

Heidelberger

September 2023
27. Jahrgang

JOURNAL



SICHER UNTERWEGS MIT DEM PEDELEC

...MEHR SEITE 5

50% auf Vorjahres-Modelle!

Gutes Sehen kann so angenehm sein

Haus der Brille

Steubenstraße 52-54 · 69121 Heidelberg
Telefon 06221-652352 · Telefon 06221-20202
Haus-der-Brille@t-online.de
www.Haus-der-Brille.de



Brillen
Sonnenbrillen
Kontaktlinsen
Outdoor-Navigation
Sehhilfen
Operngläser
Ferngläser
Freizeit-Optik
Wetterstationen

UNABHÄNGIGES, ÜBERPARTEILICHES, KOSTENLOSES STADTJOURNAL FÜR HEIDELBERG, STADTTTEILE & REGION

5x Pflege, ein Ziel: Ihr Wohlbefinden



- Pflegeheim Almenhof
- Pflegeheim Neckarau
- Pflegeheim Sandhausen
- ambulanter Pflegedienst Vaudea
- Essen auf Rädern

VDA GmbH
Neckarauer Straße 245 • 68199 Mannheim
Telefon 0621/83377-0 • Fax -77
E-mail info@vda-mannheim.de
www.vda-mannheim.de



Verwaltungs- und Dienstleistungsgesellschaft für Altenhilfe mbH

versorgt sein • daheim sein • aktiv sein

STADTBÜCHEREI: NEUER BÜCHERBUS



Der neue Bücherbus transportiert künftig wieder tausende Bücher und andere Medien in die Stadtteile. Auch die Schilder der Bücherbus-Haltestellen (rechts im Bild) wurden an die neue Gestaltung der rollenden Zweigstelle angepasst.

Stolze 167.000 Kilometer hat der Bücherbus der Stadtbücherei Heidelberg in seinen 21 Dienstjahren zurückgelegt und dabei fast 2 Millionen einzelne Medien in die Stadtteile gebracht. Nun geht die rollende Zweigstelle in den wohlverdienten Ruhestand und macht Platz

für die nächste Generation. Der neue Bücherbus geht pünktlich zum Schulbeginn an den Start, gebastelt und gemalt werden.

Bei einem Rundgang mit Büchereidirektorin Christine Sass konnte sich Sozialbürgermeisterin Stefanie Jansen bereits von den Vorzügen des

neuen Modells überzeugen: „Der Zugang zu Wissen und Bildung ist ein wichtiger Grundpfeiler gesellschaftlicher Teilhabe. Mit einer gut sortierten und in der Stadtgesellschaft verwurzelten Stadtbücherei tragen wir in Heidelberg einen Teil dazu bei, diesen Zugang niedrigschwellig zu ermöglichen. Der Bücherbus trägt dieses Engagement genau dorthin, wo es sein soll: zu den Menschen in den Stadtteilen. Mit dem neuen Modell sind wir für diese Aufgabe bestens aufgestellt und können zum Start des neuen Schuljahrs bestimmt gleich eine neue Generation von Leserinnen und Lesern vom Bücherbus begeistern“, sagte sie.

Der 18 Tonnen schwere Bücherbus ist zwölf Meter lang, 2,55 Meter breit und 3,50 Meter hoch. Der Innenraum wurde gemeinsam mit dem Innenarchitekturbüro LINIE ZWEII aus Stuttgart entwickelt, das äußere Design des Busses stammt von der Abteilung Markenkommunikation der Stadt Heidelberg. Damit die rollende Bücherei ihren Zweck erfüllt und gleichzeitig sicher im Straßenverkehr unterwegs ist, sind umfangreiche Arbeiten nötig, um einen gewöhnlichen Reisebus in einen Bücherbus zu verwandeln. Für die Stadtbücherei Heidelberg bietet das die Chance, das Gefährt genau an die Bedürfnisse der Nutzenden anzupassen. Entsprechende Erfahrung ist reichlich vorhanden – immerhin handelt es sich bereits um den dritten Bücherbus in Heidelberg: Der erste fuhr ab 1979 durch die Stadt.

Die Attraktion in Heidelberg
 Mit dem Solarschiff lautlos
 und abgasfrei die Schönheit
 der Stadt erleben - bei Sonnenschein,
 Regen, Dämmerung bei Nacht.

Das Heidelberger Solarschiff „Neckarsonne“ - Anfrage und Buchungen unter:
 Kapitän Ingo Ilzhöfer · Tel. (07263) 40 92 84 · Email: neckarsonne@t-online.de · www.hdsolarschiff.com
 Abfahrtszeiten: 10:00 · 11:30 · 13:00 · 15:00 · 16:30 · 18:00 · Montag Ruhetag · ausgenommen Feiertage

Arbeiten am Heidelberg Congress Center (HCC) laufen auf Hochtouren

Erster Bürgermeister Jürgen Odszuck besichtigt Neubau in der Bahnstadt



Projektleiter der Bauherrin Bau- und Servicegesellschaft mbH Heidelberg (BSG) Wahid Saberi, Erster Bürgermeister Jürgen Odszuck und Geschäftsführer der städtischen Gesellschaft Heidelberg Congress (HC) Thomas Sante begutachteten bei der Tour durch das ganze Gebäude auch den neunten Seminarraum – eine Besonderheit: unter freiem Himmel, jedoch völlig multimedial ausgestattet. (Foto: Philipp Rothe)

Mit seiner wellenförmigen Sandsteinfassade und durchdachten Struktur beeindruckt das neue Heidelberger Konferenzzentrum bereits während der Bauzeit. Der rötliche Naturstein der Region nimmt Bezug zu den traditionellen Baumaterialien Heidelbergs. Im Inneren wird weißer Sichtbeton vorherrschen. Neben dem Großen Saal wird das fast gebäudehohe Hauptfoyer eines der Herzstücke des Heidelberg Congress Center (HCC) sein. Besucher gelangen künftig über zwei Eingänge, vom Czernyring und von der Max-Jarecki-Straße aus, in das Gebäude. In Verbindung mit den Neubauten am Europaplatz südlich des Hauptbahnhofs entsteht somit ein für

die Bahnstadt herausragendes Bauwerk.

„Die Arbeiten hier laufen auf Hochtouren, alle Beteiligten arbeiten mit großem Einsatz daran, dass das neue Konferenzzentrum im Frühjahr übergeben werden kann. Hier entsteht ein neues identitätsstiftendes Wahrzeichen für die Bahnstadt, das Heidelbergerinnen und Heidelbergern ebenso wie den Gästen aus aller Welt viel Raum zum Austausch und eine hohe Aufenthaltsqualität bieten wird“, sagt Erster Bürgermeister Jürgen Odszuck. Im Rahmen seiner Sommertour besuchte er am Donnerstag, 8. September 2023, die Baustelle.

Am 1. März 2024 soll die Immobilie durch die Bauherrin Bau- und Servicegesellschaft mbH Heidelberg (BSG) an das Betreibermanagement übergeben werden. Der Fenstereinbau und die Fassadengestaltung am HCC sind abgeschlossen. Die Lüftungsanlagen und Elektrotechnik im Gebäude wurden ebenfalls installiert und die Technikräume staubfrei fertiggestellt. Derzeit erfolgt die Feininstallation der Leuchten, Schalter und Bedienelemente sowie der Einbau der Haustechnik. Auch mit den Ausbaurbeiten, wie Parkett, Fliesen und Malerarbeiten, konnte bereits begonnen werden.

Moderne Technik und flexible Raumkonzepte

Das Gebäude verfügt über ein flexibles Raumkonzept auf vier Ebenen, zwei große Säle und zehn Konferenz- und Tagungsräume mit insgesamt 3.800 Sitzplätzen sowie ein Studio für Live-Streaming und Videoproduktionen. Unter dem HCC befinden sich zudem zwei Tiefgaragengeschosse. Insgesamt wurden rund 87.000 Quadratmeter Schalungsmaterial, 4.400 Tonnen Bewehrungsstahl und 45.000 Kubikmeter Beton verarbeitet. Bis zur Fertigstellung werden über 26 Kilometer Leitungen für Trink-, Schmutz- und Regenwasser sowie für die Heizungs-, Kälte- und Sprinkleranlagen verbaut. Hinzu kommen rund 360 Kilometer Kabel. Allein die Kupferleitungen für die Daten- und Medientechnik entsprechen mit einer Gesamtlänge von rund 110 Kilometern der Entfernung vom HCC bis zum Stuttgarter Hauptbahnhof.

Neue Bäume und Bepflanzungen für die Außenanlagen

Bei seinem Rundgang überzeugte sich der Erste Bürgermeister auch von der Gestaltung der Außenanlagen. Die Nordseite am Czernyring wurde fast vollständig gepflastert. Die Flächen an der Westseite des Gebäudes werden im Herbst mit Pflaster ausgestattet. Bis Ende November folgen umfangreiche Pflanzarbeiten: Am Czernyring zielt bald eine Eichengruppe, bestehend aus drei Traubeneichen und zwei Zerreichen, den Vorplatz. An der Westseite des Konferenzentrums (Max-Jarecki-Straße) werden vier Gleditschien, drei Waldkiefern und zwei Vogelkirschen neu gepflanzt. Eine standortgerechte, mehrheitlich einheimische Mischstaudenbepflanzung mit Gräsern, Farnen sowie verschiedenen Blütenstauden und Zwiebelpflanzen runden die Begrünung der Außenanlagen ab.



**HEIDELBERGER
PÄDAGOGIUM**
gemeinnütziges Bildungsinstitut GmbH

Seit 50 Jahren Unterrichtserfahrung

- **NACHHILFE** individuell und in Kleinstgruppen
- **KURSE** zum Latinum und Graecum
- **VORBEREITUNGSKURSE** (Abitur, RS-Abschluss, FH)
- **DEUTSCH** als FREMDSPRACHE
Intensiv-, Abend- und Integrationskurse; alle Stufen
- **FREMDSPRACHEN** Engl., Franz., Span., Ital., u.a.

Engagierte Lehrkräfte, soziale Unkostenbeiträge

69120 Heidelberg, Schröderstr. 22a, Telefon 45 68-0
<http://www.heidelberger-paedagogium.de>

SICHER UNTERWEGS MIT DEM PEDELEC

Bundesweite Kampagne will Unfällen mit Elektrofahrrädern vorbeugen



Die bundesweite Kampagne „Tour de Freude – sicher unterwegs mit dem Pedelec“ will Unfällen mit dem Pedelec vorbeugen. Foto: djd/DVR

(djd). Fahrräder mit Elektromotor werden in Deutschland immer beliebter. Jede fünfte Person über 55 Jahren besitzt ein Pedelec, wie eine Kantar-Public-Umfrage im Auftrag des Deutschen Verkehrssicherheitsrats (DVR) zeigt. „Das Pedelec ist für ältere Verkehrsteilnehmende Teil des Alltags geworden: 71 Prozent der über 55-Jährigen sind mindestens einmal pro Woche mit ihrem Elektrofahrrad unterwegs“, sagt DVR-Präsident Manfred Wirsch: „Dass es überwiegend in der Freizeit, etwa für längere Radtouren oder für Familienbesuche genutzt wird, zeigt, dass das Pedelec eine wichtige Form der privaten Mobilität ist.“

Pedelec-Unfälle schwerwiegender als Unfälle mit Fahrrädern ohne Motor

Mit der zunehmenden Verbreitung von Elektrofahrrädern stiegen in den vergangenen Jahren auch die Unfallzahlen: Im Jahr 2021 verunglückten laut Statistischem Bundesamt 17.045 Menschen auf einem Pedelec, 131 davon tödlich. Bezogen auf 1.000 Pedelec-Unfälle mit Personenschaden kamen im Jahr 2021 durchschnittlich 7,6 Fahrende ums Leben, bei einem herkömmlichen Fahrrad waren es 3,5. Auch in der aktuellen Umfrage schätzt mehr als die Hälfte der Befragten das Unfallrisiko mit einem Elektrofahrrad höher ein als mit einem normalen Fahrrad. Und knapp ein Drittel der Pedelec-Fahrenden gibt an, mindestens einmal

in eine gefährliche Situation oder in einen Unfall mit dem Pedelec verwickelt gewesen zu sein. In fast der Hälfte der Fälle waren die Situationen laut Eigensaussage selbst verschuldet. Um Unfällen mit dem Pedelec vorzubeugen, hat der DVR die bundesweite Kampagne „Tour de Freude – sicher unterwegs mit dem Pedelec“ ins Leben gerufen. Mehr Infos und eine Broschüre zum Download gibt es unter www.dvr.de/pedelec. Die Kampagne soll auf die Besonderheiten und Herausforderungen im Umgang mit Elektrofahrrädern aufmerksam machen.

Witterung und höhere Geschwindigkeit als Gefahrenquellen

Als sehr wahrscheinliche Gefahrensituationen schätzen die Pedelec-Fahrenden laut Umfrage überwiegend Situationen ein, in denen sie die Kontrolle über das Fahrzeug verlieren können, etwa witterungsbedingt auf rutschigen Straßen, durch Unterschätzung der Geschwindigkeit in Kurven und im Allgemeinen durch höhere Geschwindigkeiten, die dank der elektrischen Tretunterstützung mit einem Pedelec erreicht werden.



10. INTERNATIONALES ERZÄHLFEST

METROPOLREGION RHEIN-NECKAR

GESCHICHTEN VERBINDEN

10.–17. September 2023

Eintritt frei



DAS AUGE, WICHTIGSTES SINNESORGAN.

Regelmässige Kontrolle durch Ihren Augenspezialisten unerlässlich.

Die Lesefähigkeit ändert sich im Leben permanent. So ist es normal, dass mit dem zunehmenden Alter die Sehschärfe nachlässt. Dies bedeutet, dass man regelmässig seinen Augenspezialisten aufsuchen sollte, um dies rechtzeitig zu erkennen und gegensteuern zu können. Gerne zeigen wir auf, wie wir einzelne Fehler mit Hilfe von optischen Geräten ausgleichen können.

Auge und Sehen

Das Auge ist ...
... unser wichtigstes Sinnesorgan
... das Fenster zur Welt und die Voraussetzung für ein aktives Leben!

Sehen im Alter

Mit dem Lebensalter verringert sich die Sehschärfe
... Alterssichtigkeit (Presbyopie)
... altersbedingte Trübungen der Augenmedien
... Alterung der Netzhaut
... erhöhter Lichtbedarf
... Veränderung des Farbsehens

Warum fällt einem das Lesen leichter, wenn die Schrift größer ist?

Bei einer Restsehschärfe unter 40 % kann Kleingedrucktes auch mit der Brille nicht mehr gelesen werden. Hinzu kommt ein bis zu 15mal erhöhter Lichtbedarf um Details kontrastreich zu erkennen. Mehr Lebensqualität durch Vergrößerung und Licht!

Deswegen: Vergrößerung und Licht



mobilux LED – die praktische Leuchtlupe für daheim und unterwegs

Als handliche Taschenleuchtlupe, ideal zum Suchen einer Telefonnummer oder Betrachten von Landkarten, eine helle, gleichmässige Beleuchtung und 3 beiliegende aufsteckbare Farbfilter sowie eine Kratzschutz Beschichtung und eine Vergrößerung bis 12,5 x



easy pocket – so klein kann großes Sehen sein

*Vergrößerung und Licht im Scheckkartenformat *passt in jeder Tasche *brillante Abbildung und sehr helle Beleuchtung beim Herausziehen der Linse wenn ich bei der Maniküre alles deutlich sehen kann. *brillante Abbildung und sehr helle Beleuchtung beim Herausziehen der Linse *ultraflaches und leichtes Design *Kleinformatetui für geschütztes Aufbewahren *Betriebsdauer der Knopfzellenbatterien 3-4 Stunden *easy pocket: 3-fache oder 4-fache Vergrößerung *easy pocket XL: 2,5-fache Vergrößerung



smartlux DIGITAL – innovativ und universell einsetzbar

*fließendes Lesen durch großes Display 5-Zoll *auch Kleingedrucktes wieder mühelos lesbar durch Vergrößerungsbereich 1,7x bis 12x *stabiler, integrierter Standfuß für 2 Benutzungarten: lesen oder schreiben *große seh- und fühlbare Bedienelemente *Abschaltautomatik nach 3 Minuten ohne Bedienung

visolux+ – entspannte Bildbetrachtung – ein Vergnügen

*robustes elegantes Design *robustes, elegantes Design *komfortable Handhabung durch ergonomischen Schrägeinblick *ideal für Bildbetrachtung geeignet *einzigartig großes Sehfeld bei 3-facher Vergrößerung *2 verschiedene Farbtemperaturen einstellbar *automatische Lichtabschaltung nach 30 Minuten



maxDETAIL und maxDETAIL Clip – für anspruchsvolle Detailarbeit

*filigranes Arbeiten Handwerken Basteln oder auch Lesen bei gleichzeitig freien Händen *bequemer Arbeitsabstand und großes Sehfeld; leichtes und modernes Design *individuelles Scharfstellen möglich; preisgünstige Lösung *für doppelt so große Abbildungen beim Lesen und Arbeiten *Dioptrienausgleich ± 3 dpt unabhängig voneinander *2,1-fache Vergrößerung



wellnessPROTECT – Erholung für die Augen, mehr als eine Sonnenbrille

*schützt die Sehzellen Ihrer Augen *schützt die Sehzellen Ihrer Augen *das Sehen wird klarer und kontrastreicher *Blendung von oben, unten und von der Seite wird verhindert *ideal auch bei Netzhauterkrankungen und nach Katarakt-Operationen *als Fertigfassung, Überziehbrille und Vorhalter erhältlich *verschiedene Tönungsvarianten für die individuellen Bedürfnisse

Lebensqualität ist ...

- ... wenn ich die Tages- oder Fernsehzeitung entspannt lesen kann.
- ... wenn ich das Telefonbuch schnell und mühelos wieder lesen kann.
- ... wenn ich Landkarten und Fahrpläne einfach benutzen kann.
- ... wenn ich Inhaltsstoffe auf Verpackungen unterwegs entziffern kann.
- ... wenn ich problemlos wieder Kreuzworträtsel lösen kann.
- ... wenn ich Näh- oder Stickarbeiten ohne Anstrengung ausführen kann.
- ... wenn ich bei der Maniküre alles deutlich sehen kann.

Und besonders schön ist es, wenn man Lebensqualität als Geschenk erhält. Besser Sehen schenken – ein herrliches Gefühl!!!

Deswegen schauen Sie vorbei, suchen Sie sich die passende Lupe aus, um auch zukünftig immer scharf und ohne Probleme lesen zu können.

Das wünscht Ihnen Ihr Augenoptikmeister Klaus Dieter Pajonk



Brillen
Sonnenbrillen
Kontaktlinsen
Outdoor-Navigation
Sehhilfen
Operngläser
Ferngläser
Freizeit-Optik
Wetterstationen

Gutes Sehen kann so angenehm sein

Haus der Brille

Steubenstraße 52-54 · 69121 Heidelberg
Telefon 06221-652352 · Telefon 06221-20202
Haus-der-Brille@t-online.de
www.Haus-der-Brille.de



Schon mit geringen Investitionen lässt sich die Energieeffizienz verbessern. Wichtig: Diese Maßnahmen sollte man rechtzeitig und nicht erst mitten im Winter umsetzen, etwa Fenster- und Türdichtungen prüfen und bei Bedarf austauschen. Nur wenn alle Dichtungen intakt sind, hat Kälte keine Chance und es lassen sich zu hohe Heizkosten vermeiden. „Fenster- und Türdichtungen sollten immer vom Fachmann geprüft und ausgetauscht werden“, rät Lars Hagemeier, Geschäftsführer von GfA-Dichtungen. Infos und Tipps: www.gfa-dichtungen.de.



Fußbodenheizungen arbeiten mit niedrigeren Vorlauftemperaturen als herkömmliche Heizkörper und lassen sich mit Sanierungslösungen für den Bestand sogar ohne neuen Estrich umsetzen. Optimales Belagsmaterial auf der Fußbodenheizung sind keramische Fliesen. Durch ihre hohe Wärmeleitfähigkeit transportieren sie die Heizwärme verlustarm an die Bodenoberfläche, wodurch Temperaturänderungen im Raum schneller umgesetzt werden. Infos: www.deutsche-fliese.de.



Foto: djd-k/Bundesverband Lagerbehälter e.V.

Fachleute des Bundesverband Lagerbehälter e. V. raten den fast fünf Millionen Ölheizungsbesitzern in Deutschland vorerst weiterhin auf ihre bewährte Energieversorgung zu setzen. Allerdings sollten ältere Ölheizungen mit einer Betriebszeit von über 20 Jahren noch im aktuellen Jahr mit moderner Brennwerttechnologie aufgerüstet werden: www.behaelterverband.de.

Mollig. Warm.

Das Gebäudeenergiegesetz (GEG) fordert Hausbesitzer auf, ihren CO₂-Ausstoß drastisch zu reduzieren, indem sie beim Heizen weitgehend auf erneuerbare Energien setzen. Experten wie Stefan Gubi, Geschäftsführer des Heizungsbauers Windhager, raten Hausbesitzern dazu, einen kühlen Kopf zu bewahren, sich aber rechtzeitig zu informieren und von Fachleuten beraten zu lassen: „Wer alle Optionen, seine finanziellen Möglichkeiten und baulichen Gegebenheiten kennt, kann auf dieser Basis die richtige Entscheidung treffen. Nur wenn die Heizung auch zum Gebäude passt, heizt man umweltschonend und kosteneffizient.“



Foto: djd-k/Windhager/Hdi - stock.adobe.com

Sollte es dabei bleiben, dass neue Heizungen ab 2024 zu 65 Prozent mit erneuerbaren Energien betrieben werden müssen, können Holzfeuerstätten dazu beitragen und in Verbindung mit anderen regenerativen Energiequellen einen wichtigen Teil der Energie liefern. Angesichts der aktuellen Unsicherheiten sollten Hausbesitzer, die eine Holzheizung besitzen oder einbauen wollen, auf jeden Fall den Rat vom Fachbetrieb einholen, um auf der sicheren Seite zu sein: www.kachelofenwelt.de.



Foto: djd-k/Adk/www.kachelofenwelt.de/Camina&Schmid



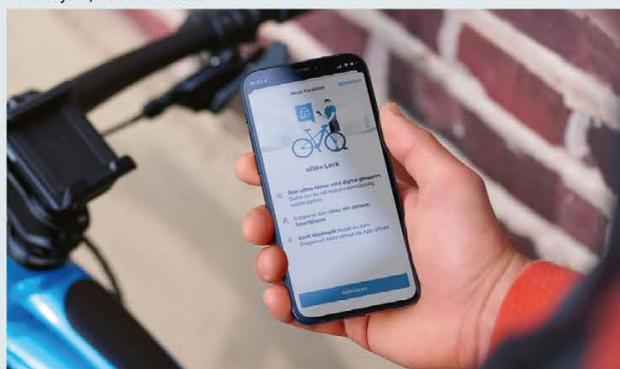
Nach Jahren mit rückläufigen Zahlen berichten mehrere Bundesländer für 2022 über eine deutliche Zunahme der Wohnungseinbrüche. Zur Vorsorge sollte man regelmäßig den Schutz der Hausratversicherung überprüfen und bei Bedarf anpassen, um eine Unterversicherung zu vermeiden. Unter www.waldenburger.com gibt es dazu mehr Informationen und einen interaktiven Rechner für den persönlichen Versicherungsbedarf.

Foto: djid-k/Telenot



Nur ein Bruchteil der Deutschen besitzt eine Alarmanlage, obwohl elektronische Sicherheitseinrichtungen Einbrüche nachweislich reduzieren. Immerhin bringen weit über 80 Prozent der Befragten einer Beratung durch die Polizei Vertrauen entgegen, viele halten auch Sicherheitsunternehmen und Fachhändler wie die autorisierten Telenot-Stützpunkte für vertrauenswürdig. Bei einem Sicherheitscheck vor Ort ermitteln die Fachleute den Sicherheitsbedarf und schlagen maßgeschneiderte Lösungen mit geprüfter, polizeilich anerkannter Technik vor: www.telenot.de.

Foto: djid-k/Robert Bosch



Gerade im urbanen Raum hat das E-Bike viele Vorteile. Das macht es so nützlich – und auch bei Dieben begehrt. Ein hochwertiger mechanischer Diebstahlschutz ist daher ein Muss. Noch mehr Sicherheit bieten digitale Schutzfunktionen etwa mit der „eBike Flow-App“. Auf diese Weise wird das Smartphone zum digitalen Schlüssel. Dazu lässt sich per App die Motorunterstützung deaktivieren. Zusätzlich schreckt das E-Bike mögliche Diebe mit Alarmsignalen ab und zeigt dem Besitzer jederzeit den Standort an: www.bosch-ebike.com.

Meist haben Campingurlauber jede Menge Gepäck und technische Ausrüstung an Bord. Werden Navi, Laptop oder die Kamera aus dem verschlossenen Wohnmobil gestohlen, ist dies ein Fall für die Hausratversicherung.

Für den Diebstahl aus dem Vorzelt besteht allerdings kein Schutz. Wer gerne sein Fahrrad mitnimmt, kann dieses beim Kölner Versicherer DEVK ebenfalls über die Hausratversicherung zusätzlich absichern: www.devk.de/camping.



Foto: djid-k/DEVK/M.studys - stock.adobe.com

ACHTUNG! LANGFINGER

Vor allem Fenster, Balkon- und Terrassentüren, über die unerwünschte Eindringlinge gerne einsteigen, sollten während einer Urlaubsreise mit entsprechenden Maßnahmen wie zum Beispiel robusten Rollläden aus Aluminium geschützt werden. Unter www.rollladen.de gibt es dazu nützliche Informationen vom Hersteller Schanz aus dem Schwarzwald. Eine automatische Steuerung der Beschattungslösungen simuliert zudem die Anwesenheit der Bewohner und schreckt Langfinger zusätzlich ab.



Foto: djid-k/Schanz Rollladensysteme

JULI – OKTOBER 2023 · TÄGLICH 9 – 18 UHR

LABYRINTH DER RÖMER



ABENTEUER · SPASS · LIVE-MUSIK · MÄRCHEN
Veranstaltungsprogramm unter www.hegehof.de

hegehof · 68526 Ladenburg-Neuzeilsheim



A man with short brown hair and a light beard is standing in a greenhouse. He is wearing a navy blue textured blazer over a white short-sleeved shirt with a large orange and blue floral pattern. He is also wearing dark blue denim jeans with the cuffs rolled up and white sneakers with orange accents. He has his hands in his pockets and is looking towards the camera with a slight smile. The background is filled with various green plants in black pots, and the lighting is bright and natural.

DIE NEUE SAISON
Frühjahr/Sommer 2023

Von Kopf bis Fuß Mann.



Klassisch-sportive
Herrenkleidung.
Schuhwerk.
Accessoires.
Anlasskleidung.
Kleidung nach Maß.

www.kampmann-heidelberg.de
Sofienstraße 25 • 69115 Heidelberg
T: +49 (6221) 905 900
Mail: info@kampmann-heidelberg.de
Mo bis Fr: 10 bis 19 Uhr, Sa: 10 bis 18 Uhr

 **KAMPMANN**
HEIDELBERG

BREITENSTEINHOF WIRD ZUR KONZERTBÜHNE OPEN-AIR-KONZERT „AUSSICHTEN“



am Samstag, 23. September gibt es wieder ein spannendes Open-Air-Konzert am Eberbacher Breitenstein-Hof mit Hartmut Tramer (rechts Orgel) und Ronald J. Autenrieth (Piano). Als Überraschungsgast konnte der Organist Philipp Roh gewonnen werden.

Am Samstag, 23. September um 16 Uhr gestalten Hartmut Tramer (Orgel) und Ronald J. Autenrieth (Piano) ein Konzert am Breitensteinhof. Bei schönen Wetter findet es im Hof statt, bei Regen in der Scheune. Ab 15 Uhr gibt es einen PKW-Shuttledienst am Parkplatz Grüner Baum. Der Eintritt ist frei, für Getränke, Kaffee und Kuchen ist gesorgt. Da es im September abends schon kühler wird, wurde die Veranstaltung in den Nachmittag gelegt. Das Programm unter dem vieldeutigen Motto „Aussichten“ wird gewohnt spannend und farbig ausfallen. In Hartmut Tramers Collagen findet sich diesmal Tänzerisches von Johann Strauß („An

der schönen blauen Donau“) und Theodorakis (Sirtaki aus Alexis Zorbas), natürlich in nicht trivialer Verpackung, daneben das Adagio aus Bruchs Violinkonzert, eine Bearbeitung des Chorals „Jesu meine Freude“ von Bach und ein Satz aus Edvard Griegs Peer-Gynt-Suite. Autenrieth nimmt das Publikum mit nach Frankreich, China und Russland. So erklingen Zen-Klänge aus Taiwan, drei Stücke aus dem „African Songbook“ von Abdullah Ibrahim und Dmitri Schostakowitschs berühmter „Second Waltz“. Das französische Original Eric Satie ist mit seinen „vorletzten Gedanken“ vertreten, in denen er Musiker-Kollegen wie Albert Roussel oder Claude Debussy durch den Kakao zieht. Als Überraschungsgast wird der Allemühler Organist Philipp Roh mit zwei Einlagen aufwarten. Das Konzert findet dank der Ausweichmöglichkeit in die angrenzende Scheune von Schäfer Haslinger bei jedem Wetter statt. Der Eintritt ist frei, um Spenden zur Deckung der Kosten wird gebeten.

Mit „hilver“ finden alte Menschen Hilfe im Alltag Neues digitales Angebot der Stadt Heidelberg für Heidelberger Senioren ab 80 – Ehrenamtlich-Helfende ab sofort gesucht



Wenn Unterstützung im Alltag fehlt, ist es für ältere alleinstehende Menschen oftmals schwer, dauerhaft in ihrem gewohnten Umfeld zu bleiben. Mit der hilver-App will die Stadt

Heidelberg deshalb hochaltrigen Bürgerinnen und Bürgern ein neues digitales Angebot zur Verfügung stellen. Es soll Senioren über 80, die noch eigenständig in den eigenen vier Wänden

leben können, dabei helfen, ihren Alltag mit nachbarschaftlicher Unterstützung besser zu meistern.

„Hilver“ steht kurz für Hilfevermittlung in Heidelberg, eine App, die eine automatisierte Vermittlung zwischen ehrenamtlich engagierten und unterstützungsbedürftigen Menschen schafft. Die einmaligen und kostenlosen Hilfestellungen umfassen zum Beispiel Begleitung beim Einkaufen oder zum Arzt, einfache Fahrten, kleine Reparaturen oder Unterstützung bei technischen Geräten – alles möglichst in direkter Nachbarschaft. Heidelberg ist Pilotprojekt für den Einsatz in Großstädten. Jetzt sucht die Stadt ehrenamtliche Helferinnen und Helfer und interessierte Seniorinnen und Senioren, um das Angebot mit Leben zu füllen. Wohnumfeld entstehen“, sagt Jansen. Weitere Informationen zur neuen App finden sich auf www.heidelberg.de/hilver. Infos geben auch Katharina Knappe und Sandra Dokter beim Amt für Soziales und Senioren, Telefon 06221 58-38322 und 58-38320, Sprechzeiten: Montag bis Donnerstag von 9 bis 14 Uhr, E-Mail: hilver@heidelberg.de.

+BLEIBEN ++SIE+ GESUND+

Die Nachfrage nach einer Therapie mit Medizinalcannabis bei Ärzten steigt. Umso wichtiger ist es, sich auf langjährige Erfahrung und eine gute, gleichbleibende Qualität verlassen zu können. Für einen hohen Standard sorgt jetzt Fette Pharma. Das Unternehmen bietet unter dem Namen Re:cannibis erstmalig medizinisches Cannabis aus Israel in Deutschland an. Das Land hat eine langjährige Tradition in der Erforschung und Anwendung dieser Präparate. Unter www.recannibis.de gibt es Informationen.



Foto: djd-k/www.recannibis.de/evgenyatamanenko/123RF.com

Ursache von Schlafstörungen kann eine unerkannte oder unversorgte Schwerhörigkeit sein. Denn die tägliche Daueranstrengung durch den Versuch, alles zu verstehen, erhöht den Stresslevel und führt zu Erschöpfungszuständen. Abends fällt es schwer, zur Ruhe zu kommen. Einschlafstörungen und schlechte Schlafqualität sind oft die Folge. Hörgeräte können helfen. Ein modernes Gerät wie das audibene Horizon kann über spezielle Modi die Ruhe sogar fördern. Weitere Infos gibt es unter www.audibene.de.



Foto: djd-k/audibene/Shutterstock/lightpoet



Foto: djd-k/Sanofi/Getty Images/Tempura

Den meisten Menschen im Land ist die wichtige Rolle der Pharmaindustrie für die Gesundheitsversorgung in Deutschland sehr bewusst: Laut dem Sanofi Gesundheitstrend finden 89 Prozent, dass die Branche für den Gesundheitsstandort Deutschland wichtig ist. 87 Prozent meinen, dass die Produktion von Arzneimittelwirkstoffen nicht nur in Asien erfolgen sollte. Und vier von fünf Befragten sehen die Pharmaindustrie als innovativ an, etwa bei der Entwicklung neuer Therapien und Impfstoffe, in der auch das Gesundheitsunternehmen Sanofi aktiv ist – mehr unter www.sanofi.de.

Wer körperlich aktiv ist, sollte aber auch darauf achten, dass der Körper gut mit Magnesium versorgt ist. Das wertvolle Mineral ist für eine funktionierende Muskularbeit unverzichtbar. Bei einer Unterversorgung kann es zu Muskelbeschwerden und Verspannungen kommen. Besonders magnesiumreich sind etwa Hülsenfrüchte, grünes Blattgemüse und Getreideprodukte. Sinnvoll kann eine zusätzliche Nahrungsergänzung wie Magnesium Diasporal aus der Apotheke sein, Informationen gibt es unter www.diasporal.com.



Foto: djd-k/Magnesium Diasporal

Heidelberger Journal

Menschen mit Diabetes haben häufig weniger Vitamin B1 im Blut als Personen ohne Diabetes. Zu diesem Ergebnis kommen Wissenschaftler in einer Studie, die auf dem Diabetes-Kongress 2023 vorgestellt wurde. Dadurch kann das Risiko für Nervenschäden bei den Betroffenen steigen. Diese Neuropathien zählen zu den typischen Folgen eines Mangels an Vitamin B1. Sie äußern sich häufig durch Missempfindungen in den Füßen. Die Vitamin-B1-Mangel-Neuropathie kann mit der Vitamin-B1-Vorstufe Benfotiamin behandelt werden. Diese ist etwa in „Milgamma protekt“ enthalten, das es rezeptfrei in der Apotheke gibt.

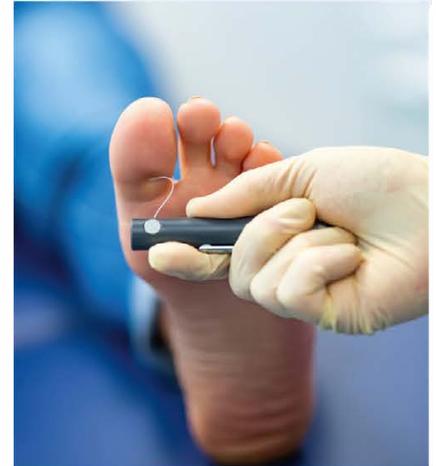


Foto: djd-k/Wörwag Pharma/NAI/Marc Mueller

Besonders gesund für den Menschen sind die im Brokkoli enthaltenen Pflanzenstoffe Quercetin und Glucoraphanin. Letzterer wird durch ein spezielles, ebenfalls im Brokkoli enthaltenes Enzym erst verwertbar gemacht. Bei der herkömmlichen Zubereitung, dem Kochen in Salzwasser, gehen viele der wertvollen Inhaltsstoffe jedoch verloren. Daher wird ein Rohverzehr angeraten. Eine praktikable Alternative sind Nahrungsergänzungsmittel, wie Brokoliextrakt + Aktiv-Enzym von Dr. Wolz. Eine Kapsel entspricht vom Nährwert her etwa 500 Gramm rohem Brokkoli.



Foto: djd-k/Dr. Wolz/Garnar - stock.adobe.com

REGIONALE PRODUKTE IN NECKARGEMÜND NATURPARKMARKT MIT NECKARFLAIR



In der farnefrohen und stimmungsvollen Spätsommeratmosphäre am Neckar kommt die Vielfalt an regionalen Produkten aus dem Naturpark Neckartal-Odenwald auf dem Naturparkmarkt in Neckargemünd perfekt zur Geltung. Bereits zum 8. Mal findet am Sonntag, 24. September der beliebte Naturparkmarkt in der Stadt an Neckar und Elsenz statt. Gleich auf vier Plätzen sind die rund 65 Anbietenden aus dem Naturpark verteilt – auf dem Hanfmarkt, dem Lohplatz und dem Neckarlauer mit direktem Neckarblick sowie auf dem Marktplatz mit der zu ihm führenden Hauptstraße. „Made in Naturpark Neckartal-Odenwald“ heißt es bei allen Produkten, die beim Naturparkmarkt von 11 bis 18 Uhr angeboten werden. Der Naturparkmarkt bietet ein attraktives Zusammenspiel von kulinarischen Köstlichkeiten der Heimat zum Direktverzehr, den Möglichkeiten zum Einkauf von vielfältigen regionalen Produkten ebenso wie ein buntes Mitmachprogramm für Klein und Groß – dazu eine gemütliche Stimmung auf der gesamten Marktfläche. Auf dem Marktplatz gibt es außerdem Musik – Jazz am Vormittag mit dem „Sonrisa Jazz Trio“, am Nachmittag präsentiert „Je veux“ die perfekte musikalische Begleitung. Der Naturparkmarkt ist ein Erlebnis für die ganze Familie – ein Markt zum Schauen, Verweilen, Schlemmen, Genießen und Einkaufen.

Eine bunte Vielfalt an Produkten ist auf dem Naturparkmarkt geboten – so gibt es beispielsweise frisches Obst und Gemüse, Wurst- und Fleischspezialitäten, Edelpilze und Wildfleisch, knusprige Brote und Brötchen, Ziegenkäse und Öle von der Ölmühle, Sirupe und Kräutersalze, Honige und Marmeladen, Seccos und Weine, Säfte und Hochprozentiges und vieles mehr. Der Naturparkmarkt ist das Schaufenster für regionale Produkte aus dem Naturpark Neckartal-Odenwald und bietet eine erstklassige Plattform, die regionaltypischen Besonderheiten und Leckereien des gesamten Naturparks zu präsentieren. Neben den

Lebensmitteln sind auch handwerklich hergestellte Waren wie Deko aus Sandstein und Holz, Naturseifen und Kosmetika, Stauden, Kräuter, Zierkürbisse und herbstliche Floristik im Angebot.

Die Heimat lässt sich auf dem Naturparkmarkt auch schmecken: vegetarische und vegane Pilzleckereien und knusprige Flammkuchen in verschiedenen Variationen, Bauernbratwürste sowie Bratwürste vom Lamm und der Ziege, Bio-Fleischkäse sowie Ziegenkäsebrot und Kürbissuppe. Dazu gibt es prickelnden Secco, aromatischen Wein oder ein kühles Bier aus der Region. Außerdem ist regional gerösteter Kaffee zu genießen sowie verschiedene frische Kuchen mit saisonalem Obst.

Für jeden Geschmack lässt sich Köstliches finden! Mitmachen und Erleben heißt es für Klein und Groß z.B. beim Sandsteine gestalten, Drechselkreisel bemalen, Früchtequartett legen, Flugbienen basteln oder beim Fensterbilder gestalten. Außerdem hat das Museum im Alten Rathaus in der Hauptstraße geöffnet und bietet Einblicke in die Regionalgeschichte und die Schifffahrt auf dem Neckar. Der Naturpark lädt zu Aktionen rund um den Biber ein und das Forstamt bietet Mitmachaktionen rund um Wald und Holz. So kommen alle auf ihre Kosten und können den Naturparkmarkt in vollen Zügen genießen.

Der Naturpark engagiert sich seit vielen Jahren für regionale Produkte, ihre Vermarktung und die Stärkung der Landwirtschaft und Anbietenden im gesamten Naturpark. Die Marktbesucher sind eingeladen, sich selbst von der Qualität, der Frische und Vielfalt der Produkte überzeugen. Außerdem besteht die Möglichkeit, sich bei den Anbietenden über die Produkte, die Herstellung und den Betrieb selbst zu informieren.





26 Jahre
Erfahrung

- qualifizierte EDV-Beratung
- kompetenter EDV-Service
- Verkauf von Hard- & Software

Inh. M. Madani
Odenwaldstr. 8
69124 HEIDELBERG
www.pro-comp-hd.de

Tel.: 0 62 21 - 78 05 76
Fax: 0 62 21 - 78 05 05
Mobile: 0176 - 510 86 808
E-Mail: madani@pro-comp-hd.de

wichtige Not-Rufnummern in Heidelberg



**Polizei
Baden-Württemberg**

ATOS-APOTHEKE IN DER PRAXISKLINIK

- Online Medikamente bestellen
- Bachblüten - Therapie - Beratung
- Kundenkarte: 3% Rabatt auf alle Freiwahl-Artikel

www.atos-apotheke.de

e-mail: apotheke@atos.de

Apotheker M. Schulz ■ Bismarckstr. 9-15 ■ Service-Phone 06221-9831331 ■ Fax 06221-9831332

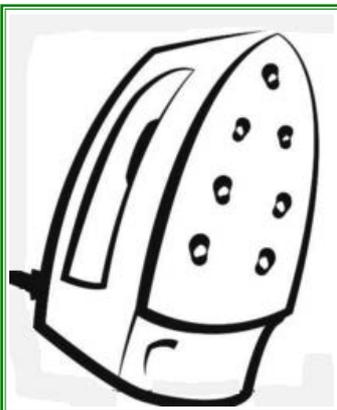
Polizei	Tel. 110
Feuerwehr	Tel. 112
Rettungsdienst	Tel. 112
Kassenärztlicher Bereitschaftsdienst für gesetzliche- und Privatversicherte	Tel. 116 117
Privatärztlicher Bereitschaftsdienst nur für Privatversicherte	Tel. (01805) 30 45 05
Frauenärztlicher Notfalldienst	
Klinik St. Elisabeth	Tel. (06221) 4880
Telefonseelsorge	Tel. (0800) 1 11 01 11
Frauennotruf	Tel. (06221) 18 36 43
ec-Kartensperre	Tel. (069) 74 09 87
Anwalts - Notdienst HD:	
Anwaltsverein Heidelberg	Tel. (0162) 154 54 30
Strafverteidiger Rhein Neckar e.V.	Tel. (0172) 468 55 01
ADAC Pannenhilfe	Tel. (01802) 22 22 22
Straßen-Winterdienst	Tel. (06221) 58 29 520

Abschlepp- & Bergungsdienst 24h
Autoverwertung Bakarozos

Christos Bakarozos
Hatschekstr. 19/1
69126 Heidelberg
Tel. 06221 300993
Fax. 06221 332980

Telefonnummern Polizeireviere einschl. Polizeiposten

PRev HD-Mitte	06221/99-1700	Pp Meckesheim	06226/1336
Pp Altstadt	06221/99-1780	Pp Ziegelhausen	06221/896934
Polizeiwache Bismarckplatz	06221/619953	Pp Schönau	06228/8230
PRev HD-Nord	06221/45690	PRev Schwetzingen	06202/2880
PRev HD-Süd	06221/34180	Pp Ketsch	06202/61696
Pp Emmertsgrund	06221/381518	PRev Sinsheim	07261/6900
Pp Wieblingen	06221/830740	Pp Angelbachtal	07265/911200
Pp Pfaffengrund	06221/707832	Pp Waibstadt	07263/5807
Pp Eppelheim	06221/766377	PRev Weinheim	06201/10030
Einsatzzug HD	06221/99-1250	Pp Hemsbach	06201/71207
Verkehrspolizei	06221/99-1870	Pp Schriesheim	06203/61301
Polizeihundeführer	06227/3581880	PRev Wiesloch	06222/57090
Wasserschutzpolizei HD	06221/137483	Pp Leimen	06224/17490
PRev Eberbach	06271/92100	Pp Mühlhausen	06222/662850
PRev Hockenheim	06205/28600	Pp Sandhausen	06224/2481
Pp Neulußheim	06205/31129	Pp St. Leon	06227/881600
Pp Reilingen	06205/188510	Pp Walldorf	06227/8419990
PRev Neckargemünd	06223/92540		
Pp Bammental	06223/972932		



Scholz Bügel- und Mangelstudio mit Reinigungsannahme

Olga Krutolevic
Mühlthalstraße 1/3
Te.Nr.: 06221 - 6528000

Öffnungszeiten:
Mo., Di., Do. und Fr. 08:00 Uhr - 18:00 Uhr
Mi. und Sa. 08:00 Uhr - 13:00 Uhr

Heidelberger

Journal

Anschrift der Gesamtdredaktion:
Citex Verlag
Zu den Breitwiesen 8
69429 Unterdielbach
Tel.: 06271 - 9420533
www.heidelberger-journal.de
eMail: c-itynews@t-online.de

Herausgeber & v.i.S.d.P.:
Andreas Boehm

Redaktion:
Andreas Boehm (bm)
Hans Herbert Schwenk(hhs)
Karl Eberlein(ke)
Richard Uhl (ru)
Jürgen Huntscha (jh)

Herstellung:
Citex Verlag
Zu den Breitwiesen 8
69429 Unterdielbach
eMail: c-itynews@t-online.de

Layout:
werben und handeln
Rodenbach
www.werbenundhandeln.de

Druck:
Schleunungsdruck
Marktheidenfeld
Titelbildrechte:
Tim Reckmann / pixelio.de

Auflage:
20.000 Exemplare

Verteilungsgebiet:
Stadt + Land Heidelberg
einschl. Wiesloch und Weinheim

Verlag:
Citex Verlag
Hirtenaue 44
69118 Heidelberg
Es gelten Anzeigenpreise lt.
Preisliste-Nr.25 vom 1. Januar 2021

Der Abdruck von Veranstaltungen ist kostenlos. Für die Vollständigkeit und Richtigkeit der Angaben wird keine Gewähr übernommen. Für unverlangt eingesandtes Bild und Schriftmaterial wird keine Haftung übernommen, ansonsten gelten die AGB's des Südwestdeutscher Zeitschriftenverleger-Verbandes. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Die Urheberrechte für Annoncen, Entwürfe, Fotos und Vorlagen sowie der gesamten grafischen Gestaltung bleiben beim Verlag und dürfen nur mit ausdrücklicher Genehmigung weiterverwendet werden. Vervielfältigungen, Speicherung oder Nachdruck nur mit Genehmigung des Verlages. Gerichtsstand ist Sitz des Verlages.

TEPPICHGALERIE MALEK

Teppichgalerie Malek über 30 Jahren in Heidelberg
www.teppich-malek.de



Ab 2022 begrüßen wir Sie Di-Fr von
11-18 Uhr und Sa von 10-14 Uhr
in unserer Filiale in der
Schröderstraße 20.

Gerne können Sie telefonisch unter
0152/29501835 einen Termin für die
Filiale am Boxbergring vereinbaren.

Boxbergring 12-16
69126 Heidelberg

Tel.: 06221/473812
Mobil: 0152/29501835

**** Textilreinigung ****

Hoppe = *Wojtalla*
Waschen | Reinigen | Hemdendienst

nur 69120 Heidelberg
Brückenstraße 34
Tel.Nr. 06221 - 6522111
Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 08:00 Uhr - 18:00 Uhr
Samstag 08:00 Uhr - 13:00 Uhr





Foto: dj-d-k/Bad Sassendorf/Klaus-Peter Kappest

Den Stress hinter sich lassen, Erholung finden und gleichzeitig etwas für die eigene Gesundheit tun: Das westfälische Moor- und Soleheilbad Bad Sassendorf verbindet dies miteinander. Der zentrale Begegnungsort ist der grüne, neu gestaltete Kurpark. Wer gerne wandert oder Fahrrad fährt, findet ein abwechslungsreiches Wegenetz. Unter www.badsassendorf.de gibt es viele weitere Tipps und eine aktuelle Terminübersicht.

Almwiesen, Gipfelkreuze, Hüttenzauber, Seeblick und weitere abwechslungsreiche Erlebnisse warten auf den aussichtsreichen Höhen der Chiemgauer und Berchtesgadener Alpen. Ob Hochfelln, Kampenwand oder Wendelstein – die elf Bergbahnen der Region Chiemsee-Chiemgau bringen kleine und große Wanderer ganz entspannt hinauf. Massagebaum, Hängesessel und Drachenfliegerschaukel warten auf dem Bergerlebnisweg Staffen, der an der Bergstation der Hochplattenbahn beginnt: www.chiemsee-chiemgau.info.



Foto: dj-d-k/Chiemgau Tourismus/Thomas Kujat

Entspannung in der Natur



Foto: dj-d-k/Tourismus GmbH Gemeinde Dornum/Martin Stoever

Im goldenen Herbst trifft man an den Nordseestränden im ostfriesischen Dornumersiel und Neßmersiel nur wenige Menschen, nun ist die beste Zeit für ausgedehnte Spaziergänge entlang der bunten Salzwiesen. Später im Winter weht der Wind oft frisch bis stürmisch über die Nordsee. Das Kommen und Gehen der Gezeiten, der ungestörte Blick auf den Horizont und die Stille und karge Schönheit der Natur beruhigen die Sinne. Infos gibt es unter www.dornum.de.

Foto: dj-d-k/IDM Südtirol/Santer Peter



In den Südtiroler Bergen lässt sich die alpine Natur in Ruhe genießen, ob beim Klettern, Wandern oder auf kulinarischen Spaziergängen. Auf spektakulären Klettersteigen geht es zum Beispiel aufs Gingglegg am Meraner Höhenweg oder in die Dolomiten. Achtsame Wanderungen führen zu mystischen Kraftorten und historischen Kultplätzen, etwa zu den geheimnisvollen Stoaernen Mandln, wo im Mittelalter „Hexentänze“ abgehalten wurden. Unter www.suedtirol.info sind Tourenplaner und virtuelle Touren zu finden.

Wandern, Radfahren und kulinarisches Entdecken gestaltet sich am herbstlichen Bodensee besonders genussvoll. Aktive Entdecker lernen bei Führungen und Verkostungen sowie im Rahmen von Wander- und Radtouren die heimischen Früchte kennen. Unter www.bodenseeherbst.de gibt es weitere Informationen. Einen erholsamen Ausgleich zum aktiven Entdecken an der klaren Luft bieten auch die Bade- und Wellnesswelten der Thermen von Lindau, Meersburg und Überlingen.



Foto: dj-d-k/Deutsche Bodensee Tourismus/Florian Trykowski



Die Tourismusregion Marbach-Bottwartal unweit von Stuttgart lässt sich auf ganz vielfältige Weise bei Erlebnisführungen, literarischen Spaziergängen oder auch auf Rundtouren auf eigene Faust erkunden. Unterhaltsame Geschichten sowie regionale Spezialitäten sind die Garanten für einen Kultur- und Naturgenuss der besonderen Art: www.marbach-bottwartal.de.

Foto: did-k/IGMarbach-Bottwartal/Stephanie Keller

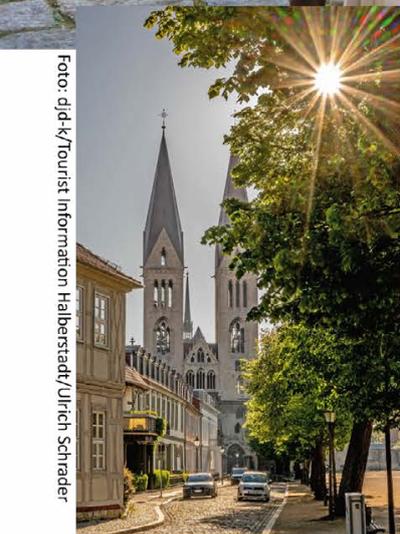


Foto: did-k/Tourist Information Halberstadt/Ulrich Schrader

Zeitenwanderer

Die Straße der Romanik zählt zu den zehn erfolgreichsten Tourismusstraßen Deutschlands. 2023 feiert sie ihr 30-jähriges Jubiläum. Sie durchzieht Sachsen-Anhalt wie eine Acht und verbindet 88 romanische Bauwerke in 73 Orten. Halberstadt als historischer Bischofssitz war bereits zu Anfang des 9. Jahrhunderts ein Machtzentrum des Mittelalters, hier kann man den Reiz der Romanik in entspannter Atmosphäre entdecken: www.halberstadt-tourismus.de.

Giengen an der Brenz ist eine charmante Kleinstadt am östlichen Ausläufer der Schwäbischen Alb. Vor allem für Familien mit Kindern ist Giengen eine Reise wert. Ein Muss ist der Besuch im Steiff Museum: Giengen ist als Hauptstadt der Teddybären bekannt. Die Charlottenhöhle ist die längste begehbare Tropfsteinhöhle der Schwäbischen Alb. Spannend wird es im interaktiven Erlebnis-museum HöhlenSchauLand, das auf eine spannende Entdeckungsreise durch die Erdgeschichte einlädt.



Foto: did-k/Stadtwaltung Giengen

Als „Weltspielzeugstadt“ ist Sonneberg bekannt. Denn das Deutsche Spielzeug-museum beherbergt die älteste Sammlung der Welt, mit 5.000 Spielzeugen von Murmeln aus dem Altertum über Puppen aus allen Jahrhunderten bis zu heutigen High-tech-Spielen. Im Teddy-bärenmuseum sind der kleinste und der größte Teddy der Welt zu Hause: www.sonneberg-tourismus.de.



Foto: did-k/Stadtwerke Sonneberg/Martin Bären

Die Erlebnisburg Hohenwerfen zählt zu Salzburgs beliebtesten Ausflugszielen für Familien. Unter www.burg-hohenwerfen.at gibt es einen kostenlosen virtuellen 360-Grad-Rundgang sowie alle Informationen zu Öffnungszeiten, Tickets und Veranstaltungen. In Ausstellungen können die Besucher Hexen und Zauberern auf die Spur kommen, historische Greifvögel im Landesfalkenhof hautnah beobachten oder auf Schatzsuche hinter dicken Mauern gehen.



Foto: did-k/Salzbürger Burgen & Schlösser/Wilhelm Lienbacher



Foto: did-k/Markt Bad Steben/Thomas Buchta

Im historischen Kurpark flanieren Damen mit Reifrock, Schuttenhut und Sonnenschirm. Die Herren tragen Gehrock und Zylinder. Sie entführen jeden letzten Sonntag im Monat in die Zeit, als Bad Steben von König Ludwig I. zum Bayerischen Staatsbad erhoben wurde. Der Park ist ein Gartendenkmal mit englisch-mediterranem Charakter, den man unter www.bad-steben.de in einer 360-Grad-Tour bequem durchstreifen kann.

Elektrofahrzeuge gehören zum Straßenbild. Die Eine-Million-Marke wurde 2021 geknackt, bis 2030 sollen 7 bis 10 Millionen Fahrzeuge elektrisch unterwegs sein. Damit gehen Veränderungen in der Rohstoffbeschaffung einher. So rechnet das Analyseunternehmen IDTechEX mit einer Zunahme des weltweiten jährlichen Kupferbedarfs alleine in den Antriebsmotoren elektrischer Straßenfahrzeuge von gut 100.000 Tonnen in 2022 auf über 250.000 Tonnen in 2030. Tatsächlich benötigt ein E-Auto etwa drei Mal so viel Kupfer wie ein klassischer Verbrenner. Bei der Nachschubsituation gibt es Entwarnung. Die weltweiten Kupferreserven sind groß, zudem lässt sich das Metall zu 100 Prozent ohne Qualitätsverlust recyceln. Infos: www.kupfer.de.



Foto: djd-k/Deutsches Kupferinstitut/unsplash/Michael Fousert

Foto: djd-k/WWF Deutschland/Elizabeth Dakiel



Wer umweltbewusster waschen möchte, sollte vor allem die Waschtemperatur runterdrehen, da das Erhitzen des Wassers viel Energie verbraucht. Ein Großteil der Wäsche, die in unserer Maschine landet, ist nur gering verschmutzt und braucht keine hohe Waschtemperatur. Moderne Waschmittel führen auch bei 20 oder 30 Grad zu einem hygienisch sauberen Ergebnis. Darauf macht die Nachhaltigkeitsinitiative #WirDrehenRunter der Naturschutzorganisation WWF Deutschland und Ariel aufmerksam: www.wirdrehenrunter.de.



Foto: djd-k/REHAU Industries



Der Einbau von neuen Fenstern, möglichst Systemen mit einem hohen Recyclinganteil, ist oft bei der KfW-Bank finanziell förderfähig. Unter fenster.rehau.de/foerderung haben Bauherren die Möglichkeit, sich auch auf regionaler Ebene über Zuschüsse für ihr aktuelles Bauprojekt zu informieren. Das umfangreiche Oberflächen- und Farbprogramm der Linie Kaleido Color bietet rund 400 Designmöglichkeiten für Kunststofffenster.

NACHHALTIG LEBEN

Wer im Alltag nachhaltiger leben will, hat viele Möglichkeiten: weniger Auto fahren, mehr Bioprodukte kaufen, (Plastik-)Müll vermeiden und den Strom- und Gasverbrauch senken. Weniger offensichtlich, aber oft effektiv lässt sich auch mit der Wahl der Krankenkasse etwas für die Umwelt tun. „Wichtige Punkte sind bei uns etwa die Möglichkeit für Job-Bikes, die bevorzugte Nutzung des ÖPNV, die Zusammenarbeit mit einer nachhaltigen Bank oder die Verwendung von energiesparenden IT-Geräten und von Recyclingpapier.“ erläutert Jörg Nielaczny, Vorstand der BKK24. Die Kasse ist seit zehn Jahren nach der DIN ISO 14001 für Umweltmanagement zertifiziert.



Foto: djd-k/www.bkk24.de/Joe Lorenz - stock.adobe.com



Foto: djd-k/Deutsche-Fliese.de (Engers/Stroehrer)



Wer neben der Ästhetik auch Wert auf einen nachhaltigen, wetterfesten und pflegeleichten Terrassenboden legt, für den ist die Wahl des Materials eigentlich klar: Keramische Fliesen sind echte Alleskönner. Aktuell beliebt sind großformatige Fliesen, die sich auch sehr gut lose im Kiesbett oder auf Stelzlagern verlegen lassen. Infos und Ideen: www.deutsche-fliese.de.



Herbstdüfte in der Brückenparfümerie

10% RABATT
FÜR LESER DES
HEIDELBERGER
JOURNALS, AUF ALLE
EINKÄUFE BEI
UNS IM
GESCHÄFT.



Werner Kramer

PARFUMS

SIND SEINE LEIDENSCHAFT

FÜR Werner Kramer ist seine Berufung zum Beruf geworden. Der Parfümeur beschäftigt sich seit über 30 Jahren mit Parfums und Parfümgeschichte. Geschichtsträchtig ist auch die Brückenparfümerie, die bereits um 1860 als Drogerie gegründet wurde. Werner Kramer, übernahm die Räumlichkeiten im Jahr 1974 und gestaltete diese zu einer in Deutschland seltenen Parfümerieboutique um. Seine Beratung macht ihn zum Individualisten, er nimmt sich hier viel Zeit und das wird von seinen vielen Stammkunden gelobt und bestätigt.

Um Ihren richtigen, auf Sie abgestimmten Duft, zu finden, den Sie wirklich mögen, müssen Sie sich mit mir auf eine „Riechorgie“ einlassen, so Kramer. Die Auswahl des richtigen Dufts beansprucht, neben der Beanspruchung des Riechorgans, auch eine gewisse Zeitspanne - diese sollte man mitbringen. Das Ergebnis lohnt sich - man hat ein einzigartiges Parfum.

Parfümeur kann man nicht erlernen, diesen Fachbereich eignete sich Werner Kramer durch die jahrelange Erfahrung an. So entwickelte er selbst Parfume und gilt beim Besuch der internationalen Fachmessen längst als „Exot“, der immer auf der Suche nach dem besonderen aber ganz individuellen Duft ist. Geführt werden immer die aktuell neusten Düfte, aber ebenso klassische Düfte, die längst nur noch in kleinen, limitierten Auflagen produziert werden und daher nur der Originalhersteller liefert. Sein Sortiment wurde im Laufe der Jahre in den Bereichen Bademäntel und Frotteewaren erweitert. Mittlerweile hat er die größte Auswahl weit und breit in Deutschland. Ausgefallenen Accessoires runden das Angebot der Brückenparfümerie ab. Im Men's - Rasiershop findet der Kunde, vom Pinsel bis zum Rasiermesser, alles, was der „von Kopf bis Fuß“ gepflegte Mann braucht. Besuchen sollten Sie auch mal „Kramer's Online-Shop“ unter www.brueckenparfuemerie.de  cl

WEITERE INFOS

Brückenparfümerie
Werner Kramer
Brückenstraße 23
69120 Heidelberg
Telefon 06221 409617

info@brueckenparfuemerie.de

www.brueckenparfuemerie.de

INFO