

Mannheim



Mehr erfahren auf Seite 02-

Heidelberg



Mehr erfahren auf Seite 05-06

Ludwigshafen



Mehr erfahren auf Seite 03

Speyer



Mehr erfahren auf Seite 03

Juli 2020

Aus der Region.....	02-05
Gesundheit &	
Wellness.....	08-09
Bauen / Wohnen & Renovieren.....	06-07
Rätsel.....	10
Impressum.....	2

Rund um die Uhr
brandaktuell

Lokales & Regionales
Immer Kostenlos!

Lokal profitieren -
regional informieren

www.metropoljournal.com

Neue Achterbahnen in Tripsdrill

Zwei neue Achterbahnen die in einem atemberaubenden Wettstreit gegeneinander antreten



Foto: Tripsdrill

(red) Das Konzept stellt in doppelter Hinsicht eine Weltneuheit dar: Zum einen kreuzt sich der Streckenverlauf beider Bahnen mehrfach, so dass sich diese einen atemberaubenden Wettstreit liefern. Zum anderen handelt es sich bei einer der zwei Attraktionen um einen neu entwickelten Typ von Hängeachterbahn mit gleich vier Überschlägen. Hinzu kommt eine

Familien-Achterbahn, bei der es nicht nur vorwärts, sondern auch im Rückwärtsschuss bergab geht.

Mit „Volldampf“ auf der schwäbischen Eisenbahn

Bei der Gestaltung der Familien-Achterbahn haben wir uns von einem der bekanntesten schwäbischen Volkslieder inspirieren lassen: Nämlich von

der „Schwäbischen Eisenbahn“. In dem Ende des 19. Jahrhunderts entstandenen Lied wird eine turbulente Reise auf der Schwäbischen Eisenbahn besungen: Von Stuttgart über Ulm und Biberach bis nach Durllesbach. Die Bahnstrecke wird nun fiktiv nach Tripsdrill weitergeführt. Die Achterbahn wird im Stil einer Dampflokomotive aus dem 19. Jahrhundert und mehreren Abteilen gestaltet. Dazu passend wurde für die neue Attraktion der Name „Volldampf“ gewählt.

„Hals-über-Kopf“ in ein waghalsiges Abenteuer

Die Thematisierung der Hängeachterbahn geht auf die „Sieben Schwaben“ zurück – einer Erzählung, die schon seit Hunderten von Jahren im Schwa-

benland verwurzelt ist. Die Sieben Schwaben setzten sich einst das Ziel, ein furchterregendes Ungeheuer am Bodensee aufzuspüren. Mit einer riesigen Lanze bewaffnet stürzten sie sich in ein waghalsiges Abenteuer.

Das Ungeheuer entpuppte sich allerdings als ein Hase, der erschrocken davonhoppelte, als die Sieben Schwaben auf ihn zustürmten. Die neue Achterbahn trägt daher den Namen „Hals-über-Kopf“: Mit dieser Namensgebung beziehen wir uns nicht nur auf die überstürzten Heldengeschichten der Sieben Schwaben, sondern auch auf die gleich vier so genannten Überkopfelemente (Überschläge), welche zu den Alleinstellungsmerkmalen dieses neuen Prototyps gehören.

IPFEIFER ABWASSER-KANAL

Wir machen Ihr Rohr frei!



24H-SOFORT-HILFE

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

0 62 03 /
95 44 55

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

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

1 2 3
EINS ZWEI DREI
MEDIEN

Nichts vergeht schneller als eine schlechte Idee.

Tel.: 0621/ 72 73 94 90 • E-Mail: info@123medien.com

www.metropoljournal.com

Impressum

Herausgeber:

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

REDAKTION:

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

Wolfgang Lutz (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

www.metropoljournal.com

Kitas ab Juli wieder für alle Kinder geöffnet

Rückkehr zum „Regelbetrieb unter Pandemiebedingungen“

(red) Die Stadt Mannheim sowie die freien Träger streben für ihre Kindertagesstätten – gemäß der entsprechenden Verordnung des Landes – zum 1. Juli die Rückkehr der Tageseinrichtungen für Kinder zu einem „Regelbetrieb unter Pandemiebedingungen“ an. Dabei müssen nach wie vor die strengen Vorgaben des Infektionsschutzes gewährleistet bleiben. Das bedeutet umgekehrt, dass es hinsichtlich der pädagogischen Angebote noch keine Rückkehr zum „Normalbetrieb“ gibt. Dennoch soll jedes Kind, das eine Kita besucht, ein Betreuungsangebot erhalten – wenn auch gegebenenfalls nicht im selben Umfang wie bislang gewohnt.

„Das gemeinsame Ziel von Stadt und Trägern ist es, allen Kindern unter den gegebenen Prämissen die bestmöglichen Angebote machen zu können. Hierauf haben wir uns bei einem gemeinsamen Gespräch am Montag zwischen Stadt und Trägern verständigt“, betont Bildungsbürgermeister Dirk Grunert. Somit gewährleisten alle Träger in Mannheim ab 1. Juli in Abhängigkeit von der jeweiligen Personalsituation entsprechende Betreuungsmodelle im Rahmen des „Regelbetriebs unter Pandemiebedingungen“.

Die freien Träger bieten den Eltern unterschiedliche Betreuungsmodelle – entweder im bisherigen Umfang oder zum Teil in reduzierter Form – an, die beim jeweiligen Träger erfragt werden können.

Die Kinder werden in festen Gruppen betreut. Die Gruppengröße richtet sich nach der bisherigen jeweiligen Betriebserlaubnis.

Für die Rückkehr des Kindes in die Tageseinrichtung müssen sich Eltern nicht gesondert anmelden. Sie können sich ab heute (24.06.) direkt mit der Einrichtungsleitung ihrer Kita in Verbindung setzen. Die Eltern, deren Kind in einer Einrichtung der katholischen

Kirchengemeinden betreut wird, werden gesondert angeschrieben.

Städtische Kindertagesstätten

In den 53 städtischen Einrichtungen erhalten alle Kinder ein Betreuungsangebot an fünf Tagen in der Woche. Die Einhaltung der Infektionsschutzvorgaben und damit verbundene personelle Engpässe in den Kindertagesstätten machen es aber erforderlich, das Betreuungsangebot gegenüber dem Normalbetrieb einzuschränken. Nur so ist es möglich, allen Kindern ein Angebot zur Verfügung stellen zu können.

Die generellen Öffnungszeiten aller Kinderhäuser sowie die Betreuungszeiten für alle Kinder täglich auf maximal 8 bis 16.30 Uhr (freitags bis 16 Uhr) angepasst werden.

In Krippe und Kindergarten stehen in Abhängigkeit vom zur Verfügung stehenden Personal folgende Betreuungsangebote: Ganztagesangebote, Verlängerte Öffnungszeit (VÖ: 8 bis 14 Uhr) oder Vormittagsbetreuung (VM neu: 8 bis 12 Uhr). In den Horten werden Grundschulkinder im Anschluss an die Schule ab 11.30 Uhr betreut und zwar fünfstündig (11.30 bis 16.30, freitags bis 16 Uhr), dreistündig (11.30 bis 14.30 Uhr) oder zweistündig (11.30 bis 13.30 Uhr).

Die Gebühren sollen entsprechend angepasst werden. Kinder, die die Kita im Rahmen der Notbetreuung besuchen, behalten ihren Platz.

Ab Herbst soll dann jedes Kind im Krippen- und Kindergartenbereich der städtischen Kitas zumindest das Angebot eines VÖ-Platzes (verlängerte Öffnungszeit bis 14 Uhr) sowie im Hortbereich eine fünfstündige Nachmittagsbetreuung erhalten. Auch eine Erweiterung der Randzeitenbetreuung wird für den Herbst angestrebt. Hierfür ist allerdings zusätzliches Personal erforderlich, um das sich die

Stadt derzeit bemüht. Die finale Entscheidung über das Konzept trifft der Gemeinderat.

„Wir planen, dass ab Juli wieder alle Kinder an fünf Tagen in der Woche ihre Einrichtung besuchen können. So möchten wir den Familien, die lange Zeit unter erheblichen Druck standen, helfen und die Möglichkeiten, Beruf und Familie vereinbaren zu können, verbessern“, betont Familienbürgermeister Dirk Grunert.

Schulkindbetreuung: verlässliche Betreuung ab 29. Juni

Auch im Bereich der Schulkindbetreuung strebt der Fachbereich Bildung im Zusammenwirken mit den Grundschulen für die in den Betreuungsangeboten angemeldeten Schüler*innen im Rahmen der Hygienevorgaben eine durchgehende und damit für die Eltern verlässliche Betreuung ab 29. Juni an. Das Ziel der Planungen ist es, die Betreuung sicher und berechenbar täglich nach Schulende bis 14 Uhr bzw. 17 Uhr zu gewährleisten.

Vor dem Hintergrund, dass auch in den Horten an der Schule und der Betreuung im Rahmen der Verlässlichen Grundschule (VGS) ein Teil des Personals Risikogruppen zugehörig ist und damit nicht zur Verfügung steht, wird allerdings der zeitliche Umfang des Angebots entsprechend eingeschränkt werden müssen: So wird die Frühbetreuung vor dem Unterricht wegfallen. Die Gebühren sollen entsprechend angepasst werden.

Kindertagespflege: Rückkehr zum „Regelbetrieb unter Pandemiebedingungen“

In der Kindertagespflege strebt die Stadt Mannheim ebenso zum 1. Juli den „Regelbetrieb unter Pandemiebedingungen“ an. Kindertagespflegepersonen sollen, gemäß ihrer geltenden Erlaubnis zur Kindertagespflege im Regelbetrieb ohne die derzeit noch aktuelle Einschränkung des Platz-Sharings ab diesem Datum Kinder betreuen.

Dabei müssen die strengen Vorgaben des Infektionsschutzes, insbesondere auf der Grundlage der gemeinsamen Schutzhinweise für die Betreuung in Kindertagespflege und Kindertageseinrichtungen während der Coronapandemie des KVJS, der Unfallkasse Baden-Württemberg und des Landesgesundheitsamtes in der jeweils gültigen Fassung von den Kindertagespflegepersonen gewährleistet und umgesetzt werden.

Für die Eltern entfällt die Anmeldung, die bisher zur Notbetreuung erforderlich war.

Kinderbetreuungs-Gebühren: ab Juli wieder reguläre Beitragspflicht

Ab Juli gilt bei allen Trägern wieder die Beitragspflicht für die Betreuung. Für die städtischen Einrichtungen ist geplant, dass die Gebühren ab Juli für alle Betreuungsformen entsprechend der jeweiligen Betreuungsform angepasst und ggf. gekürzt werden.

Bei den Gebühren für den Mai hatte der Gemeinderat bereits entschieden, Eltern, die keine Notbetreuung wahrnehmen, die Gebühren zu erlassen. Auch freie Träger erhalten für diese Fälle wieder eine Erstattung bis zur Höhe der kommunalen Gebühren. In gleicher Weise soll auch mit den Juni-Gebühren verfahren werden. Auch hierüber entscheidet final der Gemeinderat in seiner Sitzung am 2. Juli. Für Eltern, die bisher Notbetreuung – unabhängig von der Zahl der Tage – in Anspruch genommen haben, fallen die regulären kompletten Monatsgebühren an. Die freien Träger verfahren analog.

Hotlines

Für Rückfragen stehen folgende Hotlines bereit (Montag bis Freitag von 9 bis 14 Uhr):

- Kindertagesstätten: 0621 -293-5656
- Kindertagespflege: 0621 293-3734
- Schulkindbetreuung: 0621-293-7950.

Landgericht Mannheim erlässt einstweilige Verfügung gegen Vattenfall

MVV geht im Interesse ihrer Kunden gegen Wettbewerbsverstöße vor

(red)Das Mannheimer Energieunternehmen MVV geht im Interesse seiner Kunden gegen Wettbewerbsverstöße auf dem Energiemarkt vor. Daher hat das Unternehmen jetzt vor dem Landgericht Mannheim eine einstweilige Verfügung gegen die Vattenfall Europe Sales GmbH erwirkt.

Dabei geht es um unzulässige Aussagen im Rahmen von Haustür-Vertriebsaktivitäten. So ist es nicht zulässig, Verbraucher an der Haustür oder Wohnungstür anzusprechen, ohne bereits zu Beginn mitzuteilen, welchen Zweck der Besuch hat und für welches Unternehmen der

Werber tätig ist. In dem nun vom Gericht gerügten Fall hatte der Werber mit der Behauptung von Preissenkungen bei Strom und Gas die MVV-Kundendaten des Verbrauchers abgefragt, um sie für einen Vertragswechsel zu verwenden, ohne dies offenzulegen. Dieses Vorgehen hat das Landgericht Mannheim jetzt untersagt.

„Wenn Ihnen jemand an der Haustür oder am Telefon einen neuen Energieliefervertrag verkaufen möchte, sollten Sie das Angebot in Ruhe prüfen“, rät Matthias Schöner, Leiter des MVV-Privat- und Gewerbekun-

denvertriebs. „Für Fragen zu unseren Verträgen und Produkten stehen wir gerne über unsere kostenlose Service-Hotline oder in unserem Kundenzentrum zur Verfügung.“

Die Hotline ist unter der Telefonnummer 0800 6882255 montags bis freitags von 8 Uhr bis 20 Uhr zu erreichen.

Das MVV-Kundenzentrum E.forum im Verwaltungshochhaus am Luisenring ist werktags außer Mittwoch von 8 Uhr bis 18 Uhr und mittwochs von 8 Uhr bis 12 Uhr und von 14 Uhr bis 18 Uhr geöffnet. Alle Kunden- und Vertragsdaten können

auch über die MVV-Online-Services einfach und bequem von zu Hause gepflegt werden.

Die Produkte und Dienstleistungen der MVV sind auf der Webseite des Unternehmens unter www.mvv.de/energie zu finden. Viele nützliche Informationen und Funktionen rund um die Energieversorgung finden sich auch in der MVV-App „Mein Quadrat“.

Bei der Gerichtsentscheidung handelt es sich um eine sogenannte Beschlussverfügung, die ohne mündliche Verhandlung ergangen und daher noch nicht rechtskräftig ist.

Abriss der Pilzhochstraße

Termin für Öffnung der Mundenheimer Straße rückt näher

(red) Wenn alles nach Plan verläuft, kann in der Woche vom 6. Juli 2020 der Durchgang der Mundenheimer Straße zum Berliner Platz für Fußgänger*innen und Radfahrer*innen geöffnet werden. Dies ist aber abhängig vom Zustand des Asphalts nach dem Abriss und kann erst beurteilt werden, wenn der gesamte Schutt abgefahren und alle Stützen sowie Baggermatratzen entfernt wurden.

Die Abfahrt des Schutts läuft bereits seit Montag. Er wurde inzwischen größtenteils beprobt und anhand

des Ergebnisses von etlichen LKW zum Recycling gebracht. Als nächster Schritt folgt nun noch der Abriss des Bauwerks 154 am Faktorhaus. Auch hier wird der Schutt anschließend beprobt und dann abtransportiert.

Die Öffnung des Durchgangs der Mundenheimer Straße für den Verkehr erfolgt nun in einzelnen Schritten. In der ersten Phase wird ein Durchgang für Fußgänger*innen und Radfahrer*innen geschaffen. Etwa vier Wochen später, wenn die Masten für die Ampeln und die

Fahrleitung gebaut sind, könnten dann in der zweiten Phase auch wieder PKW von der Mundenheimer Straße in Richtung Berliner Platz rollen. Dies setzt voraus, dass die Fahrbahn keine größeren Schäden vom Abriss davongetragen hat. Zudem bleibt der Durchgang bis auf Weiteres eine Einbahnstraße in Richtung Berliner Platz. Dies ist auch darin begründet, dass durch weitere Baumaßnahmen rund um den Berliner Platz ein Verkehrsfluss in beide Richtungen schwer umsetzbar ist.

Wiederum vier Wochen nach der Öffnung für PKW, könnten ab voraussichtlich Anfang September in Phase drei auch wieder die Straßenbahnen und Busse der rnv fahren. Bis dahin wird noch die Signaltechnik installiert und die Oberleitungen gespannt. Auch hier ist Voraussetzung für diesen Zeitplan, dass beim Abriss die Schienen nicht beschädigt wurden. Während allen Phasen kann es auch immer wieder zu kurzfristigen Sperrungen des Durchgangs kommen. Dies ist aus

Sicherheitsgründen unumgänglich. Als nächster Abschnitt steht dann das Bauwerk 168 in Höhe der Sparkasse vor dem Abriss.

Allerdings kann hier noch kein genauer Zeitrahmen genannt werden, da zuerst das Bauwerk 167 beim Mosch-Hochhaus abgestützt und vorbereitet werden muss. Erst dann kann der Asphalt auf Bauwerk 168 abgefräst, die Querkraftkopplungen getrennt und schließlich mit dem Abriss begonnen werden.

Im Wildpark ist ganz schön viel los

Termin für Öffnung der Mundenheimer Straße rückt näher

(red) Bei den Tarpanen gibt es dieses Jahr bereits zum zweiten Mal Nachwuchs. Die vierjährige Luisa hat am 14. Juni 2020 einen kleinen Hengst geboren. "Das Jungtier sucht immer die Nähe seiner Mutter und entwickelt sich prächtig.

Es steht sehr schnell auf eigenen Beinen und geht im Gehege bereits sehr neugierig auf Entdeckungstour. Wir freuen uns, dass sich die Tiere im Wildpark so wohlfühlen", freut sich Gabriele Bindert, Leiterin des Bereichs Grünflächen und Friedhöfe beim Wirtschaftsbetrieb Ludwigshafen. Bereits am 11. Mai stellte sich mit der Geburt eines Hengstes Nachwuchs ein. Nun leben im Wildpark insgesamt fünf Tarpane. "Seit einigen Wochen ist auch in so manchen Gehegen ganz schön viel los.

Die Ouessantschafe und die Wildschweine haben bereits Junge und warten mit diesen darauf von Besucher*innen bestaunt zu werden", ergänzt Wildparkleiter Wolf Hoffmann.



Unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln kann der Wildpark täglich zu den gewohnten Öffnungs-

zeiten von 9 bis 19 Uhr besucht werden. Einlass ist bis eine Stunde vor Parkschließung.

Goldankauf Michael

Wir kaufen

- Gold
- Altgold
- Bruchgold
- Münzen
- Zahngold
- Uhren
- Modeschmuck
- Silber

Wir zahlen bis zu 50€ je g Gold

Kostenloser Hausbesuch bis 100 km



Ein Anruf genügt
Mo-Fr 11 - 19 Uhr
Sa 11 - 16 Uhr

Büro: 0621 - 59 28 17 93
Mobil: 01573 - 80 21 9 55

Brüsseler Ring 65
67069 Ludwigshafen

Wie verbinden regionales & lokales

www.metropoljournal.com

Startschuss für Speyerer Stadtführungen am 24. Juni 2020

Nach einer nunmehr viermonatigen, durch Corona bedingten Zwangspause, werden ab dem 24. Juni 2020 wieder Stadtführungen durch Speyer angeboten.

(red) Den Auftakt macht Gästeführer Heinz-Günther Fischer, der auf eine vierzigjährige Karriere bei der Kriminalpolizei und Tätigkeit als Polizeisprecher zurückblickt. Er wird eine elfköpfige Gruppe aus dem nordrhein-westfälischen Troisdorf durch die Domstadt führen. Ein neu entworfenes Sicherheitskonzept sorgt für den Schutz der Gäste und der Gästeführer*innen. Die maximale Teilnehmerzahl wurde von 25 auf zwölf Personen reduziert.



Foto: Stadt Speyer

Um gewährleisten zu können, dass der Mindestabstand nicht aus akustischen Gründen unterschritten wird, erhalten die Gäste Kopfhörer und empfangen die Erklärungen des Gästeführers oder der Gästeführerin direkt über diese in einer selbst wählbaren Lautstärke. Weiterhin ist das Tragen einer Mund- und Nasenbedeckung für alle Teilnehmer*innen verpflichtend. In zwölf Sprachen können sich interessierte Gäste aus Nah und Fern von den rund 100 ausgebildeten

Gästeführer*innen durch die Stadt begleiten lassen. Der „Klassiker“ ist der eineinhalb- bis zweistündige „Speyermer Stadtpaziergang“, bei dem man entlang der bedeutendsten Sehenswürdigkeiten die Geschichte der Stadt hautnah erleben kann.

Für Rückfragen und Buchungen stehen gerne die Kolleg*innen der Tourist-Information unter 0 62 32 - 14 23 92 oder unter touristinformati@stadt-speyer.de zur Verfügung.

Sparkasse Vorderpfalz

erleichtert weiteren Kunden den Zugang zum Online-Banking

(red) Die Sparkasse Vorderpfalz bietet ihren Kunden ab sofort in einem stark vereinfachten Prozess die Möglichkeit, sich auf elektronischem Weg für das Online-Banking freischalten zu lassen, ohne dass sie dafür in eine Geschäftsstelle kommen müssen. Sie reagiert damit auf das deutlich gestiegene Interesse an Online-Banking Leistungen – auch von Kunden, die ihre Bankgeschäfte bisher lieber in der Geschäftsstelle durchgeführt haben. Immer mehr Menschen wünschen sich die Möglichkeit, Überweisungen oder Saldoabfragen auch von Zuhause aus durchführen zu können. Weitere Informationen gibt es unter <https://www.sparkasse-vorderpfalz.de/online-banking>.



Sparkassen-Chef Thomas Traue betont: 'Die Sparkasse Vorderpfalz bietet ihren Kunden ab sofort in einem stark vereinfachten Prozess die Möglichkeit, sich auf elektronischem Weg für das Online-Banking freischalten zu lassen, ohne dass sie dafür in eine Geschäftsstelle kommen müssen'.
Foto: Sparkasse Vorderpfalz

„Sicheres Bezahlen, direkter Kontakt zur Sparkasse, Kontoverwaltung und Serviceleistungen von Zuhause aus, aber eben auch Infektionsschutz – all das ist jetzt besonders wichtig“, betont Thomas Traue, Vorstandsvorsitzende der Sparkasse Vorderpfalz. Bisher hatten ca. 45 % der Sparkassenkunden darauf verzichtet, ihr Konto online zu führen. „Nun beginnt ein Umdenken, denn der Bedarf hat sich in den letzten Wochen schlagartig verändert“, so Traue weiter: „Noch mehr Menschen wollen ihr Konto per PC, Laptop oder Smartphone führen, sie können den zusätzlichen Zugang zu ihrer Sparkasse jetzt schnell und einfach unter <https://www.sparkasse-vorderpfalz.de/online-banking> selbst einrichten. Zusätzlich zur elektronischen Kontoführung bieten wir unseren Kunden Beratungen und Serviceleistungen per Telefon 0621 59920 (auch via WhatsApp), E-Mail oder Chat. Selbstverständlich stehen wir auch weiterhin für eine persönliche Beratung gerne zur Verfügung, denn nicht alle Finanzgeschäfte lassen sich über Telefon oder digitale Wege abbilden.“

Hintergrund:

Ist die Internet-Filiale ein echter Ersatz für den direkten Kontakt?

Thomas Traue: Neben den Sparkassen-Geschäftsstellen vor Ort gehört die

digitale Präsenz der Internet-Filiale schon lange zu den wichtigsten Anlaufstellen für Kundinnen und Kunden. Aktuell etwa bietet die Internet-Filiale die Möglichkeit, mit wenigen Klicks z.B. Anträge für Förderkredite oder für eine Tilgungsaussetzung einzureichen. Und wer bisher noch kein Online-Banking nutzte, kann sich dort natürlich direkt dafür freischalten lassen.

Was ändert sich am Konto?

Thomas Traue: Es kann dann mehr. Das Kontomodell bleibt aber das gewohnte. Denn eine Online-Banking-Vereinbarung bedeutet nicht, dass der persönliche oder telefonische Kontakt zur Sparkasse wegfällt. Kunden bekommen einfach mehr Leistungen, mehr Selbstständigkeit, kürzere Wege, mehr zeitliche Unabhängigkeit. Muss man als Sparkassenkunde denn jetzt zwingend Online-Banking machen?

Thomas Traue: Das bleibt weiterhin Entscheidung jedes Kunden und jeder Kundin. Wir haben aber den Eindruck, dass jetzt mehr Menschen von sich aus diesen Weg gehen wollen, weil es durch Corona insgesamt einen großen Digitalisierungsschub in der Gesellschaft gegeben hat. Uns ist wichtig, dass unsere Kunden um ihre Chancen wissen, daran teilzuhaben.

Wir wollen ihnen über die Hemmschwellen helfen, die es vereinzelt noch gibt, damit die Menschen ihre

Gewohnheiten leicht umstellen oder auch einfach das Online-Banking ausprobieren können. Wir sind überzeugt

– es wird das Leben der Menschen einfacher machen – gerade in der aktuellen Situation, aber auch in Zukunft.



Entscheiden ist einfach.



www.sparkasse-vorderpfalz.de

Weil die Sparkasse verantwortungsvoll mit einem Kredit helfen kann.

Sparkassen-Privatkredit.

 **Sparkasse Vorderpfalz**

ZEUS Elektroroller starten in Heidelberg

VRN vereinbart Kooperation mit irischem Start-up Dienstleister ZEUS Scooters

(red) Der irische Elektroroller Anbieter ZEUS Scooters startet heute mit den ersten E-Tretrollern in Heidelberg. Als Teil der Mikro- und Nahmobilität sollen sich die dreirädrigen Elektroroller zu einem weiteren Mobilitätsbaustein im Verkehrsverbund Rhein-Neckar (VRN) entwickeln. Für die Benutzung sind pro Fahrt 1 Euro Startgebühr plus 19 Cent pro Minute zu zahlen. Die Ausleihe erfolgt ausschließlich per Smartphone über die ZEUS App.



Foto: ZEUS

Insgesamt sollen in Kürze rund 200 Roller in Heidelberg zur Verfügung stehen. Neben Heidelberg wird ZEUS in fünf weiteren Städten in Deutschland vertreten sein und ist mit 28 weiteren europäischen Städten im Gespräch.

Die Kooperationsvereinbarung zwischen ZEUS Scooters und dem VRN dient dazu, insbesondere Anreize für eine gemeinsame Nutzung des ÖPNV sowie die Elektroroller in das

bestehende Mobilitätsangebot zu integrieren und die vorhandenen Services zu ergänzen.

Die Kooperation beinhaltet in einem ersten Schritt das Co-Branding der E-Tretroller durch ein Logo des VRN und sieht Vergünstigungen für VRN-Jahreskarteninhaber vor.

Weitere Informationen sind erhältlich unter www.vrn.de oder <https://zeusscooters.com/help-and-info>

Geringe Fallzahlen - Betrieb Heidelberger Corona-Testzentrums ruht ab 01 Juli

Testzentrum in Schwetzingen übernimmt die Abstriche

(red) Aufgrund der aktuell geringen Fallzahlen ruht der Betrieb des von der Stadt Heidelberg betriebenen Corona-Testzentrums auf dem Kirchheimer Messplatz ab Mittwoch, 1. Juli 2020, bis auf Weiteres. Die aktuell durchschnittlich 21 Testungen pro Tag werden vom Testzentrum in Schwetzingen übernommen. Insbesondere gegenüber der Anfangszeit der Coronavirus-Pandemie ist die Anzahl der Testungen deutlich gesunken. Damals wurden durchschnittlich 56 Personen an einem Tag getestet. Die aktuell geringe Zahl an Testungen steht nicht im Verhältnis zu dem finanziellen Aufwand, den der Betrieb eines eigenen Heidelberger Zentrums bedeutet.

Die gesamte Infrastruktur, also unter anderem die Container und die Technik, bleibt auf dem Messplatz erhalten. So kann die Stadt auf möglicherweise steigende Infektionszahlen schnell reagieren und das Testzentrum mit wenig Aufwand wieder in Betrieb nehmen. Die Stadt Heidelberg hat das als „Drive-In“ konzipierte Abstrichzentrum gemeinsam mit dem Deutschen Roten

Kreuz (DRK) organisiert. Seit Inbetriebnahme Ende März 2020 ist dort von fast 2.500 Personen ein Abstrich genommen worden.

Auch für das Corona-Testzentrum in Schwetzingen müssen alle Patientinnen und Patienten grundsätzlich einen Termin haben. Termine werden über die Hotline des Gesundheitsamts (06221 522-1881) vermittelt. Auf keinen Fall sollten Personen ohne Termin direkt zum Testzentrum kommen. Das Testzentrum ist von Montag bis Freitag von 10 bis 14 Uhr mit fünf Mitarbeitern vor Ort.

Die Fieberambulanz wird vorerst weiterbetrieben

Heidelbergs Fieberambulanz auf dem Kirchheimer Messplatz – ein Projekt der kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg – wird vorerst weiterbetrieben. Dort sind die Untersuchungszahlen mit durchschnittlich elf Fällen am Tag momentan gleichbleibend. Die Fieberambulanz ist die zentrale Anlaufstelle für Menschen, bei denen der Verdacht besteht, dass sie sich mit dem Coronavirus infiziert haben.

Auf diese Weise wird die Ansteckungsgefahr in allen anderen Arztpraxen reduziert.

Sie ist von Montag bis Freitag, 10 bis 14 Uhr, für Erwachsene und von 16 bis 18 Uhr für Kinder und Jugendliche geöffnet. In der Fieberambulanz untersuchen Ärzte die Patienten mit Fieber und Atemwegsinfekten oder Corona-Infizierte mit einer Verschlechterung des Zustands.

Bei Bedarf wird ein Abstrich vorgenommen. Der Weg für die Patienten in die Fieberambulanz führt in erster Linie über eine telefonische Absprache mit den Hausärzten und Kinderärzten. Falls die Patienten ihren Hausarzt nicht erreichen oder keinen Hausarzt haben, können sie über den ärztlichen Bereitschaftsdienst (116 117) oder die Corona-Hotline des Gesundheitsamtes Rhein-Neckar (06221 522-1881) gehen.

Auf keinen Fall sollen Patienten direkt ohne vorherige Anmeldung in die Fieberambulanz kommen.



M&M Soundlight
Matthias Mumm
 Vermietung von Event- und DJ-Equipment
 Mobiler DJ

Tel: 0162 - 3666066
 E-Mail: soundnlight@email.de
 www.facebook.com/MMSoundlight



Das Solarship "Neckarsonne"
Die Attraktion in Heidelberg

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 geschuldet zu lösen. Fahrkarten sind direkt am Bord erhältlich.
 Preise pro Person.
 Hunde: € 3,50,- Euro

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

Anfragen und Buchungen unter:
Heidelberger Solarschiffahrtsgesellschaft mbH
 Kapitän Ingo Ilzhöfer - Telefon: 07263/40 92 84 - Mobil: 0173/983 86 37
 E-mail: neckarsonne@t-online.de - Internet: www.HDSolarSchiff.com
Abfahrtszeiten: 10.00, 11.30, 13.00, 15.00, 16.30, 18.00 Uhr
 montags Ruhetag - ausgenommen Feiertage

Livestream-Veranstaltung „Mittelstand trifft Politik“

Unternehmer aus der Wirtschaftsregion Bergstraße diskutierten mit Repräsentanten aus dem politischen Umfeld

(red) Mitte dieser Woche diskutierten Unternehmer aus der Wirtschaftsregion Bergstraße mit Repräsentanten aus dem politischen Umfeld im Rahmen der Veranstaltung „Mittelstand trifft Politik“, die per Livestream aus der GGEW AG in Bensheim übertragen wurde. Akteure waren Landrat Christian Engelhardt, Aufsichtsratsvorsitzender der Wirtschaftsregion Bergstraße / Wirtschaftsförderung Bergstraße GmbH (WFB), Christian Jöst, Geschäftsführer der Jöst Abrasives GmbH und Vizepräsident der IHK Darmstadt, Dr. Jürgen Gromer, Beiratsvorsitzender der WFB, und Birgit Heitland, Mitglied des Hessischen Landtags.

Die Veranstaltung wurde von der WFB in Kooperation mit dem Bundesverband mittelständische Wirtschaft e. V. (BVMW) durchgeführt. Die Begrüßung übernahmen Dr. Matthias Zürk, Geschäftsführer der WFB, Josef Stumpf, BVMW, sowie Carsten Hoffmann, Vorstand des Gastgebers GGEW AG. Als Moderator der Gesprächsrunde fungierte Josef Stumpf. „Der Austausch zwischen Mittelstand und Politik in dieser Krise ist wichtig“, hob Dr. Zürk in seiner Begrüßung hervor. „Die Corona-Krise ist für alle eine gewaltige Herausforderung, die nur im gemeinsamen Schulterschluss



Foto: WFB

zwischen Politik, Wirtschaft und Gesellschaft gemeistert werden kann“, unterstrich auch Hoffmann zu Beginn der Veranstaltung.

„Noch ist die Corona-Krise nicht überwunden“, bekräftigte auch Landrat Engelhardt. „Jetzt gilt es, besonnen und wachsam zu bleiben.“ Trotzdem zeigte er sich überzeugt, „dass uns die Krise stärker machen wird“, so der WFB-Aufsichtsratsvorsitzende. Die kontinuierliche Förderung des Mittelstandes in Sachen Digitalisierung und Industrie 4.0 zahle sich in diesen Zeiten aus. Die Wirtschaftsregion Bergstraße sei innovativ, modern und bis zum Start der Krise prosperierend.

Heitland betonte die wichtige Bindegliedfunktion der Landtagsabgeordneten zwischen ihrem Wahlkreis und dem Land Hessen. Aufgabe der Abgeordneten sei es, die Anliegen aus dem Wahlkreis nach Wiesbaden zu transportieren. „Zu Anfang der Krise standen die Telefone nicht still“, so die Abgeordnete. „Und das war auch gut so.“ Das Land Hessen sei besonnen mit der Situation umgegangen, habe stets aktuell reagiert und Soforthilfe sowie weitere Programme zur Unterstützung der Unternehmen aufgelegt. „Wirtschaftspolitik ist die beste Sozialpolitik, wenn es um den Erhalt von Arbeitsplätzen geht“, unterstrich sie.

Die Unternehmen in der Wirtschaftsregion hätten sich teils sehr kreativ gezeigt und vielerorts das Instrument Kurzarbeit flexibel genutzt, so Dr. Gromer. Doch „die Verlierer der Krise sind leider in der Überzahl“, betonte er. Die Politik habe die Situation „gut gemagt“, bestätigte er. Landrat Engelhardt habe immer den Kontakt mit den Unternehmen gesucht und auch der WFB attestierte er eine zentrale Rolle bei der Bewältigung der Krise zu spielen. „Es geht um Kommunikation und zum Beispiel um Unterstützung bei Antragsstellungen. Die Hilfe der Wirtschaftsförderung kommt an und wird auch benötigt.“

„Am Anfang der Krise gab es große Verunsicherung“, berichtete Jöst aus der Wirtschaft. Ein großer Vorteil für sein Unternehmen sei gewesen, dass dieses stets über große Lagerbestände verfüge, die es nun in der Krise nutzen konnte. Dass auch bei der Jöst Abrasives GmbH Flexibilität großgeschrieben werde, erläuterte der Geschäftsführer, der erklärte, dass man kurzerhand einen Besprechungsraum zum Kinderhort umgebaut und Mitarbeitern auch kurzfristig freigegeben hätte. „Die Produktion lief ganz normal weiter und wir konnten wie gewohnt arbeiten“, sagte er.

Am Ende der Veranstaltung waren sich die Akteure der Gesprächsrunde einig: Jetzt muss der Fokus auf die Zukunft gerichtet werden. Was die Unternehmen benötigen, ist Motivation, einen neuen Schub sowie positive Signale aus der Politik. Dem Kommunikationsfluss zwischen Wirtschaft und Politik stellten die Diskussionsteilnehmer ein gutes Zeugnis aus. Nun gelte es, diesen weiterhin am Laufen zu halten.

Dr. Zürk fasste zusammen: „Wir müssen den Informationsaustausch untereinander aufrechterhalten. Gemeinsam sind wir stärker und nur gemeinsam kann die Wirtschaftsregion Bergstraße gut aus der Krise herauskommen.“ Die WFB biete den Unternehmen weiterhin ihre Beratung und Unterstützung an. „Sprechen Sie uns an!“, so der WFB-Geschäftsführer.

„Schnelle Informationen von Seiten der Politik sind für die Unternehmer eine wichtige Sache“, ergänzte Stumpf. „Wenn wir miteinander reden und mit kritischem Respekt agieren, meistern wir die Situation“, schloss der Kooperationspartner der WFB bei der Veranstaltung. Info: Wer sich die Sendung noch einmal in voller Länge ansehen möchte, klickt auf den YouTube-Kanal der Wirtschaftsförderung Bergstraße: bit.ly/3dK0Dsp.

Bauen · Wohnen · Renovieren

Sonnenschutz mit Stil

Garten und Terrassengestaltung farblich abstimmen

(djd). Pflanzen bieten eine unglaubliche Fülle an Farben und Texturen für eine nahezu grenzenlose Gestaltungsfreiheit bei der Anlage des Gartens. Wo manche Gartenliebhaber bewusst buntes Chaos säen, setzen andere eher auf zurückhaltende, Ton in Ton angelegte Beete, Büsche und Rabatten. Zur farblichen Gestaltung gehören neben den Pflanzen auch die Ausstattung und Möblierung von Terrassen und anderen Freizeiten. Zu einem überwiegend mit Blattpflanzen gestalteten Garten in zarten Grünschattierungen passen beispielsweise sehr gut naturbelassene Vollholzmöbel und unifarbene oder dezent gemusterte Markisen in Grüntönen oder verwandten Naturfarben. Im Anschluss an einen streng geometrisch angelegten Swimmingpool bieten sich kühle Blautöne und moderne Lounge-Möbel an, welche



Foto: djd/Lewens-Markisen/Adobe Stock/2mmedia

die Farben der Wasseroberfläche aufnehmen. Mit einer bunt gemischten Anlage nach Art eines Bauerngartens harmonisieren Markisenstoffe, die auch vom Flohmarkt stammen in kräftigen Farben und Mustern, können mit Blockstreifen oder vielfarbigem Streifen sowie bunte, selbst angestrichene Möbel aus Holz oder Metall, die auch vom Flohmarkt stammen in kräftigen Farben und Mustern, können

Damit die Freude an den zarten oder kräftigen Farben von Dauer ist, sollte man für die Bepflanzung der Terrassen- oder Balkonmarkisen auf lichtechte Textilien aus Acryl oder Polyester setzen. Farben und Dessins sollten nicht nachträglich auf den Stoff gebracht werden. Zu bevorzugen sei laut den Markisenspezialisten aus dem Hause Lewens Markisen die sogenannte Spinnndüsenfärbung. Dabei werden die Farbpigmente bereits bei der Herstellung in die einzelnen Fasern eingelagert. Anschließend werden die farbigen Fasern zu Garn gesponnen, aus dem das Markisengewebe gefertigt wird.

Guter UV-Schutz für lange Terrassenstunden

Wie gut der Sonnenschutz einer Markise ist, hängt von ihrem UV-

Schutzwert ab, der zum Beispiel im Prospekt "Stoffe" von Lewens Markisen zu jedem Tuchdessin ausgewiesen wird. Den Download und mehr Infos dazu gibt es unter www.lewens-markisen.de. Der Wert gibt an, welcher Prozentsatz der gefährlichen UV-B-Strahlung durch das Tuch ausgefiltert wird. Empfehlenswert ist ein UV-Schutz von mindestens 90 Prozent.

Markisengestell farblich passend gestalten

Bei der Farbgestaltung des Sonnenschutzes für Terrassen oder Balkone spielt auch das Markisengestell eine Rolle. Eine hochwertige und langlebige Ausstattung zeichnet sich durch robuste und wetterfeste Pulverbeschichtungen aus, die bei Markisenherstellern in RAL- und Struktur-Farben angeboten werden.

Vorsicht bei unseriösen Anbietern

Bei einem Wechsel des Stromversorgers genau hinschauen

(djd-k). Viele Stromkunden in Deutschland müssen 2020 mit deutlich höheren Kosten rechnen: Mehr als die Hälfte aller Grundversorger hat Preissteigerungen angekündigt. Sie sind vor allem auf höhere Netzentgelte und eine steigende Ökostromumlage (EEG-Umlage) zurückzuführen. Verbraucher sind dem allerdings nicht wehrlos ausgeliefert: Mit einem regelmäßigen Wechsel des Anbieters können sie bis zu 400 Euro pro Jahr sparen. Wer von einer Preiserhöhung betroffen ist, kann zudem ein Sonderkündigungsrecht nutzen. Wechselwillige Verbraucher sollten dabei unbedingt auf die Seriosität des neuen Anbieters achten.



Foto: djd-k/cheapenergy24/StockPhotoPro - stock.adobe.com

Die Maschen unseriöser Anbieter
Unseriöse Anbieter nutzen beispielsweise die Unwissenheit und Freundlichkeit von Verbrauchern aus. "Vorsicht bei der Preisgabe sensibler Daten am Telefon: Damit kann ein unseriöser Stromanbieter beim ursprünglichen Lieferanten kündigen, auch wenn der Kunde davon nichts weiß oder es nicht möchte", warnt Tilo Vieten vom Wechselassistenten cheapenergy24. In diesem Fall sollte man sofort sein 14-tägiges Widerrufsrecht nutzen, so Vieten. Und grundsätzlich solle man niemals persönliche Daten wie Zähler-, Kunden- oder Kontonummern herausgeben. Andere Anbieter locken ihre Kunden auf Vergleichsportalen mit sehr günstigen Tarifen, erhöhen diese dann aber im zweiten Jahr drastisch und bereiten

auch sonst oftmals Kopfschmerzen. "Einige dieser Anbieter weigern sich beispielsweise, den Bonus oder das überschüssige Guthaben auszuzahlen - erst nach mehrmaligem Nachfragen oder Einschalten eines Anwalts überweisen sie das Geld", so Vieten. Viele Kunden beschwerten sich laut dem Experten außerdem über Probleme bei der Kündigung, teilweise werden diese von Anbietern grundlos abgelehnt. Deshalb sollten wechselwillige Stromkunden grundsätzlich bereits vor Vertragsabschluss das Kleingedruckte genauestens lesen. Digitale "Wechselhelfer" übernehmen die jährliche Kündigung. Wem ein Wechsel des Stromanbieters in Eigenregie zu aufwendig er-

scheint, kann damit auch sogenannte Wechselhelfer wie cheapenergy24 beauftragen. Der digitale Wechselassistent für Strom- und Gas tarife optimiert jährlich die Tarife seiner Kunden und übernimmt in diesem Zusammenhang die gesamte Vertragsorganisation. Das Portal arbeitet anbieterunabhängig. Wer dagegen seinen Stromanbieter selbst über Vergleichsportale wechseln möchte, sollte zumindest vorsichtig sein. "Denn diese Portale filtern häufig nur nach dem günstigsten Preis und prüfen die Anbieter vorher nicht im Detail. Es liegt also in den Händen der Verbraucher, betrügerische Stromanbieter zu entlarven und den besten Tarif zu finden", betont Tilo Vieten.

Bestens informiert.
www.metropoljournal.com

 **Schimmelfuchs**
einfach schlaun saniert

Unser Leistungsspektrum:
Kellerabdichtung
Fassadenimprägnierung
Wärmedämmung
Schimmelbeseitigung

Kostenlose Hotline
0800-6 28 73 76
schimmelfuchs.de
handwerkerimhaus.de



RP
ROLAND PALZ
Maurermeister

**Brauchen sie Platz
für Ihre Anzeige.**
Tel: 0621-72739490

Bauen · Wohnen · Renovieren

Der Sommer geht in die Verlängerung

Eine Holzfaser-Dämmung fürs Dach zahlt sich mehrfach aus

(djd). Schutz, Geborgenheit und Behaglichkeit im eigenen Zuhause, diese Werte haben einen neuen Stellenwert bekommen. Deshalb richten sich immer mehr Menschen neu ein oder planen größere Modernisierungen, um sich zu Hause noch wohler zu fühlen. Viele Vorhaben können über staatliche Förderprogramme unterstützt werden, so etwa die Dämmung von privat genutzten Wohnhäusern. Mit Blick auf Umweltschutz und Nachhaltigkeit sprechen einige Gründe für Holzfaserdämmstoffe: Sie werden aus nachwachsenden Rohstoffen hergestellt, sind dauerhaft und effizient. Wer über eine energetische Modernisierung des Zuhauses nachdenkt, ist gut beraten, mit dem Dach zu beginnen. Denn unabhängig von der Größe des Hauses geht über schlecht oder gar nicht gedämmte Dachflächen ein



Foto: djd/steico.com

Großteil der Heizenergie verloren. Holzfaserdämmstoffe bieten gute Voraussetzungen, um die energetische Effizienz nachträglich zu verbessern. Sehr gute und zukunfts-

sichere Dämmwerte lassen sich mit flexiblen Matten als Zwischensparrendämmung wie Steicoflex 036 erreichen. Das Material erzielt mit einem Lambdawert von 0,036 einen

Bestwert unter den Naturdämmstoffen und ermöglicht in Verbindung mit robusten, wasserabweisenden Holzfaser-Unterdeckplatten die gewünschte Energieeffizienz bis hin zum Passivhausniveau. Unter www.steico.com gibt es ausführliche Informationen. Ein ganzjähriger Wärme- oder Hitzeschutz ist ebenso gesichert wie ein gesundes, ausgeglichenes Raumklima. Dazu trägt auch das atmungsaktive und sichere Feuchtemanagement bei. Vergleichbar mit einer Funktionsjacke, hält die Dämmung Nässe draußen, sorgt aber dafür, dass Feuchtigkeit entweichen kann.

Die Dämmstoffmenge, die für das Dach eines durchschnittlichen Einfamilienhauses benötigt wird, bindet dauerhaft mehr als vier Tonnen CO₂ - das entspricht der Emission, die ein durchschnittlicher Auto-

fahrer mit seinem Fahrzeug in vier Jahren verursacht. Zusätzlich sorgt die Dämmung durch den Wärmeschutz Jahr für Jahr für eine Emissionssenkung von rund 3,6 Tonnen Kohlendioxid dank der eingesparten Heizenergie. Neben dem guten Gefühl, den Wohlfühlfaktor in den eigenen vier Wänden zu erhöhen, profitieren Bauherren von staatlichen Förderprogrammen für die Modernisierung: Für selbst genutzte Wohnhäuser sind bis zu 10.000 Euro Direktzuschuss oder eine Steuerersparnis von 20 Prozent der Kosten, bis zu maximal 40.000 Euro, möglich. Energieberater stehen Bauherren zur Seite und übernehmen die Abwicklung. Finanziell lohnt sich die Verwendung von ökologischen Baustoffen bei der Sanierung zusätzlich durch die Wertsteigerung der Immobilie.

Eigener Solarstrom auch ohne Sonnenschein?

Mit Energiespeichern die Eigenverbrauchsquote deutlich steigern

(djd). Photovoltaikanlagen (PV) auf den Dächern von Eigenheimen gehören zum vertrauten Bild in Wohnsiedlungen. Und das aus gutem Grund: Die Solar-Systeme senken dauerhaft die Stromkosten, leisten einen wichtigen Beitrag zur Energiewende und helfen beim Klimaschutz. Die Faustformel für eine finanziell besonders lohnende Investition lautet dabei, dass möglichst viel des eigenen Sonnenstroms auch selbst verbraucht werden sollte - die sogenannte Eigenverbrauchsquote sollte also möglichst hoch sein. Was aber tun, wenn zu sonnenreichen Zeiten mehr Strom produziert wird als direkt verbraucht werden kann? Die Lösung sind Stromspeicher: Sie ermöglichen es, den selbstgewonnenen Solarstrom zu speichern und dann zu nutzen, wenn dieser gebraucht wird.

Grundsätzlich gibt es zwei Möglichkeiten: Zum einen physische Speicher, die im eigenen Zuhause installiert sind und in die Strom



Foto: djd/E.ON

eingespeist wird, solange die PV-Anlage auf dem Dach überschüssige Energie produziert. Mit einem solchen physischen Batteriespeicher lässt sich die Eigenverbrauchsquote von etwa 30 auf bis zu 70 Prozent erhöhen. Zum anderen gibt es virtuelle Speicher, wie die E.ON SolarCloud. Hier wird der produzierte und nicht verbrauchte Strom virtuell gespeichert und kann später bei Bedarf abgerufen werden. Noch vorteilhafter ist das clevere Kombinieren beider Modelle. Durch die gleichzeitige Nutzung eines Batterie-Speichersystems und des passenden virtuellen Speichers können Kunden ihre Sonnenstromquote bilanziell auf bis zu 100 Prozent steigern. Während also die

Batterie die Nutzung des eigenen Sonnenstroms etwa in der Nacht ermöglicht, springt der virtuelle Speicher ein, wenn diese Vorräte aufgebraucht sind - zum Beispiel bei hohem Verbrauch oder in der sonnenarmen Jahreszeit. Dank passender App hat man die Leistung der Anlage und die gespeicherte Energie stets im Blick.

Bei der Konzeptionierung von PV-Anlage und Speicher ist eine vorausschauende Planung sinnvoll: Nicht nur die örtlichen Begebenheiten, sondern auch das eigene Verbrauchsverhalten sollten vorab analysiert werden, um alle Komponenten ideal aufeinander abzustimmen. Dazu sind auch zukünftige

Anschaffungen, wie etwa die eines Elektroautos, schon mit zu berücksichtigen. So kann die Solaranlage optimal auf die eigenen Bedürfnisse ausgerichtet werden. Im ersten Schritt können Kunden mit dem interaktiven Rechner auf

www.eon.de/solar schnell und einfach das Solarpotenzial ihres Dachs ermitteln sowie ein Angebot anfordern. Die Experten begleiten das Projekt von der Planung über die Finanzierung bis hin zu Installation und Wartung.





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



UNFALLINSTANDSETZUNG

FAHRZEUGLACKIERUNG

OLDTIMER-RESTAURATION

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

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

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

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
AUTOLACKIEREREI

Gesundheit & Wellness

Den Sommer möglichst unbeschwert genießen

"Gut durch die warme Jahreszeit"

(djd). Der Sommer 2020 wird etwas anders sein als die in den Jahren zuvor. Der lieb gewonnene Urlaub im Ausland ist nur eingeschränkt möglich, das Leben wird sich vorwiegend im eigenen Land und der eigenen Umgebung abspielen. Unverändert aber ist der Wunsch, möglichst gut und gesund durch die warme Jahreszeit zu kommen. Unser Special beschäftigt sich mit dem leidigen Thema Nagelpilz, wir haben Tipps für die Familienapotheke und für Menschen, die unter Diabetes und Polyarthrose leiden.

Nagelpilz äußert sich durch gelbliche Verfärbungen, Verdickungen und Brüchigkeit der Nägel. Viele Betroffene verstecken vor lauter Scham auch im Hochsommer ihre Füße in blickdichten Schuhen. Doch wer aus Peinlichkeit schweigt, findet oft nicht die richtige Behandlung. Dabei sollte gegen sogenannte Onychomykosen zügig vorgegangen werden, da sie sich sonst weiter ausbreiten. Eine sichere Therapiemöglichkeit bietet etwa das Medizinprodukt Excilor auf der Basis von Essigsäure. Es dringt ohne vorheriges Anfeilen tief in den Nagel



Foto: djd/excilor.de/Getty Images/kzenon

ein. Durch die schnelle Ansäuerung wird das Wachstum der Fadenpilze gehemmt und gesunde Nagelsubstanz kann nachwachsen. Unter www.excilor.com gibt es weitere Infos.

Mit der warmen Jahreszeit machen uns auch kleine Plagegeister wieder zu schaffen: Stechmücken und Co. etwa sind gerade für Kinder herausfordernd, sie kratzen häufig an den juckenden Stellen, was nicht selten zu einer Entzündung des Stichs führen kann. Bei Insektenstichen kann etwa Combudoron Gel von Weleda mit Auszügen aus Arnika und der Kleinen

Brennnessel kühlen und Schmerzen, Jucken und Rötungen lindern. Aber auch auf Sommerinfekte, Augenreizungen, oberflächliche Wunden und stumpfe Verletzungen sollte die Familienapotheke vorbereitet sein. Tipps unter: www.weleda.de/familie.

Wer gesund ist, hat gerade im Sommer Freude an der Bewegung. Davon können Menschen mit Knorpelverschleiß an mehreren Gelenken, der sogenannten Polyarthrose, oft nur träumen. Am häufigsten kommt sie an den Fingern vor, es können aber auch beide Knie- oder Hüftgelenke betroffen sein. Da

es schwierig ist, die verschiedenen Gelenke einzeln gezielt zu therapieren, sind Mittel und Wege gefragt, die im ganzen Körper wirken. Mit der Einnahme bioaktiver Kollagen-Peptide in Kombination mit Hagebuttenextrakt und Vitamin C wie in CH-Alpha Plus Trinkampullen (rezeptfrei, Apotheke) wird die Regeneration des Gelenkknorpels von innen ganzheitlich unterstützt. Mehr Infos gibt es unter www.ch-alpha.de. Begleitend dazu können gezielte Übungen und Anwendungen die Beschwerden lindern. So empfinden viele Patienten mit Polyarthrose das Bewegen der Gelenke in warmem Wasser als angenehm.

Krankheiten können einen Vitaminmangel verursachen, der wiederum die Krankheiten und ihre Folgen verschlimmert. So fördert etwa ein Diabetes mellitus häufig einen Mangel

an Vitamin B1, der Nervenschäden nach sich ziehen kann. Ohnehin sind Menschen mit Diabetes oft von solchen Nervenschäden betroffen, die bei ihnen Kribbeln, Brennen oder Schmerzen in den Füßen verursachen. Es gilt also, einen Mangel an Vitamin B1 auszugleichen. Dazu eignet sich die Vitamin-B1-Vorstufe Benfotiamin, die der Körper wesentlich besser aufnehmen kann als herkömmliches Vitamin B1. Sie ist etwa in milgamma protekt enthalten, das es rezeptfrei in der Apotheke gibt. Eine gute Blutzuckereinstellung ist darüber hinaus das A und O, um Neuropathien entgegenzuwirken. Wer seinen Lebensstil ändert, trägt aktiv dazu bei, dass der Blutzuckerspiegel sinkt. Hilfreich ist etwa eine Umstellung des Speiseplans auf abwechslungsreiche, vollwertige Ernährung.

Bewegung für starke Gelenke

Mitmach-Sportvideos bringen ältere Menschen zu Hause auf Trab

(djd). Zwar hat sich die Corona-Pandemie in Deutschland zuletzt zurückgezogen und viele Einschränkungen wurden aufgehoben. Doch für ältere Menschen und andere Risikogruppen ist das Leben noch längst nicht wieder normal.

In eine Gymnastikgruppe oder ins Schwimmbad zu gehen, bleibt für sie - selbst wenn erlaubt - noch undenkbar. Gerade älteren Menschen fällt es oft auch schwer, sich außer Haus in Schwung zu halten, da beliebte Sportarten wie Joggen oder Radfahren für sie nicht geeignet sind. Dabei ist regelmäßige körperliche Aktivität unerlässlich, um die Gelenke stark und flexibel zu erhalten: "Bewegungsmangel gehört neben knöchernen Verletzungen zu den Hauptfaktoren, die eine Verschlechterung bestehender Gelenkbeschwerden und am Ende die Entstehung von Arthrose beschleunigen", erklärt dazu Dr. Hans-Christoph Knefeli, Facharzt für Chirurgie.

Wenn ältere Menschen sich bewegen sollen, aber nicht zum Sport gehen können, muss der Sport eben zu ihnen kommen - zum Beispiel mit Mitmachvideos über das Internet. Atro ProVita hat deshalb die Website www.gelenkstark.de ins



Foto: djd/www.gelenkstark.de/shutterstock/Anna Stills

Leben gerufen. Sie soll Betroffene dabei unterstützen, auf sinnvolle und leicht umzusetzende Art und Weise ihren Körper in Schuss zu halten und insbesondere Arthrosesymptomen vorzubeugen oder sie zu bekämpfen. Die auf Ältere spezialisierte Sport- und Rehapertin Tina Aldag zeigt dort in insgesamt sieben knapp 20-minütigen kostenlosen Videos einfache Bewegungsübungen, mit denen man auch zu Hause effektiv trainieren kann. Dafür braucht man nichts als ein wenig Platz und überall verfügbare Hilfsmittel wie eine Matte oder Decke, einen Stuhl oder eine Wasserflasche.

Jedes Video hat einen bestimmten Schwerpunkt, zum Beispiel die Hüften oder Knie. So entsteht ein abwechslungsreiches Wochenprogramm, die Nutzer können aber auch gezielt etwaigen Beschwerden entgegenwirken. Der große Nutzen regelmäßiger Bewegung ist medizinisch gut belegt, wie Knefeli betont: "Nachweislich fördert körperliche Aktivität die Kräftigung der Muskulatur und den Erhalt gesunder Gelenke durch Stabilisierung der gelenknahen Bänder und Sehnen sowie der gelenkbildenden Strukturen". Und den Spaß gibt es dabei ganz umsonst obendrauf. In Risikogebieten.

Mehr Wasser trinken

Studie gibt Hinweise auf Zusammenhang zwischen Wasserkonsum und Wohlbefinden

(djd). Während der Corona-Pandemie waren viele Bundesbürger an den heimischen Schreibtisch gebunden oder durch Kurzarbeit sogar zu beruflicher Untätigkeit gezwungen. Für manche Arbeitnehmer dauern die entsprechenden Einschränkungen weiterhin an. "Homeoffice und Co. bedeuten meist weniger Bewegung, Gewichtszunahme oder sogar Übergewicht und damit assoziierte Folgeerkrankungen könnten also noch zunehmen", warnt Ernährungsexpertin Iris Löhlein, Vorstandsmitglied des Vereins "Forum Trinkwasser". Krankenkassen beklagen bereits seit Längerem, dass sich die Menschen in Deutschland im Alltag immer weniger bewegen. Die Uniklinik Schleswig-Holstein, Campus Lübeck, hat im Jahr 2019 im Auftrag des Forums Trinkwasser e. V. eine Studienanalyse zum Darmmikrobiom durchgeführt. Als Darmmikrobiom wird die Gesamtheit aller Mikroorganismen im Verdauungstrakt bezeichnet. Dabei fiel ein deutlicher Unterschied bei den untersuchten Teilnehmern auf - und zwar zwischen "Wassertrinkern" und "Süßgetränketrinkern". Wassertrinker bewegen sich der Studie zufolge offensichtlich mehr, sie ernähren sich ausgewogener und weisen auch ein artenreicheres Darmmikrobiom auf. Zudem gaben Wassertrinker im Rahmen der Studie an, weniger gestresst und im

Alltag entspannter unterwegs zu sein. Demgegenüber ist das Verhalten von Süßtrinkern weniger erfreulich: Sie sind jünger, bewegen sich weniger, haben ein höheres Gewicht und berichten über mehr Stress. Außerdem nehmen sie zusätzlich über feste Lebensmittel mehr Zucker zu sich. Bei den Süßtrinkern liegt zudem eine signifikant geringere Vielfalt des Darmmikrobioms im Vergleich zu den Wassertrinkern vor. "Das ist auffällig, denn eine hohe Diversität an Mikroorganismen im Darm ist mit einer besseren Gesundheit assoziiert", so Studienleiter Dr. Torsten Schröder vom Institut für Ernährungsmedizin des Uniklinikums in Lübeck.

Wer seinen Durst etwa mit Wasser aus der Leitung löscht statt mit Süßgetränken, nimmt weniger an Gewicht zu und hat ein geringeres Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes. "Wer mehr Wasser trinkt und dabei auf das gute deutsche Leitungswasser setzt, hilft sich - und der Umwelt übrigens auch", betont Iris Löhlein. Leitungswasser gehöre zu den am besten kontrollierten Lebensmitteln, sei praktisch überall verfügbar und kostet im Durchschnitt nur 0,2 Cent pro Liter. "Mehr Wasser zu trinken statt Süßgetränke ist eine vermeintlich kleine Veränderung, die aber schon einen positiven Effekt auf unsere Gesundheit hat", betont die Ernährungsexpertin.

Gesundheit & Wellness

Ruhe bewahren und gerüstet sein

Wichtige Tipps zur Zahnpflege und zur Vorbeugung von Zahnerkrankungen

(djd). Ein strahlendes Lächeln ist die beste Visitenkarte eines Menschen. Die wichtigsten Schritte zu schönen Zähnen sind tägliche, sorgfältige Zahnpflege sowie regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen beim Zahnarzt und eine zahngesunde Ernährung. Regelmäßig, mindestens zweimal am Tag, die Zähne gründlich putzen: So lautet die Empfehlung von Zahnärzten. Häufig entsteht Karies aber auch in den Zahnzwischenräumen, wo die Zahnbürste nicht hinkommt. Um auch dort Nahrungsresten und Zahnbelag den Garaus zu machen, sollte man einmal am Tag Zahnseide oder geeignete Interdentalbürstchen verwenden. Auch antibakterielle Mundspüllösungen sowie Zungenschaber helfen bei der Mundpflege. Mindestens einmal im Jahr - besser aber halbjährlich - sollte man außerdem seinen Zahnarzt für eine Prophylaxe-Untersuchung aufsuchen. Am besten lässt man sich den Zahnarztbesuch im Bonusheft nachweisen. So erhält man einen höheren Festzuschuss von der Krankenkasse,



Foto: djd/DEVK

wenn eine Versorgung mit Zahnersatz notwendig werden sollte. Zudem kann es sinnvoll sein, eine private Zahnzusatzversicherung abzuschließen. Denn viele wichtige Leistungen des Zahnarztes muss der gesetzlich Krankenversicherte selbst tragen. Das kann schnell teuer werden. Mit einer Zahnzusatzversicherung ist man dagegen auf der sicheren Seite:

Bei der DEVK zum Beispiel werden 100 Prozent der Kosten für Kunststofffüllungen, Wurzel- und Parodontosebehandlungen sowie Voll- und Teilnarkosen im zahnärztlichen Bereich übernommen. Bei hochwertigem Zahnersatz und Implantaten zahlt der Kölner Versicherer bis zu 80 Prozent der Gesamtkosten. Sinnvoll für die Gesunderhaltung der

Zähne ist es, mindestens einmal im Jahr eine professionelle Zahnreinigung machen und Zahnfissuren versiegeln zu lassen. Ist ein Zahnersatz nötig, kann die Gebissfunktion geprüft werden. So lässt sich eine Fehlbelastung von Zähnen und Unterkiefer vermeiden, wenn der Zahnersatz im Mund befestigt ist. Auch die Kosten für diese Leistungen werden bei einer Zahnzusatzversicherung übernommen oder bezuschusst. Mehr Informationen dazu gibt es unter www.devk.de/zahnerhalt. Leistungen gibt es auch für die Mundkrebsvorsorge.

Den Zuckerkonsum einschränken. Daneben leistet eine zahngesunde Ernährung einen wichtigen Beitrag, Zahnerkrankungen zu vermeiden: etwa den Zuckerkonsum einschränken, vor allem Wasser oder ungesüßten Tee trinken und säurehaltige Getränke nur in Maßen genießen. Kaugummi dagegen kann der Zahnpflege dienen, wenn es ein zuckerfreies Produkt ist.

Auf leichten Beinen

Lasertherapie bei Krampfadern

(djd). In der warmen Jahreszeit leiden Menschen mit Venenschwäche oft unter besonders starken Beschwerden. Kribbeln und Stechen in den Waden, geschwollene Knöchel und ein unangenehmes Schweregefühl in den Beinen machen ihnen zu schaffen. Das sollte man ernst nehmen und einen Gefäßspezialisten (Phlebologen) aufsuchen.

Denn Krampfadern können zu ernsthaften Komplikationen wie einer Thrombose führen. Bringen Blutsenker und Kompressionsstrümpfe nicht genügend Erleichterung, bleibt oft nur ein operativer Eingriff. Eine besonders schonende und schmerzarme Methode ist etwa die ELVeS Radial 2ring-Lasertherapie der biolitec. Das minimal-invasive Verfahren birgt erheblich weniger Risiken für Schmerzen, Blutergüsse und Nervenschädigungen. Weitere Infos gibt es unter www.info-krampfader.de.

Digital vermessen

Passgenaue Kompressionsstrümpfe: Berührungsloses Messen mit einem 3-D-Tool

(djd-k). Schwere Beine, Besenreiser, Krampfadern: Bei Venenleiden sind medizinische Kompressionsstrümpfe die Basistherapie. Damit fühlen sich die Beine leichter und entspannter an. Sie sollten wie eine zweite Haut sitzen, um ihre volle Wirkung zu entfalten. Dafür werden Venenpatienten bislang im Fachhandel sorgfältig vermessen. Nun gibt es als Alternative zu Maßband und Maßblock ein berührungsloses digitales 3-D-Messstool.



Foto: djd-k/medi

Exaktes 3-D-Modell mit allen relevanten Maßen

Mithilfe von Medi Vision können in weniger als fünf Minuten die neuen rundgestrickten Kompressionsstrümpfe passgenau angemessen werden. Interessant ist das Angebot auch für Patienten, die nicht in den medizinischen Fachhandel kommen können, denn der Service ist ebenfalls zu Hause möglich. Das Messsystem kombiniert ein Tablet mit einer 3D-Kamera und einer speziell entwickelten Software. Bei dem digitalen Messverfahren werden die Beine mit der Kamera gescannt. Es entsteht ein exaktes 3D-Modell mit allen relevanten Maßen für die rundgestrickte Kompressionsversorgung - berührungslos, diskret und komfortabel. Anschlie-

ßend wählen das Fachpersonal und der Patient gemeinsam am Tablet die weiteren Details wie Farbe und Fußvarianten aus. Danach lassen sich die Kompressionsstrümpfe unmittelbar bestellen. Mehr Informationen rund um die Beingesundheit und das digitale Messsystem gibt es unter www.medi.biz/medi-vision.

Im Verbraucherservice des Anbieters unter Telefon 0921-912-750 können kostenlose Ratgeber zum Thema Venengesundheit und medizinische Kompressionsstrümpfe

angefordert werden, auf der Homepage stehen sie zudem zum Download bereit.

Wodurch entstehen Venenleiden?

Venenleiden sind eine Volkskrankheit: Neben fortschreitendem Alter, erblicher Veranlagung oder hormonellen Einflüssen wie in der Schwangerschaft hat auch der Lebensstil Einfluss auf die Venengesundheit.

Sie profitiert von einer gesunden Ernährung, der Vermeidung von Übergewicht sowie bequemer

Kleidung und Schuhen. Zudem operative Therapie bei einem vorerkrankten Venenleiden entscheidet der Arzt.

PFLERGE profis

Ambulante Pflege

Grundpflege

Wundversorgung

Betreuungsleistungen

Mannheim / Ludwigshafen
Fon: 0621 - 7001 8980

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

www.pflege-profis.info

regionales & lokales
www.metropoljournal.com

SO STEHEN IHRE STERNE

WIDDER
21.3.-20.4.
Auch, wenn Ihre Ziele in weite Ferne gerückt sind, behalten Sie Ihre Motivation, um weiterzukämpfen. Sie dürfen Ihre Wünsche nicht aufgeben.

STIER
21.4.-21.5.
Jemand hat Sie auf eine Idee gebracht. Möglicherweise müssen Sie aber bei der Umsetzung alte Denkmuster über Bord werfen.

ZWILLINGE
22.5.-21.6.
Negatives Denken und Selbstmitleid helfen nicht. Versuchen Sie sich den Herausforderungen zu stellen, indem Sie alle Kraftreserven mobilisieren.

KREBS
22.6.-22.7.
Für geschäftliche Vorhaben gibt es im Juli grünes Licht. Ihre Ideen und Vorschläge lassen andere aufhorchen, man hält viel von Ihrer Meinung.

LÖWE
23.7.-23.8.
Dieser Monat wird geprägt von Überraschungen und Neuigkeiten. Sie werden mit Dingen konfrontiert, mit denen Sie nie gerechnet haben.

JUNGFRAU
24.8.-23.9.
Zwischen Fordern und Überfordern liegt meist nur ein schmaler Pfad. Daran sollten Sie denken, wenn es Ihnen mal wieder nicht schnell genug geht.

WAAGE
24.9.-23.10.
Versuchen Sie, Ihren Einkaufsdrang zu zügeln und mehr auf Ihren Konsum zu achten. Alles in Maßen kann nicht schaden, nur nicht übertreiben.

SKORPION
24.10.-22.11.
Dieser Sommermonat eignet sich besonders gut für den Beginn einer neuen Beziehung. Zunächst ist jedoch der gedankliche Austausch gefragt.

SCHÜTZE
23.11.-21.12.
Versorgen Sie Ihren Körper mit Sauerstoff, indem Sie so oft wie möglich in der Natur unterwegs sind. Das hilft bei Stimmungsschwankungen.

STEINBOCK
22.12.-20.1.
Sie sollten daran arbeiten, Kritik von anderen anzunehmen. Es ist nicht böse gemeint, wenn man Ihnen offen die Meinung sagt. Denken Sie nach!

WASSERMANN
21.1.-19.2.
Ihre Probleme werden sich bis Monatsende in Luft auflösen, so dass Sie die Zeit ganz entspannt genießen können. Achten Sie auf Ihre Gesundheit.

FISCHE
20.2.-20.3.
Endlich können Sie sich zu den Aufsteigern zählen, denn im Job stehen Ihnen jetzt alle Türen offen. Das gilt auch für eine bessere Bezahlung.

rege

Muse der Lyrik

Südeuropäer (Mz.)

▼

Fragewort

3

Vorname der Derek

Initialen Stallones

Abk.: ad acta

ein Längenmaß (Abk.)

franz. Landschaft (Côte ...)

▼

▼

eine Salomon-Insel

einfältig, unbefangen

kath. Theologe † 1847

kurze Filmeinstellung

fußballspielen (ugs.)

Staat in Südafrika

4

Hauptstadt von Westböhmen

nervöses Gesichtszucken

Laut der Enttäuschung

heiliger Stier in Ägypten

deutsche Tennisspielerin (Jana)

altöm. Kalendertage

indische Büffelmutter

8

Buch der Bibel

ägyptischer Sonnengott

fette Tonerde

engl. geistlicher Titel

lauter Anruf

UNO-General-Sekretär (Ki-moon)

italienische Tonsilbe

7

Faultier

griechischer Buchstabe

Vorname der West †

Rufname d. eh. Fußballers Hoeneß

babylonische Gottheit

Initialen von Albers

Vorname Lindenberg

Höhenzug im Weserbergland

Wasser-Gasuhr-kontrollleur

6

5

Musikrichtung, Rock'n ...

Westafrikaner

1

1

2

3

4

5

6

7

8

METROPOLJOURNAL
Onlineseite tagesaktuell & kostenlos!

www.metropoljournal.com

■ ■ ■ P ■ I ■ ■ ■ ■ ■ E C ■ ■ ■
S T E R N T A L E R ■ L U M E N
R ■ I ■ O B E R M A A T ■ G A
W I T T ■ S T E T
■ C I S ■ O R ■
■ K S C ■ L E E
■ C H ■ R U H R
Z E H E ■ M O M O
E D E ■ L ■ B
■ G I ■ E ■ L ■ L ■ D ■ D E
■ A B C ■ T R I ■ A G E N T U R
■ R E E P ■ D E F I N I E R E N

PARTERRE

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

Auflösung Juni 2020

Auflösung Juni 2020

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@fusspflegerheinneckar.de

Am Kapellenberg 41
68519 Viernheim
www.fusspflegerheinneckar.de

5

1

6

8

6

5

7

3

2

5

2

4

7

2 9

3

7

4

8

9

8 5

4

1 9

2

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

Senioren sind smart unterwegs

Umfrage: Ältere nutzen Smartphones für Kontakt zur Familie und hilfreiche Apps

(djd-k). Für acht von zehn Senioren ist die digitale Kommunikation bereits zur Selbstverständlichkeit geworden. Sie bleiben auf diese Weise regelmäßig in Kontakt mit ihren Liebsten und nutzen zudem intensiv hilfreiche Apps. Das klassische Festnetztelefon spielt dagegen zunehmend eine Außenseiterrolle. Das ergab die Studie "Smart im Alltag 2019", für die der Seniorenhandy-Hersteller Emporia Telecom zusammen mit der Deutschen Seniorenliga rund 500 Menschen über 60 Jahren befragte.

Smartphone hat sich im Alltag von Senioren voll etabliert

Senioren nutzen ihr Smartphone ebenso wie jüngere Nutzer nicht nur zum Telefonieren, sondern greifen auf zahlreiche Anwendungen zurück. Besonders beliebt sind neben Foto- und WhatsApp-Nachrichten



Foto: djd-k/emporia Telecom/Viacheslav Iakobchuk - stock.adobe.com

etwa Wetterberichte, E-Mail-Programme, Navigationsdienste und Fahrplanauskünfte.

"Die ältere Generation hat die Vorteile der digitalen Vernetzung er-

kannt", betont Emporia-Eigentümerin und Geschäftsführerin Eveline Pupeter. Das Smartphone habe damit auch in der Ü60-Gruppe seinen Exotenstatus verloren und sich im Alltag etabliert: "Die Zeiten, in de-

nen das Smartphone nur für Gespräche eingesetzt wurde, sind definitiv vorbei. Senioren erledigen mit ihm alles - vom Online-Banking über die Urlaubsbuchung bis zum Kauf von Fahrkarten."

Der Studie zufolge ist die Kommunikation mit Freunden und Familie per Smartphone für 83 Prozent der befragten Senioren einfacher geworden. "Im Alter nutzen immer mehr Menschen ihre Zeit für die schönen Dinge des Lebens und verreisen. Jetzt können sie auch aus fernen Urlaubszielen problemlos Fotos verschicken und sich regelmäßig in der Heimat melden", erklärt Eveline Pupeter.

Spezielle Seniorenhandys bieten sich für diese Dienste besonders an, da sie leicht bedienbar, übersichtlich und nicht mit unnötigen Funktionen überfrachtet sind.

Senioren-Smartphones sollten sich leicht bedienen lassen.

"Gute Seniorenhandys sollten über eine sehr deutliche Akustik und leicht lesbare Symbole verfügen sowie besonders benutzerfreundlich sein", erläutert Eveline Pupeter. Gleichzeitig dürften aber auch die optischen und technischen Aspekte nicht vernachlässigt werden: "Auch wenn das Smartphone an die Anforderungen der älteren Generation angepasst ist, sollte es modern aussehen und regelmäßige Software-Updates erhalten, damit die Sicherheit gewährleistet ist." Die Mehrzahl der Senioren ist mittlerweile so überzeugt von den neuen digitalen Helfern, dass die traditionellen Kommunikationsmittel langsam aussortiert werden. In der Umfrage sagte schon jeder siebte Befragte, dass er eher auf das klassische Festnetztelefon verzichten könnte als auf das Smartphone.

Unbeschwert in den Urlaub - Trotz Corona

Südtirol verstärkt Hygienemaßnahmen zum Schutz der Gäste

(djd). Nach und nach werden die strengen Maßnahmen gegen die Ausbreitung des neuartigen Coronavirus wieder gelockert. Viele hoffen deshalb darauf, im Sommer doch noch ein paar Tage Urlaub im nahen Ausland verbringen zu können. In Südtirol beispielsweise sind die Beherbergungsbetriebe gut auf die Situation vorbereitet. Unter www.suedtirol.info können sich Interessierte schon vorab über die allgemeinen Vorkehrungen informieren. Zusätzlich zu den in Südtirol seit 8. Mai gesetzlich vorgeschriebenen Hygieneregeln setzen einzelne Betriebe weitere Sicherheitsmaßnahmen um:

Keine Vollausslastung

Betriebe, wie etwa das Miramonti Boutique Hotel in Hafling nehmen nur Buchungen bis zu einer Auslastung von 70 Prozent entgegen. Somit ist mehr Platz für jeden Einzelnen da. Auch das Restaurant wird nur mit dem vorgeschriebenen Mindestabstand besetzt. Zusätzlich können die Gäste abends auch im Wohnzimmer und im Tea Room von einer Barfood-Karte bestellen.

Zimmerservice ausgeweitet

Wer sich in der gegenwärtigen Situation im Frühstücksraum oder im Restaurant nicht wohlfühlt und lieber für sich speisen möchte, kann sich auch auf dem eigenen Zimmer oder in der Suite verwöhnen lassen. Manche Hotels, wie das Apfelhof Torgglerhof in St. Martin in Passeier, bieten den Room Service aktuell ohne Aufpreis an oder haben die Angebote ausgeweitet, um größtmögliche Privatsphäre zu gewährleisten.



Fotos: djd/Hotel Quelle/Michael Huber

Verstärkte Hygienemaßnahmen Bereits vor Ausbruch von Covid-19 galten generell und speziell in der Fünfsternehotellerie strenge Hygienestandards. Nun wurden diese um zusätzliche Reinigungs- und Desinfektionspläne erweitert. So stehen jetzt beispielsweise im Hotel Quelle in Gsies an allen Eingängen, Toiletten sowie in jedem Stockwerk und in den Zimmern Desinfektionsmittelspender bereit. Im Wellnessbereich werden vor einer Anwendung sowohl beim Gast als auch bei Mit-

arbeitern die Körpertemperatur gemessen. Die Hartman Hotels in Gröden beschäftigen zudem eigens Mitarbeiter, die regelmäßig typische Berührungspunkte wie Türgriffe, Armlehnen, Handläufe und Aufzüge reinigen. Flexibel buchen und stornieren

Reisen langfristig planen ist zurzeit nicht möglich. Deshalb setzen viele Beherbergungsbetriebe jetzt verstärkt auf kurzfristige Buchungen, damit sich Urlauber auch in letzter



Minute entscheiden können, ein Stornobedingungen. Sie ermöglichen es beispielsweise, bis 48 Stunden vor Anreise kostenlos zu stornieren oder den geplanten Aufenthalt langfristig zu verschieben.

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

TOP Metropol Journal

Leben • Erleben • Genießen in der KULTUR- METROPOLE RHEIN-NECKAR

*Dominique Miller -
das GNTM-Model
aus Mannheim*

*SOFIA- das fliegende
astronomische Auge der
NASA und ESA zu Gast in
Stuttgart*

*MEDICUS-
die Geschichte der
Medizin in Speyer*

*Sascha Kreppe und das
CAPITO Mannheim -
eine unermessbare
Erfolgsgeschichte*

*Kultgetränk Whisky-
warum James Bond
besser beim geschüttelten
Martini bleiben sollte...*

*30 Jahre Oststadt Theater-
Die heitere Bühne
Mannheims*



WWW.TOPMETROPOLJOURNAL.DE