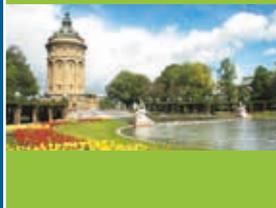


METROPOLJOURNAL

Metropoljournal.com

DIE KULTURMETROPOLE

Mannheim



Heidelberg



Ludwigshafen



Speyer



September 2020

Aus der Region.....	02-05
Gesundheit & Wellness.....	08-09
Bauen / Wohnen & Renovieren.....	06-07
Rätsel.....	10
Veranstaltungen.....	11
Impressum.....	2

Rund um die Uhr
brandaktuell
Lokales & Regionales
Immer Kostenlos!

Lokal profitieren -
regional informieren

www.metropoljournal.com

30 Jahre Lächeln in Mannheim - und kein bisschen leiser...



Oststadt Theater
Das Lächeln in N1

Mondlicht und Feinripp



Karten: 0621 / 160 60
www.oststadt-theater.de

Foto: Thomas Henne

(th)Bereits seit 1989 steht das Oststadt Theater für gute Unterhaltung in Mannheim. Mit der Premiere von "Irma la Douce" am 31.12.1989 begeisterte die Initiatorin und Theaterleiterin Carmen P. Linka-Gamil zusammen mit ihrem Ensemble ihr Publikum schon damals. Durch sein großes Komödienrepertoire überzeugt Mannheims größtes un-

subventioniertes Theater Jung und Alt- bis heute!
Das Programm von „Mannheims heiterer Bühne“ lebt vor allem durch seine eigenen Inszenierungen, welche teilweise in Mundart aufgeführt werden. Ergänzt wird es durch einzigartige Gastspiele, wie zum Beispiel Hans-Joachim Heist als Heinz Erhardt, der vielen durch die beliebte



Oststadt Theater
Das Lächeln in N1

HURRA! Wir feiern 30 Jahre!



83 Premieren
6000 Vorstellungen
1,2 Mio. Besucher

Danke unseren treuen Besuchern,
Sponsoren und Förderern für drei
Jahrzehnte voller schöner Momente
des Lächelns und Lachens!

IPFEIFER ABWASSER-KANAL

Wir machen Ihr Rohr frei!



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

0 62 03 /
95 44 55

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

ZDF Satire-Sendung „heute-show“ als cholerisch-komischer Gernot Hassknecht bekannt ist.
81 Produktionen hat das Oststadt Theater seit Beginn auf die Bühne gebracht. Die bisher erfolgreichste Produktion des OTM läuft bereits seit 26 Jahren nahezu ununterbrochen im Spielprogramm: „Doppelt leben hält besser“ von Ray Cooney ist ein Dauerbrenner bei den Zuschauern und daher wundert es nicht, dass das beliebte Theaterstück über Mannheims biga-mistischen Taxifahrer vom SWR aufgezeichnet und ausgestrahlt wurde. Mit rund 20.000 Besuchern in 150 Vorstellungen pro Jahr ist das Oststadt Theater, nach dem Nationaltheater, Mannheims erfolgreichste Bühne.

Zusätzlich zum regulären Spielplan bietet das Oststadt Theater die Möglichkeit, Kundenveranstaltungen, Galas und Feiern auszurichten. In wahrlich zauberhafter Atmosphäre feiern und genießen- das ist die große Anziehungskraft Mannheims heiterer Bühne! Menschen zum Lachen zu bringen und mit viel Humor zu begeistern, das ist das Credo des Oststadt Theater.

Schon kurz nach dem Start des Theaters wurde von den Anhängern der ersten Stunde der Verein der „Freunde und Förderer des Oststadt Theaters“ gegründet, der seither die Entwicklung des Theaters begleitet. Unabhängig und frei von Subventionen ist es eine große und nahezu tägliche Herausforderung für die Theaterschaffenden, diese Unabhängigkeit auch in Zukunft fortzuschreiben. Diesem Ziel fühlen sich auch und ganz besonders die Freunde und Förderer verpflichtet.

Im Mai 2014 hob sich der Vorhang im ehemaligen Bürgersaal in N1, das nach nur 9-monatiger Umbauphase in ein schmuckes Theater umgebaut wurde, zum ersten Mal zur Gala- Eröffnungspremiere mit der Musical- Komödie "Non(n)sens" von Dan Goggin.

Seit nun sechs Jahren bietet das schöne große Haus in N1 dem Publikum beste Akustik und eine hervorragende Sicht von allen Plätzen. Hier ist man sozusagen mittendrin, statt "nur" dabei. Besuchen Sie das OTM im Jubiläumsjahr und feiern Sie mit dem Ensemble ein großes Jubiläum...

regionales & lokales
www.metropoljournal.com

Bezahlbar Wohnen mitten im Quartier

GBG stellt fertige Neubauten auf FRANKLIN vor

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

(red) Neue, bezahlbare Wohnungen kommen in Mannheim auf den Markt. Die GBG - Mannheimer Wohnungsbaugesellschaft hat mit der Vermietung der öffentlich geförderten Neubauten begonnen und schafft auf FRANKLIN damit aktuell mehr als 250 geförderte Mietwohnungen. Die Förderung ermöglicht dabei niedrige Mieten im Neubaustandard: Die Miethöhe der Wohnungen liegt bei 7,50 Euro pro Quadratmeter, das Angebot richtet sich speziell an Mannheimerinnen und Mannheimer mit einem Wohnberechtigungsschein. Die Vermietung der ersten Wohnungen hat bereits begonnen, die ersten Mieter ziehen bereits im August ein.

Um der Nachfrage nach bezahlbarem Wohnraum zu begegnen hat sich die GBG ein klares Ziel gesetzt: In den kommenden Jahren will das Unternehmen seinen Bestand von aktuell gut 19.000 auf rund 20.000 Mietwohnungen erhöhen. Von allen neu gebauten Mietwohnungen soll mindestens die Hälfte geförderter und damit günstiger Wohnraum für



Foto: Annette Kueck

Mieter*innen mit einem Wohnberechtigungsschein sein. "Es ist eine Kernaufgabe der GBG, bezahlbaren Wohnraum in Mannheim anzubieten. Für die Stadt und den Wohnungsmarkt ist es sehr wichtig, mit der GBG hier ein leistungsfähiges, kommunales Unternehmen zu haben, das zeigt sich jetzt durch die Neubauprojekte wieder eindrucks-

voll", sagte Dr. Peter Kurz, Mannheimer Oberbürgermeister und Aufsichtsratsvorsitzender der GBG, bei der Vorstellung der Wohnungen. Insgesamt schafft das Unternehmen auf FRANKLIN 256 geförderte Mietwohnungen. Daneben baut die GBG auch in der Hafensstraße im Jungbusch und auf der Schönau 30 geförderte Wohnungen, die ab

dem Jahr 2021 vermietet werden sollen. In die Erstellung von neuem geförderten Wohnraum investiert die GBG aktuell rund 60 Millionen Euro. Dabei erstellt das kommunale Unternehmen auf FRANKLIN gleich mehrere geförderte Projekte: Einmal im Neubau, hier werden die ersten 130 Wohnungen (davon 120 gefördert) fertiggestellt und vermietet, weitere 82 folgen im kommenden Jahr. „Wir sind beim bezahlbaren Wohnen ein sehr verlässlicher Partner.

Das zeigt sich an unserer Durchschnittsmiete, die deutlich unter dem Mietspiegel liegt, und das zeigen wir auch jetzt mit unseren Neubauten. Besonders wichtig ist uns dabei auch, dass die geförderten Wohnungen hier im Herzen des neuen Quartiers FRANKLIN entstehen“, sagt Karl-Heinz Frings, Geschäftsführer der GBG - Mannheimer Wohnungsbaugesellschaft. Nur wenige Meter entfernt findet sich das Projekt „Amerikanisches Wohnen“, hier werden drei Bestandsgebäude mit insgesamt 54 Wohnungen saniert.

Zukunft des Universitätsklinikums nachhaltig sichern

- für die Patienten wie auch für die Belegschaft!



Foto: Hötting

(red) Die Christlich-Demokratische Arbeitnehmerschaft (CDA) begrüßt die Bestrebungen von Seiten der Stadt und des Landes eine umfassende und strukturelle Lösung für das Universitätsklinikum Mannheim zu finden. Klar ist für die CDA, dass die Stadt die jährlichen Defizite im zweistelligen Millionenbereich auf Dauer nicht wird stemmen können. Auf der anderen Seite sei eine medizinische Versorgung auf dem Niveau des Universitätsklinikums Mannheim für die Stadt unverzichtbar. „Die Zeit drängt, aber im Sinne aller Beteiligten ist die Ausarbeitung eines nachvollziehbaren und zukunftsfesten Konzeptes von Seiten

des Landes notwendig um die komplexen Problemstellungen im Sinne aller zu lösen. Dabei sei die Einbindung der Stadt als aktueller Akteur unerlässlich“ erläutert der gesundheitspolitische Sprecher der CDU-Fraktion und stellvertretende Vorsitzende der CDA, Chris Rihm die Position der Christsozialen. Durch eine Neuausrichtung des Klinikums könnten darüber weitere Impulse für die generelle Ausrichtung, Ausbildung und Wissenschaft gesetzt werden. So wichtig es für die CDA ist, dass auch zukünftig eine gute medizinische Versorgung und Ausbildung in Mannheim sichergestellt ist, so dürfen wir auch den Personenkreis

nicht vergessen, welcher dafür sorgt, dass das Schiff Universitätsklinikum weiterhin Kurs hält und der sich insbesondere in der Corona-Krise ein Säule der Verlässlichkeit bewiesen hat: der Belegschaft des Klinikums. „Es macht daher Sinn, die Gewerkschaften an den Verhandlungstisch zu holen“, sagt der CDA-Vorsitzende und CDU-Ortsverbandsvorsitzende von Mannheim Nord-Ost (Käfertal und Waldhof), Christian Hötting.

CDA - Christlich-Demokratische Arbeitnehmerschaft Deutschlands „Wir bevorzugen klar eine Trägerschaft durch das Land. Denn Land kann

ähnlich wie die Stadt als verlässlicher Arbeitgeber auftreten, der tarifgebundene Löhne zahlt und damit Altersarmut verhindert. Und darüber hinaus ist es gerade in Krisenzeiten wichtig, wenn staatliche Stellen noch wirksam auf die Entwicklungen im Gesundheitsbereich Einfluss nehmen können und insoweit ein Stück Unabhängigkeit haben“, führt Hötting weiter aus.

Die CDA Mannheim werde den weiteren Verlauf der Dinge mit Interesse verfolgen und inhaltlich begleiten.

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

Offizieller Spatenstich für Standorterweiterung

Beim Bau eines der europaweit größten und modernsten Vermarktungszentren für frisches Obst und Gemüse liegt Pfalzmarkt eG voll im Plan

(red) Bei Pfalzmarkt eG in Mutterstadt nimmt eines der europaweit größten und modernsten Vermarktungszentren für frisches Obst und Gemüse jetzt sehr schnell weiter Gestalt an. Mit dem Bauprojekt liegt Pfalzmarkt eG voll im Plan. Bis die neue Vermarktungshalle – als erste Stufe – der Standorterweiterung voraussichtlich bis Ende 2021 fertiggestellt ist, investiert Deutschlands Marktführer für selbst erzeugtes Obst und Gemüse rund 30 Mio. Euro. Das Neubauprojekt entsteht auf einer 15 Hektar großen Erweiterungsfläche in äußerst verkehrsgünstiger Lage, direkt neben der Anschlussstelle von Pfalzmarkt am Autobahnkreuz Mutterstadt. Neben dieser neuen Drehscheibe werden die bestehenden Logistikflächen und Kapazitäten bei Pfalzmarkt eG weiter genutzt.

400 Betonmischfahrzeuge bereiten mit 3.500 m³ Beton die Fundamente: Nach dem Spatenstich wachsen auf 30.000 qm 180 Stützen in den Himmel Parallel zum heutigen, ersten Spatenstich wurden die Fundamentarbeiten bereits so gut wie abgeschlossen. Um die dafür benötigten, mehr als 3.500 Kubikmeter Beton einzubringen, waren rund 400 Betonmischfahrzeuge erforderlich. Auf der rund 30.000 qm großen Grundfläche der künftigen Vermarktungshalle wachsen bereits – gut sichtbar – die ersten, über 12 Meter hohen Stützen in den Himmel. Die hohe Vorproduktion für Stützen, Wände und Dachträger sorgt dafür, dass der Aufwand auf der Baustelle – gemäß Planung – „reduziert ablaufen kann“. Wie der Verantwortliche für die Projektsteuerung bei Drees & Sommer Mannheim, Adrian Blank, weiter mitteilt, „laufen aktuell die Ausschreibungen für die Haustechnik sowie die Verkehrsanlagen rund um das



Foto: Architekturbüro Dipl.-Ing. Mike Bollongino (links) sowie Pfalzmarkt eG

Neubauprojekt!“ Bis voraussichtlich Oktober werden dann alle 180 Stützen sowie die zugehörigen Wände in den vorbereiteten Fundamenten verankert sein. Im Anschluss daran folgen die Holzträger für das Dach, sowie das Dach selbst mit den zugehörigen Lichtbändern. Diese sorgen in Bereichen, wo es für das Obst und Gemüse ohne Qualitätsauswirkungen ist, für einen hohen natürlichen Lichteinfall.

Mit einer ultraschnellen Frischelogistik rückt Pfalzmarkt eG den „Obst- und Gemüsegarten Deutschlands“ noch näher an die Partner im LEH Mit einer nochmals deutlich optimierten und künftig ultraschnellen Frischelogistik wird Pfalzmarkt eG neue Standards im Markt setzen. Da die Pfalz – als der „Gemüsegarten Deutschlands“ – traditionell beste Voraussetzungen für natürliches Wachstum bietet, steht der Slogan „Erntefrisch aus der Pfalz“ damit auch weiterhin für das Mehr an Vielfalt, Frische und Qualität. Passend zum

Saisonkalender bieten die 180 aktiven Pfalzmarkt-Erzeuger 140 unterschiedliche Obst- und Gemüsesorten aus heimischem Anbau – darunter auch viele neue „alte“ Sorten und Trendsetter, wie zum Beispiel Edamame, Ingwer, Mangold, Spitzkohl oder Steckrüben – bis zu vier Wochen früher als anderswo.

Qualitätsoffensive aus der Pfalz: „Wir geben alles, damit nachhaltig erzeugte Vitamine noch knackfrischer zu den bundesweiten Verbrauchern gelangen!“

Dank der hervorragenden Expertise der mittelständischen Erzeugerbetriebe und der Möglichkeit zur flächendeckenden Beregnung punktet Deutschlands größtes zusammenhängendes Gemüseanbaugesamt bereits heute bei den Partnern im Lebensmitteleinzelhandel (LEH), wenn es auf Liefertreue und Versorgungssicherheit ankommt. Reinhard Oerther, im Pfalzmarkt-Vorstand für das Thema Vertrieb verantwortlich, sagt: „Mit der



Standorterweiterung schaffen wir die Voraussetzungen für eine Frische- und Qualitätsoffensive. Unsere Botschaft ist: Wir geben weiterhin alles, damit nachhaltig im ‚Obst- und Gemüsegarten Pfalz‘ erzeugte Vitamine über unsere Partner im LEH künftig noch knackfrischer zu den bundesweiten Verbrauchern gelangen!

Kurze und verlässliche Wege vom Erzeuger zum Verbraucher werden relevanter

Infolge der Corona-Pandemie und der aktuellen Hitzewelle in Europa wird der Vorteil kurzer und verlässlicher Wege vom Erzeuger zum Verbraucher – immer relevanter: Nachhaltig und saisonal erzeugtes Obst- und Frischgemüse aus deutschem Anbau liegt – auch deswegen – bei immer mehr Verbrauchern weiterhin voll im Trend. Pfalzmarkt-Vorstand Hans-Jörg Friedrich erklärt: „Um möglichst frühzeitig frisches Obst und Gemüse aus der Pfalz liefern zu können und damit die Versorgung in Deutschland sicherzustellen, waren und sind die Pfalzmarkt-Erzeuger in dieser Saison in einer noch nie dagewesenen Weise gefordert. Im Team mit den 150 Mitarbeitern der Handelsplattform haben sie das Unmögliche möglich gemacht!“

Weniger Erntehelfer und die amtlichen Auflagen zur Pandemie-Prävention, die unsere 180 aktiven Erzeuger seit Mitte März erfüllen, führen zu einer Arbeitsmehrbelastung und derzeit noch unkalkulierbaren Zusatzkosten. Hans-Jörg Friedrich weiter: „Dass die Pfalz – auch jetzt bei extremer Sommerhitze – mit dem vollen Saisonprogramm lieferfähig bleibt, ist gar nicht hoch genug zu bewerten. Schließlich stemmen wir mit unserem grandiosen Team parallel zu diesen externen Einflussfaktoren auch die Standorterweiterung und liegen auch hier voll im Plan!“

Signal für die ausgezeichnete Zukunftsfähigkeit des Genossenschaftsprinzips

Für die insgesamt 1.400 Mitglieder von Pfalzmarkt eG ist die Standorterweiterung ebenfalls ein wichtiges Signal, weil es die ausgezeichnete Zukunftsfähigkeit des Genossenschaftsprinzips unter Beweis stellt! Christian Deyerling, Aufsichtsratsvorsitzender und parallel Erzeuger bei Pfalzmarkt eG sagt: „Wir agieren als einmaliger Verbund aus Erzeugern und Vertriebsspezialisten. In Zeiten von Corona zeigt sich, dass es zu dieser Form der intelligenten Arbeitsteilung keine bessere Alternative gibt!“

„Großer Stern des Sports“ 2020 in Bronze für TFC 1861

Großer Jubel beim Turn- und Fecht-Club 1861 e.V. Ludwigshafen

(red) Dr. Wolfgang Thomasberger, der Vorsitzende des Vorstands der VR Bank Rhein-Neckar eG, überreichte in Anwesenheit von Oberbürgermeisterin Jutta Steinruck dem Vereinsvorstand am 21.08. den „Großen Stern des Sports“ in Bronze.

Der TFC ist der älteste Sportverein in Ludwigshafen. Trotz der langen Geschichte ist es ein junger und dynamischer Verein, dessen Basis die Kinder- und Jugendförderung bildet.

Das langfristig angelegte Jugendkonzept des Vereins soll Kindern und Jugendliche helfen, ihre Orientierung zu finden und ihnen Mut geben, ihre Zukunft erfolgreich



Foto: VR Bank

zu gestalten. Auch in der jetzigen schwierigen Situation, haben sich die Vereinsverantwortlichen gedankt, wie sie mit ihren

Jugendlichen aktiv bleiben kommen und haben deshalb unter anderem einen Einkaufsservice für ältere Menschen gestaltet. Neben einer schulischen Förderung ist die Unterstützung beim Übergang in das Erwachsenen- und Berufsleben der jungen Vereinsmitglieder ein zentraler Bestandteil des TFC-Jugendkonzeptes. Das Engagement des Vereins überzeugte die Jury-Mitglieder und verleiht hierfür den „Großen Stern des Sports“ in Bronze.

Die Auszeichnung ist mit 1.500 Euro dotiert und sie ist zugleich die Eintrittskarte für die nächste Runde im Wettbewerb um die „Sterne des Sports“. Der TFC hat sich für die Auszeichnung „Sterne des Sports“

in Silber auf Landesebene qualifiziert. Initiiert durch den Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) und den Volksbanken und Raiffeisenbanken werden die „Sterne des Sports“ bereits seit 2004 vergeben. Inzwischen hat sich der Wettbewerb zu einem gesellschaftspolitischen Event entwickelt, dessen alljährlicher Höhepunkt die Auszeichnung der „Sterne des Sports“ in Gold ist.

Die Veranstaltung wird von höchster politischer Ebene begleitet: In den vergangenen Jahren haben die Bundeskanzlerin und der Bundespräsident die Bundessieger im jährlichen Wechsel persönlich ausgezeichnet.

Sitzung des Beirates der Stiftung Hambacher Schloss

Gemeinsam für die Werte der Demokratie eintreten und populistischen Bewegungen entgegenreten

(red) Am gestrigen Abend trat erstmals der neugegründete Beirat der Stiftung Hambacher Schloss zusammen. Der Beirat wurde eingerichtet, um die herausragende Bedeutung des Hambacher Schlosses als Symbol für die Werte der Demokratie, für Toleranz und die europäische Idee nachhaltig zu unterstreichen. Dazu wurden namhafte Persönlichkeiten aus Gesellschaft, Wissenschaft und Praxis in den Beirat berufen.

„Das Hambacher Fest 1832 war ein Fest der deutschen und europäischen Solidarität. Politische Flüchtlinge aus Polen wurden mit offenen Armen aufgenommen, die französischen Nachbarn reihten sich ein in den Festzug, man stand Seite an Seite mit Freiheitskämpferinnen und -kämpfern gleich welchen Standes, welcher Schicht oder Herkunft. Nationalismus ist mit dem Geist des Hambacher Schlosses nicht vereinbar“, betonte der Vorstandsvorsitzende der Stiftung Hambacher



Foto: Stiftung Hambacher Schloss

Schloss und rheinland-pfälzische Kulturminister Konrad Wolf. Mit der konstituierenden Sitzung am 24. August 2020 hat der Beirat seine Arbeit aufgenommen und wird zukünftig regelmäßig zusammenkommen, um die Stiftung Hambacher Schloss bei ihrer Arbeit zu beraten und zu unterstützen. Der Beirat wird künftig den Stiftungsvorstand wissenschaftlich und

interdisziplinär begleiten. Insbesondere bei der aktuell anstehenden Überarbeitung der Dauerausstellung „Hinauf, hinauf zum Schloss!“ als auch bei der Konzeption für das Jubiläumsjahr 2032. Bereits jetzt beginnen die Vorbereitungen für ein großes Fest der Freiheit, Demokratie und Freundschaft mit und für Menschen aus ganz Europa.

„Indem wir gemeinsam für die Werte der Demokratie eintreten, für die beim Hambacher Fest tausende von Menschen mutig, selbstlos und voller Zuversicht auf den Schlossberg gezogen sind, treten wir nationalistischen und populistischen Tendenzen deutlich entgegen“, unterstrich Minister Wolf weiterhin.

In den ehrenamtlichen, wissenschaftlich und gesellschaftspolitisch orientierten Stiftungsbeirat wurden berufen:

- Kurt Beck, Ministerpräsident a.D. und Vorsitzender der Friedrich-Ebert-Stiftung e.V.
- Prof. Dr. Maria Böhmer, Staatsministerin a.D. und Präsidentin der Deutschen UNESCO-Kommission e.V.
- Michael Garthe, Chefredakteur „Die Rheinpfalz“
- Prof. Dr. Hans Walter Hütter, Präsident der Stiftung Haus der Geschichte der Bundesrepublik Deutschland
- Dr. Sabine Klapp, Direktorin des Instituts für pfälzische Geschichte

- und Volkskunde
- Prof. Dr. Olaf Köller, Geschäftsführender Wissenschaftlicher Direktor am Leibniz-Institut für die Pädagogik der Naturwissenschaften und Mathematik
- Thomas Krüger, Präsident der Bundeszentrale für politische Bildung
- Prof. Dr. Catherine Maurer, Professorin für Zeitgeschichte an der Universität Straßburg
- Rebekka Ostrop, ehem. Vorstandsvorsitzende des Europäischen Jugendparlaments e.V.
- Dr. Simone Schelberg, SWR Landessender-Direktorin Rheinland-Pfalz
- Dr. Hubert Wajs, Direktor des historischen Archivs in Warschau
- Als Beiratsvorsitzender wurde für die kommenden fünf Jahre von den Beiratsmitgliedern Ministerpräsident a.D. Kurt Beck, Vorstandsvorsitzender der Friedrich-Ebert-Stiftung gewählt, zu seiner Stellvertreterin Staatsministerin a.D. Prof. Dr. Maria Böhmer, Präsidentin der Deutschen UNESCO-Kommission.

Rheinland-Pfalz.GOLD

bringt unsere Vorzüge auf den Punkt

(red) Rheinland-Pfalz.GOLD – mit diesem Standort-Claim und entsprechender Bildsprache wirbt Rheinland-Pfalz künftig national wie international für sich. Wirtschaftsminister Dr. Volker Wissing hat in Mainz die neue Wirtschaftsstandortmarke vorgestellt, die als Dachmarke die Bereiche Standort-, Tourismus- und Weinmarketing verzahnt.

„Die neue Wirtschaftsstandortmarke Rheinland-Pfalz.GOLD bringt die Vorzüge unseres Landes auf den Punkt. Wir präsentieren unser Bun-

desland, unsere Unternehmen und unsere Kultur auf den Weltmärkten. Dazu brauchen wir einen modernen Auftritt, der unserem Land entspricht. Rheinland-Pfalz.GOLD ist prägnant, international verständlich, selbstbewusst, einzigartig. Mit einer starken Bildsprache ziehen wir Aufmerksamkeit auf den Standort Rheinland-Pfalz“, sagte Wirtschaftsminister Dr. Volker Wissing bei der Präsentation der Marke Rheinland-Pfalz.GOLD vor Gästen aus Wirtschaft, Tourismus und Weinbau. Die Wirtschaftsstandortmarke wur-

de in einem breit angelegten Prozess in Zusammenarbeit mit Vertretern aus Wirtschaft, Tourismus und Weinbau entwickelt. Rheinland-Pfalz.GOLD ist als Dachmarke gestaltet, die neben dem Wirtschaftsstandortmarketing auch für spezielle Branchen wie Tourismus- und Weinmarketing anschlussfähig ist. Mit der vorgezogenen Tourismuskampagne im Juni, („Deine Goldene Zeit in Rheinland-Pfalz – Rette Deinen Sommer“), mit der die heimischen Tourismusbetriebe unterstützt wurden, fand die neue Text- und Bild-

sprache erstmals breitere Anwendung, im Weinmarketing kam „Gold im Glas“ bereits zum Einsatz. Gold repräsentiert eine Haltung: Es ist ein stabiler Wert, hinter dem harte Arbeit steht. Wer GOLD will, darf keine Mühen scheuen und muss den Anspruch haben, ganz oben auf dem Treppchen zu stehen. GOLD steht für Qualität“, sagte Wissing. „Ich will Rheinland-Pfalz zur Marke machen – das habe ich vor drei Jahren gesagt. Denn eine Wirtschaftsstandortmarke ist heutzutage unerlässlich, um sich national und international

zu positionieren, um Aufmerksamkeit zu erzeugen. Im Wettstreit um Unternehmen, Investoren, Ideen, Patente und Köpfe, um Fördergelder und Infrastrukturprojekte sowie um Gäste und schließlich auch um Einwohner rückt eine gute Marke unseren Standort ins richtige Licht“, sagte Wissing. Die Dachmarke Rheinland-Pfalz.GOLD soll immer dann Verwendung finden, wenn sich der Wirtschaftsstandort selbst präsentiert oder unterschiedliche Akteure aus Rheinland-Pfalz gemeinsam auftreten.

Das Smartphone wird zum Reiseführer

Auch im Urlaub sind schnelles Internet und ausreichende Datenpakete gefragt

(djd-k). Zahlreiche Bundesbürger geben bei der Urlaubsplanung für 2020 heimischen Regionen den Vorzug vor fernen Zielen. Schließlich hält Deutschland viele reizvolle Regionen und Geheimtipps bereit, die einen Besuch wert sind. Für die individuelle Reiseplanung vor Ort ist das Smartphone unverzichtbar. Das Gerät ersetzt den Stadtplan oder das Navigationsgerät im Auto, gibt Tipps für Sightseeing und wird zum elektronischen Ticket. Erst recht, da in heutigen Zeiten das bargeldlose Zahlen und elektronische Tickets den Vorzug erhalten. So ist es kinderleicht möglich, online einen Platz im Biergarten zu reservieren, Tickets für das Freibad oder den Kletterpark zu kaufen, Wanderkarten downzuloaden oder schnell mal eine Tageskarte für den Bus zu buchen - smarte Funktionen



Foto: djd-k/Telefónica Deutschland/PantberMedia/HotPhotoPie

für abwechslungsreiche Urlaubstage. Wichtig ist es, gerade bei der datenintensiven Nutzung unterwegs auf einen passenden Mobilfunkver-

trag zu achten. Wer viele Fotos per WhatsApp oder Facebook teilt, ständig die Navigationsfunktion nutzt und dazu noch regelmäßig Informa-

tionen im Internet sucht, verbraucht im Urlaub einiges an Datenvolumen. Musik- und Videostreaming zehren erst recht an den Datenreserven des Mobilfunktarifs. Bei vielen ist die Nutzung in der freien Zeit sogar deutlich höher als im Alltag. Anbieter wie blau.de erfüllen diesen Bedarf und bieten Tarife mit ausreichend großen Datenpaketen an. Für Urlauber, die unterwegs vor allem viel surfen, sind Prepaid-Tarife wie der Blau Surf M interessant. Das Paket enthält seit Kurzem ein monatliches Datenvolumen von 3 Gigabyte statt bislang 1,75 GB - genug Reserven also für die Navigationsfunktion, Ticketkauf, Apps und mehr. Gleichzeitig ist der Preis gesunken, von vorher 8,99 Euro für vier Wochen auf 6,99 Euro. Damit sind Anwender deutschlandweit für die nächsten Touren gut ausgestattet.

Sonnenschutz fürs Smartphone Von der Preissenkung und dem erhöhten Datenvolumen profitieren Neukunden ebenso wie Bestandskunden. Die Tarife sind online sowie bei Fachhändlern, im Lebensmittel Einzelhandel, an Tankstellen und weiteren Verkaufspunkten erhältlich. Mit der dazugehörigen, kostenfreien Blau-App behalten Nutzer den Verbrauch jederzeit im Blick. Damit das Smartphone im Urlaub nicht schlappmacht, sollte man es pfleglich behandeln. Direkte Sonnenstrahlung und hohe Temperaturen können sowohl dem Display als auch dem Akku schaden. Der mobile Begleiter bevorzugt ein eher schattiges Plätzchen. Und da Smartphones auch beliebtes Diebesgut sind, sollte man stets ein wachsames Auge auf das Gerät haben.

Golem - wie er in die Welt kam!

Stummfilm-Konzert mit Claus Boesser-Ferrari und Francois Houle am 18. September im Weinheimer Schlosshof

(red) Der 1920 von Paul Wegener und Carl Boese produzierte Stummfilm „Golem – wie er in die Welt kam!“ ist ein Klassiker des deutschen Expressionismus. Er war ein internationaler Erfolg - wurde weltweit von China bis in die USA mit großem Erfolg gezeigt. Paul Wegener schuf mit diesem Meisterwerk das Genre des phantastischen Films. Das Werk hat bis heute die Filmkunst beeinflusst (wie „Blade Runner“). Regisseure wie Ingmar Bergmann und Jean Cocteau wurden durch die Bildsprache von Paul Wegener beeinflusst. Die Kameraführung und die nuancierte Lichtgestaltung sind wegweisend gewesen. Auch die von Jugendstil und Expressionismus beeinflussten Kuliszen waren revolutionär.

Das kulturelle Netzwerk Beyond Blue Connection holt den Film, umrahmt von einer besonderen



Foto: Stadt Weinheim

Konzert, am Freitag, 18. September, in den Weinheimer Schlosshof. In dieser Konstellation handelt es sich um eine Welturaufführung. Partner der Beyond Blue Connection sind das Kino „Modernes Theater“, das Kulturbüro der Stadt Weinheim und die Volkshochschule Badische Bergstraße. Der Film erzählt die Legende des aus Lehm geformten Riesen Go-

lem. Der Prager Rabi Loew erschafft ihn, als die jüdische Gemeinde bedroht ist. Nach deren erfolgreichen Verteidigung wird die Statue aber selbst zur Gefahr.

Zu dieser Filmgeschichte hat der Gitarrenkünstler Claus Boesser Ferrari ein musikalisches Interaktionskonzept geschaffen. Der „Klangzauberer“ wird mit dem kanadischen Klarinettenisten Francois Houle zu dem Film improvisieren. Das Projekt wurde für die Kultwochen Burghausen und das Avantgarde-Musikfestival „Irtijal“ konzipiert. Claus Boesser-Ferrari ist ein Künstler mit internationaler Reputation. Seine Klangästhetik auf der akustischen Gitarre vereint klangmalerische Verfremdungen mit raffinierten rhythmisch-perkussiven Techniken. Unter anderem tritt der Musiker und Komponist weltweit für das Goethe Institut auf. Die Süd-

deutsche Zeitung bezeichnet seine Kunst als „... wundersam nachhallende Kommentare gegen das Verschwinden der Träume.“

Auch der Holzbläser Francois Houle ist eine internationale Kapazität. Der klassische ausgebildete Musiker gilt als einer der innovativsten Klarinettenisten im Jazz. Seine Diskographie umfasst mehr als 80 Tonträger. Auch er setzt bei seinen Werken elektronische Effekte ein. Wie Boesser erzeugt der Kanadier mit seinem Instrument perkussive Klangstrukturen. Seine musikalische Bandbreite reicht von exzellenter Klassik bis zu experimentellen Free Jazz. Houle ist nicht „nur“ Instrumentalist, sondern auch ein exzellenter Komponist und Musikpädagoge. Eine besondere Kompetenz seines Fachwissens ist die Erstellung und Umsetzung grafischer Partituren.

Steigende Corona-Fallzahlen

Abstrichzentrum auf dem Kirchheimer Messplatz geht wieder in Betrieb

(red) Aufgrund der aktuell steigenden Fallzahlen und vieler Rückkehrer aus Urlaubsgebieten mit erhöhtem Coronavirus-Risiko wird die Stadt Heidelberg das von ihr betriebene Corona-Abstrichzentrum auf dem Kirchheimer Messplatz ab Mittwoch, 26. August 2020, wieder in Betrieb nehmen. Die Stadt Heidelberg organisiert das als „Drive-In“ konzipierte Abstrichzentrum gemeinsam mit dem Deutschen Roten Kreuz (DRK). Das Testzentrum ist vorerst montags, mittwochs und freitags von 9 bis 12 Uhr geöffnet.



Foto: Stadt Heidelberg

Wer kann sich testen lassen?

Es kann sich testen lassen, wer grippeähnliche Symptome wie Husten und Fieber hat, in den letzten 14 Tagen Kontakt zu einem bestätigten Coronavirus-Fall hatte, Reiserückkehrer mit grippeähnlichen Symptomen, wer eine

Corona-App-Warnung erhalten hat. Für das Abstrichzentrum von Stadt und DRK muss vorab ein Termin über die Telefon-Hotline des Gesundheitsamtes vereinbart werden. Diese ist von Montag bis Freitag von 8 bis 16 Uhr und am Samstag und Sonntag von 10 bis 14 Uhr unter der Telefonnummer 06221 522-1881 zu erreichen. Auf keinen Fall sollten Personen ohne Termin direkt zum Testzentrum kommen. Reiserückkehrer ohne grippeähnliche Symptome können über ihre Hausärzte oder beim „MVZ Labor Dr. Limbach & Kollegen“, Im Breitenspiel 16, 69126 Heidelberg, das eine eigene Teststation

betreibt, getestet werden. Das Labor ist zu erreichen unter der Telefonnummer 06221 3432-797. Die auch hier erforderliche Terminvereinbarung erfolgt über www.labor-limbach.de.

Auf dem Messplatz betreibt die kasernenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg zudem Heidelbergs Fieberambulanz. 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. Die Fieberambulanz ist ebenfalls montags, mittwochs und freitags von 9 bis 12 Uhr geöffnet. Der Weg in die Fieberambulanz führt in erster Linie über eine telefonische Absprache mit den Haus- und Kinderärzten. Wer seinen

Hausarzt nicht erreicht oder keinen Hausarzt hat, kann über den ärztlichen Bereitschaftsdienst (Telefon 116117) gehen. Auf keinen Fall sollen Patienten direkt ohne vorherige Anmeldung in die Fieberambulanz kommen. Weitere Informationen für Reiserückkehrer sind auf der städtischen Homepage unter www.heidelberg.de/coronavirus veröffentlicht.

Testzentrum war seit 1. Juli 2020 im Ruhemodus. Die Stadt Heidelberg hatte das Abstrichzentrum aufgrund der damals geringen Fallzahlen am 1. Juli 2020 in den Ruhemodus versetzt. Die gesamte Infrastruktur, also unter anderem die Container und die Technik, hatte man vorsorglich erhalten. Seit Inbetriebnahme Ende März 2020 bis Ende Juni 2020 war dort von fast 2.500 Personen ein Abstrich genommen worden.

„Wir wollen Kindern helfen“

Statt ihre Diamantene Hochzeit zu feiern, spendeten Erika und Erich Seip an das KiTZ

(red) Ursprünglich wollten Erika und Erich Seip am 28. April 2020 nach 60 Jahren glücklicher Ehe ihre Diamantene Hochzeit feiern. Doch die Maßnahmen zur Verhinderung der Ausbreitung des Coronavirus kamen dazwischen. Die Jubilare beschlossen stattdessen, das Geld für die Feier einem guten Zweck zu spenden und das Hopp-Kindertumorzentrum Heidelberg mit 5.000 Euro zu unterstützen. Als Erika und Erich Seip ihren Spendenscheck über 5.000 Euro zur Unterstützung der Arbeit des KiTZ vor der Kinderklinik des UKHD überreichen, sehen beide glücklich aus: „Wir wollen den Kindern helfen, die an Krebs



Foto: kitz HD

erkrankt sind.“ Obwohl das Geld eigentlich für die Feier anlässlich ihrer Diamantenen Hochzeit und des 80. Geburtstages von Erika Seip bestimmt war, freuen sich beide, dass die Summe nun in die Forschung und Krankenversorgung am KiTZ fließt. Das KiTZ ist gleichzeitig Therapie- und Forschungszentrum für an Krebs erkrankte Kinder. Ziel ist es, die Biologie kindlicher Krebs- und schwerer Bluterkrankungen zu verstehen und vielversprechende neue Therapie- und Diagnoseansätze so schnell wie möglich in die Anwendung zu bringen.

„Unsere Patienten erhalten am KiTZ eine umfassende Versorgung“, so An-

dreas Kulozik, Direktor des KiTZ und der Klinik für Pädiatrische Onkologie, Hämatologie und Immunologie des UKHD. „Von der Diagnose über die Behandlung bis hin zur Nachsorge.“ An Krebs erkrankte Kinder, gerade auch diejenigen, für die keine etablierten Behandlungsoptionen zur Verfügung stehen, erhalten im KiTZ einen individuellen Therapieplan. Viele junge Patienten können an klinischen Studien teilnehmen und erhalten damit Zugang zu neuen Therapieoptionen. „Wir bedanken uns sehr herzlich bei Herrn und Frau Seip für Ihre Spende“, so Andreas Kulozik weiter. „Und die besten Glückwünsche zu ihrem Jubiläum.“

Bauen · Wohnen · Renovieren

Heißer Tipp

Bei Heizung und Lüftung von vollumfänglicher Förderung profitieren

(akz-o) Ab 2026 dürfen – mit wenigen Ausnahmen – keine Ölheizungen mehr neu eingebaut werden. Wer vorausschauend plant, setzt im Neubau und bei der Modernisierung heute schon lieber auf Alternativen. Zumal man dabei im Rahmen des Klimapakets von hohen und weitreichenden Förderungen profitieren kann.

Für umweltfreundliche Wärmepumpen gibt es die höchsten Sätze: Bei allen Modellen des Raumklimaspezialisten Kermi sind Zuschüsse von mindestens 35 Prozent möglich. Wird eine alte Ölheizung ersetzt, erhöhen sich diese Fördersätze sogar auf bis zu 45 Prozent (Stand: Juli 2020). Die Wärmepumpen arbeiten modulierend und deshalb besonders effizient – bei flüsterleisem Betrieb. Zudem eignen sie sich zur intelligenten Einbindung und Nutzung von umweltfreundlichem Fotovoltaik-Strom.

Cleveres Heizsystem – Wärmepumpe sinnvoll ergänzen und Förderungen mitnehmen



Fotos: Kermi GmbH/akz-o

Heißer Tipp: Die förderfähigen Kosten umfassen neben den Anschaffungs- und Installationskosten rund um den Wärmeezeuger auch weitere Umfeldmaßnahmen. Dazu gehören etwa Heizkörper, Fußbodenheizung,

Warmwasserbereitung, Wärmespeicher sowie intelligente Regelungstechnik und Smart-Home-Lösungen. Seit Ende März 2020 werden auch Wohnraumlüftungen voll gefördert – vorausgesetzt sie werden kombiniert mit



der Wärmepumpe geregelt. Das alles ist mit dem System x-optimiert möglich. Smarte Regelungskomponenten sorgen für ein abgestimmtes Zusammenspiel zwischen Heizen, Kühlen und Lüften. Alle Produktbestandteile kommen dabei aus einer Hand, lassen sich gemeinsam steuern und greifen so optimal ineinander – für maximale Effizienz und ein allzeit behagliches Wohlfühlklima, gemäß BAFA zu 100 Prozent förderfähig.

Gerade bei alten Heizungen, die schon fast 30 Jahre in Betrieb sind, sollte man

sich die aktuell sehr lukrativen Möglichkeiten nicht entgehen lassen. Denn wenn die gesetzliche Austauschpflicht greift, gibt es möglicherweise keine Fördermittel mehr für die Maßnahme. Im Moment kann man sich die nicht unwesentlichen Ausgaben für ein neues Heizsystem jedoch komfortabel mit dem Staat teilen – und dies kann aktuell nahezu die Hälfte der Kosten umfassen.

Weitere Informationen finden Bauherren und Modernisierer auch auf www.kermi.de/klimapaket.

Holzfaser-Dämmung

Multifunktionaler Schutzmantel – Die Fassade rundum perfekt schützen

(akz-o) Eine Fassaden-Dämmung aus Holzfaser hüllt das Haus schützend ein. Im Sommer hält sie das Innere angenehm kühl und im Winter kuschelig warm, was als angenehmen Nebeneffekt auch geringere Energiekosten mit sich bringt.

Gleichzeitig schützt sie vor Witterung, Lärm und Schäden an der Bausubstanz. Damit sie diese Aufgaben dauerhaft sicher erfüllt und eine vollflächige Dämmung geschaffen wird, ist der Einsatz eines optimal aufeinander abgestimmten Wärmedämm-Verbundsystems (WDVS) sinnvoll. Dazu zählen Befestigungsmittel und Kleber für den Verbund mit dem Untergrund genauso wie ein diffusionsoffenes, witterungsbeständiges Putzsystem, welches die Vorteile der Holzfaser unterstützt. Die verputzte Fassade lässt sich mit einem Schlussanstrich nach Bauherrenwunsch fertigstellen.

Feuchtigkeitsregulierend

Holzfaser-Dämmstoffe sind wasserabweisend und lassen Regen abperlen. Sie können sogar eine gewisse Zeit lang frei bewittert werden. Ein großer Vorteil, wenn sich etwa das Aufbringen des Putzes nach der Plattenmontage verzögert. Ein weiterer Pluspunkt ist die Diffusions-offenheit. Das bedeutet, die nachhaltigen Holzfaser-Dämmstoffe schützen nicht nur vor Witterungs-



Foto: vdnr/akz-o

einflüssen wie Regen, sondern geben auch Wasserdampf nach außen ab. So wirken sie feuchtigkeitsregulierend und tragen dazu bei, die Konstruktion trocken zu halten.

Holzfaser-Dämmung an der Fassade kann auch vor Algen und Moosen schützen. Dank ihrer hohen Wärmespeicherfähigkeit nimmt die Holzfaser untertags Wärme auf und speichert sie. Die warme Oberflächentemperatur hält sich auch in den kühleren Abendstunden. Dadurch kondensiert deutlich weniger Luftfeuchtigkeit auf dem Putz, die Fassade bleibt trockener und entzieht Algen und Moosen damit die Lebensgrundlage.

Sicher geschützt

Holzfaser-Dämmplatten an der Fassade sind besonders stabil und druckfest. Briefkästen, Wandlampen oder andere leichte Lasten lassen sich einfach mit Standardschrauben befestigen. Spezielle Dämmstoffdübel sind dafür nicht nötig. Auch Schäden durch Stöße oder Schläge, etwa durch spielende Kinder, die bei leichten Dämmstoffen vergleichsweise schnell entstehen, sind bei robusten Holzfaserplatten nicht zu befürchten.

Weitere Informationen finden Sie auf www.vdnr.net.



Schimmelfuchs

einfach schlau 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

Geldbeutel schonen

Auf Reisen zu Hause Energie einsparen

(akz-o) Urlaub. Endlich. Zwei oder drei Wochen entspannen, raus aus dem Alltag. Damit auch die Rückkehr stressfrei bleibt, sollten unbedingt ein paar wichtige Dinge beachtet werden: Mülleimer leeren, für leeren Briefkasten sorgen, Statusmeldungen bei Facebook und Co. vermeiden.

Aber vor allem: alle nicht benötigten elektrischen Geräte ausschalten oder deren Stecker ziehen.

Mit ein paar Handgriffen kann man sein Zuhause vor dem Urlaub in den Energiesparmodus versetzen. Dadurch spart man Energie sowie Geld und tut gleichzeitig etwas für die Umwelt.

Geräte ausschalten – kein Stand-by-Modus

Selbst im Stand-by-Modus verbrauchen elektrische Geräte ohne sichtbares Zeichen Strom – ältere Exem-



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

plare sogar ziemlich viel. Durch die Verwendung von Steckdosenleisten mit Schaltern ist das Ausschalten von mehreren elektrischen Geräten am bequemsten zu erledigen. „Denken Sie zum Beispiel daran, den Compu-

ter herunterzufahren, Ladegeräte aus den Steckdosen zu ziehen und den Router auszuschalten. Jedoch kann dadurch bei manchen Modellen die Telefonanlage mit ausgeschaltet werden“, erläutert Martin Brandis, Ex-

Unterwegs und doch Zuhause

Die eigenen vier Wände immer im Blick

(djd). Moderne Elektronik erleichtert unser Leben – auf das Smartphone und weitere smarte Geräte möchten die meisten Nutzer hierzulande nicht mehr verzichten.

Aber das ist nicht alles: Innerhalb der eigenen vier Wände werden auch Smart-Home-Systeme immer mehr zur Normalität. Sie erleichtern viele Alltagsroutinen und steuern das eigene Heim ohne Aufwand ganz automatisch – von den Rollläden und anderen Sonnenschutzsystemen über die Beleuchtung bis hin zur Verriegelung von Fenstern und Türen beim Verlassen des Hauses. Neben der Übernahme von Komfortfunktionen kann das Smart Home auch einen wichtigen Beitrag zur Sicherung des Hauses leisten und mit unterschiedlichen Alarmsystemen kombiniert werden.

Jederzeit kontrollieren, was zu Hause los ist

Mit Fenstersicherungen, Öffnungs-, Bewegungs- und Rauchmeldern lässt sich das Haus rundum absichern. Zusätzlich kann der Nutzer innerhalb und außerhalb des Hauses Kameras installieren, die aufzeichnen, was in den Wohnräumen oder rund ums Haus los ist. In Verbindung mit Smart-Home-Systemen wie TaHoma von Somfy streamen sie Bilder auch jederzeit live aufs Handy. So kann sich jeder überall auf der Welt davon überzeugen, ob



Foto: djd/Somfy

zu Hause alles in Ordnung ist. So zum Beispiel, wenn die Melder an Türen oder Fenstern einen Alarm auslösen oder wenn sie einfach einmal nach dem geliebten Vierbeiner daheim schauen möchten. Unter www.somfy.de gibt es viele weitere Infos und Tipps zur Hausautomation und rund um smarte Sicherheitslösungen.

Eindringlinge abschrecken, bevor etwas passiert

Smart-Home-Systeme können weit mehr als nur warnen oder bei einem Einbruchversuch sofort abschrecken, wenn bereits ein Problem entstanden ist. Mit Anwesenheitssimulationen leisten sie einen wichtigen

Beitrag, um potentielle Einbrecher im Vorhinein von ihrem Vorhaben abzubringen. So können Rollläden, Raffstores oder Beleuchtungen automatisch nach dem Zufallsprinzip oder nach programmierten Anwesenheitsszenarien gesteuert werden. Das Haus oder die Wohnung macht somit einen bewohnten Eindruck und wird unattraktiv für ungebetene Gäste.

Gut platzierte Bewegungsmelder können zusätzlich die Außenbeleuchtung anschalten und Eindringlingen den Schutz der Dunkelheit rauben. Kriminalstatistiken in Deutschland zeigen, dass smarte Technologie schon heute hilft.



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

perte der Energieberatung der Verbraucherzentrale. Klimageräte sind außerdem auszuschalten, damit sie nicht unnötig im Kühlbetrieb laufen. Bei sehr langer Abwesenheit kann es sich lohnen, den Kühlschrank zu enteisen und während der Abwesenheit auszuschalten.

Nach der Rückkehr läuft der Kühlschrank dann ohne die Eisschicht effizienter. In Ein- und Zweifamilienhäusern kann zudem die Warmwasserzirkulation ausgeschaltet werden. Nach dem Urlaub sollte aus hygieni-

schon Gründen das Wasser einmalig auf 70 Grad Celsius aufgeheizt werden.

Energieberatung hilft

Um sein Zuhause „urlaubsfit“ zu machen, kann der Verbraucher Unterstützung von einem Berater der Energieberatung der Verbraucherzentrale erhalten. In einem „Energie-Check“ gibt der Berater individuelle Tipps vor Ort und berät auch zu anderen Maßnahmen des Energieeinsparens.

Weitere Informationen unter www.verbraucherzentrale-energieberatung.de.

Rund um die Uhr
brandaktuell
 Lokales & Regionales
Immer Kostenlos!
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
 AUTOLACKIEREREI



Gesundheit & Wellness

Hundert Tage Husten

Wenn Husten nicht weichen will, kann Keuchhusten dahinterstecken

(djd-k). Husten hat fast jeder hin und wieder. Doch meist ist die Sache vom ersten Halskratzen bis zum letzten Räuspern innerhalb von zwei Wochen ausgestanden.

Wenn Husten gar nicht mehr weichen will, sollten Betroffene jedoch aufmerksam werden. Dann kann zum Beispiel Keuchhusten (Pertussis) dahinterstecken, eine bakterielle Infektionskrankheit, die im Volksmund nicht umsonst "100-Tage-Husten" genannt wird. Nach einem erkältungsähnlichen Anfangsstadium leiden Betroffene oft wochen- oder monatelang unter anfallsartigen, quälenden Hustenattacken.

Die "Kinderkrankheit" kennt derweil keine Altersgrenzen. Tatsächlich sind heute aufgrund von Impflücken mehr als Drittel aller Keuchhustenpatienten erwach-



Foto: djd-k/GlaxoSmithKline/Shutterstock/Ljupco Smokovski

sen. Der Altersdurchschnitt der Erkrankten hat sich seit Ende der 90er-Jahre bis 2017 von 15 auf 42 Jahre erhöht. Mehr Komplikationen bei Senioren Während Keuchhusten für jüngere Erwachsene meist nur sehr lästig ist, steigt mit fortschreitendem Alter

die Gefahr von schweren Verläufen und Komplikationen an. Diese können von Einschränkungen der Lebensqualität über starken Gewichtsverlust, Rippenbrüche und Inkontinenz bis hin zu Lungenentzündungen und Schlaganfällen reichen.

Der Grund für die erhöhte Anfälligkeit ist das mit den Jahren schwächer werdende Immunsystem, das vielen Erregern nicht mehr ausreichend Paroli bieten kann. Auch ein gesunder Lebenswandel kann daran nichts ändern, zumal Infektionskrankheiten oft hochansteckend sind.

Für Menschen über 60 empfiehlt die Ständige Impfkommission (STIKO) deshalb verschiedene Schutz-

impfungen, beispielsweise gegen Grippe, Lungenentzündung und Gürtelrose. Außerdem wird dazu geraten, sich bei der nächsten Tetanus-Diphtherie-Impfung zusätzlich gegen Keuchhusten immunisieren zu lassen. Alles Wissenswerte dazu gibt es auch unter www.impfen.de.

Kein lebenslanger Schutz Nicht geschützt sind übrigens auch Senioren, die die Krankheit in ihrer Kindheit schon einmal durchgestanden haben, denn im Gegensatz zu anderen Kinderkrankheiten hält die aufgebaute Immunität bei Keuchhusten nicht lebenslang an.

Man kann sich also mehrmals im Leben mit dem sogenannten 100-Tage-Husten infizieren - und das braucht nun wirklich keiner.

Für Rücken, Bauch und Beine

Orthesen und Strümpfe während und nach der Schwangerschaft

(djd-k). Bei Schwangeren verändert sich durch den wachsenden Babybauch das Gewicht, der Körperschwerpunkt verlagert sich nach vorne. Zudem lockert die Hormonumstellung in Vorbereitung auf die Geburt die Bänder, die das Becken stabilisieren. Daher sind Rückenbeschwerden nun ein häufiger Begleiter. Beim Aufstehen, Bücken, längeren Sitzen und Stehen machen sie sich besonders bemerkbar. Unterstützung für Rücken und Beine erhalten Schwangere durch Rückenorthesen und medizinische Kompressionsstrümpfe.



Foto: djd-k/medi

Rückenorthese kann stabilisieren und Schmerzen lindern

Bei Rückenbeschwerden kann etwa die neue Lumbalorthese "Lumbamed maternity" von medi stabilisieren und Schmerzen lindern. Sie stützt den Bauch, entlastet das Becken sowie die Wirbelsäule und wirkt auch dem Hohlkreuz entgegen. Der Gurt aus weichem Material wächst mit dem Bauchumfang stufenlos mit. Er schränkt weder die Bewegungsfreiheit des ungeborenen Kindes ein noch übt er Druck auf den Bauch aus.

Bei einer sogenannten Beckenring-Instabilität nach der Geburt mit Beschwerden im Iliosakralgelenk wiederum kann eine modulare Orthese wie die "Lumbamed sacro" helfen. Sie stabilisiert das Becken, entspannt die Muskeln und lindert ebenfalls Schmerzen. Flexibel positionierbare Massage-Pelotten

therapieren die Schmerzpunkte im Bereich des Iliosakralgelenks punktgenau.

Auch müde und geschwollene Beine begleiten häufig die Schwangerschaft. Die werdende Mutter nimmt an Gewicht zu, der Körper produziert mehr Blut und der Druck in den Venen steigt. Wenn die Venen sich weiten, schließen die Venenklappen nicht mehr richtig. Es kommt zum Rückstau des Blutes in den Beinvenen. Die Beine sind müde und schwer und viele Frauen stellen erstmals Besenreiser oder Krampfadern fest. Dann können medizinische Kompressionsstrümpfe helfen. Es gibt sie in vielen Farben und Designs als Kniestrümpfe, Oberschenkel-Varianten oder Strumpfhosen mit einem weichen Leibteil. Der Druck der Strümpfe wirkt der Beinmuskulatur

von außen entgegen und unterstützt die Venen, damit die Venenklappen wieder besser schließen und das Blut zielgerichtet zum Herzen fließt. Schwellungen klingen ab, die Beine fühlen sich leichter und entspannter an. Unter Telefon 0921-912750 und unter www.medi.de gibt es mehr Informationen, auf der Webseite steht zudem ein Ratgeber "Schwangerschaft" zum Download bereit.

Schwangere oftmals von Zuzahlung befreit

Der Arzt kann bei medizinischer Notwendigkeit medizinische Hilfsmittel verordnen. Bei der Verordnung der Rückenorthese sowie der erstmaligen Verordnung von medizinischen Kompressionsstrümpfen sind Schwangere von der gesetzlichen Zuzahlung befreit.

Bestens informiert. www.metropoljournal.com

Effektives Händewaschen

Worauf man gerade jetzt achten sollte

(spp-o) Häufiges Händewaschen ist aktuell noch wichtiger als sonst, um sich vor Keimen und Bakterien zu schützen. Doch je öfter man Haut schrubbt oder desinfiziert, desto stärker wird sie strapaziert. Darunter leidet die natürliche Hautbarriere. Der Haut wird Fett entzogen; sie trocknet aus und wird rissig oder spröde. Häufige Desinfektion fördert zudem allergische Reaktionen. Übrigens: Entweder waschen oder desinfizieren - beides zusammen strapaziert doppelt.



Foto: ocean pharma GmbH/spp-o

Die pflegenden Inhaltsstoffe von Mousse plus und Gel wie z.B. pflanzliches Betain, Kokosöl oder Aloe vera spenden der Haut Feuchtigkeit und halten sie so weich und geschmeidig. Sie ziehen schnell ein und wirken ganz ohne Konservierungsstoffe, Silikone und Zusatzstoffe auf Mineralölbasis.

Weitere Informationen unter www.ocean-pharma.de

Bei der Regeneration helfen nachhaltige Pflegeprodukte mit dem Mikroalgenwirkstoff Spiralin, wie z. B. in Spirularin Gel oder Mousse plus. Der Wirkstoff wird durch ein patentiertes Verfahren aus der Mikroalge Spirulina platensis gewonnen.

Das Außergewöhnliche dieser Alge sind besondere Abwehreigenschaften, die sie im Laufe der Evolution gegen natürliche Feinde wie Bakterien, Pilze und Viren entwickelt hat. Durch diese antimikrobiellen Eigenschaften kann die Haut vor Keimen geschützt werden.

Was man sonst noch tun kann: Lieber mit kaltem statt mit warmem oder heißem Wasser waschen - das ist deutlich schonender. Nachts regenerieren sich die Zellen. Wer vor dem Schlafengehen eine Maske auf die Hände aufträgt und diese mit Baumwollhandschuhen schützt, wacht morgens mit schön weicher Haut auf.

Gesundheit & Wellness

Immunkraft aus dem Bauch

Der Darm spielt bei der Abwehr von Viren, Keimen und Co. eine große Rolle

(djd). Ein starkes Immunsystem ist die beste Waffe gegen heranrollende Infektionswellen. Tagtäglich bekämpft es Viren, Bakterien oder Umweltgifte, die aus Luft, Wasser und Lebensmitteln auf uns einwirken. Die überwiegende Mehrheit der menschlichen Immunzellen befinden sich im Darm. Mit seiner großen Oberfläche dient dieser der Aufnahme von Nährstoffen, Vitaminen und Spurenelementen, bietet aber gleichzeitig viel Angriffsfläche zum Eindringen von unerwünschten Substanzen. Davor schützt die sogenannte Darmbarriere, die aus mehreren Schichten besteht.

Durchlässige Darmwand beeinträchtigt das Immunsystem

Problematisch wird es, wenn diese Barriere - also die Darmwand - zu durchlässig wird und aus dem Gleichgewicht gerät. Dann dringen Schadstoffe, Krankheitserreger und unverdaute Nahrungsmittelbestandteile leichter in den Körper ein. Die Folge sind unspezifische Entzündungsreaktionen, die das Immunsystem beeinträchtigen und Infekte begünstigen können. Um die Darmwand zu regenerieren,



Foto: djd/DR. KADE/iStockphoto/Massonstock

hat sich beispielsweise Panaceo Basic Detox Pure bewährt. Es enthält ein Schwamm die Schadstoffe Blei, Chrom, Arsen, Kadmium und Nickel sowie Ammonium im gesamten Verdauungstrakt bindet und über den Stuhl ausleitet. Die für unseren Körper wichtigen Stoffe wie Vitamine, Nährstoffe, Spurenelemente oder

Probiotika werden hingegen nicht gebunden. Aufgrund des zu 100 Prozent natürlichen Inhaltsstoffs ist es besonders sanft. Eine Studie belegt, dass der nur in diesem Präparat enthaltene, speziell verarbeitete PMA-Zeolith die Wiederherstellung einer geschädigten Darmwand fördert. Eine Vulkankur für mehr Energie und die Stärkung der Abwehrkräfte.

P F L E G E profis

Ambulante Pflege

✓ Grundpflege

✓ Wundversorgung

✓ Betreuungsleistungen



Mannheim / Ludwigshafen
Fon: 0621 - 7001 8980

2020 finden Sie uns auch in der Franklin-Klinik.

www.pflege-profis.info

Gezielt ernähren, gesund leben

Darüber hinaus lässt sich das wichtige Organ durch eine ausgewogene Ernährung unterstützen. Besonders empfehlenswert sind Gerichte mit frischen Zutaten. Eine Rezeptauswahl findet sich unter www.panaceo.de. Um das Abwehrsystem ins-

gesamt zu verbessern, ist außerdem ein gesunder Lebensstil angeraten. Dazu gehört viel Bewegung an der frischen Luft, ausreichend Schlaf und die Vermeidung von anhaltendem Stress. So ist man in Zeiten erhöhter Infektionsgefahr besser gewappnet.

Hundert Tage Husten

Wie Faszientraining die Gelenke stützen und entlasten kann

(djd). Ein Netz, das uns zusammenhält: Faszien durchziehen den gesamten Körper, umschließen und verbinden jedes Organ, alle Muskeln, Knochen, Nerven und Gefäße. Wie eine Faszie aussieht? Wohl jeder, der in der Küche schon einmal Fleisch zubereitet hat, kennt diese feine dünne und elastische Silberhaut, die beispielsweise ein Stück Hühnerbrust umschließt. So ähnlich ist es auch bei uns Menschen. Etwa ein Fünftel des gesamten Körpervolumens besteht aus diesem Bindegewebe, das sich aus den strukturgebenden Fasermolekülen Kollagen und Elastin zusammensetzt.

Verklebte Faszien beanspruchen die Gelenke

Dabei dienen Faszien nicht nur der Stabilisierung im Körperinneren, sondern sorgen auch für reibungs- und schmerzlose Bewegungsabläufe. Wichtigste Voraussetzung dafür ist eine hohe Geschmeidigkeit der Fasern. Genau hier aber liegt oft das Problem: Bei einseitiger Belastung oder körperlicher Fehllage entstehen Mikroverletzungen in den Faszien, durch Bewegungsmangel verkleben sie und ihr Strukturgerüst

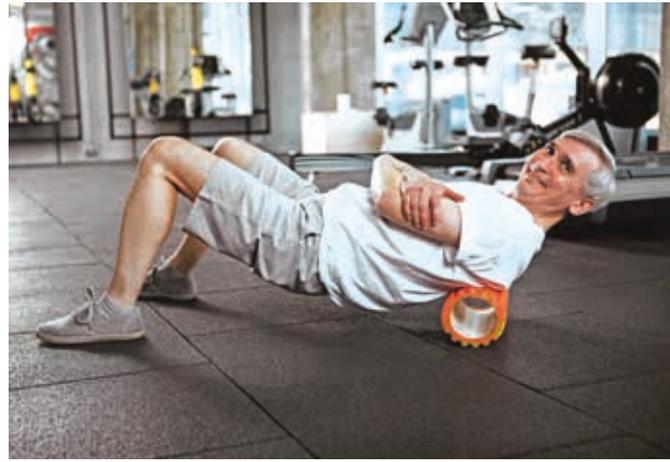


Foto: djd/Telcor Forschung/Thor - stock.adobe.com

wird abgebaut. So kann es zu einer starken Beanspruchung der darum gelegenen Muskeln und Gelenke und in der Folge zu Schmerzen kommen. Diese Beschwerden können nur durch Heilung der Mikrorisse sowie Beseitigung der Verklebungen abklingen.

Neben viel Bewegung wie Walken, Radfahren oder Aquafitness ist vor allem gezieltes Faszientraining effektiv. Hier werden zum Beispiel durch mechanischen Druck die Blockaden und Verklumpungen aufgelöst. Da-

mit die Gelenke diesen Belastungen gut standhalten, ist ein widerstandsfähiger, gesunder Knorpel wichtig. Die CH-Alpha Plus Trinkampullen etwa unterstützen mit ihrer Kombination aus Kollagen-Peptiden und natürlichem Hagebuttenextrakt sowohl den strukturellen Aufbau der Faszien als auch den Aufbau und die Regeneration des Knorpelgewebes. Laut einer aktuellen Studie konnten nach dreimonatiger Einnahme Gelenkschmerzen um durchschnittlich 38 Prozent verringert und die Gelenksteifheit um 35 Prozent redu-



Foto: djd/CH-Alpha-Forschung/Stocksy - stock.adobe.com

ziert werden. Unter www.ch-alpha.de gibt es weitere Tipps und interessante News.

Hüpfen, Twisten, Rollen

Wer seine Faszien wieder geschmeidig machen möchte, sollte sich das Training am besten von einem erfahrenen Coach oder Physiotherapeuten zeigen lassen. Meist beinhaltet es besondere Übungen wie Hüpfen, Twisten, Strecken oder Federn sowie das Arbeiten mit speziellen Rollen oder Bällen. Mit diesen übt man Druck und Dehnreize

auf das Gewebe aus, wodurch es „ausgepresst“ und mit frischer Lympflüssigkeit versorgt wird.

Ihre Anzeige hier bei uns!

Rufen Sie an:
0621-72739490

SO STEHEN IHRE STERNE



WIDDER

21.3.-20.4.

Sie haben sich in der letzten Zeit etwas übernommen und Ihrem Körper wenig Ruhe gegönnt. Versuchen Sie, einige Tage frei zu nehmen.



STIER

21.4.-21.5.

Lassen Sie in Ihrer Partnerschaft die Zügel etwas lockerer und vertrauen Sie Ihrer inneren Eingebung. Zu viel Kontrolle zerstört die Beziehung.



ZWILLINGE

22.5.-21.6.

Zögern Sie nicht, andere um Hilfe zu bitten, wenn Sie bei einer wichtigen Entscheidung unentschieden sind. Oft hilft auch schon ein Gespräch.



KREBS

22.6.-22.7.

Damit Sie sich wieder anderen Dingen zuwenden können, sollten Sie so schnell wie möglich unerledigte Dinge bearbeiten. Danach kehrt Ruhe ein.



LÖWE

23.7.-23.8.

Sie müssen Ihre Erwartungen etwas herunter schrauben und die Gesamtsituation im Auge behalten. Es könnte sonst sehr frustrierend werden.



JUNGFRAU

24.8.-23.9.

Dieser Monat kündigt sich gut an, alle Ihre Bemühungen werden sich auszahlen. Sie sollten nur nicht versuchen, Dinge zu erzwingen.



WAAGE

24.9.-23.10.

Jeder Mensch hat Zeiten, in denen nicht alles so gut läuft. Am besten nehmen Sie die Dinge so, wie sie kommen, ohne dabei zu viel zu grübeln.



SKORPION

24.10.-22.11.

Halten Sie Augen und Ohren offen, denn bald könnte Ihnen eine Person ganz schön den Kopf verdrehen. Sie können gespannt sein!



SCHÜTZE

23.11.-21.12.

Auch, wenn es Ihnen so vorkommt, als hätten Sie sich Ihre Ziele zu hoch gesteckt - Sie werden nun realisieren, dass diese durchaus erreichbar sind.



STEINBOCK

22.12.-20.1.

Wenn Sie das Gefühl oder Bedürfnis haben, einen alten Freund anzurufen, ist jetzt der richtige Zeitpunkt, um wieder Kontakt aufzunehmen.



WASSERMANN

21.1.-19.2.

Eine Person könnte bald Ihre ganze Kraft beanspruchen. Versuchen Sie, auch für sich die Vorteile zu sehen, bleiben Sie aber Ihren Prinzipien treu.



FISCHE

20.2.-20.3.

Ihre Willensstärke wird auf die Probe gestellt. Bleiben Sie standhaft und seien Sie darauf vorbereitet. Sie werden gestärkt aus der Situation gehen.

Geländeform	Frauenname	Zwerghund	Filmlichtempfindlichkeit	Abk.: europäische Norm	bayrisch: nein	Gewichtseinheit (Abk.)	Kfz-Z. Erlangen	Maß des elektr. Widerstands	Gesellschaft für Musikrechte	Schiff der Kolumbusflotte	Seufzer
								dt. Schlagersänger	2		
Rufname	Laudas	zusammengekrümmt hocken	Buchstabenversetzrätsel			4	3		Felsenriff		
										7	
See und Stadt in der Ost-Türkei		6						ein Hautaus-schlag			böser Geist im arab. Märchen
poetisch: flaches Wiesengelände								heiliger Stier in Ägypten	Abk.: id est (latein.)		8
Gebetszeit	Holzblasinstrumente										
	1	scherzhaf: USA (Onkel ...)						Öllieferländerverbund (Abk.)		Teil von akadem. Titel (Abk.)	
arabisch: Sohn	männlicher franz. Artikel	spanischer Artikel	arabisches Segelschiff	Kurort im Spessart (Bad ...)	Brüsseler Statue, Manneken ...	Initialen Spielbergs	japanische Meile				
biblischer König		Labans Tochter (A.T.)	5								
Figur bei Jules Verne †		flicken									

METROPOLJOURNAL
 Onlineseite tagesaktuell & kostenlos!
 www.metropoljournal.com

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

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

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

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

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

Auflösung August 2020

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

Anzeigen unter:
Tel: 0621-72739490

Fußpflege Rhein-Neckar
 Ihre professionelle mobile Fußpflege und Maniküre

Kostenlose Anfahrt zu Ihnen nach Hause!

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

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

Am Kapellenberg 41
 68519 Viernheim
 www.fusspfliegerheinneckar.de

Veranstaltungen

Weitere Informationen www.metropoljournal.com

Duo Crossover

das sind Stefan Krznaric an der Violine und Tom Schlüter am Klavier

03. September 2020 Rantastic Baden-Baden
 Einlass: 18.00 Uhr Beginn: 19.30 Uhr
 Tickets: www.rantastic.com

(red)Zwei Vollblutmusiker – beide haben Klassik studiert, beide sind ebenso in Pop und Jazz beheimatet. Die beiden Musiker präsentieren virtuose Meisterwerke der Klassik in neuem Gewand und mit Rock- und Pop-Elementen, dazu gefühlvolle Balladen, teils aus eigener Feder. Ein Set widmen die beiden Künstler den großen Filmmelodien Hollywoods: Von „Der Pate“ über „Indiana Jones“ bis zu „Mission Impossible“ kommt hier jeder auf seine Kosten! Das Programm umfasst u.a. eigens interpretierte Meisterwerke aus Vergangenheit und Gegenwart: Rockige Gitarrensounds für Mozart, fulminante 4-to-the-floor-Beats für Beethoven und heiße kubanische Rhythmen über Paganini- Variationen – so werden bekannte und beliebte Werke verblüffend

andere arrangiert. Auch die Evergreens der Popmusik begegnen Ihnen hier in neuer Interpretation. So sind etwa virtuose Passagen aus „Eleanor Rigby“ von den Beatles zu hören, und auch der weltweit erfolgreiche DJ David Guetta wird musikalisch adaptiert. Stefan Krznaric ist ein gern gesehener Künstler in Varieté- und Dinershows, unter anderem im Radio Regenbogen Palazzo Mannheim, Crazy Palace Karlsruhe und Alexander Kunz-Theatre Saarbrücken. Er trat u.a. beim jährlichen Kick-Off der UEFA in Monte-Carlo auf und ist jährlich als Künstler auf den Kreuzfahrtschiffen der Weltmeere gebucht. Tom Schlüter leitete das Variété-Orchester im Tigerpalast Frankfurt und gründete in den 90er Jahren auch die Top-40-Band „Sound Of Frankfurt“.

Die Leitung der „Tom Schlüter Band“ die u.a. in der „RTL – Nachtshow“ mit Thomas Koschwitz ein fester Bestandteil war, machten ihn deutschlandweit bekannt. Tom Schlüter gehört zu den gefragtesten Pianisten und Musikproduzenten und er stand u.a. gemeinsam mit Jermaine Jackson, Chaka Khan, Tom Jones und Robert Palmer auf der Bühne. Freuen Sie sich darauf, mit Stefan Krznaric und Tom Schlüter über die Brücke zwischen Klassik und Pop zu gehen bis zu einer musikalischen Reise durch die Filmgeschichte die Ihnen das Gefühl gibt, unmittelbar am Filmset dabei zu sein. Gemeinsam überraschen Violine und Klavier mit ungeahnten musikalischen Kombinationen. Das ist DUO CROSSOVER! Sofort buchen: <https://rantastic.reservix.de/p/reservix/event/1586341>

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



Das Solarschiff "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
 Gruppenfahrten sind geschlossen zu lösen. Fahrkarten sind direkt am Bord erhältlich. Preise pro Person.
 Hunde € 3,50,- Euro

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

Anfragen und Buchungen unter:
 Heidelberger Solarschiffahrtsgesellschaft mbH
 Kapitän Ingo 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

FUN & FOOD

12.09. – 11.10.2020

NEUER MESSPLATZ

EP MANNHEIM
 Schaustellerverband e.V.
 Event und Promotion

BASF-Siedlergemeinschaft e. V. Unser Kandidat für den Bundeswettbewerb

„Schade, dass wegen der Corona-Krise die Kommission für den Bundeswettbewerb „Wohneigentümer – heute für morgen aktiv. Lebendige Nachbarschaft – gelebte Nachhaltigkeit“ nicht nach Mannheim kommen konnte. Sie hätte sich sonst selbst ein Bild von unserer Siedlung und unserem regen Vereinsleben machen können.“ Hans Held, der Vorsitzende der BASF Siedlergemeinschaft e.V. Mannheim-Rheinau-Süd, war sichtbar enttäuscht, als er von der Absage der Bereisung erfuhr. Aber, clever und rührig wie der Vorstand des Vereins im Mannheimer Süden ist, hat sich der Vorstand sogleich daran gemacht, den Gutachtern einen „lebendigen Ersatz“ zu bieten.

BUCH MIT INTEGRIERTEN VIDEOS

Heraus kam eine virtuelle Bestandsaufnahme der Siedlung in Form eines Buches. Das Besondere: Ins Buch sind Video-Aufnahmen mit Interviews eingebettet. Sie dokumentieren der Bewertungskommission sehr anschaulich und in sprechenden Bildern, wie „Lebendige Nach-

barschaft“ und „Gelebte Nachhaltigkeit“ in der BASF-Siedlergemeinschaft aktiv, stark und engagiert wird.

BEWERTUNG

Der hochkarätigen Bewertungskommission gehören an: je ein Vertreter des Bundesministeriums des Innern, für Bau und Heimat, des Bundesinstituts für Bau-, Stadt- und Raumforschung im Bundesamt für Bauwesen und Raumordnung, der Bundesgartenberater, der Vorsitzende des Siedlungsförderungsvereins Hessen e. V. sowie die Bundesgeschäftsführerin.

Der Wettbewerb steht übrigens unter der Schirmherrschaft des Bundesinnenministers Horst Seehofer. Die Siegerehrung wird offiziell im Spätjahr vorgenommen und die Preise können hoffentlich beim Festakt in Berlin übergeben werden.

Die BASF Siedlergemeinschaft hat im letzten Jahr beim gleichnamigen Landeswettbewerb



Bundesgeschäftsführerin Petra Uertz und Gemeinschaftsleiter Hans Held bei der Übergabe der Dokumentation

den 1. Platz belegt und vertritt daher den Landesverband beim Bundesentscheid.

Erklärvideo: Tipps für den Sommergarten

Der eigene Garten bietet die besten Voraussetzungen für einen entspannten Sommerurlaub direkt vor der Haustür, ohne Stau, Lärm und Hektik. Der Gartenberater des Landesverbands, Sven Görlitz, hat ein Video produziert, das voller nützlicher Tipps für den Sommergarten steckt.

Sie erfahren darin Wichtiges: von der richtigen Bewässerung bis hin zu neuen Tierarten (wie der Kirschessigfliege oder der Grünen Reiswanze) und was Sie gegen diese Plagegeister tun können.

<https://bw.verband-wohneigentum.org/video-tipps-fuer-den-sommergarten/>



Das „grüne Wohnzimmer“ lädt zu einem entspannten Sommerurlaub ein.

Hecken schneiden im Sommer – darf man das?

Wenn die Stimmung zwischen Nachbarn eingetrübt ist, wird oft aus einer Mücke ein Elefant gemacht. Häufiges „Streithema“: Heckenschnitt. Heckenpflanzen wie Thuja, Kirschlorbeere, Eiben oder Hainbuchen wachsen nach dem Frühjahr gerne in die Höhe und Breite. Stehen sie zu nah an der Grenze, reichen die Äste auch zum Nachbarn hinüber. Dann stellt sich die Frage: Darf die Hecke im Sommer geschnitten oder ein Rückschnitt verlangt werden? Oder gilt für die Zeit von März bis September ein Schnittverbot?

Die Antwort ist einfach und das Thema im Bundesnaturschutzgesetz (BNatSchG§ 39 Abs. 5)

geregelt: Laut Bundesnaturschutzgesetz ist es untersagt, im Zeitraum von Ende Februar bis Anfang Oktober eine Hecke „abzuschneiden oder auf den Stock zu setzen“. Damit werden Tiere, insbesondere Vögel, geschützt.

Zu dieser Zeit suchen diese einen sicheren Schutz in Hecken und Gebüsch für ihre Brut und Nistplätze. Zulässig hingegen ist ein Pflegeschnitt, bei dem jeweils nur der frische Austrieb wieder zurückgeschnitten wird. Beachten und prüfen Sie (etwa im Gespräch mit dem Nachbarn) aber auch vor einem Pflegeschnitt, ob sich Vögel in Ihrer Hecke bereits eingenistet haben. Wenn ja, ist dies ein Kompliment für den Standort!

Verschieben Sie dann lieber den Heckenschnitt um ein paar Tage oder Wochen, bis die Jungvögel ihr Nest verlassen haben.

Einzige Ausnahme für größere Schneidarbeiten: Wenn die Maßnahmen der Gewährleistung der Verkehrssicherheit dienen und nicht zu einem späteren Zeitpunkt durchgeführt werden können. Weitere Informationen finden Sie auch in unserem Info-Blatt zum Nachbarrecht.

Kostenlos anfordern über baden-wuerttemberg@verband-wohneigentum.de