

Unbezahlbar

Chili

DAS MAGAZIN!

Für die Pfalz

Feb./März 2019

Schöne Aussichten

U2

PVA

Schöne Aussichten

Liebe Leser.

Veränderung bedeutet Wandlung eines Zustandes. Es gibt die bewusste oder aktive und die unbewusste oder passive Veränderung. Im Leben bleibt kaum etwas jemals gleich. Manchmal liegt der Wandel nicht in unserer Kontrolle. Gelegentlich haben wir uns entschieden, Dinge zu verändern. Dann handelt es sich um den Vorsatz mit Willen zur positiven Wendung. So auch regelmäßig zu Beginn eines jeden Jahres. Der berühmte Sylvestervorsatz hat erschreckenderweise in der Regel eine so kurze Halbwertszeit, dass es sich nicht lohnt, ihn überhaupt zu formulieren. Hin und wieder jedoch bewirkt er wahre Wunder und große und weitreichende Veränderungen.

Richtig unheimlich sind allerdings die Menschen, die sich in schöner Regelmäßigkeit völlig neu erfinden. Einfach so. Von jetzt auf gleich ganz anders. Ohne Wandlung, Metamorphose, ohne Stress und ohne Schmerz. Im Bereich der populären Kunst findet man solche Selbsterfinder häufiger. Leider jedoch nicht nur dort. Diese Menschen drehen ihr Fähnchen in den Wind und sind auf einmal wieder ganz neu, interessant, trendy und nett anzusehen. Ob diese Wandlung mit Nachhaltigkeit gesegnet ist, bleibt die Frage. Wenn sich nicht der eigene Charakter, die eigene Persönlichkeit wandelt, dann scheint die Fassadenspielerei ganz schmerzlos zu funktionieren. Jede wirkliche Veränderung tut richtig weh. Ein Abschied von lieb gewonnenen schlechten Angewohnheiten ist ja – wie man weiß – nicht einfach.

In der Summe sind mir die, die hin und wieder scheitern, lieber, als die, die nur ein anderes Ich annehmen. Da wären wir wieder bei den populären Künstlern, den Schauspielern.

In diesem Sinne: Bleiben Sie sich treu!

Herzlichst
Ira Schreck
Chefredakteurin



INHALTSVERZEICHNIS

EinBlick

- 14 Schöne Aussichten
- 16 Die guten Vorsätze
- 22 Landauer Perspektiven
- 34 Deutsches Eherecht - erstaunlich flexibel
- 37 Neues Recht für internationale Ehen

Typisch

- 18 Preisverdächtige 6 Wochen Kur für die Wohlfühlfigur
- 24 150 Jahre Juwelier Rehn
- 32 Goldschmiede Stachel - neu in Landau
- 46 EMS-Training in HaBloch

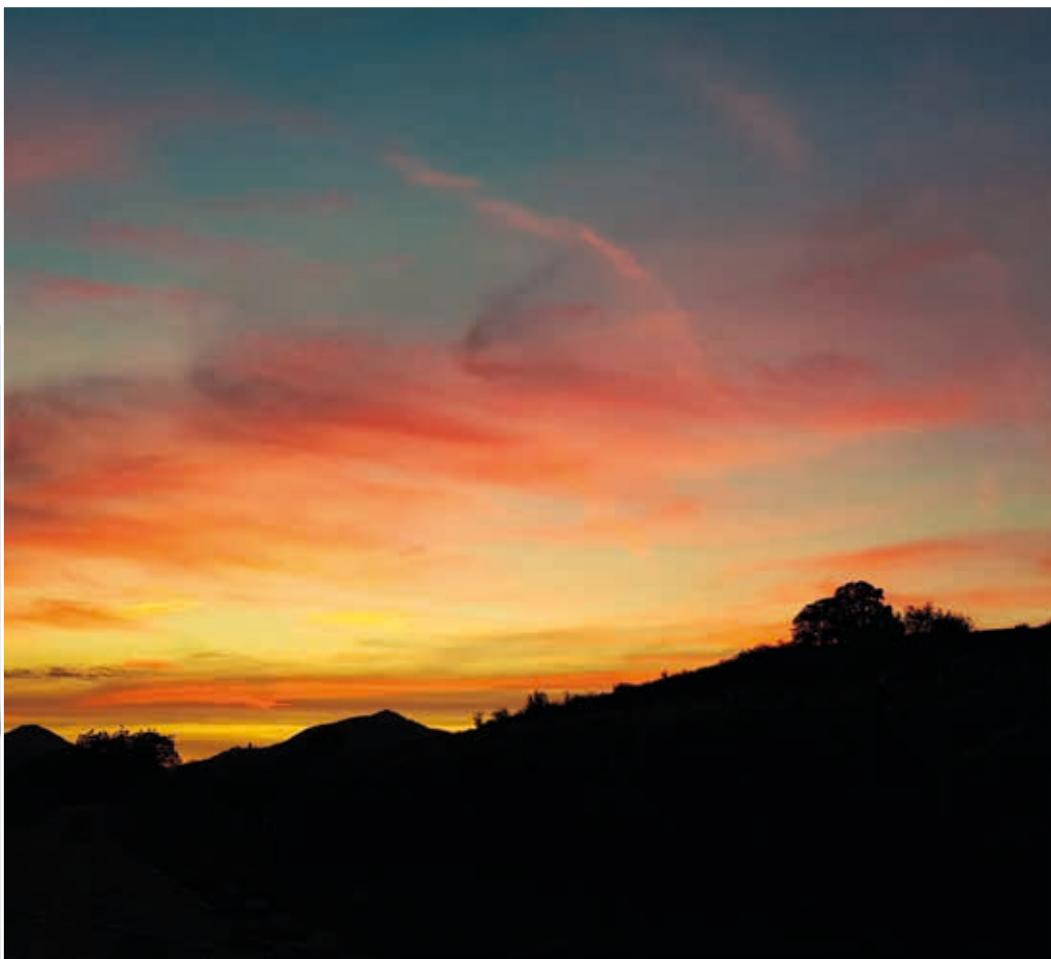


einPfalzreich

- 20 Café bei Blumen Schupp

Hochzeitstipps

- 26 Ja, ich will! Aber wie?
- 28 Hochzeitsbräuche
- 30 Heiraten - ein floraler Traum
- 38 Hochzeitsplaner



Gesundheit

- 42 Anti-Rutsch-Beschichtung bietet Sicherheit
- 44 Gesunder Arbeitsplatz
- 48 AOK-Premiumkurse rund um Ernährung, Entspannung und Fitness

Achtung!

- 50 Wir helfen Gambia e.V. – Engagiert für Kinder in Gambia
- 58 Wegwerfgesellschaft in Nöten

Kulinaria

- 52 Rezepte mit Wintergemüse
- 54 Blutzucker
- 56 Bewusstes Einkaufen

erLesen

- 60 Kommentar
- 76 Buchtipp
- 77 Kurze Geschichte: Nachtsturm
- 82 Kolumne: Das fragile System

on Tour

- 66 Die schönsten Aussichten

wohlich

- 72 Schöne Aussichten auf einen entspannten Frühling – Dank bester Durchsicht

Tierisch

- 74 Die lange Nacht der Winterschläfer

Natürlich

- 62 Biodiversität auf pfälzisch
- 78 Tag und Nacht in Balance

Standards

- 3 Apropos
- 4 Inhalt
- 6 Impressionen
- 12 Kurz Et gut: Aus Handel und Wirtschaft
- 80 Augen-Blick-Mal
- 81 AusSchau
- 81 Anzeigenberatung
- 82 Impressum















Aus Handel



Beraterin für Stil und Fashion gesucht

Wohs mode pur in Neustadt möchte das Team verstärken. Die Boutique im Herzen Neustadts gehört zu den ersten Adressen für stilvolle, hochwertige Damenmode in der Pfalz. Gesucht wird eine erfahrene Modeberaterin in Vollzeit (auch Teilzeit möglich). Wer Freude an exklusiver Damenmode und Spaß an der Beratung hat, sich kreativ einbringen will, ein Teamplayer ist und sich beruflich verändern, weiterentwickeln oder wieder einsteigen möchte, nimmt Kontakt auf mit:

Wohs mode pur

Heidi Wohs
Friedrichstraße 8
67433 Neustadt
06321-489348
www.wohs.de



Offizieller Hoflieferant in Sachen Optik

Welcher Augenoptiker in der Pfalz kann sich schon offizieller Hoflieferant nennen? Optica Michel in der Friedrichstraße in Neustadt gebührt dieser Titel, denn die Pfälzische Weinkönigin Meike Klohr trägt eine Brille von Optica Michel. Sie war übrigens die einzige Kandidatin, die sich als Brillenträgerin zur Wahl stellte und gewann.

Optica Michel verfügt über eine überaus große Auswahl an modischen Brillen, aus der man seine für sich passende, bequeme und eben stylische Brille findet - von dezent über auffallend, von elegant bis lässig, für jede Gesichtsform und jeden Typ perfekt. Deshalb war es auch für Meike Klohr keine Frage, sich der Auswahl, der Beratung und dem Fachwissen der Augenoptiker von Optica Michel anzuvertrauen, um eine Brille zu finden, die sie bei den vielen öffentlichen Auftritten in ihrem Jahr als Weinkönigin trägt. Sie gibt ihr Sicherheit - optisch und modisch - und ist mehr als eine Sehhilfe. Sie ist ein gelungenes Accessoire.

Kontakt:

Optica Michel
Haus der Augenoptik
Friedrichstraße 15
67433 Neustadt
06321-30077



Wohs mode pur feiert Jubiläum

Seit 20 Jahren bereichert Heidi Wohs mit ihrer Boutique Wohs mode pur die Geschäftslandschaft in Neustadt und darüber hinaus. Das inhabergeführte Geschäft in der Neustadter Friedrichstraße hat sich zu einer der ersten Adressen in der Pfalz, wenn es um Damenmode geht, entwickelt. Mit unternehmerischem Geschick, Flexibilität und Weitblick schafft es Heidi Wohs, die Kundinnen immer wieder aufs Neue für modische Trends zu begeistern. Als Dank für die langjährige Treue ihrer vielen Stammkundinnen will Heidi Wohs in diesem Jahr mit einer Reihe von Veranstaltungen zusammen mit ihren Kundinnen feiern.

Zum Vormerken:

- 6. April große Modenschau
- 7. April verkaufsoffener Sonntag
- 3. Mai Modenschau bei Schmieder Location, Deidesheim (gemeinsam mit Raneri moda)
- 30. Mai bis 2. Juni Friedrichstraßenfest

Kontakt

Wohs mode pur
Friedrichstraße 8
67433 Neustadt
06321-489348



Ute's Wäschemode

Fachgeschäft für Miederwaren und Wäsche

Kellereistraße 16 · 67433 Neustadt/Wstr.
Telefon 06321/399 56 99

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 10-18 Uhr · Sa. 9.30-14 Uhr



Wirtschaft



Weinstube Spelzenhof startet nach Umbau ins neue Jahr

Die Weinstube Spelzenhof in Altdorf begrüßt ihre Gäste im Jahr 2019 in ihren teils renovierten Räumlichkeiten. Liebhaber der mediterran inspirierten Pfälzer Küche von Weinstubenchefin Ursula Hitschler dürfen es sich ab sofort wieder in der beliebten Scheune gemütlich machen: Nach Umbauarbeiten bietet die ofenbeheizte Scheune mehr Platz für größere Gruppen, aber auch neuen Raum für ein angenehmes Abendessen im kleinen Kreis. Um mehr Platz zu schaffen, wurden daher eigens die alte Theke und die großen Weinregale entfernt.

Auf der Speisekarte stehen wie gewohnt vegetarische, vegane, gluten- sowie laktosefreie Gerichte, aber auch Pfälzer Klassiker und kreative Schnitzelvarianten. Zu den aktuellen Empfehlungen der Küchenchefin zählen etwa hausgemachte Teigtaschen im Duett (Spinat- und Steinpilz-Füllung), Kastaniensuppe mit pikant glasierten Kastanien und ein rotes Hähnchen-Curry mit Basmati-Reis.

Endlich zurück ist ein beliebter Klassiker: Jeden Samstag bis Ende März ab 12 Uhr gibt es frische Dampfnudeln nach Omas Rezept mit Wein- oder Vanillesoße – solange der Vorrat reicht und auch zum Mitnehmen. Das Kochen mit regionalen und frischen Produkten ist der klare Anspruch von Ursula Hitschler. Mit saisonal aktualisierten Speisekarten wird es auch in diesem Jahr nicht langweilig für die Gäste des Spelzenhofs.

Öffnungszeiten

Freitag ab 17 Uhr

Samstag, Sonn- und Feiertag ab 12 Uhr

Kontakt

Weinstube Spelzenhof
Hauptstraße 77
67482 Altdorf
06327-845
weinhaus@spelzenhof.com
www.spelzenhof.com



Kompetenter Partner bei Rücken- und Gelenkproblemen

Die Physiotherapiepraxis Thera-Fit Gesundheitszentrum ist zu Jahresbeginn in neue und größere Räumlichkeiten gezogen. Ab sofort finden Kunden Thera-fit in der Kellereistraße 18 in 67433 Neustadt.

Zur bestehenden Physio- und Ergotherapie wurde das Angebot um einen Fitnessgerätepark von Dr. Wolff mit Diagnostikzentrum erweitert. Besonderen Fokus legt Inhaber Serdar Özdüzenciler auf die Behandlung und Prävention von Rücken- und Gelenkproblemen, die er gemeinsam mit seinem Team mit abgestimmten Trainingsmöglichkeiten, durch freies Training, Kleingruppentherapie oder auch im Personal Training individuell angehen kann. Zudem bietet die Praxis ein vielfältiges Kursangebot zur Rumpfstabilität, Mobilisationstraining, TRX-Kurse, HIT-Training an.

Am Freitag, den 8. Februar 2019, lädt Thera-Fit von 14 bis 20 Uhr und Samstag, den 9. Februar 2019 von 10 bis 17 Uhr zum Tag der offenen Tür ein und stößt mit einem Glas Sekt auf die neuen Räumlichkeiten mit seinen Kunden, Interessierten und Patienten an. Das neue Trainingsteam im Gerätebereich informiert gerne über das Eröffnungsangebot.

Kontakt

Physiotherapiepraxis Thera-Fit Gesundheitszentrum
Kellereistraße 18
67433 Neustadt
06321-7456
www.thera-fit.org

Schöne Aussichten

Die Menschen haben sich auf einen Erklärungsansatz geeinigt, der so gut wie alle Phänomene dieser Welt in alltäglicher bis hin zur wissenschaftlichen Hinsicht erklären kann. Es herrscht aufgrund seines für uns erkennbaren und durchaus logischen Erfolgs Konsens darüber, dass wir auf das Modell *Ursache und Wirkung* zurückgreifen. Dieser Ansatz beschreibt die täglichen Abläufe, die wir sehen und erleben können, ebenso gut wie die hochkomplexen Details in Physik und Chemie bis hin zur Philosophie. Selbst der Urknall kann so mit seinen bis heute andauernden Konsequenzen schlüssig erklärt werden. Hier kommt gleich auch die dritte Komponente ins Spiel, die das Modell von Ursache und Wirkung erst ermöglicht: die Zeit. Für die Wirkung bedarf es des Zeitfaktors. Zum einen, damit sich die

Konsequenzen erst einstellen können und zum anderen auch langanhaltend sind. Damit geht die Einsicht einher, dass alles, was man tut und plant, durchaus weitreichende Folgen hat oder haben kann. Es werden mit Entscheidungen und auch mit Spontanaktionen oder unüberlegten Handlungen in die Zukunft reichende Weichen gestellt. Das sollte uns nicht daran hindern, zu leben und zu handeln. Jedoch sollte man bei wichtigen Angelegenheiten nicht unbedarft agieren. Anders betrachtet: Man kann für eine glückliche Zukunft die Basis bereiten und manche lästigen Begleiterscheinungen durchaus im Hinblick auf die Wirkung in Kauf nehmen, sozusagen als Nebenwirkungen.

Ohne Zeit gibt es keine Veränderung. Der Umkehrschluss, den Wissenschaftler als Erklärungstheorie für die Zeit vor dem Urknall heranziehen, lautet: Ohne Veränderung keine Zeit. Der Denkansatz geht davon aus, dass die Zeit als Faktor erst dann eine Rolle spielte, als eine Ursache eine Wirkung provozierte. Im übertragenen Sinne könnte man als Lebensmotto wählen: Entscheide und handle für ein erfülltes Leben. Das sind doch schöne Aussichten.

KURSE & EVENTS

im Kreativhaus h6 in Böhl-Iggelheim

- Galerie Fotokunst LebensArt jeden Donnerstag von 16-19 Uhr
- Kräuterkurse und Gesundheitsvorträge mit Visi
- Nähtreffs mit Kristin
- Life- und Business-Coaching & Entspannungskurse mit Tina
- Tibetische Rückenmassage für Frauen
- Airbrushkurse mit YvissArt
- Workshop - Improvisationstheater mit Günter
- Offene Malgruppe in Ankes ARTelier
- Theater Carnivore
- Reisebilder - Bilderreise vom 3.2.-4.4.2019, Malerei und Zeichnungen von Roswitha Schwandner
Vernissage Sonntag, 03.02.2019 um 15 Uhr
geöffnet jeden Donnerstag von 16-19 Uhr + jeden Sonntag von 14-17 Uhr, Finnissage am 04.04.2019 um 18 Uhr
- Kreativhaus Frühjahrsmarkt: Leistungsschau + regionale Weine Samstag 13.04.2019 von 14-19 Uhr und Sonntag 14.04.2019 von 11-18 Uhr



Telefon 06324 911-1681
info@kreativhaush6.de

www.kreativhaush6.de



Die guten *Vorsätze*

Sicherlich wurden in der Sylvesternacht eine ganze Menge sagenhaft guter Vorsätze getroffen, die unser Leben nachhaltig zum Positiven wenden werden. Ab jetzt werden wir weder rauchen noch trinken, wir werden ordentlicher, besser organisiert. Und gestritten wird auch nicht mehr. In diesem Jahr sind wir sensationell geduldig mit den pubertierenden Kleinen, die ja gar nicht für ihre hormonell bedingte Nervensägerei verantwortlich sind. Und mit dem Gongschlag treiben wir Sport, essen nur noch Bio. Fett ade. Kulturell sind wir auf der Höhe und das Theaterabo steckt schon in der Tasche.

Nun, nachdem bereits einige Wochen des neuen, glücklichen Lebens ins Land gezogen sind, stellen wir fest, dass das so eine Sache ist mit den guten Vorsätzen. Keine neue Erkenntnis, wie wir aus der Erfahrung der letzten Jahre nur allzu gut wissen. Woran liegt es aber, dass wir nur selten in der Lage sind, unsere Vorsätze langfristig in die Tat umzusetzen und Schwierigkeiten haben, am neuen Lebensstil festzuhalten?

Unter den professionellen Beratern herrscht in einem Punkt gänzliche Einigkeit: Unsere Ziele sind zu schwammig formuliert und auch noch viel zu hochgesteckt. Meistens haben sie mit uns auch gar nichts zu tun. Wer joggen einfach nicht mag, weil es nun mal nicht sein Sport ist, muss sich nicht vornehmen, ab sofort – das heißt im Winter, wenn es dunkel, kalt, regnerisch oder gar glatt ist – täglich eine Stunde zu joggen. Dieser Vorsatz

ist zum Scheitern verurteilt. Auch sollte man sich ausgerechnet dann nicht das lieb gewonnene Glas Rotwein am Abend versagen, wenn die süßen Kleinen die Jugendrevolution gerade in eine neue Dimension treiben. Denn wir haben uns ja schon vorgenommen, geduldig zu sein. Siehe oben. Vom vielen Lächeln bilden sich bereits Verspannungen, physisch wie psychisch. Außerdem können wir so globale Vorsätze wie nie-mehr-mit-dem-Partner-streiten nicht einhalten, weil wir nun mal nicht zum Ja-Sager geboren wurden und der Partner von unserem neuen Lebensstil keine Ahnung hat und somit nicht per se teilnimmt am innerfamiliären Friedensprogramm. Er – oder sie – wird im Zweifelsfall sogar misstrauisch, weil die gewohnten Reaktionen ausbleiben. Also ist dieser Vorsatz in der langfristigen Umsetzung auch als eher schwierig einzustufen. Weit zielführender ist es, ein gut geplantes und erwünschtes Ergebnis seines Vorsatzes genau zu definieren. Dabei müssen kleine Ziele eventuell in Zeiteinheiten zur Erfolgskontrolle eingebaut werden. Nehmen wir mal den Sport als Beispiel. Es macht keinen Sinn, die Versäumnisse mehrerer Jahre in einem Drei-Monats-Programm ausbügeln zu wollen.

Günstiger ist es, in kleinen Schritten die Steigerung der Kondition zu sehen. Auch die Oberschenkelstraffung ist vielleicht nach zwei Wochen nicht sichtbar. Ein erster Erfolg stellt sich vielleicht nach einem halben Jahr ein. Denn der Körper wehrt sich erst einmal und die Dellen zeigen sich nicht kooperativ. Wahrscheinlich liegt der Erfolg zunächst darin, dass man sich nach dem Sport besser fühlt, wacher und aktiver. Das ist der Erfolg, der angestrebt werden sollte. Es ist realistisch, zweimal pro Woche eine halbe Stunde sportliche Aktivität anzupeilen. Wer mehr schafft, freut sich und ist motiviert.

Ebenso ist es bei der Gewichtsreduktion. Innerhalb von zwei Wochen sollte ein Kilo verschwinden. Das hat mit hungern nichts zu tun, ist machbar und das somit erreichte Wunschgewicht bleibt beständig. Ohne auf und ab.

Andere Ziele sind, obwohl erwünscht, vielleicht einfach nicht erreichbar. Wer nun mal kein Theaterfreund ist, der soll doch einfach ins Kino gehen. Ist nun mal so. Es geht auch ohne Stress.

Fliegengitter

für Fenster & Türen nach Maß!



Ich freue mich auf Ihren Besuch und berate Sie gerne!
M.Braun



5 gute Gründe für Hauck - Insektenschutz:

- bessere Wohnqualität
- Maßanfertigung aus eigener Produktion
- zeitloses, unauffälliges Design
- kompetenter - Service „alles aus einer Hand“
- einfach zu bedienen & sicher



HAUCK
Fliegengitter

Unsere Ausstellung ist samstags von 9⁰⁰ - 14⁰⁰ Uhr für Sie geöffnet!

Hans-Böckler Str. 71
67454 Hassloch

Tel. 06324-81675
www.fliegengitter-hauck.de



Preisverdächtige 6 Wochen Kur für die Wohlfühlfigur

Am Anfang eines Jahres gehört Abnehmen als Klassiker immer zu den Top 5 auf der Hitliste der guten Vorsätze. Ist er Winter fast vorüber und die wärmeren Monate kündigen sich an, ist es Zeit, sich vom Winterspeck zu verabschieden. Doch zwischen Vorsatz und Zielankunft liegt die Umsetzung, die manchmal zur Qual, in vielen Fällen auch nur mit großen Schwierigkeiten zu erreichen ist.

Motivation zum Durchhalten und ein wenig Anleitung, um sich nicht in den zahlreichen im Netz kursierenden Abnehmtipps zu verlieren, ist für eine erfolgreiche Figurveränderung notwendig. Auch die Entwicklung einer eigenen Strategie empfiehlt sich. Die Wohlfühlfigur ist nicht nur durch Kleidergröße und Kilogramm definiert. Dazu gehört mehr. Sie ist individuell. Um sie zu erreichen, wird an ganz persönlichen Stellschrauben gedreht.

Kosmetikinstitut Nebel in Neustadt-Geinsheim bietet in diesem Frühjahr 6-Wochen-Kuren an, die fundierte Anleitungen zu Ernährung, Bewegung und Figurbehandlungen beinhalten. Nach einer ausführlichen Analyse, die sowohl eine allgemeine Anamnese und eine individuelle Zieldefinition umfasst, wird ein Konzept erarbeitet. Dabei wählt der Kursteilnehmer aus unterschiedlichen Möglichkeiten wie beispielsweise Kryolipolyse, Slimyonik und Bodywrapping die für ihn oder sie notwendigen Bausteine. Eine Figurplan wird erstellt, mit dem der Teilnehmer selbst und gemeinsam mit den Spezialistinnen im Kosmetikinstitut Nebel arbeitet. Die Erfolge werden kontinuierlich protokolliert. Die drei Teilnehmer, die am Ende der sechswöchigen Kur den größten Gewichts- und Umfangsverlust in ihrer Gruppe erreicht haben, erhalten attraktive Preise wie ein Permanent Make-up, Slimyonik Behandlungen oder eine JetPeel Gesichtsbehandlung. Die erste Preisverleihung findet Ende März statt. Anmeldeschluss für die 6-Wochen-Kur mit Erfolgspreisen ist der 31. März 2019.

Info:

Kontakt:

Kosmetikinstitut Nebel
Feldstraße 1
67435 Neustadt-Geinsheim
06327-4871



Sag Ja!

**DIE GOLDSCHMIEDE
CHRISTIAN STACHEL**

Stiftsplatz 1 · 76829 Landau
☎ 06341-87708
info@goldschmiede-stachel.de

GESUNDHEITSZENTRUM
THERA FIT
Ein Team das bewegt!

THERA-FIT NEUSTADT
Kellereistraße 18 | 67433 Neustadt

Tel. 0 63 21 / 74 56
www.thera-fit.org

**THERA-FIT NEUSTADT
MIT FITNESSBEREICH**

- Kompetente Hilfe bei Rücken- und Gelenkproblemen
- Trainingsplan mit Dr. Wolff-Konzept
- wissenschaftlich fundiertes Diagnostik- & Therapiezentrum
- Fitness- und Kursverträge

**Tag der offenen Tür
am 08.02. &
09.02.2019**

SERDAR ÖZDÜZENCILER
Staatl. anerkannter Physiotherapeut
und Krankengymnast





Café bei Blumen Schupp

Ein Café inmitten von Blüten, Pflanzen, Kräutern erinnert an Garten, Frühlingssonne und Sommerfrische. Das ist der Platz zum Entspannen und Innehalten. Hier kann man sich zum Plaudern verabreden oder ein Buch lesen. Das ist auch der Raum, um auf Vergangenes zu schauen und Kraft zu tanken für Neuanfänge.



Wo man diesen Ort findet? Noch in diesem Frühjahr eröffnet Blumen Schupp ein Café in den lichtdurchfluteten Gewächshäusern in Neustadt-Gimmeldingen, Nebergstraße 1. Auf rund 50 Quadratmetern entsteht ein Café für Jung und Alt, für Wanderer, Spaziergänger, für Freundinnen und Pausenmacher. Dort werden neben Kaffee und Kuchen sowie süßen oder herzhaften Brüsseler Waffeln auch kleine Speisen und regionale Weine angeboten. Frische Kräuter aus eigenem Anbau finden sich auf Paninis und anderen feinen Kleinigkeiten. Die Kräuter bilden immer wieder die Grundlage für Thementage zu Genuss und Gesundheit. Die Firma Wajos wird nicht mehr nur wie bislang mit ihren Essigen, Ölen,





Dips, Saucen und Chutneys im Verkauf, sondern auch im Café zu finden sein.

Die schon traditionellen Veranstaltungen wie Kräuter Et Wein oder die Kür zur Balkonpflanze des Jahres werden durch das neue Café thematisch ergänzt und bereichert. Natürlich kann man das Café auch für private Feiern aller Art, Firmenveranstaltungen oder Degustationen buchen.

Das Café ist während der regulären Geschäftszeiten der zertifizierten Prämiengärtnerei Blumen Schupp geöffnet. Regelmäßige Infos zu den Veranstaltungen bei Blumen Schupp, dem zweimaligen Taspo-Award-Sieger, und im Café finden Interessierte auch auf www.blumen-schupp.de oder abonnieren den Newsletter.

Info:

Kontakt:

Blumen Schupp
Neubergstraße 1
67435 Neustadt-Gimmeldingen
06321-68784
www.blumen-schupp.de

150 Jahre Juwelier Rehn

1. September 1869 –
1. September 2019

Wir feiern unser Jubiläum mit
vielen Angeboten und Events.

Und was wäre eine Feier
ohne Sie? Seien Sie in 2019
dabei und profitieren Sie
von unseren Aktionen.



FEBRUAR

Herzige Prozente...

...auf Geschenke, die von
Herzen kommen!

(Angebot bis 14. Februar)



MÄRZ

Lassen Sie sich
inspirieren von unserer
neuen Kollektion!

150 JAHRE

JUWELIER

Rehn

LANDAU • KRONSTRASSE 24
(FUSSGÄNGERZONE)

☎ 0 63 41 / 91 91 10

WWW.JUWELIER-REHN.DE

Landauer

Perspektiven

Die Städte sehen sich jedes Jahr aufs Neue mit Planungen und Weichenstellungen konfrontiert. Die allgemeinen Zukunftsprognosen in Bezug auf Verkehr, Demografie und Energie sind uneinheitlich. Und trotzdem gilt es für Städte und Gemeinden, für die kommenden Jahre gerüstet zu sein, ohne sich zu sehr auf ein mögliches, aber letztlich nicht sicheres Szenario festzulegen. Das ist ein Balanceakt.

Chili sprach mit dem Oberbürgermeister der Stadt Landau, Thomas Hirsch, über den Status Quo der Stadt und seine Visionen für die Fortentwicklung der Südpfalzmetropole.

Thomas Hirsch schaut auf ein besonderes Jahr. „2017 war das Jahr der Spatenstiche – sowohl im Straßenbau als auch im Wohnbau und bei Sportanlagen. Es folgte in 2018 das Jahr der Baustellen. 2019 nun wird das Jahr der Fertigstellungen“, sagt Thomas Hirsch. 25 Jahre nach dem Abzug der französischen Streitkräfte aus Landau könne man von einer gelungenen Konversion sprechen, die mit einer langfristigen Planung und fortschreitenden Entwicklung nun ein gutes Ergebnis vorweise. Im Osten der Stadt wird das Areal gewerblich genutzt. Im Südwesten im Bereich der Weißenburgerstraße entstand mit dem Quartier Vauban mit 800 Wohnungen gar ein eigenes Stadtviertel. Das Landesgartenschau Gelände hat nun neben dem Wohnen auch die Aufgabe eines Naherholungsgebiets übernommen.

Im ökologischen Sinne sei es wichtig, so der Oberbürgermeister, über eine Innen-

stadtverdichtung objektiv nachzudenken. Grüne Lungen gelte es zu erhalten, aber auch Brachen zu betrachten und durch die Neunutzung gegebenenfalls im Sinne des Umweltgedankens sogar wertvoller werden zu lassen. „Es gibt nicht eine Lösung unter einem Schlagwort!“, gibt er zu bedenken.

Der Oberbürgermeister betont, dass auch im Innenstadtbereich die Weichen gestellt seien. Es werde saniert und modernisiert und dies wirke sich auch auf die privaten Initiativen aus. Investoren sind gewillt, in Landau zu investieren, wenn sie eine Gesamtentwicklung wahrnehmen. Das habe dazu geführt, so Hirsch, dass Landau über eine attraktive Innenstadt verfüge, die nur mit einem moderaten Leerstand, der jedoch eine gesunde wirtschaftliche Fluktuation überhaupt erst ermögliche, umgehen müsse. Ein Branchenmix aus inhabergeführtem Einzelhandel und Filialisten, aus Neugründungen und langjährigen Traditionsunternehmen im Zusammenspiel mit der Gastronomie sei das, so Hirsch, was sowohl die Landauer selbst als auch die Besucher Landaus in der Innenstadt erwarten und vorfinden.

Lebensqualität ist eine der drei wichtigen Kriterien, neben attraktiver Innenstadt und der Lage inmitten der Südpfalz, die in der Stadtmarkenanalyse identifiziert wurden. „Immer was los in Landau, lautet unser Slogan“, sagt Hirsch und verweist auf die vielen Veranstaltungen, an denen sich zahlreiche Vereine, die Landauer selbst, die Geschäftsleute, natürlich die Stadt und viele andere Gruppen immer wieder beteiligen. Das sei eine Bereicherung für alle Beteiligten, welcher Interessensgruppe auch immer sie angehörten. Nicht zuletzt für den Einzelhandel sei es ein wertvolles Plus, wenn immer was los sei in Landau.

„Die gute Erreichbarkeit der Stadt und auch seines Zentrums ist für die ansässigen Unternehmen, aber eben auch für die Kunden wichtig“, sagt Hirsch. Auch hier, so der Oberbürgermeister, setze die Stadt auf einen Mix an Möglichkeiten. Elektromobilität im öffentlichen Nahverkehr, Ladestationen, der Ausbau eines Radwegenetzes seien die Schlagworte, mit denen man sich zurzeit beschäftige. Angedacht werden Vorrangrouten sowohl für den Autoverkehr als auch solche für Radfahrer, mit denen man Verkehrsströme lenken kann. Ein Radschnellweg Richtung Edenkoben und Neustadt ist ebenso in der Überlegung. Allerdings, so Hirsch, könne man nicht nur auf ein Verkehrskonzept vertrauen, da die Bevölkerung in ihrer Altersstruktur und ihren Ansprüchen differiere. „Wir müssen älteren Menschen ein nutzbares Verkehrskonzept anbieten und den Bedürfnissen der jungen Generationen ebenso entsprechen. Es geht nicht, dass Landau außerhalb der Innenstadt einen großen Parkplatz

einrichtet und darauf besteht, dass dort jeder auf ein E-Bike umsteigt“, verdeutlicht er.

In diesem Jahr wird auch die Ideenfindung zur Neunutzung des Kaufhofgebäudes vorangetrieben. Der 1964 eröffnete Kaufhof in Landau soll abgerissen und durch einen Neubau ersetzt werden. Laut Hirsch sei es ein Luxus, während des noch laufenden Betriebes gemeinsam mit dem Investor Ehret + Klein, Projektentwickler aus Starnberg, über eine Anschlussnutzung des Areals nachdenken und in die Planung einsteigen zu können. In 2021 wird Abriss und der Beginn des Neubaus stattfinden. Ziel ist es, ein neues Stadttor gegenüber des Hauptbahnhofs und am Beginn des Boulevards Ostbahnstraße vor dem Jubiläum 750 Jahre Stadtrechte im Jahr 2024 fertiggestellt zu haben.

Landauer Zahlen:

Die Einwohnerzahl Landaus stieg innerhalb von zehn Jahren von 44.718 auf 48.119. Das ist ein Anstieg um 7,6 Prozent. Waren es 2008 noch 5.873 Studierende in Landau, wurden in 2018 8.631 Studierende gezählt (+ 47 Prozent). Die Gewerbesteuerentwicklung nahm in der vergangenen Dekade um 92,4 Prozent auf 37,9 Millionen Euro zu. Die Arbeitslosenquote liegt bei 4,5 Prozent. Die Baugenehmigungen erreichten 2018 ein Volumen von 173,5 Prozent. Das entspricht einem Zuwachs von 325 Prozent in zehn Jahren. Die Mietpreise stiegen gegenüber 2014 bei Bestandsimmobilien um 18,5 Prozent auf 7,30 Euro pro Quadratmeter und bei Neubezug um 12,7 Prozent auf 8,90 Euro pro Quadratmeter.



LUISA CERANO

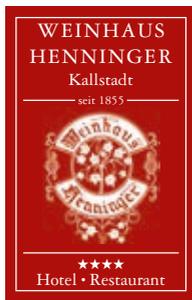
FEMININ, SPORTIV,
INTERNATIONAL

Ranerì Damen & Herren
MODA

Giovanni Raneri

Hauptstraße 112 · 67433 Neustadt/Wstr.
(+49) 06321.34599 · info@ranerimoda.de

Mo.-Fr. 9.30 – 18.30 | Sa. 9.30 – 16.00
Di. 18.30 – 20.00 (nach Vereinbarung)



WEINHAUS HENNINGER
Weinstraße 93 • 67169 Kallstadt
Telefon 063 22-2277
info@weinhaus-henninger.de
www.weinhaus-henninger.de

*Lassen Sie sich
im Henninger
verwöhnen!*



Zum Beispiel beim
**Champagner
Abend**

am 02.03.2019
Beginn 18.30 Uhr

*Champagnerapéritif,
5-Gänge Menü mit
korrespondierenden Champagner*

Frédérique Vetter,
Gaudinat Champagner
führt durch den Abend

115,00 € pro Person

Bitte reservieren Sie rechtzeitig!



150 Jahre Juwelier Rehn

Vor 150 Jahren, genau gesagt am 1. September 1869 gründete Carl Emil Rehn ein Unternehmen, das bis heute zu den Grundpfeilern der Landauer Geschäftswelt zählt: Juwelier Rehn. Die beiden Brüder Carl und Ludwig Rehn übernahmen die Firma vom Vater. Als einzige direkte Erbin führte die Tochter des Uhrmachers Carl das Familienunternehmen fort. Das Schicksal wollte es, dass das kleine Unternehmen in Familienhand blieb – allerdings in weiblicher Linie, was für die damalige Zeit sehr ungewöhnlich war. Heute steht Ute Weilacher, die Urenkelin des Gründers Carl Emil, dem Familienunternehmen vor und bindet die Tradition der Goldschmiede und des Uhrmacherhandwerks an die Gegenwart.

Die Familientradition wird sich im Unternehmen mit Tim Weilacher, dem Sohn von Ute Weilacher, fortsetzen.

Nach wie vor beherbergt das Haus Juwelier Rehn eine Goldschmiedewerkstatt, in der sowohl Reparaturen als auch Änderungen durchgeführt werden und auch individueller Schmuck entsteht. Die Kundenwünsche werden mit Sensibilität und einem Gefühl

für Steine und Stil realisiert. Mit einem großen Sortiment an Schmuck und Uhren bietet Juwelier Rehn Modisches und Bleibendes. Es sind Stücke, die nicht nur dem Trend geschuldet sind, sondern stilvoll die eigene Aussage unterstreichen. Ute Weilacher achtet beim Einkauf der Kollektionen auf Qualität und sieht diese nicht nur im Hochpreissegment für eine kleine Kundenschaft angelegt.

Das Jubiläumsjahr feiert Juwelier Rehn mit monatlichen Jubiläumsaktionen.

Zum Vormerken in Kürze:

Im Februar gibt es noch bis zum Valentinstag *Herzige Prozente*, im März liegt der Schwerpunkt auf der neuen Kollektion und im April stehen die Perlen im Fokus. Im Mai wird es Zeit für den Tausch der Uhrenarmbänder. Passend zum Landauer Sommer feiert Juwelier Rehn eine Salsa Party. Im August wird an einem Uhrenabend ganz entspannt auf die Uhr geschaut – souverän mit Barfeeling, Gintasting und Zigarrenschaum.

Am 2. September stößt Ute Weilacher und ihr Team in bester Feierlaune mit ihren Kunden auf das 150jährige Unternehmensbestehen an. Im Oktober wird in einer Schmuckschau handwerkliches Design und ausgefallener Schmuck präsentiert. Im November und Dezember präsentiert Juwelier Rehn brillante Weihnachtsideen.

Alle Eventtermine findet man auch unter www.juwelier-rehn.de oder ganz persönlich in der Kronstraße 24 in Landau bei Juwelier Rehn.

Info:



Kontakt:

Juwelier Rehn
Kronstraße 24 (Fußgängerzone)
76829 Landau
06341-919110
www.juwelier-rehn.de

WERU

Fenster und Türen fürs Leben



ICH SCHÜTZE WAS MIR WICHTIG IST

Sicherheitsfenster von WERU.



Ludwig Meyer GmbH

Talstr. 227 (an der B39) · 67434 Neustadt/Wstr.
Tel. 0 63 21/ 35 55 50 · Fax 0 63 21/ 35 55 52

WERU
Fenster und Türen fürs Leben

www.meyer-bauelemente.de
info@meyer-bauelemente.de

Ja, ich will! Aber wie?

Wenn es gut läuft, dann heiratet man nur einmal im Leben. Für viele Brautpaare ist dies Grund genug, die Hochzeit ausführlich, intensiv und detailliert zu planen. Da man aufgrund der Einmaligkeit meist nicht über profunde Erfahrung bei der Ausgestaltung der Feier verfügt, lohnen sich ein Blick in die einschlägigen Foren der Hochzeitsseiten und durchaus auch ein Messebesuch, um sich zumindest inspirieren zu lassen. Die Möglichkeiten, die sich den Heiratswilligen offenbaren, sind nicht nur vielfältig sondern geradezu erschlagend. Um sich nicht im Wirrwarr und Überangebot an Trends, Themen, Stilen und Details komplett zu verlieren, ist es wichtig – um nicht zu sagen von essentieller Bedeutung – herauszufinden, was man eigentlich selbst will und welches Budget dafür zur Verfügung steht oder stehen soll.

**Schnitt · Farbe
Verlängerung
Zweithaarersatz**

**Hochzeitsfrisuren
und das passende
Make-Up für den
schönsten Tag
Ihres Lebens.**

Infos und Beratung
direkt im Salon.



Neu
im Team ist
Jeanette Mayer



BALLAS
Friseursalon



An der Fohlenweide 16
67112 Mutterstadt

06234 / 3732

www.friseur-ballas.de

Folgen Sie uns auf
facebook.com/ballas.friseur

Öffnungszeiten:
Di-Fr. 9.00 – 18.00 Uhr
Sa. 9.00 – 14.00 Uhr

Ein Tipp direkt zu Beginn: Man ist nicht mehr verheiratet und die Ehe hält auch nicht länger, nur weil die Feier bombastisch war, die Fotos via Drohne entstanden, die Tischdeko zu den Einladungskarten passte und es Zitronen-Cupcakes zu dem Zitronen-Gintonic gab. Das sind wirklich nette Gimmicks, wenn man darauf Wert legt und Freude daran hat – aber schließlich keine Versicherung für eine glückliche Ehe. Also lauten die Fragen: romantisch-natürlich, botanical, opulent mit Metallic-Glitter, poppig-originell oder bohemian vintage? Feiern im großen Familien- und Freundeskreis oder nur mit den engsten und wichtigsten Menschen? Lieber edel oder Partyspaß? Und was darf's kosten? Es gibt kein bedingungsloses Muss in der Auswahl des Stils der eigenen Hochzeit, denn bei den Trends stehen den Brautpaaren alle Wege offen. Es gibt wunderschöne Brautkleider von traditionell bis avantgardistisch. Der Bräutigam kann im schwarzen Anzug heiraten – oder auch in allen anderen Farben. Ein Turnschuh hat übrigens noch keine Ehe verhindert, wenn er einfach besser zum eigenen Ego des Paares passen sollte. Wichtig ist: Hat man sich dann für einen Schlüssel-Stil entschieden, dann sollte man diesen auch durchgängig beibehalten. Die Linientreue ist stimmiger, wirkt authentischer und macht bei der Planung der Hochzeit das Leben einfach leichter.

Die Bewirtung der Gäste hat sich eindeutig verändert. Tatsächlich werden die Teller kleiner und die Auswahl größer – letzteres gerade im Hinblick auf die verschiedenen Ernährungsstile. Die Bandbreite der angebotenen Speisen führt von opulent und reichhaltig hin zu leicht, fein und raffiniert. Aber auch da: Die Kunst liegt darin, zu entscheiden, was man möchte und nicht zu nehmen, was angesagt ist. Nicht selten ersetzen Foodtrucks den klassischen Caterer, besonders dann, wenn eine Feier in die Natur jenseits der üblichen Locations verlegt wird. Candybars erfreuen sich wachsender Beliebtheit und laufen der Hochzeitstorte den Rang ab. Nur ein Klassiker ist einfach nicht klein zu kriegen: der Sektempfang. Alle lieben Sekt!
Lieber gut als viel, lieber unkompliziert als stressig, lieber Lachen als Anspannung.
Nur bei einem sollten Ehemillige genau hinsehen: beim Partner. Am besten vor der Hochzeit.



Der DJ macht die Musik
RELAPSE
und IHRE Feier zum Event!



Hochzeit
Junggesellenabschied
Geburtstag
Stadt- und Dorffest
Firmenfeier
Party
Jubiläum
Scheidungsparty
Vermietung von Ton- und Lichtanlagen



DJ RELAPSE

☎ 06321 | 996 44 77

@ info@relapse.de

🌐 www.relapse.de

Hochzeitsbräuche

Der Bund fürs Leben!

Es ist schon ein Wagnis, den Bund für das Leben einzugehen. Ein Vertrag, der ein ganzes Leben Bestand haben soll, soll unterzeichnet werden. Hat man wirklich den Partner für dieses lange Leben gefunden? Ist die Liebe, die man empfindet, wirklich und wird sie ausreichen? Nach der Begegnung, dem Kennen Lernen und den ersten Treffen war das Gefühl für den Anderen schier unendlich. Die viel besungenen Schmetterlinge im Bauch tanzten wie wild. Wird das so bleiben? Sicher nicht! Das wäre zu anstrengend. Auf die Dauer. Es ist ein Wagnis, das zugegebenermaßen nicht selten scheitert. Warum, wollen wir an dieser Stelle nicht wissen. Zu allen Zeiten bedachten die Menschen das Thema Hochzeit mit einer unglaublichen Zahl von Riten und Gebräuchen, die im Ursprung nur eines zum Zweck hatten: dem Unglück ein Schnippchen schlagen. Mit den alten Riten sollte die Verbindung symbolisiert und gefestigt werden. Heute sind es schöne Bräuche, die zur Erheiterung der Brautleute und der Gäste dienen. Und auch ein wenig Halt geben sollen beim Blick in eine ungewisse Zukunft.

Polterabend

Beim Polterabend geht so einiges zu Bruch. Durch das Zerschlagen von Porzellan und Steingut sollen die bösen Geister vertrieben werden. Auf das Werfen von Glas sollten die Gäste auf dem Polterabend allerdings verzichten. Denn Glas gilt als Glückssymbol.

Der Polterabend wird traditionell am Abend vor der Hochzeit gefeiert. Gemeinsam müssen die Brautleute die Scherben zusammenkehren.

Brautentführung

Nicht recht einig ist man sich mit der Herkunft des Brauchs der Brautentführung. Man sagt, dass im Mittelalter das Recht der ersten Nacht dieser Sitte

zugrunde liege. Einem Mythos zufolge hatten der Klerus und der Adel im Mittelalter das Recht, ihre weiblichen Untergebenen in der Hochzeitsnacht zu entjungfern. Damals sollen die Bräute von den Vasallen der Obrigkeit aus den Hochzeiten abgeholt worden sein (entführt). Die Geschichtswissenschaft sieht in diesem Recht eher eine literarische Fiktion.

Brautschleier

Weiß ist die Farbe der Jungfräulichkeit. Zunächst war nur der Schleier der Braut als einziges Kleidungsstück weiß. Nach und nach wurde nicht mehr im Sonntagsstaat der Frau geheiratet, der traditionell die Farbe schwarz hatte. Das Brautkleid wurde weiß. Erst um Mitternacht verwandelt sich die Braut in eine Ehefrau. Solange muss der Brautschleier angelegt werden. Noch heute existiert der Brauch des Schleiertanzes, die Braut tanzt alleine und die anwesenden unverheirateten Frauen versuchen, ein Stück des Schleiers zu ergattern. Und wer das größte Stück des Schleiers erwischt hat, wird nach dem Brauch die nächste Braut.

Something old, something new, something borrowed, something blue

Aus England kommt der Brauch, der sich in Deutschland immer größerer Beliebtheit erfreut, dass die Braut etwas Neues, etwas Altes, etwas Geborgtes und etwas Blaues bei der Hochzeit tragen soll. Das Alte steht für ihr altes Leben, das Neue symbolisiert den neuen gemeinsamen Lebensweg mit dem Bräutigam. Das Geliehene stellt Freundschaft und Glück in der Ehe dar und das Blaue ist ein Zeichen der Treue.

Brautschuh

Früher war es Brauch, dass die Braut ihre Brautschuhe von gesparten Pfennigen bezahlte. Da-

durch soll die Sparsamkeit der Braut symbolisiert werden. Während der Hochzeitsfeier wird in einigen Gegenden der Brautschuh versteigert. Der Braut wird ihr Schuh entwendet. Anschließend wird der Schuh unter den Hochzeitsgästen symbolisch versteigert. Dabei legen die Gäste ihre Gebote in den Brautschuh. Zum Schluss ersteigert der Bräutigam den Schuh samt der bis dahin eingeworfenen Beträge. Das Geld bleibt beim Brautpaar, der Bräutigam gibt den Schuh an seine Braut zurück.

Brautstrauß

Der Bräutigam kauft den Brautstrauß und überreicht ihn vor der Kirche seiner Braut. Nach der Hochzeit wirft die Braut den Strauß hinter sich in die Menge der unverheirateten weiblichen Gäste. Wer den Strauß fängt, werde die nächste Braut, so der Volksmund.

In der Renaissance hatten die Brautsträuße einen sehr praktischen Sinn. Weil in der Kirche durch den exzessiven Einsatz von Weihrauch und der mangelnden körperlichen Hygiene häufig eine aufdringliche Duftnote die Oberhand hielt, versuchte man mittels Duftsträußen die Braut vor der Ohnmacht zu schützen. So sagt man.

Reis

Nach der Hochzeitszeremonie bewerfen die Gäste das Brautpaar mit Reis. Reis dient als Symbol der Fruchtbarkeit.

Blumen streuen

Auch das Blumen Streuen durch Kinderhand soll eine reiche Nachkommenschaft befürworten.

Baumstamm

Gemeinsam zersägen die Brautleute nach der Hochzeit einen aufgebockten Baumstamm mit einer Ziehsäge. Dieser Brauch stellt die Teamarbeit der Beiden dar und die Fähigkeit, Hindernisse gemeinsam aus dem Weg zu räumen.

Über die Schwelle

Der Bräutigam trägt die Braut über die Schwelle der gemeinsamen Wohnung, damit die Braut nicht mit den bösen Geistern, die sich direkt darunter eingenistet haben, in Berührung kommt. Das sollte er beibehalten...

Das fängt ja gut an!

Zufrieden mit Dir?

In 6 Wochen zur Wohlfühlfigur

Wir erstellen für Sie

Analyse:

Figur und Anamnese

Konzept:

Ernährung, Bewegung und Behandlung

Nach unserer Körperanalyse stellen wir gemeinsam Ihre optimale Figur-Strategie aus unseren Möglichkeiten im Baukastensystem zusammen.

- **Ernährungskonzept**
- **Bewegungsplan**
- **Kryolipolyse**
- **Slimyonik**
- **Bodywrapping**

Melden Sie sich jetzt an.

Gruppen à 10 Teilnehmer.



Erfolgspreise:

Wer am Ende der 6-Wochen-Kur am meisten an Umfang und Gewicht in seiner Gruppe verloren hat, erhält einen unserer attraktiven Erfolgspreise.

Start der 6-Wochen-Kur nach Anmeldung. Erste Preisverleihung Ende März. Anmeldeschluss für die 6-Wochen-Kur mit Erfolgspreisen ist am 31. März 2019



ILONA & CHRISTIN NEBEL
HAUS FÜR SCHÖNHEIT & WOHLBEFINDEN

Ilona Nebel-Rößler und Christin Nebel

Feldstraße 3 • 67435 Neustadt-Geinsheim • Tel. 06327-4871
kontakt@kosmetik-nebel.de • www.kosmetik-nebel.de

Unsere Ladenöffnungszeiten: Mo. - Fr. 9 Uhr - 18 Uhr

Unsere Behandlungszeiten: Mo., Di., Mi., Fr. 8.30 Uhr - 19 Uhr, Do. 8.30 Uhr - 21 Uhr

Termine sind nach Vereinbarung auch außerhalb der Öffnungszeiten möglich!



Heiraten – ein floraler Traum

Als Botschafter der Liebe, der Freude und des Blicks in eine schöne Zukunft gehören Blumen und florale Dekorationen zu einer Hochzeit einfach dazu. Von zart pastellig bis sommerlich bunt ist alles möglich und je nach Jahreszeit und Geschmack für den jeweiligen Stil die richtige Wahl. „Farbtrend für die Hochzeiten 2019 ist Corall – zart kombiniert bis ins Pastellige oder mit kräftigen Farbnachbarn oder ein leichtes Mint, was mit Eukalyptus und Schleierkraut die Trendsetter bilden. Diese sind gar nicht mehr wegzudenken“, sagt Seline Meyer. Sie ist die Ansprechpartnerin für Brautpaare im Haus Blumen Schönmann in Ludwigshafen–Rheingönheim. Seline Meyer beschäftigt sich fortlaufend mit den aktuellen Trends und News der Hochzeitsfloristik. Um ihren Kunden die Vielzahl an Möglichkeiten und die Trends besser präsentieren zu können, veranstaltet sie regelmäßig Fotoshootings, für die sie komplette Hochzeiten in den angesagten Farbtönen arrangiert.



Viel Zeit nimmt sie sich für die Brautpaare. In dem eigens dafür gestalteten Beratungsbereich bei Floristik Schönmann können sich die Brautleute jederzeit unverbindlich Bildmaterialien anschauen und dabei Ideen sammeln und ganz nebenbei das Team und deren Art zu arbeiten kennenlernen. Wer jedoch bereits eigene Wünsche und Vorstellungen mitbringt, erhält eine individuelle Beratung zur Realisierung seiner Traumhochzeit – ganz ohne Kompromisse.

Seline Meyer zeigt Kreationen der jungen, frischen Floristik nah an den aktuellen Trends. Die Floristen aus dem Haus Schönmann gestalten alle blumigen Must-Haves wie zum Beispiel Brautstrauß, Tisch- und Kirchendekoration, aber auch alle neuen kleinen und liebevollen blumigen Details wie Haarblumen, Armbänder und Schmuck für Trauzeugen, Brauteltern und vieles mehr. Als Service bietet Blumen Schönmann ein Leihprogramm an, das verschiedene Tischvasen und Gefäße für den Altar, für das Buffet oder den Raum beinhaltet – alles passend, alles aus einem Guss.

Natürlich wird die von dem Brautpaar gewählte Hochzeitslocation in der Pfalz und dem Rhein-Neckar-Raum beliefert und vom Profi dekoriert – damit erst ja kein Stress für die Brautleute oder Familie am Hochzeitstag entsteht.

Großen Wert legt Floristik Schönmann auf Transparenz, auch was die Kosten anbelangt. Dazu erhält jeder Kunde eine detaillierte Kostenaufstellung. Sehr gerne werden – auch im Hinblick auf die Gesamtkalkulation der Hochzeiten – die Hochzeitspakete gebucht. Das Brautpaar kann Pakete aus verschiedenen Farb- und Thementrends wählen, welche vom Brautstrauß über den Tischschmuck bis zur Kirche reichen und in drei verschiedenen Preisgruppen erhältlich sind. So kann man ganz nach Vorlieben und Budget das für sich passende Paket wählen.

Ein Termin mit Hochzeitsprofi Seline Meyer von Blumen Schönmann lohnt sich.

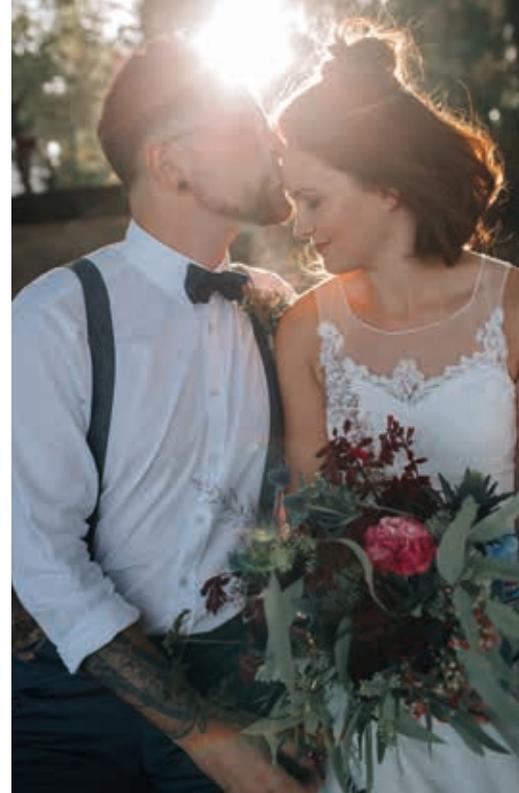
Übrigens: Blumen Schönmann findet man mit vielen schönen Blumenarrangements und den tollen Ergebnissen der Fotoshootings auf Facebook, Instagram und natürlich auf der Homepage.

Fotos: Gloomy Light Photography

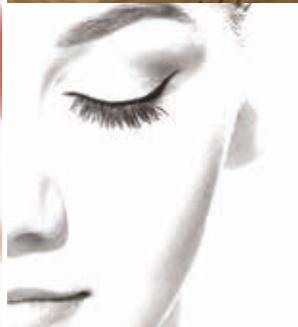
Info:

Kontakt:

Blumen Schönmann
 Ansprechpartnerin Seline Meyer
 Hauptstraße 103
 67067 Ludwigshafen-Rheingönheim
 0621-542303
www.blumen-schoenmann.de
 Team@blumen-schoenmann.de



Make-up Hochzeit
 Make-up Braut
 Pflege Braut
 Hochzeit Pflege
 Make-up



SCHÜTT
 PARFÜMERIE & KOSMETIK
SEIT 1971

Schütt 18 | 67433 Neustadt
 06321/8 12 10
info@schuett-parfumerie.de
www.schuett-parfumerie.de





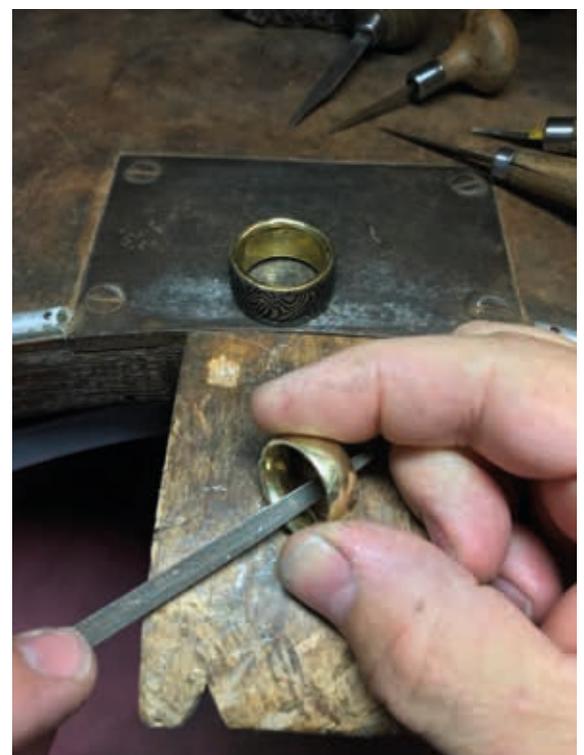
Goldschmiede Stachel – neu in Landau

Christian Stachel ist ein Goldschmied aus Überzeugung, mit Blick für das Besondere und Gefühl für das Schöne. „Schmuck erzählt immer eine Geschichte“, sagt er. Das fängt schon bei den Materialien, die Christian Stachel verwendet, an. Oft sind die verarbeiteten Steine jene mit Charakter, die etwas eigenwillig daherkommen, ihren Ursprung nicht verbergen wollen oder mühsam zu gewinnen sind. Stachel bearbeitet sie, bis sichtbar wird, was sie aussagen wollen. Hin und wieder muss er warten, bis der passende Stein erhältlich ist. Manchmal ist der Stein da und wartet auf seinen Träger, seine Bestimmung. Christian Stachel fertigt Unikate in Handarbeit. Und Kopfarbeit. Denn er denkt über jedes Stück nach, was in seiner Goldschmiede erschaffen wird.



So ist es auch mit Trauringen. Sie symbolisieren eine Verbindung zwischen zwei Menschen. Diese Geschichte baut auf mehr auf als auf Größe, Form und Aussehen. Die Ringe sagen etwas aus, was dem Brautpaar wichtig ist. Manchmal ist es auf der Innenseite als Botschaft verborgen. Oder sichtbar für alle, aber verständlich nur für wenige. Egal, ob man zum ersten Mal das Ja-Wort gibt oder schon Erfahrung hat, jung oder alt ist, klassisch oder ein wenig exzentrisch in seiner Art ist, es gilt immer die Gemeinsamkeit mit dem anderen zu finden und für sich stimmig an der Hand zu tragen. Hoffentlich für eine lange Zeit. Dafür bedarf es eines Goldschmieds, der nicht nur fachlich in der Lage ist, zu realisieren, was der Wunsch und das Band zwischen zwei Menschen ist.

Er arbeitet Erbstücke um und hört genau zu, wenn eben jene Geschichte erzählt wird. Beim Hören erfährt er viel über den zukünftigen Träger



des Schmucks und kann das Stück der Familiengeschichte dem Stil des Trägers anpassen.

Christian Stachel sieht hin und schlägt Form, Material oder Kombinationen aus unterschiedlichen Werkstoffen vor. Dabei hält er das Machbare, das Tragbare, seine Langlebigkeit, seinen Sinn und Zweck im Auge. „Schmuck muss ein treuer Begleiter sein, der nicht nach dem ersten Tragen seinen Glanz verliert“, sagt er. Und meint es auch so. Seine Unikate sind alltags-taugliche Schönheiten. Sie entstehen nicht einfach so. Christian Stachel ist versiert, jedoch mit unentwegter eigener Weiterbildung. Er ist neugierig und lernt ständig dazu. Er ist erfahren in besonderen Techniken wie zum Beispiel die japanische Falttechnik oder Damaszenerstahl, einem Metall, was nicht leicht zu verar-

beiten ist. Ausdruckstarke Formen, klare Linien, ungewöhnliche Materialzusammenstellungen natürlichen Ursprungs sind Bestandteile seiner Kollektion. Christian Stachel achtet auf die Herkunft der Materialien. Er kauft Gold aus zertifiziertem Recycling oder Fair Trade Gold als auch Diamanten. Rheingold, selten und wertig, verarbeitet er gerne. Aber auch Kiesel, wenn er Charakter hat – also selten und wertig ist.

Ab und an hat Stachel es nicht leicht, seine Schmuckstücke auch wieder abzugeben, denn sie haben alle eine Geschichte. Auch für ihn.

Christian Stachel hat seine Goldschmiede mit Werkstatt und Geschäftsraum in Landau am Stiftsplatz 1, ehemals Goldschmiede Engelbrecht, eröffnet.



Info:

Kontakt

Goldschmiede Christian Stachel
Stiftsplatz 1
76829 Landau
06341-87708



Frühlings
HAUSMESSE
Sa. 27.04.19, 10-16 Uhr
So. 28.04.19, 11-18 Uhr



Fenster • Rollläden • Haustüren • Wintergärten • Sichtschutz • Überdachungen • Beschattungen • Zaunsysteme • Garagentore • Garten- und Freizeitmöbel

HÖRNER GmbH

Jungholzstraße 8
Tel. 07274 - 70 44 0
Fax 07274 - 70 44 44

76726 GER-Sondernheim
email info@hoerner-gmbh.com
web www.hoerner-gmbh.com

Samstag geöffnet – 10.00 bis 13.00 Uhr

Besuchen Sie uns unter
facebook.de/hoernergmbh





Deutsches Eherecht – erstaunlich flexibel

Nach Angaben des Bundesministeriums der Justiz und für Verbraucherschutz sind in Deutschland etwa 36 Millionen Frauen und Männer verheiratet. Jedes Jahr werden 400.000 Ehen neu geschlossen.

Vor der Eheschließung müssen einige Voraussetzungen erfüllt sein. So müssen zum Beispiel die Partner bei der Eheschließung volljährig sein und dürfen sich zum Zeitpunkt der Eheschließung nicht bereits in einer Ehe oder einer eingetragenen Lebenspartnerschaft befinden. Grundsätzlich wird jede Ehe auf Lebenszeit geschlossen und innerhalb der ehelichen Lebensgemeinschaft tragen beide Partner füreinander Verantwortung. Die Rechtsprechung setzt beispielsweise voraus, dass eine eheliche Lebensgemeinschaft von Treue,

Achtung, Rücksicht, Beistand und einer häuslichen Gemeinschaft gezeichnet ist. Daneben obliegt es dem Paar, die Ehe rechtlich noch weiter auszugestalten. Will das Paar keine weitergehenden Vereinbarungen treffen, die beispielsweise Eintrag in einen Ehevertrag finden könnten, dann kann es auf das für alle geltende Eherecht zurückgreifen. Das Eherecht behandelt die Partner einer Verbindung gleichrangig und umfasst die Bereiche Ehenamen, Familienunterhalt und Haushaltsführung sowie das Eheliche Güterrecht.

Der Ehename

Grundsätzlich steht es den Eheleuten frei, sich für einen gemeinsamen Ehenamen zu entscheiden. Verpflichtet sind sie dazu aber nicht. Wird ein Ehename bestimmt, dann erhalten die Kinder, die aus der Ehe entstehen, diesen Namen mit ihrer Geburt. Als Ehenamen kommen die Namen in Frage, die die Ehegatten vor der Ehe bereits führten. Neben dem Geburtsnamen kann aber auch ein Name als Ehename bestimmt werden, der aus einer früheren Ehe stammt. Der Person, deren Name nicht Ehename wird, steht es frei, ihren Geburtsnamen oder den zum Zeitpunkt der Eheschließung geführten Namen vor oder nach den Ehenamen anzufügen. Gemeinsame Doppelnamen sind hingegen nicht möglich.

Familienunterhalt und Haushaltsführung

Sich in einer Ehe befindende Personen sind einander verpflichtet, durch ihre Arbeit und mit ihrem Vermögen angemessen zum Unterhalt der gemeinsamen Familie beizutragen. In der Rollenverteilung sind die Eheleute frei, das heißt, dass sie selbst bestimmen können, wie sie die Bereiche Erwerbstätigkeit und Haushaltsführung untereinander aufteilen. Hinter dem Begriff Familienunterhalt verbirgt sich im Grunde der gesamte Bedarf der Eheleute und Kinder einer Verbindung. Hierzu zählen die Kosten für Lebensmittel, Miete, die Ausstattung der Wohnung und Kleidung aber auch Kosten zur Befriedigung persönlicher Bedürfnisse in der Ausgestaltung der Freizeit und für die Teilnahme am gesellschaftlichen und kulturellen Leben. Außerdem ist Geld zur freien Verfügung, im Volksmund Taschengeld, für den haushaltsführenden Ehegatten und die gemeinsamen Kinder vorzusehen.

Vermögensrechtliche Auswirkungen

Die Frage, wem während der Ehe entstandenes Vermögen gehört, oder häufiger, wie dieses nach Beendigung einer Ehe verteilt wird, richtet sich danach, welchen familienrechtlichen Güterstand die Eheleute vereinbart haben. Näheres regelt das eheliche Güterrecht innerhalb des Bürgerlichen Gesetzbuches, das folgende Güterstände kennt:

- Zugewinngemeinschaft
- Gütertrennung
- Gütergemeinschaft
- Wahl-Zugewinngemeinschaft



Verwirklichen Sie mit uns Ihre Traum-

Hochzeit!

Wir verzaubern Ihr Fest mit:

- * Brautstrauß & Anstecker für den Bräutigam
- * Kirchenschmuck, Ringkissen
- * Autoschmuck
- * Tisch- und Raumschmuck
- * Leihpflanzen
- * Raumdeko, Raumteiler
- * Beleuchtung

Individuelle Beratung für Ihre stilsichere Feier!

blumen **SCHUPP**

Neubergstr. 1 · 67435 Neustadt/Gimmeldingen
Tel.: 06321/6 87 84 · www.blumen-schupp.de

CAFÉ
ERÖFFNUNG
Neu ab April 2019
in unserem
Gewächshaus!



Ausgezeichnet für unsere Sekt-
Bundesehrenpreis
2018 in Silber
(DLG)

15%
HOCHZEITS-
RABATT*

WEINKONTOR EDENKOBEN EG | Weinstraße 130 | 67480 Edenkoben
www.weinkontor-edenkoben.de | facebook.com/weinkontor.edenkoben

* Bei Ihrer Sekt- und/ oder Weinbestellung für Ihre Hochzeit erhalten Sie 15% Hochzeitsrabatt. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten oder Sonderaktionen. Dieses Angebot ist bis zum 31.12.2019 gültig.



Hotel Schloss Edesheim



Südliche Weinstrasse



MEDITERRANE LEBENSART IN HISTORISCHEM AMBIENTE

- 24 Zimmer und 14 Suiten
- Mediterranes Gourmetrestaurant mit Parkterrasse
- Bezaubernde Säle für Betriebsfeiern, Hochzeiten und andere Festlichkeiten
- Parkanlage mit eigenen Weinbergen
- Attraktive Urlaubsarrangements



VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS Februar + März:

7. Februar 2019
ABBA DINNER: The Tribute Dinner Show
 mit Original-Darstellern aus Shows wie **ABBAMANIA**,
ABBA GOLD, inkl. Aperitif und 4-Gänge-Menü: 79,00 €

21. Februar 2019
Krimidinner „Die Jagd vom schwarzen Moor“
Episode 5 – „Wie alles weitergeht...“
 Interaktive Dinner Show mit reichlich Spannung und
 Überraschungen inkl. Aperitif und 4-Gänge-Menü: 79,00 €

22. März 2019
Kellerzauber mit Anna Krämer „Crème de la Krämer“
 Musikkabarett vom Feinsten, inkl. Aperitif und 3-Gänge-Menü: 69,00 €

Luitpoldstraße 9 ■ 67483 Edesheim ■ Südliche Weinstraße/Pfalz
 Tel. 0 63 23.94 24-0 ■ Fax 0 63 23.94 24-11
 info@schloss-edesheim.de ■ www.schloss-edesheim.de

Die Zugewinnngemeinschaft

Wurde kein Ehevertrag geschlossen oder eine andere Vereinbarung getroffen, dann gilt in einer Ehe grundsätzlich der gesetzliche Güterstand der Zugewinnngemeinschaft. Das bedeutet, dass der Vermögenserwerb innerhalb einer Ehe grundsätzlich dem Erwerbstätigen allein gehört, bei Auflösung einer Ehe aber zwischen den Partnern ausgeglichen wird. Eine Ausnahme der Vermögensfreiheit ist, wenn ein Ehegatte plant, sein ganzes oder einen Großteil seines Vermögens zu verschenken. In diesem Fall wird die Zustimmung des Ehegatten vorausgesetzt. Häuft eine verheiratete Person Schulden an, dann haftet in aller Regel auch nur die Person innerhalb einer Ehegemeinschaft, die sich für die Schulden verantwortlich zeichnet. Und das auch nur mit dem eigenen Vermögen. Eine Ausnahme stellen Schulden dar, die zur angemessenen Deckung des täglichen Lebensbedarfs der Familie entstanden sind. Letzteres wird dann zum Beispiel wichtig, wenn nicht nur eine Person, sondern beide Eheleute einen Vertrag gezeichnet haben – Beispiele: Mietverträge, Baufinanzierungen etc.

Wie bereits erwähnt, findet nach Ende einer Ehe mit Zugewinnngemeinschaft ein Zugewinnausgleich statt, das bedeutet, dass der Ehegatte, der während der Ehe mehr Vermögen erworben hat als der andere, die Hälfte der Differenz zum Vermögenszuwachs des anderen Ehegatten an diesen auszugleichen hat. Der Ausgleich erfolgt grundsätzlich durch eine Geldzahlung.

Die Gütertrennung

Wird eine Gütertrennung durch einen notariellen Vertrag vereinbart, dann wird das Vermögen beider Eheleute strikt voneinander getrennt. Endet eine Ehe in Gütertrennung, dann findet kein Zugewinnausgleich statt. Das bedeutet, dass

während und nach der Ehe beide Ehepartner komplett und ohne Einschränkung über ihr Vermögen bestimmen können.

Die Gütergemeinschaft

Ebenfalls durch einen notariellen Vertrag besiegelt wird in einer Gütergemeinschaft das in die Ehe eingebrachte und später erworbene Vermögen zu einem gemeinsamen Vermögen der Eheleute zusammengefasst. Daneben können die Eheleute vertraglich Sondergüter bestimmen, die vom gemeinsamen Vermögen ausgenommen bleiben. Hierzu zählen zum Beispiel unpfändbare Forderungen. Ähnlich den Sondergütern können auch Vermögensgegenstände als Alleineigentum festgehalten sein (Vorbehaltsgut).

Die Wahl-Zugewinnngemeinschaft

Entscheiden sich Eheleute für den deutsch-französischen Güterstand der Wahl-Zugewinnngemeinschaft, so bleiben ihre Vermögen – wie bei der deutschen Zugewinnngemeinschaft – während der Ehe getrennt. Erst bei Beendigung des Güterstandes wird der erwirtschaftete Zugewinn zwischen ihnen ausgeglichen.

Trotz der inhaltlichen Nähe zur deutschen Zugewinnngemeinschaft gibt es bei der Wahl-Zugewinnngemeinschaft aber eine Reihe französisch geprägter Besonderheiten. So werden etwa Schmerzensgeld und zufällige Wertsteigerungen von Immobilien nicht im Zugewinnausgleich berücksichtigt. Dieser Güterstand kann auch nach französischem Recht als Wahlgüterstand vereinbart werden. Er bietet sich deshalb insbesondere für deutsch-französische Paare an, die in Deutschland und in Frankreich leben beziehungsweise von einem Staat in den anderen umziehen wollen.

Quelle: Das Eherecht, Digitale Broschüre, Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz, 2017



Neues Recht für internationale Ehen

Ab dem 29. Januar 2019 gelten für neu geschlossene Ehen und eingetragene Lebenspartnerschaften mit internationalem Bezug die so genannte EU-Güterrechtsverordnungen. Diese Verordnungen regeln, welche Rechtsordnung für das eheliche Güterrecht gilt.

Anwendungsbereich:

Ehen mit Auslandsbezug

Bei Ehen mit Auslandsbezug stellt sich stets die Frage, welchem Recht die Ehe unterliegt. „Ein Auslandsbezug liegt vor, wenn die Ehepartner unterschiedliche Staatsangehörigkeiten haben, ihr Wohnsitz in verschiedenen Staaten liegt und/oder sie Vermögen im Ausland besitzen“, erläutert Dr. Evelyn Woitge, Geschäftsführerin der Notarkammer Brandenburg. Die Verordnungen (EU) 2016/1103 und 2016/1104 regeln nun in 18 EU-Staaten einheitlich, wie sich in diesen Fällen bestimmt, welches Recht auf die ehelichen Güterverhältnisse anwendbar ist. Die Bestimmung des anwendbaren Rechts in anderen ehebezogenen Fragen, beispielsweise des Unterhalts oder des Versorgungsausgleichs, ist von den Verordnungen nicht betroffen.

„Das nationale Güterrecht, also in Deutschland zum Beispiel der Güterstand der Zugewinnngemeinschaft, ändert sich durch die Güterrechtsverordnungen nicht“, betont Dr. Woitge und ergänzt: „Geregelt wird jedoch die Vorfrage, ob überhaupt deutsches oder ein anderes nationales

Recht auf das Güterrecht zur Anwendung kommt.“ Der gemeinsame Güterstand unterliegt bei ab dem 29. Januar 2019 geschlossenen Ehen nun primär dem Recht des Staates, in dem die Ehepartner nach der Eheschließung ihren ersten gemeinsamen gewöhnlichen Aufenthalt haben. In Fällen mit Auslandsbezug sollten sich die Ehepartner daher informieren, ob das anwendbare Recht ihren Interessen entspricht. „Falls nicht, können sie durch eine Rechtswahl in einem Ehevertrag individuell vorsorgen“, rät Dr. Woitge. Auch bereits heute verheiratete Eheleute können sich durch eine Rechtswahl die Regelungen der Verordnungen zunutze machen.

Die Verordnungen regeln auch, welches Gericht im Zusammenhang mit dem Güterrecht zuständig ist, um gleichzeitige Verfahren in verschiedenen EU-Mitgliedstaaten zu vermeiden. Zudem sollen die Anerkennung und Vollstreckung von Entscheidungen in grenzüberschreitenden Fällen erleichtert werden.

Wichtige Erstinformationen über das Eherecht in der EU sind unter www.coupleseurope.eu abrufbar.

Hochzeitsplaner

Der DJ macht die Musik

Eine Hochzeit ohne Musik ist einfach unvorstellbar. Es gibt Brautpaare, die nicht nur IHR LIED ein Leben lang für sich feiern, sondern sozusagen einen ganzen Soundtrack, der genau für sie zusammengestellt wurde. So kommt der Musik, auch bei weniger musikkaffinen Paaren, eine ganz besondere emotionale Bedeutung gerade bei der Hochzeitsfeier zu. Dabei gilt es zu klären, ob die Musik aus der Konserve kommen soll oder eine Band engagiert wird. Die Band macht Stimmung, aber ist dann doch im Repertoire eingeschränkt, etwas zu laut für diejenigen, die sich unterhalten möchten und lenkt den Focus komplett auf sich – was zu diesem Anlass sicherlich nicht erwünscht ist. Musik von der Playlist oder gar Spotify ist nett, aber eben meist unprofessionell und wenig stimmungsvoll.

Die tatsächlich beste Variante und ein Erfolgsgarant für eine gelungene Feier ist ein DJ, der den Abend begleitet, gestaltet und die Stimmung lenken und sogar intensivieren kann. Dazu bedarf es Erfahrung, Einfühlungsvermögen, ein entsprechendes Equipment, Ideen und Kreativität. Mikel Gersok ist solch ein DJ. Mit 13 Jahren hat er bereits für andere Platten aufgelegt. Aus seinem Hobby wurde eine Leidenschaft, und folgerichtig daraus sein Beruf. Gersok gründete Relapse und wird regelmäßig für Feiern und Anlässe unterschiedlichster Art gebucht. Dazu zählen Geburtstage, Firmenfeiern, Junggesellenabschiede, Stadt- und Dorffeste, Jubiläen und Scheidungspartys.

Hochzeiten gehören zu seinem Stammrepertoire. Er trifft sich, möglichst zeitnah nach der Klärung des Termins und der Feierlocation mit dem Brautpaar in der gewählten Location, berät ausführlich und klärt vor Ort alle für die Musik und Party relevanten Faktoren. Das Brautpaar erhält einen Musikfragebogen von Relapse, mit dessen Hilfe und mit genügend Vorlaufzeit Relapse die Feier vorbereiten kann. Während des Abends reagiert der DJ auf die jeweilige Stimmung der Gäste,

lässt sie interaktiv mitwirken und kann mit Licht und Videoanimation die Feier behutsam und mit Feingefühl steuern – damit die Hochzeit für das Brautpaar und die Gäste ein ganz individuelles und dabei unvergesslich schönes Event wird.

Hochzeitstipp DJ Relapse

Kontakt

DJ Relapse
Mikel Gersok
06321-9964477
info@relapse.de
www.relapse.de



Hochzeitstipp Juwelier Rehn

Kontakt

Juwelier Rehn, Trauring Lounge
Kronstraße 24, 76829 Landau
06341-919110
www.juwelier-rehn.de

Trauring Lounge

In der Trauring Lounge des Traditionshauses Juwelier Rehn in Landau wählen Paare in angenehmer und diskreter Atmosphäre aus einer großen Auswahl ganz in Ruhe ihre Ringe aus. Mit einem guten Gefühl für Menschen findet Inhaberin Ute Weilacher die passenden Ringe gemeinsam mit dem Brautpaar. Sie zeigt, berät und hilft weiter. Dabei hat sie die Menschen, ihre Wünsche und Ansprüche ebenso im Blick wie die aktuellen Kollektionen. Interessierte Paare können sich ganz ohne Terminabsprache beraten lassen und sich Zeit nehmen. Denn schließlich sollen die ausgewählten Ringe an der Hand ein gemeinsames Leben begleiten.



Hochzeitstipp Blumen Schupp

Kontakt

Neubergstraße 1
67435 Neustadt-Gimmeldingen
06321-68784

Blumige Hochzeiten und blütenprächtige freie Trauungen

Blumen Schupp in Neustadt-Gimmeldingen arrangiert stimmungsvolle Blumendekorationen für jede Art von Eheversprechen und anschließender Feier. Der Blumen- und Pflanzenschmuck wird abgestimmt auf das Paar, deren Wünsche und Stil und den Ort der Trauung oder Feier. Mit einem Gespür für die Feinheiten wählt Claudia Schupp die Blüten und Farben individuell auch auf das Thema des Paares, das ihnen besonders am Herzen liegt. Auf Wunsch können Bäume oder Rosenbögen auch für den Tag gemietet werden.



Hochzeitstipp Weinkontor Edenkoben e.G.

Kontakt

Weinkontor Edenkoben eG
Weinstraße 130, 67480 Edenkoben
06323-94190
www.weinkontor-edenkoben.de

Weinkontor Edenkoben eG: Geschmackvolle Vielfalt für die Traumhochzeit

Das Weinkontor Edenkoben steht seit 1925 für geschmackvolle Vielfalt und beste Qualitäten. Mit Begeisterung und Feingefühl wird bestes Lesegut zu ausgezeichneten Weinen und Sekten veredelt. Neben den zahlreichen anerkannten Auszeichnungen der letzten Jahre, erhielt das Haus jüngst für seine Sekte den Bundesehrenpreis in Silber.

Mit einem umfangreichen Portfolio runden die hochwertigen Weine und Sekte des Weinkontor Edenkobens die Hochzeitsfeier ab – vom lockeren Sektempfang bis hin zum köstlichen Abendmenü. Gerne stellen die fachkundigen Mitarbeiter bei einer Weinprobe die passende Wein- und Sektbegleitung zusammen. Auf die Sekt- und Weinbestellung für die Hochzeit gewährt das Weinkontor Edenkoben in diesem Jahr 15 Prozent Hochzeitsrabatt.

Die Lounge im Weinkontor: Unvergessliche Momente im Winzergarten

Der lichtdurchflutete Gastraum der neuen wklounge – Lounge im Weinkontor ist ideal für Hochzeitsfeiern für bis zu 60 Personen samt individueller Menü- und Weinauswahl. Auch im angeschlossenen Winzergarten und auf der schönen Außenterrasse kann die Hochzeitsgesellschaft die Weine und Sekte des Weinkontors genießen.

facebook.com/weinkontor.edenkoben/



Hochzeitstipp
**Hotel
 Schloss Edesheim**

Kontakt:

Privathotels Dr. Lohbeck GmbH & Co. KG
 Hotel Schloss Edesheim
 Luitpoldstraße 9
 67483 Edesheim
 06323-9424 - 0
www.schloss-edesheim.de

**Das Hochzeitsschloss
 an der Südlichen Weinstraße**

Schloss Edesheim, eingebettet in einen über fünf Hektar großen Park mit Weinbergen und Wasseranlagen, ist eine Oase der Ruhe und des Genießens. Ein einzigartiges historisches Ambiente in Verbindung mit der persönlichen Atmosphäre des Hauses garantiert einen unvergesslichen Aufenthalt. Kulinarisch wird man in diesem historischen Gebäude mit einer marktfrischen, mediterranen Küche und erlesenen Weinen aus der Region verwöhnt, welche im eleganten Gourmet-Restaurant serviert werden.

Für Hochzeitsgäste bilden die historischen Säle und Gewölbekeller den idealen Rahmen für einzigartige Festlichkeiten. In Verbindung mit der persönlichen und professionellen Beratung ist sichergestellt, dass jedes Fest zu einem Ereignis wird.

Vom lockeren Sektempfang mit Fingerfood im Schlosspark bis zum mehrgängigen Galadinner mit hochwertigem Unterhaltungsprogramm ist in Schloss Edesheim alles möglich. In der stilvollen Atmosphäre des Ballsaales, Churpfalzsaales sowie des Wittelsbachkellers, mit direktem Zugang zum Schlosspark, serviert die aufmerksame Servicebrigade festliche Menüs oder Büffets für bis zu 120 Personen aus der mehrfach ausgezeichneten, mediterranen Schlossküche.

Für Hochzeitspaare besteht sogar die Möglichkeit, sich im besonderen Ambiente des Ballsaals standesamtlich trauen zu lassen, da das Schloss zudem noch eine offizielle Nebenstelle des Standesamtes der Verbandsgemeinde Edenkoben beherbergt.

Neben den Räumlichkeiten verfügt das ehemals fürstbischöfliche Schloss über weitläufige Außenanlagen wie:

- Oberer Schlossohof mit kleinem Park und Teich
- Unterer Schlossohof mit eigener Bühnenanlage
- Terrasse am Faselstall für Empfänge und rustikale Büffets inmitten der schlosseigenen Weinberge
- Seebühne auf dem ehemaligen Wassergraben mit Sitzmöglichkeiten für bis zu 800 Personen

Bei der Planung und Durchführung der Veranstaltung wird das Paar von Anfang bis Ende professionell betreut und beraten, so dass es seiner Feierlichkeit beruhigt entgegensehen kann. Das Team des Schloss Edesheim kümmert sich um die richtige musikalische Begleitung, die Tisch- und Raumdekoration, Menükarten, Tischkarten und Rahmenprogramme.



Wedding 2019
 loading...

Hauptstraße 103
 67067 LU-Rheingönheim
 06 21 54 23 03

www.blumen-schoenmann.de

Hochzeitstipp
Goldschmiede
Stachel

Kontakt

Goldschmiede Christian Stachel
Stiftsplatz 1
76829 Landau
06341-87708



Tauringe aus Tantal mit Brillant

Die Goldschmiede Stachel verarbeitet TANTAL zu aussergewöhnlichen Trauringen, für Menschen die das Besondere suchen.

Tantal ist das seltenste stabile Element im Sonnensystem und weist beeindruckende Eigenschaften auf. So liegt der Schmelzpunkt bei ca. 3.000 Grad, es ist sehr säurebeständig und hat eine hohe Härte. Seine Dichte ist vergleichbar mit 750 Gelbgold und es ist es absolut hautverträglich, was es zu einem idealen Schmuckmetall macht.



**Ringe aus Fair Trade Gold
aus dem Rhein – Rheingoldringe
handgeschmiedet**

Von Hand zum Ring geschmiedet von Goldschmiedemeister Christian Stachel aus purem Rheingold sind diese Ringe ganz besonders selten, da nur wenig Gold aus dem Rhein gewaschen wird.



Einladung zur Hochzeit

Eine Einladung zur Hochzeit ist etwas Besonderes. Man freut sich mit dem Brautpaar und will den Tag mit ihnen feiern. Ein schöner Anlass und wahrhaftig ein guter Grund, seine Wertschätzung auch durch sein eigenes Outfit auszudrücken. Sich selbst positiv, festlich, elegant und chic zu kleiden, gibt dem Fest ebenfalls seine Bedeutung und den richtigen Stellenwert. Denn eine Feier ist nur so gut wie seine Gäste.

Tolle Outfits für Sie
und Ihn finden
Hochzeitgäste
bei Raneri Moda
in Neustadt.

Hochzeitstipp
Raneri

Kontakt

Raneri Moda
Hauptstraße 112
67433 Neustadt
06321-34599

LUISA CERANO



Anti-Rutsch-Beschichtung bietet Sicherheit

Mit dem Alter steigt die Gefahr zu stürzen deutlich. In Deutschland stürzen zwischen vier und fünf Millionen Senioren mindestens einmal pro Jahr – bei den über 60-Jährigen jeder Dritte und sogar jeder Zweite bei den über 80-Jährigen. Stürze ziehen gerade bei Senioren oft drastische gesundheitliche Folgen nach sich. Studien belegen, dass etwa 80 Prozent aller tödlichen Unfälle im Haushalt Menschen widerfahren, die älter als 65 Jahre sind. Auch Verletzungen und Knochenbrüche sind ernstzunehmende Risiken: Infolge eines Sturzes erleiden jährlich 160.000 ältere Menschen einen Oberschenkelhalsbruch. Die Angst der Betroffenen, nicht wieder auf die Beine zu kommen, ist groß und berechtigt: Denn tatsächlich bedeutet dies für 30 Prozent von ihnen den direkten Weg in die Pflegebedürftigkeit. Das A und O ist es deshalb, rechtzeitig Maßnahmen zu ergreifen, um Stürze zu vermeiden.

Es gibt eine Vielzahl von Möglichkeiten zur Sturzprophylaxe.

Wer beispielsweise unter Gangunsicherheiten, Sehbeschwerden oder Schwindel leidet, sollte einen Arzt kontaktieren, um sich über Maßnahmen wie beispielsweise Geh- und Sehhilfen zu informieren. Wichtig ist zudem, auf ausreichend Bewegung zu achten, denn dies wirkt dem Muskelabbau entgegen und verbessert Kraft und Balance. Auch der Wohnraum lässt sich mit ein paar einfachen Din-

gen sicherer gestalten. Stolperfallen wie herumliegende Kabel oder Teppichkanten sollten beseitigt werden. Insbesondere nachts ist auf ausreichende Beleuchtung, am besten durch Lampen mit Bewegungsmelder, zu achten.

Vorsicht, Rutschgefahr!

Viele Sturzunfälle ereignen sich im Badezimmer. Ausrutschen auf nassen Fliesen, Stolpern über rutschende Badezimmer Teppiche oder ein Gleichgewichtsverlust beim

Heraussteigen aus Badewanne oder Dusche passieren schneller, als man denkt. Dabei lässt sich diese Gefahrenquelle mit relativ geringem Aufwand beheben. Bodenfliesen, Dusch- und Badewannen im gesamten Barfußbereich können mit einer Anti-Rutsch-Behandlung einfach und schnell trittsicher gemacht werden. Im Gegensatz zu Antirutschmatten ist diese hygienisch, leicht zu reinigen und rückstandslos wieder zu entfernen. „Durch eine transparente Körnung sind diese im Fachhandel und direkt beim Hersteller erhältlichen Systeme absolut rutschsicher“, so Erhard Hackler, geschäftsführender Vorstand der Deutschen Seniorenliga. Beim Nachlassen von Beweglichkeit und Körperkraft können zudem Haltegriffe in der Dusche, an der Wanne und am WC eine wahre

Stütze sein. Auch auf glatten Böden im Wohnbereich und auf Treppen ist eine Anti-Rutsch-Beschichtung sinnvoll. Jährlich ereignen sich in Deutschland über 1.000 tödliche Unfälle durch Stolpern oder Stürze auf Treppen, Tendenz steigend. „Empfehlenswerte Anti-Rutsch-Systeme haben die höchste Rutschklasse C und sind TÜV-geprüft“, so Hackler. Für jeden leicht zu verarbeiten sind giftfreie Ein-Komponenten-Produkte, die ohne kompliziertes Mischen direkt mit einer Rolle aufgetragen werden können. Zudem sorgen bei Treppen und Hauseingängen griffsichere Handläufe auf beiden Seiten für Halt und Sicherheit. Weitere Informationen inklusive einer Checkliste *Sturzrisiko* auf www.deutscheseniorenliga.de

Nordische Eleganz



LUV by Duravit



klare Formen
präzise Ränder
klares Design

67434 NEUSTADT-DIEDEFELD
Weinstraße 580
Telefon 06321-86422
www.ziesecke-neustadt.de



Gesunder Arbeitsplatz

Einen Großteil seiner Zeit verbringt der Mensch, so er denn arbeitet, an seinem Arbeitsplatz. Das Büro ist dabei einer der häufigsten Arbeitsstätten, in denen man sich stundenlang, teilweise nahezu regungslos aufhält. Die fehlende Bewegung mit der unnatürlichen, weil sitzenden Haltung führt zu einer Reihe von Beschwerden, die sich beispielsweise in der Volkskrankheit Rückenschmerzen bemerkbar macht.



Doch nicht nur die sitzende Tätigkeit, in der die Muskulatur statt dynamischer Bewegungsarbeit zur statischen Haltearbeit verurteilt ist, beeinflusst langfristig die Gesundheit und das Wohlbefinden der Schreibtischtäter. Auch Klima, Farben und Ausdünstungen der Geräte in der Umgebung können beeinträchtigend wirken. Verstärkt werden diese Einflüsse noch durch Störfaktoren wie fehlerhafte Beleuchtung, Lärm, nicht korrigiertes Sehvermögen oder auch Faktoren wie Mobbing oder - weniger dramatisch - schlechtes Betriebsklima unter Kollegen sowie Stress, der durch Arbeitsüberlastung ausgelöst wird.

Die Verwaltungs-Berufsgenossenschaft VBG hat eine Fachinformation unter dem

Titel *Gesundheit im Büro* herausgegeben und umfassende Fragen zum Thema ausführlich beantwortet. Diese kann unter www.vbg.de eingesehen werden.

In dieser Ausgabe beginnen wir mit einer kleiner Serie von Hinweisen zum Thema *Gesunder Arbeitsplatz*.

Sind Sitzbälle, Kniestühle oder andere alternative Sitzhilfen empfehlenswert?

Auf Sitzbällen befinden sich die Benutzer im labilen Gleichgewicht, was sie dazu zwingt, durch kleine Ausgleichsbewegungen der Wirbelsäulenmuskulatur gegenzusteuern. Dazu werden unterschiedliche Muskelpar-

Du hast mich schon richtig verstanden, ich freue mich auf meinen Zahnarzttermin!



Praxis für ästhetische Zahnheilkunde
Meuter + Wared
Zahnärzte

Spezialisiert auf:

- Ästhetischen Zahnersatz
- Parodontologie
- Implantologie
- Wurzelkanalbehandlung; Endodontie
- Schnarchertherapie

Vereinbaren Sie jetzt Ihren Beratungstermin



06322 4007

Behandlungszeiten

Mo - Do 8.00 - 19.00 Uhr
Fr 8.00 - 17.00 Uhr



67157 Wachenheim
Römerweg 28

www.zahnaerzte-wachenheim.de

tien beansprucht, die Haltearbeit wird verringert und somit Verspannungen vorgebeugt. Neuere Untersuchungen haben jedoch aufgezeigt, dass für das längere Sitzen die positive Wirkung der Stärkung der Rückenmuskulatur ins Negative umschlägt. Es wurde kein nachweisbarer Trainingseffekt festgestellt. Zudem nimmt der Benutzer wegen der fehlenden Abstützmöglichkeit des Rückens bereits nach kurzer Zeit durch zunehmende muskuläre Ermüdung eine Rundrückenhaltung ein, womit es zu einer höheren Bandscheibenbelastung kommt. Außerdem ist eine Optimierung der Sitzhöhe nicht gegeben.

Welche Rolle spielt das Sehvermögen bei der Bildschirmarbeit?

Etwa 30 bis 40 Prozent der Beschäftigten an Bildschirmarbeitsplätzen haben ein nicht ausreichendes oder nicht ausreichend korrigiertes Sehvermögen. Kopfschmerzen, brennende, tränende Augen sowie Augenflimmern können die Folge sein. Die verstärkte Anspannung der Muskulatur kann zu Nacken- und Rückenschmerzen führen. Diese Beschwerden können ebenfalls die Folge eines langen und anstrengenden Arbeitstages sein. Besonders bei eintretender Altersweitsichtigkeit, die sich oft schleichend einstellt, sollte eine so genannte Lesebrille verwendet werden. Ob eine Bildschirmarbeitsplatzbrille notwendig ist, muss individuell geklärt werden.

Warum ist eine gute Beleuchtung so wichtig?

Das Auge erreicht seine maximal mögliche Sehschärfe zwar erst bei einer Beleuchtungsstärke von 15.000 bis 20.000 Lux, doch bereits ab ca. 500 Lux ist ein belastungsarmes Lesen von Schriftstücken möglich. Die optimale Lichtstärke zum Lesen und Arbeiten ohne Bildschirm-tätigkeit wird bei rund 1.400 Lux erreicht. Der Bildschirm ist ein selbstleuchtendes Arbeitsmittel, dessen Darstellungsqualität mit der Höhe der Beleuchtungsstärke im Raum abnimmt. Im Bereich von 500 bis 1.000 Lux können sowohl Papiervorlagen als auch Bildschirmanzeigen belastungsarm gelesen werden.

MACHEN SIE WIND. MIT SONNE!



*Lieber Köpfe verdrehen
als Augen schaden.*

Optimaler Sonnenschutz für Ihre Augen.
Perfekter Look für Ihre Bewunderer. Jetzt die
neue Sonnenbrillenkollektion probieren.

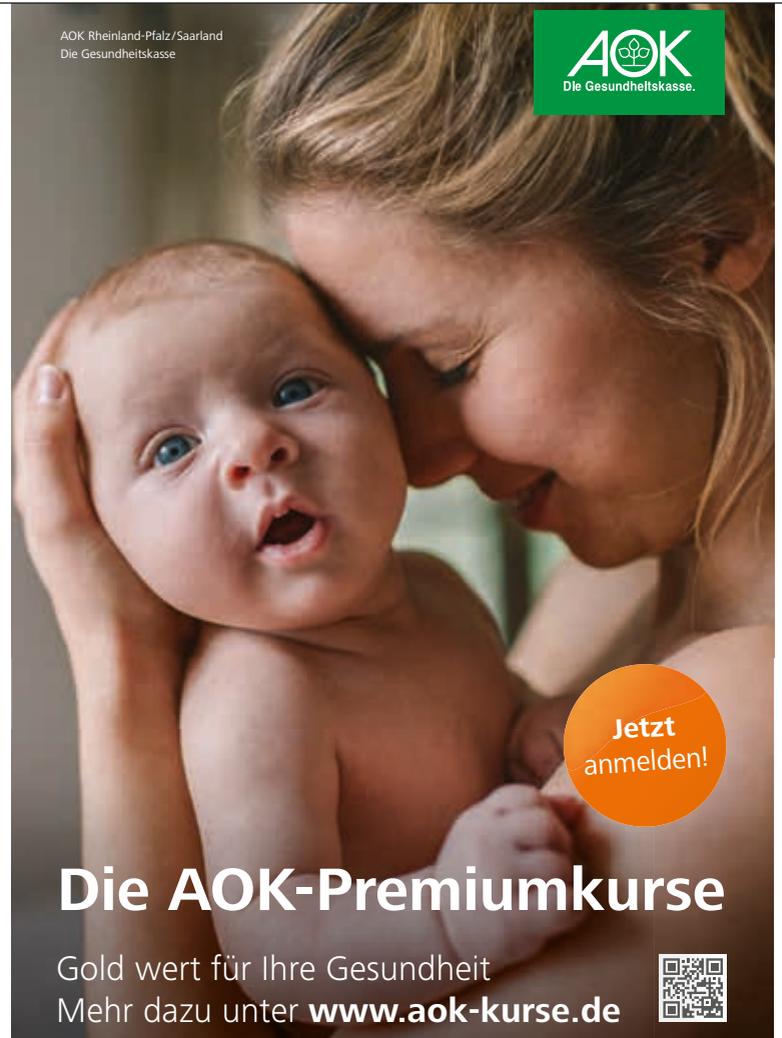
Nur bei Ihrem autorisierten AMA-Optiker



OPTIK WAGNER

Römerplatz 8 | 67098 Bad Dürkheim GmbH
Fon: 0 63 22 / 20 60 | info@optik-wagner-gmbh.de

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland
Die Gesundheitskasse



Jetzt
anmelden!

Die AOK-Premiumkurse

Gold wert für Ihre Gesundheit
Mehr dazu unter www.aok-kurse.de





EMS-Training in Haßloch

Mehr für die Gesundheit zu tun, ist der feste Vorsatz vieler Menschen. Besonders diejenigen, die schon einmal von Rückenschmerzen betroffen waren, suchen nach einer Möglichkeit, ein regelmäßiges Training in einen meist hektischen Alltag integrieren zu können. Denn genau an der oft mangelnden Vereinbarkeit und dem hohen Zeitaufwand scheitert der gute Vorsatz für eine gesündere Lebensweise. EMS-Training bietet hierbei eine gute Unterstützung und Alternative zum herkömmlichen Fitnessstraining.



EMS bedeutet ElektroMuskelStimulation. Das zeitsparende und hochwirksame Ganzkörpertraining kann bei regelmäßiger Anwendung nicht nur die allgemeine Fitness und Leistungsfähigkeit positiv beeinflussen, sondern auch gezielt die Rückenmuskulatur stärken. Eine zu schwache Rückenmuskulatur ist in den meisten Fällen der Grund für Rückenschmerzen. Mit regelmäßigem EMS-Training, dabei reichen oft schon 20 Minuten pro Woche, können sämtliche Muskelgruppen im Rücken gleichzeitig angesprochen und muskuläre Dysbalancen beseitigt werden.



Wie funktioniert EMS?

Das EMS-Training basiert auf einem körpereigenen Prinzip. Jede Bewegung, die der Mensch macht, wird durch einen bioelektrischen Impuls vom Gehirn ausgelöst. Beim EMS-Training wird dieser Impuls über eine spezielle Funktionsweste, die mit Elektroden bestückt ist, direkt auf die Hauptmuskulgruppen gegeben. Der Impuls aktiviert und kontrahiert die Muskeln und wirkt somit wie ein Booster des körpereigenen Prinzips. Der größte Vorteil des EMS-Trainings liegt darin, dass die Muskelgruppen des Rückens gleichzeitig und sogar die tiefliegenden Stabilisationsmuskeln, die im klassischen Training nur schwer erreichbar sind, trainiert werden.

Ein regelmäßiges EMS-Training fördert den allgemeinen Muskelaufbau und damit die Körperhaltung, Fitness, Schnelligkeit und Ausdauer.



Info:

Kontakt

EMS-Lounge Haßloch
Inga Jurgele
Am Jahnplatz 2
67454 Haßloch
06324-9116234

Erlebnisstadt Landau in der Pfalz



Spiel, Spaß und Sport bei jedem Wetter!

Wasserwelt mit Meeresbrandung, Riesenrutsche, Saunaparadies, Beauty- und Wellnessangebote – alles für Ihr Wohlbefinden!



Freizeitbad LA OLA
Landau in der Pfalz

Horstring 2
Telefon: 063 41/13-9200

A65 · Abfahrt: Landau-Zentrum

Öffnungszeiten:

Mo-Do 10-22 h · Fr 10-23 h

Sa 10-22 h · So 10-21 h

Damensauna: Mo 10-22 h

www.la-ola.de



Jugendstil-Festhalle Landau in der Pfalz

Wir sorgen für Ihre Unterhaltung!

Die Festhalle ist Bühne und Kulisse für kulturelle Veranstaltungen, für repräsentative Anlässe und gesellschaftliche Ereignisse. Vorhang auf für Veranstaltungen mit Stil!



Stadtholding Landau in der Pfalz GmbH

Mahlastraße 3 · 76829 Landau

Telefon: 063 41/13-9010

A65 · Abfahrt: Landau-Zentrum

www.jugendstil-festhalle.de



Zoo Landau in der Pfalz



Exotische Tiere und Natur – inmitten der Stadt!

Erleben Sie naturnahe Tieranlagen und botanische Vielfalt im Zoo Landau. Außerdem: Streichelgehege, Spielplatz und Gastronomie – zu familienfreundlichen Preisen!



Zoo Landau in der Pfalz

Hindenburgstraße 12

Telefon: 063 41/13-7010

A65 · Abfahrt: Landau-Nord

Kassenöffnungszeiten:

März und Oktober tägl. von 9 - 17 Uhr

November bis Februar tägl. von 10 - 16 Uhr

April bis September tägl. von 9 - 18 Uhr

www.zoo-landau.de



AOK–Premiumkurse rund um Ernährung, Entspannung und Fitness

In der Gruppe fällt bekanntlich vieles leichter: So unterstützt die Gesundheitskasse alle, die aktiv etwas für ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit tun möchten: Die neuen AOK–Premiumkurse starten ab Januar 2019 und werden von qualifizierten AOK–Expertinnen und –Experten durchgeführt.

Für junge Eltern werden z. B. die neuen AOK-Premiumkurse *Bodyfitness mit Baby* und *Fit mit Babyjogger* angeboten, neben vielen weiteren Kursen und Vorträgen.

Im gesamten Alltag nehmen Belastungen ständig zu. Insbesondere der AOK-Premiumkurs *Lebe Balance* führt zu mehr Achtsamkeit sowie innerer Stärke und fördert die psychische Gesundheit. Auch durch regelmäßig angewandte Entspannungsmethoden im Alltag werden wichtige Ressourcen und neue Energien mobilisiert. Neu ist hier das Angebot *Yoga für Schwangere*. Und wer sich richtig auspowern will, kann beispielsweise im Kurs *CircuitPower* oder *Running – Fit für 10 km* richtig aktiv werden. Und in den AOK-Premiumkursen zum Thema Ernährung sind wieder viele leckere und gesunde Gerichte, auch aus fernen Ländern, auf den Tellern.

„Unsere AOK-Premiumkurse haben wir gezielt auf die Erwartungen und Ansprüche unserer Versicherten zugeschnitten“, erklärt Gerhard Kruppenbacher von der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse. „Jeder findet bei uns die passende Möglichkeit, aktiv etwas für seine Gesundheit und sein Wohlbefinden wohnortnah zu tun. Die Kurse sind zudem zertifiziert und erfüllen die Qualitätsansprüche des Leitfadens Prävention.“

Alle AOK-Premiumkurse mit Informationen und Terminen vor Ort sind ebenso wie die Kursanmeldung ganz bequem im Internet unter www.aok-kurse.de ersichtlich. Hierzu einfach den Wunschkurs im jeweiligen Themenbereich anklicken und online anmelden.

Für Kunden, die nicht regelmäßig zum Kurs kommen können, gibt es die AOK-online-Kurse. Als besonderes Angebot für alle, die keinen AOK-Premiumkurs zu passenden Zeiten wahrnehmen können – weil sie dann zum Beispiel arbeiten müssen – gibt es die Möglichkeit der Kostenerstattung für zertifizierte Kurse anderer Anbieter.

AOK – Die Gesundheitskasse
www.aok.de/vielmehr

DAS ESSZIMMER

essen macht glücklich



THOMAS MANTHEY KOCHT!

Esszimmer's „klein und fein“ 5-Gang-Tastingmenü.
Lassen Sie sich von uns überraschen – jeden Donnerstag servieren wir Ihnen einen Querschnitt unserer Küche in fünf kleinen Gängen zum Preis von 39,00 Euro pro Person

Erleben Sie eine ideenreiche Frischküche mit natürlichen und besten Zutaten. Ganz nach unserem Motto:

essen macht glücklich

HINTERGASSE 38 • 67433 NEUSTADT AN DER WEINSTRASSE • PHONE: 06321-354996
INFO@ESSZIMMER-NEUSTADT.DE • WWW.ESSZIMMER-NEUSTADT.DE

ÖFFNUNGSZEITEN

DIENSTAG BIS SAMSTAG AB 17 UHR
AB APRIL MITTAGSTISCH VON MITTWOCH BIS SAMSTAG VON 12 BIS 14 UHR

EMSLOUNGE®
» Effizientes Training, 20 Minuten, Maximaler Erfolg.

PERSONAL TRAINING.

20 MINUTEN PRO WOCHE.

MAXIMALER ERFOLG.

»» Fit in den Frühling!

Willst auch **DU** deine Figur verbessern und deine Haut straffen?

Dann starte jetzt mit deinem individuellen Figurprogramm!

Jetzt
kostenloses
PROBETRAINING
sichern!



EMS-Lounge® Haßloch Am Jahnplatz 2 67454 Haßloch 06324 9116234
hassloch@ems-lounge.de www.ems-lounge.de

Wir helfen Gambia e.V.

Engagiert für Kinder in Gambia

Vor zwei Jahren lernte Andrea Sprengart, die kürzlich den Verein *Wir helfen Gambia* ins Leben rief, zwei Gambier im Pfälzer Wald, genauer im Weinbiethaus, auf dem weithin bekannten Neustadter Hausberg kennen. Sprengart war dort an besucherreichen Wochenenden ebenso wie Jaa und Musa, eben diese zwei Gambier, als Aushilfe engagiert. Schnell entstand eine enge Freundschaft und in vielen Gesprächen erfuhr Sprengart von dem Leben und den Problemen in der westafrikanischen Heimat der neugewonnenen Freunde. Die Neugier für das fremde Land stieg mit jedem Bericht über die so genannte *Smiling Coast* immer mehr. Schnell waren erste Reisepläne geschmiedet, die dann aber durch einen Krankenhaus-Aufenthalt zunächst verschoben werden mussten. Dort war Gambia auch ohne Reise wieder ganz nah, nämlich in Persona von Baba Bajo, den sie im Krankenhaus traf. Bajo war es dann auch, der Sprengart in der Folge nicht nur in Kultur und Mentalität Gambias unterrichtete, sondern darüber hinaus auch Kenntnisse der Landessprache (Madinka) vermittelte.

Gut gerüstet unternahm Andrea Sprengart Ende Januar 2018 dann ihre lang herbeigesehnte Reise. Erste Station: die Küstenstadt Fajara. Im Gepäck: Schultensilien und Schuhe, die sie auf dem Weg ins Landesinnere an bedürftige Kinder verteilte. Sie besuchte das Kinderheim Yourobera Kunda, das etwa 56 zumeist elternlose Kinder beherbergt. Dem Heim mangelte es an grundlegender Infrastruktur. Eines der vordergründig größten Probleme der Einrichtung war das Fehlen eines Brunnens, was dazu führte, dass von den Kindern lange Wegstrecken in Kauf genommen werden mussten, um sich an einer entfernten Polizeistation mit Wasser zu versorgen. Eben jener fehlende Zugang zu Wasser war es dann auch, der Sprengart auch nach der Rückkehr aus Gambia nicht mehr losließ. Sie wurde tätig. Der Verein *Mbe Gambia makoila - Wir helfen Gambia* wurde gegründet. Als erstes von vielen angedachten Unterstützungsprojekten wurde der Bau eines Brunnens in den Fokus gerückt. Eben jenes Brunnenbauprojekt bildete den Kern ei-

ner ersten Benefizveranstaltung des Vereins im September 2018 in der Festhalle Lachen-Speyerdorf.

Die Veranstaltung unter Schirmherrschaft der Landtagsabgeordneten Giordina Kazungu-Haß und des Lachen-Speyerdorfer Ortsvorstehers Claus Schick wurde zum großen Erfolg. Viele Sachspenden wurden übergeben und füllten einen Überseecontainer, der wiederum, genauso wie der Transport des Containers, von den eingegangenen Geldspenden der Benefizveranstaltung finanziert wurde. Ebenso sicher wurde eine Spende einer Wasserpumpe der Frankenthaler Firma KSB verstaut, die vor Ort das Brunnenbauprojekt technisch möglich werden lässt. Neben der Benefizveranstaltung in Lachen-Speyerdorf durfte sich der Verein aber auch noch über weitere Spenden freuen. So hat eine Band kurzerhand zu einem Benefizkonzert in Frankfurt geladen und über die Stiftung Ascent, die die Förderung der humanitären Hilfe für Kinder unterstützt, an einer Spen-

denaktion mit Voting einer kanadischen Lebensversicherung teilgenommen. Die Teilnahme an Letzterem wurde mit dem zweiten Platz, der mit 1.500 Euro dotiert war, belohnt. Zusammen mit den Spenden aus den Benefizveranstaltungen rückt der Bau des Brunnens nun in greifbare Nähe. Mehr noch: Durch die Spenden wird es möglich sein, dass 20 Kinder zur Schule gehen und weitere zehn eine einjährige Berufsausbildung erhalten. Zudem sorgen Sachspenden wie beispielsweise Gartengeräte und Saatgut dafür, dass in Verbindung mit einem neuen Brunnen neue Flächen des landwirtschaftlichen Anbaus geschaffen und erschlossen werden können.

Den Transport der Sachspenden von Neustadt nach Ludwigshafen, wo der Container Ende November 2018 beladen wurde, übernahmen un-

ter anderem Helfer der Freiwilligen Feuerwehr Lambrecht. Von dort aus machte sich der Container auf den fünfwöchigen Weg nach Gambia – Ankunft: Ende Dezember 2018. Genau zu dieser Zeit besuchte Sprengart ein weiteres Mal Gambia, um vor Ort die gesammelten Sachspenden an ihren Bestimmungsort zu verbringen und den Bau des Brunnens aktiv zu begleiten. Zudem dient die Reise auch dazu, weitere Bedarfe zu erfassen und in die weiterführende Arbeit des Vereins *Wir helfen Gambia* e.V. einfließen zu lassen.

Jede an den Verein gerichtete Spende hilft, die Situation der Kinder des Kinderheims Youroberre Kunda in vielfacher Weise und nachhaltig zu verbessern. Schöne Aussichten!

Jens Wacker

Info:

Kontakt:

Mbe Gambia makoila - Wir helfen Gambia e.V.
Vorsitzende: Andrea Sprengart
asprengart@aol.com
Spendenkonto (IBAN):
DE02 5465 1240 0005 6706 09

Winterpreise **25%** auf alle WAREMA Markisen und WAREMA Insektenschutz



- **Sonnenschutz für innen und außen**
- **Dachfensterbeschattungen**
- **Rollladen • Rolltore**
- **Rollladen-Automatisierung**
- **Insektenschutz • Markisen**
- **Jalousien • Steuerungen**
- **Reparaturservice**



Albert-Einstein-Str. 15
76829 Landau
Tel.: 0 63 41/9 87 67 90
Fax: 0 63 41/9 87 67 99

www.wuenstel-sonnenschutz.de

Seit über 40 Jahren - WIR STELLEN ALLES IN DEN SCHATTEN

Rezepte

Wintergemüse

Gnocchi von Steckrüben mit Salbei und Parmesan

für vier Personen

500 g	Steckrüben
500 g	Kartoffeln, mehligkochend
	Salz
250 g	Mehl
2	Eier
	Muskatnuss, möglichst frisch gerieben
	Pfeffer
100 g	Butter
20	Salbeiblätter
1 TL	Zitronenschale, fein gerieben
80 g	Parmesan, gehobelt

Steckrüben und Kartoffeln schälen, waschen und in Stücke schneiden. Beides in kochendem Salzwasser in etwa 20 bis 25 Minuten weich kochen, abgießen und ausdampfen lassen. Gemüse durch die Kartoffelpresse drücken, mit Mehl, Eiern, etwas Muskat und Pfeffer zu einem glatten Teig verarbeiten und etwa eine halbe Stunde ruhen lassen.

Anschließend Gnocchi-Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu etwa drei Zentimeter dicken Strängen rollen. Diese schräg in Stücke schneiden. Gnocchi in reichlich kochendem Salzwasser etwa drei Minuten garen, bis sie an die Oberfläche kommen, mit einer Schaumkelle vorsichtig herausheben und abtropfen lassen.

Butter in einer großen Pfanne erhitzen und Salbeiblätter darin unter Rühren knusprig anbraten, herausheben und auf einem Küchentrepp abtropfen lassen. Gnocchi in die Pfanne geben und in der Salbeibutter rundum anbraten, dabei vorsichtig wenden. Knoblauch abziehen, durch eine Presse drücken oder fein würfeln, zu den Gnocchi geben. Mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Salbei und Parmesanspänen anrichten.

Suppe von der Schwarzwurzel

für sechs Portionen

1	kleine Zwiebel
½	Sellerieknolle
1 kg	Schwarzwurzeln, frisch (ersatzweise aus der Dose mit 500 g Abtropfgewicht)
1 EL	Butter
100 ml	Weißwein
1,2 l	Gemüsebrühe
	Salz, Cayennepfeffer
4 EL	Sherry
6	Scheiben Frühstücksspeck
	Puderzucker zum Bestreuen
	etwas Zitronensaft
300 g	Schlagsahne
1 Beet	Kresse

Zwiebel abziehen, Sellerie schälen, beides würfeln, Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser schälen und in Stücke schneiden. Butter in einem Topf erhitzen, Gemüse andünsten, Wein und Brühe angießen. Suppe in rund 20 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Dann pürieren und mit Salz, Cayennepfeffer, Zitronensaft und Sherry abschmecken. Ofen auf 225 Grad vorheizen. Speckscheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, mit Puderzucker bestreuen und in etwa zehn Minuten knusprig backen. Suppe nochmals aufkochen. Sahne halb steif schlagen und vorsichtig unter die Suppe heben. Suppe mit Kresse und Speck servieren.

Tortelloni auf Fenchelgemüse

für vier Portionen

2	Fenchelknollen
1	kleine Zwiebel
1	Orange
2 EL	Olivenöl
2 EL	Kürbiskerne
20 ml	Anisschnaps
	Salz, Pfeffer, Zucker
500 g	Tortelloni (aus dem Kühlregal)
100 ml	Gemüsebrühe
1 EL	Butter

Fenchel putzen, waschen, Knollen vierteln und jeweils Strunk entfernen. Viertel quer in Streifen schneiden. Zwiebel häuten und fein würfeln. Orange auspressen. Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Fenchel und Zwiebel darin goldbraun anbraten, Kürbiskerne dazu geben und anrösten. Mit Orangensaft und Anisschnaps ablöschen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Drei Minuten köcheln lassen, dabei umrühren.

Nudeln, Brühe und Butter in die Pfanne geben und in etwa vier Minuten gar ziehen lassen. Sofort servieren.

Meike Klohr,
Pfälzische Weinkönigin



Foto: © www.Paul-Ihr-Fotograf.de

OPTICA ist offizieller Hoflieferant der
pfälzischen Weinkönigin Meike Klohr.

Zum Wohl. Die Pfalz. 

OPTICA

KURT MICHEL

HAUS DER AUGENOPTIK

Friedrichstr. 15 · 67433 Neustadt an der Weinstraße
Telefon 06321 / 300 77



Blutzuckersenker

Nach einer kohlenhydrathaltigen Mahlzeit oder einem süßen Getränk steigt der Blutzuckerspiegel bei allen Menschen an, unabhängig davon, ob sie an Diabetes erkrankt sind oder nicht. Gesunde Menschen produzieren ausreichend körpereigenes Insulin, das den Zucker aus der Nahrung direkt in die Zellen schleust, wo er in Energie umgewandelt werden kann. Bei Menschen mit Diabetes funktioniert dies nicht, da der Körper selbst nicht ausreichend Insulin produzieren kann. Bei ihnen kann es sogar trotz gut eingestellter Insulintherapie auch nach dem Essen zu ungewöhnlich hohen Blutzuckerspitzen kommen. Erste Warnzeichen sind Abgeschlagenheit, Unkonzentriertheit und Müdigkeit nach dem Essen. Das Messen des Blutzuckers ein bis zwei Stunden nach dem Essen kann dem Arzt hier wertvolle Hinweise liefern. Zusätzlich kann eine bewusstere Ernährung dabei helfen, den Blutzuckerspiegel in Schach zu halten. So wie es Lebensmittel gibt, die den Blutzucker besonders in die Höhe treiben, gibt es solche, die helfen, den Blutzucker eher zu senken.

„Der erste Schritt
zum internationalen
Studium.“



**Tag der
offenen Tür
Do. 14.03.**

14.00–15.30 Uhr
Maximilianstraße 43
Neustadt

**International
School Neustadt**

- Englischsprachige Ganztagschule von Kindergarten bis Sekundarstufe
- International anerkannte Abschlüsse
- Intensives Lernen in kleinen Gruppen
- Deutsch und Französisch als weitere Sprachen

Infos unter Tel. 06321 8900960
info@is-neustadt.de



SBW
INTERNATIONAL
SCHOOL
NEUSTADT



Apfelstrudel – nie ohne Zimt

Chai Tee, Milchreis oder Lebkuchen ohne Zimt? Undenkbar. Die pulverisierte Rinde des tropischen Zimtbaumes kann jedoch viel mehr als Getränke und Desserts verfeinern: Zimt ist ein anerkanntes Naturheilmittel. Es kann die Zuckeraufnahme in die Zellen erleichtern und dadurch helfen den Blutzuckerspiegel zu senken. Entdeckt wurde dies eher zufällig: Wissenschaftler wollten die Wirkung verschiedener Lebensmittel auf den Blutzuckerspiegel testen, darunter auch ein Stück Apfelstrudel mit Zimt. Zu ihrem Erstaunen stieg der Blutzucker danach weniger stark an als nach dem Verzehr eines Apfelstrudels ohne Zimt. In einer anschließenden Studie mit Menschen mit Typ 2 Diabetes zeigte Zimt dann tatsächlich blutzuckersenkende Eigenschaften.



Knoblauch – hält Vampire fern und den Blutzucker flach

Knoblauch ist aus der mediterranen Küche nicht wegzudenken. Er kann helfen, das so genannte schlechte Cholesterin (LDL-Cholesterin, Low Density Lipid) zu senken und kann dadurch bei Menschen mit Typ 2 Diabetes das Risiko für Herzkrankheiten verringern. Knoblauch wirkt entzündungshemmend – und zählt zu den am besten blutzuckersenkenden Lebensmitteln überhaupt.



Gruß aus dem Meer

Egal, ob gegrillt, gebraten oder gedünstet: Frischer Fisch ist lecker – und macht satt. Der hohe Eiweißgehalt und die enthaltenen Aminosäuren sorgen dafür, dass wir uns nach einem Fischgericht länger satt fühlen. Er lässt auch den Blutzucker nur mäßig ansteigen. Ideal sind Meeresfische wie Lachs, Hering und Makrele, aber auch magere Fischarten wie Forelle und Kabeljau eignen sich gut für eine blutzuckerbewusste Ernährung.



Grüne Pflanzenpower – Spinat, Grünkohl & Co.

Grünes Blattgemüse ist kalorienarm und enthält wenige Kohlenhydrate. Stattdessen punktet es mit einem hohen Gehalt an Vitamin C, Magnesium, Calcium und Ballaststoffen. Diese unverdaulichen Pflanzenfasern bewirken, dass die Kohlenhydrate aus der Nahrung langsamer ins Blut übergehen. Der Effekt: Der Blutzucker steigt nach der Mahlzeit weniger stark an und das Sättigungsgefühl hält länger an.



Olivenöl – das flüssige Gold

Olivenöl ist reich an Antioxidantien und enthält mehr als 70 Prozent einfach ungesättigte Fettsäuren. Diese können unsere Blutgefäße schützen, indem sie das schädliche LDL Cholesterin senken, das für die Ablagerungen in den Blutgefäßen verantwortlich ist. Der regelmäßige Verzehr des flüssigen Goldes, wie Olivenöl in der Antike auch bezeichnet wurde, kann die Insulinsensitivität erhöhen und dafür sorgen, dass der Blutzucker nach dem Essen weniger stark ansteigt.



von links
Prof. Dr. med. Dariusch Haghi
Dr. med. Ulrich Köhler
Prof. Dr. med. Rainer Schimpf
Prof. Dr. med. Tim Süselbeck
Dr. med. Fritz Frohnapfel

Kardiologische Praxisklinik Ludwigshafen

**Kompetente Medizin von Diagnostik bis zur interventionellen Therapie.
Ein erfahrenes Spezialistenteam mit umfassenden Schwerpunkten.**

Standort: Ludwigshafen / Oggersheim
Ludwig-Guttman-Straße 11
67071 Ludwigshafen
Tel.: 0621 - 53 82 50
Mail: kontakt@kardiologie-ludwigshafen.de

Standort: Neustadt a. d. Weinstraße
Schütt 2
67433 Neustadt a.d. Weinstraße
Tel.: 06321 - 488 116 - 0
Mail: kontakt-nw@kardiologie-ludwigshafen.de

Standort: Bellheim / Gernersheim
Postgrabenstraße 12
76156 Bellheim
Tel.: 07272 - 930 59 34
Mail: kontakt@kardiologie-ludwigshafen.de



Bewusstes Einkaufen

Lebensmittelskandale, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Bio aber auch Plattformen wie Facebook und Instagram haben das Kauf- und Essverhalten der Deutschen verändert – und werden es weiter ändern. Zwar geben Deutsche im europäischen Vergleich weiterhin eher wenig für Lebensmittel aus und kaufen Essen und Trinken im Jahr 2018 laut einer wissenschaftlichen Erhebung mehrheitlich im Discounter. Allerdings würden 58 Prozent ihre Kaufgewohnheiten ändern und auf Wochen- oder Biomärkten beziehungsweise dem Bauernhof einkaufen, wenn Geld keine Rolle spielen würde. Das Verbraucherverhalten beim Einkauf und Konsum von Lebensmitteln ist mit Blick auf Moral, Gesundheit, Geschmack und Vertrauen oftmals widersprüchlich. Viele Menschen wissen, was sie wollen – verhalten sich aber dennoch anders.

Im Durchschnitt gibt der Großteil der Deutschen monatlich zwischen 200 und 400 Euro für Lebensmittel aus (46 Prozent). Nur 26 Prozent geben mehr aus. Dabei achten 76 Prozent beim Lebensmittelkauf häufig auf den Preis. Aber: 58 Prozent würden laut Studie wertiger in Bezug auf Bio, Craft Food und regionalem Essen einkaufen, wenn Geld keine Rolle spielte. Zudem sind 26 Prozent bereit, bis zu zehn Prozent mehr zu zahlen, wenn das Essen Bio ist – 24 Prozent, wenn es

aus der Region kommt und 20 Prozent, wenn es handwerklich hergestellt ist. Der Alltag sieht aktuell jedoch anders aus.

Drei Viertel der Deutschen erwerben Nahrungsmittel am häufigsten im Supermarkt (75 Prozent). Danach folgt der Einkauf im Discounter (66 Prozent). Der reine Bio-Supermarkt (Fachmarkt) wird nur von sieben Prozent der Deutschen angesteuert, um sich mit Lebensmitteln zu versorgen. Der

Bio-Boom ist längst ein Massenphänomen. Bio und Discounter schließen sich schon lange nicht mehr aus, da Discounter im Kampf um Klientel und Marktanteile längst nachgezogen und ihr Sortiment auf Bio angepasst haben.

Der Online-Handel für Lebensmittel, dem Experten für 2027 einen Anteil von zehn bis 20 Prozent aller Lebensmitteleinkäufe prognostizieren, spielt in der Bundesrepublik derzeit noch eine untergeordnete Rolle. Gerade einmal 2,5 Prozent entfallen deutschlandweit aktuell aufs Online Food Shopping. Die Regionalauswertung zeigt hier jedoch deutliche Unterschiede. In Großstädten wie Berlin, Hamburg und München gibt es mit rund 4,5 Prozent doppelt so viele Online Food Shopper wie im restlichen Deutschland.

Unabhängig vom Vertriebskanal spielen für die Konsumenten Herkunft, Qualität und Zubereitung eine immer wichtigere Rolle. 62 Prozent der Deutschen möchten künftig noch mehr Bio kaufen. 84 Prozent wollen in Zukunft öfter zu regionalen Produkten greifen. Auch Gin und Bier aus Eigenproduktion und das Sauerteigbrot aus der Bäckerei, die heute immer öfter Manufaktur heißt, sind 2019 im Kommen. Laut Studie wollen 59 Prozent noch mehr Craft Food konsumieren. Es entwickelt sich ein neues Qualitätsbewusstsein. Wer eine Biosalami von der Landmetzgerei kauft und sich bewusst für handwerklich hergestellte Backwaren oder Käse entscheidet, will diese Produkte entsprechend selbst weiterverarbeiten und nicht vorkonfektioniert und geschnitten aus der Plastikverpackung holen. Man geht sparsamer und sorgsamer um, wenn man den Hersteller kennt und einen Bezug zum Lebensmittel hat.

Das bestätigen die Zahlen der Studie. Ein Drittel der Deutschen kauft zwar die Ware am Stück, um Geld zu sparen (35 Prozent), 44 Prozent möchten jedoch Verpackungsmaterial vermeiden und so die Umwelt schonen.

Die Frage *Was esse ich?*, ist nicht zuletzt dank der Selbstinszenierung in den sozialen Medien auch zur Frage geworden: *Wer bin ich?*



© Chili - die WerbeMacher



HIMMLISCH GENIESSEN

Vorbeischaun lohnt sich! Lassen sie sich überraschen.
Wir bieten Ihnen ab 2018 monatlich wechselnde Dinner Highlights und kulinarische Events. Eintrittskarten und Informationen erhalten Sie an unserem Empfang.

STEIGENBERGER HOTEL DEIDESHEIM

Am Paradiesgarten 1 · 67146 Deidesheim/Pfalz · Germany
Tel.: +49 6326 970-0 · deidesheim@steigenberger.de

Ein Betrieb der Steigenberger Hotels AG · Lyoner Straße 25 · 60528 Frankfurt am Main



Wegwerfgesellschaft in Nöten



Plastik vermüllt unsere Umwelt. Und nicht nur das, denn Plastikrückstände wurden bereits im menschlichen Körper nachgewiesen. Meerestiere verenden an unserem Plastikmüll. Müll zu reduzieren, ist zu einem Anliegen vieler Menschen geworden. Weniger Verpackung der Gebrauchsgüter ist einer der zahlreichen Wege zur Müllvermeidung. Die Industrie und der Handel beginnen dahingehend umzudenken, der Verbraucher ebenso und äußert Wünsche. Noch ist es nicht komplett möglich, dem Plastikverpackungswahn Einhalt zu gebieten. Aus Gründen der Hygiene, des einfachen Transports und der Handhabung von einigen Gütern sind Plastikverpackungen nicht gänzlich verzichtbar. Mit der kostenpflichtigen Plastiktüte beim Einkauf wurde schon ein wichtiger Schritt in die richtige Richtung gegangen. Der Einkaufsbeutel in der Handtasche ist mittlerweile schon keine Seltenheit mehr und ersetzt so manches Tütlein, das bis vor kurzem noch jedem Einkauf folgte.

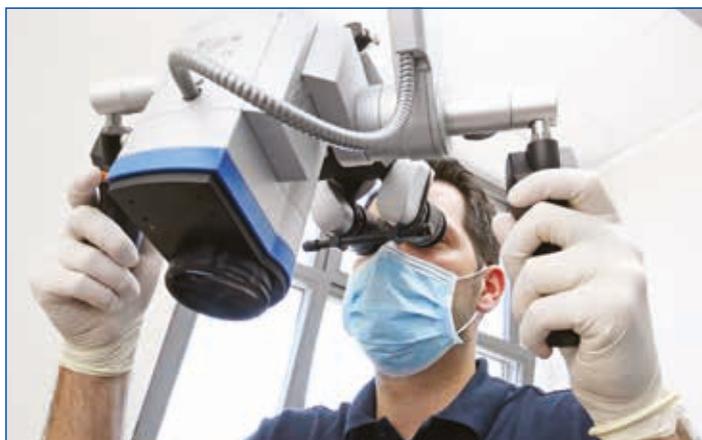
Seit 1950 wurden 8,3 Milliarden Tonnen Kunststoff erzeugt, wovon nur 600 Millionen Tonnen recycelt und 800 Millionen Tonnen verbrannt wurden. Jeder Deutsche produziert pro Jahr durchschnittlich 37 Kilogramm Plastikmüll nur aus Verpackungen. Laut der Plastikmüll Statistik von 2016 verbraucht Deutschland mit 11,7 Millionen Tonnen so viel Plastik wie kein anderes Land in Europa. Weltweit sind 35 Prozent des Plastikverbrauchs alleine auf Verpackungen zurückzuführen. Nur etwa 42 Prozent des Plastikmülls in Deutschland werden recycelt. Jährlich verenden etwa 1.000.000 Seevögel und 100.000 Meeressäuger durch den Kontakt mit Plastikmüll. In weiten Teilen des Meeres gibt es mittlerweile sechsmal mehr Plastik als Plankton. Die Liste der erschreckenden Fakten ließe sich endlos fortsetzen.

Aber wie kann man der katastrophalen Zunahme der Umweltverseuchung durch Plastik als Individuum Einhalt gebieten? Tatsächlich ist die Mithilfe jedes einzelnen vonnöten, um eine Wende und ein Umdenken einzuleiten. Ob man nun seine Zahnpasta selbst anrührt, ist buchstäblich Geschmacksache. Aber es gibt viele praktisch umsetzbare Möglichkeiten, die Umwelt zu schützen – wenn man nur will. Wer bewusst einkauft

und versucht, auch nur eine Verpackung zu vermeiden, ist schon dabei. Wiederverwendbare Behälter, eigene Tüten und Boxen, Ausweichen auf plastikfreie Produkte sind gangbare Wege. Müllvermeidung durch Reduzierung des eigenen Konsumverhaltens ist ein großer Schritt. Leihen statt kaufen bei wenig oder selten benutzten Geräten schont zusätzlich Ressourcen. Wer aktiv mithelfen will, aber für sich noch keine Strategie gefunden hat, sollte einen Tag lang jedes Teil betrachten, was den Weg in die Mülltüte antritt. Es ist erschreckend zu sehen, wie groß die Menge ist und was davon vermeidbar wäre. Mit diesem Bewusstsein verändert sich die Kaufentscheidung in einigen Fällen.

Online-Shopping erzeugt nicht nur eine Umweltbelastung durch den Transport und den zunehmenden Zustellverkehr der Paketboten, sondern auch durch die mittlerweile üblichen Verpackungen, die in der Regel über den Karton hinausgehen. Besonders dann, wenn man die Retouren der Fehlkäufe und Größenauswahl hinzuzählt, ist der Online-Einkauf eine wahre Umweltbelastung.

Es geht nicht darum, auf alles zu verzichten. Es hilft bereits, Unnötiges zu vermeiden.



Mehr sehen...

Hochpräzise Wurzelkanalbehandlungen in Speyer

Die Anwendung neuester Technologien ermöglicht die Heilung und Erhaltung tief zerstörter Zähne, die früher als verloren galten.

Mit Hilfe unseres Operationsmikroskops können winzige Wurzelkanäle dargestellt und erfolgreich behandelt werden.



St.-German-Straße 9a · 67346 Speyer
Telefon (06232) 7 64 00

www.zahngesundheit-filzfabrik.de



Natürlich gepflegte,
gesunde Haut wirkt
strahlender als
jeder Glamour.

**NUR DAS BESTE
FÜR SIE.**



**Kosmetik
Massagen
Fasten**



Erlenweg 3b
67459 Böhl-Iggelheim
Telefon 0 63 24 - 64 66 0
info@petravlek.de
www.petravlek.de



Kommentar

Es ist Jahresanfang, es ist Winter mit kurzen Tagen und langen Nächten. Das ist traditionell die Zeit, in der wir uns die Sinn- und Seinsfragen stellen. Diese sind individuell durchaus unterschiedlich gelagert. Führt man sie jedoch auf ihren Kernpunkt zurück, dann ergeben sich Muster, die sich zumindest ähneln.

Die weihnachtlichen Kaufrauschkunden und auch die Reduziert-Abteilungen zum Jahresauftakt liegen hinter uns. Wir blicken auf eine Vielzahl von Dingen, die uns umgeben, die wir im Grunde genommen – wenn wir ganz ehrlich zu uns sind – nicht wirklich benötigen. Ihre eigentliche Aufgabe ist es, uns mit Freude, mit Stolz, mit guten Gefühlen zu erfüllen. Vielleicht sollen sie von einer Leere ablenken. Manchmal fehlt etwas ganz anderes. Was das sein kann, ist einer individuellen Betrachtung wert.

Wenn wir gute Vorsätze für das neue Jahr fassen, spielt häufig die Reduzierung auf das Wesentliche eine entscheidende Rolle. Indem wir uns mehr Zeit für Familie, Freunde und für uns selbst wünschen, Stress reduzieren wollen, träumen wir davon, Ballast loszuwerden. Unter den Begriff Ballast fallen beispielsweise Dinge, die wir aus den falschen, den nichtigen Beweggründen anhäufen: auch Menschen, ebenso wie Angewohnheiten, außerdem alte, belastende Erinnerungen und negative Gefühle. Vieles also, was den Rucksack, den wir täglich

durch den Alltag schleppen, ganz schön beschwert.

Was bleibt übrig, wenn wir nur noch die Dinge behalten, die uns wirklich wichtig sind? Schubladen, die nicht mehr klemmen, luftige Räume und keine überquellenden Bücherregale. Übersichtliche Kleiderschränke, die uns die Auswahl nicht unnötig erschweren. Und: mehr Zeit, die wir mit (Er-)Leben füllen können. Darüber hinaus auch ein geschontes Bankkonto. Zeit, Raum und einen freien Kopf. Leichtigkeit. Luxus.

Das hört sich wunderbar an, ist aber nicht ganz so einfach, wie es die Bücher der zahl-

reichen Lebensberater versprechen - die man übrigens auch nicht benötigt. Wer erkennt, was er benötigt und was eben nicht, ist schon einen riesigen Schritt vorangekommen. Wer dann die Kaufsucht oder zumindest das Bedürfnis des Kaufens oder Habenwollens im Zaum halten kann, ist schon auf der Gewinnerseite. Vollends geschafft hat man es, wenn man mit dem wenigen Verbliebenen zufrieden ist.

Das erfordert jedoch ein Füllen der Lücke mit Dingen, die man als tatsächlich fehlend erachtet. Ob es dafür einer Anleitung bedarf, ist fraglich. Man erlebt schöne Aussichten, wenn man auf dem Weg zu sich selbst ist.



PRO KIND AB €

5,90*

AKTION

FAMILIEN SPECIAL

Väter, Mütter, Kinder aufgepasst!

Eltern zahlen mit ihren Kindern (bis einschl. 11 Jahre) in der Loge nur den Kinderpreis. Täglich. Vor 19 Uhr.

*GGF. ZZGL. 3D- UND PLATZBEREICHSZUSCHLAG.

CINEPLEX
NEUSTADT

Biodiversität auf *Pfälzisch*

leben.natur.vielfalt
die UN-Dekade



Wenn ein wissenschaftlicher Fachbegriff in der gesellschaftlichen und politischen Debatte zu einem Dauerbrenner wird, dann muss zuvor etwas passiert sein. Vielleicht war es das Jahr 2010, das internationale Jahr der biologischen Vielfalt, auserkoren von der Generalversammlung der UNO im Dezember 2006, das uns den Begriff der Biodiversität näher brachte und zu seiner heutigen Verbreitung beitrug. Vielleicht ist es aber auch der Zeitraum 2011 bis 2020, die UN-Dekade der Biodiversität, in der wir uns gerade befinden. Sucht man, wann das erste Mal der Begriff wirklich die Runde machte, dann wird man recht schnell Anfang der neunziger Jahre des letzten Jahrhunderts, genauer im Jahr 1992, fündig.

1992, auf dem Weltgipfel in Rio de Janeiro, wurde die Konvention zur Biologischen Vielfalt beschlossen, die bis heute von 168 Staaten der Erde unterzeichnet wurde. Die Konvention (weniger sperrig: Übereinkunft) beinhaltet Ziele, die den Schutz der biologischen Vielfalt weltweit sichern sollen. Ein zentrales Element ist zudem die Identifizierung und Überwachung der Biodiversität und deren Schutz *in situ*, also im Ökosystem direkt und *ex situ*, in Form von Saatgutspichern und Genbanken. Zudem soll der Austausch von Technologie, die wissenschaftliche Zusammenarbeit und der Informationsaustausch zwischen allen Zeichnern der Konvention gefördert werden. Eine globale Anstrengung, die bis heute anhält und erst jüngst mit der gestiegenen Bekanntheit der Thematik in den Vordergrund gerät. Ein gewisser Handlungsdruck ist ohne Zweifel vorhanden.

Eh da- Flächen

Ein Silberstreif am Firmament sind Projekte, Konzepte und Initiativen, die das Thema der Biodiversität in eine praxistaugliche Form gießen und insgesamt eher an Aufwand sparen, denn Aufwand machen. Das 2018 durch die UN ausgezeichnete Konzept der Eh da-Flächen der RLP AgroScience mit Sitz in Neustadt-Mußbach ist ein solches Konzept und darüber hinaus auch im wörtlichen Sinne äußerst nahe liegend, denn im Fokus stehen Flächen in und außerhalb einer Siedlung, die es bereits gibt und die nicht erst aufwendig neu hergestellt werden müssen.

Wichtig ist nur, dass die Flächen nicht bereits Teil einer naturschutzfachlichen Maßnahme sind oder landwirtschaftlich genutzt werden, kurzum, ungenutzt sind. Eh da, eben.

Eh da-Flächen



Mittels eines Analyse- und Bewertungsverfahrens, das sich auf punktgenaue Geodaten stützt, werden in Frage kommende Orte bestimmt, die dann vor Ort gesichtet und auf ihren ökologischen Zustand hin untersucht werden. Anhand der Untersuchungsergebnisse wiederum werden pass-

genau Handlungsempfehlungen für den Standort entwickelt. Soll beispielsweise die Biodiversität gefördert werden, dann kann der Erhalt von Totholz oder die Anlage von Lesesteinhaufen als Lebensraum für Insekten und Eidechsen empfohlen werden, um nur zwei Beispiele von vielen zu nennen.

Im Vordergrund des Eh da-Konzeptes steht die Aufwertung der ermittelten Flächen, insbesondere zugunsten blütenbesuchender Insekten wie Wildbienen, und die Vernetzung derer Heimstätten (Habitate) untereinander. Die Vernetzung ist laut den Verfassern des Konzeptes deshalb besonders wichtig, da Wildbienen nur geringe Distanzen zwischen Brut- und Sammelhabitat zurückle-



Munter + Entspannt Altdorfer Matratzengeschäft



Optimaler Schlafkomfort

Auf einer Fläche von 400 m² bieten wir Ihnen eine große Auswahl an Massivbetten, Matratzen, Lattenroste sowie Bettzubehör. Alle unsere Produkte sind allergie- und schadstoffgeprüft und in Sondergrößen erhältlich. Jahrzehntelange Erfahrung und fachkundige Beratung zeichnen uns aus.

Wir beraten Sie auch in Ihrer Wohnung

Für die Beratung nehmen wir uns viel Zeit

Wir haben natürlich auch die richtige Matratze für Sie!

Bei Neukauf entsorgen wir Ihr altes Bett

Lieferung und Montage ohne Aufpreis

Wir führen Seniorenbetten mit automatischen Rahmen (Rücken-, Bein-, und Niveauehebung)

Öffnungszeiten

Dienstag bis Freitag 10 - 18 Uhr · Samstag 10 - 14 Uhr oder nach tel. Vereinbarung

Munter + Entspannt Altdorfer Matratzengeschäft · Warenhandelsgesellschaft mbH

Raiffeisenstraße 1 · 67482 Altdorf · Telefon 063 27 / 96 19 20 · Fax 063 27 / 16 99
www.matratzenlager.com



gen können. Je nach Art können das nur wenige hundert Meter sein. Das wiederum bedeutet, die Maßnahme funktioniert nur, wenn sie in der Fläche angewandt wird.

Pfalzerprobt

Zwei Pfälzer Kommunen standen Pate, das Eh da-Flächen Konzept vor Ort zu erproben. Denn klar war, das Konzept musste zunächst den Praxistest bestehen. Den Anfang machte Bornheim an der Südlichen Weinstraße im Jahr 2014. Zehn Flächen, die sowohl inner- als auch außerorts liegen, wurden durch eine Potenzialanalyse ermittelt und zur Durchführung von Aufwertungsmaßnahmen ausgewählt. Darunter befanden sich unter anderen die Fläche eines Speicherbeckens, eine Geländestufe mit vertikalen Rohbodenflächen sowie ein Hohlweg außerorts, Grünflächen um die Sporthalle innerorts, straßenbegleitende Flächen und Böschungsbereiche. Die Flächen wurden derart umgestaltet, dass eine ganzjährige Blüte möglich ist. Besondere Berücksichtigung fanden gefährdete Kulturpflanzen und -sorten und insgesamt eine vielfältige Vegetation gerade auf den Flächen, die sich durch eine vorher

festgestellte Armut an Nährstoffen auszeichnen. Andernorts wurden so genannten Überwinterungs- und Rückzugshabitate errichtet, die es Nützlingen und Bodenbewohnern ermöglichen, eine neue Heimstätte zu finden.

2015 wurde Haßloch zur nächsten Eh da-Gemeinde. In Zusammenarbeit mit der AgroScience hatte die Gemeinde geeignete Flächen erfasst, katalogisiert und öffentlich vorgestellt. So wurden beispielsweise auf dem Parkfriedhof Überhangflächen aufgewertet, indem ungenutzte Geländestreifen mit insektenfreundlichen Blütmischungen neu eingesät wurden. Zudem werden Flächen am Eingang des Friedhofes durch eine gestaffelte Mahd im wahrsten Sinne zum Blühen gebracht. Über 700 Einzelflächen, die ermittelt wurden und geeignet erscheinen, werden zukünftig von Paten betreut. Paten können Einzelpersonen, aber auch Gruppen und Vereine werden, die die Bereitschaft mitbringen, sich nachhaltig um Flächen kümmern.

Seit 2016 sind auch die Gemeinden Essingen und Neustadt an der Weinstraße, seit 2017 Herxheim

und seit 2018 Altrip Eh da-Gemeinden und haben zwischenzeitlich eigene Flächen- und Maßnahmenkataloge entwickelt. Interessierte finden Details zu der bisherigen Arbeit in den genannten Kommunen auf deren Webseiten und über neben stehende Weblinks.

Klar ist, das Bewusstsein für die Umwelt, für den umgebenden Raum mit all seinen Mitbewohnern, ist gestiegen. Insektenhotels werden gezimmert und Allzweck-Chemie-Keulen gelten als Relikt einer längst vergangenen Zeit. Natur ist nicht mehr nur eine möglichst schöne Aussicht, die bestenfalls mit dem Pkw anzufahren ist. Nein, Natur wird in der Breite der Gesellschaft als ein vom Mensch und seinen Ansprüchen losgelöstes System verstanden. Ein System, das mit, das aber auch ohne den Menschen in sich funktioniert. Das Eh da-Flächen Konzept beweist in diesem Zusammenhang, dass Maßnahmen zur Förderung der kleinräumigen Biodiversität alles andere als kompliziert sein müssen. Und was wenig kompliziert ist, das kann vielerorts Anwendung finden. Kein Wunder also, dass das Eh da-Flächen Konzept jüngst als Projekt der UN-Dekade zur Biologischen Vielfalt ausgezeichnet wurde. Aus der Pfalz in die Welt. Kleine Schritte zu schöneren Aussichten, aber in die richtige Richtung.

Jens Wacker



Info:

Weitere Informationen:

Eh da- Flächen in Essingen:

<http://ehda-essingen.de/>

Übersicht über alle Eh da- Flächen in Neustadt an der Weinstraße:

<https://arcg.is/1PyS5q>

Eh da-Flächen, Erklärung:

http://www.hortipendium.de/Eh_da_Flaechen

Eh da-Flächen, eigene Webpräsenz:

<http://www.eh-da-flaechen.de/>



**PFÄLZISCHER
Glashandel**

...gestalten mit
GLAS

www.pfaelzischer-glashandel.de Winzinger Straße 90 / 67433 Neustadt/Wstr. / Fon 0 63 21. 8 30 41

Die schönsten Aussichten

Auf der Suche nach den schönsten Aussichten unserer Leser

Für unsere OnTour Seiten haben wir via Facebook und unserer Homepage Leser gebeten, uns ihre Fotos mit den schönsten Aussichten aus der Pfalz zu schicken. Hier nun eine Auswahl mit den besten Fotos.

Vielen Dank an alle Teilnehmer für die wunderbaren Aufnahmen.



Ort: Zeter Berghaus, Neustadt Weinstraße
Von: Claudia Scherer-Munz



Ort: Sankt Martin,
Hotel Haus am Weinberg
von: Claudia Scherer-Munz



Ort: Zeter Berghaus, Neustadt Weinstraße
Von: Claudia Scherer-Munz



Ort: Weisenheim am Sand
Von: Kiki Klee



Ort: Weisenheim am Sand
Von: Kiki Klee



Ort: Weisenheim am Sand
Von: Kiki Klee

Ihr Urlaub beginnt mit Mattern

Reisemobile
mieten
und
kaufen!



Reisemobil-Show am 7. April

am verkaufsoffenen
Sonntag in der
Innenstadt von
Neustadt

MOVERA

Ihr lokaler
Camping-Partner
mit Shop und
Werkstatt.



MATTERN
bewegt

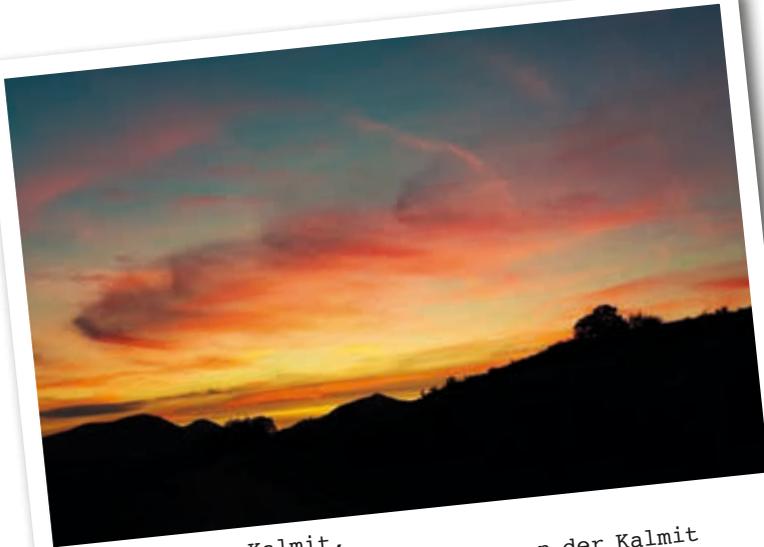
Mattern GmbH

Branchweilerhofstr 91 • 67433 Neustadt • Telefon 063 21 49 08 08 • urlaub@autovermietung-mattern.de

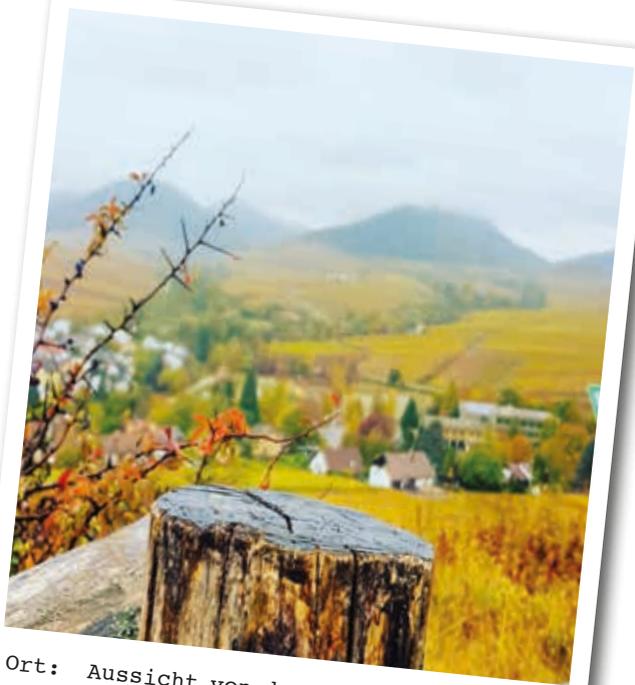
...auch auf facebook.de unter:
Autovermietung Mattern

www.autovermietung-mattern.de

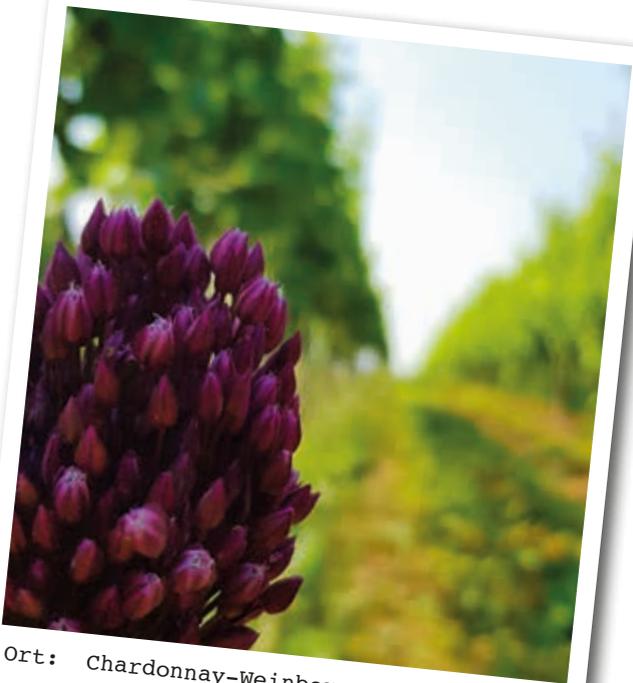
Die schönsten Aussichten



Ort: Kleinen Kalmit,
Blick vom Riesling-Weinberg an der Kalmit
Von: Sabrina Sandt



Ort: Aussicht von der Kleinen Kalmit mit
Blick über Ilbesheim.
Von: Sabrina Sandt



Ort: Chardonnay-Weinberg
(wilder Schnittlauch)
Von: Sabrina Sandt



Ort: Grauburgunder-Weinberg, Blick über die Wein-
berge zur Kleinen Kalmit
Von: Sabrina Sandt



Ort: Blumenfeld Autobahnauffahrt NW Süd, Blick nach
Hambach
Von: Birgit Sonnenschein



Ort: Am Nollen - Hambach
Von: Birgit Sonnenschein



Ort: Elwetritschen-Brunnen
Von: Birgit Sonnenschein



Ort: Abendstimmung - Blick vom Balkon - Am Nollen
Von: Birgit Sonnenschein

Die schönsten Aussichten



Ort: Reichsburg Trifels, Annweiler
mit Blick über den Pfälzerwald
Von: Jörg Kaufmann



Ort: Reichsburg Trifels, Annweiler
mit Blick über den Pfälzerwald
Von: Jörg Kaufmann



Ort: Bergstein Wolfsberg, Neustadt. Aussicht über
Neustadt - Hambacher Schloss und Wolfsburg -
sowie die Rheinebene.
Von: Jörg Kaufmann



Ort: Rheinsteig, Leutesdorf
Von: Blanca Knauber



Ort: Rötzenberg bei Gossersweiler-Stein,
mit Blick auf den Wasgau.
Von: Volker Schledorn

Wir nehmen Wohlfühlen persönlich.



Meisterbetrieb
Verkauf und Verlegung



Ralf BiBoir
öffentlich bestellter
und vereidigter
Sachverständiger

Moltkestraße 19 · 67433 Neustadt · Telefon (0 63 21) 48 26 91 oder 48 26 92 · www.diefliese.com

Besuchen Sie uns in unserer Ausstellung · Donnerstag, Freitag 10 Uhr-12.30 und 14-18 Uhr · Samstag 10-13 Uhr und nach Vereinbarung

A man in a blue shirt and tan pants stands on a balcony, smiling and holding a plate of food. A woman in a striped tank top and white pants stands on the balcony, also smiling and holding the plate. They are positioned in front of a large, multi-paned glass door that is open, revealing a lush green garden with various plants and flowers. The scene is bright and sunny, suggesting a pleasant spring day. The balcony has a white railing and a black grill is visible in the background.

**Schöne Aussichten auf
einen entspannten Frühling
– dank bester Durchsicht**

Noch ist es Winter: Kalt, trübe und der Gedanke an bunte Blumen und den aufkeimenden Frühling fällt noch schwer. Und auch an Fliegen, Bienen und Mücken denkt man erst, wenn sie wieder in Massen brummen. Insekten und Kleintiere sind wichtige Helfer in Natur und Garten, aber: Im Haus haben sie nichts zu suchen. Sie müssen draußen bleiben.

Insektenschutzgitter sind eine gute Lösung. Individuell angepasst und maßgeschneidert erleichtern sie das Leben und erhöhen den Wohnkomfort besonders, wenn sie höchste Durchsicht und beste Licht- und Luftdurchlässigkeit bieten. Noch bis Ende Februar 2019 bietet die Firma Fliegengitter Hauck zehn Prozent Rabatt (Rabatt gilt nicht für Sonderfarben und -elemente sowie Elektrorollen) auf Fliegengitter und Lichtschachtabdeckungen.

Fast unsichtbar: Das Transpatec Gewebe

Insektenschutzelemente können mit verschiedenen Geweben ausgestattet werden. Neben dem Pollenschutzgewebe, welches ganz besonderen Schutz für Pollenallergiker bietet, hat die Firma Hauck Transpatec im Programm. Der superfeine Hightech-Faden und die neue Webtechnik machen das Gewebe nahezu unsichtbar. Einfache Spannrahmen können ebenso wie Schiebe- oder

Pendeltüren mit diesem luft- und lichtdurchlässigen Gewebe ausgestattet werden.

20 Jahre Erfahrung in Fliegengittern nach Maß

Die Firma Fliegengitter Hauck feiert in diesem Jahr ihr 20-jähriges Firmenjubiläum. Inzwischen zählen rund 40 Mitarbeiter zum Haßlocher Unternehmen, welches Insektenschutzelemente und Lichtschachtabdeckungen in der eigenen, hochtechnisierten Werkstatt, selbst produziert.

Ausstellung auch samstags geöffnet

Das geschulte Team der Firma Fliegengitter Hauck berät zu allen Fragen rund um Fliegengitter und Lichtschachtabdeckungen, um eine individuelle Lösung zu finden.

Die Ausstellung ist von montags bis samstags von 9 bis 14 Uhr geöffnet.

Hausmesse: 8. und 9. Februar von 9 bis 17 Uhr.

Info:

Kontakt:

Martin Hauck Fliegengitter e.K.
Hans-Böckler-Straße 71
67454 Haßloch
06324-81675
www.fliegengitter-hauck.de

NEUHEIT 2019 bei medical cosmetics - bekannt von



MS EUROPA

**BEWEI**
FACE



Sagen Sie den Zeichen der Zeit den Kampf an und geben Sie mit **BEWEI FACE** Ihrer Schönheit ein neues Gesicht!

Die Lifting offensive für:

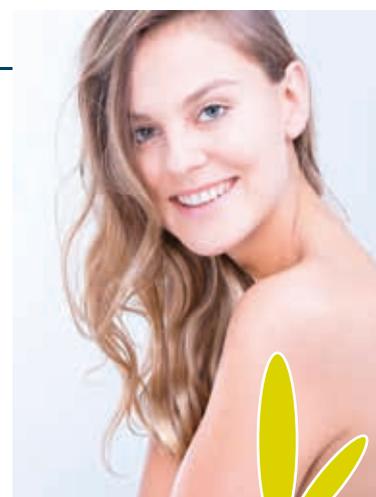
- Gesicht
- Hals
- Dekollette
- Hände

BEWEI FACE mildert:

- Nasolabialfalten
- Stirnfalten
- Augenfalten
- Knitterfältchen
- Tränensäcke
- Erschlaffte Kinnkontur

Durch sanfte, elektromagnetische Wellen wird der körpereigene Regenerationsprozess angeregt. Die Haut wirkt vitaler und strahlender - sichtbar schon nach der ersten Behandlung!

Testen Sie jetzt die neue Behandlung, die es für kurze Zeit im Aktionspaket gibt. Infos auf unserer Homepage www.medical-wellness-deege.de oder bei einem persönlichen Beratungstermin.



medical cosmetics
Ulrike Schaaf-Deege

Tiere des Waldes

Die lange Nacht der

Winterschläfer

Manche beneiden sie, die tierischen Langschläfer. Bereits im Herbst senken sie ihre Körpertemperatur auf ein niedriges Niveau ab. Puls- und Atemfrequenz reduzieren sich genauso wie alle weiteren Stoffwechselprozesse innerhalb des winterschlafenden Organismus. In dieser Zeit der Ruhe bedient sich der Körper der Reserven, die bestenfalls über die Sommermonate einverleibt wurden, um die nötigen Reserven für die lange Nacht zu bilden.

Einzelne Säugetiere, wie zum Beispiel Fledermäuse, schlafen durch, während andere, wie zum Beispiel der Siebenschläfer und die Haselmaus eher unruhig schlafen, also wenige Male den Winterschlaf unterbrechen. Wird der Schlaf ab und zu unterbrochen, dann spricht man übrigens von Winterruhe. In den Wachphasen wird Nahrung nachgetankt, die Notdurft verrichtet und die Schlafposition angepasst. Ganz anders verhält es sich bei wechselwarmen Tieren - Fische, Reptilien, Amphibien und Insekten halten Kältestarre. Hierbei entspricht die Körpertemperatur der Tiere der Umgebungstemperatur und gebildete Glukose verhindert das Einfrieren der körpereigenen Flüssigkeiten.

Die Taktik bei Winterschläfern und Winterruhern indes ist vergleichbar. Bereits im Herbst werden wintertaugliche Quartiere aufgesucht und hergerichtet. Die Schutzräume wie Erdlöcher und Baumstämme werden von den bald dauer schlafenden Untermietern mit dämmenden Materialien, wie beispielsweise Heu, Blätter oder Wolle ausgepolstert. Beginnt die Ruhephase, dann kugeln sich die Tiere soweit es geht zusammen, um den Energieverlust möglichst klein zu halten. Die Körpertemperatur sinkt in diesem Zustand vom Ursprungswert auf neun bis ein Grad Celcius ab. Wie lange der Schlaf dauert, ist von Art zu Art unterschiedlich. Unser heimischer Igel schläft drei bis vier Monate, während der Siebenschläfer, man hat sich wohl etwas bei dem Namen gedacht, sechs bis sieben Monate ins Traumreich eintaucht – mit kleinen Unterbrechungen.

Warum überhaupt so lange schlafen?

Ohne sich weitergehend zu informieren, würde wohl ein jeder, der auf die Gründe für Winterschlaf angesprochen wird, mit den kalten Außentempe-





raturen und dem Mangel an Nahrungsquellen in der dunklen und kalten Jahreszeit argumentieren. Nur, reicht das als Anlass aus?

Die Forschung geht inzwischen davon aus, dass, ähnlich wie bei den reisefreudigen Zugvögeln, die geänderte Tageslänge eine wichtige Rolle bei der Wahl des Einschlaftermins spielt. Mit der kurzen Tageslänge einher geht der Rückgang an ultraviolettem Licht, was den Hormonhaushalt (Sonnenlicht als Vitamin D-Quelle), nachhaltig beeinflusst.

Wann geht der Wecker?

Die Klärung der Frage, wann die Winterschläfer aufwachen, ist immer noch Thema aktueller wissenschaftlicher Untersuchungen. Man geht jedoch davon aus, dass die körpereigenen Prozesse, die mit Ende der Winterruhe im wahrsten Sinne des Wortes auftauen, steigende Umgebungstemperaturen voraussetzen. Als wichtigstes Wecksignal gelten deshalb nach wie vor steigende Temperaturen, gleichwohl deren Auswirkungen auf den Winterschläfer verschieden bewertet werden. Im

Ergebnis ist sich die Forschung aber einig: Werden Winterschläfer nicht gewaltsam aus dem Schlaf gerissen und hatten die Schläfer genügend Futter vor dem Schlaf, dann wachen sie auch sicher wieder auf.

Was machen eigentlich die wachen Tiere?

Auch sie fahren ihre Stoffwechselaktivitäten zurück. An einheimischen Hirschen hat man festgestellt, dass diese trotz der Tatsache, dass sie keinen Winterschlaf halten, ihren Stoffwechsel der Jahreszeit anpassen. In der Nachtruhe wird die Körpertemperatur auf bis zu 15 Grad Celsius zurückgefahren. Als Ursache für die Regulierung der Körpertemperatur und des Stoffwechsels nennt die Forschung verschiedene Arten von artgerechter und eben nicht artgerechter Nahrung. Darüber hinaus geht man davon aus, dass in unterschiedlichem Maße jeder wache Vertreter des Tierreichs während der kalten Monate seine eigene Überlebensstrategie entwickelt hat. Wie diese aussieht, das kann sich durchaus unterschiedlich darstellen.

Jens Wacker

Buchtipp

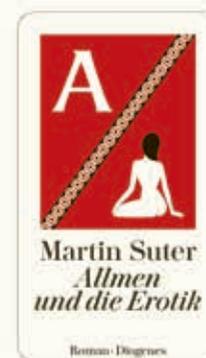
Allmen und die Erotik

Allmen und die Erotik von Martin Suter ist der fünfte Band um Johann Friedrich von Allmen und dessen Firma. Allmen International Inquiries befasst sich mit der Wiederbeschaffung wertvoller Kunstgegenstände. Carlos, Allmens Diener und damit Mädchen für alles, stieg zu seinem Teilhaber auf. Er ist ein wichtiger und sehr nützlicher Kompagnon, wenn es um die Recherche – auch am Rande der Legalität – und um Preisverhandlungen geht. Denn eines kann der Lebemann Allmann gar nicht: mit Geld umgehen. Weil die große Villa inzwischen verkauft werden musste, wohnen die beiden Männer zusammen mit Maria in dem dazugehörigen Gartenhäuschen.

Wieder einmal ist das Geld knapp und Allmen alles andere als liquide. Hinzu kommt eine Erpressung, der sich Allmen beugen muss, um wenigstens seinen Ruf zu wahren. Damit bringt er nicht nur sich, sondern auch seinen Teilhaber Carlos in Schwierigkeiten. Allmen und Carlos geraten an einen geheimen Schatz wertvoller Porzellanfigürchen für Liebhaber der expliziten erotischen Darstellung.

Der Fall ist kompliziert, ein wenig skurril und entwickelt sich mit Schleifen und auf Umwegen. Ein wenig altmodisch muten Sprache, Attitude und Handlung an. Das Tempo ist eher gemächlich und lässt Raum für die Betrachtung Allmens und seiner Kontrahenten. Da wären die überhitzte Kunstszene, die religiöse Sekte und die elitären Snobs, die sich alles in allem in ihrem jeweils eigenen Kosmos bewegen. Die Allmen-Reihe ist für Genießer und Freunde der Suterschen Schreibkunst, die auch wieder hier in seiner leicht distanzierten Weise kenntnisreich den Leser zu fesseln vermag.

Info:



Allmen und die Erotik

Martin Suter
Diogenes Verlag
978-3-257-07033-0

Holz.

Die Schönheit der Natur

➤ **Öffnungszeiten Ausstellung:**
Mo-Fr 9-18 Uhr, Sa 9-13 Uhr

➤ **Öffnungszeiten Abholung/Lager:**
Mo-Fr 8-17 Uhr, Sa 8-13 Uhr

➤ Große Ausstellung auf 2 Etagen!

➤ NEUBAU der Ausstellung
Jetzt neu auf über 3.000 m²!

➤ **Innentüren** aus Holz + Glas

➤ **Parkett, Laminat, Leisten**

➤ **Plattenwerkstoffe**

➤ **Gartenholz** und Möbel für die Terrasse

➤ **Konstruktionsholz**

➤ **Fassadenprofile** und Schnittholz

➤ **Natürliche Dämmstoffe**

➤ **Paneele** für Wand + Decke

➤ **Bauholz**

➤ **Haustüren**

➤ **NEU:** Sie finden uns ab sofort auf **doppelt so großer Ausstellungsfläche**. Wir **beraten** Sie kompetent und zeigen Ihnen gerne unsere große Auswahl in den neuen Räumen.

➤ Lotschstraße 2, Landau/Pfalz
Gewerbegebiet Nord
A65, Ausfahrt Landau Nord
Tel. 0 63 41 / 684-0, Fax / 684-134
info@wickert.net, www.wickert.net

Böden u. Leisten Türen u. Beschläge Decken u. Wände Terrasse u. Balkon Garten-gestaltung Holz Bau- alle anderen Produkte
Öko-Baustoffe rund ums Holz

➤ Besuchen Sie unsere Ausstellung **EXPO HOLZ**

Kurzgeschichte

Nachtsturm



Die Nacht war stürmisch. Der Wind heulte in den Straßen und rauschte in den kahlen Bäumen. Der volle Mond ritt auf zerrissenen Wolken. Die Nacht war zum Bersten gefüllt. Angst, Unsicherheit, Wut, Veränderung. Aber auch Aufbruch, Neuanfang lagen im Brausen des Sturms. Eine Melange an Widersprüchlichkeiten tobte um das Vorrecht. Was war wahr, was war real? Real war, was gewesen war und ebenso real war bereits, was kommen sollte. Denn es lag im Sturm. Doch die Entscheidung über die endgültige Windrichtung war im Sturm der Nacht noch nicht getroffen. Sie stand bevor. Jetzt.

Es war an der Zeit. Ein Zauber, eine Magie lag in der Dunkelheit, durch die das Mondlicht immer wieder drang.

Eine Frau stand in einer der langen, leeren Straßen. Nicht am Rand. Nicht in der Mitte. Sie hob das Gesicht und ließ den Wind von vorne kommen. Ihr Stand war fest, der Rücken gerade, die Schultern breit. Fast trotzig hatte sie die Hände in die Taschen ihres Mantels gesteckt. Von ihr ging Kraft aus. Entschlossenheit. Ihr Bewusstsein dehnte sich aus und füllte den Straßenzug. Eine ganze Weile stand sie so da. Sie ließ den Sturm geschehen und wich keinen Zentimeter. Sie nahm die Dunkelheit in sich auf, bis sich der Schein des Mondes auf ihrem Gesicht niederließ.

Ihr wehendes Haar glänzte, als die Dunkelheit wieder abzog. Sie zog die Hände aus den Taschen und streckte die Finger einzeln, die Handflächen schienen zu glühen. Energie durchströmte sie. Sie selbst leuchtete auf eine andere Art, als dass man es über das Auge hätte wahrnehmen können.

Das Leuchten war hell und warm. Alles Negative floss ab. Keine Wut, keine Angst und keine Unsicherheit umgaben sie. Sie öffnete die Augen, ihr Blick war offen, weit und klar. Die Vergangenheit lag hinter ihr. Sie machte einen Schritt und betrat die Zukunft. Man hat immer eine Wahl.

Langsam wurde es hell.



Nach der Wintersonnenwende am 21. Dezember werden die Tage wieder kontinuierlich länger. Zum astronomischen Frühlingsanfang am 20. März haben sich Tag und Nacht dann so angenähert, dass sie beide gleich lang sind – und das auf der ganzen Welt. Doch warum ist das so?

Tag und Nacht

in Balance

Genau zweimal im Jahr erleben wir die Tag- und Nachtgleiche. „Jeweils um den 20. März und den 20. September herum befindet sich die Sonne genau über dem Äquator“, so Matthias Habel, Meteorologe und Pressesprecher bei WetterOnline. „Auf diese Weise werden sowohl die Nord- als auch die Südhalbkugel im selben Maße beschienen. Zu diesem Zeitpunkt sind Tag und Nacht auf der gesamten Erde gleich lang.“ Während die Tag- und die Nachtgleiche den astronomischen Frühlings- beziehungsweise den Herbstbeginn markiert, kennzeichnen die Sonnenwenden am 21. Dezember und 21. Juni den Winter- und Sommeranfang. Zur Wintersonnenwende

am 21. Dezember ist der Tag übrigens am kürzesten, bei uns in Deutschland bedeutet dies weniger als acht Stunden Licht. Zur Sommersonnenwende, sechs Monate später, ist der Tag mit rund 16,5 Stunden in Deutschland dann am längsten hell.

Erde und Sonne: Ein schräges Duo

Doch wie entstehen die unterschiedlich langen Tage und Nächte? Innerhalb von einem Tag dreht sich die Erde einmal um ihre eigene Achse. Diese Drehung sorgt für den Wechsel von Tag und Nacht. Gleichzeitig umrundet unsere Erde einmal im Jahr die Sonne. Der Erdball steht allerdings nicht senkrecht

auf seiner Laufbahn, sondern geneigt. Aufgrund dieser Schiefelage wird die Erdoberfläche unterschiedlich stark beschienen. Meteorologe Matthias Habel erklärt: „Durch die Schräglage der Erde von rund 23,5 Grad erhält die nördliche Erdhalbkugel im Sommer sehr viel Tageslicht – im Winter hingegen sind die Tage kürzer, da die Sonne sehr flach auf die Erde trifft. Am Äquator macht sich die Neigung der Erdachse hingegen kaum bemerkbar. Dort sind Tage und Nächte ganzjährig etwa gleich lang.“

Vor oder zurück? Die Zeit im Wandel

Während sich die Länge der Tage und Nächte rund um den Äquator das ganze Jahr kaum verändert, variiert sie in Deutschland stark. Um das Tageslicht möglichst effektiv zu nutzen und weniger Strom

durch künstliches Licht zu verbrauchen, wurde die Zeitumstellung eingeführt. Am 31. März 2019 stellen wir unsere Uhr deshalb um eine Stunde auf die so genannte Sommerzeit vor. Über Sinn und Unsinn und gar Abschaffung dieser Umstellung wurde unlängst diskutiert. Sicher ist jedoch: Die Tage werden länger und Stück für Stück nähern wir uns der hellen Jahreszeit.

Wann es hell und dunkel wird und wie lange man noch auf den Frühling warten muss, erfährt man jederzeit über www.wetteronline.de, über die WetterOnline App oder den WetterOnline WhatsApp Service.

Quelle: WetterOnline



 **GIESSWEIN**

Der Merino Runners ist ein Sneaker aus Merinowolle und in Sachen Tragekomfort unvergleichbar.

Wir haben diesen Schuh in vielen Farben.

SCHUHZIMMER

Hauptstraße 111
67433 Neustadt a.d. Weinstraße

Mo-Fr 9:30-18:30 Uhr · Sa 9:30-16:00 Uhr

Augen-Blick-Mal



Standesamt Landau legt Statistik vor: Emma und Elias beliebteste Vornamen 2018

Emma und Elias waren 2018 die beliebtesten Vornamen für in Landau geborene Kinder. Das geht aus der Jahresstatistik hervor, die das städtische Standesamt jetzt vorgelegt hat. Beide Namen wurden 17 Mal beurkundet. Auf den Plätzen folgen bei den Mädchen Mila (elf Beurkundungen) und Sophie (neun Beurkundungen); bei den Jungen Felix (16 Beurkundungen) sowie Ben und Leon (je 12 Beurkundungen).

Emma konnte damit den Spitzenplatz aus dem Vorjahr verteidigen. 2017 hatte der traditionelle Name erstmals den langjährigen Favoriten Marie entthront. Weitere beliebte Mädchennamen in der aktuellen Statistik für das Jahr 2018 waren Frieda und Mia mit je acht Beurkundungen sowie Ella, Emilia, Ida und Marie mit je sieben Beurkundungen. Nur je einmal im Ranking finden sich seltene Namen wie Divine, Fanny, Ophelia, Rosl und Vaiana.

Bei den Jungen konnte Elias seine Top-Platzierung aus dem Jahr 2016 zurückerobern, die er im Jahr 2017 an Leon verloren hatte. 2018 außerdem beliebt waren Jakob mit elf Beurkundungen, Jonas mit zehn Beurkundungen, Paul mit neun Beurkundungen, sowie Finn, Luis und Samuel mit je acht Beurkundungen. Nur je einmal in der Statistik tauchen etwa August, Carlson, Eden, Jeppe und Seif auf.

Welche Vornamen erlaubt sind und welche nicht, ist klar geregelt. Das Standesamt prüft auf verschiedenen Wegen, ob es den gewünschten Namen als Vornamen bereits gibt. Wird es nicht fündig, liegt die Nachweispflicht bei den Eltern. Können auch diese den gewünschten Namen nicht als bekannt nachweisen, ergeht eine Anfrage an die Namensberatungsstellen der Uni Leipzig, der Gesellschaft für deutsche Sprache oder – bei ausländischen Staatsbürgern – des jeweiligen Konsulats. Kann der Name als vorhanden nachgewiesen werden, wird er auch beurkundet.



Ausstellung: Essen. Not Kult Lust

Vom 11. Januar bis 17. Februar 2019 findet im Kunsthaus Frankenthal die Ausstellung Essen. Not Kult Kunst – Aus der Kulturgeschichte des Essens in Europa und Deutschland statt. 22 bildende Künstler versprechen anhand von Bildern, Blättern und Objekten, den Facettenreichtum der Welt der Kulinaria einzufangen. Ein kritischer Blick auf Gemeinsamkeiten und Unterschiede des Konsums in verschiedenen Ländern, aber auch in der nahen Heimat, lässt das alltäglich Notwendige, nicht selten technologisch als Nahrungsaufnahme bezeichnet, wieder zu dem werden was es ist, nämlich dem leckeren Teil der Kulturgeschichte. Die Ausstellung wird von einem 60-seitigen Kunstband und von zwei Begleitveranstaltungen begleitet.

11. Januar bis 17. Februar, Dienstag bis Sonntag,
14 bis 18 Uhr
Kunsthaus Frankenthal, Mina-Karcher-Platz 42a,
67227 Frankenthal (Pfalz)

www.kunsthaus-frankenthal.de

In der nächsten Ausgabe:

Der Redaktionsschluss für die Ausgabe April/Mai 2019 ist der 15. März. Ab dem 4. April 2019 liegt Ihr *Chili* wieder an allen bekannten Verteilerstellen.

Eine Liste unserer Verteilerstellen finden Sie unter www.chili-dasmagazin.de/verteilerstellen

*Wohnen
und Leben*



Chili **DAS MAGAZIN!**

Anzeigenleitung

Wolfgang Ulrich

Tel.: 06321-8900900

mobil: 0172 - 6583056

w.ulrich@chili-dasmagazin.de

Herausgeber

Chili
die WerbeMacher

Chili – die WerbeMacher GmbH
Angaben nach §9 Abs. 4 des LMG
Geschäftsführer:
Ira Schreck, Wolfgang Ulrich

Chefredaktion
Ira Schreck

Verlags- und Redaktionsanschrift

Chili
MAGAZIN

Luisenstraße 1
67434 Neustadt/Weinstraße
Telefon 0 63 21 - 89 00 90-0
Telefax 0 63 21 - 89 00 90-50
redaktion@chili-dasmagazin.de
www.chili-dasmagazin.de

Grafik/Layout

inNull,nichts
Mediengestaltung

Thamar Wendler
grafik@chili-dasmagazin.de

Titelbild

Ira Schreck

Fotos

Ira Schreck, Norman Krauß, Tim Schreck
S. 16 © pixabay.com
S. 18 © pixabay.com
S. 34 © pixabay.com
S. 37 © pixabay.com
S. 44 © pixabay.com
S. 56 © Fotolia.com - 41593719
S. 60 © pixabay.com
S. 62 © pixabay.com
S. 64 © pixabay.com
S. 74, 75 © pixabay.com
S. 77 © pixabay.com
S. 81 © Fotolia.com - 64718888

Autoren

Ira Schreck, Jens Wacker

Anzeigengestaltung

Anja Klein, Thamar Wendler

Der Zusatz ©chili-Die WerbeMacher GmbH in den von uns abgedruckten Anzeigen bezieht sich auf die Gestaltung der Anzeigen und nicht in allen Fällen auf die in den Anzeigen enthaltenen Fotos, Slogans und Logos u.ä.. Wir weisen darauf hin, dass die von unserer Grafikabteilung gestalteten oder geänderten Anzeigen diesen urheberrechtlichen Hinweis erhalten.

Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte und Druckunterlagen übernehmen wir keine Haftung.

Für Druckfehler keine Gewähr

© alle Rechte beim Verlag. Kein Teil dieses Magazins darf in Druck, Fotokopie, digital oder einem anderen Verfahren ohne schriftliche Genehmigung reproduziert, verarbeitet oder verbreitet werden.



Druckerei
PVA Dienstleistung GmbH
Industriestraße 15
76829 Landau/Pfalz
www.pva.de

82 | **Chili** erLesen

Kolumne:

Das fragile System

Wir sind ja hochtechnisiert. Mit einer Informationsflut floaten wir durch den Tag, merken uns nichts mehr, weil wir es nicht müssen, denn wir schauen alles nach, googeln, simsen, chatten, machen schnell ein Foto von Dingen, die wir uns eigentlich einprägen oder abschreiben sollten. Wir sind per Facebook und Twitter immer auf dem neuesten Stand.

Die wenigsten unter uns sind noch in der Lage, am Bankschalter eine Überweisung zu tätigen, einen Briefumschlag zu beschriften und frankieren. Aber wann der nächste Zug am Bahnhof einläuft, wissen wir genau, denn wir haben den aktuellen Fahrplan inklusive Verspätungen in Echtzeit per App griffbereit zur Hand. Gegen die Vergesslichkeit nützen die Helferlein auf dem Smartphone, die wir füttern und stets einsehen können. Wir sind überall erreichbar und tauschen die noch so kleinste Kleinigkeit sofort mit der Welt. Gewollt und durchaus auch ungewollt.

Allerdings nur solange uns das Internet nicht den Dienst verweigert. Wehe, wenn die Leitung kippt und die Verbindung auch nur Schwankungen aufweist. Dann sind wir verloren. Unsere Daten sind nicht mehr greifbar. Dunkle Wolken ziehen vor die Cloud und wir fühlen uns klein und hilflos. Ein Tag ohne Facebook, ohne Chat und ohne Messenger ist schon schlimm genug. Aber man kann es überleben, solange die Telefonleitung noch steht. Das ist der Notfallplan. Tatsächlich hat man festgestellt, dass die Jüngeren unter uns nicht mehr gerne oder fast gar nicht mehr telefonieren. Auch nicht mehr telefonieren können, wenn es sich um

geschäftliche Telefonate handelt. So werden Einstellungstests neuerdings durch einen Telefonat-Check ergänzt.

Allerdings sind die – mentalen – Erinnerungen ebenso überschattet wie das leise Kommunikationsvermögen, denn das Denkarium liegt im unerreichbaren Nirwana. Welche Unterlagen wollte ich noch gleich dem Kunden mitbringen? Wie lautete das Passwort? Wie hieß das Buch, das mir Anna so dringend ans Herz gelegt hatte? Und wie komme ich von A nach B, wenn mein Navi vom Satelliten abgeschnitten ist? Und wie war noch meine, deine, seine, ihre Telefonnummer?

Man muss tatsächlich in der realen Welt jemanden fragen. Mit Menschen sprechen. Von Angesicht zu Angesicht. Auch dieser Notfallplan, tritt er denn in Kraft, ist zu bewältigen. Vielleicht mit Mühe, aber es ist machbar.

Jetzt wird es komplizierter. Wie kann ich offline Überweisungen tätigen, wenn meine Bank ihre Schalter nur im World Wide Web hat? Und wie kann ich meine Online-Geschäfte überwachen, wenn ich nicht mehr online sein kann?

Wir sind hochtechnisiert. Wenn es funktioniert. Das fragile System.

20
Jahre www.wohs.de



RIANI · ABRO · CAMBIO · FROGBOX · MILESTONE · MARC AUREL
RAFFAELLO ROSSI · PRINCESS GOES HOLLYWOOD
MARCCAIN SPORTS · COLLECTIONS

wohs
Made pure

Friedrichstraße 8 · 67433 Neustadt 0 63 21-48 93 48 · www.wohs.de

mo. - fr. 9.30 - 19 Uhr, sa. 9.30 - 16 Uhr; auch (Abend-)Termine nach Vereinbarung möglich.

Einkauf erleben
Gastronomie genießen
Dienstleistungen nutzen



Foto: Peter Hofmeister

**Willkomm**
Gemeinschaft e.V.
Neustadt an der Weinstraße

www.willkomm-neustadt.de

Neustadt an der Weinstraße:
vielfältig – persönlich – nah