfen. Die Boxen aus transparentem Kunststoff sind lebensmittelecht und damit bis hin zu Küche und Kinderzimmer in allen Räumen einsetzbar.

3. Putzen mit System: Seien wir ehrlich, gründliches Putzen bereitet den wenigsten von uns Freude. Versuchen Sie nicht alles auf einmal sauber zu machen, sondern nehmen Sie sich einzelne Projekt vor, wie beispielsweise das Badezimmer.

4. Den Frühling begrüßen: Gehen Sie an die frische Luft und tanken Sie Licht und Sonne, denn davon haben Sie in den letzten Monaten viel zu wenig bekommen.

5. Belohnen: Sie haben erfolgreich ausgemistet, geordnet und geputzt und Ihre Seele auf Frühling gepohlt? Herzlichen Glückwunsch! Sie sollten stolz auf sich sein und dürfen sich als Belohnung etwas gönnen!

Platz für Ihre Anzeige.
Tel: 0621-72739490

SÜSS
Innungs-Mitglied
FACHBETRIEB FÜR DACH-, WAND- UND ABDICHTUNGSTECHNIK
Das bessere Dach!
Schneidemühler Str. 6
68307 Mannheim
Tel.: 06 21/77 35 35
Fax: 06 21/77 35 00
E-Mail: suessdach@aol.com
www.suessdach.de

SchimmelFuchs
einfach schlau saniert
Unser Leisungsspektrum:
Kellerabdichtung
Fassadenimprägnierung
Wärmedämmung
Schimmelbeseitigung
25 Jahre
Kostenlose Hotline
0800-6 28 73 76
schimmelfuchs.de
handwerkerimhaus.de
RP
ROLAND PALZ
Maurermeister

Erlebbar gemacht

Das persönliche Lieblingsbad

(akz-o) Badausstellungen bieten Bauherren und Renovierern gute Möglichkeiten passende Ideen für ihr Lieblingsbad zu finden. In kurzen Handy-Videos stellen Badverkäufer aus den Ausstellungen ihr persönliches Lieblingsbad, ihre Top-Produkte oder ausgewählte Serviceleistungen vor – und machen den einfachsten Weg zum neuen Badezimmer damit noch nahbarer und persönlicher. Mit spannenden Einblicken in neueste Trends und Produkte. Handy-Videos sind im Rhythmus von rund zwei Wochen auf dem Elements Facebook-Kanal zu sehen.

Foto: Elements/akz-o

Bei der Deutschland-Tour tritt ein Team aus Fachhandwerkern und Badverkäufern direkt gemeinsam an verschiedenen Standorten auf. Das Zusammenspiel erleichtert es den Kunden das neue Bad individuell zu planen. Zwischen Waschbecken und Wanne gehen die Experten auf individuelle Kundenwünsche ein und machen das neue Bad unmittelbar erlebbar. Denn die Kunden können sich immer auf die geballte Kombination aus fachlicher Bad-Expertise und fundiertem Handwerkswissen verlassen.

Auf das Fachhandwerk setzen

„Unser Ziel ist es, nicht nur einzelne Badprodukte, sondern auch gelungene Kombinationsmöglichkeiten erlebbar zu machen und persönlich zu den Menschen zu bringen – und das auf den Kanälen, auf denen immer mehr von ihnen unterwegs sind. Auf diesem Weg bieten wir – immer wieder auch mit einem Augenzwinkern – Information sowie Inspiration und werben auf greifbare und natürliche Art und Weise für den einfachsten Weg zum neuen Bad und das Zusammenspiel mit dem Fachhandwerk", sagt Bernhard Haider, bundesweit verantwortlich für die Umsetzung des Konzepts.

Die Videos sind unter anderem auf dem YouTube-Kanal und auf der Facebook-Seite von Elements (www.elements-show.de) zu finden.

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

Heißer Kern mit hartem Mantel in harmonischem Design

Wohlige Wärme aus Holz

(akz-o) Hin und wieder braucht jeder eine kleine Abwechslung. Frische Farbe an den Wänden oder gar das Umstellen der Möbel – besonders im eigenen Zuhause erweckt ein neues Ambiente schnell ein anderes Lebensgefühl. Hoch im Kurs stehen dabei holzbeschickte Kaminöfen. Zum einen sorgen sie für diese behagliche Geborgenheit und Atmosphäre, die nur die Kraft des Feuers beherrscht.

Ovaler Korpus mit Naturstein aus Portugal oder Beton. Fotos: Spartherm/akz-o

Zum anderen sind sie als Teil der Einrichtung ein Ausdruck der individuellen Persönlichkeit. Umso schöner, wenn hier das Passende zur Verfügung steht.

Zwei Modelle, die den Unterschied machen, gehören zur Senso-Serie von Spartherm. Als einer der führenden Hersteller in Deutschland und Europa brennt das Unternehmen seit über 30 Jahren für exquisite Feuerungstechnik. So verwöhnen die beiden Kaminöfen mit ihren weichen Rundungen das Auge bereits auf den ersten Blick. Möglich machen das der ovale Stahlkorpus und die nach vorn gebogene Tür, die für eine harmonisch-fließende Formsprache sorgen.

Unterstützt wird das Ganze durch die ausgefallene Oberflächenstruktur der wärmespeichernden Verkleidung. Beim Senso L klassik besteht diese aus einem hellen Kalkstein, dessen Seitenteile kanneliert sind. Das heißt, der Naturstein ist mit senkrechten Rillen versehen. Konturen, die ihm eine elegante Optik verleihen. Quer dagegen sind die Vertiefungen des Senso L fashion, dessen Betonmantel den großvolumigen Brennraum ober- und unterhalb umrahmt. Hierdurch wird die ruhige Ausstrahlung des Feuers betont. Und die zwei Kaminöfen werden so zum perfekten Partner für alle, die das Schöne gern mit dem Nützlichen verbinden.

Wohlige Wärme aus dem Bio-Brennstoff Holz

Speziell an kalten Herbstabenden oder strengen Wintertagen können die beiden Feuerstätten die Zentralheizung entlasten.

Dabei steht das Heizen mit Holz für klimaschonende Wärme aus erneuerbaren Energien – denn dazu zählt der biologische Brennstoff. Zudem bieten die Öfen modernste Verbrennungstechnik, die ein emissionsarmes und effizientes Feuervergnügen gewährleistet.

Und während die Energieklasse sowohl im raumluftunabhängigen als auch raumluftabhängigen Betrieb A+ entspricht, eignen sie sich mit ihrer Heizleistung von 5 bis 9 kW ideal für Wohnräume mit einem mittleren bis hohen Wärmebedarf. Mehr Informationen und Inspirationen unter www.spartherm.com.

Rund um die Uhr **brandaktuell**
www. metropoljournal.com

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

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

KAROSSERIEARBEITEN | LACKIERARBEITEN | OLDTIMER-RESTAURATION

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

MOHR AUTOSPENGLEREI AUTOLACKIERERE

Veranstaltungen

Weitere Informationen www.metropoljournal.com

Sonntag 01. 03

14:00 Uhr DEL: Adler Mannheim vs. ERC Ingolstadt Mannheim SAP Arena

Montag 02. 03

19:30 Uhr „Dornröschen“ - Klassisches Moskauer Ballett, Mannheim Capitol

Dienstag 03. 03

19:00 Uhr HBL: Rhein-Neckar Löwen vs. DHfK Leipzig Mannheim SAP Arena

Mittwoch 04. 03

20:00 Uhr Norbert Fimpel & Tolo Servera, Mannheim Casino

10/19 Uhr L'HÔTE
Ludwigshafen Studiobühne im Pfalzbau

Donnerstag 05. 03

19:00 Uhr Alice Hasters
Mannheim Casino

20:00 Uhr Jools Holland & special guest KT Tunstall, Mannheim Capitol

Samstag 07. 03

20 Uhr
Oststadt Theater

Ein Käfig voller Narren
07.03.2020

07.03 und 09.03
19:30 Uhr & 19:00 Uhr
GÖTZ VON BERLICHINGEN
Ludwigshafen Kleine Bühne im Pfalzbau

Sonntag 08. 03

14:00 Uhr DEL: Adler Mannheim vs. Schwenninger Wild Wings
Mannheim SAP Arena

11:00/ 15:00 Uhr „Schneewittchen – das Musical“,Mannheim Capitol

19:00 Uhr Berta Epple
Mannheim Casino

20 Uhr
Oststadt Theater

Noch 'n Gedicht
08.03.2020

Montag 09. 03

19:30 Uhr Broadway Nights
Mannheim Capitol

20:00 Uhr BollWERK Duo trifft Mela & the acoustik Flo
Mannheim Casino

Mittwoch 11. 03

20:00 Uhr THE WAVES
Ludwigshafen Kleine Bühne im Pfalzbau

11.03-12.03.2020
20:00 Uhr 5. SINFONIEKONZERT
Ludwigshafen BASF Feierabendhaus

Freitag 13. 03

20:00 Uhr Remember Cat Stevens
Mannheim Casino

13.03 - 15.03.2020
19:30 Uhr / 14:30 Uhr MÄNNER
Ludwigshafen Große Bühne im Pfalzbau

20 Uhr
Oststadt Theater

Landeier
13.03.2020

20:00 Uhr Lisa Feller
Mannheim Capitol

Samstag 14. 03

20:00 Uhr Ab in den Süden
Mannheim Capitol

20 Uhr
Oststadt Theater

Tratsch im Treppenhaus
14.03.2020

Sonntag 15. 03

18 Uhr
Oststadt Theater

Leichen tratschen nicht
15.03.2020

Mittwoch 18. 03

20:00 Uhr UNKRAUT
Ludwigshafen Pfalzbau

Donnerstag 19. 03

20:00 Uhr PRETENDER
Mannheim Capitol

19:00 Uhr HBL: Rhein-Neckar Löwen vs. HC Erlangen , MannheimSAP Arena

Freitag 20. 03

20:00 Uhr Lange Nacht der Stimmen
Mannheim Capitol

20.03 - 21.03.2020 19:30 Uhr MEDEA
Ludwigshafen Große Bühne im Pfalzbau

Samstag 21. 03

20:00 Uhr Genesis Classic feat. Ray Wilson & BandMannheim Capitol

Sonntag 22. 03

11:00 Uhr Pettersson & Findus
Mannheim Casablanca

20:00 Uhr The Petits Fours Show
Mannheim Capitol

18:00 Uhr JUDAS Ludwigshafen
Hinterbühne im Pfalzbau

Montag 23. 03

20:00 Uhr Panagiota Petridou
Mannheim Capitol

Veranstaltungen

Weitere Informationen www.metropoljournal.com

Parkplatz WOLLFABRIK VERANSTALTUNGSHAUS

Mannheimer Straße 35
68723 Schwetzingen
T +49 (0) 6202 5777 380
F +49 (0) 6202 5766857
info@alte-wollfabrik.de [Eingang Wildemannstraße]

Parkhaus
Wildemannstraße 21 und
Parkplatz Wildemannstrasse 7
68723 Schwetzingen

www.alte-wollfabrik.de

Dienstag 24. 03

20:00 Uhr Moses Pelham
Mannheim Capitol

10:00 Uhr / 16:00 Uhr FRAGILE
Ludwigshafen Hinterbühne im Pfalzbau

Mittwoch 25. 03

20:00 Uhr Meister der Phantastik
Mannheim Capitol

Donnerstag 26. 03

20:00 Uhr HAIR
Mannheim Capitol

20:00 Uhr Disney in Concert
Mannheim SAP Arena

Freitag 27. 03

27.03 & 29.03 19:30 Uhr & 14:30 Uhr
DIE FLEDERMAUS Ludwigshafen
Große Bühne im Pfalzbau

Samstag 28. 03

20 Uhr
Oststadt Theater

Oststadt-Theater
Mannheims heitere Bühne

Das (perfekte)Desaster
28.03.2020

20:00 Uhr Die Magier
Mannheim Capitol

18:00 Uhr Schlagernacht des Jahres 2020
Mannheim SAP Arena

19:30 Uhr WORT UND WEIN
Ludwigshafen Gläsernes Foyer

Sonntag 29. 03

19:00 Uhr Wolf Maahn & Band
Mannheim Capitol

18 Uhr
Oststadt Theater

Der Vogel lässt das Singen nicht
29.03.2020

Montag 30. 03

19:30 Uhr Legend of Pop
Mannheim Capitol

20:00 Uhr Sascha im Quadrat
Mannheim Capitol

Dienstag 31. 03

10/19 Uhr SCREAM Ludwigshafen
Kleine Bühne im Pfalzbau

Ihre Anzeige
Tel: 0621-72739490
www. metropoljournal.com

BLIM capelli SPORT sunmaker MV SNP

SO STEHEN IHRE STERNE

WIDDER
21.3.-20.4.
Damit Sie sich wieder angenehmen Dingen zuwenden können, sollten Sie so rasch wie möglich alle Aufgaben erledigen, die liegengeblieben sind.

STIER
21.4.-21.5.
Eine Liste mit klar definierten Zielen könnte Ihnen helfen, einen Plan für Ihre berufliche Zukunft zu entwickeln. Legen Sie los!

ZWILLINGE
22.5.-21.6.
Lösen Sie sich von Vorurteilen, wenn etwas Ihren Vorstellungen nicht entspricht. Akzeptieren Sie auch die Individualität Ihrer Mitmenschen.

KREBS
22.6.-22.7.
Lassen Sie sich von dem Chaos, was um Sie herum herrscht, nicht aus der Ruhe bringen. Beobachten Sie und ziehen Sie Ihre Schlüsse daraus.

LÖWE
23.7.-23.8.
Ihre beruflichen Ambitionen sind zwar im Wandel, werden sich aber auf ganz natürlichem Wege entwickeln. Haben Sie Geduld.

JUNGFRAU
24.8.-23.9.
Anfang des Monats könnte Ihnen eine schwierige Phase bevorstehen. Langfristig wird sich alles positiv für Sie auswirken.

WAAGE
24.9.-23.10.
In der letzten Zeit hat man Ihnen viel Gutes getan. Jetzt liegt es an Ihnen, etwas Dankbarkeit zurückzugeben. Beginnen Sie damit.

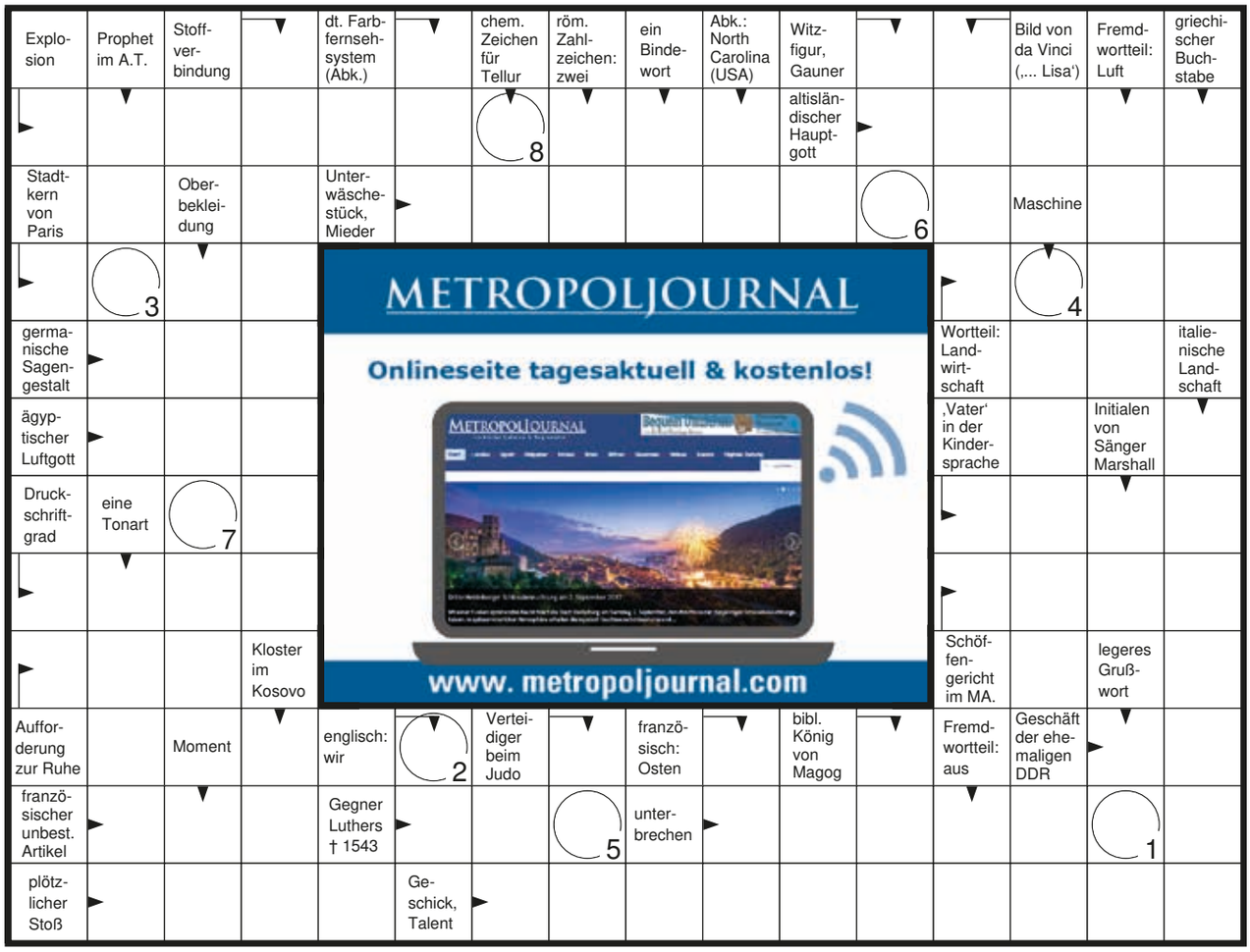
SKORPION
24.10.-22.11.
Durch Missverständnisse wird die Kommunikation mit Ihrem Partner gestört. In einer ruhigen Atmosphäre lassen sich die Streitigkeiten lösen.

SCHÜTZE
23.11.-21.12.
Ihre Intuition erweist sich als wertvoller Wegweiser. Hören Sie auf Ihre innere Stimme, Ihre übersinnliche Ader ist zurzeit besonders ausgeprägt.

STEINBOCK
22.12.-20.1.
Lassen Sie die nächste Zeit ganz entspannt angehen und geben Sie Freizeitstress oder Fitnesszwang keine Chance. Achten Sie mehr auf Ruhepausen.

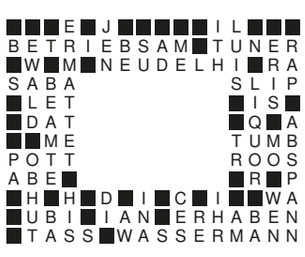
WASSERMANN
21.1.-19.2.
Es geht nicht darum, immer alles perfekt zu machen, sondern vielmehr den eigenen Rahmen zu erweitern und Spielräume auszuschöpfen.

FISCHE
20.2.-20.3.
Suchen Sie nicht immer bei allem einen Haken. Wenn Sie weiterhin so kritisch sind, wird Sie das nicht weiterbringen. Mehr Toleranz ist gefragt!



1	2	3	4	5	6	7	8

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



Auflösung Februar 2020

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

Auflösung Februar 2020

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

Fußpflege Rhein-Neckar
Ihre professionelle **mobile** Fußpflege und Maniküre
Kostenlose Anfahrt zu Ihnen nach Hause!
- Maniküre
- Pediküre
- Fuß- und Beinmassagen
- Waxing (Haarentfernung)

Tel.: 06204 /93 09 7 09
Mobil: 0176 / 631 49 654
info@fusspflegerheinneckar.de
Am Kapellenberg 41
68519 Viernheim
www.fusspflegerheinneckar.de

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

Radeln bei jedem Wetter

Fünf Tipps: So kommt man mit dem E-Bike auch im Winter sicher ans Ziel

(djd-mk). Regen, Matsch, Dunkelheit - selbst der leidenschaftlichste Radler muss in der kalten Jahreszeit viel Durchhaltevermögen beweisen. Doch mit der richtigen Ausrüstung und diesen fünf Tipps lässt sich die Fahrt mit dem Bike auch im Winter noch genießen.

Foto: djd-mk/Bosch

1. Die richtige Ausrüstung
"Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung." Das gilt auch für das Fahrradfahren in der dunklen Jahreszeit. Auf alles vorbereitet ist man am besten mit dem Zwiebellook: Die unterste Schicht besteht aus Funktionsbekleidung, die Feuchtigkeit nach außen trägt. Darüber sorgt wind- und wasserfeste Kleidung für den richtigen Schutz. Gegen kalte Ohren hilft ein Stirnband, eine dünne Mütze oder ein spezielles Innenfutter für Helme.

2. Das E-Bike winterfest machen
Selbst die beste Ausrüstung für den Fahrer nützt nichts, wenn das E-Bike nicht in Schuss ist. Die Reifen sollten genug Profil haben. Ist der Untergrund stark vereist oder verschneit, können Spikes helfen. Sie erhöhen die Haftung, sind allerdings nur für Pedelecs mit einer Unterstützung bis 25 Stundenkilometer zugelassen. Besonders wichtig ist es, den Akku zu schützen. Für längere Fahrten bei Minusgraden bietet sich ein Neoprenüberzug aus dem Fachhandel an, empfehlen die E-Bike-Experten von Bosch. Über Regen und Spritzwasser muss man sich hingegen keine Sorgen machen.

3. Sehen und gesehen werden
In der dunklen Jahreszeit ist es besonders wichtig, dass der E-Biker für andere Verkehrsteilnehmer gut sichtbar ist. Für Fahrräder und Pedelecs ist gesetzlich vorgeschrieben: Beleuchtung mit Frontscheinwerfer und weißem Frontreflektor, Rücklicht und rotem Rückstrahler, Reflexstreifen an Vorder- und Hinterreifen oder Reflektoren in den Speichen sowie je zwei gelbe Reflektoren an den Pedalen.

4. Angepasst fahren
Vorausschauendes und vorsichtiges Fahren ist auf rutschigen Wegen oberstes Gebot. Abrupte Lenkbewegungen und scharfes Bremsen sollte man bei schwierigen Straßenverhältnissen vermeiden. Insbesondere auf Schnee, Eis oder Laub gilt es, die Vorderradbremse dosiert einzusetzen und in Kurven am besten weder zu treten noch zu bremsen. Beim Anfahren sollte man auf starke Motorunterstützung verzichten, beim Bosch-Antriebssystem etwa auf den Turbo-Modus, da sonst die Reifen durchdrehen und den Grip verlieren können.

5. Wichtige Handgriffe nach der Tour
Ist der Biker am Ziel angekommen, möchte er am liebsten direkt ins Warme. Doch davor sind ein paar Handgriffe zu erledigen: Der Akku ist dem Fahrrad zu entnehmen und idealerweise trocken und bei Raumtemperatur zu lagern. Schmutz wie Salz aus Spritzwasser, Matsch oder Schnee, der nach der Fahrt am E-Bike haften bleibt, sollte man am besten direkt abwaschen.

Perfekt für die ganze Familie

Das Ruhrgebiet steckt voller Überraschungen

(spp-o) Einer der beliebtesten Zoos Deutschlands, alte Industriekultur zum Anfassen, eine Fußballarena mit langjähriger Tradition und viele weitere Freizeitattraktionen – das ist das Ruhrgebiet. In dieser Region mit ihrer einzigartigen Bergbaugeschichte gibt es viel zu entdecken. Für einen Kurzurlaub mit der ganzen Familie bietet sich Gelsenkirchen an. Die Stadt im Herzen des Ruhrpotts punktet nicht nur mit vielen Highlights, sondern auch mit ihrer Nähe zu Städten wie Oberhausen, Bochum oder Essen. Wer an einem einzigen Tag ‚die ganze Welt' entdecken möchte, sollte unbedingt der ZOOM Erlebniswelt in Gelsenkirchen einen Besuch mit der ganzen Familie abstatten. In den großzügigen, Alaska, Afrika und Asien nachempfundenen Revieren leben mehr als 900 Tiere in naturgetreuer Umgebung. Das spezielle Konzept des Zoos arbeitet mit nahezu unsichtbaren Grenzen und ermöglicht so großen und kleinen Besuchern einzigartige Begegnungen mit der Tierwelt. Ob zur Veltins-Arena nach Essen, zum Legoland Discovery Centre nach Oberhausen, zum Movie Park Germany nach Bottrop oder zu einem Musical nach Bochum: Das Maritim Hotel Gelsenkirchen, nah beim Hauptbahnhof und dennoch ruhig am Stadtgarten gelegen, ist der perfekte Ausgangspunkt für Ausflüge in die Umgebung. Auch das CentrO in Oberhausen liegt nicht weit: Bei einem Shoppingtrip können Besucher hier stundenlang durch mehr als 250 Geschäfte bummeln. Ein toller Service des Maritim sind Lunchpakete, die das Hotel für die Ausflüge zusammenstellt. Zur späteren Entspannung laden eine gemütliche Sauna, ein großes Schwimmbad und ein Restaurant mit Blick auf den Stadtgarten ein.

Foto: Zoom Erlebniswelt/Maritim Hotel/spp-o

Regionales & Lokales
www. metropoljournal.com

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

OsterVarieté

FAMILY SHOW

09. - 12. APRIL 2020 IM PORTLAND FORUM LEIMEN

Feiertage sind die perfekte Gelegenheit, um mit der Familie etwas Außergewöhnliches zu erleben. Lassen Sie sich entführen in die magische Welt des OsterVarieté und genießen Sie gemeinsam mit Ihren Liebsten eine wunderbare Zeit voller Emotionen, Leidenschaft und Spannung!

Freuen Sie sich auf klassisches Varieté Feeling mit Witz, Magie, Akrobatik und Tanz in zwei 50minütigen Showparts. Staunen und Begeisterung für Groß und Klein garantiert!

Erleben Sie pures Vergnügen im Kreise Ihrer Liebsten und verbringen Sie ein zauberhaftes Osterfest bei uns im Portland Forum in Leimen!

OLI DUMS

ORNELLA DE SANTIS

FELIX GAUDO

SAMIRA REDMANN

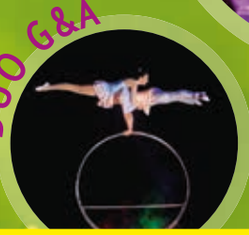
PHIL OS

LASERMAN

DUO FOCUS

DIRK SCHEFFEL

VEGAS SHOWGIRLS



DUO G&A

RABATTAKTION FÜR METROPOLJOURNAL-LESER

Mit dem Gutscheincode **„Osterhase“** erhalten Sie 10%-Rabatt auf eine Buchung für das OsterVarieté!

Tickets erhalten Sie online unter www.oster-variete.de

TERMINE

Donnerstag	09.04.2020 // 20:00 Uhr
Samstag	11.04.2020 // 15:00 Uhr
Samstag	11.04.2020 // 20.00 Uhr
Sonntag	12.04.2020 // 15:00 Uhr
Sonntag	12.04.2020 // 20:00 Uhr