

Heidelberger

Mai 2024
28. Jahrgang

JOURNAL

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

**NEUE KRAFTSTOFFSORTE B10 KOMMT AN
DIE TANKSTELLE**

MEHR SEITE 14

50% auf Vorjahres-Modelle!



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

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

NECKARORT RÖMERBAD: BOOT „MARIA“ ERREICHT NEUEN HEIMATHAFEN

Team des Forst- und Landschaftsamts schuf mit viel Herzblut ein neues Schmuckstück

Schon bald kann man am Neckarort am Römerbad nicht nur in gemütlichen Sonnenliegen entspannen, sondern an der Ernst-Walz-Brücke auch ein besonderes Freiraumobjekt bestaunen: Ein restauriertes vier Tonnen schweres Boot mit Liegeplattform und buntem Graffiti anstrich schmückt dort das Neckarufer. Das Stahlboot wurde am Mittwoch, 24. April 2024, von Kirchheim zum Neckarufer transportiert und mit einem Schwerlastkranh auf den Strand gehoben. Dort dient es als kreativ gestalteter Erholungsort zum Liegen und Entspannen. Bei dem Boot „Maria“ handelt es sich um eine ehemalige Requisite des Heidelberger Unterwegstheaters. Es drohte, verschrottet zu werden. Das Forst- und Landschaftsamt der Stadt erkannte seinen Wert für den öffentlichen Raum und rettete das Boot vor der Schrottpresse. In Eigenregie setzte das städtische Team das Boot instand und kreierte mit viel Herzblut ein ganz besonderes Schmuckstück für die Neckarpromenade.

Liebevoll aufbereitet und umgebaut

Im Zuge einer aufwändigen Restaurierung schufen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Regiebetriebs Gartenbau unter der Leitung von Wolfgang Morr ein kleines Kunstwerk. Sie entrosteten und strichen das Boot, entfernten den Motor, bauten eine Reling und befestigten Ankerketten, um das Boot bei Hochwasser an Land halten zu können. Bald war die Idee geboren, den Sandstrand an der Ernst-Walz-Brücke zu erweitern und dort die „Maria“ auszustellen. Ausgestattet mit

einer Zugangsleiter und Liegeplattform am Heck des Bootes sowie einem aufbereiteten Innenbereich mit Sitzgelegenheiten, hergestellt aus Holz aus dem Heidelberger Stadtwald (Douglasie und Thuja), schmückt das Schiff die Neckarpromenade. Passend zum Standort am Neckar wurde das Schiff mit entsprechenden Graffiti des Künstlers Michael Vogt (Mischl) verschönert.

Neckarorte: Sommerfeeling und Wohlfühlatmosphäre am Neckar

Der Bereich am nördlichen Brückenkopf der Ernst-Walz-Brücke wurde schon vor einigen

Jahren durch das städtische Projekt „Stadt an den Fluss“ und den gemeinnützigen Verein Neckarorte e.V. aufgewertet. Neben einem Basketballplatz und einer Skateanlage erwartet die Besucherinnen und Besucher eine Neckarlounge mit Sandstrand und gastronomischem Angebot. Drei neue Palmen sind erst kürzlich dort platziert worden. Der Ort ist ein beliebter Heidelberger Aufenthaltsort und Treffpunkt im Frühling und Sommer.

Weitere Infos gibt es im Internet unter neckarorte-heidelberg.de.



Das Boot „Maria“ ist gut im neuen Heimathafen am Neckarort Römerbad angekommen und wurde von Stadtmitarbeitern und weiteren Akteuren begrüßt (v.l.): Wolfgang Morr, Martin Kragl, Nils Herbstrieth (Neckarorte e.V.), Alexander Krohn, Herold Marcus, Felix Holzer, Bürgermeister Raoul Schmidt-Lamontain (oben), Künstler Michael Vogt (Mischl) und Dr. Ernst Baader. (Foto: Philipp Rothe)

Die Attraktion in Heidelberg

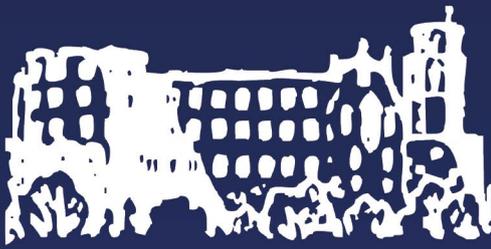
Mit dem Solarschiff lautlos
und abgasfrei die Schönheit
der Stadt erleben - bei Sonnen-schein,
Regen, Dämmerung bei Nacht.



Das Heidelberger Solarschiff „Neckarsonne“ - Anfrage und Buchungen unter:

Kapitän Ingo Ilzhöfer · Tel. (07263) 40 92 84 · Email: neckarsonne@t-online.de · www.hdsolarschiff.com

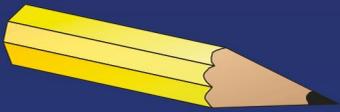
Abfahrtszeiten: 10:00 · 11:30 · 13:00 · 15:00 · 16:30 · 18:00 · Montag Ruhetag · ausgenommen Feiertage



HEIDELBERGER PÄDAGOGIUM

GEMEINNÜTZIGES BILDUNGSINSTITUT GmbH

**Über 50 Jahre
Unterrichtserfahrung**

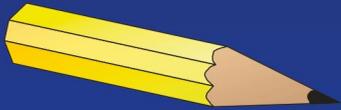


NACHHILFE

für alle Schulen und Klassen



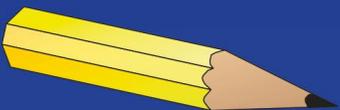
FREMDSPRACHEN



DEUTSCH für Ausländer



INTEGRATIONSKURSE BAMF



SPRACHPRÜFUNGEN TELC

- kleine Arbeitsgruppen - erfahrene Fachlehrer - soziale Preise -

WIR BERATEN SIE GERNE!



Schröderstr. 22 A, 69120 Heidelberg
Telefon: 06221-45680 - Fax: 06221-456819
kontakt@heidelberger-paedagogium.de
www.heidelberger-paedagogium.de

„GENIAL REGIONAL“: ERDBEEREN, EISCREME UND SPARGEL AUS REGIONALER PRODUKTION GENIESSEN



Die Metropolregion Rhein-Neckar besticht durch ihre vielfältigen Landschaften, ein breites Freizeitangebot und ihre geschichtsträchtigen Städte. Das macht sie sowohl für Einheimische als auch für Touristen besonders attraktiv. Besucher können neben der Schönheit der Region und auch die vielfältigen Angebote aus Landwirtschaft, des Garten- und Weinbaus sowie der Gastronomie genießen. Viele legen dabei Wert darauf, dass die hochwertigen Produkte auch tatsächlich nachhaltig in der Region hergestellt werden. Dies wird durch das Label „genial regional“ gewährleistet.

Vielfältiger Genuss aus der Region: Auch Eis und Spargel im Angebot

In Heidelberg beginnt wieder die Erdbeersaison – so auch bei zwei Bauern in Kirchheim: Obstbau Pfisterer und

Landwirtschaft Jost. Beide sind Mitglieder der regionalen Vermarktungsinitiative „genial regional“, welche die Produkte ihrer rund 20 Partnerbetriebe mit einem eigenen Siegel kennzeichnet. Partner der Vermarktungsinitiative ist auch die Eismanufaktur Paola Eisliebe. Diese verarbeitet Erdbeeren sowie weitere regionale und saisonale Zutaten zu Eis. Ebenfalls in Kürze erhältlich: frischer Spargel.

Genial Regional: Ein Siegel für Regionalität Um Bürgerinnen und Bürger dazu zu ermutigen, dass sie beim Einkauf besonders auf Regionalität achten, hat das Umweltamt der Stadt Heidelberg die Entwicklung der Initiative unterstützt. Die Botschaft des Siegels: Wer regional und saisonal einkauft, schützt das Klima, stärkt die Wirtschaft vor Ort und erhält Kulturlandschaften.

Verkaufsstellen in Heidelberg Obstbau Pfisterer:

Hofladen: Hagellachstraße 2, 69124 Heidelberg
Selbsterntefeld: direkt an der B535 vor dem Kurpfalzhof
Landwirtschaft Jost:

Hof: Grasweg 8, 69124 Heidelberg
Verkaufsstand: Mannheimer Straße 43, 69123 Heidelberg
Selbsterntefeld: Stückerweg, von der Speyerer Straße Richtung Eppelheim
Paola Eisliebe:

Obstbau Pfisterer, Hagellachstraße 2, 69124 Heidelberg
Obst- und Gemüseanbau Hermann Weigold, Gewinn Hasenbaum 11, 69121 Heidelberg
Heidelberg4You, Untere Straße 15, 69117 Heidelberg

Tourist Information am Neckarmünzplatz, Obere Neckarstraße 31-33, 69117 Heidelberg

Madame Kuvèl, Plöck 73, 69117 Heidelberg
L'Épicerie, Hauptstraße 35, 69 117 Heidelberg

Rewe Schrein, Am grünen Hag 2, 69118 Heidelberg

Angebote für die Pfingstferien

Das Ferienportal zeigt, wo es noch freie Plätze gibt Kinder auf einer Wiese, die Sachen entdecken Die Pfingstferien im Mai stehen vor der Tür: Kinder und Jugendliche, die in der Ferienzeit mit anderen gemeinsam Neues erleben möchten, stöbern am besten jetzt im Heidelberger Ferienportal. Von Origami bis Holzwerkstatt, von Skateworkshop bis Wildnis-Abenteuer, von Inliner-Training bis Pony-Camp gibt es noch einige freie Plätze. Mit den Feriengutscheinen bietet die Stadt Heidelberg außerdem seit vielen Jahren einzigartige Unterstützung beim Zugang zu Ferienangeboten für Familien mit wenig Geld.

Alle Infos und Angebote gibt es unter www.heidelberger-ferienportal.de.



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



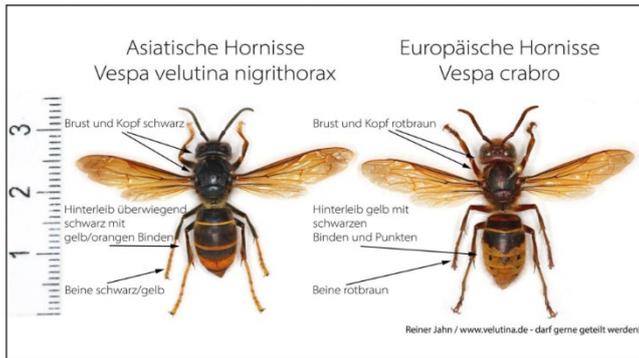
Brillen
Sonnenbrillen
Kontaktlinsen
Outdoor-Navigation
Sehhilfen
Operngläser
Ferngläser
Freizeit-Optik
Wetterstationen

Gutes Sehen kann so angenehm sein

Haus der Brille

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

ASIATISCHE HORNISSIE BREITET SICH AUS: SICHTUNG BEI DER STADT MELDEN



Invasive Art bedroht insbesondere Honigbienen / Für Menschen nicht gefährlicher als heimische Hornisse

Die Asiatische Hornisse breitet sich auch in Heidelberg aus. Die Art wurde aus Südostasien nach Europa eingeschleppt. Hier ist sie eine Gefahr für Honigbienen, welche ihr als Nahrung dienen. Die Stadt Heidelberg bittet die Bevölkerung, an der Bekämpfung der Asiatischen Hornisse mitzuhelfen und jede Sichtung des Insekts zu melden. Für den Menschen ist die Asiatische Hornisse nicht gefährlicher als die einheimische Europäische Hornisse, dennoch sollte man einige Meter Abstand zu einem Nest halten und die Beseitigung Fachleuten überlassen.

Wo melde ich eine Sichtung und wer beseitigt gefundene Nester?
In Deutschland unterliegt die Asiatische Hornisse als invasive Art einer Beseitigungspflicht. Die Entfernung von Nestern übernimmt das Land Baden-Württemberg mit Unterstützung der Stadt, doch beim Auffinden ist die Mithilfe der Bevölkerung gefragt. Wer Nester oder einzelne Exemplare der Asiatischen Hornisse sichtet, sollte sie mit Foto online bei der Landesanstalt für Umwelt unter www.lubw.baden-wuerttemberg.de melden. Eine Meldung ist auch über die „Meine-Umwelt-App“ des Landes Baden-Württemberg möglich und wird an die Stadt Heidelberg weitergegeben. Die Stadt hat für Meldungen und Fragen die E-Mail-Adresse asiatische.hornissen@heidelberg.de eingerichtet. Für die Meldenden fallen weder für die Meldung noch für die Entfernung von Nestern Kosten an.

Warum wird die Asiatische Hornisse bekämpft?
Die Asiatische Hornisse ist eine invasive Art und bedroht Honigbienen. Invasive Arten wurden in ein Gebiet eingeschleppt, wo sie nicht heimisch sind und breiten sich dort unkontrolliert aus. Für ein Ökosystem kann das unabsehbare Folgen haben und heimische Arten bedrohen. Im Fall der Asiatischen Hornisse sind das Honigbienen, welche von ihr gejagt und an Jungtiere verfüttert werden. So wird ein Hornissenvolk zur ernsthaften Gefahr für Bienenvölker, besonders, wenn diese bereits geschwächt sind. Erwachsene Asiatische Hornissen verursachen

Fraßschäden im Obst- und Weinbau. Ursprünglich stammt die Asiatische Hornisse aus Südostasien und wurde 2004 erstmals in Frankreich gesichtet. 2014 folgte eine Sichtung in Baden-Württemberg, wo das erste größere Vorkommen im Raum Karlsruhe entstand. 2023 breitete sich die Asiatische Hornisse sprunghaft aus, auch in Heidelberg. Im Stadtgebiet wurden etwa 35 Nester gemeldet. Um die Verbreitung

einzudämmen, ist es notwendig, konsequent jedes Nest der Asiatischen Hornisse zu beseitigen.

Wir begeistern mit Energie.

Mannheimer Energien.

Unsere Zukunft: #klimapositiv bis 2035

Wir versorgen die Region seit mehr als 150 Jahren mit Energie. Mit effizienten Lösungen gestalten wir noch immer die nachhaltige Energieversorgung der Zukunft.

Unsere Zukunft: #klimapositiv bis 2035

Mehr zum Mannheimer Modell und wie wir gemeinsam die Energiewende schaffen. mvv.de/klimapositiv

+GESUNDHEIT+IM FOKUS+

Es ist wichtig, das Stoffwechselsystem zum Frühjahr wieder anzuregen. Es schwingt wie eine Schaukel zwischen Tag und Nacht. So arbeitet die Galle tagsüber für die Fettverdauung, die Leber kümmert sich nachts um den Abbau von Giftstoffen. Tibetische Kräuterrezepturen können dabei unterstützen. Padma GaleTib etwa regt am Tag den Gallenfluss an. Abends fördert die tibetische 3-Früchte-Formel von HepaTib die Lebertätigkeit. Mehr Infos gibt es unter www.padma.de.



Foto: dj-d-k/PADMA/Getty Images/stevecoleimages

Bei der Parkinson-Krankheit kommt es durch Nervenschäden im Gehirn zu Einschränkungen der Beweglichkeit. Zunächst lässt sich das gut mit Tabletten behandeln, mit fortschreitendem Verlauf kann die Umstellung auf eine nicht-orale Folgetherapie ratsam sein. In Frage kommen eine Gehirnstimulation über operativ eingesetzte Elektroden oder Pumpentherapien, die Wirkstoffe fortlaufend in den Körper bringen. Dies kann über eine Sonde im Dünndarm geschehen oder unter die Haut, wofür keine Operation erforderlich ist. "Wichtig ist in jedem Fall, Betroffene über alle Therapiemöglichkeiten gut aufzuklären", betont Neurologe PD Dr. Florin Gandor (Bild).



Foto: dj-d-k/AbbVie/Michael Colella



Foto: dj-d-k/Thomapyrin/Getty Images/Aaron Amat

Fast jeder ist mal mehr, mal weniger von Stress betroffen. Zu einem Dauerzustand sollte dies allerdings nicht werden. Das gilt ganz besonders für kopfschmerzgeplagte Menschen. Stressmodulation und -reduktion durch Entspannung, Selbstfürsorge, Bewegung und feste Schlafzeiten können langfristig helfen. Im Akutfall sind coffeinhaltige Schmerzmittel wie Thomapyrin eine gute Wahl, da sie das Pochen im Kopf schnell, wirksam und gut verträglich lindern. Weitere Tipps und Infos gibt es unter www.kopfschmerzen.de.

Von der Sichelzellerkrankheit (SCD) dürften nur die wenigsten gehört haben, und doch betrifft sie weltweit 300.000 bis 400.000 Neugeborene pro Jahr: Die Erbkrankheit kann zu starken Schmerzen, Organschäden und einer verkürzten Lebenserwartung aufgrund fehlgeformter oder „gesichelter“ roter Blutkörperchen führen. Zu weiteren Symptomen zählen Schlaganfälle, Blutarmut und Gelbsucht. Einzige Chance auf Heilung ist bisher die Stammzelltransplantation. Infos zur Krankheit unter realtalk-sichelzellerkrankheit.de.



Foto: dj-d-k/Vertex Pharmaceuticals/fizkes – AdobeStock

Die Ursachen für Tinnitus sind bisher nicht bekannt, und jeder Betroffene nimmt ihn unterschiedlich wahr. Es wird vermutet, dass Lärm, Stress und das Alter eine Rolle spielen. Darüber hinaus haben Studien einen Zusammenhang zwischen Hörverlust und Tinnitus bestätigt: Ein Hörverlust ist häufig ein Auslöser für einen Tinnitus. "Der HNO-Arzt oder ein Hörgeräteakustiker kann überprüfen, ob man zusätzlich zu den Tinnitus-Symptomen auch an einer Hörminderung leidet", erklärt Maren Stropahl, Leiterin der Audiologie bei Geers. Spezielle Hörgeräte können das lästige Summen, Klingeln oder Brummen im Ohr lindern: www.geers.de/tinnitus.



Foto: dj-d-k/Geers

Ursache für Gelenkbeschwerden sind oft entzündliche Prozesse und oxidativer Stress in Teilen des Bewegungsapparates. Neue Studien zeigen: Bestimmte Pflanzenstoffe können bei Arthrose und Arthritis effektiv lindern. Mit Phytoflam bietet Dr. Wolz jetzt eine Kombination aus hochbioverfügbarem Curcumin-Extrakt, Boswellia (Weihrauch) und Pycnogenol (Meereskiefernrinde) sowie Vitamin C, K2 und D3 zur Stärkung von Knorpel und Knochen. Weitere Behandlungsansätze sind regelmäßige Bewegung sowie eine entzündungshemmende Ernährung mit wenig Fleisch und viel Fisch und Gemüse: www.wolz.de.



Foto: dj-d-k/Dr. Wolz/Pixel-Shot - stock.adobe.com



Im Naturpark Steinwald im Nordosten Bayerns gibt es faszinierende Felsen zu bestaunen. Felsburgen und eindrucksvolle Granitformationen ragen kalt-schimmernd in die Höhe. Einer der bekanntesten Felsen ist der Zipfeltannenfelsen, auch Steinwald-Sphinx genannt. Er ist ein offizieller Picknickplatz: Unter www.steinwald-urlaub.de kann man einen Picknickkorb vorbestellen und bekommt diesen gefüllt direkt zum Felsen geliefert.

Foto: djd-k/Tourist-Information Wiefelstede



In kaum einer deutschen Region kann man das farbenfrohe Blütenschauspiel so intensiv erleben wie in der Parklandschaft des Ammerlandes im Nordwesten Niedersachsens. Dank der geringen Steigung lässt sich die Gegend am besten auf zwei Rädern erkunden. Im Herzen der Urlaubsregion liegt die Gemeinde Wiefelstede, sie kann Ausgangspunkt abwechslungsreicher Touren sein: www.wiefelstede-touristik.de.



Foto: djd-k/Stadt Karlstadt/A. Hub/TVE Franken-Fränkisches Weinland

Ein attraktives Reiseziel für Wanderfans ist Karlstadt, 25 Kilometer nördlich von Würzburg inmitten des Fränkischen Weinlands gelegen. Es gibt 100 Kilometer ausgeschilderte Wanderwege, mehr Infos: www.karlstadt.de. Verschiedene Themenwege bieten Wissenswertes über Wein, Geologie sowie Fauna und Flora.

Im Naturerlebnispark Skywalk Allgäu in Scheidegg können Kinder und Erwachsene den Wald aus einer ganz neuen Perspektive entdecken. In luftiger Höhe gehen Gäste über eine schwingende Konstruktion durch die Baumkronen. Interaktive Fühl-, Hör- und Riech-Stationen sorgen für magische Momente. Eltern und Kinder werden die gemeinsam verbrachte Zeit lange in Erinnerung behalten: www.skywalk-allgaeu.de.



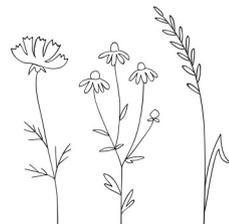
Foto: djd-k/skywalk allgäu/Tobias Heimplätzer

NATURERLEBNISSE



Foto: djd-k/Kurverwaltung List auf Sylt

Deutschlands nördlichste Insel hat für Naturliebhaber und Wanderer viel zu bieten: von stundenlangen Spaziergängen direkt am Flutsaum über Naturentdeckungen etwa auf dem Ellenbogen bis hin zu den Dünen, die selbst permanent weiterwandern. Sehenswert sind die facettenreiche Landschaft und die große Artenvielfalt auf dem Lister Ellenbogen: www.list-sylt.de.



Das Natur-Erlebnisgebiet Biggensee-Listersee erstreckt sich zwischen der Hansestadt Attendorn, dem Erholungsort Drolshagen, der Stadt Meinerzhagen, der Kreisstadt Olpe und der Gemeinde Wenden. Eingebettet im Naturpark Sauerland-Rothaargebirge, ist die Region für Wanderungen aller Schwierigkeitsgrade geeignet. Radler können die 64 km lange Höhenroute entdecken, die 50 km lange Seenroute ist perfekt für Familien: www.biggensee-listersee.com.



Foto: djd-k/TVEbiggensee-Listersee/Steffen Schulte-Lippens

Von Kopf bis Fuß Mann.

DIE NEUE SAISON

Frühjahr/Sommer 2024

Klassisch-sportive
Herrenkleidung.

Schuhwerk.

Accessoires.

Anlasskleidung.

Kleidung nach Maß.

 **KAMPMANN**
HEIDELBERG

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





LEDERJACKE HERNO POLO 04651/ BAUMWOLLHOSE ELEVENTY SNEAKERS HOGAN



Zecken können ernste Krankheiten wie Lyme-Borreliose und FSME übertragen. Da die Zahl der FSME-Risikogebiete laut RKI immer weiter zunimmt, ist eine Schutzimpfung oft empfehlenswert. Gegen die deutschlandweit verbreitete Borreliose hilft als Prävention nur das Vermeiden von Zeckenstichen. Effektiv gelingt das etwa mit Repellents wie Anti Brumm Zecken Stopp, das bis zu acht Stunden zuverlässig schützen kann: www.antibrumm.de.

Mit dem ersten Pollenflug beginnt für viele Allergiker eine lange Leidenszeit. „Auffällig ist, dass sich die Saison klimabedingt nach vorn verschiebt. Die Frühblüher sind oft schon ab Februar aktiv“, meint Linda Apotheker Dr. Benjamin Lieske. Dazu gehören Niesen, Fließschnupfen und quälender Juckreiz an Nase und Augen. Im Akutfall rät der Experte zu Antihistaminika als Augentropfen, Nasenspray oder Tabletten. Mittlerweile gebe es auch kortisonhaltige Mittel freiverkäuflich. Hierzu sollte man sich in einer qualifizierten Apotheke beraten lassen – Standorte finden sich etwa unter www.linda.de.

Foto: djd-k/Linda AG/Getty Images/Tom Merton



Foto: djd-k/www.helixor.de/Getty Images/Drazen Zigic

ACHTUNG, PLAGEGEISTER!



Foto: djd-k/DEVK/KPixMining - stock.adobe.com

Die Zecken-Impfung zahlt die Krankenkasse. Neben FSME können Zecken Menschen auch mit Borreliose infizieren. Gegen Borreliose gibt es jedoch keine wirksame Impfung. Bei einer schweren Erkrankung kann eine private Unfallversicherung, etwa die der DEVK, mögliche finanzielle Einbußen abfedern. Detaillierte Informationen zum Unfallschutz gibt es unter www.devk.de/unfall.

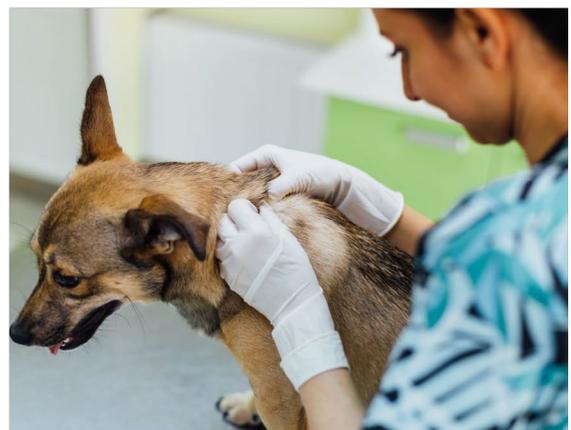


Foto: djd-k/Formel-Z/Getty Images/rzylph

Hyalomma-Zecken werden vollgesogen bis zu zwei Zentimeter groß und laufen so schnell wie Spinnen. Ihre Opfer verfolgen sie über hunderte Meter. Laut „Zeckenatlas“ des Robert-Koch-Instituts kommen sie auf Zugvögeln ins Land. Ihre Ausbreitung wird durch den Klimawandel begünstigt. Die Riesen-Zecken übertragen das für Menschen gefährliche Krim-Kongo-Hämorrhagische-Fieber. Da sie neben Großtieren auch Menschen und Hunde als Wirte annehmen, wird guter Zeckenschutz immer wichtiger. Für Tierhalter, die natürliche Mittel bevorzugen, bietet sich das Ergänzungsfuttermittel Formel-Z für Hunde und Katzen an – mehr unter www.formel-z.info.

Eine Wohltat ist es für alle, die von Allergien betroffen sind, die eigenen vier Wände so pollenfrei wie möglich zu halten. Dazu bieten sich Schutzgewebe wie Polltec-TFP von Neher an, die an Fenstern, Balkon- und Terrassentüren nachgerüstet werden können. Allergene und auch lästige Insekten bleiben somit draußen, Tageslicht und Frischluft strömen ungehindert hinein. Unter www.pollenschutz.de lassen sich Ansprechpartner im Fachhandel vor Ort finden.



Foto: djd-k/NEHER Systeme/Eva Foreman - stock.adobe.com

+TECHNIK +DIE+BE- GEISTERT

Satelliten-TV bietet Zuschauern eine Reihe von Vorteilen: Sie empfangen in der Regel nicht nur mehr Sender, sondern genießen auch eine hervorragende Bild- und Tonqualität. Nun können Nutzer ihren Fernsehkomfort weiter erhöhen: Mit der Pause-Funktion der neuen HD+ TV-App können sie ohne zusätzliche Hardware das laufende Programm pausieren und sich die Sendung später anschauen. Über 80 Prozent der in Deutschland verkauften UHD-Fernseher der großen Markenhersteller verfügen bereits ab Werk über die App: www.hd-plus.de.



Foto: dj-d-k/HD Plus/Getty Images/skynesher

Auf 8,7 Millionen Betroffene schätzt der Deutsche Gesundheitsbericht Diabetes (2023) die Zahl der Fälle von Diabetes mellitus Typ 2 in 2022. Um langfristige negative Folgen auf Sehkraft, auf Organe und lebensgefährliche Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu vermeiden, sind eine individuell abgestimmte Ernährung und ein gesunder Lebensstil unerlässlich. Hilfreich ist dabei die App glucura, die es neu als digitale Gesundheitsanwendung (DiGA) auf Rezept gibt. Mit der Kombination aus Blutzucker-Selbstbeobachtung, individuellen Tipps und schrittweiser Anleitung für einen besseren Lebensstil kommen Betroffene gut zurecht – mehr unter www.glucura.de.

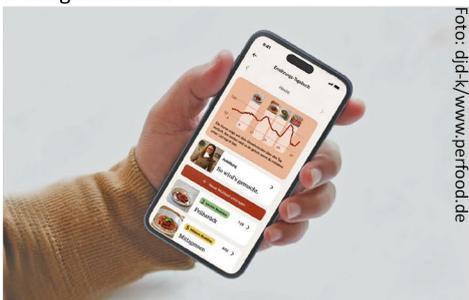


Foto: dj-d-k/www.perfood.de



Foto: dj-d-k/POINTtec Electronic

Von Pointtec gibt es drei Uhrenmarken mit Reminiszenzen an legendäre Ereignisse. Die Marke Bauhaus erinnert mit ihrem reduzierten Design an die vor gut 100 Jahren gegründete berühmte Hochschule für Gestaltung. Die mechanischen Zeitmesser aus der "ZEPPELIN Atlantic"-Reihe sind eine Hommage an die Atlantiküberquerungen mit den legendären Luftschiffen. Die dritte Modellreihe "Ruhla Space Control" verweist auf den Weltraumflug von Sigmund Jähn, er war 1978 erster Deutscher im Weltraum und trug dabei eine speziell entwickelte Armbanduhr aus Ruhla in Thüringen: www.pointtec.de.

Ein Dusch-WC ist eine sanfte, saubere und angenehme Alternative, den Po mit Wasser zu reinigen. Es lohnt sich, die Scheu davor zu überwinden und einen Selbsttest zu machen. In Badausstellungen sowie bei Messen und Events bieten Hersteller, Sanitärfachhandel und Installateure Testmöglichkeiten an, auch in vielen Hotels kann man die Übernachtung mit einem Dusch-WC-Selbstversuch verbinden und neben der Wasserreinigung weitere Komfortfunktionen kennenlernen. Infos gibt es unter www.geberit-aquaclean.de.



Foto: dj-d-k/Geberit

Messerscharfe Marderzähne verursachen immer teurere Schäden. Umso wichtiger ist ein vorbeugender Schutz. Mit speziellen Ultraschallgeräten wie dem Voss.sonic 360 lassen sich die Nager effektiv auf Distanz halten. Dank der 360-Grad-Erfassung und Rundum-Beschallung bietet das Gerät einen umfangreichen Schutzbereich und lässt sich flexibel in Garagen oder Carports nutzen. Der für das menschliche Ohr in der Regel nicht hörbare Ultraschallton treibt die Marder somit schnell in die Flucht. Unter www.weidezaun.info etwafinden sich weiterführende Informationen zur Abwehr von Mardern sowie eine direkte Bestellmöglichkeit.



Foto: dj-d-k/www.weidezaun.info/Tom Tomczyk

Blitzeis, plötzlicher Starkregen oder Falschfahrer können zu gefährlichen Situationen im Straßenverkehr führen. Die Person am Steuer kann erst reagieren, wenn sie die Gefahr wahrnimmt – das kann bereits zu spät sein. Für mehr Sicherheit im Straßenverkehr können in Zukunft vernetzte Kartenservices sorgen: "Dazu werden laufend Daten aus vernetzten Fahrzeugen sowie Wetterinformationen in Echtzeit erfasst und verarbeitet", berichtet Bosch-Expertin Dr. Minea Schwenk. Die vernetzten Kartenservices etwa von Bosch warnen mit ihrem Schwarmwissen rechtzeitig, sodass man die Fahrweise anpassen und Schlimmeres verhindern kann.

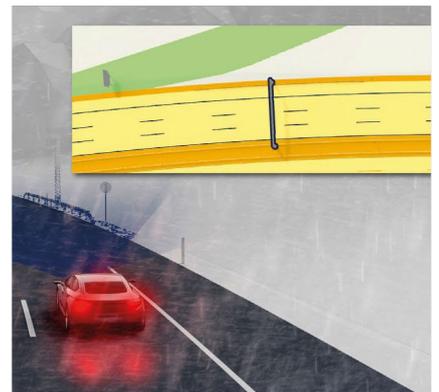


Foto: dj-d-k/Robert Bosch

NEUE KRAFTSTOFFSORTE B10 KOMMT AN DIE TANKSTELLEN

SEIT APRIL VERFÜGBAR: WICHTIGE FRAGEN UND ANTWORTEN ZUM NEUEN DIESELKRAFTSTOFF B10



Gelb blühende Rapsfelder wecken Sommergefühle. Zu Biokraftstoff verarbeitet, leisten sie zudem einen Beitrag zu umweltfreundlichen Autofahrten. Foto: djd/www.biokraftstoffverband.de

(djd). Seit April 2024 kann der neue Kraftstoff B10 als weiterer Dieselkraftstoff an Tankstellen in Deutschland angeboten werden. Das sollte man dazu wissen:

Was ist B10?

Mit B10 wird ein Dieselkraftstoff bezeichnet, dem bis zu zehn Prozent Biodiesel beigemischt werden. Die bisher an den Tankstellen verkaufte Standard-Dieselsorte B7 enthält dagegen nur bis zu sieben Prozent Biodiesel.

Was ist Biodiesel und welche Vorteile hat er?

Biodiesel ist ein Biokraftstoff, der fossilen Diesel ersetzt. Wichtigste Rohstoffe für die Produktion von Biodiesel in Deutschland sind Rapsöl sowie Altspeisefett. Biodiesel mindert den Treibhausgasausstoß im Vergleich zu fossilem Diesel je nach eingesetztem Rohstoff um enorme 70 bis 90 Prozent. Im Herstellungsprozess entstehen gleichzeitig Glycerin und - bei der Nutzung von Raps - eiweißreiches Tierfuttermittel.

Müssen Tankstellen den Dieselkraftstoff B10 anbieten und was ist mit dem bisherigen Dieselkraftstoff B7?

Fahrzeughalter können wie bisher an allen Tankstellen den gewohnten Standard-Dieselskraftstoff B7 tanken. Ob die Tankstellenbetreiber den klimafreundlicheren Kraftstoff B10 anbieten, können sie individuell entscheiden. Es besteht keine Verpflichtung, B10 an einer Tankstelle zu verkaufen. Zu Beginn wird B10 deshalb voraussichtlich nur an einzelnen Tankstellen erhältlich sein.

Welches sind die wichtigsten Rohstoffe für Biodiesel?

Wichtigster Rohstoff für die Biodieselproduzenten in Deutschland ist Rapsöl. Auf Platz 2 der Rohstoffe stehen Abfälle und Reststoffe wie gebrauchte Speiseöle und Tierfette. Der Anbau von Raps bringt viele Vorteile mit sich, denn er erweitert die ansonsten getreidelastigen Fruchtfolgen, die tiefe Wurzel lockert den Boden auf und erschließt so Nährstoffe und Wasser. Bei der Produktion von Biodiesel und Bioethanol entsteht gleichzeitig wertvolles Eiweißfuttermittel, das in der Landwirtschaft für die Fütterung von Hühnern, Schweinen und Kühen gebraucht wird. Die Verwendung von Abfällen und Reststoffen ist ebenfalls sinnvoll: Wird gebrauchtes Speiseöl unsachgemäß über den Abguss in die Kanalisation entsorgt, führt dies zu Ablagerungen und Verstopfungen, die nur mit großem Aufwand und hohen Kosten beseitigt werden können.

Was müssen Autofahrerinnen und -fahrer vor dem Tanken mit dem Dieselkraftstoff B10 beachten?

Vor dem Tanken sollte man prüfen, ob der Hersteller das jeweilige Fahrzeug für B10 freigegeben hat. Eine Liste der freigegebenen Fahrzeugmodelle ist unter www.biokraftstoffverband.de/themen/b10 abrufbar, viele weitere Informationen zu Biokraftstoffen gibt es zudem unter www.biokraftstoffverband.de.

**Neu: Zwei Feldranger schützen Feld und Flur
Wolfgang Schröder und Justus Düssel informieren, beraten
und vermitteln zwischen Nutzergruppen**



Oberbürgermeister Eckart Würzner (3.v.l.), Bürgermeister Raoul Schmidt-Lamontain (2.v.l.) und Jochen Kohn vom Umweltamt (4.v.l.) haben die beiden neuen Feldranger Wolfgang Schröder (l.) und Justus Düssel (r.) im Handschuhheimer Feld vorgestellt. Die Feldranger sind künftig mit E-Bike und Fahrzeug in den Feldern rund um Heidelberg unterwegs.
Bildnachweis: Philipp Rothe

wichtige Not-Rufnummern in Heidelberg



**Polizei
Baden-Württemberg**



Wichtige Not-Rufnummern in Heidelberg 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

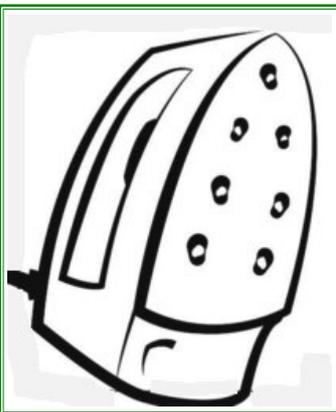
Polizei	Tel. 110
Feuerwehr	Tel. 112
Rettungsdienst	Tel. 112
Kassenärztlicher Bereitschaftsdienst für gesetzliche- und Privatversicherte	Tel. 116 117
Privatärztlicher Bereitschaftsdienst nur für Privatversicherte	Tel. (01805) 30 45 05
Frauenärztlicher Notfalldienst	
Klinik St. Elisabeth	Tel. (06221) 4880
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 Bammental	06223/972932
Pp Altstadt	06221/99-1780	Pp Meckesheim	06226/1336
Polizeiwache Bismarckplatz	06221/619953	Pp Ziegelhausen	06221/896934
PRev HD-Nord	06221/45690	Pp Schönau	06228/8230
PRev HD-Süd	06221/34180	PRev Schwetzingen	06202/2880
Pp Emmertsgrund	06221/381518	Pp Ketsch	06202/61696
Pp Wieblingen	06221/830740	PRev Sinsheim	07261/6900
Pp Pfaffgrund	06221/707832	Pp Angelbachtal	07265/911200
Pp Eppelheim	06221/766377	Pp Waibstadt	07263/5807
Einsatzzug HD	06221/99-1250	PRev Weinheim	06201/10030
Verkehrspolizei	06221/99-1870	Pp Hemsbach	06201/71207
Polizeihundeführer	06227/3581880	Pp Schriesheim	06203/61301
Wasserschutzpolizei HD	06221/137483	PRev Wiesloch	06222/57090
PRev Eberbach	06271/92100	Pp Leimen	06224/17490
PRev Hockenheim	06205/28600	Pp Mühlhausen	06222/662850
Pp Neulüßheim	06205/31129	Pp Sandhausen	06224/2481
Pp Reilingen	06205/188510	Pp St. Leon	06227/881600
PRev Neckargemünd	06223/92540	Pp Walldorf	06227/8419990



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 9437533

eMail: c-itnews@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

CitexVerlag

Zu den Breitwiesen8

69429 Unterdielbach

eMail: c-itnews@t-online.de

Layout

werbenundhandeln

Rodenbach

www.werbenundhandeln.de

Druck

Schleunungsdruck

Marktheidenfeld

Titelbildrechte

Tim Reckmann / pixelio.de

Auflage

15.000 Exemplare

Verteilungsgebiet

Stadt + Land Heidelberg

einschl. Wiesloch

Verlag

Citex Verlag

Zu den Breitwiesen8

69429 Unterdielbach

Es gelten Anzeigenpreise lt. Preisliste

Nr. 28

Texte und Fotos stammen teilweise von

djd deutsche journalistendienste

GmbH&Co.KG

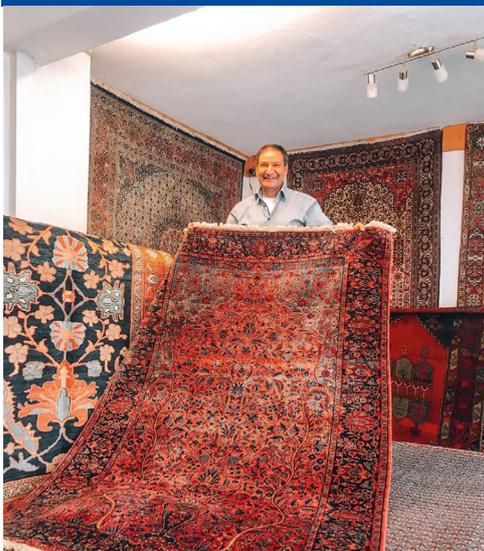
Unterdürrbacher Straße 8

D-97080 Würzburg

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 Boxberggring vereinbaren.

Boxberggring 12-16
69126 Heidelberg

Tel.: 06221/473812

Mobil: 0152/29501835

Pro-

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

Comp

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

28 Jahre Erfahrung



Foto: djd-k/Brillux

Wer an die Umrüstung seiner Heizung hin zu nachhaltigen Technologien wie einer Wärmepumpe denkt, kann die nötigen Vorkehrungen mit einer passenden Wärmedämmung schon jetzt treffen. „Moderne Wärmedämmverbund-Systeme (WDVS) bieten gerade in Kombination mit der Wärmepumpe wesentliche Vorteile“, so Albert Klein, Produktmanager WDVS bei Brillux. Unverzichtbar ist dabei die Expertise von Fachbetrieben: www.brillux.de/zuhause/fachbetriebsfinder.

Im Haus spielt die Luftqualität eine wichtige Rolle für die Wohngesundheit. Der Luftwechsel lässt sich über kontrollierte Lüftungsanlagen sicherstellen. Bei der Gebäudedämmung ist Polyurethan (PU) vorteilhaft, ein Hochleistungswerkstoff, der sich auch in hochsensiblen Bereichen wie der Medizintechnik bewährt hat. Unter www.puren.com/de/bauherren-wissen gibt es dazu viele weitere Informationen und eine kostenlose Ratgeberbroschüre. Die guten Eigenschaften werden auch durch eine Emissionsprüfung bescheinigt.



Foto: djd-k/puren

Rund ums Haus



Foto: djd-k/VDPM/Ms VectorPlus - stock.adobe.com

Für eine effiziente, energiesparende Wärmeversorgung im Zuhause kommt es auf einen sinnvollen Dreiklang an. „Effektiver Wärmeschutz, moderne Heizungstechnik und erneuerbare Energien bilden nach den Erkenntnissen der Wissenschaft eine untrennbare Einheit“, erklärt Antje Hannig, Geschäftsführerin im Verband für Dämmsysteme, Putz und Mörtel (VDPM). Denn moderne Niedrigtemperatur-Systeme, wie zum Beispiel Wärmepumpen, lassen sich in älteren Gebäuden erst dann wirklich effizient betreiben, wenn gedämmte Außenwände die Wärme schützen und im Haus halten: www.waerme-schuetzen.de.



Foto: djd-k/KlB Klimalichtblock

Einen positiven Einfluss auf das Raumklima kann der Einsatz massiver Leichtbetonsteine aus vulkanischen Rohstoffen wie Bims haben: Sie regulieren dank ihrer natürlichen Porosität den Feuchtegehalt und wirken so der Bildung von Schimmel entgegen. Aufgrund ihrer Masse besitzen sie auch eine hohe thermische Speicherefähigkeit. So lassen sich in Kombination mit dem richtigen Lüften eine konstante Raumtemperatur erreichen sowie Heizkosten einsparen: www.klb-klimalichtblock.de.

Sowohl große, bodentiefe Fensterflächen als auch eine durchgängig gestaltete Bodenfläche lassen Wohnbereich und Terrasse oder Balkon optisch verschmelzen. Für die Verlegung auf Innen- oder Außenflächen eignen sich keramische Fliesen besser als jeder andere Bodenbelag. Stilistisch bieten die aktuellen Kollektionen deutscher Markenhersteller eine große Vielfalt – von Naturholz- und Natursteindekoren über Beton- oder Terrazzo-Look bis hin zum Vintage-Look. Unter www.deutsche-fliese.de gibt es Inspirationen.



Foto: djd-k/Deutsche-Fliese.de/Milleroy & Booh Fliesen

Coaching kann auf vielfältige Weise unterstützen: Etwa im Bewerbungsverfahren durch Hilfe bei der Gestaltung der Bewerbungsunterlagen oder bei der Vorbereitung aufs Vorstellungsgespräch. Das Institut für Berufliche Bildung (IBB) bietet eine Reihe von Coachings zur Optimierung des beruflichen Profils an. Sie finden an einem der bundesweit über 1.000 Standorte oder online statt. Mehr Infos gibt es unter www.ibb.com.

Mit der Hinwendung zu diversen Bewerberpools ergeben sich auch für potenzielle Arbeitnehmer neue Perspektiven, vor allem für ältere Bewerber und Baby-Boomer. „Die aktuelle Entwicklung ist ein Zeichen für eine moderne, inklusive und zukunftsorientierte Arbeitswelt“, so Iwona Janas, Country Manager Deutschland der ManpowerGroup.



Foto: dj-d-k/Manpower Group

Eine Ausbildung etwa im Holzfachhandel schafft die Grundlage dafür, um nachhaltiges Bauen zum eigenen Beruf zu machen. „Mit rund 4.200 Auszubildenden in 900 Betrieben ist der Holzfachhandel flächendeckend präsent und deckt wohnortnah bei kurzen Wegen ein vielfältiges Angebot an Ausbildungs- und Qualifizierungswegen ab“, schildert Thomas Goebel, Geschäftsführer des Gesamtverbandes Deutscher Holzhandel e. V. Unter www.holzvomfach.de gibt es mehr Informationen.



Foto: dj-d-k/Gesamtverband Deutscher Holzhandl



Foto: dj-d-k/Wings/BalanceFormCreative/Shutterstock

BILDUNG & BERUF

Im berufsbegleitenden Bachelor „New Work and Transformation Management“ bei Wings, dem Fernstudienanbieter der Hochschule Wismar, werden angehende Führungskräfte vorbereitet. Ziel ist es, qualifizierte Managerinnen und Manager für die Herausforderungen der modernen Arbeitswelt und des digitalen Wandels auszubilden. Infos: www.wings.de/newwork.



Foto: dj-d-k/Nürnbergger Versicherung/Getty/PixelsEffect

Idealerweise sollte das regelmäßige Vorlesen bis in die Grundschulzeit hinein zum Alltag gehören. Mit ein paar kleinen Techniken gelingt es auch unerfahrenen Eltern schnell, eine Geschichte besonders spannend oder lustig vorzulesen. Welche Kniffe das sind, stellt der Schauspieler und Synchronsprecher Charles Rettinghaus in fünf Videos unter www.studienkreis.de/leselust vor. Wenn in der Stimme Spannung und Lebendigkeit liegen, haben die Kinder Lust, weiter zuzuhören.



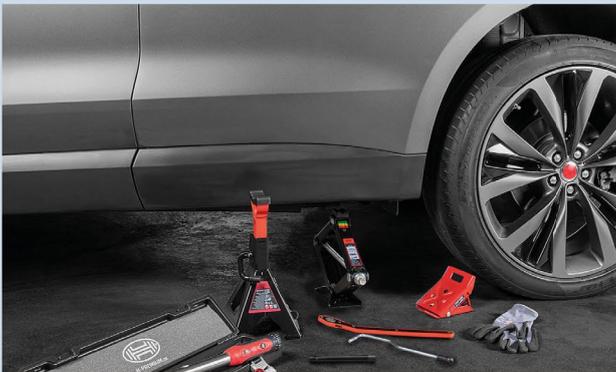
Foto: dj-d-k/Studienkreis/Bernd Beutmann

Mit einer Berufsunfähigkeitsversicherung (BU) kann man finanzielle Lücken bei anerkannter Berufsunfähigkeit durch eine Rente weitgehend schließen. Etwa ein Fünftel der Leistungsanträge werden von Versicherten nicht weiter verfolgt, weil der zu beantwortende Fragebogen sehr umfangreich ist. Bei der Nürnberger Versicherung können sich die Kunden in einem Telefoninterview den Leistungsantrag ausfüllen lassen: www.nuernberger.de.

Fensterfugen dämmen, Türen montieren, Wärmedämmung befestigen, Hohlräume und Mauerdurchbrüche verfüllen – all das kann Bauschaum. Er haftet auf fast allen Untergründen, lässt sich leicht dosieren und erreicht auch schwer zugängliche Stellen. Auf der Seite www.pu-schaum.center stehen die besten Tipps zum Arbeiten mit PU-Schaum.



Foto: djid-k/Heyner Germany



Der Reifenwechsel ist noch immer eine beliebte Do-it-yourself-Aufgabe. Dabei sollte die Sicherheit an erster Stelle stehen. Ein Scherenwagenheber ist die einfachste Lösung, um ein Auto sicher und effizient anzuheben. Von Heyner etwa gibt es einen Scherenwagenheber Black Edition, mehr Infos und einen Online-Shop findet man unter www.heyner.com. Er kann Lasten von bis zu zwei Tonnen anheben und ist damit speziell für SUVs ausgelegt, aber auch für andere Fahrzeuge einsetzbar.

Foto: djid-k/AdK/www.kachelofenwelt.de/Gutbrod



Holzfeuerstätten dürfen auch nach dem neuen Gebäudeenergiegesetz (GEG) weiter betrieben werden, wenn sie bestimmte Vorschriften erfüllen. Einzelraumfeuerstätten, die nach diesen Terminen in Betrieb genommen wurden, erfüllen die Grenzwerte. Auch ältere Anlagen müssen der Verordnung bis Ende 2024 entsprechen. In bestimmten Fällen gilt für ältere Feuerstätten Bestandsschutz. Bei Fragen zu Nachrüstung, Stilllegung oder Austausch ist der Ofen- und Luftheizungsbauer der richtige Ansprechpartner. Adressen in der Nähe gibt es unter www.kachelofenwelt.de.

Erst eine Dekoration mit persönlichem Touch macht aus vier Wänden ein Zuhause. Eine einfache und schnelle Möglichkeit, die eigenen vier Wände zu verschönern, stellen Fotomagnete dar. Die individuell bedruckbaren Dekoartikel halten die Erinnerung an schöne Momente wach und sind in unterschiedlichen Größen sowie Formen erhältlich. Unter www.pixum.de lassen sie sich bequem vom Handy aus gestalten.



Foto: djid-k/www.pixum.de

Know-how ...gewusst, wie!

Im Haushalt möchte man Fenster und Flächen ohne großen Aufwand streifenfrei reinigen. Der häufigste Grund für die unschönen Stellen sind eine falsche Reinigungstechnik und die Verwendung ungeeigneter Reinigungsmittel. Der neue Kobold VG100+ Flächenreiniger von Vorwerk sorgt nicht mehr nur bei Fenstern und Spiegeln für streifenfreie Sauberkeit, sondern auch auf vielen weiteren glatten Oberflächen wie Glastischen, Duschwänden, Fliesen, Schrankfronten und Acrylplatten. In nur einem Arbeitsschritt werden Flächen befeuchtet, der Schmutz entfernt und das Wasser streifenfrei abgesaugt: www.vorwerk.de.



Foto: djid-k/Vorwerk

Frühjahrsdüfte in der Brückenparfümerie

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



Werner Kramer

PARFUMS

SIND SEINE LEIDENSCHAFT

KOMMEN SIE AUF EINE
ENTDECKUNGSREISE NACH HEIDELBERG
IN DIE BRÜCKENSTRASSE 23.
WERNER KRAMER, HEIDELBERGS DUFT-
EXPERTE UND PARFÜMEUR,
FINDET DAS RICHTIGE PARFUM FÜR SIE,
PASSEND ZU IHREM DUFTTYP.



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 Parfums 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

