

Unbezahlbar

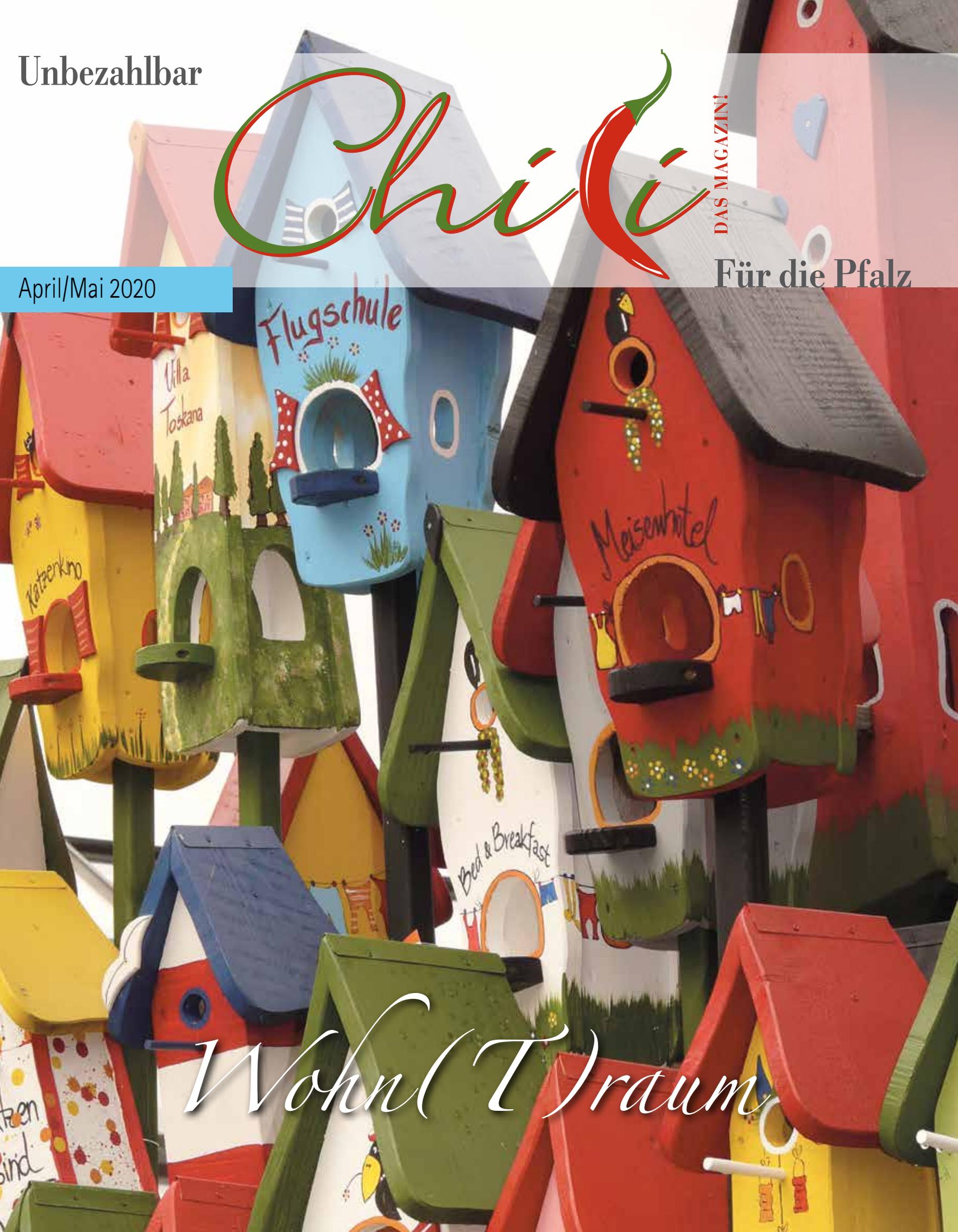
Chili

DAS MAGAZIN!

April/Mai 2020

Für die Pfalz

Wohn(T)raum





**Wir bieten eben
mehr als nur vier Wände
und ein Dach.**

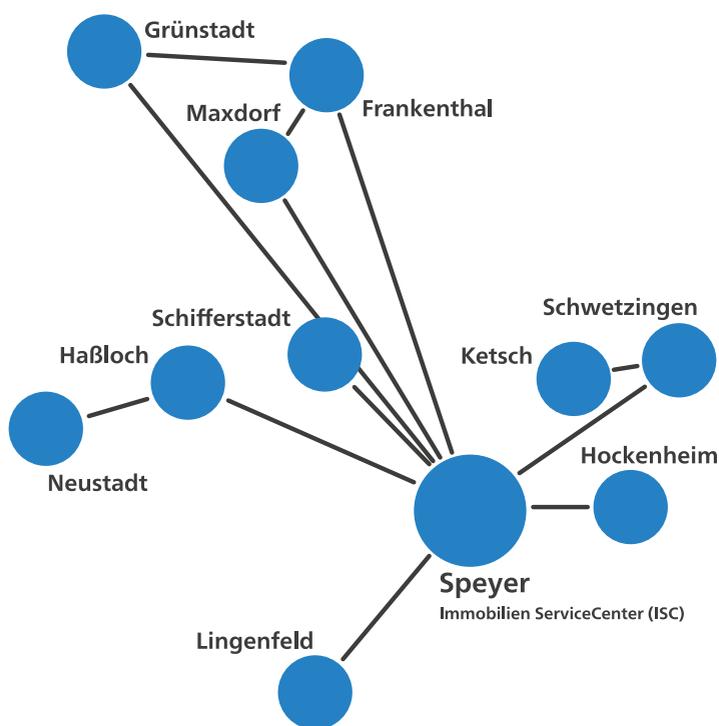
Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

**Persönlich
für Sie vor Ort**

**Beste Voraussetzungen zum Kaufen
und Verkaufen von Immobilien und
Baugrundstücken.**

- über 25 Jahre Immobilienerfahrung
- 11 Immobilien-Standorte in der Region
- überregionales Geschäftsgebiet und flächen-
deckende Filialstruktur
- persönliche und individuelle Betreuung durch
qualifizierte Immobilienexperten vor Ort
- attraktives Kunden-, Mitarbeiter- und Partner-
banken-Netzwerk
- erweiterte/s Marktgebiet und Handelsplattform
durch Immobilienverbund Rhein-Neckar-Pfalz
- komplettes Service- und Dienstleistungspaket
der Vereinigten VR Bank Kur- und Rheinpfalz eG



 **Vereinigte VR Bank**
IMMOBILIEN

Telefon: 06232 618-5000

Wohn(T)raum

Liebe Leser,

es sind unsichere Zeiten, in denen wir uns bewegen. Das Corona-Virus hält uns mit aller Macht gefangen und hat uns bereits zu einer Abkehr von der Normalität gezwungen. Wie lange diese Pandemie anhalten und wie sich die Zeit danach gestalten wird, weiß niemand. Noch nicht.

Aber es wird eine Zeit danach geben. Das Leben wird weitergehen. Die Wirtschaft wird wieder Fahrt aufnehmen, die Leute werden ihre sozialen Kontakte pflegen können, wir werden wieder reisen und unbeschwert in Kneipen und auf Festen das Leben genießen.

Dann wird die Weltbevölkerung vielleicht sogar etwas schlauer sein, überlegter handeln oder eher zu schätzen wissen, was ein unbeschwertes Leben in Freiheit bedeutet. Und hoffentlich vergessen wir es nicht so bald wieder.

Sie halten thematisch ein virusfreies Magazin in Ihren Händen. Wir wollen Ihnen die schönen Seiten des Lebens zeigen und Sie positiv stimmen. Machen Sie es sich in den eigenen vier Wänden und im Garten gemütlich und entdecken Sie Ihr persönliches Zuhause wieder neu. Oder Sie bereiten sich modisch auf den Sommer vor, denn dieser kommt bestimmt.

Aber vor allem: Bleiben Sie gesund!

Herzlichst
Ira Schreck
Chefredakteurin



Inhaltsverzeichnis

Wohn(T)raum

EinBlick

- 14 Wohnen ist Heimat
- 16 Haus im Trend
- 18 Wohnen im Trend
- 20 Heizen im Trend
- 22 Wohnformen für Ältere
- 24 Bezahlbares Wohnen in Speyer
- 26 Immobilien anvertrauen:
Die Vereinigten VR Bank Kur- und
Rheinpfalz eG
- 27 Geschäftsgründungen gefördert
- 28 Inspiration für ein schönes Zuhause



aus dem

Inhalt



Wohnlich

- 30 Wohntipps für Sie
- 38 Nachhaltig grün
- 40 Die schönen Seiten des Lebens



Modisch

- 42 Mode im Trend
- 52 Lust auf Mode

Kommunales

- 54 Artenschutz im Zoo Landau
- 80 Ehrenamt in Landau

Ernährung

- 57 Lebensmittel oder Superfood
- 60 Olivenöl in Zahlen

Gesundheit

- 62 Unterschiede bei Herzklappenfehlern
- 64 Atmung ist Wellness
- 66 Ein- und Durchschlafen
- 68 Alle Jahre wieder
- 70 Heidelbeeren liegen im Trend
- 72 Telefonseelsorge

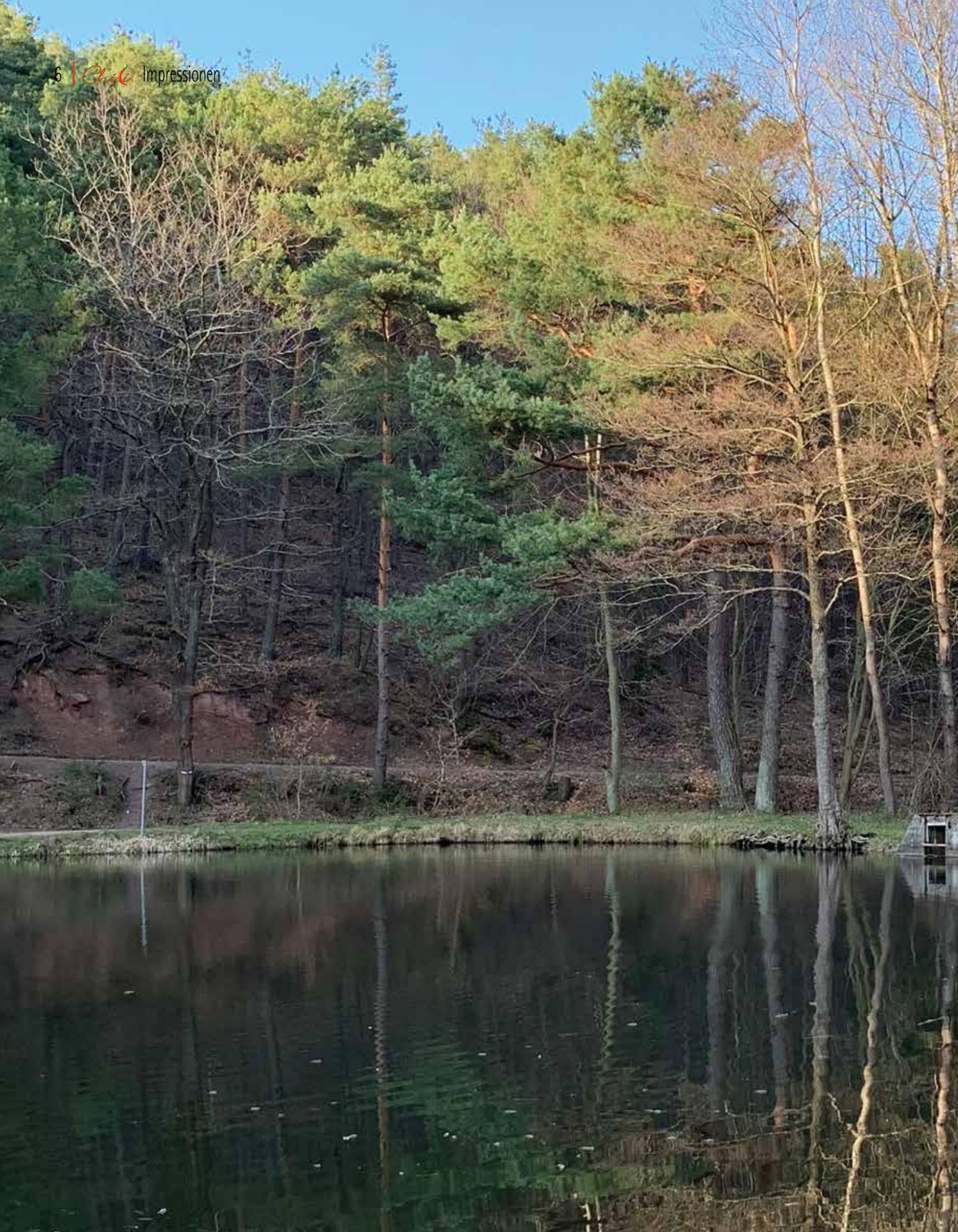
erLesen

- 74 Zuletzt: Wussten Sie schon
- 78 Buchtipp
- 79 Kurze Geschichte: Ins Leben
- 82 Kolumne: Der Zeitgeist-Teller

Standards

- 3 Apropos
- 4 Inhalt
- 6 Impressionen
- 12 kurz notiert: Aus Handel und Wirtschaft
- 81 AusSchau
- 81 Anzeigenberatung
- 82 Impressum







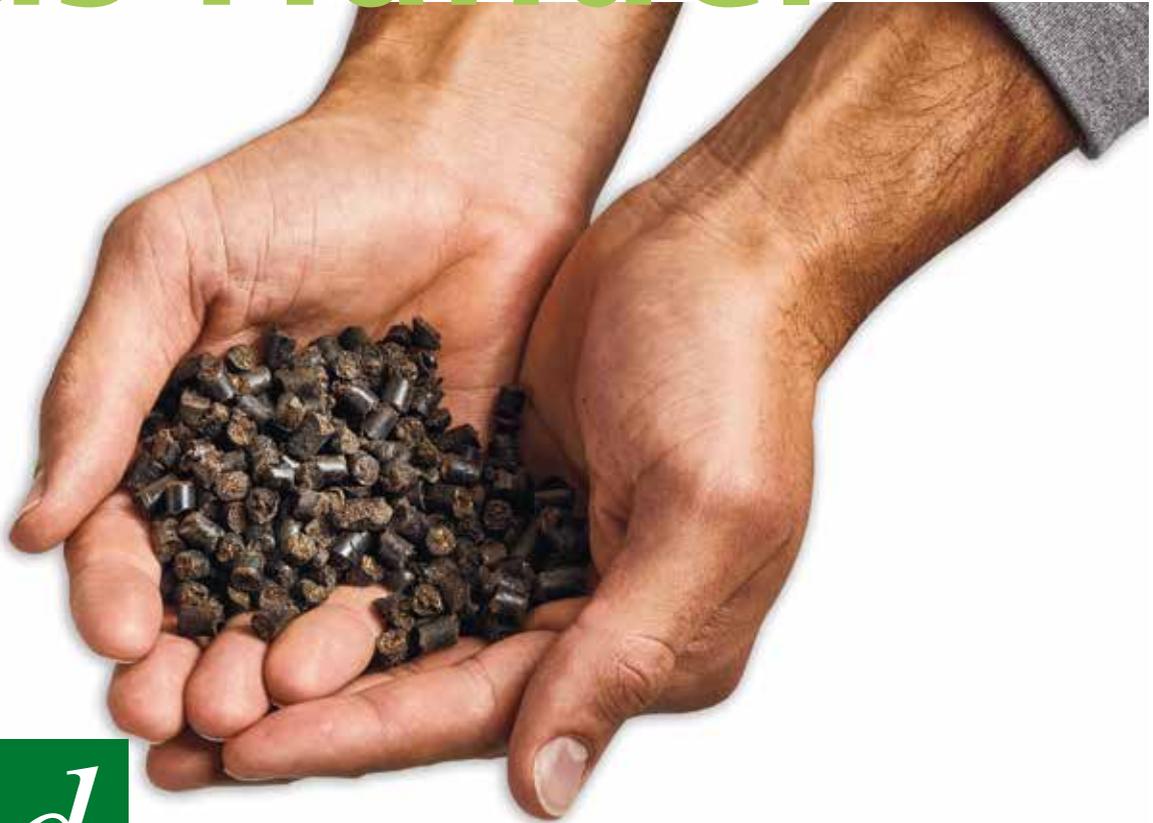








Aus Handel



und

Wirtschaft

*DüngMe,
der 100% pflanzliche
Bio-Dünger*

Ein Universal-Bio-Dünger auf rein pflanzlicher Basis, entwickelt und produziert in der Pfalz, dazu noch anwenderfreundlich und nachhaltig effektiv, das kommt für alle Privatgärtner mit eigenem Garten oder Balkon genau zur richtigen Zeit. Die Brüder Andreas und Alexander Friedrich aus Hochdorf-Assenheim haben D_üngMe, so der Name des Universaldüngers, entwickelt. Im vergangenen Jahr gründeten die Brüder ein Start-up Unternehmen, um den Dünger in Pelletform zu produzieren und zu vertreiben. Der rein biologische Dünger wird bereits seit mehreren Jahren im heimischen landwirtschaftlichen Betrieb (unter Produktionsbedingungen) in Hochdorf-Assenheim erfolgreich getestet und auf den eigenen Kartoffel- und Maisacker ausgebracht.

Produziert wird der Dünger ebenfalls schon seit Jahren in Eigenregie. Auf dem landwirtschaftlichen Hof des Familienbetriebs Friedrich – übrigens wird er mittlerweile in vierter Generation geführt – werden in der eigenen Biogasanlage Maispflanzen und ein wenig Gras aus eigenem Anbau vergoren. Mit dem entstehenden Gas wird über Blockheizkraftwerke Strom erzeugt. Als Nebenprodukt bleibt ein Gärrest aus zersetzten Pflanzenrückständen, den Alexander Friedrich auf seine Felder ausbringt. Da die Ausbringung des Düngers in flüssiger Form nur für landwirtschaftliche Betriebe praktikabel ist, haben sich die Brüder für Privatgärtner eine anwenderfreundlichere Lösung einfallen lassen. Durch Trocknung und Pressung entstehen Pellets, die gut dosiert rund um die Pflanzen oder auf großen Flächen gestreut werden können. Nach ausreichender Wässerung geben sie die Nährstoffe an den Boden und somit an die Pflanze ab.

Der hochwertige organische Dünger besteht zu 100 Prozent aus Pflanzen, womit eine langfristige Bodengesundheit ermöglicht wird. DüngMe ist frei von Nitraten und damit frei von Grundwasserbelastungen und Auswascheffekten bei Regen. Die Nährstoffe bleiben stattdessen im Boden, der nachhaltig und langfristig durch den Humusaufbau aktiviert und belebt wird. Der Kreislaufgedanke ist den Friedrich-Brüdern besonders wichtig: DüngMe wird rein aus Pflanzen gewonnen und wieder für Pflanzen verwendet – und dies zusätzlich aus regionalem Anbau und Produktion.



Kontakt

DüngMe ist erhältlich bei
Blumen Schupp in Gimmeldingen,
Blumen Gaab in Landau,
im Gartencenter Edesheim
sowie im Online-Shop www.duengme.de.
Infos auch per WhatsApp 0151-5525462.

Saisonstart: Fliegengitter für Fenster & Türen nach Maß!

NEU: Selbstreinigendes Gewebe

Für Sie:

**Maßgefertigte Qualität
aus Hassloch!**

Transpatec-Gewebe:

- hohe **Licht- / Luftdurchlässigkeit**
- innovative **Anti-Schmutz-Beschichtung** daher **Selbstreinigungseffekt**
- witterungsbeständig, langlebig
hohe Reißfestigkeit

Perfektion sieht man nicht,
... man spürt Sie!

S. Wagner

Unsere Ausstellung
ist samstags von
9⁰⁰ - 15⁰⁰ Uhr
für Sie geöffnet!

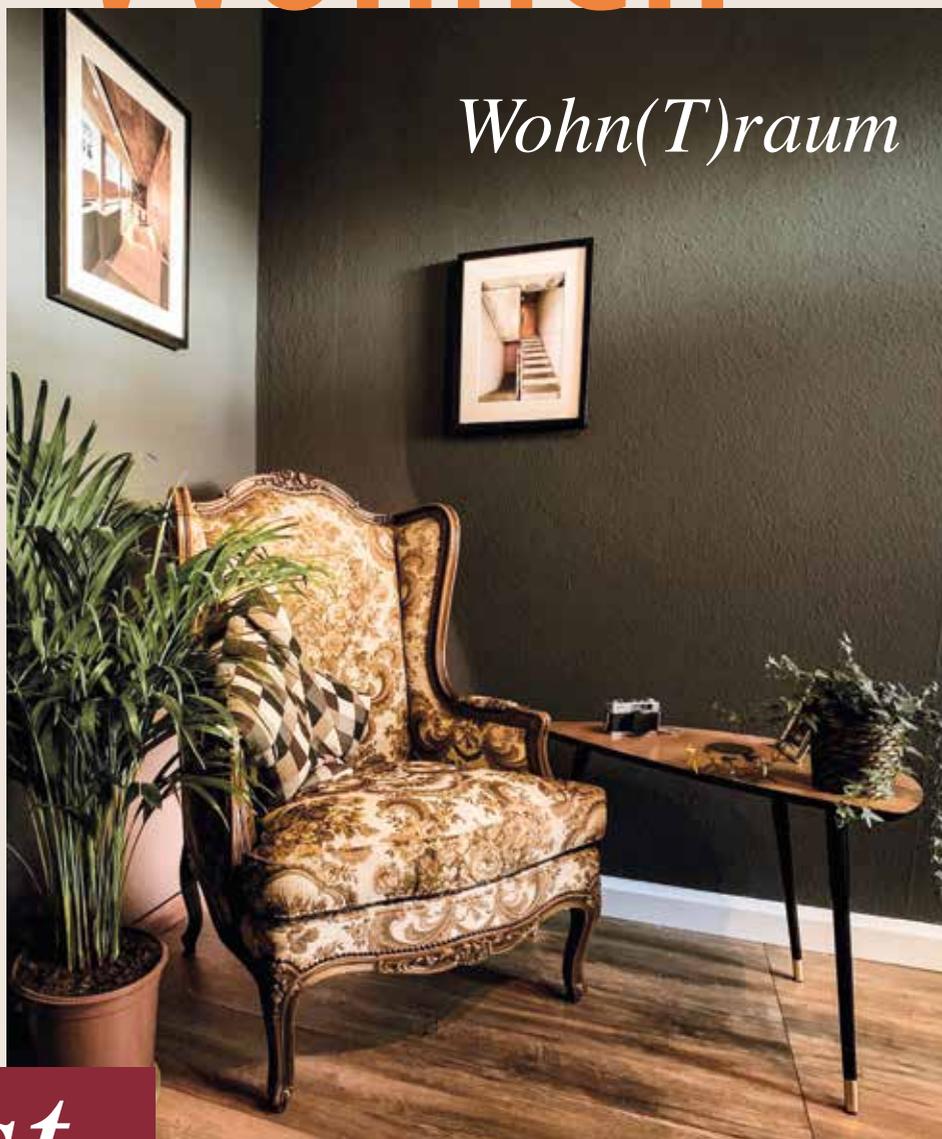
HAUCK
Fliegengitter

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

QR-Code scannen
Transpatec-Film
anschauen



Wohnen



ist

Heimat

Das Thema Wohnen ist komplex. Es beginnt bei der Frage, wo man schläft und seine privaten Dinge aufbewahrt. Wohnen ist ebenfalls ein Rückzug aus der Außenwelt in die Innenwelt und meint ein zur Ruhe Kommen. Und hier beginnt die Frage nach der Persönlichkeit und der individuellen Ausrichtung, nach Wünschen und Bedürfnissen – und nach dem finanziellen Spielraum. Das Thema Wohnen impliziert weit mehr als nur das Dach über dem Kopf und die viel beschworenen vier Wände. Wohnen ist ankommen, entfalten, Kraft schöpfen, Heimat und Sprungbrett zugleich.

Wie man wohnt, zeigt der Umwelt auch, wer man ist – oder zu sein scheint. Wohnen ist ein teures Vergnügen. Die Grundstückspreise sind hoch, besonders dort, wo es schön ist, viel los ist, die Arbeitsmöglichkeiten reichlich und der Studienplatz begehrt ist. Entsprechend hoch sind die Mieten. Tatsächlich stagnierten in 2019 erstmalig die Angebotsmieten seit vielen Jahren. Ein gutes Zeichen. Der Markt ist in Bewegung geraten, denn die Menschen weichen aus und suchen Alternativen. Wenn Berlin als Studienort einfach zu teuer ist, weil es keinen bezahlbaren Wohnraum gibt, dann werden eben andere Städte wie Magdeburg gewählt. Ist in München das Einfamilienhäuschen ein utopischer Traum, dann wählt man Augsburg und pendelt. Auch in der Pfalz gibt es ein Mietgefälle von den Mittelzentren zu den Dörfern. Diese Entwicklung bringt zum einen Pendler auf die Straße oder Schiene, was sowohl die Umwelt, die Nerven und letztlich die Work-Life-Balance belastet. Zum anderen führt es zu einem gesunden Konkurrenzverhalten der Regionen, von dem alle profitieren können.



Munter + Entspannt Altdorfer Matratzengeschäft

*Wir liefern und montieren
ohne Aufpreis!*



Neu bei uns:

**Das Bett der
1.000 Möglichkeiten**

- Buche / Kernbuche / Eiche vollmassiv
- In allen gängigen Größen und 2 versch. Höhen
- Ökologische Oberfläche

Auf einer Fläche von 400 m² bieten wir Ihnen eine riesengroße Auswahl an Massivbetten, Matratzen, Lattenroste sowie Bettzubehör. Wir führen Komfortbetten mit automatischen Rahmen (Rücken-, Bein-, und Niveauehebung).

Gerne beraten wir Sie auch in Ihrer Wohnung und entsorgen bei Neukauf ihr altes Bett.

Munter + Entspannt Altdorfer Matratzengeschäft · Warenhandels-gesellschaft mbH

Raiffeisenstraße 1 · 67482 Altdorf · Tel. 0 63 27/96 19 20 · Fax 0 63 27/16 99 · www.matratzenlager.com

Öffnungszeiten: Dienstag bis Freitag 10 - 18 Uhr · Samstag 10 - 14 Uhr oder nach telefonischer Vereinbarung



Haus

*Moderne Massivhäuser
sind smart,
energieeffizient und
barrierearm*



im **Trend**

Wohnen in überdimensionierten Einfamilienhäusern wird beim Neubau zunehmend abgelöst von einem Trend, in dem kleiner und praktischer gedacht wird. So werden so genannte Tiny Houses immer beliebter – und auch das barrierefreie Wohnen auf einer Ebene gewinnt weiter an Brisanz. Für Umweltbewusste rücken die Themen Nachhaltigkeit und Energieeffizienz in das Blickfeld, nicht zuletzt auch aufgrund des neuen Gebäudeenergiegesetzes.

Wohnen auf einer Ebene

Der demografische Wandel sorgt hierzulande dafür, dass der Anteil der älteren Bevölkerung stetig anwächst. Das Thema barrierefreies, altersgerechtes Wohnen erfährt somit immer mehr an Bedeutung. Auch junge Bauherren denken zuneh-

mend über das Wohnen auf einer Ebene nach, um das Traumhaus im Alter nicht verlassen zu müssen.

Der Trend zum barrierearmen Wohnen ist nicht neu. Wie die Umfrage bau-o-meter der approxima Gesellschaft für Marktforschung zeigt, steigt das Interesse am Wohnen auf einer



Ebene seit 2017 kontinuierlich. Zuletzt konnten sich 24 Prozent von knapp 1.000 befragten Bauinteressierten einen Bungalow als Eigenheim vorstellen. Der Hemmschuh: Die Grundstückpreise sind hoch, so dass viele Bauherren letztlich doch in die Höhe statt in die Breite bauen.

Energieeffizient und nachhaltig bauen

Energieeffizienz und Nachhaltigkeit liegen auch beim Bauen im Trend. Das liest sich auch an den Ergebnissen des KfW-Energiewendebarmeters 2019 ab. Demnach möchten rund 80 Prozent der deutschen Haushalte etwas an ihrer Energieversorgung ändern – sei es in puncto Energie sparen oder Energie selbst erzeugen. Die Einsparung von Energie ist bei Weitem kein neues Thema: Spätestens seit der Energieeinsparverordnung 2016 (EnEV) sind alle am Bau Beteiligten dazu angehalten.

Smartes Zuhause im Trend

Neben dem Thema Energieeffizienz gewinnt auch der Bereich Smart Home weiter an Bedeutung – und gehört damit zu den Hausbau-Trends 2020, denn über den Einsatz von intelligenter Haustechnik beziehungsweise moderner Gebäudesteuerung lassen sich Geld und Energie sparen. So wirkt sich beispielsweise die Steuerung der Rollläden je nach Sonneneinstrahlung oder Wärmeentwicklung umgehend auf den Energieverbrauch aus. Eine smarte Lichtsteuerung, die sich ausschaltet, wenn man den Raum verlässt, reduziert Stromkosten.



Nachverdichtung in Ballungszentren

Insbesondere in Städten oder stadtnahen Gebieten mangelt es häufig an Bauflächen, womit das Thema Nachverdichtung somit an Relevanz weiterhin gewinnen wird. Damit ist gemeint, dass schon bebaute Gebiete nachträglich dichter bebaut werden. So wird durch die Bebauung von Baulücken, Restflächen, besonders schmalen oder Hanggrundstücken der in urbanen Gegenden knappe Platz optimal ausgenutzt. Bei allem Trend zur Verdichtung muss jedoch das innerstädtische Klima bedacht werden. Dazu sind Grünflächen, die durch Parks und auch Gärten entstehen, sowie Windkorridore durch Baulücken oder schlichte Bauabstände notwendig.

Leben auf kleinstem Raum

Tiny Houses sind schon seit ein paar Jahren im Trend – hinter dem Konzept verbirgt sich nicht nur ein Haustyp, sondern eine neue, moderne Lebensphilosophie und diese basiert auf einem minimalistischen, pragmatischen und kostenbewussten Lebensstil. Wer sich für das Wohnen im Miniformat entscheidet, wird auch die potenziellen Nachteile nicht stark gewichten.

Gerade Familien mit Kindern und ältere Menschen sollten jedoch bedenken, dass ein Tiny House keine Alternative zu einem gewöhnlichen Einfamilienhaus darstellt. Der Raum ist begrenzt, der Komfort gering. Für junge Paare oder Singles birgt das Mini-Haus jedoch einige Vorteile: Die Kosten für den Bau und das Grundstück halten sich in Grenzen, und im Idealfall kann sich ein Tiny House autark mit Energie versorgen. In Zeiten des Klimawandels setzt das ein sichtbares Zeichen für einen nachhaltigen Umgang mit Ressourcen.

RAUMGESTALTUNG



GARDINEN | SONNENSCHUTZ

Große Auswahl an Stoffen, Rollos, Faltstores, Markisen,...



BODENBELÄGE | TEPPICHE

Parkett, Dielen, Laminat, Vinyl, Linoleum, Teppichböden - Ihre Wahl



Unsere Profis **POLSTERN** Möbel, **NÄHEN & MONTIEREN** Vorhänge und **VERLEGEN** Böden.



HELLRIEGEL



Im Klemmhof

Badstubengasse 8 · 67433 Neustadt
Tel. (0 63 21) 18 50 51 · Öffnungszeiten:
Mo.- Fr. 10:00 - 18:30 / Sa. 10:00 - 14:00
www.hellriegel-wohnen.de

Wohnen

*Neue
Trends
beim
Wohnungs-
einrichten*



im

Trend

Neue Trends müssen nicht bedeuten, dass alle Möbelstücke neu erfunden werden. Vielmehr gibt es in diesem Jahr eine Rückkehr zu alt bekannten Trends. Denn Nachhaltigkeit bedeutet heutzutage weniger: Was kommt neu? Sondern eher: Was bleibt?

Art Déco ist zurück

Art Déco ist eine Stilrichtung, der in diesem Jahr eine fulminante Rückkehr gelingen wird. Dieser Stilbegriff wird auf die Formgebung in vielen Gestaltungsbereichen wie Architektur, Möbel, Fahrzeuge, Kleidermode, Schmuck oder Gebrauchsgegenstände angewandt. Auch Gemälde und Illustrationen wurden im Stil des Art déco gefertigt. Diese Stilrichtung entwickelte sich inmitten des generellen Aufbruchs der Klassischen Moderne und wurde erst in den 1960er Jahren in einer definierten Zusammenführung unterschiedlicher Richtungen definiert. Deshalb ist es nicht unwahrscheinlich, dass man manchmal noch im eigenen Fundus oder bei den Großeltern, vielleicht sogar auf Flohmärkten ein paar alte Möbelstücke findet, die sich zum Beispiel durch Goldfüße auszeichnen oder die mit Stoffen bespannt sind, die üppige, bunte Muster zeigen.



Bauhaus forever

Der Bauhaus-Stil gehört schon fast zum guten Ton. Das Staatliche Bauhaus, inzwischen meist nur Bauhaus, wurde 1919 von Walter Gropius in Weimar als Kunstschule gegründet. Nach Art und Konzeption war es damals etwas völlig Neues, da das Bauhaus eine Zusammenführung von Kunst und Handwerk darstellte. Das Bauhaus bestand zeitlich parallel mit und in der Weimarer Republik von 1919 bis 1933 und gilt heute weltweit als Heimstätte der Avantgarde der Klassischen Moderne auf allen Gebieten der freien und angewandten Kunst und Architektur. Die Resonanz des Bauhauses hält bis heute an und prägt wesentlich das Bild modernistischer Strömungen. Nach wie vor sind Möbel, wie zum Beispiel von Charles und Ray Eames, gefragte Klassiker. Man sieht den von Bauhaus inspirierten Stil, wenn man mit offenen Augen durch die Stadt, durch Behörden, moderne Büroräume geht. Ikonische Möbel wie den Lounge Chair oder den DSW Cable Chair findet man überall. Sogar Angela Merkel nutzt in ihrem Büro im Bundeskanzleramt den Aluminium Chair von Eames als Sitzgelegenheit für ihre Gäste.



Peddigröhr-Geflecht

Die bekannteste Verwendung von Rattan und Peddigröhr sind Korbwaren und geflochtene Möbel, insbesondere Stühle und Sessel. Feucht und besonders unter Dampf oder mit der Heißluftpistole wird das Rattanmaterial weich und elastisch genug zum Flechten. Peddigröhr wurde durch die alten Röhrenradios bekannt: Möbel, deren Blenden mit einem klassischen Wiener Geflecht versehen sind, werden in diesem Jahr 2020 wieder in die Möbelhäuser zurückkehren. Mit diesen neuen alten Möbeln lassen sich tolle Akzente in Wohnung oder Haus setzen.



Dekoration mit Keramikelementen

Eine gelungene Einrichtung zeichnet sich aber nicht nur durch Möbel, sondern auch durch die passende Dekoration aus. Wieder im Trend sind Deko-Stücke wie Lampen und Vasen, die aus Keramik gefertigt und mit Pastellfarben versehen sind. Auch Glasstücke mit Struktur machen sich gut in dem neuen Einrichtungsstil.

Individualität beginnt beim Individuum!

Das ist immer der wichtigste Rat, wenn es um die Einrichtung einer Wohnung geht. In den eigenen vier Wänden sollten sich keine Gegenstände befinden, nur weil sie im Trend sind. Wichtig ist, dass die Einrichtungsgegenstände gefallen, man bequem sitzen und sich im Falle einer Neuanschaffung vorstellen kann, lange damit zu leben. Denn dann ist man im Trend, wenn die Dinge lange genutzt werden.

Heizen

*Klimafreundlich
Heizen mit
Holzheizkesseln*



im Trend

Moderne, mit Pellets, Scheitholz oder Hackschnitzeln betriebene Holzheizkessel zeichnen sich durch besonders niedrige Treibhausgas-Emissionen aus. Mit nur rund 25 Gramm CO₂ je erzeugter Kilowattstunde Wärme ist ihre Klimabilanz sogar etwa zehnfach besser als die von Erdgas-Brennwertheizungen. Den Umstieg auf klimafreundliche Holzessel erleichtern zurzeit attraktive Fördermöglichkeiten.

KLIMAFREUNDLICH HEIZEN MIT HOLZ

25 gCO₂



HOLZ-
HEIZKESSEL

250 gCO₂



ERDGAS-
BRENNWERTKESSEL

Der größte Teil des Energiebedarfs privater Haushalte entfällt auf die Bereitstellung von Raumwärme und Warmwasser. Mit der Umstellung von alten Öl- und Gasheizungen auf klimafreundliche Biomasseheizkessel können Bürger ihren CO₂-Fußabdruck deshalb ganz wesentlich verringern.

Deutschland verfügt über große Mengen an Restholz, dem wichtigsten erneuerbaren Energieträger. Er lässt sich in Holzheizkesseln perfekt für die Wärmebereitstellung nutzen. So stehen Holzpellets, Holzhackschnitzel und Scheitholz – meist aus regionaler Herkunft – zu vergleichsweise stabilen Marktpreisen zur Verfügung. Entsprechende moderne Holzheizkessel sind effizient, emissionsarm und erreichen Wirkungsgrade von oft über 90 Prozent, bei Pellet- und Hack-

schnitzelheizungen mit Brennwerttechnik sogar von über 100 Prozent.

Auch Staubemissionen gelten bei Holzheizkesseln dank deutlichem technischem Fortschritt nicht mehr als Problem. So halten Scheitholzvergaserkessel und Pelletkessel die in der Kleinf Feuerungsanlagenverordnung festgelegten Staub-Grenzwerte von 20 mg/Nm³ (Milligramm pro Normkubikmeter) ein, mit Feinstaubfiltern lassen sich Staubemissionen zudem weiter mindern, um beispielsweise die Förderanforderungen für Biomasseanlagen im Neubau zu erfüllen.

Aus Förderprogrammen des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie wird das Heizen mit erneuerbaren Energien über die Kreditanstalt für Wiederaufbau (www.kfw.de) und das Bundesamt für Wirtschaft und Ausführkontrolle (www.bafa.de) mit hohen Zuschüssen oder zinsgünstigen Darlehen unterstützt. So liegen die aktuellen Förderquoten bei der Installation von Pelletheizungen, Scheitholzvergaserkessel und Hackschnitzelheizungen (inklusive Speicher, Pumpen, Heizkörper und Installationsaufwand) bei 35 Prozent, bei Austausch einer alten Ölheizung sogar bei bis zu 45 Prozent der zuwendungsfähigen Kosten.

Die Fachagentur Nachwachsende Rohstoffe e.V. (FNR) betreut als Projektträger des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) Forschungs- und Entwicklungsprojekte im Bereich Holzenergie und veröffentlicht Fachinformationen zum Heizen mit Holz. Broschüren, Marktübersichten und Informationsgrafiken stehen unter www.heizen.fnr.de sowie mediathek.fnr.de zur Verfügung.

Ihr Familienunternehmen mit Tradition!

Sie suchen einen persönlichen Ansprechpartner für Ihren schlüsselfertigen Hausbau?

Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen Termin zur Erstellung Ihres Traumhauskonzeptes zum Festpreis!



06326 701154
eichengasse 27a
67149 meckenheim

gross immobilien GmbH

...weil Bauen
Vertrauenssache ist!



www.gross-am-bau.de

Wohnformen



für Ältere

Neue Wohnformen für ältere Menschen:

WohnPunkt RLP – Wohnen mit Teilhabe nimmt 2020 in fünf ausgewählten Kommunen die Arbeit auf – unter anderem in der Gemeinde Gommersheim. „Ein gutes Leben im Alter ist wichtig. Kleine ländliche Gemeinden werden hiermit beim Aufbau wohnortnaher Wohn-Pflege-Projekte für ältere Menschen unterstützt. So können Menschen auch im Alter weiterhin in vertrautem Umfeld leben, ohne auf notwendige Pflegeleistungen verzichten zu müssen“, betont Landrat Dietmar Seefeldt.

In Gommersheim hätten viele Gespräche und Informationsfahrten zu unterschiedlichen Wohnprojekten die Bürger bestärkt, ein Wohnprojekt für ältere Menschen zu realisieren. Zusammen mit den Nachbargemeinden Duttweiler, Geinsheim, Freimersheim, Böbingen und Freisbach soll ein gemeinsames Wohnprojekt mit Begegnungsmöglichkeiten entwickelt werden, so die Idee hinter der Bewerbung der Gemeinde.

Nun wurden die Kooperationsvereinbarungen mit den neuen Initiativen unterzeichnet. „Gerade in kleinen Dörfern brauchen wir Wohn-Pflege-Angebote, die vor Ort entwickelt werden und so lokale Gegebenheiten in besonderem Maße berücksichtigen können“, sagte Sozialministerin Sabine Bätzing-Lichtenthäler. „Die Bewohner haben damit die Möglichkeit, in ihrem Dorf, nahe bei Angehörigen, Freunden und Nachbarn wohnen bleiben zu können – auch wenn der Unterstützungsbedarf steigt“. Das Land fördert diese neuen Wohnformen finanziell sowie durch Beratung und Prozessbegleitung.

Für **WohnPunkt RLP – Wohnen mit Teilhabe** konnten sich in diesem Jahr Gemeinden mit bis zu 10.000 Einwohnern bewerben. Insgesamt hatten sich 16 Kommunen beworben.

Hintergrund

Das Projekt **WohnPunkt RLP** wurde 2018 evaluiert und startet 2020 mit neuen Rahmenbedingungen. So wurde unter anderem der Beratungsprozess neu aufgestellt. Die Kommunen werden bei ihren Vorhaben intensiv begleitet und erhalten Unterstützung bei der Planung. Dabei geht es zum Beispiel um die Bedarfsermittlung, den Standort, barrierefreien Umbau, sozialrechtliche Fragen und darum, wie die Einbindung in das Dorfleben organisiert werden kann. Vor Ort werden mit den Bürgern passende Lösungen entwickelt – unterstützt von einem Netzwerk von Experten. Am Ende des ersten Jahres der Begleitung steht dann ein ortsangepasster Vorschlag, mit dem die Kommune ihr Wohnprojekt für ältere Menschen umsetzen kann.

Beispiele für Wohnen mit Teilhabe können sein: Wohn-Pflege-Gemeinschaften, Dorfmitteprojekte mit Tagespflege oder Betreuung, barrierefreies Wohnen oder Mehrgenerationenwohnen mit Teilhabe- und Unterstützungsangeboten.

Frühling bei **bassetti**



Aktuelle Kollektionen erhalten Sie im Fachhandel

**Nennen Sie das Kennwort „Frühling“
und Sie erhalten bis zum 30. Mai 2020**

**20% Rabatt
auf Ihren Einkauf**

Bassetti Factory Outlet Mutterstadt

Am Floßbach 5, 67112 Mutterstadt
Tel.: 06234/9477515, Fax: 06234/9477517
outlet-mutterstadt@bassetti.de

Unsere Öffnungszeiten:

Mo-Fr 09.30 - 19.00 Uhr, Sa 09.30 - 18.00 Uhr
durchgehend geöffnet

Bezahlbares Wohnen



in Speyer

In Speyer-Süd entstehen zurzeit insgesamt 200 Wohneinheiten für rund 500 Menschen. Das Gemeinnützige Siedlungswerk Speyer ist der Bauträger für das Projekt *Wohnen am Priesterseminar* im Stadtteil Vogelsang. Die weitestgehend barrierefreien, generationenübergreifenden und auch bezahlbaren Wohnungen helfen bei der Bildung von gemischten Quartieren. Das Siedlungswerk hat seit seiner Gründung vor über 70 Jahren mehr als 8.000 Wohnungen und Häuser errichtet.

Im Februar wurde der Grundstein für ein ergänzendes Projekt gelegt. Mit einem Darlehen in Höhe von über zwei Millionen Euro fördert das Land Rheinland-Pfalz über die Investitions- und Strukturbank Rheinland-Pfalz (ISB) den Neubau von 20 Mietwohnungen in der Petronia-Steiner-Straße in Speyer. Da die Förderung einen Tilgungszuschuss von rund 420.000 Euro beinhaltet, muss das Darlehen nicht komplett zurückgezahlt werden. Insgesamt entstehen dabei im Rah-

men des Bauvorhabens des Gemeinnützigen Siedlungswerkes Speyer 59 Wohnungen. Die rheinland-pfälzische Finanz- und Bauministerin Doris Ahnen überreichte gemeinsam mit Ulrich Dexheimer, Sprecher des Vorstandes der ISB, im Beisein der Oberbürgermeisterin Stefanie Seiler die Förderzusage an den Geschäftsführer Gerhard Müller.

Die geförderten Wohnungen sind für die Dauer von 15 Jahren zweckgebunden. Einziehen darf nur, wessen Haushaltseinkom-



**Wohnaccessoires
Birgit Hüsken**

Hauptstraße 76 · 67433 Neustadt
Telefon 0 63 21-39 83 11

men innerhalb des im Landeswohnraumförderungsgesetz definierten Rahmens liegt. „Es ist unsere Verantwortung, zur Versorgung der Bürgerinnen und Bürger mit gutem und bezahlbarem Wohnraum in ganz Rheinland-Pfalz mit aller Kraft beizutragen. Die soziale Wohnraumförderung ist das Kernstück unserer Wohnungspolitik, um bezahlbaren Wohnraum in guter baulicher Qualität für generationengerechtes und barrierefreies Wohnen auszuweiten. Flankiert wird die Wohnraumförderung unter anderem durch Kooperationsvereinbarungen, die wir auch mit Speyer geschlossen haben. Diese Vereinbarungen sollen dazu beitragen, dass bei neuen Baugebieten eine Sozialquote von mindestens 25 Prozent festgelegt wird“, sagte Finanz- und Bauministerin Ahnen.

Vermietet werden die geförderten Wohnungen im Einstieg zu einer Nettokaltmiete von sieben Euro im Monat – der durchschnittliche Quadratmeterpreis lag im ersten Halbjahr 2019 in Speyer laut Statistischem Landesamt bei 8,97 Euro. Alle Wohnungen werden barrierefrei errichtet, der Einzug der Mieter ist zum Sommer 2021 geplant. Neben den 59 eigenen Mietwohnungen errichtet das Siedlungswerk in der Nachbarschaft auch

16 familienfreundliche Doppelhaushälften, 74 Eigentumswohnungen sowie 30 Mietwohnungen, die an die örtliche Baugenossenschaft veräußert wurden. Von diesen 30 Wohnungen werden zehn Wohnungen ebenfalls öffentlich gefördert. Außerdem entsteht auf dem Gelände ein hausärztliches Versorgungszentrum, das von einem Speyerer Arzt errichtet wird, sowie ein weiteres Wohngebäude des Siedlungswerks, in das eine Pflege-Wohngemeinschaft integriert werden soll, die vom Caritasverband betreut wird. „Mit einem Investitionsvolumen von rund 55 Millionen Euro handelt es sich um das größte Projekt, das vom Gemeinnützigen Siedlungswerk in seinem über 70-jährigen Bestehen bisher durchgeführt wurde. Damit entsteht Wohnraum für 500 bis 600 Menschen in Speyer Süd“, erklärte Müller.

Im vergangenen Jahr konnten 75 Wohneinheiten in Höhe von rund 8,7 Millionen Euro in Speyer gefördert werden. „Die ISB als Förderbank des Landes begleitet regelmäßig Wohnbauprojekte privater wie gewerblicher Investoren. Wir freuen uns sehr, ein weiteres Mal guten und bezahlbaren Wohnraum in Speyer zu schaffen“, erläuterte Dexheimer.

Klima-Schutz-Wochen

Klimaschutz ist das eine,
der Schutz vor dem Klima das andere!

UNSERE **TOP 10** **SEDOR ALUMINIUM-HAUSTÜREN**



Große Sedor-Aluminium-Haustür-Aktion
Gültig nur bis 31.07.2020

-  **TOP AUSSTATTUNG**
-  **TOP PREIS**
-  **TOP AKTION**

Jetzt ab € **2.698,-**
inkl. MwSt

acquistop[®] seit 1992
Hochwasserschutz-Systeme




Beim Kauf eines **Fliegengitters** erhalten Sie das **Transpatec-Gewebe** **kostenlos!**

Ludwig Meyer GmbH

...das Haus der guten Fenster!

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

www.meyer-baelemente.de
info@meyer-baelemente.de

WERU
Fenster und Türen fürs Leben

Immobilien anvertrauen: Die Vereinigten VR Bank Kur- und Rheinpfalz eG

Die Vereinigte VR Bank IMMOBILIEN entstand durch die Fusion der Volksbank Kur- und Rheinpfalz eG und der RV Bank Rhein-Haardt eG. Seit 1991 überzeugen sie mit ihrer Expertise auch auf dem Immobilienmarkt der Metropolregion Rhein-Neckar und erfüllen dabei Immobilienwünsche professionell, zuverlässig und schnell. Das bundeslandübergreifende Geschäftsgebiet mit einem flächendeckenden Filialnetz umfasst nach der Fusion 49 Standorte, verteilt auf elf Regionalmärkte.

Hierdurch bieten Die Vereinigte VR Bank IMMOBILIEN nicht nur ihren rund 80.000 Mitgliedern und ca. 186.000 Kunden beste Voraussetzungen für den Kauf und Verkauf von Immobilien und Baugrundstücken. Auch überregional sind sie präsent: Als Teil des Immobilienverbunds Rhein-Neckar-Pfalz sind sie über die Grenzen ihres Geschäftsgebietes vernetzt und können ihren Kunden dadurch eine weitere Plattform zur Vermarktung ihrer Immobilien zur Verfügung stellen. Entscheidend für den Markterfolg als Immobilienvermittler ist neben ihrer umfassenden Kenntnis des regionalen Immobilienmarktes vor allem das hohe Engagement und die Beratungskompetenz der fast 800 Mitarbeiter. In der Region ebenfalls bestens vernetzt sind die qualifizierten Immobilienexperten, die sowohl in den Filialen vor Ort als auch in den neun Immobilien-Standorten und dem ImmobilienServiceCenter (ISC) in Speyer Käufer und Verkäufer persönlich und individuell betreuen.

Die Immobilienkäufer und -verkäufer der Region schätzen Vereinigte VR Bank IMMOBILIEN als Partner, der ihnen in allen Fragen rund um die Immobilie kompetent und seriös zur Seite steht. Ein Immobilienkauf bei der VVR Bank garantiert außerdem kurze Wege und schnelle Entscheidungen, da die Immobilienexperten eng mit den Finanzierungsberatern der Bank zusammenarbeiten.

Alles aus einer Hand, alles unter einem Dach. „Gebündelte Kompetenz in Qualität, Service und Leistung. Ein Rundum-sorglos-



Paket für unsere Kunden. Wir bieten eben mehr als nur vier Wände und ein Dach," sagt Heribert Hofmann von der Vereinigte VR Bank IMMOBILIEN.

Die Immobilienberater (Makler) sitzen direkt vor Ort. Immobilienbüros findet man in Speyer, Lingenfeld, Haßloch/Neustadt, Schifferstadt, Schwetzingen/Ketsch, Hockenheim, Maxdorf, Grünstadt, in Planung auch Frankenthal und dazu noch das Immobilien ServiceCenter in Speyer.

Das vielseitige Dienstleistungsportfolio ermöglicht nicht nur individuelle und flexible Terminvereinbarungen mit den Immobilienexperten, sondern bietet zusätzlich eine hohe Erreichbarkeit durch die Immobilien-Hotline: Montag bis Freitag von 6 bis 22 Uhr und Samstag und Sonntag von 9 bis 15 Uhr.

Geschäfts- gründungen gefördert

Die Wirtschaftsentwicklungsgesellschaft in Neustadt (WEG) fördert in der Innenstadt die Gründungen von Geschäften. Damit soll die Neuansiedlung von Geschäften unterstützt werden. Besonders kleinen Unternehmen oder Start-ups soll mit der Förderung, die gerade in der Anfangsphase eine große Hilfe darstellt, die Entscheidung erleichtert werden. Gleichzeitig sollen die Leerstände in der Innenstadt wieder belebt werden. Die WEG könne nun laut Geschäftsführer Christian Forsch unter bestimmten Voraussetzungen 18 Monate lang einen gestaffelten Mietkostenzuschuss gewähren. Als besonders förderungswürdig gelten nach der Förderrichtlinie die Vorhaben von Existenzgründern, Ansiedlungen von Waren- und Dienstleistungsangeboten, die die Sortimentsvielfalt und die Nahversorgung in der Innenstadt ergänzen und gleichzeitig die Beseitigung von langfristigen Leerständen. Die Förderung kann in der ersten Staffel bis zu 30 Prozent des Mietpreises betragen und reduziert sich im Förderzeitraum. Interessenten stellen einen Antrag zur Förderung bei der WEG, der vom WEG-Aufsichtsrat genehmigt werden muss.

Weitere Infos zur Förderung unter www.weg-nw.de

MINI-ZINSEN. MAXI-LAUFZEIT.



Sie planen den Kauf oder Neubau selbst genutzten Wohneigentums? Profitieren Sie von unseren günstigen Darlehen mit Zinssicherheit bis zur Volltilgung und attraktiven Tilgungszuschüssen. Rheinland-Pfalz investiert, wir fördern. So einfach ist das!

Interesse? Weitere Informationen zum ISB-Darlehen erhalten Sie unter der Telefonnummer 06131 6172-1991 oder unter www.isb.rlp.de.

Investitions- und Strukturbank
Rheinland-Pfalz (ISB)
Holzhofstraße 4
55116 Mainz
wohnraum@isb.rlp.de

www.isb.rlp.de



INDIVIDUELLE MEISTERSTÜCKE.

GEBAUT FÜRS LEBEN.

Wo für viele die Möglichkeiten enden,
beginnt unser Spielraum der Kreativität.

www.fw-glashaus.de

Holen Sie sich bei uns im gläsernen Ambiente
Inspiration und Information für Ihr eigenes Glashaus.

FW-Glashaus in Bornheim (nahe Hornbach),

Telefon 0 63 48/98 43-0.

Sie sind hier herzlich willkommen.



Inspiration



für ein

schönes Zuhause

Manchmal fehlt nur wenig, um Räume zu einem Zuhause zu machen. In anderen Fällen ist jedoch ein Gesamtkonzept von Nöten, damit der Mensch sich und seine Persönlichkeit zwischen Boden, Decke und Wänden wiederfindet. Raumausstattung ist genau dies: Den Raum ausstatten mit dem, was er an Farbe, Materialien, an Struktur und Beschattung und nicht zuletzt Schönheit bedarf, damit er eine Persönlichkeit, eine Seele erhält. Einen Raum als Rahmen, als Ort, als Rückzug und gleichzeitig als Bühne zu gestalten, ist die Aufgabe von eben jenen Raumausstattern. Sie sind Spezialisten in Materialien, in Handwerk, in Design. Dabei sind sie gute Zuhörer, Verwandler und empathische Begleiter. Raumausstatter verstehen und konkretisieren. Sie realisieren.

Seit 1960 ist die Firma Hellriegel in Neustadt an der Weinstraße ansässig. War früher das Hauptaugenmerk auf Teppiche gerichtet, kamen im Laufe der Jahre Böden aller Art, Gardinen und nun auch Wandbeläge hinzu. Markisen, Rollos, Stores halten die Sonne sinnvoll in Schach, ebenso wie die Blicke. Heute beschäftigt sich das Familienunternehmen Hellriegel Wohnmanufaktur, in das die dritte Generation mit

den beiden Söhnen Luis und Philipp gerade eingetreten ist, mit dem kompletten Raum. Die Realisierung mit sämtlichen Verlege- und Malerarbeiten ist ein wesentlicher Bestandteil der Dienstleistungen, die Hellriegel Wohnmanufaktur mit eigenem Team anbieten. „Ich bin stolz auf unser Profiteam, das sich aus Bodenlegern, Malern, Dekorateurs und natürlich Beratern zusammensetzt,“ sagt Inhaber Ralf Hellriegel.



„Wir kommen vor Ort, um uns von den Gegebenheiten und den Möglichkeiten einen genauen Eindruck verschaffen zu können. Dabei lernen wir besser und intensiver die Wünsche und Bedürfnisse des Kunden kennen, sehen, wie er lebt, und können zielgenauer arbeiten“, sagt Raumausstattermeister Henning Zawadzinski. Er ist seit rund 30 Jahren Teil des Teams um Ralf Hellriegel. „Uns steht ein großes Sortiment zahlreicher, ausschließlich europäischer Hersteller mit unterschiedlichen Stilrichtungen zur Verfügung. Zu unseren Kunden zählen sowohl Privat- als auch Geschäftsleute, die ihre Objekte dem jeweiligen Zweck entsprechend gestalten lassen.“ Mit den durchdachten, ausgefeilten Konzepten erleichtert das Team um Ralf Hellriegel dem Kunden die Auswahl aus der Vielzahl der Möglichkeiten und ermöglicht es ihm, sich einzufinden und sich den Raum vorzustellen.

Wer schon einmal selbst seine Ideen visualisieren möchte, kann auf der Seite www.hellriegel-wohnen.de mithilfe des Raumbildplaners selbst kreativ werden.

Weitere Informationen auf der Homepage und im Videoclip



Info

Hellriegel Wohnmanufaktur

Badstubengasse 8
67433 Neustadt an der Weinstraße
06321-185051
www.hellriegel-wohnen.de



Dieter Ziesecke e.K.

SANITÄR & HEIZUNG



SANITÄR- HEIZUNGSBEDARF

67434 NEUSTADT-DIEDESFELD

Weinstraße 580 · Telefon 06321-86422

passendere Angebote auf
www.ziesecke-neustadt.de



Wohnaccessoires



Weinstraße Nord 10
67487 Maikammer
Tel. 0 63 21/ 50 10
info@Haus-der-Geschenke-Ullrich.de

Wohntipps

*Unsere Tipps für
Wohn(T)räume*



für Sie



Schönheit im Set!

Komplett mit Design Sifon und Eckventilen sowie Dornbracht Meta Armatur

Alape Piccolo novo Gäste WC Waschplatz komplettes Set mit Armatur – wahlweise Becken links oder rechts. Kompakte Abmessungen auch für sehr beengte Verhältnisse im Gäste Bad/WC

Gesehen bei:

Dieter Ziesecke

Sanitär- und Heizungsbedarf
Weinstraße 580
67434 Neustadt-Diedesfeld
06321-86422
www.ziesecke-neustadt.de

LÖFFELFENSTER



FENSTER · TÜREN · GLASFASSADEN
Holz · Holz-Aluminium · Aluminium · Kunststoff



Produktion aus Meisterhand.

76863 Herxheim · 07276/9898-0 · www.loeffelfenster.de

Fliegengitter Hauck: Fenster auf – Frühling rein!

Gewebeneuheit für mehr Komfort
Jetzt beginnt die Zeit, in der Fliegen, Bienen, Mücken und unzählige andere Insekten fliegen. Was für die Natur überlebenswichtig ist, stört in Haus und Wohnung. Hier ist es ein Gewinn an Wohn- und Lebensqualität, wenn keine Insekten die verdiente Ruhe stören. Insektenschutzelemente sind eine praktische und langfristige Lösung. Individuell angepasst und maßgeschneidert erleichtern sie das Leben und erhöhen den Wohnkomfort besonders, wenn sie höchste Durchsicht und beste Licht- und Luftdurchlässigkeit bieten. Damit genau diese Durchlässigkeit gewährleistet bleibt, kommt nun eine Neuheit auf den Markt: Das Transpatec-Gewebe mit Selbstreinigungseffekt. Dieses Gewebe ist durch den verwendeten Faden nahezu unsichtbar und durch eine neuartige Beschichtung so ausgestattet, dass Wind und Regen das Gewebe sauber halten – ohne Weichmacher und organische Lösungsmittel.



Info

Martin Hauck Fliegengitter e.K.

Hans-Böckler-Straße 71
67454 Haßloch
06324-981383-0
www.fliegengitter-hauck.de

Ihr kreativer
Fliesenleger
Meisterbetrieb
für anspruchsvolle
Wohnraum-
gestaltung.



Ralf Bißoir
öffentlich bestellter und
vereidigter Sachverständiger

Die Fliese

Meisterbetrieb
Verkauf und Verlegung

Meisterhaft
★★★★★



nachhaltig
produziert

Nachhaltig

Gute Laune machen farbenfrohe Teppiche, die nachhaltig aus recyceltem Material, mit umweltverträglichen Farben und ohne Kinderarbeit produziert wurden.

Info

Cotto Wohnaccessoires
Birgit Hüsken
Hauptstraße 76
67433 Neustadt
06321-398311



Süße Träume

In einem Bett von Matratzen Müller.

Info:

gesehen bei:
M & E Warenhandelsgesellschaft
Raiffeisenweg 1
67482 Altdorf
06327-4102

gartengestaltung christina dorsch



blog: www.gartengestaltung-dorsch.de/aufgelesen/

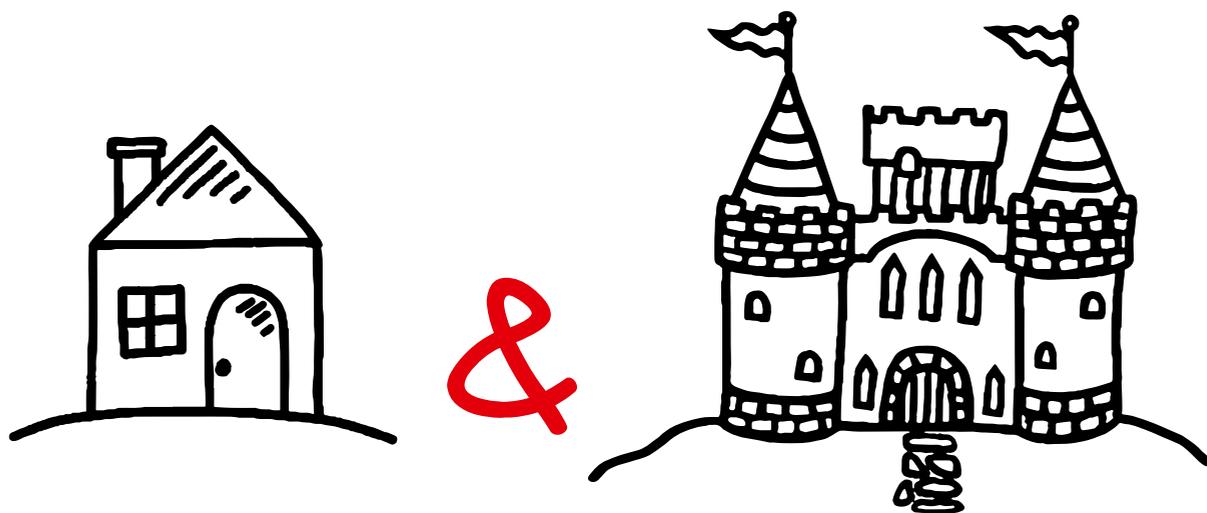
birkenweg 40 - 67434 neustadt
T 06321-6790320 - F 06321-6790321

post@gartengestaltung-dorsch.de
www.gartengestaltung-dorsch.de



ENGEL & VÖLKERS

Ob Häuschen oder Schlösschen...



... wir wissen Ihre
Immobilie zu schätzen!

GUTSCHEIN

für eine
kostenlose und
unverbindliche
Marktpreis-
einschätzung.

Immobilien sollte man
eigentlich gar nicht verkaufen -
aber wenn, dann richtig!

**Sie möchten erfahren, welchen
Preis Ihre Immobilie derzeit am
Markt erzielen kann? Dann nehmen
Sie jetzt Kontakt zu uns auf!**

Gebiet Landau/ SÜW/ GER · Theaterstraße 1 · 76829 Landau
Telefon +49 (0)6341 55759-0 · landau@engelvoelkers.com

Gebiet Neustadt/ DÜW/ Grünstadt · Marktplatz 5a · 67433 Neustadt
Telefon +49 (0)6321 48443-0 · neustadt@engelvoelkers.com

Gesunde Pflanzen, Gemüse und Kräuter aus eigenem Anbau

Die Gartensaison beginnt mit der Auswahl der Blühpflanzen, der neuen Gehölze, aber auch mit dem anzubauenden Gemüse und – immer beliebter – mit den Kräutern für die Küche. Der Erfolg des Hobbygärtners hängt nicht zuletzt von der Bodenqualität ab. Der Universaldünger DüngMe ist rein biologisch, 100 Prozent pflanzlich, und verbessert das Bodenleben nachhaltig und langfristig. Besonders wichtig: Das Gemüse und die Kräuter aus eigenem Anbau werden gestärkt, auch geschmacklich, und wachsen und reifen völlig frei von chemischen Zusätzen.



Info

DüngMe ist erhältlich bei

Blumen Schupp

in Gimmeldingen, Blumen Gaab in Landau, im Gartencenter Edesheim sowie im Online-Shop

www.duengme.de

Infos auch per WhatsApp 0151-5525462.



Kreative Gestaltung mit Glas

Türen oder Schiebetüren aus Glas öffnen Räume und setzen Akzente mit Leichtigkeit. Sie können jedoch auch Nischen zu Schränken wandeln oder begehbare Kleiderschränke ermöglichen. Glas in der Küche hält stand und gibt eine frische Optik – auch bei Bestandsmöbeln. Auf Wunsch werden Türen oder auch Küchenrückwände durch Folierung oder Siebdruck farblich oder durch Musterrung ganz individuell.

Info

Pfälzischer Glashandel

Winzinger Straße 90

67433 Neustadt

06321-83041

www.pfaelzischer-glashandel.de

ROWA
FASZINATION BETT

FrexiousCare
Luftreiniger

+ SICHER
+ SCHNELL
+ SPARSAM
+ FLÜSTERLEISE
+ HOCHEFFIZIENT

roewa.com

subpartikel (PM2,5) und Bakterien (Staphylococcus albus 80%) innerhalb von 45 bzw. 60 Minuten beseitigt.

Gute Luft für guten Schlaf

Der FrexiousCare Innenraum Luftreiniger von Röwa befreit die Raumluft zu 99,99 % von Schadstoffen und schafft damit eine wichtige Voraussetzung für erholsamen Schlaf. Feinstaub, Bakterien, Hausstaubmilben, Pollen oder Gerüche:

Je kleiner die Partikel, desto besser muss die Filtertechnik sein. Mit dieser derzeit fortschrittlichsten Filtertechnik am Markt reinigt das Gerät die Luft 16 Mal pro Stunde. Dabei ist es sehr energiesparsam und leise. Besonders für Allergiker geeignet.

Info

- kostenlos testen bei
- Betten Lang
- Schnurgasse 24
- 67227 Frankenthal
- 06233-27154
- www.betten-lang.de

...gestalten mit

GLAS

PFÄLZISCHER Glashandel

Winzinger Straße 90 · 67433 Neustadt/Wstr.
Fon 0 63 21.8 30 41

www.pfaelzischer-glashandel.de



Gesund wohnen mit Fliesen

Schöne Fliesen sind ein beliebtes Gestaltungselement für Böden in Privat-, Büro- oder Geschäftsräumen. Und dazu noch sehr praktisch, denn Fliesen sind pflegeleicht und robust. Sie sind wunderbar zu reinigen und für Allergiker die gesündeste Lösung. Fliesen erfüllen den Anspruch an Nachhaltigkeit, da sie beständig in ihrer Qualität und in ihrem Wert sind. Fliesen an Wände und Böden sind zeitlose Stilelemente. Sie gestalten und strukturieren einen Raum, lenken die Aufmerksamkeit und geben der Einrichtung ihre Rahmen.

Info

Gesehen bei:

Die Fliese

67433 Neustadt

06321-482692

www.diefliese.com



Wohnen mit Pflanzen

Wohnen mit Pflanzen gibt einem Raum Atmosphäre. Die passenden Gefäße verleihen dem Raum Stil und Gestalt. Hohe Pflanzgefäße oder zierliche Vasen, verspielt oder clean und edel, das hängt von der Einrichtung, von der bevorzugten Stilrichtung, aber auch von der Pflanze selbst ab. Standfestigkeiten und Pflegeleichtigkeit sind praktische Aspekte, die man beim Erwerb beachten sollte, Und natürlich die Freude an der Raumgestaltung.

Info

Blumen Schupp

Neubergstraße 1

67435 Neustadt-Gimmeldingen

06321 68784

www.blumen-schupp.de

Der neue Trend –

das Dubbeglaslicht

www.dubbeglaslicht.de

DUBBE
glas
Licht

Die Papiermanschette bringt romantisches Licht mit jedem Dubbeglas in vielen Farben an jeden Ort.

Mail: info@dubbeglaslicht.de
 Webshop: www.dubbeglaslicht.de
 facebook.com/dubbeglaslicht



Hellriegel

Designteppiche für die privaten oder gewerblichen Räume der belgischen Firma Louis de Poortere erfüllen den Anspruch an Stil, Eleganz, Wert und Komfort. In einer Vielzahl von Größen und Mustern passen sie sich dem Raum an und geben ihm Charakter, ohne dabei das Budget zu sehr zu belasten. Die Teppiche kleiden den Boden oder auch die Wände. Die neue Kollektion ist bei Hellriegel Textiles Wohnen in Neustadt ab sofort erhältlich.

Info

Hellriegel Textiles Wohnen

Badstubengasse 8
67433 Neustadt
06321-185051
www.hellriegel-wohnen.de



**NEUE GROSSE AUSSTELLUNG
AUF ÜBER 3.000 m²**



DECKEN & WÄNDE



BÖDEN & LEISTEN



HOLZBAU



GARTENGESTALTUNG



TÜREN & BESCHLÄGE

Lotschstraße 2
Landau/Pfalz

Fon 0 63 41 684-0
info@wickert.net

Wir freuen uns
auf Ihren Besuch!

Kompetente
Beratung und große
Auswahl – Profitieren
Sie vom Fachmarkt.

Nachhaltig



grün

Ein ausgewachsener Baum, den Generationen vor mir gepflanzt haben, ein Baum, der vielleicht schon hundert Jahre, oder länger, steht – und ich habe das Glück, im Sommer im Schutz seines großen Blätterdachs darunter zu liegen und Sorgen und Nöte zu vergessen, für ein paar Stunden. Das ist es, was ein Garten und ein Park für uns tun können: sie stellen uns Schutz- und Regenerationsräume zur Verfügung. Nachhaltigkeit im Garten ist zum Beispiel dies: genau überlegen, wo ein Baum gepflanzt werden soll, damit er dort ein ganzes Baumleben stehen kann. Wer heute einen Baum pflanzt, wird selbst vielleicht gerade noch sein Jugendalter erleben, die reife, erhabene Gestalt des ausgewachsenen Baumes werden erst die nachfolgenden Generationen sehen.

Die schönen Seiten



des Lebens



Die Kräuterspezialisten

Kräuter werden immer beliebter. Nicht nur die vegetarische oder vegane Küche würzt und verfeinert mit Kräutern. Die mediterrane Küche ist bekannt für Thymian, Rosmarin und natürlich Oregano und Basilikum. Die asiatische Küche kennt Curry und Koriander und viele andere mehr. Pfefferminze in der Sommerhitze ist eine Bereicherung in vielen Speisen, zu Obst und Desserts. Das sind die gängigen Klassiker, die jedem gleich einfallen. Bei Blumen Schupp in Neustadt-Gimmeldingen ist die Auswahl an Kräutern jedoch viel umfangreicher. Bis zu 70 verschiedene Kräuter führen die Kräuterspezialisten von Blumen Schupp. Diese kommen aus regionalem und kontrolliertem Anbau, auch in Bioqualität. Darunter sind auch ausgefallene Sorten. Damit wird jedes einfache Gericht zu einem besonderen Genuss.



Grün wohnen

Mit Pflanzen wohnen ist eine zeitlose Konstante. Pflanzen haben einen gleich mehrfach positiven Effekt auf den Menschen. Sie wirken beruhigend, haben eine positive Ausstrahlung, verbessern das Klima und sind einfach schöne Gestaltungselemente in ihrer scheinbar unendlichen Fülle an Farben und Formen. Sie in Szene zu setzen mit formschönen Gefäßen bereichert den Raum. Mit einer großen Auswahl an Gefäßen in vielen Größen, Formen und Farben findet jeder für seinen Wohnstil die passenden Wohnaccessoires. Und die schönsten Pflanze gleich dazu.

Farbenfroh in die warme Jahreszeit



Bei Blumen Schupp in Neustadt-Gimmeldingen ist die Abteilung mit Mode, Accessoires und Schmuck beliebt und wächst weiter. Neu im Sortiment sind die farbenfrohen Saris der Firma Roberto Leonardi aus Österreich. Roberto Leonardi ist Künstler, bereiste gemeinsam mit seiner Frau die Welt und setzt seine Eindrücke in vielfältiger, künstlerischer Weise um. Dabei ist er nah an den Menschen und lebt den Gedanken der Nachhaltigkeit. So entstanden seine Saris, die aus nicht verwerteten hochwertigen Stoffresten immer als Unikate geradezu komponiert werden. Weiche, fließende Stoffe, intensive Muster in lebensbejahenden Farben werden als Hemdbluse, Kleid, als leichter Überhang oder Schal getragen. Die Produktion geschieht garantiert vor Ort als Hilfe für die Familien, jedoch ohne Kinderarbeit. Neu ist auch eine Kollektion aus Barcelona, die ebenfalls mit leichten Stoffen, fließenden Formen, häufig auch in feinem Strick arbeitet. Genau das richtige Sommer-outfit für einen entspannten Tag oder warmen Abend.

Info

Kontakt:

Blumen Schupp
Neubergstraße 1
67435 Neustadt
06321-68784

www.blumen-schupp.de



LUISA CERANO

FEMININ, SPORTIV,
INTERNATIONAL

Raneri 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)

BOSS Orange
Women Collection

EMPORIO ARMANI
Damen & Herren

BOSS
HUGO BOSS

Mode



im Trend

Wie schon in den vergangenen Saisons ist auch die Frühjahr- und Sommermode 2020 alles andere als ein Einheitsallerlei. Farbe ist wieder ein großes Thema, das von Neon bis zum klassischen Rot reicht. Retro zeigt sich in den Prints, in den Polka-Dots, im folkloristischen Design bis hin zur Bermuda Shorts. Elegante Dreiteiler für Herren und Damen sind in der kommenden Saison aktuell, gerne jedoch auch mit Shorts kombiniert. Shorts in allen Längenabstufungen findet man auch im Damenbereich, wenn das Kostüm die Variante Blazer-Short präsentiert. Knielange Shorts – auch bekannt als Mom Shorts – werden formell zum Blazer, lässiger zur Bluse und Top oder sportlich zu Sneaker und Shirt getragen.

Ganz im Zeichen der Folklore sind Häkelspitzen, Makramee-Applikationen, Spitzendetails, also das klassische Kunsthandwerk mit luftigen Durchblicken für die Sommerhitze.

Neon ist ein Evergreen, der immer wieder und scheinbar auch in immer kürzeren Abständen das Frühjahr und den Sommer ankündigt. Alle Farben der Textmarkerpalette sind entweder im Colourblocking, in Details oder Accessoires oder für Mutige auch im Total-Outfit angesagt.

Die Polka-Dots präsentieren sich klassisch in Schwarz-Weiß oder Rot-Weiß, vom Pünktchen bis zu riesigen Kreisen auf Kleidern, Blusen, Accessoires.

Wer schon den Anzug mag, der wird den Dreiteiler mit Weste lieben. Das Gute daran: Im Sommer kann man die Hose auch nur mit der Weste tragen und kommt immer noch fein angezogen daher.

Die Lederjacke ist zurück. Das bunte Lederstück ist in dieser Saison der Renner. Aus Leder darf aber auch die Hose, das Oberteil, das Kleid und auch der Mantel sei. Je knalliger, desto besser. Und auch die vegane Variante ist zu haben, denn die Kunstleder-teile sind so gut gemacht, dass sie mit dem Billig-Verruf frühere Jahre nichts mehr zu tun haben. Und sie sind wenigstens waschbar, was im Sommer kein Fehler ist.

Retro auch beim Dauerbrenner Denim. Passend zur gegenwärtigen Upcycling-Bewegung kommt es bei vielen Modeschöpfern zu einem Wiederaufleben von vintageartigen Denim- und Patchwork-Designs.

Große Muster, die an Pril-Blumen und Wandtapeten aus den 70er erinnern, benötigen weite Kleider mit reichlich Stoff und Rüschen, Krägen und bauschigen Ärmeln. Selbstbewusst, selbstbestimmt und dabei gleichzeitig völlig verspielt und lebensfroh. Große florale und psychedelische 60ies- und 70ies-Muster besonders gern als Total-Look, im Mustermix oder zusammen mit starken Farben machen in der kommenden Saison Furore.

Und wer an Retro aus den 70er Jahren denkt, dem fallen natürlich auch die Hotpants ein. Hot Pants feiern 2020 ihr triumphales Mode-Comeback – von der ultrakurzen Strickhose bis zur Jeans oder in Schwarz zur passenden Strumpfhose.

Es bleibt wie immer zu hoffen, dass die einzelnen Trends sorgfältig und typgerecht ausgewählt werden.

Diese schöne Auswahl an Pumps von Peter Kaiser haben wir dauerhaft in den Größen 35,5 bis 41 für euch auf Lager.

Diese Modelle gibt es nur im stationären Handel!

SCHUH ZIMMER

Hauptstraße 111
67433 Neustadt a.d. Weinstraße

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



Neu: Das Hemd- blusenkleid

Unkompliziert, sportiv-elegant, ein bisschen Vintage, viel Farbe, Fröhlichkeit mit vielen individuellen Styling-Möglichkeiten. So lässt sich der Modetrend Frühjahr/Sommer 2020 bei wohs mode pur in Neustadt auf einen Nenner bringen. Besonders die Sommermode ist luftig mit leichten Stoffqualitäten und großzügigen Schnitten, dabei gerne detailverliebt bis geradezu verspielt oder ganz im Gegenteil geradlinig-clean. Die Palette reicht von knalligen Farben in pink, azurblau, gelb, auch mit plakativem Druck hin zu camel, ivory und oliv. Eine Kombination der Farben ist möglich, sogar durchaus gewollt, und gelingt mutig oder im Accessoire mit Tüchern, Schals, Gürtel oder Handtasche. Auch der schwingend-leichte Plisseerock zeigt sich mit sportiven Details.

Neu ist das Hemdblusenkleid, wandelbar und immer wieder neu zu tragen in Freizeit oder Business, als Hauptakteur oder zur Komplettierung des Outfits. Das Hemdblusenkleid zeigt sich als Kleid oder Tunika, oder auch ganz anders als leichter Mantel an Sommerabenden, schlicht-schön oder Eyecatcher. Figuren werden umspielt, in Szene gesetzt, betont oder kaschiert. Das Hemdblusenkleid ist das Must-Have Teil der kommenden Saison.

„Der Modetrend 2020 lässt jeder Frau die Freiheit, sich ganz nach ihren Bedürfnissen und Wünschen typgerecht zu kleiden. Es gibt keine engen Grenzen, sondern einfach viele Möglichkeiten“, sagt Heidi Wohs, Inhaberin von wohs mode pur.



Info

wohs mode pur

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

Lecker & Mode

Die beiden Neustadter Modegeschäfte Raneri Moda und Wohs Mode pur zeigen in einer Show die modischen Highlights der Frühling/Sommer Saison. Sie inspirieren modisch, musikalisch und auch genüsslich. Die Show findet wie in der Vergangenheit wieder in dem schönen Gewölbekeller von Schmieders in Deidesheim in der Steingasse 2 statt.

Bei dieser Veranstaltung sind im Preis alle Getränke und natürlich auch die Speisen enthalten.

Der Eintritt beträgt 49 €.

Termin: 30. April 2020, ab 19 Uhr bei Schmieders in Deidesheim, Steingasse 2.

Karten nur im Vorverkauf bei

Wohs mode pur, Neustadt, Friedrichstraße 8, 06321-489348 und

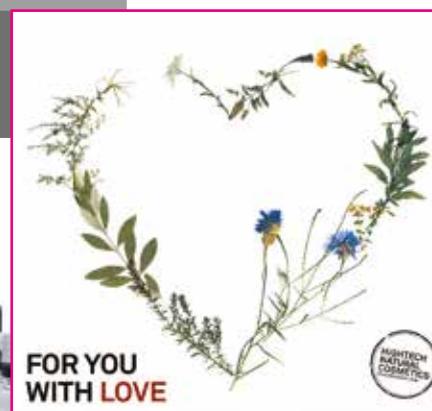
Raneri Moda, Neustadt, Hauptstraße 112, 06321-34599.

Kosmetik & Massagen

Erleben Sie selbst die individuelle Schönheitspflege nach der Methode von TEAM DR JOSEPH: pureness. recreation, protection, mit 100% Naturkosmetik

Basierend auf Ihren Hautbedürfnissen und wissenschaftlichen Erkenntnissen setzt die manuelle Behandlungsmethode TEAM DR JOSEPH in der Tiefe des Gewebes an.

Den natürlichen Funktionsgesetzen folgend wird der Hautstoffwechsel in Balance gebracht: Beruhigung des Nervensystems, Entspannung der Mimik, Harmonie des Fließgleichgewichts, Normalisierung der Mikrozirkulation mit dem Ziel Ihr ganzheitliches Hautgefühl, Ihre Hautgesundheit und Ihre unvergleichliche Schönheit zu pflegen und erhalten.



Erlenweg 3b
67459 Böhl-Iggelheim
Telefon 063 24 / 64 66 0
Telefax 063 24 / 70 80 80 2
Mobil 0170 / 21 40 505
info@fastenweg.de
www.fastenweg.de



Modetrend Raneri

Schmale Silhouette mit einem Höchstmaß an ungezwungener Eleganz und Fröhlichkeit. Optimistische Attitude mit Leichtigkeit und Spielraum zum Wandel und Flexibilität. Das sind laut Giovanni Raneri die Themen der Mode in den kommenden Frühjahr/Sommer-Kollektionen namhafter Labels wie Luisa Cerano, Armani und Boss. Sie geben Männern und Frauen die Freiheit, sich immer wieder neu und individuell nach Lust, Laune und Anlass zu kleiden.

Die Farben reichen von fröhlich bunt, zu 70er Jahre blumig, von pastellig bis zum kreativen Animalprint. Apricot ist ebenso wie ein lässiges und völlig unkompliziertes Taubenblau in der Palette der Farben. Leder gibt sein Statement-Comeback und sorgt für die coole Note. Feine Stoffe werden in puristisch gelungenem Schnitt zur Aussage. Der Blazer wird länger, fast zum Gehrock und streckt zur schmalen Silhouette. Die Person wirkt, das Outfit unterstreicht gekonnt.

Info

Modehaus Raneri

Raneri Moda
67433 Neustadt
Hauptstraße 112
06321-34599.

JUWELIER
Rehn
Kronstraße 24 · 76829 Landau/Pfalz
Telefon 0 63 41/91 91 10 · www.juwelier-rehn.de

fransa

COCCARA
HIS *gipsy*
NY 1923
by MARCELLO
Lola
by Little Wear B
MORE & MORE
AFT
Amor, Fruit & Faith
by MARCELLO MARCELLO MARCELLO
UNO DUE
GARCIA JEANS
sandwich_

twenty
six
peers

Die Augenweide
in der Hintergasse

AUGENWEIDE
woman's fashion
Ingrid Weiss

Hintergasse 1 · 67433 Neustadt
Telefon 0 63 21- 487 30 03
mo bis fr 10-18 Uhr, sa 10-15 Uhr



Die 70er sind zurück

Blumenkleider à la Boho geben in diesem Sommer den Ton an. „Die 70er Jahre kommen mit weiten Schnitten, Mustern der Seventies und der unvergleichlichen Lässigkeit zurück“, sagt Sylvie Breidenbach, Inhaberin von La Laine in Neustadt. Weiße Schlaghosen, dazu Blusen, die an die damalige Batikverliebtheit erinnern. Die 7/8 Hosen in bequemer Passform sind ebenso ein Thema wie die Schlupfhose. Plisse im Kleid, auch gerne in allen Rocklängen, oder im Oberteil schwingen weit mit und zeigen trotzdem Silhouette.

Die Farbpalette reicht von pastellig bunt, weiß, elfenbein, aber auch marine zum Kombinieren. Drucke, Muster- und Materialmix geben den modischen Pfiff im Detail oder prägen das Gesamtbild. Sneakers zu weiten Kleidern wirken lässig, lebensbejahend und souverän. Es ist der unangestregte Stil, der Frauen die Freiheit im persönlichen Outfit, in der Bewegung und in seiner Zeitlosigkeit gibt.

Der Modetrend Frühjahr/Sommer 2020 ist unkompliziert, lebenslustig, selbstbewusst und fröhlich.

Info

Modeboutique La Laine

Markstraße 2
67433 Neustadt
06321-2216

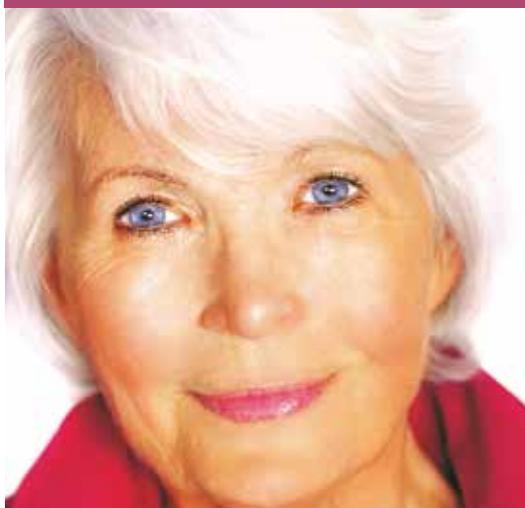
Dauerhafte Schönheit meisterlich gemacht

25 Jahre
Pigmentiererfahrung –
ein unschlagbares
Team!



PERMANENT MAKE-UP

Alles andere können Sie sich abschminken



JUBILÄUMSAKTION

Sie sparen bei einer Pigmentierung der Augenbrauen und Augenkontur je **10 %** und auf eine Lippenvollschattierung **15 %**.

Das Angebot ist gültig bis 31. Juli 2020

Ihre Sicherheit inklusive!

Kostenlose Beratung und Vorzeichen Ihrer individuell auf Sie abgestimmten Permanent Make-ups ist für uns selbstverständlich. Wir pigmentieren erst dann, wenn Sie absolut überzeugt und begeistert sind.



ILONA & CHRISTIN NEBEL
HAUS FÜR SCHÖNHEIT & WOHLBEFINDEN

Ilona Nebel-Rößler und Christin Nebel
Feldstraße 3 • 67435 Neustadt-Geinsheim
Telefon 06327-4871 • kontakt@kosmetik-nebel.de

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

Termine auch online buchbar unter: www.kosmetik.nebel.de

schön mann

Der natürliche Look

Der Frühjahr/Sommer Trend in der Kosmetik zeigt sich in einem natürlichen Look mit frischen, hellen Farben. Pink, rosa, apricot bis zu orange sind die Töne, die Lust auf die warmen Tage machen.

Bei zart getöntem Teint wirken die hellen Farben besonders frisch und positiv. In Make-up und Pflege machen sich die leichten Texturen für einen natürlichen Look stark.

Sie wirken ausgleichend und zaubern den immer noch beliebten Glow auf die Haut. Nur bei Bedarf wird abgedeckt. Das maskenhafte Porzellangesicht ist nicht mehr im Trend. Unkompliziert soll es zu-

gehen bei der morgendlichen Routine, was die neuen Produkte und der angesagte Look auch zulassen. Gerne darf mit hellen und dunklen Tönen die Gesichtskontur model-

liert werden. Die Augenbraue ist betont und öffnet den Blick, die Wimpern sind getuscht und gerne

auch mit Serum wie Revital Lash in ihrem Wachstum und Fülle gestärkt. „Wir sehen aber auch einen

weiteren Trend in der Kosmetik“, sagt Maike Mutschler, Inhaberin der Schütt Parfümerie in Neustadt. Immer stärker würden nachhaltige und natürliche Produkte von den Kunden nachgefragt, worauf die

Firmen reagieren. Angefangen bei den Verpackungen, die längst nicht mehr so aufwendig seien, bis hin zur Produktion werde auf Nachhaltigkeit geachtet, sagt sie.

Der Fokus liegt auf dem Produkt selbst und nicht mehr auf Tiegel, Umverpackung und Farben.

Der Fokus liegt auf dem Produkt selbst und nicht mehr auf Tiegel, Umverpackung und Farben.

Der Fokus liegt auf dem Produkt selbst und nicht mehr auf Tiegel, Umverpackung und Farben.

Der Fokus liegt auf dem Produkt selbst und nicht mehr auf Tiegel, Umverpackung und Farben.

Der Fokus liegt auf dem Produkt selbst und nicht mehr auf Tiegel, Umverpackung und Farben.



Mit blumiger Natürlichkeit und Liebe pur dekorieren wir die schönen Locations in der Pfalz.



Blumen Schönmann

Inh. Anja Schönmann-Meyer
Hauptstr. 103 · 67067 LU-Rheingönheim
Fon 0621 542303
info@blumen-schoenmann.de

Weitere Infos unter
www.blumen-schoenmann.de  

Info

Parfümerie Schütt

Schütt 18
67433 Neustadt
06321-81210
www.schuettt-parfuermerie.de



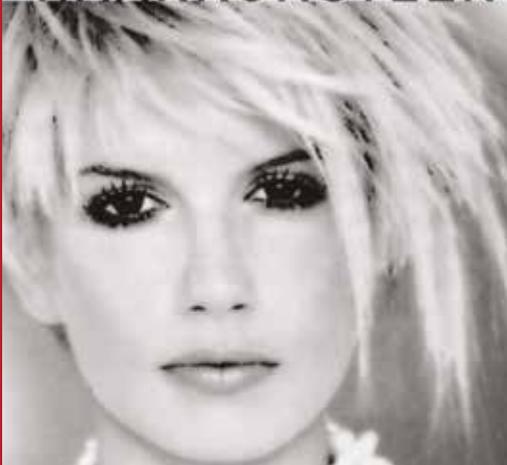
Das Spiel mit Längen und Weiten

Fließende Stoffe, leichte Qualitäten und eine Harmonie in Farben dominieren die Frühjahr-/Sommer Trends in der Augenweide, die Modeboutique in der Neustadter Hintergasse. „Natürliche Materialien wie Leinen und Baumwolle sind ideal für sommerliche Temperaturen und werden gerne auch im Mix verarbeitet und getragen“, sagt Ingrid Weiß, Inhaberin der Boutique Augenweide. Multicolor, Blüten- und Blätter im Druck, mal kräftig in den Farben oder auch eher leicht und pastellig-pudrig passen prima zum natürlichen Look. Die Farbpalette reicht von Khaki bis Off-White, kombiniert mit pastelligem Gelb und Pistazien-grün. Durchgeknöpfte Kleider, kragenlos oder mit V-Ausschnitt, und Röcke schwingen federleicht. Die Sommertöne werden geprägt von Sand, Off-White und Schwarz ergänzt mit kräftigem Grün. Die Drucke erinnern an Dschungel, die hellen Sandtöne an Strand und Sonne und unterstreichen damit die sommerliche Leichtigkeit.

Info

Augenweide
Hintergasse 1
67433 Neustadt
06321-4873003

IHRE HAARKÜNSTLER



- Neue Trends sind Kopfsache
- Haare schneiden als Berufung
- Wir nehmen uns Zeit für Ihre Wünsche
- Farbwelten ... auch ohne Haaransatz
- Typveränderungen ... auch nur Beratung
- Wir bieten individuelle Fön- und Make-up Kurse

Biggi's Haarkünstler

Burgunderplatz 20
67117 Limburgerhof
Telefon 06236 - 60228

ÖFFNUNGSZEITEN
Di, Do, Fr 8.30 Uhr - 18.00 Uhr
Mi, Sa 8.00 Uhr - 13.00 Uhr





Ohrhänger Handarbeit
750 Gold mit Lemonquarz

Anfertigungen
Umarbeitung
Trauringe



DIE GOLDSCHMIEDE
CHRISTIAN STACHEL

Stiftsplatz 1 · 76829 Landau

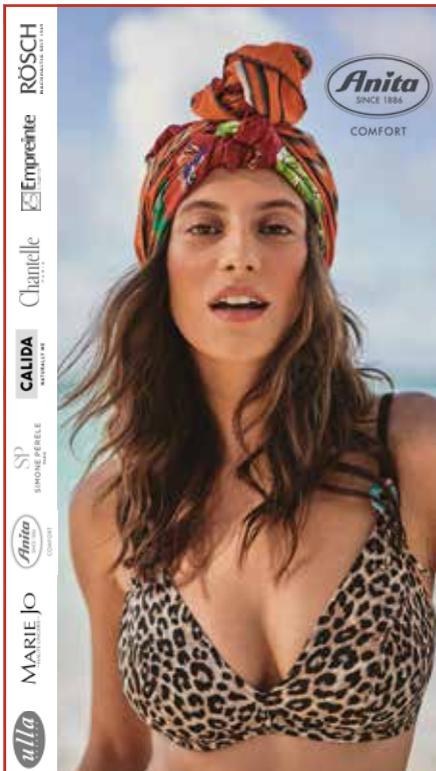
☎ 06341-87708

info@goldschmiede-stachel.de



Bequem, leicht, trendy – Sneakers

Nach wie vor sind Sneakers die Trendschuhe der Saison. Sowohl für Herren als auch für Damen sind sie die bequemen Begleiter. Nicht nur für das sportliche Outfit im Alltag, sondern auch zu Anzug und Kleid sind Sneakers in ihren verschiedenen Designs die modische Aussage. Es gibt sie klassisch, mit Plateausohle, mit unterschiedlichen Applikationen, farbig, im Materialmix, im Animalprint – das große Thema in der Schuhmode –, mit dem Obermaterial in Strick oder Merinowolle. Die Schuhe sind leicht und bequem. Sie geben Freiheit und vermitteln eine jugendliche, unangestregte und agile Sicht auf das Leben, das eben unkompliziert, aber trotzdem gut angezogen zu meistern ist. „Im Herrenbereich ist der Outdoorschuh mit leichter Sohle im urbanen Style angekommen“, sagt Marco Zimmerer, Inhaber von SCHUHZIMMER in Neustadt. Wer es dann doch etwas klassischer zum Anzug bevorzugt, der kann trotzdem mit dem Schuh ein Statement setzen. Längst lassen farbige Details, besondere Lederprägungen oder Sohlenfarben den traditionellen braunen oder schwarzen Schuh alt aussehen.



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





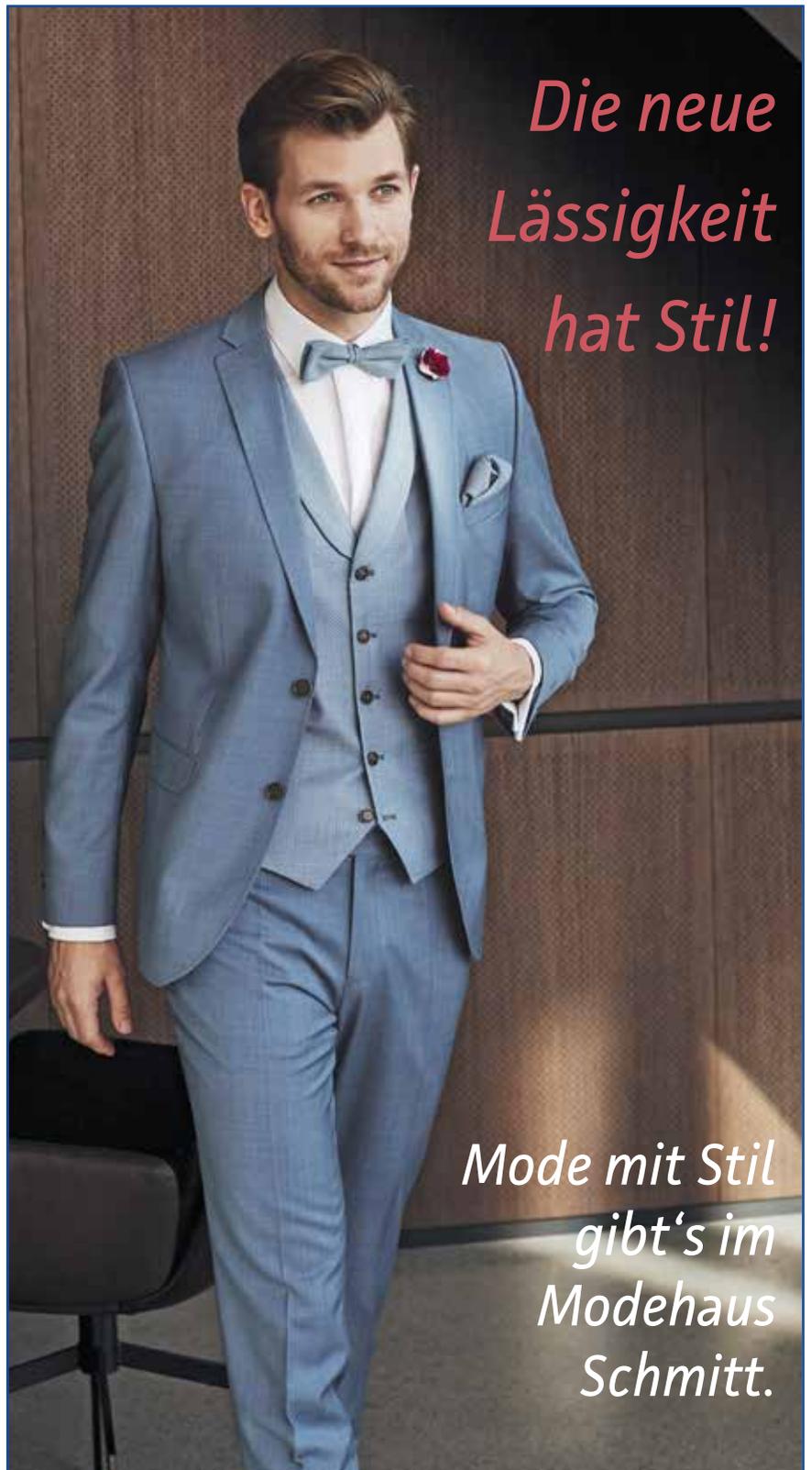
Die Damen sind mutiger, wenn es um die Mode geht. Neben vielen Farben, Modellen, Styles und Absatzhöhen haben sie auch die Wahl an unterschiedlichen Weiten, sodass auch ein so genannter Problemfuß längst gut besohlt und unbeschwert durchs Leben geht. Peter Kaiser, deutsches Schuhlabel, hat den klassischen Pumps in mehreren Absatzhöhen in Glatt- und Lackleder für den besonderen Anlass designt. Bequem in Passform und Absatz gibt auch diese Linie die Freiheit in der Bewegung.

Immer mehr Hersteller setzen auf Nachhaltigkeit in Produktion und Material. Gute Qualität, ob Leder oder Merinowolle, bietet einfach einen besseren Tragekomfort und halten länger durch. Die Sohlen bestehen bei einigen Labels – besonders bei den spanischen Herstellern – aus recyceltem PET-Material. Textile Obermaterialien lassen ein Barfußtragen zu, da sie komplett in der Maschine waschbar sind. Die Farbstoffe sind mit Bedacht gewählt und werden nicht von der Haut aufgenommen.



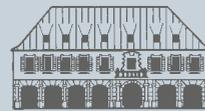
Info

Schuhzimmer
Hauptstraße 111
67433 Neustadt
06321-3902388
www.speed-shoes.de



*Die neue
Lässigkeit
hat Stil!*

*Mode mit Stil
gibt's im
Modehaus
Schmitt.*



SCHMITT

MÄNNERMODE

Die Nummer 1 in Neustadt/Weinstraße!

*Kompetent
in Männermode!*



ModehausSchmitt

Marktplatz 8 · Neustadt · 06321/32673

Mo bis Fr: 9.30 bis 18.30 · Samstag: 9.00 bis 16.00

www.mode-schmitt.de

Lust



auf Mode

Die Jungen haben Lust auf Mode!

Retro ist in der Herrenmode die klare Vorgabe, wenn es um den Modetrend der Frühjahr-/Sommerkollektion 2020 geht. Anzüge als Dreiteiler mit Weste, die Hosenträger als Accessoire, dazu die passende Schiebermütze und gerne auch eine Fliege – das sind die Renner bei jungen Männern. Das Outfit erinnert an *Der großen Gatsby*, gespielt von Leonardo di Caprio. Und ja, die 20er Jahre sind da. Dabei sind die Stoffe leicht, lässig, in Leinenoptik und mit dem Charme des Draufgängers.

Nach wie vor herrscht die schmale Silhouette vor, die Hosenlänge reicht gerade noch bis zum Schuh. Der Schuh erhält dadurch eine besondere Bedeutung und wird zum modischen Statement, mit dem man den Stil des Outfits in die eine oder andere Richtung lenken kann.

„Wird es feierlich, dann werden die Anzüge hell. Beige und ein helles Blau dominieren“, sagt Markus Schmitt, von Modehaus Schmitt in Neustadt. Farben und Optik wirken natürlich und sind Zeugen eines umfassenden Trends. Trage- und Pflegeeigenschaften entsprechen dem heutigen Standard.

Der Anzug darf gerne mit Sneakers und Shirt getragen werden, das klassische Hemd ist nicht immer von Nöten. Eine Krawatte kann sein, muss aber nicht. Die Hemden im Smart Casual Look benötigen keine Krawatte mehr, denn der Kragen ist nicht mehr steif und nur zum Schließen konzipiert. Die Hemden dürfen etwas wagen, von gemusterten Krageneinlagen bis zu geblümter Farbigekeit. Sie geben dem Träger und dem Outfit eine positive Lässigkeit und wagen einen Bruch mit der konservativen Attitude, dabei lassen sie seinen Träger trotzdem am großen Spiel teilnehmen.

Vorbei sind die Hosen-Zeiten des Destroyed-Looks. Jeans werden gerne in allen Waschungen getragen, ein wenig gekrempelt und mit Sneakers in passenden Farben zum Oberteil, aber mit weißer Sohle, kombiniert. Die karierte Hose ist im Herrenbereich auch in dieser Saison ein Must-Have und kombiniert wieder den angezogenen Look mit der neuen Lässigkeit.

Fazit: Die junge Mode macht wieder Lust auf Stil, auf Dress-up, ist positiv, fröhlich und durchaus kreativer als man es aus dem Herrenbereich gewohnt ist.

Info

Modehaus Schmitt

Marktplatz 8
67433 Neustadt
06321-32673
www.mode-schmitt.de



CLOSED
CINQUE
ESISTO
BETTER RICH
STEFFEN SCHRAUT
SAMSØE Ø SAMSØE
JUVIA

L A L A I N E

Modeboutique
Marktstraße 2
67433 Neustadt/
Weinstr.
Telefon 0 63 21/22 16



Sehen wie ein Luchs

Rupp + Hubrach
Brillenglas #innovativ

Der Sprung auf das höchste Seh-Level

EINLADUNG
PERSÖNLICHE
HIGHTECH-
SEHANALYSE

r-h

Jetzt Termin vereinbaren.

OPTIK WAGNER

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

Artenschutz



im

Zoo Landau

Mit zunehmender Erderwärmung, Vermüllung der Meere, dem Einsatz von Pestiziden und einem Vorrücken des Menschen in den Lebensraum von Tieren wurden viele Tier- und Pflanzen bereits ausgerottet. Zurzeit stehen 40.000 Arten auf der Roten Liste der bedrohten Tier- und Pflanzenarten. Rund 16.000 Arten sind akut vom Aussterben bedroht. Laut Weltnaturschutzunion (IUCN) ist jede vierte Säugetierart, jede achte Vogelart und ein Drittel aller Amphibien in Gefahr.

Der Artenschutz ist eine globale Aufgabe – und eine schwierige dazu, denn viele unterschiedliche Interessen stoßen hierbei aufeinander, die Bedingungen für Klima und Lebensraum sind nicht immer zum Positiven umkehrbar und vielfach ist das Bewusstsein für die fatalen Konsequenzen des eigenen Handelns und des Artensterbens nicht vor-

handen. Doch es gibt auch sehr positive Ansätze, dem Artensterben zu begegnen. Zoos haben sich schon längst ebenfalls zur Aufgabe gemacht, dem Artenschutz zu dienen und mit einer Vielzahl von Zoo-Aktionen die Menschen für die Sache zu gewinnen. Dabei steht das Ausstellen der Tiere, das von vielen Menschen durchaus immer noch kri-

tisch gesehen wird, gleichwohl für den Schutz der Tiere. Die Besucher lernen die exotischen Tiere kennen, können sie sehen, riechen und ihre Dimensionen, ihr Verhalten persönlich betrachten.

Dies macht einen Unterschied zum Tierfilm, auch wenn die Dokumentation noch so toll ist. Der persönliche Bezug zu einem Tier, dem man vielleicht sogar schon in die Augen gesehen hat, ist höher und damit auch die Bereitschaft, diese Art zu erhalten. Da es seit dem Washingtoner Artenschutzabkommen 1973 ohnehin nur noch sehr beschränkt möglich ist, Tiere aus der freien Wildbahn für Zoos zu entnehmen, hat sich seitdem in den meisten europäischen Zoos ein grundlegender Wandel vollzogen. Die Zoos müssen meist Tiere zeigen, die im Zoo selbst gezüchtet wurden. Und da sich Tiere am erfolgreichsten fortpflanzen, wenn sie in einer artgerechten Umgebung leben, sind die meisten Zoos bemüht darum, die Gehege

nach einem möglichst naturgetreuen Abbild des natürlichen Lebensraumes darzustellen.

Auch im Landauer Zoo ist der Artenschutz ein wichtiger Aspekt der Arbeit. Die Zoologische Gesellschaft für Arten- und Populationsschutz e.V. (ZGAP) hat ihren Sitz im Zoo Landau und ist Partner und Förderer der Aktion Zootier des Jahres. Ziel der ZGAP ist der Erhalt der weniger bekannten, aber bedrohten Arten bei gleichzeitigem Schutz ihrer Lebensräume. Die ZGAP macht aufmerksam auf die unbekannteren, kleineren Arten, die nicht im Rampenlicht stehen und somit umso stärker der Gefahr der Ausrottung ausgeliefert sind.

Das **Zootier des Jahres 2020** ist der Beo. Der Vogel, der der Starenfamilie zuzuordnen ist, ist als begnadeter Stimmenimitator bekannt und beliebt. Genau dies wird



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





Infos

www.zoo-landau.de



ihm zum Verhängnis, da er vor allem in Asien gerne als Entertainer gehalten – oder als Delikatesse gehandelt wird. Beos sind ein wenig eigen in der Partnerwahl. Damit ist eine Züchtung in Gefangenschaft sehr schwierig, was eine permanente Entnahme aus freier Wildbahn nach sich zieht. Um zum Erhalt dieser Vögel in menschlicher Obhut konkret beizutragen und Beos auch in Zukunft wieder häufiger in Zoos antreffen zu können, wird im Zuge der **Zootier des Jahres-Kampagne** im Vogelpark Marlow ein Zentrum für die Beo-Partnervermittlung, ein Beo-Dating-Center aufgebaut. Die Zusammenstellung harmonisierender Paare erfordert fundiertes Fachwissen, eine größere Auswahl an geeigneten Individuen und mehrere Gehege, in denen sich die neu gefundenen Paare zurückziehen können. Im Vogelpark Marlow wird das Europäische Ex situ-Programm (EEP) für Beos koordiniert. Die so entstandenen Paare werden an teilnehmende Zoos wie an den Zoo in Landau übergeben und sorgen dann als kompatible Brutpaare hoffentlich für mehr Beo-Nachwuchs, damit sich die Bestände in Zoologischen Gärten erholen können.

Ein weiteres Projekt zum Schutz der Arten, dem sich der Zoo Landau aktiv widmet, nennt sich **Which fish?** Die Kampagne wurde vom Europäischen Zoo- und Aquariumverband (EAZA) initiiert, der sich im Zwei-Jahres-Rhythmus unterschiedlicher Themen annimmt. Grundlage der Kampagne ist die Tatsache, dass 76 Prozent der weltweiten

Fischbestände vollkommen ausgebeutet oder überfischt sind. Acht Milliarden Kilogramm unerwünschter Beifang werden jährlich als Müll weggeworfen. Which fish? ist die Frage nach dem richtigen Fisch für unsere Ernährung, für den Fang und nicht zuletzt zur Sicherung der Fischerei als wirtschaftlicher Faktor für die Küstenbevölkerung. Die Kampagne in Zoos wie in Landau hat die Aufklärung der Bevölkerung über nachhaltigen Fischfang bis hin zum Konsum zum Ziel. Auch die Zoos hinterfragen sich selbst beim Verbrauch von Fisch als Zoofutter und der nachhaltigen Beschaffung aquatischer Arten, wenn eine Nachzüchtung in Zoos schwierig ist.

Auch Zoo-interne Aktionen wie die Zooschule in Landau sind letztlich zum Schutz und Erhalt der Arten angelegt. Ob es sich dabei um Schildkröten oder die Haltung von Reptilien handelt, oder die Führung zum Jahr zum Schutz von Pinguin, Otter & Co., eine Aktion zum internationalen Tag der biologischen Vielfalt oder der Führerschein für Kinder zur Pflege und Haltung von Terrarientieren, ist vielfältig, abwechslungsreich und zielgruppenübergreifend.

Der Zoo Landau wendet sich an alle Bevölkerungsgruppen und macht zur Aufklärung und Information zahlreiche unterschiedliche, immer interessante Angebote, die auf der Internetseite www.zoo-landau.de zu finden sind.



International School Neustadt

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

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



Lebensmittel oder Superfood

Gesunde Ernährung liegt im Trend. So genannte Superfoods können dabei helfen. In einer Analyse der Suchanfragen bei Google hat Vergleich.org ausgewertet, welche davon am beliebtesten sind und betont gleichzeitig: Auch weniger trendige Lebensmittel haben den Superfood-Faktor.

- Auf Platz 1: Avocado! Der Liebling der Food-Blogger schafft es mit 501.280 Suchanfragen pro Monat auf den Thron.
- Auf Platz 2: Ingwer! Die scharfe Knolle ist eine Geheimwaffe im Kampf gegen Erkältungen und wird monatlich 407.390 Mal gesucht.
- Auf Platz 3: Kurkuma! Der Hauptinhaltsstoff von Curry-Pulver wird 374.790 Mal pro Monat gegoogelt.
- Auf Platz 4: Quinoa! Das wiederentdeckte Korn ist als glutenfreie Getreide-Alternative beliebt und wird monatlich 238.150 Mal gegoogelt.
- Auf Platz 5: Granatapfel! Die etwas unpraktische Frucht strotzt geradezu vor Antioxidantien und interessiert monatlich 199.350 Google-Nutzer.
- Don't believe the hype: Auch weniger exotische Klassiker der deutschen Küche haben wertvolle Nährstoffe zu bieten! Kürbis, Zitrone, Blumenkohl und Co. sind altbewährt und liefern ebenso Vitamine und Mineralien.

Deutschland ist nach den USA der zweitgrößte Markt für Superfood. Allerdings steht laut einer Forsa-Umfrage die Mehrheit



Bleiben
Sie gesund.

GDA-Zukunftstag Absage der Zukunftstage im 1. Halbjahr 2020

In diesen besonderen Zeiten geht Gesundheit vor. Daher werden wir im 1. Halbjahr 2020 keine weiteren GDA-Zukunftstage ausrichten.

Wir freuen uns, Sie bald wieder begrüßen zu dürfen.

GDA Neustadt
Rückfragen unter Telefon:
06321 37 2800 oder [gda.de](https://www.gda.de)

Superfoods: Trendfoods vs. Klassiker

TRENDFOOD	Google-Suchen
 1. Avocado	501.280
 2. Ingwer	407.390
 3. Kurkuma	374.790
 4. Quinoa	238.150
 5. Granatapfel	199.350
 6. Manuka-Honig	197.640
 7. Chia	147.840
 8. Schwarzkümmelöl	137.280
 9. Rucola	121.870
 10. Hagebuttenpulver	121.660

KLASSIKER	Google-Suchen
 1. Kürbis	873.690
 2. Zitrone	367.650
 3. Blumenkohl	365.900
 4. Rhabarber	338.620
 5. Brokkoli	315.200
 6. Walnuss	279.500
 7. Haferflocken	267.320
 8. Spinat	260.930
 9. Zimt	244.930
 10. Rosenkohl	242.930

diesen Lebensmitteln eher skeptisch gegenüber und sieht sie als kurzfristigen Trend an.

Klarer Sieger bei den Trendfoods: Die Avocado!

Man nennt die Avocado auch die Butter der Natur. Sie ist von hippen Instagram-Food-Accounts nicht mehr wegzudenken, was sicherlich auch an ihrer Vielseitigkeit liegt: Ob als Brotaufstrich, Guacamole-Dip oder Salateinlage, die Avocado hat viele Gesichter. Zwar enthält sie mit 24 Gramm pro 100 Gramm sehr viel Fett, doch handelt es sich dabei größtenteils um gesunde, ungesättigte Fettsäuren, die lange satt machen und den Insulinspiegel niedrig halten – Heißhungerattacken wird so vorgebeugt. Ein großer Nachteil des Hypes um die grüne Frucht: Leider ist sie aufgrund langer Transportwege nicht sehr nachhaltig.

Auf Platz 2: Ingwer!

Kaum ein Gericht der asiatischen Küche kommt ohne den Scharfmacher aus, doch die Pflanze eignet sich nicht nur für den Kochtopf. 2018 wurde sie zur Heilpflanze des Jahres gewählt, und das nicht ohne Grund: Eine gewisse Wirkung des Rhizoms gegen Übelkeit und Erkältungen ist mittlerweile wissenschaftlich bestätigt.

Auf Platz 3: Kurkuma!

Die gelbe Knolle gehört ebenfalls zu den Ingwergewächsen und sieht dem Ingwer zum Verwechseln ähnlich, doch wer hier Schärfe erwartet, liegt ganz falsch. Stattdessen punktet Kurkuma mit einem mild-würzigen Aroma und macht sich damit ebenso in herzhaften wie in süßen Speisen gut. Das darin enthaltene Curcumin wirkt verdauungsfördernd und entzündungshemmend.

Auf Platz 4: Quinoa!

Das Pseudo-Getreide. Es schlägt zwar mit ähnlich vielen Kalorien zu Buche

wie Reis oder Nudeln, bietet dafür aber eine deutlich günstigere Nährwertzusammensetzung: Komplexe Kohlenhydrate, Ballaststoffe und Eiweiß machen das Korn besonders nährstoffreich. Außerdem sind darin alle neun essentiellen Aminosäuren enthalten.

Auf Platz 5: Granatapfel!

Nicht ganz einfach zu essen, doch die Mühe lohnt sich: Der Granatapfel enthält viele wertvolle Inhaltsstoffe wie Polyphenole. Tipp: Die Frucht in einer Schüssel mit Wasser aufbrechen, die Kerne sammeln sich dann am Boden.

Auch als Schönheitselixir eignet sich das Weiderichgewächs aufgrund der darin enthaltenen Antioxidantien gut und ist daher in vielen Hautcremes, Seren und Ölen enthalten. Vor allem zu Anti-Aging-Zwecken wird ihm eine gute Wirkung zugesprochen.

Die beliebtesten Klassiker

Streng genommen verbirgt sich hinter den meisten der so genannten Superfoods vor allem geschicktes Marketing. Denn vielen gängigen Lebensmitteln fehlt vielleicht das exotische Flair, doch in ihnen stecken oft ebenso gesunde Inhaltsstoffe. Insofern können auch Kürbis, Brokkoli und Co. als Superfoods bezeichnet werden. Das wissen auch die Internet-Nutzer: Der Klassiker Kürbis hat mit 873.690 Google-Suchanfragen noch deutlich mehr als das Trendfood Avocado.

Ein weiterer Vorteil klassischer gesunder Lebensmittel ist, dass viele von ihnen heimisch sind und so auch mit einer besseren CO₂-Bilanz auskommen. Und: Bei den Exoten ist die Gefahr deutlich größer, dass Lebensmittelverordnungen nicht eingehalten werden. So nehmen Konsumenten statt dem vermeintlichen Gesundheits-Booster im schlimmsten Fall sogar gesundheitsschädliche Inhaltsstoffe zu sich.

Platz 1 der Klassiker: Kürbis!

- Das herbstliche Gemüse sättigt gut und ist mit nur 26 Kalorien pro 100 Gramm ein echter Schlankmacher
- Enthält viele wichtige Vitalstoffe wie Kalium, Magnesium und Eisen
- Größter jemals gezüchteter Kürbis wog 1190,5 kg!

Platz 2 der Klassiker: Zitrone!

- Vitamin-C-Bombe wird sehr gern zur Vorbeugung und Behandlung von Erkältungskrankheiten eingesetzt
- Enthält außerdem weitere Nährstoffe wie Calcium, Kalium, Pektin, Eisen und Vitamin A
- Trick aus dem Ayurveda: Warmes Zitronenwasser am Morgen, gerne auch mit Ingwer, wirkt genauso anregend wie eine Tasse Kaffee und füllt die Vitalstoff-Speicher auf

Platz 3 der Klassiker: Blumenkohl!

- Enthält nahezu kein Fett, dafür B-Vitamine, Vitamin C und K sowie Calcium, Magnesium, Phosphor und Kalium

- Nicht gerade Low Fat, aber extrem lecker: Blumenkohl mit Brösel-Butter!

Platz 4 der Klassiker: Rhabarber!

- Enthält Kalium, Calcium, Magnesium, Eisen sowie die Vitamine A, B1, B2 und B3
- Rhabarber wird zwar fast ausschließlich zu süßen Speisen verarbeitet, gehört aber botanisch gesehen dennoch zu den Gemüsen!

Platz 5 der Klassiker: Brokkoli!

- Eines der Vitamin-C-reichsten Lebensmittel (115 mg pro 100 g)
- Den Strunk nicht wegwerfen, er kann genauso verwendet werden wie die Röschen

AOK
Die Gesundheitskasse.

Extra-Leistungen über 1.500 €

**Leistungen ohne Ende
und noch viel mehr**

... würd' ich kriegen, wenn ich
AOK-versichert wär'!

Jetzt wechseln! gerngesund.de

Olivenöl



*Europäische
Olivenöl-
produktion
in Zahlen*

in

Zahlen

Vor rund 14.000 Jahren gab es den Olivenbaum nur in wilder Strauchform. Über die Zeit entwickelte man ihn zum Baum. Der Anbau ist an das trockene und sonnige Klima des Mittelmeerraums angepasst. Aus der Europäischen Union stammen aktuell 65 Prozent der weltweiten Olivenölproduktion. Die EU selbst verbraucht etwa 60 Prozent davon. Die geschützte Ursprungsbezeichnung (g.U.) ist dabei Qualitätsgarant für Produkte, deren Herstellung, Verarbeitung und Zubereitung in einem bestimmten geografischen Gebiet mit anerkanntem lokalem Know-how erfolgt. Derzeit sind 112 Olivenöle (bald 113) und 17 Oliven aus Europa als g.U.-Produkt registriert.



Blumiges
aus Ihrer
**ERLEBNIS-
GÄRTNEREI!**



blumen **SCHUPP**

Neubergstr. 1 · 67435 Neustadt/Gimmeldingen
Tel.: 063 21/6 87 84 · www.blumen-schupp.de

Olivenöl-Fakten: Marktführer Europa

Wissenschaftlich anerkannt und empfohlen für seine ernährungsphysiologischen und diätetischen Tugenden, hat sich Olivenöl mittlerweile zum unverzichtbaren Produkt vieler Haushalte etabliert. Auch international findet der Konsum immer mehr Verbreitung. Die Weltproduktion schwankt von Jahr zu Jahr zwischen 2,7 und 3,2 Millionen Tonnen Olivenöl. Zwei Drittel der weltweiten Olivenölproduktion stammt aus Europas sonnenreichen Gegenden. Allen voran belegen Spanien, Italien und Griechenland das Podium. Frankreich betreibt eine kleine, aber feine Produktion. Pro Jahr pressen die französischen Olivenbauern im Schnitt 5.000 Tonnen. Mit 25 Prozent in geschützter Ursprungsbezeichnung zertifiziert, ist der Anteil hochqualitativen Olivenöls dabei sehr hoch.

Olivenöle mit geschützter Ursprungsbezeichnung

Zum Schutz europäischer Agrar- und Lebensmittelprodukte, deren qualitative und organoleptische Merkmale mit ihrem Terroir verbunden sind, schaffte man 1992 die Labels für geschützte Ursprungsbezeichnung und geschützte geografische Angabe. Die ersten Olivenöle wurden 1996 als g.U. anerkannt. Darunter waren Huile d'olive de Nyons (Frankreich), Aprutino Pescarese (Italien), Baena (Spanien) oder Moura (Portugal).

Für Olivenöle legt die Auszeichnung eine Reihe von Faktoren fest, die Zusammenhang zwischen Produkt und Terroir herstellen: festgelegtes Anbaugebiet, verwendete Olivensorte(n), Anbau- und Verarbeitungstechniken und andere. Zudem müssen für Olivenöle mit geschützter Ursprungsbezeichnung alle Produktions- und Verarbeitungsphasen im definierten Gebiet stattfinden.

In Europa gibt es inzwischen 112 Olivenöle mit g.U.: davon 42 aus Italien, 31 aus Spanien, sechs aus Portugal, 19 aus Griechenland, acht aus Frankreich, eins aus Slowenien, vier aus Kroatien und eins aus dem Kooperationsbereich Kroatien/Slowenien.

Wissenswertes zur g.U.

Das System der geschützten Ursprungsbezeichnung ist ein europäischer Standard, der für alle 28 Mitgliedsländer gilt. Nur Estland und Malta haben derzeit keine zertifizierten Produkte. Zu den Vorzeigeprodukten der geschützten Ursprungsbezeichnung gehören für Feinschmecker Comté-Käse, Camembert de Normandie, Parmigiano Reggiano, Gorgonzola, Vinagre de Jerez, Prosciutto di San Daniele und Piment d'Espelette Chilischote. Die Abkürzung g.U. wird im Englischen mit PDO (protected designation of origin) übersetzt. Im Französischen mit AOP (Appellation d'origine protégée). Produkte mit geschützter Ursprungsbezeichnung führen ein einheitliches europäisches Logo.

Fakten über Olivenöl

Es gibt über 1.000 verschiedene Olivensorten weltweit. Der jährliche deutsche Konsum an Olivenöl beträgt etwa 0,8 Liter pro Kopf - Tendenz steigend. Österreicher konsumieren 1,2 Liter pro Kopf. In Frankreich beträgt der pro Kopf Konsum etwa 1,8 Liter, während Italiener, Spanier oder Griechen im Schnitt über zwölf Liter pro Kopf und Jahr konsumieren. Nicht jeder Olivenbaum produziert dieselbe Menge an Oliven. Einige Sorten produzieren 20 bis 30 Kilogramm pro Baum. Andere liefern über 100 Kilogramm Oliven pro Baum. Man benötigt etwa sechs bis acht Kilogramm Oliven, um einen Liter Olivenöl zu produzieren.

KURSE & EVENTS

im Kreativhaus h6 in Böhl-Iggelheim

- Galerie Fotokunst LebensArt jeden Donnerstag von 16-19 Uhr geöffnet und jeden 1. Sonntag im Monat mit Kaffee + Kuchen von 14-17 Uhr
- Kunstausstellung "Figur - betont" bis 19.4.2020
- Kunstausstellung "Kowa & Kowa - Form - Farbe - Licht" ab 26.4. bis 6.7.2020
- Kinder-Nähworkshops + Nähmaschinenführerschein mit Kristin
- Kindermalkurse und Geburtstagsfeiern
- Kräuterkurse und Gesundheitsvorträge mit Visi
- Life- und Business-Coaching mit Tina
- Tibetische Rückenmassage für Frauen
- Malkurse mit Anke/Ankes ARTelier
- Airbrushkurse mit Yvonne/Atelier YvissART
- Workshop "Träume der Nacht - unser innerer Kompass"
- Gesundes und lebensfrohes Altern mit Maria Elisabeth, sowie Resilienz: Was uns stark macht
- Open-Air Theater "Liebe oder Leben" 20.05.2020
- Vermietung von Räumlichkeiten für Seminare, Geburtstage und Hochzeitslokation
- "Kunst trifft NATURgarten" in Böhl-Iggelheim vom 13.-14.06.2020



Telefon 06324 911-1681
info@kreativhaush6.de

 [kreativhaush6.de](https://www.kreativhaush6.de)
www.kreativhaush6.de

Unterschiede



Gene in Frauen- und Männerherzen reagieren unterschiedlich auf Herzklappenfehler

bei

Herzklappenfehlern

Wenn die Herzklappe zwischen Aorta und linker Herzkammer verengt ist, also eine Aortenklappenstenose vorliegt, sind bei Männern andere Gene aktiv als bei Frauen. Das konnten Wissenschaftler des Deutschen Zentrums für Herz-Kreislauf-Forschung (DZHK) an der Charité-Universitätsmedizin Berlin erstmals zeigen. Zukünftige Forschungsarbeiten lassen sich mit diesen Ergebnissen genauer planen und könnten so zu individuell abgestimmten Therapien für Frauen und Männer führen.

„Bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen gibt es ausgeprägte Unterschiede zwischen Männern und Frauen“, sagt Professor Dr. Georgios Kararigas, DZHK-Wissenschaftler, der seine Studie an der Charité durchführte. Ein Beispiel ist die Aortenklappenstenose. Sie verläuft bei männlichen Patienten schlechter als bei weiblichen. Eine verengte Herzklappe ruft zwar bei beiden Geschlechtern ein ungesundes übermäßiges Herzwachstum hervor, die so genannte Hypertrophie. Sie beeinträchtigt die Herzfunktion und kann schlimmstenfalls zu einer Herzschwäche führen. Bei Männern laufen dieses Wachstum und die damit verbundenen Umbauprozesse jedoch ungünstiger ab als bei Frauen. „Es gibt hier ein ungelöstes klinisches Problem, dessen molekulare Ursachen wir erforscht haben“, so Kararigas.

Die Forscher wiesen erstmals nach, dass in Herzmuskelzellen von männlichen Patienten mit einer Aortenklappenstenose andere Gene aktiv sind als bei erkrankten Frauen. Ebenso auffällig anders reguliert waren zwei Gene, die für Entzündungsfaktoren codieren. „Das ist neu, denn bisher war wenig darüber bekannt, dass entzündliche Vorgänge für die Herzfunktion von Patienten mit Aortenklappenstenose bedeutend sein könnten“, so Kararigas. Die Analyse der klinischen Daten ergab, dass Patienten, in deren Proben die Entzündungsgene aktiver waren, auch eine schlechtere Herzfunktion hatten. Dabei handelte es sich immer um Männer. Für ihre Pilotstudie analysierten DZHK-Wissenschaftler Kararigas und sein Team die Genexpression in einzelnen Herzmuskelzellen. Das unterscheidet ihre von vorangegangenen Arbeiten, in denen

die unterschiedlichen Zelltypen des Herzgewebes nicht getrennt voneinander untersucht wurden. Die analysierten Zellen stammen aus Herz-Biopsien von 17 weiblichen und 17 männlichen Patienten, die eine Ersatz-Herzklappe erhielten.

Zu wenig Frauen in klinischen Studien

Die Ergebnisse der Studie deuten darauf hin, dass Umbauprozesse in weiblichen und männlichen Herzen über andere Mechanismen ablaufen. „Unser bisheriges Wissen über die Mechanismen bei Herzkrankheiten basiert auf Studien, an denen überwiegend männliche Patienten teilgenommen haben. Wir fragen uns jetzt, inwieweit diese Ergebnisse tatsächlich auch für Frauen relevant sind, da in ihren Herzen scheinbar ganz andere Prozesse aktiv sind“, so Kararigas. Größere Studien, die seine Ergebnisse untermauern, aber auch Studien speziell mit weiblichen Patienten hält er für dringend nötig. Davon würden Frauen und Männer profitieren.

Neben den biologischen Unterschieden durch Geschlechtshormone und -chromosomen, gibt es auch soziokulturelle Einflüsse.

All diese Faktoren zusammen bewirken, dass manche Krankheiten je nach Geschlecht unterschiedlich verlaufen. Kararigas wünscht sich, dass diese Unterschiede in klinischen Studien stärker berücksichtigt werden, damit Männer und Frauen optimal medizinisch versorgt werden können.

Über das DZHK

Das Deutsche Zentrum für Herz-Kreislauf-Forschung (DZHK) ist das größte nationale Zentrum zur Erforschung von Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems. Sein Ziel ist es, Ergebnisse aus der Grundlagenforschung schnellstmöglich in den klinischen Alltag zu überführen. Dazu vereint es exzellente Grundlagenforscher und klinische Forscher aus 30 Einrichtungen an sieben Standorten. Das DZHK wurde 2011 auf Initiative des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF) gegründet und wird zu 90 Prozent vom Bund und zu zehn Prozent von Sitzländern der Partnereinrichtungen gefördert. Es gehört zu den sechs Deutschen Zentren der Gesundheitsforschung (DZG), die sich der Erforschung großer Volkskrankheiten widmen.

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



- Sonnenschutz für innen und außen
- Dachfensterbeschattungen
- Rollläden • Rolltore
- Rollläden-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 45 Jahren – WIR STELLEN ALLES IN DEN SCHATTEN

Atmung



ist

Wellness

Das Atmen ist uns angeboren. Es ist ein Reflex, der vom vegetativen Nervensystem ganz ohne unser Zutun abläuft. Das vegetative Nervensystem steuert und reguliert alle unsere Organe und Organsysteme, die wir willentlich nicht beeinflussen können. Es steuert beispielsweise auch den Herzschlag, das Verdauungssystem, das Immunsystem und andere lebenswichtige Funktionen, ohne dass wir etwas dafür tun müssen.

Der Mensch atmet pro Tag rund 20.000-mal ein und aus. Dabei gelangt unter Zuhilfenahme der Senkung des Zwerchfells, einem starken Muskel unterhalb der Lunge, Luft in die Lunge. Der in der Luft enthaltene Sauerstoff wird im stark verästelten System aus Bronchien und Bronchiolen in die Lungenbläschen und schließlich in die Blutgefäße geleitet. Eine menschliche Lunge enthält durchschnittlich 300 Millionen hauchdünne Lungenbläschen, die auch Alveolen genannt werden. Dort wird der Sauerstoff vom Blut aufgenommen. Im Blutkreislauf gelangt er in die Zellen. Die Kapillaren schicken wiederum die verbrauchte Luft, das Kohlendioxid, auf den Rückweg zum Ausatmen. Mit einem Atemzug können bis zu 3,5 Liter Luft in die Lunge gesogen werden.

Wenn man von der äußeren Atmung spricht, dann ist der Gasaustausch in der Lunge gemeint. Bei der inneren Atmung handelt es sich um den biochemischen Vorgang, den der Sauerstoff in den Zellen auslöst und der der Energiegewinnung des Körpers dient. Mithilfe des Sauerstoffs wird die aus der Nahrung gewonnene Glukose zu Kohlendioxid und Wasser abgebaut. Dabei wird Energie frei, die als Molekül Adenosintriphosphat (ATP) gebunden wird. ATP benötigt der Mensch für alle Prozesse im Körper, sei es für das Gehirn, die Muskulatur oder die Verdauung.

Normalerweise atmen wir durch die Nase, bei der die Luft angewärmt, gereinigt und angefeuchtet die Lunge erreicht. Die

Mundatmung wird im Allgemeinen nur dann angewendet, wenn wir durch die Nase nicht genügend Luft bekommen, etwa bei einer Erkältung oder bei sehr großer Anstrengung.

Obwohl wir uns wenig bis gar nicht um unsere Atmung kümmern müssen, besteht die Möglichkeit der willentlichen Atmung, bei der wir die Atemfrequenz und Atembewegung – bis zu einem gewissen Grad – beeinflussen können. Das bewusste Atmen wird meist zur Beruhigung, bei Entspannungsübungen, beim Singen oder beim therapeutischen Sprachtraining und beim Sport angewendet.

Die richtige Atmung ist der Schlüssel zur Gesundheit und mentaler Stärke. Mehrere wissenschaftliche Studien belegten, was bereits seit Jahrhunderten in der chinesischen Medizin und im Yoga angewendet wird: Atemtraining kann sowohl im Kampf gegen körperliche wie auch seelische Beschwerden eingesetzt werden. Auch Ängste und Depressionen können so zumindest gemindert und ihre Spitzen genommen werden. Die richtige Atmung kann Schmerzen erträglicher machen – wie jede werdende Mutter in der Geburtsvorbereitung übt –, die Konzentration steigern, das Herz entlasten und bei Schlafproblemen helfen.

Meist atmen wir zu flach, kurz und nicht tief genug ein. Dadurch erhält der Körper zu wenig Sauerstoff, was die Leistungsfähigkeit beeinträchtigt und die Herzfrequenz steigen lässt. Folglich ermüden wir schneller und sogar der Schlaf kann negativ beeinflusst werden. Viele von uns Flachatmern nutzen nur 25 Prozent der möglichen Atemtiefe. Um das tiefe Atmen wieder mehr in den Alltag zu integrieren, raten Experten dazu, mehrmals täglich kleine Pausen einzulegen, in denen wir bewusst tief atmen. In diesen Atempausen kann teilweise die vier bis sechsfache Menge an Sauerstoff aufgenommen werden, was sich auf Körper und Geist positiv auswirkt.

Wer wie beim Yoga die richtige Atemtechnik mit körperlichen Übungen kombiniert, reduziert Stress, stoppt das Gedankenkarussell und verweilt im Moment. Der kontinuierliche Atemrhythmus, bei dem die Bewegung dem Atem folgt, soll von einer langen Ausatmung geprägt sein und leicht fließen. Die tiefen Atemzüge verhelfen zu mehr Klarheit, Gelassenheit und Ruhe. Mit der Zeit lernt man, die Atmung bewusst einzusetzen und auch in Stresssituationen die Ruhe zu bewahren.

Da lohnt doch jede Atempause!

Zahnarztpraxis Lotze

Zentrum für Funktionsdiagnostik & -therapie

Schnarchen Sie noch oder schlafen Sie schon?

Viele Menschen wissen nicht, dass das nächtliche Schnarchen schwerwiegende Auswirkungen auf die Gesundheit haben kann. Tagesmüdigkeit, Kopfschmerzen, Konzentrationsschwäche und Antriebslosigkeit bis hin zu ernstesten Herz-Kreislauf-Störungen sind nur einige Folgen. Schnarchen ist nicht harmlos und muss behandelt werden um eine Schlafapnoe zu vermeiden.

Mit einer sorgfältigen Analyse und einer Schienentherapie kann Schnarchen gestoppt werden und eine Verbesserung des Wohlbefindens erreicht werden. Sprechen Sie uns an!

Zahnarztpraxis Lotze | Zentrum für Funktionsdiagnostik & Funktionstherapie | Hauptstr. 99 | 67433 Neustadt | Tel.: 06321-30350

wp wingerter&partner
STEUERBERATER



Ihre kompetenten
Steuerberater in der Pfalz

Steuerberatung
Digitalisierungsberatung
Wirtschaftsberatung
Unternehmens-Nachfolgeberatung

Wingerter & Partner Steuerberater
Marktstr. 17 · 67487 Maikammer
Fon: 06321/95790
wingerter-partner@datevnet.de · www.wingerter-partner.de

Ein-



und

Durchschlafen

Immer mehr Menschen kommen nachts nicht zur Ruhe: Schon acht von zehn Berufstätigen leiden nach eigenen Angaben unter Ein- und Durchschlafproblemen, Tendenz steigend. Die Ursachen können vielfältig sein und auch auf gravierende gesundheitliche Störungen hinweisen. In den meisten Fällen ist Stress der Grund für die Schwierigkeiten beim Ein- und Durchschlafen. Besonders der Übergang von Alltag zu Schlaf gelingt nicht jedem reibungslos. Die Tipps und Tricks für Menschen mit Schlafproblemen sind so unterschiedlich und zahlreich, dass man wählen kann und sich seine Strategie tatsächlich erobern muss. Neben einem gut gelüfteten, dunklen Schlafzimmer und festen Bettzeiten können regelmäßige Rituale mit ätherischen Ölen dabei helfen, den Tag loszulassen und entspannt ins Reich der Träume zu starten. Bewährt haben sich unter anderem die nachweislich ausgleichenden und angstlösenden ätherischen Öle von Lavendel, Melisse und Neroli.

Rituale mit ätherischen Ölen unterstützen die Entspannung, was in vielen Studien bestätigt wurde. So ließ sich die Schlafqualität von Probanden - Pflegekräften im Schichtdienst - durch das tiefe Einatmen von Lavendelöl, Kamille römisch und Bitterorange schon nach drei Tagen signifikant verbessern. Als eines der wichtigsten Schlafförderer hat es mittlerweile das ätherische Öl der Zirbelkiefer zu einiger Bekanntheit gebracht. Wie Untersuchungen zeigten, kann der Duft des ätherischen Öls dem Herzen jede Nacht rund 3.500 Schläge ersparen. Dadurch wird die Nachtruhe tiefer und der Körper erholt sich schneller.

Die Raumbeduftung mit naturreinen ätherischen Ölen über einen Vernebler, eine Duftlampe oder einen Duftstein sollte dabei unbedingt vor dem Schlafengehen durchgeführt und dann abgeschaltet werden. So entsteht ein Wohlfühlklima, das das Ein- und Durchschlafen unterstützt. Es empfiehlt sich, lediglich Duftaromate zu setzen und keine Dauerbeduftung anzuwenden. Denn nicht die Raumluftreinigung oder das Überlagern von schlechten Gerüchen steht im Vordergrund, sondern die sanfte Duftbegleitung. Für dieses Anliegen findet die optimale Raumbeduftung an der Wahrnehmungsschwelle statt und schafft so eine angenehme entspannende Atmosphäre.

Wichtig ist außerdem, dass der jeweils eingesetzte Duft als angenehm empfunden wird und positive Assoziationen weckt. Für ihre ausgleichende und entspannende

Wirkung sind unter anderem die ätherischen Öle von Lavendel, Melisse, Narde, Neroli, Muskatellersalbei, Ho-Blätter, Basilikum und Bergamotte bekannt. Aber auch niedrig dosierte Mandarine sowie Orange, Vanille, Tonka, Benzoe Siam, Basilikum und Zirbelkiefer sind zur Schlafförderung geeignet. Der Duft der Mandarine wirkt in niedriger Dosierung ausgleichend und entspannend. Bei höherer Dosierung entsteht ein Umkehrerfolg - dieses ätherische Öl wirkt dann belebend.

Zu den weiteren Voraussetzungen für zügiges Einschlafen und eine erholsame Nachtruhe gelten ein dunkles, gut gelüftetes und kühles (ca. 18 Grad Celsius) Schlafzimmer sowie eine auf das Gewicht und den Bedarf der jeweiligen Person möglichst optimal angepasste Matratze. Wichtig sind außerdem ein dem eigenen Zyklus entsprechender regelmäßiger Schlafrhythmus mit möglichst sieben Stunden Schlaf und der Verzicht auf Mittags- oder Fernsehschlafchen. Wer zwei bis drei Stunden vor dem Schlafengehen das letzte Mal leicht isst, wird sich ebenfalls leichter tun. Auch der Verzicht auf Koffein (nach 18 Uhr) und Alkohol erleichtert eine erholsame Nachtruhe. Fernseher, Smartphones, PCs und Laptops gehören wegen ihres blauen Lichts nicht ans Bett. Das Blaulicht steht im Verdacht, die Produktion des für den Schlaf verantwortlichen Hormons Melatonin zu senken. Besser ist es, ein gutes Buch zu lesen, die Gedanken für einen Tagebucheintrag Revue passieren zu lassen oder sich selbst eine Duftmassage zu gönnen.



Seine Maßnahme für MEHR WACH.

Unsere Maßnahme für MEHR WACH.



Rückenschmerzen? Verspannungen?
Unsere Maßnahme wirkt im Schlaf.



Als qualifizierter Ecco Fachhändler bieten wir einen ganz besonderen Service: Wir nehmen Ihre persönlichen Körpermaße auf und empfehlen Ihnen Ihr individuelles Bettsystem. So erhalten Sie Ihr perfekt eingestelltes Bett für einen erholsamen Schlaf und MEHR WACH!

Sonder-Aktion Bettfedernreinigung:
06.04. – 30.04.2020



BETTEN LANG

Schnurgasse 24 • 67227 Frankenthal
Tel. (0 62 33) 2 71 54 • www.betten-lang.de

Alle



Jahre

wieder ...

... kommt der nächste Pollenflug!

Laut aktuellen Zahlen des Allergieinformationsdienstes ist die Anzahl der Allergiker in den letzten Jahrzehnten in den westlichen Industriestaaten um das Zwanzigfache angestiegen. Knapp ein Drittel der Erwachsenen im Alter zwischen 18 und 79 Jahren leiden bereits an einer Allergie. Ganz vorne mit dabei ist der Heuschnupfen. Ob Hasel oder Erle: Bei Allergikern reagiert das Immunsystem besonders empfindlich auf eigentlich harmlose Stoffe wie Pollen oder Hausstaub (Allergene). Beim Einatmen eben jener Allergene gelangen kleinste Partikel in die Nase. Die Nasenschleimhaut schwillt an. Histamine – auch bekannt als körpereigene Botenstoffe – sind daran beteiligt. Um die störenden Partikel wieder aus dem Körper zu spülen, kommt es im Folgeschluss zu einer laufenden Nase und tränenden Augen. Für viele Allergiker verkommt der Aufenthalt im Freien dann zur regelrechten Tortur. Das Taschentuch wird zum ständigen Begleiter. Das favorisierte Medikament liegt immer griffbereit.

Vier Tipps, die besonders leicht in den Alltag zu integrieren sind und nur wenig Aufwand erfordern, zeigen, dass das nicht sein muss.

Omega-3 gegen Heuschnupfen

Das *European Journal of Clinical Nutrition* berichtet, dass eine an Omega-3-Fettsäuren reiche Ernährung Heuschnupfen deutlich abmildern kann. Warum also nicht einmal ein Lachsfilet im Lieblingsrestaurant bestellen oder Chia-Samen über den mittäglichen Salat streuen? Auch Öle und Nüsse enthalten die wertvollen Fettsäuren. Letztere lassen sich übrigens auch besonders einfach als Snack für zwischendurch mit ins Büro, in die Schule oder zur Uni nehmen.

Probiotika für ein starkes Immunsystem?

Wissenschaftliche Studien weisen auf einen Zusammenhang zwischen einer gestörten Darmflora und der Überreaktion des Immunsystems beispielsweise in Form von Heuschnupfen hin. Wer also seine Darmflora und damit auch sein Immunsystem stärkt, geht einen entscheidenden Schritt in Richtung Beschwerdefreiheit trotz Pollenflug. Vor allem Probiotika (Mikroorganismen), die zum Beispiel in Joghurt vorkommen, können den Darm auf natürliche Weise unterstützen. Aber Achtung! Zu viel des Guten kann zu einer Verschlimmerung der Symptome führen. Deshalb sollte man auf eine angemessene Portionierung achten.

Wenn Bier und Wein zum Schnupfen führen

Nicht nur die Figur profitiert von weniger Alkohol, auch Heuschnupfengeplagte können einen Vorteil für sich daraus ziehen. Mediziner wissen nämlich schon länger, dass insbesondere die in alkoholischen Getränken enthaltenen Histamine den Heuschnupfen verstärken können. Wie das funktioniert? Histamine kommen als natürlicher Botenstoff im menschlichen Körper vor und sind maßgeblich bei einer allergischen Reaktion beteiligt – beispielsweise bei juckenden Augen. Beim Genuss von Alkohol nimmt der Körper nicht nur zusätzliche Histamine auf, ihm wird auch durch den Alkohol ein höherer Bedarf an Abwehrstoffen signalisiert. Die Folge: Der Körper produziert noch mehr Abwehrstoffe (Histamine), was sich wiederum durch einen Fließschnupfen oder juckende Augen äußern kann.

Vitamin C – besonders effektiv im Kampf gegen Allergien

Zur Stärkung des Immunsystems und Senkung der Histaminwerte im Blut sollte man auf eine ausreichende Vitamin-C-Versorgung achten. Forschungsergebnisse zeigen, je weniger Vitamin C im Blutplasma vorhanden ist, desto mehr erhöht sich auch der Histaminspiegel. Bereits eine Dosis von zwei Gramm täglich kann hierbei Symptome minimieren. Ob in Zitrusfrüchten oder in Brokkoli: Vitamin C ist praktisch frei von Nebenwirkungen und ungiftig.



Freie Umschau an allen Tagen - Fachberatung nach Vereinbarung!
(sonntags keine Beratung, kein Verkauf!)

**WINTERGARTEN
ZENTRUM SÜD-WEST
LADWIG**

INDUSTRIESTR. 20
67125 DANNSTADT
TEL. (06231) 9183-0
WWW.LADWIG.DE



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

*Feiern Sie
OSTERN
beim Henninger
in Kallstadt*

Bitte reservieren Sie rechtzeitig!

*Frühlingszeit
ist Spargelzeit*



Heidelbeeren



liegen **im Trend**

Heidelbeeren sind in der heimischen Küche beliebt. Sie sind lecker, gesund, geben dem Salat, Joghurt, Smoothie oder der Bowl Farbe und den letzten Kick. Von Ende Juni bis September haben Heidelbeeren, die auch Blaubeeren oder Schwarzbeeren genannt werden, Freiluftsaison. Dann sind die kleinen Früchte frisch und voll gepackt mit wertvollen Inhaltsstoffen, die gesund sind, aber auch gegen Falten schützen sollen.

Entzündungshemmende Anthocyane unterstützen den Körper dabei, freie Radikale abzufangen und sie zu neutralisieren. Die Pflanzenstoffe, die den Heidelbeeren auch ihre tiefblaue Farbe geben, können so einen vorzeitigen Alterungsprozess der Haut ausbremsen. Heidelbeeren können also tatsächlich vorbeugend bei Falten wirken. Zudem stabilisieren die in Heidelbeeren enthaltenen Biostoffe das körpereigene Adernsystem und sollen laut einiger Studien sogar Krebs und Arteriosklerose vorbeugen können.

Auch die in Heidelbeeren reichlich enthaltenen Vitamine C und E machen die blauen Früchte zu einem echten Schönheits-Snack. Vitamin C stimuliert die Produktion von Kollagen – und das polstert die Haut von innen auf. Das in der Heidelbeere enthaltene Vitamin E gilt seit langem als Schönheits-Vitamin. Beide Vitamine zählen zudem zu den Antioxidantien, helfen freie Radikale abzufangen und stärken das Immunsystem.

Des Weiteren enthält die Blaubeere eine hohe Menge an Gerbstoffen. Diese sind

dafür zuständig, Blutungen zu stillen oder Entzündungen zu behandeln. Die Gerbstoffe haben zusätzlich eine leicht schmerzlindernde Wirkung.

Getrocknete Heidelbeeren regulieren zudem die Verdauung und können Durchfall lindern – allerdings wirken die frischen Früchte bei übermäßigem Verzehr möglicherweise abführend.

Einige Studien haben gezeigt, dass Blaubeeren den Blutzuckerspiegel senken und deshalb bei Diabetes helfen können. Sie sollen auch die Durchblutung der Netzhaut fördern und sich deshalb positiv auf das Hell-Dunkel-Sehen auswirken. All diese Experimente sind jedoch wissenschaftlich noch nicht bestätigt und deshalb mit Vorsicht zu genießen.

Beim Verzehr von Blaubeeren sollte man beachten, dass sie Salicylsäure enthalten. Dieser Stoff wirkt blutverdünnend und kann bei einigen Menschen allergische Reaktionen hervorrufen, die zu Ausschlag oder Kopfschmerzen führen können. Insbesondere bei der Einnahme von Medikamenten sollte man sich genau über die Wechselwirkung mit Blaubeeren informieren und im Vorfeld einen Arzt konsultieren.

Aber die Dosis macht das Gift: Eine Faustregel besagt, dass es nicht

empfehlenswert ist, täglich mehr als 100 Gramm Heidelbeeren zu essen. Bei einer ausgewogenen Ernährung, in der die Heidelbeere als Zugabe verzehrt wird, hat die Heidelbeere aber vorwiegend positive und gesunde Auswirkungen auf den Körper.

Kulturheidelbeeren werden in Deutschland immer beliebter.

Im Jahr 2019 wurden sie auf einer Fläche von 3.160 Hektar angebaut. Wie das Statistische Bundesamt (Destatis) mitteilt, wachsen Kulturheidelbeeren damit inzwischen auf einem Drittel der gesamten Strauchbeerenanbaufläche von 9.390 Hektar. 2019 wurden mit gut 14.800 Tonnen Heidelbeeren 16 Prozent mehr als 2018 geerntet. Sowohl Anbaufläche als auch Erntemenge erreichten damit eine Steigerung um rund 70 Prozent gegenüber der ersten vergleichbaren Erhebung im Jahr 2012. Aufgrund der ungünstigen Witterungsbedingungen wurden 2019 mit 39.300 Tonnen insgesamt jedoch neun Prozent weniger Strauchbeeren geerntet als 2018. Gegenüber 2012 sind bei Strauchbeeren insgesamt Anbaufläche und Erntemenge annähernd um 40 Prozent gestiegen.



MYBARRIQUE

Eine Designerbrille, aus demselben Holz kreiert wie das Fass Ihres Lieblingsweines.

OPTICA
KURT MICHEL
HAUS DER AUGENOPTIK

Friedrichstr. 15 · 67433 Neustadt a.d. Weinstr. · 06321 / 300 77

TelefonSeelsorge



in

Deutschland

„Kann ich mit Ihnen sprechen? Ich habe sonst niemandem zum Reden.“ So beginnen viele Gespräche zwischen einer Telefonseelsorgerin und einem Ratsuchenden. Manche Anrufende leben allein und haben keinerlei soziale Kontakte. Bei anderen sind die Möglichkeiten der Entlastung bei Freunden und Familie erschöpft – weil ihre Krise schon lange dauert.

Im Jahr 2019 führten 1.215.269 Anrufe zu Gesprächen mit 6.445 freiwillig Engagierten und beruflich Tätigen. Diese sind in 105 Stellen im gesamten Bundesgebiet rund um die Uhr erreichbar. Während die meisten Gespräche zwischen 14 und 22 Uhr stattfinden, fallen 14 Prozent auf die Zeit zwischen Mitternacht und sechs Uhr – 466 Telefonate jede Nacht.

Neben der TelefonSeelsorge bieten 47 Stellen auch die Bearbeitung von Mails und 46 die Erreichbarkeit per Chat an. Während mehr als die Hälfte der Anrufenden zwischen 50 und 69 Jahre alt ist, nutzen die schriftlichen, noch niedrighschwelligeren Angebote vor allem junge Menschen: Hier sind mehr als die Hälfte zwischen 15 und 29 Jahre alt. Für den Großteil aller Ratsuchenden (94 Prozent) ist es von großer Bedeutung, anonym bleiben zu können.

Die Telefonseelsorge wird von vielen Menschen mit einer diagnostizierten psychischen Erkrankung in Anspruch genommen (rund ein Drittel in Telefon, Mail und Chat). Auch das Thema Suizid ist nach wie vor in der Telefon-Seelsorge stark vertreten: In 63.610 Telefonaten wurde Suizidalität benannt – 174 Mal am Tag.

Zwei von drei Personen rufen öfter als einmal bei der TelefonSeelsorge an. Medikamente, Therapie und professionelle Begleitung sowie Gespräche mit Angehörigen scheinen aus Sicht der Anrufenden vor allem emotional nicht ausreichend zu sein.

Als besonderes Merkmal der Telefonseelsorge gilt, dass weder ein Fortschritt in der Krise noch die Suche nach Lösungen im Vordergrund stehen. Es werden keinerlei Ansprüche an die Ratsuchenden gestellt – er oder sie darf stagnieren, statt sich hier und jetzt weiterentwickeln zu müssen. Dies steht im Kontrast zum allgegenwärtigen gesellschaftlichen Selbstoptimierungsdruck.

Gleichzeitig gilt: Wer die Telefon-Seelsorge in Anspruch nimmt, muss nicht psychisch krank sein. Anrufen kann jede Person mit jedem Thema oder auch ohne klar benennbaren Grund – zu jeder Zeit an jedem Tag des Jahres.

Info

**Telefonnummer der TelefonSeelsorge:
0800-1110111 und 0800-1110222 und 116123**

Weitere Infos über die Telefonseelsorge, die Möglichkeiten zur Mail- und Chatseelsorge unter www.telefonseelsorge.de

DÜNGME®
100% pflanzlicher Bio-Dünger

Hallo Pflanzenliebhaber!

DU BIST AUF DER SUCHE NACH EINEM NATÜRLICHEN DÜNGER FÜR DEINEN GARTEN? DANN BIST DU BEI UNS RICHTIG - DÜNGME!

DüngMe sorgt für prächtige Früchte, gesunde Kräuter, knackiges Gemüse, bunte Blumen und schöne Rasenflächen.



Unser natürlicher Universaldünger stammt vom eigenen Familienbetrieb aus der Pfalz und ist ein Nebenprodukt bei der Gewinnung erneuerbarer Energien.

Alles rein pflanzlich!
Ohne chemische und tierische Zusatzstoffe!
Aus der Natur, für die Natur.

Auch die Verpackung ist umweltfreundlich und komplett plastikfrei – Nachhaltigkeit liegt uns am Herzen!



www.duengme.de

ENTDECKE, WIE EINFACH ES IST GANZ NATÜRLICH UND NACHHALTIG ZU DÜNGEN.

www.duengme.de

Wussten

Online-Dating

..., dass Deutsche im vergangenen Jahr die Rekordsumme von 200 Millionen Euro für Online-Dating ausgegeben haben. Mehr als sieben Millionen Singles sind in Deutschland online auf der Suche nach dem passenden Partner. Tatsächlich sind die Aussichten auf Erfolg dank ausgeklügelter Algorithmen gar nicht so schlecht.



Sie schon, ...

Wir lösen hier spannende Rätsel des Alltages

Sellerie

..., dass Sellerie reich an Terpenen ist. Diese ätherischen Öle wirken entzündungshemmend. Zudem schützen Sie die Mundschleimhaut. So kann sich dort keine Plaque und Mundgeruch bilden.



Socken

..., ..., dass fast alle Kinderfüße in Socken kürzer sind als barfuß? Woran liegt das? Kindersocken werden fast immer zu kurz getragen und herkömmliche Socken haben eine trapezförmige Zehenspitze - ganz anders als die Anatomie der Füße. Die gesundheitlichen Auswirkungen von Socken können erheblich sein. Wie beim Tragen zu kurzer Schuhe wird auch durch anatomisch falsche und zu kurze Socken die Stellung der Großzehe verändert. Sie verbiegt sich in Richtung der zweiten Zehe - Vorbote für ein Krankheitsbild, das im Erwachsenenalter als Hallux valgus bekannt ist und zu den häufigsten Fußproblemen zählt. Die Lösung: Gesunde Socken müssen im Bereich der Großzehe kerzengerade verlaufen.



Bienen

..., dass allein in Deutschland sich nach Angaben des Deutschen Imkerbundes die Zahl der Bienenvölker seit 1952 von 2,5 Millionen auf heute 1,4 Million halbiert hat. Angesichts von Parasiten, Krankheiten und immer weniger Imkern sind weltweit die Bienen in Gefahr. Ein Grund dafür sei ein nachlassendes Interesse an der Imkerei, etwa bei jungen Menschen, sagte der Präsident der European Society for Bee Research, Robin Moritz. Es sind jedoch nicht nur die Honigbienen, sondern auch die mehr als 560 Wildbienenarten betroffen, von denen ebenfalls die Hälfte vom Aussterben betroffen sind.

Wussten



@ Foto Wetter-Online.de

Sie

schon, ...

Was sind die Eisheiligen?

Es ist jedes Jahr dasselbe: Der Winter ist längst vorbei, wir haben uns an die warme Frühlingssonne im Wonnemonat Mai gewöhnt, da wird es plötzlich für einige Tage wieder bitterkalt. Schuld daran sollen die so genannten Eisheiligen sein. Doch wer oder was sind sie überhaupt?

Die Eisheiligen nennt man die Tage vom 11. bis zum 15. Mai. An diesen fünf Tagen wird es mitten im Frühling noch einmal richtig kalt. Für Pflanzen, die schon angefangen haben zu blühen, kann das gefährlich werden. Denn wenn es nachts sehr kalt wird, können diese erfrieren.

Wie kommen die Eisheiligen zu ihrem Namen?

Die Eisheiligen sind nach fünf Heiligen der katholischen Kirche benannt: Mamertus, Pankratius, Servatius, Bonifatius und Sophia. Mit Kälte haben diese Heiligen aber nichts zu tun – ihre Gedenktage liegen nur zufällig genau auf den Tagen, an denen es im Mai noch einmal kalt wird.

Pflanze nie vor der kalten Sophie

Aus den Eisheiligen entwickelten sich im Laufe der Zeit viele Reime und Bauernregeln, die bis heute überliefert sind. Eine Bauern-

regel lautet: „Pflanze nie vor der kalten Sophie“ und sie gilt bis heute. Das bedeutet: Bauern sollten ihre Saat nicht vor dem 15. Mai pflanzen – das ist der Tag der Heiligen Sophia und der letzte Tag der Eisheiligen. Wenn die Bauern früher pflanzen, riskieren sie, dass die Saat durch den Frost der Eisheiligen zerstört wird. Erst nach dem 15. Mai können sie davon ausgehen, dass ihre Pflanzen vor Nachtfrost geschützt sind.

Ist es wirklich immer kalt an den Eisheiligen?

Ob es wirklich jedes Jahr an den Eisheiligen zwischen 11. und 15. Mai kalt wird, weiß Matthias Habel, Pressesprecher und Meteorologe bei WetterOnline: „Es stimmt, dass die warmen Tage im Mai öfter von kalten Tagen unterbrochen werden. Das liegt an der kalten Luft, die im Mai in Schüben zu uns herübergeweht wird. Man kann aber nicht sagen, dass die kalten Tage nur an den Eisheiligen stattfinden – manchmal treten sie auch früher oder später auf.“

Unsere Beratungsstelle Neue Chancen „AWA - Arbeitsmarkt - Weiterbildung - Ausbildung“ kümmert sich auch dieses Jahr um die Berufsrückkehrer/-innen. Das Projekt wird durch Mittel des Ministeriums für Familie, Frauen, Jugend, Integration und Verbraucherschutz sowie dem Europäischen Sozialfonds gefördert. Dieses Jahr werden für Asylbegehrende und Geduldete ohne ausreichende Sprachkenntnisse auch wieder „Sprach- und Orientierungskurse für Flüchtlinge“ angeboten. Ziel ist die Erhöhung der Sprachkompetenz sowie der sozialen Inklusion. Dieses Projekt wird durch Mittel des Ministeriums für Familie, Frauen, Jugend, Integration und Verbraucherschutz, des Landkreises Germersheim und der Stadt Landau sowie dem Europäischen Sozialfonds gefördert. Ebenfalls dürfen wir unser Portfolio um die Durchführung von „FRIDA 2.0 - Frauen - Integration in den Arbeitsmarkt“ an den Standorten Landau und Germersheim erweitern. FRIDA 2.0 richtet sich an erwerbsfähige Frauen im SGB II-Bezug, um ihre Berufschancen zu verbessern. Die Frauen werden sowohl in Gruppen- als auch in Einzelcoachings anhand von Profilings, Bewerbungscoachings, Onlineschulungen u.v.m. schrittweise aktiviert und an den Arbeitsmarkt herangeführt. Der ESF ist ein Eckpfeiler der Europäischen Beschäftigungsstrategie. In der Förderperiode 2014-2020 fließen 109 Mio. Euro aus dem ESF nach Rheinland-Pfalz. Mit diesen Mitteln werden arbeitsmarktpolitische Projekte des Landes kofinanziert. Unser Team freut sich darauf, Sie bei Ihrer Fort- und Weiterbildung aktiv, kompetent und individuell zu begleiten. Besuchen Sie uns auch im Internet unter www.profes-gmbh.eu und finden Sie in unserem Programm die Weiterbildungsmaßnahme, die zu Ihnen passt.

AUS- & WEITERBILDUNGEN

JÄHRLICHER PFLICHTKURS 2020 43B/53C FÜR BETREUUNGSKRÄFTE, ALLTAGSBEGLEITER, U.W. • 15.-16.06.2020 ODER 17.-18.09.2020 IN LANDAU | VOLLZEIT

UND ÜBER 600 WEITERE MASSNAHMEN IN DER VIRTUELLEN ONLINE AKADEMIE VIONA® AM STANDORT LANDAU UND GERMERSHEIM.

#SAP® #MICROSOFT® #DATEV® #ADOBE® #SPS #CNC #ECDL

MIT VIONA® BIETEN WIR UNSEREN TEILNEHMERN EIN MODERNES LERNPROGRAMM, MIT DEM SIE FLEXIBEL & UNABHÄNGIG AM COMPUTER LERNEN KÖNNEN.

TÄGLICH TREFFEN SICH MENSCHEN AUS GANZ DEUTSCHLAND LIVE ÜBER DAS INTERNET, UM IN EINEM KLASSENRAUM GEMEINSAM ZU LERNEN UND ZU ARBEITEN, ZU SPRECHEN UND ZU PRÄSENTIEREN. KURSSTARTS IN DER REGEL ALLE ZWEI WOCHEN. WEITERE INFORMATIONEN UNTER WWW.PROFES-GMBH.EU

SPRACHKURSE

INTEGRATIONSKURSE (A1 - B1) NACH DEN RICHTLINIEN DES BAMF • Modulstart: alle 4 Wochen | in Landau & Germersheim und Umgebung



BERUFSSPRACHKURSE NACH DEUTSCHSPRACHFÖRDERVERORDNUNG (DEUFÖV) • KURSSTART: AUF ANFRAGE | IN LANDAU & GERMERSHEIM

- Basiskurse: Niveau B1-B2, Niveau B2-C1
- Spezialkurse: z.B.: Spezialmodul A2-B1, akademische Heilberufe (C1), nicht akademische Gesundheitsberufe (B2), Azubis und Beschäftigte (B2)
- Spezialkurse Fachsprache „Lager/Logistik B2 (DeuFöV) & berufsbildende Grundqualifizierung (FbW)“ sowie „Kraftfahrzeugmechatroniker B2 (DeuFöV) & berufsbildende Grundqualifizierung (FbW)“

BERATUNGSSTELLEN & PROJEKTE

Neue Chancen
Beratungsstelle AWA

BERATUNGSSTELLE -NEUE CHANCEN- AWA

Ziel ist es, Sie durch eine gezielte Beratung beim beruflichen (Wieder)Einstieg zu unterstützen bzw. Ihnen Aus- & Weiterbildungsmöglichkeiten aufzuzeigen.

Das Projekt wird durch das Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie Rheinland-Pfalz aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und durch das Ministerium für Familie, Frauen, Jugend, Integration und Verbraucherschutz Rheinland-Pfalz gefördert



in:procedere
Arbeitsmarkthilfe

INPROCEDERE 2.0 - BERATUNG UND BETREUUNG FÜR BLEIBEBERECHTIGTE & FLÜCHTLINGE

Ein bundesweites Projekt des Bundesministeriums für Arbeit & Soziales und des Europäischen Sozialfonds der Europäischen Union.

Das Projekt wird durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert.



IQ Netzwerk
Rheinland-Pfalz

IQ ANERKENNUNGS- UND QUALIFIZIERUNGSBERATUNG

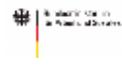
Kostenfreie Anerkennungs- & Qualifizierungsberatung zur Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse.

IQ SERVICE EHRENAMT SÜDPFALZ

Wir organisieren regelmäßig Abendveranstaltungen für ehrenamtliche Helfer.

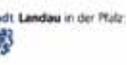
INTEGRATIONS- UND QUALIFIZIERUNGSZENTRUM GEWERBLICH-TECHNISCHE BERUFE

Das Projekt wird durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert.



SPRACH- UND ORIENTIERUNGSKURSE FÜR FLÜCHTLINGE

Das Projekt wird durch das Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie Rheinland-Pfalz sowie der Stadt Landau und Germersheim aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert.



FRIDA 2.0 - FRAUEN - INTEGRATION IN DEN ARBEITSMARKT LANDAU

Das Projekt wird durch das Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds sowie aus Mitteln des Jobcenters Landau-Südliche Weinstraße.



FRIDA 2.0 - FRAUEN - INTEGRATION IN DEN ARBEITSMARKT GERMERSHEIM

Das Projekt wird durch das Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds sowie aus Mitteln des Jobcenters des Landkreises Germersheim.



ERSTORIENTIERUNGSKURSE FÜR ASYLBEWERBERINNEN UND -BEWERBER

Dieses Projekt wird durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge sowie dem Ministerium für Familie, Frauen, Jugend, Integration und Verbraucherschutz des Landes Rheinland-Pfalz gefördert.



#AUS- & WEITERBILDUNG #SPRACH- & INTEGRATIONSKURSE #FIRMENSCHULUNGEN



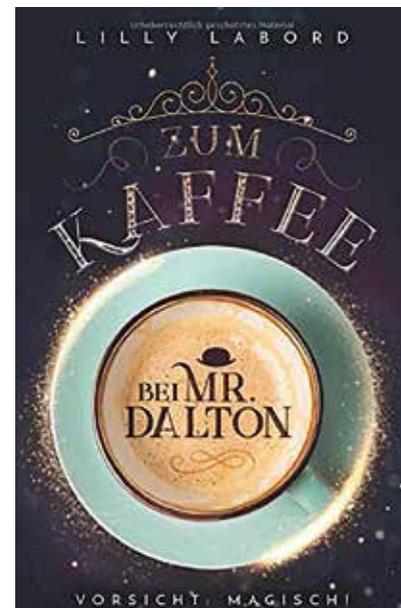
Buchtipp für Sie.

Zum Kaffee bei Mr. Dalton

Lilly Labord

Holly Miller ist auf der Suche nach einer neuen Stelle und erhält ein Angebot von dem geheimnisvollen Mr. Dalton. Er wohnt im gleichen Haus wie Holly, zeigt sich ihr aber nicht. Erst nach und nach erfährt sie, dass Mr. Dalton ein Zauberer in Schwierigkeiten und auf die Hilfe von Holly angewiesen ist.

Fasziniert von der Magie schwebender Kaffeekannen und kleiner Kunststücke, übernimmt sie zunächst kleinere Aufträge für ihn. Immer mehr gleitet Holly in die Welt des Zauberers und merkt erst nicht, wie gefährlich diese ist und in welchen Nöten ihr neuer Auftraggeber tatsächlich steckt. Zunächst ist Holly als Assistentin für Dalton tätig, wobei sie die Mitglieder des Bundes der Asperischen Magier kennenlernt. Diese sind ihr gegenüber skeptisch. Der Bund besteht aus weißen, grauen und schwarzen Magiern und hat sich zur Unterstützung aller hilfeschuchenden Menschen verpflichtet. Doch das vorherrschende Schubladendenken unter Zauberern führt zu Verfolgungen, Intrigen, Morden und Machtstreben. Als die Auseinandersetzungen zwischen rivalisierenden magischen Zirkeln zunehmen, muss sie sich entscheiden, wohin sie künftig gehören will. Der Band *Vorsicht: magisch!* ist der Beginn einer zauberhaften Serie voll dunkler Magie, Verrat, aber auch unverbrüchlicher Freundschaft und wahren Mut. Die fünfteilige Serie spielt hauptsächlich in London vor dem Brexit mit all seinen Unsicherheiten. Eine Saga über Unruhen, Misstrauen und das Besinnen auf Werte ist in dieser Zeitspanne gut angesiedelt.



Info

Zum Kaffee bei Mr. Dalton

Lilly Labord

Als Taschenbuch und
Kindle-Ausgabe erhältlich
Independently published (amazon)

Fünfteilige Saga

Teil 1: Vorsicht: magisch
ISBN: 9781099164279

Teil 2: Gefährlicher Zauber
ISBN: 9781074401511

Teil 3: Vollkommen verhext!
ISBN: 9781082578007

Teil 4: Verwunschene Orte
ISBN: 9781696094177

Teil 5: Dunkle Magie
Zurzeit nur als Kindle-Ausgabe erhältlich



Kurzgeschichte

Ins Leben

Mit größter Willensanstrengung sammelte sie die Bruchstücke ihres Bewusstseins zusammen. Ihre Gedanken hatten sich schon lange von ihr entfernt und kehrten nur unwillig und stückweise zu ihr zurück. Mit unsicherem Fuß trat sie an den Rand der Mondoberfläche und glitt langsam zu Boden in den Staub. Vorsichtig schob sie sich vorwärts und lugte über die Grenze ihrer Wahrnehmung hinaus.

Erst vernahm sie nichts, so sehr sie sich auch bemühte. Leise, mehr ein Gefühl als ein Geräusch, bemerkte sie ein Etwas. Das Etwas wurde deutlicher und hob an zu einem kaum vernehmbaren Sein. Lange lag sie dort und lauschte. Abgerissen hörte sie ein Stück eines Lachens. Dann einen Fetzen einer Musik. Einen Ton. Ein Wort. Die Summe dessen ergänzte sich zu einem Wispern, das sich seinen Weg zu ihr bahnte und wie eine flüchtige Wolke dahinging. Sie verweilte in sonderbar konzentrierter Lethargie und fühlte wie ihre Gedanken sich mal hier mal dort auf sie zu bewegten. Noch fremdelten sie miteinander. Sie öffnete die Augen und nahm in der Ferne einen warmen Schein wahr. Rot und Gelb und Gold. In der Bewegung des Scheins veränderten sich die Töne des Lichts und des Schalls. Und sie genoss es und ließ sich tragen. Leicht und schwer zugleich. In den warmen Farben zeichneten sich Umrisse ab, die miteinander verschwammen und sich wieder trennten. Die Zeichnungen verstärkten sich zu Figuren, aus denen sich Menschen formten. Menschen die miteinander lachten, sprachen, sich

berührten und wieder gingen, um sich neu zu begegnen. Plötzlich und überdeutlich zog ein Augen-Blick sie in seinen Bann und ließ sie auf den Grund einer Seele blicken. Dort war es reich an Vielfalt und Wärme. Sie schaute sich um, erstaunt, verwundert. Ein wohlige Gefühl durchflutete sie. Sie mochte nicht mehr zurück. „Dort will ich sein. Das ist mein Zuhause“, sagte es aus ihr heraus. All ihre Gedanken ganz bei ihr. Mit ungewohnter Kraft, die sie schon beinahe schmerzte, brach der Wunsch sich seine Bahn. Der Wunsch wurde zur überzeugenden Gewissheit, der Plan, ein Credo.

Sie zog sich ein Stück weiter über den staubigen Rand und setzte sich auf. Ihre Beine schlangen über den Rand des kalten Ortes, wo Dasein nicht Leben heißt. Sie wollte ins Licht, das immer näher rückte, wo die Wärme aus den Augen der anderen sie rief. Lächeln gegen die Kälte. Lächeln gegen die Angst. Lächeln gegen die Kraft, die sie hielt. Lächelnd. Sie stieß sich ab und warf sich unsanft dem Leben in die Arme.

Ehrenamt *in* Landau

Wo die Fäden des ehrenamtlichen Engagements in Landau zusammenlaufen

Rund 1,7 Millionen Menschen im Rheinland-Pfalz tun es – darunter auch viele Landauer Bürger: Sie engagieren sich in ihrer Freizeit ehrenamtlich, sei es in sozialen Einrichtungen, in der Nachbarschaftshilfe, in Sportvereinen, in Rettungs- und Hilfsdiensten, in Kulturvereinen oder im Naturschutz. Um das soziale Engagement in Landau zu fördern und die, die sich einbringen, zu unterstützen, hat die Stadt im vergangenen Jahr die Koordinierungsstelle Ehrenamt um Ehrenamtsbeauftragte Angelika Kemmler eingerichtet.



Info

Weitere Informationen zum Thema Ehrenamt sowie zur Ehrenamtskarte sind auch unter www.landau.de/ehrenamt zu finden.

„Ehrenamtliches Engagement ist ein wichtiger Pfeiler unserer Gesellschaft und trägt wesentlich zum sozialen Zusammenhalt sowie zum guten Zusammenleben bei“, unterstreicht Oberbürgermeister Thomas Hirsch. Aus diesem Grund sei es an der Zeit gewesen, neben dem 2016 eingerichteten Netzwerk Ehrenamt eine städtische Stelle zu schaffen, die den Bereich steuere und weiterentwickle. „Bei mir laufen die Fäden zusammen“, erklärt Angelika Kemmler. „Ich bin die zentrale Anlauf-, Informations- und Vernetzungsstelle zum Thema Ehrenamt.“ Kemmler koordiniert Einsätze, vermittelt zwischen Hauptamtlichen und Ehrenamtlichen und beantwortet auftretende Fragen. Sie kümmert sich um Weiterbildungen und Veranstaltungen und vertritt die Stadt in regionalen und überregionalen Gremien. Ein Thema, das ihr besonders am Herzen liegt, ist die Anerkennung und Wertschätzung der Ehrenamtlichen. „Wir sollten es nicht als selbstverständlich ansehen, dass sich so viele Frauen, Männer und Kinder in die Gesell-

schaft einbringen und ihre Zeit, ihr Herzblut und so viel mehr investieren.“

Sichtbares Zeichen der Wertschätzung für das Ehrenamt in Landau ist unter anderem die von OB Hirsch initiierte jährliche Verleihung des städtischen Ehrenamtspreises am Stadtgeburtstag, dem 30. Mai. Zudem führte die Stadt Landau die landesweite Ehrenamtskarte ein. Die Ehrenamtskarte bietet ihren Inhabern Vergünstigungen in über 600 Einrichtungen in Rheinland-Pfalz. In Landau gibt es u.a. freien Eintritt für das Stadtmuseum, jeweils zwei Eintrittskarten zum Preis von einer für das Freibad am Prießnitzweg, das Freizeitbad La Ola und den Landauer Zoo, vergünstigte Kinokarten im Universum Kino sowie Ermäßigungen bei Kursen im Haus der Familie.

Weitere Unternehmen und Einrichtungen in Landau, die das Angebot der Ehrenamtskarte bereichern möchten, können sich bei Angelika Kemmler unter 06341-135026 oder angelika.kemmler@landau.de melden.

Unsere *nächste* Ausgabe



Sommer in der Pfalz

Den Redaktionsschluss für die Ausgabe Juni/Juli/August und den Erscheinungstermin finden Sie rechtzeitig auf unserer Homepage www.chili-dasmagazin.de

81

Chili **DAS MAGAZIN!**

Anzeigenleitung

Wolfgang Ulrich
Tel.: 06321-8900900
mobil: 0172 - 6583056
w.ulrich@chili-dasmagazin.de

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

Kolumne

Der Zeitgeist-Teller

Ernährung ist eine Frage des Überlebens – und des Zeitgeistes.

Darüber wurde schon viel gesagt und geschrieben. Und ja, auf dem Teller spiegelt sich sowohl der Status als auch die Attitude eines Menschen. Klare Aussagen werden getroffen mit der Art, wie man sich ernährt. Gesundheitsbewusstsein, Klima- und Umweltschutz, Tierschutz und nicht zuletzt auch Disziplin lassen sich am Essverhalten ablesen. Welche Bedeutung hat die Nahrungsaufnahme für das jeweilige Individuum, welche Ängste, welche Kompensationen, welche Vorstellungen von Sozialkontakt werden beim Essen wach. Das ist so unterschiedlich wie interessant zu betrachten.

Kürzlich habe ich alte Rezepthefte aussortiert, die sich in jahrelanger Sammelleistung bedrohlich im Regal vermehrt haben - natürlich nicht, ohne sie eines letzten prüfenden Blickes zu würdigen. Da war sie, die Geschichte des Essens, des Kochens und des Dekorierens - dokumentiert und in Zeitrafen. Vor 25 Jahren - ja, solange reichte mein Archiv zurück - wurde den Vegetariern kein Platz im Rezeptheft eingeräumt. Veganer gab es im Bewusstsein der Redaktionen noch gar nicht. Low Carb fand maximal bei der Brigitte Diät statt und war Thema in Diabetes Ratgebern. Der Begriff Superfood war noch nicht erfunden. Die Rezepte drehten sich um das tägliche Stück Fleisch, vielleicht noch Fisch. Raffiniert und zeitintensiv waren die Rezepte im Dossier *Für Gäste*. Man wollte zeigen, wozu man in der Lage war. Erst nach und nach fanden Zeitangaben für schnelle Rezepte Eingang in die Beschreibungen. Plötzlich wurde mehr darauf Rücksicht genommen, dass es berufstätige Frauen gab, die mehr als nur halbtags - oder heute würde man sagen Teilzeit - tätig waren. Dann kamen die Männer ins Spiel, die sich auch in der stylischen

Küche aufhalten durften. Hobbyköche wurden bedient, nicht notwendigerweise Selbstversorger. Erst in letzter Zeit werden Rezepte für zwei Personen berechnet. Die Standardfamilie bestand lange Zeit aus vier Personen. Exotische Gerichte sollten bezeugen, wie weltgewandt man war. Hausmannskost driftete im Laufe der Jahre ins Aus. Schade eigentlich.

Heute stellt man fest, dass man regional, saisonal, umweltbewusst, natürlich welttoffen und frei von Ressentiments, ressourcenschonend und nachhaltig einkauft, kocht, isst, sich und seine Familie ernährt, dabei sich der alten Traditionen bewusst ist und diese auch neu zu interpretieren in der Lage ist.

Es wird immer komplizierter, einer Glaubensfrage gleich, die mit ruhigem Gewissen nach außen hin vehement und mit tiefer Überzeugung zu verteidigen ist.

Eigentlich wollte ich nur kochen und essen und dabei nicht gleich auf dem ganzen, verqueren, reichlich zähen Zeitgeist rumkauen.



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

wohs
Made pur

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.

CFF

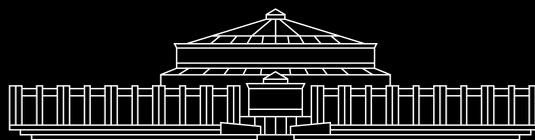
GÄNSEHAUT EVENTS FÜR JEDEN GESCHMACK

27.04. | CABARET

06.04. Konzert „Opernhafte“ | 16.04. After-Work-Party Springbreak | 27.04. Cabaret
09.05. Tabaluga und Lilli | 14.08. Villa Musica „Beethovens 9te recomposed“
09.10. Tod auf dem Nil mit Gil Ofarim | 13.11. Marshall & Alexander
27.11. Neun Tage frei

**BUSINESS
STATT KOMÖDIE?**

Wir haben
das passende
Konzept!



CONGRESSFORUM FRANKENTHAL

reservix
dein ticketportal

eventim

Tickethotline: 0800 - 266 47 37
congressforum.de

