Unbezahlbar

Chili

DAS MAGAZIN!

Für die Pfalz

Feb/März 2015

der richtige Zeitpunkt

mod's hair
PARIS
Kollektion Herbst/Winter 2014/2015
LE PARKING DES ANGES
mod‘s hair Neustadt • Schütt 8 • Tel. 06321/38 59 38 • www.modshair-neustadt.de
mod‘s hair Landau • Ostbahnstr. 7 • Tel. 06341/8 40 24 • www.modshair-landau.de

Der richtige Zeitpunkt

Liebe Leserin, Lieber Leser,

Ira Schreck

Wir wünschen Ihnen ein gutes, glückliches, erfolgreiches und gesundes neues Jahr. Denken Sie über Ihre Wünsche nach und setzen Sie die besten einfach um. Aber seien Sie vorsichtig, was Sie sich wünschen. Sie könnten es bekommen.

Dieses Jahr startete nicht gut. In Paris wurden Menschen erschossen – ja, geradezu hingerichtet – weil sie eine Meinung vertraten. Wenn auch der Tod dieser Menschen in erster Linie zu beklagen ist, steht dahinter jedoch auch der Angriff auf die Freiheit der Meinungsäußerung und die Freiheit der Presse. Am 11. Januar gingen Millionen Menschen in Paris, in Frankreich und in vielen anderen Städten weltweit auf die Straße, um sich solidarisch zu zeigen – mit den getöteten Menschen, mit den Betroffenen und auch mit den Werten, die ihnen wichtig sind. Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit. Sicherheit und Frieden. Bei der Freiheit der Meinung kämpft die Presse beileibe nicht alleine nur mit Terrorakten, sondern muss sich durchaus viel häufiger, fast täglich, mit subtileren Methoden der Einflussnahme auf Inhalte auseinandersetzen.

Wir in der Redaktion von Chili haben im täglichen Ablauf kaum Einschränkungen zu befürchten, was die Berichterstattung anbelangt. Die Themen, die wir in unserem Magazin behandeln, sind normalerweise keine derartigen Aufreger. Aber ich habe bewusst die Wörter kaum und normalerweise in die vorangegangenen Sätze gefügt, weil es selbst bei uns vorkommt, dass man versucht, auf den Inhalt unseres Magazins Einfluss zu nehmen. Von unterschiedlichen Seiten wird ein mehr oder minder starker Druck ausgeübt. Subtil als auch massiv. Wir wollen und können dies keinesfalls mit den Vorkommnissen in Paris vergleichen, aber möchten doch anhand eines harmlosen regionalen Magazins aufzeigen, dass im Kleinen beginnt, was im Großen zur Katastrophe führen kann.

Mut wurde gefordert. Das ist eine richtige aber doch extrem anspruchsvolle Forderung an diejenigen, die eine andere Meinung haben, diese auch zu äußern. Bedenkt man die möglichen Konsequenzen. Vielleicht sollten wir uns alle fragen, wie tolerant wir mit Meinungen umgehen, die sich nicht mit unseren decken. Dazu muss man noch nicht einmal religiös sein. Der Solidaritätsbeweis der unzähligen Menschen am 11. Januar macht Mut zum Mut.

Wir hoffen, dass es der richtige Zeitpunkt ist, Mut zu beweisen. Und wir wünschen uns, dass die Solidarität um Charlie Hebdo lange währt.

Herzlichst
Ira Schreck
Chefredakteurin

Apropos

INHALTSVERZEICHNIS

EinBlick

16 Der richtige Zeitpunkt
18 Weiterbildung
22 Gute Vorsätze – weniger Stress
24 Flammersfeld und Neustadt reichen Kiga-Klage ein
28 Mein Kind kann ...
30 Fit für den Mindestlohn
32 Geld anlegen. Aber wie?
34 Die Zeit lief, läuft und wird auch weiterhin laufen ...
38 Mehr Naturschutz zum richtigen Zeitpunkt
40 Der richtige Zeitpunkt spart Mühe und Zeit

Kulinaria

42 Gewürze: Pfeffer und das pfefferartige Piment
44 Rezepte
46 Lunchpakete

Kommunales

48 Bundesehrenpreis

52 Ökostrom tanken

56 Die Blüte ist Programm

Energietipps

50 Effizienter kochen und backen

KulTour

54 Die Vielfalt als Einheit

Typisch

58 Schön & gut Winterhaut

60 beständig trendig

Gesundheit

62 Gesundheitstipps

64 Vitaminmangel bei Diabetikern

66 Kindergartenkinder schlucken die meisten Antibiotika

68 Beweg Dich!

70 Für Prävention ist immer der richtige Zeitpunkt

onTour

72 Je suis Charlie

erLesen

26 Kommentar

74 Englische Seite: The right time ... for the right tense!

76 Buch-Tipp

82 Kolumne: Der eigene Anspruch

Standards

3 Apropos

4 Inhalt

6 Impressionen

12 Kurz & gut: Aus Handel und Wirtschaft

78 Augen-Blick-Mal

81 AusSchau

81 Anzeigenberatung

82 Impressum

LEKI
LEKI

Wege im Winter zählen doppelt.

Der eigene Hund
macht keinen Lärm,
er bellt nur.
(Kurt Tucholski)

Unbemerkt kommt alles,
was Dauer haben wird.
(Wilhelm Raabe)

Beauty
Karolinenhof
KOSMETIK ▪ ANTIAGING ▪ BODYFORMING

Wir feiern mit Ihnen!
Unser Institut ist zum 3. mal mit 5-Sternen für Kosmetik ausgezeichnet.

★ ★ ★ ★ ★

Zum 3. mal strahlen die 5 Sterne für die herausragende Kosmetik an Ihrer Schönheit. Das feiern wir mit einem tollen Bonus für Sie liebe Kundin.

Mit Ihrem

Gutschein
*für 15% Bonus auf Behandlungen**

Bringen Sie diesen Gutschein mit und genießen auch Sie Anti Aging Behandlungen der Sonderklasse.

Das Angebot gilt bis 31. März 2015.
Am besten buchen Sie gleich:
Tel. 0 62 33 - 50 69 60

Kosmetikinstitut Karolinenhof
Carl-Theodor-Str. 8 (Eingang Karolinenstr.)
67227 Frankenthal
www.kosmetik-karolinenhof.de

* Jeweils 1x; ohne Pediküre, Maniküre, Angebote und Service (z.B. Zupfen, Färben etc.)

Aus Hand

Chili – Seminar
Keine Werbung kostet Sie ein Vermögen

PR Konzepte für Einsteiger und Fortgeschrittene
Jeder weiß, dass Werbung für das erfolgreiche Bestehen eines Unternehmens unerlässlich ist. Aber Werbung ist mehr als eine Anzeige schalten. Weit mehr. Wie Sie sich über Ihr eigenes Konzept, Ihr Profil und Ihren öffentlichen Auftritt bewusst werden und wie Sie eine effektive Darstellung Ihres Unternehmens erreichen, das vermitteln wir Ihnen in einem kompakten Seminar. Wir zeigen Ihnen, dass Sie selbst Ihre beste Visitenkarte sind, wie Sie zielgruppenorientierte Ansprachen formulieren und wie Crossmarketing funktioniert.
Sie stellen sich im Wettbewerb auf und lernen, Ihre Stärken zu formulieren. Darüber hinaus erarbeiten Sie Konzepte und bilden daraus Strategien und Kampagnen.
Teilnehmer: 5 -15 Personen (Unternehmer oder Werbegemeinschaften)
Dauer: ganztägig
Kosten: 250,- Euro
Wann: 21. März 2015
Wo: Chili – Die Werbemacher
Maximilianstraße 21
67433 Neustadt

Anmeldung und Infos:
06321-8900900 oder redaktion@chili-dasmagazin.de

Chili – Seminar:
Pressearbeit für Einsteiger

Ein notwendiges und geeignetes Instrument für die Öffentlichkeitsarbeit ist die Presse. Diese sollten sie zu Ihren Gunsten nutzen. Dazu ist es notwendig, zu verstehen, wie die Arbeitsabläufe in einer Redaktion strukturiert sind.
Welche Aufgaben haben die unterschiedlichen Presseorgane? Und was zählt nicht zu ihren Aufgaben? Welche Informationen braucht ein Redakteur und für wen schreibt er?
Sie lernen, wie Sie nach den formalen und inhaltlichen Standards Pressemitteilungen gestalten und wie Sie ein Interview, eine Pressekonferenz vorbereiten. Und weil effektive Pressearbeit immer auch ein Ausdruck von funktionierender Kommunikation ist, werden wir daran mit Ihnen arbeiten.
Teilnehmerzahl: 5 - 15 Personen
Dauer: ganztägig
Kosten: 250,- Euro pro Teilnehmer
Wann: 28. Februar 2015
Wo: Chili – Die Werbemacher
Maximilianstraße 21
67433 Neustadt

Anmeldung und Infos:
06321-8900900 oder redaktion@chili-dasmagazin.de

el & Wirtschaft

Akku vor Geräte-Entsorgung entfernen

Defekte oder ausgediente Elektro- und Elektronikgeräte werden im Landkreis Südliche Weinstraße im Rahmen der Sperrmüllsammlung auf Abruf kostenlos abgeholt oder können bei den Wertstoffwirtschaftszentren bei Billigheim-Ingenheim oder Edesheim kostenlos abgegeben werden.
Der Eigenbetrieb WertstoffWirtschaft weist darauf hin, dass Geräte, die mit Batterien oder Akkumulatoren ausgerüstet sind, nur entgegen genommen werden können, wenn die Energiespeicher vom Anlieferer entfernt werden. Fest eingebaute Energiespeicher, die nicht leicht vom Gerät getrennt werden können (ohne Werkzeug), dürfen im Gerät verbleiben.
Die entnommenen Batterien oder Akkumulatoren sind der separaten Altbatterieerfassung zuzuführen. Bei den Wertstoffwirtschaftszentren Edesheim und Billigheim-Ingenheim besteht die Möglichkeit, diese Akkus und Batterien abzugeben.

Kooperationsvertrag für schnelles Internet

Der Neustadter Ortsteil Speyerdorf kann sich auf schnelle Internetverbindungen freuen. Mitte Januar unterschrieb Oberbürgermeister Hans Georg Löffler einen Kooperationsvertrag mit der Firma Inexio aus Saarlouis. Sollten bis Ende April 120 Verträge vorliegen, will das Unternehmen starten und innerhalb von rund zwölf Monaten Gewerbe und Bürger an das überregionale Glasfasernetz anbinden. Dann sind Downloads von bis zu 100 Mbit/sec. möglich.
„Ich freue mich riesig, dass unsere Gespräche und Diskussionen von Erfolg gekrönt sind", sagte Löffler vor der Vertragsunterzeichnung. Das Projekt sei ambitioniert, aber realistisch. Die Verhandlungen führte die Wirtschaftsentwicklungsgesellschaft WEG unter der Leitung von Stefan Ulrich. Anja Schramm, Vertriebsleiterin bei Inexio, versprach einen hochwertigen Ausbau, bereits vorhandene Kabel der Telekom könnten genutzt werden. Wichtig zu wissen: Alle können ihre Telefonnummern und E-Mail-Adressen behalten. Große Baumaßnahmen in Lachen-Speyerdorf werde das Projekt ebenfalls nicht nach sich ziehen, auch Flurschaden sei nicht zu erwarten.

Am Dienstag, 3. März, findet in der dortigen Festhalle um 19 Uhr eine Informationsveranstaltung zu dem Thema statt. Beratungen werden am 17. und 31. März sowie am 15. April, jeweils von 16 bis 19 Uhr, geben. Angeboten werden sie im Sitzungszimmer der Ortsverwaltung.
Für Fragen steht bei der Firma Inexio Thomas Schommer, Telefonnummer 06831-5030-226 zur Verfügung. Infos unter www.myquix.de.

2.884 Studierende jünger als 18 Jahre

Im Wintersemester 2013/2014 waren 2.884 Studierende im Alter von unter 18 Jahren an deutschen Hochschulen eingeschrieben. Laut Statistischem Bundesamt machten die Studierenden unter 18 Jahren lediglich 0,1 Prozent der Studierenden insgesamt (2,6 Millionen) aus.

Über 5.000 Schüler weniger als im Vorjahr

In Rheinland-Pfalz besuchen zurzeit 418.512 Kinder und Jugendliche eine allgemeinbildende Schule oder einen Schulkindergarten. Laut Statistischem Landesamt sind das 5.276 beziehungsweise 1,2 Prozent weniger als im Schuljahr 2013/14. Damit setzt sich der Trend sinkender Schülerzahlen weiter fort. Der Rückgang macht sich an den meisten Schularten bemerkbar. Lediglich an den Integrierten Gesamtschulen (plus 3,3 Prozent) und den Grundschulen (plus 0,5 Prozent) stieg die Zahl der Schüler.
Deutliche Rückgänge zeigen sich in der Sekundarstufe I (Klassenstufe 5 bis 10). Hier werden derzeit 224.712 Schülerinnen und Schüler unterrichtet - 7.352 weniger als ein Jahr zuvor (minus 3,2 Prozent). Gegenläufig ist die Entwicklung im Primarbereich (Klassenstufe 1 bis 4). Dort stieg die Zahl der unterrichteten Kinder auf 137.755 (plus 0,4 Prozent). Dies dürfte vor allem durch Zuzüge verursacht sein. Größere Zuwächse gab es in der Sekundarstufe II (Jahrgangsstufe 11 bis 13). Hier werden derzeit 51.711 Jugendliche unterrichtet (plus 2,9 Prozent). Ursächlich für den Anstieg in der so genannten Oberstufe sind die relativ starke Besetzung der entsprechenden Altersjahrgänge in der Bevölkerung und der wachsende Anteil von jungen Menschen, die die Studienberechtigung anstreben. Zudem gibt es im Vorjahresvergleich mehr Schüler in der Jahrgangsstufe 10 an achtjährigen Gymnasien (G8-GTS). Diese werden - anders als bei den übrigen Schularten - nicht zum Sekundarbereich I gezählt, sondern der Sekundarstufe II zugeordnet.

Aus Handel & Wirtschaft

Viel los in Neustadt

Am 29. März 2015 reiht sich in Neustadt ein Event an das andere. Während des verkaufsoffenen Sonntags von 13 bis 18 Uhr, finden das Brunnenfest am Marktbrunnen von 12 bis 18 Uhr statt und erstmalig von 11 bis 18 Uhr der Slow Food Genussmarkt im Michel`schen Hof am Neustadter Marktplatz. Im Weinstraßenzentrum, das wie üblich ebenfalls an diesem Tag seine Geschäfte öffnet, präsentieren Neustadter Autohäuser ihre Frühjahrskollektion der Automobiltrends. Diese Autoschau feiert Premiere zu diesem Zeitpunkt und an dieser Stelle und soll als Ergänzung zum traditionellen Autosalon in der Innenstadt etabliert werden. Ein kostenloser Shuttle-Busverkehr zwischen der Innenstadt (Haltestelle Busbahnhof) und dem Weinstraßenzentrum (Haltestelle Globus und Decathlon) führt zu einer stressfreien Anreise. Die Philosophie des Neustadter Marketings setzt auf Qualität und Genuss, zwei Begriffe, die wunderbar miteinander harmonieren. So ist es nur schlüssig, Veranstaltungen zeitgleich zu initiieren, die genau dies zum Inhalt haben. Qualität aus nachhaltiger Produktion und mit langlebiger Wirkung führt zu bewusstem Genießen im schönen Ambiente Neustadts.

Landwirtschaftliche Betriebe bewirtschaften immer größere Flächen

In Rheinland-Pfalz bewirtschafteten im Jahr 2014 rund 18.800 landwirtschaftliche Betriebe eine Fläche von 703.500 Hektar. Daraus errechnet sich eine durchschnittliche Betriebsgröße von 37 Hektar. Das stellt nach Angaben des Statistischen Landesamtes Rheinland-Pfalz im Vergleich zum Jahr 2010 eine Zunahme um drei Hektar dar. In Deutschland lag die durchschnittliche Betriebsgröße bei 58 Hektar. Auf der Ebene der Bundesländer wirtschafteten in Mecklenburg-Vorpommern mit 274 Hektar die größten Betriebe.
Fast ein Viertel der rheinland-pfälzischen Betriebe bewirtschaftete 2014 weniger als fünf Hektar landwirtschaftlich genutzte Fläche. In diesem Segment sind vor allem Weinbaubetriebe zu finden. Sie benötigen zur Erwirtschaftung eines ausreichenden Einkommens wegen der höheren Wertschöpfung pro Flächeneinheit kleinere Flächen als beispielsweise die Getreideerzeuger. Die 4.600 Betriebe dieser Größenklasse bewirtschafteten zusammen 9.600 Hektar. Das waren 1,4 Prozent der gesamten landwirtschaftlich genutzten Fläche des Landes. Rund 47 Prozent der landwirtschaftlich genutzten Fläche entfielen auf landwirtschaftliche Betriebe, die jeweils eine Fläche von mehr als 100 Hektar bearbeiteten. Ihr Anteilswert an der Zahl der Betriebe betrug knapp elf Prozent.
Die Zahl der landwirtschaftlichen Betriebe ist weiter rückläufig. Gegenüber dem Vorjahr sank sie um gut ein Prozent, gegenüber 2010 betrug der Rückgang fast neun Prozent. Die landwirtschaftlich genutzte Fläche veränderte sich gegenüber dem Jahr 2010 nur geringfügig.

Jungweinprobe in der Winzergenossenschaft Edenkoben

Am 11. und 12. April 2015 lädt die Winzergenossenschaft Edenkoben zur ihrer alljährlichen Frühjahrspräsentation mit Jungweinprobe ein. Von 11 bis 18 Uhr können die frischen 2014er Jungweine verkostet und persönliche Gespräche mit den Erzeugern der Tropfen geführt werden.

Im Spiel mit diversen Brot- und Schokoladensorten lassen sich auch die feinen Nuancen, die detaillierten Geschmacksprofile, der jungen Weine erschmecken. Das Brot wird von dem Edenkobener Betrieb De´Bäcker Becker zur Verfügung gestellt. Über die Verkostung des jüngsten Jahrgangs hinaus wird den Gästen der Probe auch ein Einblick in die Schatzkammer der Winzergenossenschaft gewährt, denn es können auch edelsüße Raritäten wie Beerenauslesen und Eisweine verkostet werden. Die Probe findet im Saal der Genossenschaft statt.

Kontakt:

Winzergenossenschaft Edenkoben
Weinstraße 130
67480 Edenkoben
06323-94190
www.wg-edenkoben.de

FANTASTISCH

ERLEBEN SIE DIE GRÖSSTE AUSWAHL AN MASSIVHOLZTISCHEN IN DER REGION

Auf alle Massivholz Esstische

daslagerhaus ♥ rooms

Viernheim · Berlin · Köln

68519 Viernheim | Heidelbergerstr. 29 | Te. (0 62 04) 92 92 2-15 | Mo. – Fr. 10 – 19, Sa. bis 18 Uhr | www.rooms.de

Der richtige Zeitpunkt

Wann ist der richtige Zeitpunkt für einen Heiratsantrag, um eine Familie zu gründen, eine Immobilie zu kaufen, sich selbständig zu machen, den Auszug der Kinder oder den Einzug in ein Mehrgenerationenhaus? Den richtigen Zeitpunkt, den gibt es nicht. Zumindest nicht allgemeingültig. Immer stehen Pro und Contra auf jeder Liste, die die Entscheidung zu grundlegenden Veränderungen erschweren, verkomplizieren und sogar manchmal auf eine lange Bank schieben. Der Weg von Vorhaben über richtigen Zeitpunkt hin zu verpassten Chancen kann lang oder auch millimeterkurz sein, kann befreiend oder die persönliche Hölle bedeuten. Es ist das Leben, das mit uns ringt. Es erfordert Mut, Wille, Entschlossenheit und auch die Fähigkeit, loszulassen und anzunehmen.

Manchmal können Informationen helfen. Der Rat von Fachleuten kann Zweifel zerstreuen, Fragen klären, Anregungen geben und Sicherheit bieten.

Viel Glück bei allem, was Sie entscheiden müssen!

10 Jahre

Hotel Soho in Landau

Unser 10-jähriges feiern wir gerne mit Ihnen.
Freuen Sie sich auf ein spannendes Jahr
im Hotel Soho mit vielen Highlights.

- Dachterrassen-Cocktailparty
- Musikevents
- Kochworkshops
- Chef Table mit Gastköchen
- Kulinarische Weinverkostung

Soho
Ihr Hotel in Landau

Restaurant | Weinlounge | Cafe | Events | Tagungen

Marie-Curie-Straße 9 | 76829 Landau | Tel. 06341.141960 | Fax 06341.1419655
www.soho-landau.de | info@soho-landau.de

10 Jahre Soho

Weiterbildung

Eine berufliche Weiterbildung ist für Arbeitnehmer wie Arbeitgeber gleichermaßen attraktiv. In einer sich schnell verändernden Zeit mit ständigen technischen und wissenschaftlichen Entwicklungen ist eine kontinuierliche Weiterbildung ein Muss. Die Theorie besagt, dass sich berufliches Wissen im Durchschnitt nach sieben Jahren überholt. Das trifft sicherlich nicht auf alle Branchen zu – in manchen Branchen geht es sogar schneller - und ist auch nur theoretisch richtig, denn schließlich ist der im Arbeitsprozess befindliche Mensch einer täglichen Anpassung an Prozesse und neuen Anforderungen unterworfen. Trotzdem sind grundlegende Weiterbildungen immer in fachlicher Hinsicht zielführend, erweitern den Horizont und motivieren. Wer gut ausgebildet ist und sich weiterbildet, hat in der Regel interessantere Aufgaben, einen sichereren Arbeitsplatz und eine bessere Bezahlung.

Industrie- und Handelskammer

Eine Weiterbildung im Sinne einer höheren fachlichen Qualifikation bieten unter anderem die Industrie- und Handelskammern (IHK). Im vergangenen Jahr nahm die IHK Pfalz in rund 20 Fortbildungsberufen wie Industriemeister, Fachkaufleute, Fachwirte oder Technischer Betriebswirt mit über 450 ehrenamtlichen Prüfern 1.250 Weiterbildungsprüfungen ab. Sie befragte 900 Teilnehmer an Weiterbildungsprüfungen zu ihren Beweggründen für ihre Wissenserweiterung. Für die erfolgreichen Industriemeister und Fachwirte haben sich die Erwartungen nach beruflichem Aufstieg und besserem Verdienst oft erfüllt: So erreichten 84 Prozent der Befragten (Umfrage 2011: 69 Prozent) eine höhere Position und 71 Prozent (55 Prozent) verbesserten sich finanziell. Für knapp 66 Prozent war es zudem nicht notwendig, nach der Weiterbildung das Unternehmen zu wechseln. Dies wertet die IHK Pfalz als ein Indiz dafür, dass die Pfälzer Unternehmen dem Fachkräftemangel mit der Qualifizierung der eigenen Mitarbeiter entgegentreten. Der Weiterbildungserfolg spornt die Absolventen zusätzlich an: Knapp 50 Prozent gaben an, eine weitere Weiterbildung zu planen. So will knapp ein Drittel der Befragten ein Hochschulstudium aufnehmen. Gefragt sind aber auch Lehrgänge und Seminare – sowohl beim Arbeitgeber als auch bei externen Anbietern.

Die IHK Pfalz weist in ihrer Broschüre zur Weiterbildung darauf hin, dass „das jahrelang bedarfsgerechte Verhältnis von beruflich qualifizierten Fachkräften auf der einen Seite und Akademikern auf der anderen Seite zunehmend im Ungleichgewicht [ist]. Gerade im Lichte des aktuellen Akademisierungstrends und der hohen Studienaussteiger-Quoten sind die Aufstiegschancen durch die beruflichen Bildungswege wichtige Signale an Schulabgänger, die vor der Entscheidung *Ausbildung oder Studium* stehen."

Um dem Fachkräftemangel aktiv entgegen zu treten, bietet die IHK Pfalz gerade für kleine und mittlere Unternehmen vier Fachkräfte- und Qualifizierungsberater. Ziel der Beratung ist es laut IHK, genügend Fachkräfte im Unternehmen zu halten und neue zu gewinnen.

Die Rheinland-Pfälzischen Volkshochschulen

Die Rheinland-Pfälzischen Volkshochschulen (VHS RLP) bieten eine persönliche, kulturelle, schulische und berufliche Weiterbildung an und decken damit naturgemäß ein wesentlich weiteres Feld an Wissensvermittlung ab, als das der Auftrag der IHK vorsieht. Der Statistik der VHS RLP aus dem Jahr 2013 ist zu entnehmen, dass zwei Prozent aller angebotenen Kurse der Grundbildung und den Schulabschlüssen gewidmet waren. Immerhin zehn Prozent des Kursangebots fielen auf die berufliche Weiterbildung. Im Gesamtveranstaltungsangebot der rheinland-pfälzischen Volkshochschulen des Jahres 2013 wurden 32.456 Kurse mit insgesamt 727.083 Unterrichtsstunden von 410.874 Teilnehmern wahrgenommen. Das sind hohe Zahlen, die ein großes Interesse am Lernen und Weiterbilden in einer breiten Bevölkerungsschicht belegen. Allerdings sind die Zahlen rückläufig. Im Vergleich wurden im Jahr 2011 an den rheinland-pfälzischen Volkshochschulen 33.017 Veranstaltungen mit

COTTO

Wohnaccessoires
Birgit Hüsken

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

726.200 Unterrichtsstunden und 433.961 Belegungen angeboten. Den größten Teil des Angebots bilden der Gesundheits- und Sprachenbereich, zusammen 60 Prozent, und werden von etwa 51 Prozent der VHS-Kunden belegt. Die Diskrepanz zwischen angebotenen Veranstaltungen und Teilnehmerakzeptanz liegt an der Vielzahl der unterschiedlichen Angebote, die zum Teil sogar Bildungsnischen abdecken. Die Programmbereiche Politik/Gesellschaft/Umwelt und Kultur/Gestalten werden von rund 41 Prozent der Kursteilnehmer angenommen.

Der Anteil der Frauen bei den Teilnehmenden liegt bei 76 Prozent, vor allem bei Gesundheitskursen und im Bereich Kultur/Gestalten nehmen signifikant mehr Frauen teil (über 80 Prozent). In den Themenbereichen Grundbildung/Schulabschlüsse sind es rund 55 Prozent Frauen und 45 Prozent Männer, die sich weiterbilden. Über 70 Prozent Frauen finden sich in den Weiterbildungskursen Arbeit und Beruf wieder. Offensichtlich ist der Gang zur Volkshochschule mit weniger Schwellenangst begleitet als zu anderen Weiterbildungsinstituten. Zudem richtet die Volkshochschule in Zusammenarbeit mit der Agentur für Arbeit an Frauen ein eigenes, auf sie abgestimmtes Programm, das sich beispielsweise an den Bedürfnissen von Wiedereinsteigerinnen orientiert.

Kosten der Fortbildung

Grundsätzlich unterscheidet man die Kosten der Fortbildungen und der Ausbildung. Fortbildungskosten sind Aufwendungen, die getätigt werden, um in einem ausgeübten Beruf auf dem Laufenden zu bleiben und den gestellten Anforderungen gerecht zu werden. Demgegenüber sind Ausbildungskosten Aufwendungen, die als Grundlage für die Ausübung eines künftigen Berufs notwendig sind.

Wenn eine Fortbildung im eigenbetrieblichen Interesse steht, so werden die Kosten dazu häufig vom Arbeitgeber als Betriebsausgabe ganz oder zumindest teilweise übernommen. Im eigenbetrieblichen Interesse stehen sowohl fachliche Fortbildungen als auch im zunehmenden Maße gesundheitliche Fortbildungen, die der Erhaltung der Gesundheit und der Leistungsfähigkeit des Mitarbeiters dienen.

Werden Fort- oder Ausbildungskosten vom Arbeitnehmer getragen, so können diese im Rahmen der Einkommenssteuererklärung geltend gemacht werden. Kosten im Rah-

DIE GOLDSCHMIEDE
KARIN ENGELBRECHT

SO GRÜN
RING TURMALIN GOLD

STIFTSPLATZ 1 - 76829 LANDAU
TEL. 06341 - 87708
WWW.DIEGOLDSCHMIEDE.LD7.DE
KARIN.ENGELBRECHT@EMAIL-DIENSTE.DE

UNIKATSCHMUCK ANFERTIGUNGEN TRAURINGE

men von Aufbau-, Weiterbildungs- und Qualifizierungsmaßnahmen, die der Sicherung und dem Erhalt des Arbeitsplatzes dienen, werden regelmäßig problemlos als Werbungskosten anerkannt. Auch vorweggenommene Werbungskosten, zu denen branchenfremde Weiterbildungen zählen, können geltend gemacht werden, wenn der Arbeitnehmer seine Berufsausbildung abgeschlossen hat, den Beruf noch nicht ausübt und Aufwendungen tätigt, um die Kenntnisse im Bereich des erlernten Berufs zu vertiefen. Kosten, die im Rahmen privater Weiterbildungen wie Kochkurse, der Erwerb des Führerscheins Klasse B, Sprachkurse ohne konkreten Zusammenhang zur Berufsausübung, allgemeine psychologische Kurse und oder ähnliches anfallen, werden steuerlich nicht anerkannt.

Als Aufwendungen aus Anlass einer Fort-, Aus- oder Weiterbildung können insbesondere Lehrgangs-, Studien-, Teilnehmer- und Prüfungsgebühren als Betriebsausgaben oder Werbungskosten abziehbar sein. Darüber hinaus können die Kosten für Fahrten zwischen Wohnung und Arbeitsstätte, Aufwendungen aus Anlass einer doppelten Haushaltsführung, Reisekosten, Aufwendungen für Fachliteratur und für ein häusliches Arbeitszimmer, soweit es den Mittelpunkt der beruflichen Tätigkeit bildet und beruflich veranlasste Promotionskosten – wenn sie im Zusammenhang mit einer Fort-, Aus- und Weiterbildung stehen – steuerlich geltend gemacht werden. Aufwendungen für die eigene erstmalige Berufsausbildung oder ein Erststudium (Ausnahme im Rahmen eines Dienstverhältnisses) sind bis zu einem Betrag von 6.000 Euro als Sonderausgaben abzugsfähig. Diese Einschränkung wird zurzeit in einem Verfahren vor dem Bundesverfassungsgericht behandelt.
Zur Kostenklärung im Einzelfall helfen Steuerberater mit individueller Fallklärung weiter.

Info:

Kontakt
(zu Kosten der Fortbildung)
Christill & Wodausch
Harald Christill, Steuerberater
Landauer Straße 41
67434 Neustadt
06321-9274990
www.christill-wodausch.de

walz
home+
garden

...über 1.000 m² Ausstellungsfläche!

Tisch »Country«
ca. 250 x 100 cm
1.850,-

Über 50 topaktuelle Tische – auch nach Maß

Die besten Stühle von KFF, Nouvion usw.

Sofas und Sessel in Stoff und Leder

Schönste Gartenmöbel-Ausstellung der Region

walz
home+garden

In den Fuchslöchern 15 | Nähe Globus-Markt
67240 Bobenheim-Roxheim | Tel. 06239 929067
www.walz-home-garden.de
Mo-Fr 9-19 Uhr | Sa 9-18 Uhr

Stress abbauen steht auf Platz eins der guten Vorsätze für 2015. Sechs von zehn Deutschen wünschen sich im neuen Jahr mehr Entspannung. Das gilt vor allem für die Rushhour-Generation zwischen 30 und 44 Jahren mit 68 Prozent. Das zeigt eine aktuelle Forsa-Studie mit 5.000 Befragten im Auftrag der DAK-Gesundheit. Erstmals untersuchte die Krankenkasse auch den Faktor Mediennutzung. Ergebnis: 30 Prozent der jungen Erwachsenen wollen 2015 öfter Handy, Computer und Internet ausschalten.

Gute Vorsätze – weniger Stress

Zeitdruck im Job und Ärger in der Familie stressen die Deutschen besonders (51 und 46 Prozent). Dazu kommt das Gefühl, beruflich immer erreichbar sein zu müssen. Mehr als jeder Vierte gab an, dadurch belastet zu sein. Auch hier sind die beruflich wie privat häufig besonders eingespannten 30- bis 44-Jährigen am stärksten betroffen. Fast 40 Prozent fühlen sich durch die ständige Erreichbarkeit unter Druck.

Neben dem Stressabbau stehen mehr Zeit für Familie und Freunde und mehr Zeit für sich selbst bei den Deutschen hoch im Kurs (55 und 48 Prozent). „Das sind gute Vorsätze, die dabei helfen, entspannt zu bleiben", findet der Psychologe Frank Meiners. „Ob es das Frühstück mit dem Partner ist oder die Yogastunde nach der Arbeit, positive Erlebnisse wirken Wunder gegen Stress."

Für die so genannten Digital Natives zwischen 14 und 29 Jahren steht Abschalten weit oben auf der Liste der guten Vorsätze. Fast 30 Prozent wollen 2015 Handy, Computer und Internet weniger oft nutzen. Je älter die Befragten, desto weniger wichtig ist dieser Aspekt: Nur acht Prozent der Befragten in der Generation 60 plus teilen diesen Wunsch.

Mehr Bewegung, gesünder essen und abnehmen – die klassischen Vorsätze sind auch 2015 in Mode (55, 48 und 34 Prozent). Positiv: Vor allem die Männer wollen im neuen Jahr bewusster essen, jeder Zweite nimmt sich dies vor. Auch Abspecken ist längst keine Frauensache mehr. Ein Drittel der Männer strebt an, die Pfunde schmelzen zu lassen.

Finanzielle Sorgen und die Angst vor einem Jobverlust sind der Umfrage zufolge kaum angestiegen. Gaben im Jahr 2009 noch 41 Prozent an, dass sie sich finanzielle Sorgen machen, so waren es 31 Prozent im Vorjahr und 33 Prozent in der diesjährigen Befragung. Die Angst vor einem Jobverlust sank von 27 Prozent im Jahr 2009 auf 16 Prozent 2013 und liegt aktuell bei 17 Prozent.

Laut DAK-Umfrage hat es 2014 mehr als jeder zweite Deutsche geschafft, seine guten Vorsätze für das neue Jahr vier Monate und länger durchzuhalten. Besonders konsequent waren die Menschen in Berlin. Die Bremer, Rheinland-Pfälzer und Niedersachsen teilen sich den letzten Platz.

Die TOP-TEN der guten Vorsätze für 2015:

· Stress vermeiden oder abbauen (60 Prozent)
· Mehr Zeit für Familie / Freunde (55 Prozent)
· Mehr bewegen/Sport (55 Prozent)
· Mehr Zeit für mich selbst (48 Prozent)
· Gesünder ernähren (48 Prozent)
· Abnehmen (34 Prozent)
· Sparsamer sein (28 Prozent)
· Weniger fernsehen (15 Prozent)
· Weniger Handy, Computer, Internet (15 Prozent)
· Weniger Alkohol trinken (12 Prozent)

Flammersfeld und Neustadt reichen Kita-Klage ein

Knapp vor dem Jahreswechsel haben die kreisfreie Stadt Neustadt an der Weinstraße und die Verbandsgemeinde Flammersfeld eine Klage in Sachen Finanzierung des U-3-Kindertagesstättenausbaus gegen die rheinland-pfälzische Landesregierung und Landtag per Post auf den Weg nach Koblenz geschickt. Ziel des Verfahrens vor dem dortigen Verfassungsgerichtshof ist die Feststellung, ob es eines Begleitgesetzes zur Kostentragung für den Kita-Ausbau bedurft hätte, ohne das die Kommunen gegenwärtig auf Millionenkosten weder in der Vergangenheit noch in der Zukunft sitzen bleiben werden. Allein die baulichen Maßnahmen bei den Städten und Gemeinden in Rheinland-Pfalz haben 615 Millionen Euro seit 2008 gekostet, 143 Millionen Euro habe es als Zuschüsse aus Bundesmitteln (118 Millionen Euro), zum kleinen Teil aus Landesmitteln (35 Millionen Euro) gegeben.

„Rechnerisch geht es also aktuell um mehr als eine halbe Milliarde Euro allein an Baukosten, dabei sind die millionenschweren Personalkostensteigerungen, die jährlich anfallen, überhaupt noch nicht erfasst", begründet Bürgermeister Ingo Röthlingshöfer (Neustadt/Weinstraße) das Engagement der beiden Kläger, das von den kommunalen Spitzenverbänden, voran der Gemeinde- und Städtebund, unterstützt wird. „Wir agieren hier stellvertretend für die kommunale Familie in Rheinland-Pfalz, wie dies parallel durch andere auch in der erneuten Verfassungsklage gegen den kommunalen Finanzausgleich geschieht." Röthlingshöfer weiter: „Niemandem geht es inhaltlich um den U-3-Ausbau, der war notwendig und richtig. Aber die Hauptkosten hierfür dürfen nicht auf dem Buckel der ohnehin klammen Gemeinden, Städte und Landkreise in Rheinland-Pfalz abgeladen werden."

Die Klage, erstellt vom Bielefelder Rechtsprofessor Dr. Johannes Hellermann, beschäftigt sich erstmalig für Rheinland-Pfalz mit dem verfassungsrechtlichen Grundsatz der Konnexität („Wer bestellt, der bezahlt") und eröffnet damit juristisches Neuland. „An allen Ecken und Enden klemmt es in diesem elementaren Bereich zwischen dem Land und seinen Kommunen", stellt Röthlingshöfer fest, der allein in der Kita-Frage auf zahlreiche, schlussendlich erfolglose Gesprächen zwischen den Akteuren in Mainz in den letzten Monaten verweist: „Die Vorstellungen liegen so weit auseinander, dass nur ein Gerichtsurteil die dringend notwendige Klarheit bringen wird."

Die kreisfreie Stadt Neustadt an der Weinstraße betreibt 16 Kindertagesstätten in eigener Trägerschaft und finanziert 15 Einrichtungen von freien Trägern entsprechend der gesetzlichen Bestimmungen. Rund 300 Plätze für die Betreuung von Kindern unter drei Jahren wurden hier seit 2008 geschaffen, was seitdem mit Mehrkosten von 11,4 Millionen Euro verbunden ist. Erstattet wurden 3,6 Millionen Euro durch das Land, so dass ein Finanzloch von gegenwärtig 7,8 Millionen Euro für die Stadt Neustadt entstand. Insgesamt 47 Erzieherinnen wurden über die Jahre hinweg zusätzlich eingestellt, was ungedeckte Kosten von 2,3 Millionen Euro verursachte. (Zahlen Stand 31.12.2013)

bassetti
Home Innovation
Aktuelle Kollektionen erhalten Sie im Fachhandel
LAURA ASHLEY
ZucchiCollection Milano
bassetti Home innovation

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

Unsere Öffnungszeiten:
Mo-Fr 09.30-19.00 Uhr, Sa 09.00-18.00 Uhr

auf Eis gelegt

Mitte des vergangenen Jahres verblüfften Unternehmen des Silicon Valleys wieder einmal die deutschen Gemüter. Weil große Firmen wie Facebook und Google möglichst lange ihre jungen, gut ausgebildeten Frauen im Unternehmen halten wollen, bieten sie ihnen die Finanzierung des Einfrierens ihrer Eizellen an. Somit sei das Ticken der biologischen Uhr angehalten und damit der Druck von den Frauen genommen, sich um ihre Familienplanung Gedanken machen zu müssen.

In den USA sind mit dem Egg Freezing – oder wie wir Deutschen sagen Social Freezing - hohe Kosten verbunden.
Unterschiedliche Quellen nennen einen Betrag bis zu 20.000 Dollar. Es muss sich also für die Firmen lohnen, wenn sie bereit sind, derartig in die Frauen zu investieren. Die High Potentials in ihrer besten Zeit gehen schon ohne schwanger zu sein vom Karriere-Gas, wenn sich der Gedanke ans Kinderkriegen in ihre Köpfe schleicht. Das will man verhindern. In den USA bestehen anders als in Deutschland wenige bis keine gesetzlich geregelten Möglichkeiten, die die Vereinbarkeit von Familie und Beruf erleichtern. Mutterschutz, Kindergeld und Elternzeit, was in den europäischen Ländern schon längst praktiziert wird, sind den Amerikanern nur als traumhafte Gratifikationen bekannt – nicht als standardisiertes Recht. Vor diesem Hintergrund sind die Vorstöße der kalifornischen Firmen erst einmal zu betrachten. Grundsätzlich beleuchten sie jedoch ein generelles Problem, das auch deutsche Frauen umtreibt: Gut ausgebildet, jahrelang darauf hingearbeitet! Und nun? Karriere oder Familie? Beides wünschen sich sowohl Frauen, Paare und Rentenkasse. Arbeitgeber wollen vor allen Dingen eines: Sie möchten die Frauen nicht verlieren. Doch ist es mit allen zur Verfügung stehenden Angeboten überhaupt möglich, Kind und Karriere – und wir sprechen jetzt von anspruchsvollen (Führungs-)Positionen und nicht von einem Job – zu vereinbaren? Eine erfolgreiche Karriere erledigt sich nicht halbtags und eine verantwortungsvolle Kindererziehung kann man weder dauerhaft delegieren noch nebenher organisieren. Und: Ein Tag hat nur 24 Stunden! Das sind die Fakten. Trotzdem wird immer wieder suggeriert, dass bei gutem Management genau dies möglich sei. Das mag im Einzelfall auch gelingen, doch ist der Preis im Allgemeinen sehr hoch - nicht nur für die Kin-

derbetreuung. Den Preis zahlen die Frauen, weil es Stress in Reinform ist. Den Preis zahlen die Kinder, wenn sie ihre Jugend ausschließlich in Betriebskindergärten, Horten, bei Tagesmüttern oder mit Au-pair-Mädchen verbringen, ein Schulessen zu sich nehmen, das häufig den Namen noch nicht einmal verdient und ihre kindlichen – oder später pubertären - Bedürfnisse auf Termin legen. Oder auch nicht. Den Preis zahlt die Gesellschaft, weil Kindererziehung staatlich wird und wir als Ergebnis eine Jugend erhalten, deren Erziehung ein Job war. Dieses Ergebnis ist im Einzelfall mehr oder weniger gut. Kurios an diesen Debatten, die sich im Anschluss an Gedankengänge entwickeln, ist die Heftigkeit, mit der die fundamentalen Glaubensvertreter weiblicher Lebensgestaltung ihr Credo der Welt geradezu aufdrängen. Die Frau auf die Mutterrolle zu reduzieren ist ebenso großer Unsinn wie aus jeder Frau eine Karrierefrau machen zu wollen. Die Welt der Frauen teilt sich nicht in Rabenmütter und Übermütter, sie teilt sich nicht in Karrierefrauen und Faulenzerinnen, es gibt auch nicht nur Intelligente und dumme Blondinen. Es gibt auch Frauen zwischen den Extremen. Diese haben es schwer, weil der Erwartungsdruck aller Seiten auf ihnen lastet. Keine noch so wohlwollende gesellschaftlich bevorzugte Lösung ist vollkommen, da sie die Individualität des Einzelfalls gar nicht berücksichtigen kann. Den Druck kann man nur dann wirkungsvoll verringern, wenn das moderne Höher–Schneller–Weiter-Prinzip endlich durchbrochen werden würde. Die Frage ist doch, warum eine weibliche Karriere unbedingt mit Ende 20 bis Mitte 30 ihren Höhepunkt haben muss. Warum ist es nicht möglich, den Frauen einfach mehr Zeit in ihrer Karriereplanung zu lassen. Irgendwann sind die Kinder schon alt genug. Statt die Familienplanung auf Eis zu legen, wäre es doch einen Gedanken wert, die Karriere eine zeitlang auf Eis zu legen...

Fenster • Rollläden • Haustüren • Wintergärten • Sichtschutz • Überdachungen • Garagentore • Garten-& Freizeitmöbel

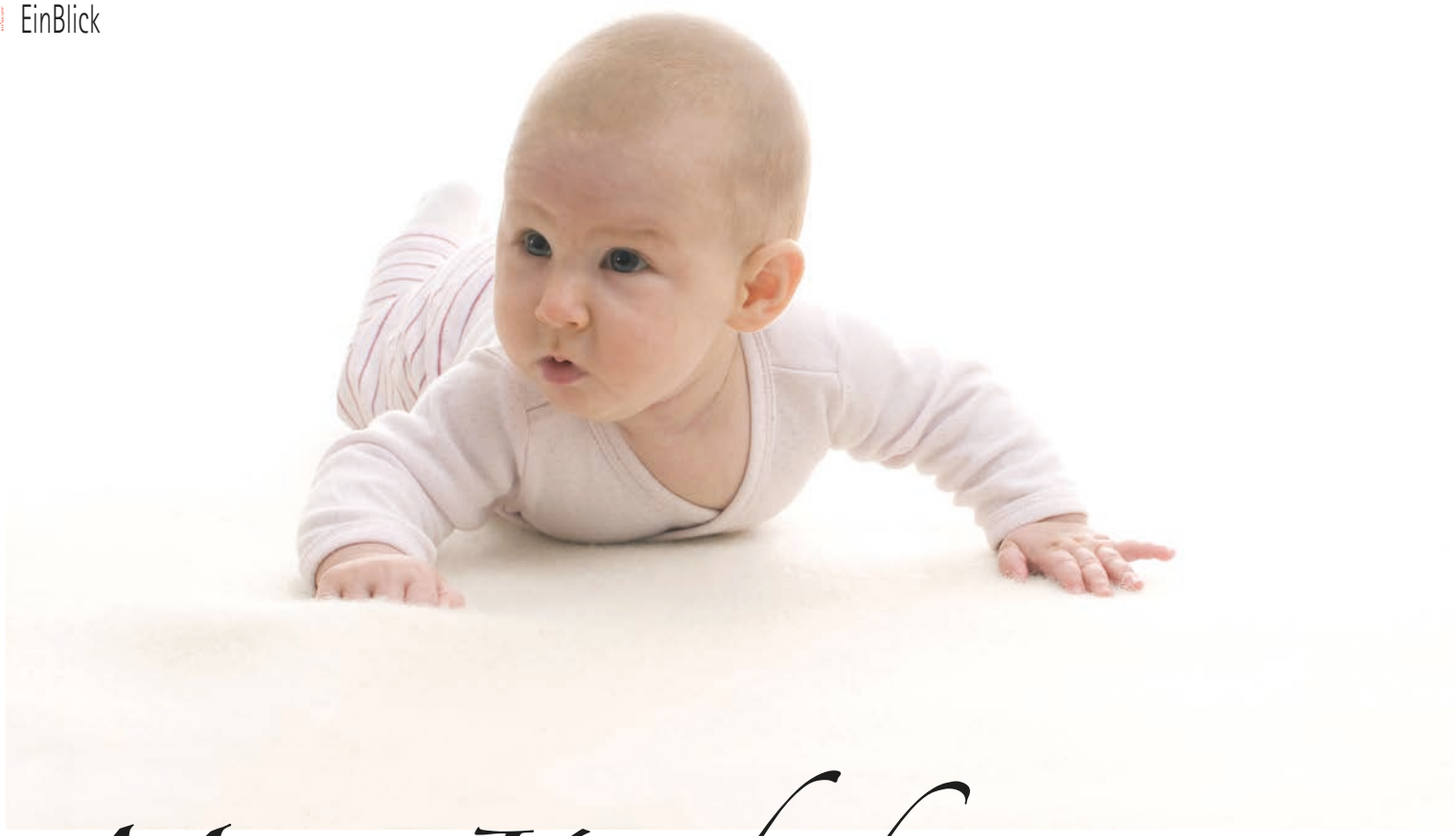
HÖRNER GmbH

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

Samstags geöffnet – 10.00 bis 13.00 Uhr

Besuchen Sie uns unter
facebook.de/hoernergmbh



Mein Kind kann...

Der Mensch erlernt in den ersten Monaten seines Lebens beinahe täglich neue Fähigkeiten und wird mit einer Flut von Sinneseindrücken zu immer neuen Leistungen und Erfahrungen animiert. Eltern beobachten staunend und voller Stolz die gewaltigen Entwicklungsschritte ihres Kindes. Der Zeitpunkt jedes Entwicklungsmeilensteins wie Drehen, Krabbeln, Sitzen oder gar Laufen wird unter jungen Eltern gerne verglichen – was zu angeregten Unterhaltungen, zufriedenen und beruhigten Gemütern, aber auch zu Stress und Verunsicherung führt.

Tatsächlich gibt es Richtlinien, in denen der Zeitraum – nicht der Zeitpunkt – eines kindlichen Entwicklungsschritts genannt wird. Auf der Internetseite www.familie.de oder www.babycenter.de findet man detaillierte und eingängige Beschreibungen und Hinweise zur Kindesentwicklung. Sind Eltern verunsichert oder im Zweifel, ob das Lernverhalten des eigenen Kindes innerhalb des dargestellten Rahmens liegt, hilft der Rat eines erfahrenen Arztes, der das Kind aus fachlicher Sicht betrachtet und eventuelle Entwicklungsstörungen als solche erkennt. Abweichungen von der als Durchschnitt angelegten Norm können nämlich schon dann auftreten, wenn das Kind beispielsweise andere Prioritäten setzt. Wer seinen Fokus auf die Kunst des Laufenlernens legt, wird nicht gleichzeitig enorme Sprünge in der Sprachentwicklung leisten können – auch wenn das Nachbarkind eventuell schon grammatisch korrekte Bedingungssätze formuliert. Angeblich!

RENE LEZARD • TURNOVER • CLOSED
FILIPPA K. • ESISTO • CINQUE

LA LAINE

MODEBOUTIQUE

FRÜHLINGSFRISCHE MODE

MARKTSTRASSE 2, 67433 NEUSTADT AN DER WEINSTRASSE, TELEFON: 06321/2216

Fit für den gesetzlichen Mindestlohn?

Ab 1. Januar 2015 steht jedem Arbeitnehmer über 18 Jahren in Deutschland der allgemeine gesetzliche Mindestlohn in Höhe von 8,50 Euro brutto pro Arbeitsstunde zu. „Für betroffene Arbeitgeber ist es daher höchste Zeit, sich mit den Neuerungen auseinanderzusetzen", so Heiko Lenz, der für Arbeitsrecht zuständige Jurist der Industrie- und Handelskammer (IHK) für die Pfalz.

Der gesetzliche Mindestlohn gilt für alle in Deutschland tätigen Arbeitnehmer über 18 Jahren in allen Branchen und Regionen, unabhängig davon, ob der Arbeitgeber seinen Sitz im Inland oder Ausland hat. Arbeitnehmer können nicht auf den Mindestlohn verzichten. Für Langzeitarbeitslose, Saisonarbeiter in der Landwirtschaft und Zeitungszusteller gibt es Sonderregelungen beim gesetzlichen Mindestlohn. Auszubildende nach dem Berufsbildungsgesetz, Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren ohne Berufsabschluss und ehrenamtliche Mitarbeiter sind vom gesetzlichen Mindestlohn ausgenommen. Bei Praktikanten wird anhand der Länge und der Art des Praktikums unterschieden, ob sie den Mindestlohn erhalten oder nicht. Für Pflichtpraktika im Rahmen von Schule, Ausbildung oder Studium ist zum Beispiel kein Mindestlohn vorgesehen.

Welche Vergütungsbestandteile zum Mindestlohn zählen, hat der Gesetzgeber nicht geregelt, aber Fei-

ertags-, Schicht-, Nachtarbeitszulagen und Überstundenzuschläge sollen nicht zum Mindestlohn gehören, genauso wenig wie Weihnachts- und Urlaubsgeld.

Heiko Lenz rät, bestehende Vergütungsregelungen auf die Vereinbarkeit mit dem Mindestlohngesetz zu überprüfen und – falls nötig – zu ändern. Unternehmer, die Werk- oder Dienstleistungen in Auftrag geben, haften für die Zahlung des gesetzlichen Mindestlohns auch gegenüber Mitarbeitern aller weiteren Sub- oder Nachunternehmer in der Auftragskette. „Beim Einsatz von Subunternehmern sollte sich der Unternehmer vertraglich die Zahlung des Mindestlohns garantieren lassen und eine Haftungsfreistellung vereinbaren", so der Jurist.

Das Mindestlohngesetz sieht außerdem neue Nachweis- und Dokumentationspflichten vor: Bei Minijobs müssen Ende und Dauer der Arbeitsleistungen täglich aufgezeichnet und zwei Jahre aufbewahrt werden. Diese Dokumentationspflichten gelten auch für Zeitarbeitnehmer oder Arbeitnehmer aus den in Paragraf 2a Schwarzarbeiterbekämpfungsgesetz genannten Wirtschaftszweigen wie das Bau- oder Gastgewerbe.

Die Einhaltung des Mindestlohns wird von der Zollverwaltung kontrolliert. Arbeitgebern, die die Regeln nicht befolgen, droht ein Bußgeld bis zu 500.000 Euro. Unter Umständen droht bei Verstößen außerdem ein Ausschluss von der Vergabe öffentlicher Aufträge.

„Diese Regeln treten am 1. Januar in Kraft", so Heiko Lenz. „Allerdings müssen wir abwarten, wie die Gerichte einzelne umstrittene Fragen entscheiden werden."

Mitgliedsunternehmen der IHK Pfalz erhalten rechtliche Unterstützung bei Ass. jur. Heiko Lenz, Tel. 0621 5904-2020, heiko.lenz@pfalz.ihk24.de. Weitere Informationen enthält das Merkblatt der IHK Pfalz im Internet unter www.pfalz.ihk24.de, Dokument-Nummer 138632.

SCHULZE-DELITZSCH-CARRÉE
erstklassig wohnen – exquisit leben

STADTNAH UND DIREKT AM PARK – ERSTKLASSIG WOHNEN IN LANDAU

Im einzigartigen Ambiente auf dem Gelände des Wohnparks am Ebenberg in Landau bietet das Schulze-Delitzsch-Carrée modernsten Wohnkomfort in anspruchsvoller Architektur. Große Fenster sowie Loggien öffnen die Wohnungen zum Park oder zur großzügigen Wasserfläche im Inneren des Carreés. Penthousewohnungen mit weitläufigen Dachterrassen bieten einen unvergleichlichen Fernblick. Ihr neues Zuhause mit Tiefgaragenstellplatz liegt direkt am Park des Landesgartenschaugeländes, in unmittelbarer Nähe zur Innenstadt, bei guter Verkehrsanbindung zur Autobahn A65. Es stehen exklusive Wohnungen mit 75 bis 215 m² zum Verkauf.

Jetzt provisionsfrei kaufen.

Wohnungsbeispiele:
Wohnung 1.1 im Haus Werkgemeinschaft: 1. Obergeschoss, Aufzug, lichtdurchflutet mit großflächigen Fenstern, 91,5 m² reine Wohnfläche, getrennter Wohn-Ess-Bereich mit Durchgangsküche, Loggia mit 6,5 m², Hauswirtschafts- und Kellerraum, **Kaufpreis: 295.000 Euro**

Ansprechpartnerin für Interessenten:
Frau Lisa Wetzel VR Bank Südpfalz Waffenstraße 15 76829 Landau
Telefon 06341 5560-1005 www.vrbank-suedpfalz.de

VR Bank Südpfalz

Geld anlegen. Aber wie?

Die Deutschen sparen sehr gerne und fleißig. Fast zehn Prozent des Einkommens wird im Durchschnitt auf die hohe Kante gelegt. Allerdings haben sich die Deutschen nach der Finanzkrise 2008 eher zu einer konservativen Geldanlage entschieden. Rund 70 Prozent der Sparer nutzen die Tagesgelder oder Versicherungen, um ihr Geld sicher zu wissen. Der Anteil steigt, obwohl es sich bei den Tagesgeldern lediglich um eine Liquiditätsrücklage handelt.

Chili sprach mit Frank Weinheimer. Er ist Prokurist der VR Bank Südpfalz und leitet die Abteilung Vermögensmanagement.

Chili: Herr Weinheimer, ist zurzeit der richtige Zeitpunkt, sein Geld anzulegen?
Weinheimer: Das ist es immer. Die Frage ist eher, wie man es anlegen sollte. Und da gibt es keine allgemeingültige Formel für jeden Sparer, sondern nur individuell zugeschnittene Vermögenspläne, wenn es um den Aufbau und die Sicherung von Vermögen geht. Oder beispielsweise die Vorsorgegutachten, die sowohl die Absicherung im Alter, die Versorgung von Hinterbliebenen oder auch das Risiko der Berufsunfähigkeit im Blick haben.

Chili: Warum ist Vermögensaufbau oder Vorsorge individuell?
Weinheimer: Jeder Mensch hat andere Ziele und andere Zeiträume, in denen er Geld ansparen oder aufgebautes Vermögen nutzen will – oder muss. Abgesehen von den finanziellen Mitteln, die ihm zur Verfügung stehen, gibt es auch einen weiteren sehr individuellen Punkt, der bei einem solchen Plan zu berücksichtigen ist: die Risikobereitschaft. Je mehr Zeit und Gelassenheit ein Sparer mitbringt, desto größer kann ein Aktienpaket ausfallen. Wer dagegen keine Kursschwankungen aushalten kann oder möchte, wird sich mit einer anderen Anlageform einen größeren Gefallen tun. Das bedeutet, dass eine intensive Beratung zu einem individuellen Zuschnitt der Geldanlage führt und auch führen muss. Zudem können sich Ziele auch im Laufe der Zeit ändern. Waren einmal Reisen und Auto die zu erfüllenden Wünsche, so können durchaus später Immobilien einen Spitzenplatz auf der Prioritätenliste einnehmen. Deshalb sollte man auf einen laufenden Vermögensplan in regelmäßigen Abständen einen kritischen Blick werfen, um gegebenenfalls nachzubessern.

Chili: Warum ist die Anlage alleine in Tagesgeldern nicht sinnvoll?

Weinheimer: Generell empfehlen wir eine Streuung des Vermögens in unterschiedliche Anlageformen. Ein Teil davon ist das Tagesgeld, wenn es um die Erhaltung der Liquidität geht. Beispiel: Die Waschmaschine muss ersetzt werden, oder das Auto steht außerplanmäßig in der Werkstatt. Dieser Tagesgeldanteil kann zwei bis drei Monatseinkommen umfassen. Mehr sollte es jedoch nicht sein, denn die Zinsen sind äußerst niedrig. Die Relation Zins zu Inflationsrate führt in aller Regel sogar zu einem Substanzverlust und ist damit zum Vermögensaufbau schlicht ungeeignet.

Chili: Wie kann eine Streuung des Vermögens aussehen?

Weinheimer: Wie erwähnt ist das Tagesgeld ein Bestandteil. Dann empfehlen wir die Geldwerte mit einer Laufzeit von ein bis drei Jahren, die Substanzwerte, also Aktien, die Bestandteil jedes Vermögens sein sollten, und schließlich die Sachwerte, sprich Immobilien. Sie sehen schon daran, dass die Empfehlung auch in Abhängigkeit vom Vermögensvolumen steht. Bei den Aktienpaketen beispielsweise entscheidet die Risikobereitschaft des Anlegers, wie hoch ihr Anteil ist. Lediglich sieben Prozent der deutschen Anleger wählen jedoch die Anlageform der Aktien. Hingegen sind es in der Schweiz um die 20 Prozent und in den USA etwa 55 Prozent der Anleger, die unter anderem in DAX-Werte anlegen.

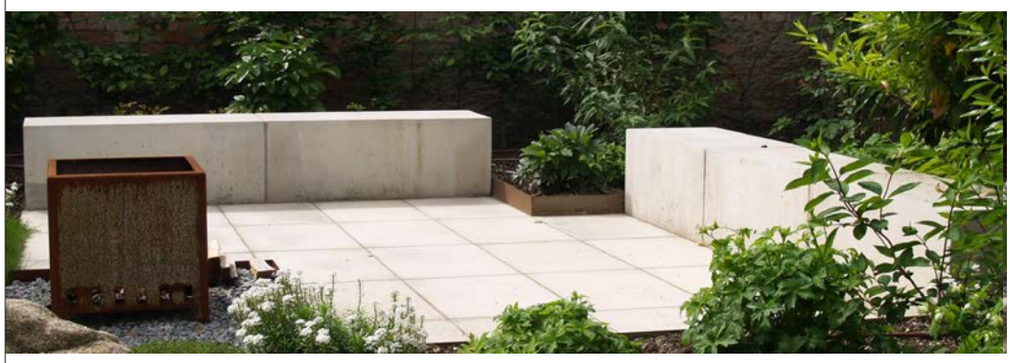
Chili: Wer sollte sich über Geldanlagen Gedanken machen?

Weinheimer: Jeder, der über den Zeithorizont ab drei bis fünf Jahren Geld anlegt oder regelmäßig anspart, sollte sich über seine Vermögensstruktur Gedanken machen und beraten lassen. Auch bei einem Vermögen von 10.000 Euro und einer monatlichen Sparrate von 100 oder 150 Euro lohnt sich ein planvolles Vorgehen.

Info:

Kontakt:
VR Bank Südpfalz
Waffenstraße 15
76829 Landau
06341-5560-0
www.vrbank-suedpfalz.de

gartengestaltung christina dorsch



modernes gartendesign

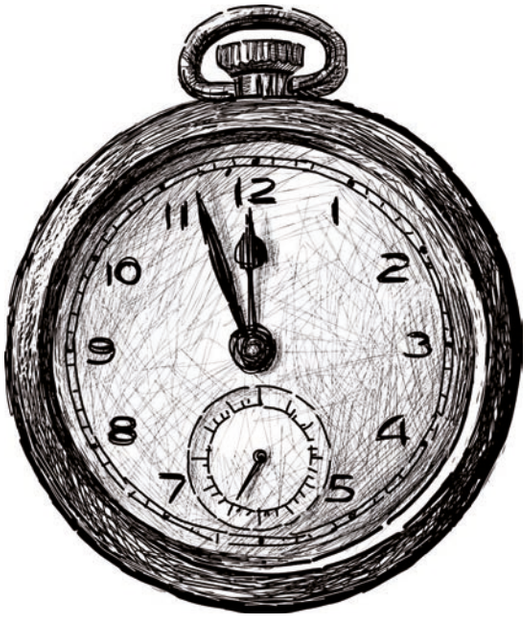
birkenweg 40 - 67434 neustadt
T 06321-6790320 - F 06321-6790321

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

Seit Menschengedenken teilen wir uns unsere Zeit ein. Was zunächst sehr vage und ausschließlich auf Grundlage des Studiums natürlicher Vorgänge begann, hat sich zu einem fest definierten und über alle Grenzen hinweg gültigen Bestandteil unseres Lebens, im Besonderen aber unserer Lebensführung, entwickelt. Kaum auszudenken scheint aus heutiger Sicht ein Tag, der nicht dem gewohnten 24-Stunden-Rhythmus folgt, ebenso wenig vermittelbar eine Woche mit weniger oder mehr als sieben Tagen.

Die Zeit lief, läuft und wird auch weiterhin laufen ...

Die Geschichte der Zeitmessung nahm bereits im prähistorischen Zeitalter ihren Anfang. Natürliche Regelmäßigkeiten, heute würde man wahrscheinlich von zeitlich wiederkehrenden Ereignissen sprechen, bestimmten den Tagesablauf und die Planung überlebenswichtiger Maßnahmen wie beispielsweise das Bestellen eines Feldes und die Einlagerung von Nahrungsmitteln für die kalte Jahreszeit. Symbolisch könnte man, wenn man den Kanon der Möglichkeiten im Bereich des Zeitmanagements jener Zeit beschreiben möchte, ein modernes Ziffernblatt als Vorbild nehmen. Das erste Element, sozusagen der Stundenzeiger jener Zeit, stellten die Jahreszeiten, die eine sehr grobe Einordnung des Jahres ermöglichten, dar. Etwas genauer, in etwa auf Ebene des Minutenzeigers, könnte man die Mondphasen einordnen. Der Sekundenzeiger, und damit die kleinste Einheit der frühen Zeitbestimmung, stellte der Tagesverlauf der Sonne dar.



Mit Erfindung der Sonnenuhr wurde jene kleinste Einheit genutzt, um den Tag sicht- und nachvollziehbar in mehrere Zeiteinheiten einzuteilen. In der Antike erfreuten sich Wasseruhren wachsender Beliebtheit. Wasseruhren, und das war der große Vorteil im Vergleich zur Sonnenuhr, funktionierten auch unabhängig von Lichteinfall und Tageszeit. Mehreren Quellen zufolge lässt sich die heute noch gebräuchliche Redewendung „die Zeit ist abgelaufen" von dem Einsatz jener Wasseruhren, die im antiken Griechenland beispielsweise zur Bemessung der Redezeit vor Gerichten verwandt wurden, ableiten.

Das gar so dunkle Mittelalter setzte neben der etablierten Sonnen- und Wasseruhr auf künstliches Licht als Zeitmesser. Kerzenuhren brannten je nach ihrer Größe in unterschiedlicher Zeit ab, was man gut und gerne als sehr frühe Form des Countdowns bezeichnen könnte. Allerlei Abbrennbares, von der Zündschnur bis zu hin zu Räucherstäbchen, ergänzten diesen Entwicklungsschritt.

Als Meilenstein der Zeitmessung kann ohne Zweifel die Entwicklung der ersten mechanischen Uhr angesehen werden. Ein Meilenstein, der in der Geschichtsschreibung weitestgehend unerwähnt blieb. Wann genau die erste Uhr jenes mechanisierten Typus erfunden wurde, ist deshalb aus heutiger Sicht nicht en Detail zu bestimmen. Im Laufe des 14. und 15. Jahrhunderts lassen sich je-

15 Jahre Hauck

Fliegengitter
für Fenster und Türen nach Maß!

Die Pendeltür:
- auch wenn keine Hand frei ist bequem zu bedienen
- beidseitig öffnend
- selbstschließend leise und robust

Der Spannrahmen:
- fast überall einsetzbar
- meist ohne zu Bohren

Licht und Luft dürfen rein,
Insekten und Pollen bleiben draußen

Die Schiebetür:
- Ideal für große Schiebetüren
- bequem zu öffnen durch Fußbedienung

Einfach besser leben!

Das transparente Fliegengitter
mit Pollenschutz!

Zertifizierter Neher Partner
Fliegengitter Hauck
Hans-Böckler Str. 71
67454 Hassloch
Tel. 06324-81675
www.fliegengitter-hauck.de

doch zumindest einige Entwicklungsstufen nachvollziehen. Erste Zahnraduhren wurden um Erfindungen wie die Uhrfeder ergänzt und weiterentwickelt. Große Räderuhren waren schnell weit verbreitet und zeugten von Reichtum mittlerer bis großer Gemeinden.

Peter Henleins 1510 konstruierte Taschenuhr, auch als Nürnberger Eieruhr bekannt, stellte einen wesentlichen Schritt in Richtung neuzeitliche Zeitmessung dar. Die Uhr war nun gleichsam Mode und Schmuckstück, passte in jedes Kleidungsstück und war damit die erste mobile Zeitanzeige überhaupt. Die Akkuratesse der Uhren wurde ständig weiterentwickelt. Verantwortlich für die forcierte Entwicklung war ganz wesentlich die Seefahrt und damit verbunden neue Anforderungen an Genauigkeit und Nutzbarkeit von Uhren. Als Vorreiter in Sachen Bord-Uhren gilt der englische Uhrmacher John Harrison.

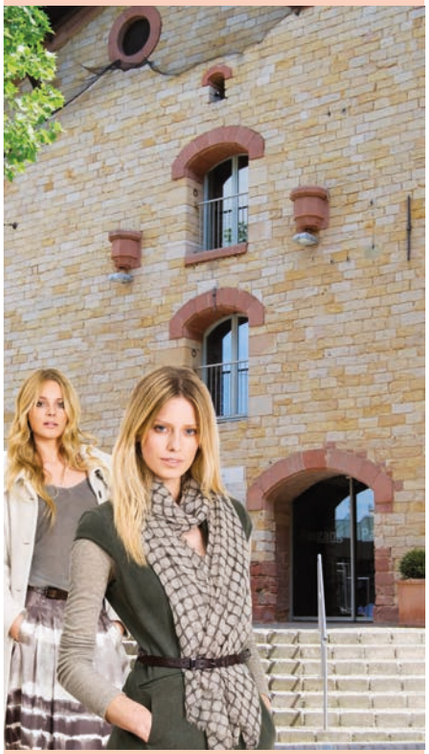
Mitte des 19. Jahrhunderts und als Produkt der industrialisierten Massenproduktion fanden Uhren auch ihren Weg in die Häuser weniger wohlhabender Familien. Mit Übergang in das 20. Jahrhundert wurden Uhren immer kleiner. Feinmechanische Entwicklungen verkleinern Uhrwerke so weit, dass sie auch an einem Handgelenk Platz finden. Die Armbanduhr war geboren.

Die voranschreitende Elektrifizierung vieler Lebensbereiche sorgte in der Folge dafür, dass ältere Aufzugsmechanismen durch Elektromotoren und durch elektromagnetische Aufzüge verdrängt wurden. Hierdurch wurde erstmals garantiert, dass Uhren auch ohne ständigen manuellen Aufzug betriebsbereit blieben. Mit der Entwicklung der ersten Quarzuhr durch den kanadisch-US-amerikanischen Erfinder Alwin Marrison, die auf der Entdeckung der Eigenschwingung von Quarzkristallen beruht, fand ein Quantensprung im Bereich der genauen Zeitmessung statt. Jene penible Genauigkeit wurde nur noch von der Atomuhr, die 1946 erstmals vorgestellt wurde, übertroffen. Atomuhren, beispielsweise die Atomuhr der Physikalisch-Technischen Bundesanstalt (PTB) in Braunschweig, werden genutzt, um bis heute Funkuhren zu synchronisieren, also auf einen Stand zu bringen.

Uhren im Trend

Uhren, gleich welcher Machart und Nutzung, sind heute für jeden erschwinglich. Ob als dekoratives modisches Accessoire oder als Mittel zum Zweck, Uhren haben das Leben eines jeden Menschen komplett im Griff. Die Anzeige von Zeit hat unser aller Leben verändert. Selbst das digitale Zeitalter lässt die klassische Analoguhr nicht zum Auslaufmodell werden. Vielmehr scheint ein Trend zu klassischen Zeitmessern, beispielsweise in Form altbekannter Darstellungsweisen auf Smartphones und Tablets, durchaus erkennbar zu sein.

Shoppen im Quartier Chopin



Für ein tolles Outfit ist immer der richtige Zeitpunkt!

AJ ARMANI JEANS CAMBIO
WEEKEND
MaxMara
HEMISPHERE CASHMERE PESERICO
RENÉ LEZARD

Kostenlose Stilberatung
www.ladivina-landau.de

La Divina
DIE GÖTTLICHE DESIGNERMODE

QUARTIER CHOPIN
Ostbahnstr. 12 · LANDAU
Inh. G. Gramling/A. Heckert

Chili hat Ute Weilacher, Inhaberin von Juwelier Rehn aus Landau befragt, was sie mit dem Thema Uhren verbindet und wie sie Uhren-Trends der Gegenwart wahrnimmt.

Chili: Frau Weilacher, welche Gedanken verbinden Sie mit dem Thema Uhren?
Weilacher: Natürlich zum ersten die urdeutsche Tugend der Pünktlichkeit. Aber die Uhr ist natürlich, auch gerade für Männer, ein Schmuckstück, das neben Trend auch Design, Wertigkeit und in hohem Maße Qualität vereint.

Chili: Hat sich Ihrer Meinung nach unser Verhältnis zu Zeit und damit auch zu Zeitanzeigern geändert?
Weilacher: Sowohl als auch. Die Zeiten sind sozusagen schnelllebiger geworden. Hektik und Stress bestimmen den Alltag der meisten Menschen. Man lebt nach der Uhr und benötigt sie, um seine Termine einzuhalten. Das betrifft die Hausfrau ebenso wie den ausgebuchten und kurzgetakteten Manager. Auch die Trends im Uhrdesign werden schnelllebiger und in einem gewissen Preisbereich wird heute häufiger als früher das Uhrmodell gewechselt beziehungsweise eine zweite oder dritte Uhr passend zu Anlass oder Kleidung gekauft. Das können farbenfrohe Uhren, ausgefallene Formen oder auch auffallende Größen sein.

Chili: Welche Trends auf dem Uhrenmarkt können beobachtet werden?
Weilacher: Es gibt einen modischen Trend wie eben schon beschrieben. Dieser spielt sich meistens in einem Preisbereich bis 500 Euro ab. Dann besteht die Bereitschaft, häufiger das Modell zu wechseln. Wer jedoch mehr die klassische Linie bevorzugt, der wählt meist ein wertigeres Modell von höherer Qualität in Material, Verarbeitung und Funktionsweise. Das sind – wenn man eine einfache Grenze ziehen will – die Uhren ab etwa 500 Euro. Diese Uhren begleiten ihren Träger meist längere Zeit.

Jens Wacker

Simone Cengiz, Juwelier Rehn, zeigt eine modische Uhr für starke Handgelenke

Info:

Kontakt
Juwelier Rehn
Kronstraße 24
76829 Landau
06341-919110

M+E

Munter + Entspannt
Altdorfer Matratzengeschäft

Optimaler Schlafkomfort

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

Jahrzehntelange Erfahrung und fachkundige Beratung zeichnen uns aus.

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

Munter + Entspannt Altdorfer Matratzengeschäft · Warenhandelsgesellschaft mbH
Raiffeisenweg 1 · 67482 Altdorf · Telefon 06327 / 4102 oder 961920 · Fax 06327 / 1699
www.matratzenlager.com

Mehr Naturschutz zum richtigen Zeitpunkt

Die letzte große Novellierung des Bundesnaturschutzgesetzes (BNatSchG), die am 1. März 2010 in Kraft trat, brachte ein Bündel neuer naturschutzrechtlicher Vorgaben mit sich. Ein Bestandteil jenes Bündels ist der neue Paragraf 39 BNatSchG, der bundeseinheitliche Vorgaben zum allgemeinen Schutz wild lebender Tiere und Pflanzen zum Inhalt hat.

Bereits sehr früh erkannten die Unteren Naturschutzbehörden, sozusagen die Wächter des Naturschutzes auf kommunaler Ebene, dass die Neuerungen des BNatSchG wohl nicht bei jedem betroffenen Hobby- und Freizeitgärtner angekommen sein dürften. Mit dem Start der Vegetationsperiode im Jahr 2010 informierten sie deshalb bereits umfassend über die Rechte und Pflichten der Gartenfreunde im Bereich der Baum- und Gehölzpflege. Jene Informationen werden seither regelmäßig im Frühjahr, zum Start der Vegetationsperiode, und im Herbst, zum Ende der Vegetationsperiode, wiederholt. Die Meldungen gleichen einem Mantra des Naturschutzes, welches wiederkehrend mit der Bitte versehen ist, sich an die gesetzlichen Vorgaben zu halten. *Chili* möchte an dieser Stelle jenes Mantra nicht schnöde wiederholen, vielmehr soll der Versuch gestartet werden, Gartenfreunden die wichtigsten Aussagen des BNatSchG nahe zu legen.

Schutzzeitraum

Im Zeitraum zwischen dem 1. März und dem 30. September eines Jahres ist es grundsätzlich verboten, außerhalb von Wald und gärtnerisch genutzten Grundflächen Hecken, lebende Zäune, Gebüsche und andere Gehölze zu roden, abzuschneiden oder auf den Stock zu setzen.

Ausnahmen und ergänzende Hinweise

1. Bäume, die sich in Hausgärten oder ganz allgemein auf privaten Grundstücken befinden und die einen bestimmten Stammdurchmesser nicht überschreiten, sind von dem Verbot ausgenommen. Neben dem Stammdurchmesser muss auch darauf geachtet werden, dass der Baum nicht bereits als Brutstätte von Vögeln oder als Lebensraum diverser Fledermausarten genutzt wird.

In vielen Kommunen regeln so genannte Baumschutzsatzungen, wie dick eine bestimmte Baumart sein muss, bevor sie unter Schutz gestellt wird. Kommunen, wie beispielsweise Neustadt an der Weinstraße, die nicht über eine allseits verbindliche Satzung verfügen, gehen indes von einer besonderen Schutzbedürftigkeit ab einem Durchmesser von 60 Zentimetern oder größer aus.

Hinweis: Fällungen sollten immer als Ultima Ratio, also als letzte Möglichkeit, im Umgang mit dem privaten Baumbestand verstanden werden. Wer plant, auf dem eigenen Grundstück einen Baum zu fällen, der sollte auf Nummer sicher gehen. Mittels einer gebührenfreien Anzeige der geplanten Fällung bei der lokalen Unteren Naturschutzbehörde werden im Zweifel alle natur- und artenschutzrechtlichen Belange überprüft. Eine Fällung innerhalb des Schutzzeitraumes ist

also grundsätzlich möglich, sollte aber vor allem zum Schutze der in Bäumen brütenden Vogelarten und den darin lebenden Fledermausarten unterbleiben.

2. Schonende Form- und Pflegeschnitte, die die Beseitigung des Zuwachses von Pflanzen zum Ziel haben oder die zur Gesunderhaltung von Bäumen nötig werden, dürfen auch während des Schutzzeitraumes durchgeführt werden. Von dem Schutzzeitraum komplett ausgenommen sind Flächen des Erwerbsgartenbaus.

3. Beim pfleglichen Pflücken von Blumen, Gräsern, Farnen, Früchten, Pilzen in kleinen Mengen auf öffentlichen Flächen gilt die so genannte Handstraußregelung. Sie besagt, dass genannte Pflanzen nur mit größtmöglicher Rücksicht auf die Art und die umgebende Fauna und Flora entnommen werden dürfen. Gleichzeitig darf man beispielsweise die Früchte und Blumen nur dann pflücken, wenn die Flächen, auf denen diese wachsen, für jeden frei betretbar sind.

Das Fällen von Bäumen im Außenbereich, also im Bereich von Ortsrändern, der Flur oder dem Wald ist generell genehmigungspflichtig. Zugleich müssen Fällungen in diesem Bereich nach den Vorgaben der naturschutzrechtlichen Eingriffsregelung ausgeglichen werden. Unter Ausgleich versteht man in diesem Fall die Kompensation, also den Ersatz des Vegetationsverlustes mittels Neupflanzung.

Von dem Fällverbot sowohl im Innen- als auch im Außenbereich generell befreit sind behördlich angeordnete Maßnahmen und Maßnahmen im öffentlichen Interesse, wenn diese weder zeitlich verschiebbar sind, noch auf eine andere Art und Weise durchgeführt werden können. Hierzu gehören zum Beispiel Fällungen im Rahmen von kommunalen Maßnahmen der Verkehrssicherung.

Jens Wacker

Info:

Die Unteren Naturschutzbehörden in unserer Region:

Stadt Neustadt an der Weinstraße
Umweltabteilung
Hindenburgstraße 9a
67433 Neustadt an der Weinstraße
06321-8557240
umwelt@stadt-nw.de

Stadt Landau in der Pfalz
Landespflege und Umweltplanung
Königstraße 21
76829 Landau in der Pfalz
06341-133500

Kreisverwaltung Bad Dürkheim
Abteilung 5: Bauen und Umwelt / 52
Umweltschutz, Landespflege
Philipp-Fauth-Straße 11
67098 Bad Dürkheim
06322-9610
info@kreis-bad-duerkheim.de

Gutes Design
ist kein Zufall

Dieter Ziesecke e.k.
SANITÄR- HEIZUNGSBEDARF

67434 Neustadt-Diedesfeld
Weinstraße 580
Telefon 06321-86422 · Fax 06321-32342
www.ziesecke-neustadt.de

Der richtige Zeitpunkt bei der Gartenarbeit spart Mühe und Zeit

Gezieltes Eingreifen zum richtigen Zeitpunkt kann bei der Gartenarbeit den Arbeitsaufwand enorm reduzieren. Wer seinen Garten von März bis Ende Mai gut im Blick hat und die aufkommenden Unkräuter (oder besser: spontan auftretende Wild- und Pionierpflanzen) gründlich entfernt, hat den Rest des Jahres mit Unkrautbewuchs viel weniger zu tun. Gleichzeitig verschafft das Entfernen der konkurrierenden Wildkräuter den heranwachsenden Stauden Luft und dadurch auch ein bisschen mehr Nährstoffe, Licht und Wasser.

Es spart mir viel Zeit und Mühe, den Garten kontinuierlich zu beobachten. Dabei fallen mir die Dinge auf, die bald getan werden könnten oder sollten. Erst danach mache ich mich an die Arbeit. So fällt es mir leichter, gezielt das gerade Notwendige zu tun. Nichts gerät außer Kontrolle und der Aufwand bleibt überschaubar.

Für den Rückschnitt der Sträucher gibt es richtige Momente, die abhängig von verschiedensten Faktoren variieren. Einfach ist es im Fall von Hecken. Der erste Schnitt ist im Februar/März und der zweite im Juni. Damit kann man auskommen und erhält eine gut gepflegte Hecke. Bei freiwachsenden Sträuchern sieht es ganz anders aus. Viele Gehölze entfalten ihr typisches, ausgewogenes Wuchsbild nur, wenn sie an einen günstigen Standort mit ausreichend Platz gepflanzt wurden und sie sich in Ruhe entfalten können. Da sollte man auf regelmäßigen Schnitt komplett verzichten, ausgenommen das Entfernen von Totholz und einem eventuellen Auslichten alle paar Jahre.

Somit wäre die Gartenplanung der richtige Zeitpunkt, um an die Vermeidung zukünftiger Gartenarbeit zu denken. Die gezielte Auswahl der Gehölze, was Größe, Habitus und Standort betrifft, erleichtert die spätere Pflege sehr.
Wenn man nun wie ich einen bestehenden Garten übernommen hat und die großen, vorhandenen Gehölze nicht entfernen möchte - kann es notwendig werden, mit Schnittmaßnahmen einzugreifen, um das Gleichgewicht im Garten zu erhalten.

Einen Flieder würde ich nie ohne Not schneiden. Das Gleiche gilt unbedingt auch für Magnolien, Zaubernüsse und Hibiskus, denn diese Gehölze reagieren sehr sensibel auf Schnitt und verlieren dann ihren typischen malerischen Habitus.
Den Winterjasmin hingegen schneide ich regelmäßig heckenartig. Denn er hat an seinem Platz zwar einen optimalen Standort, aber wenn er seine Wuchskraft ungehindert entfalten könnte, würde er sich angrenzende Pflanzbereiche komplett einverleiben.

Ein anderes Beispiel ist der große Feuerdorn, den ich im Garten vorgefunden habe. Dieser stand von Anfang an eigentlich auf der Liste ‚wird gerodet', aber nachdem ich im ersten Winter gesehen habe, wie sehr er von den Vögeln genutzt wird, blieb er dann doch. Ich schneide ihn im Februar zurück, wenn alle Beeren gefuttert sind.

Eine meiner Eiben schneide ich immer vor dem ersten Advent und nutze die Zweige für meinen großen Adventskranz. Andere Eiben werden geschnitten, wenn ich Zeit habe.

Was den Rückschnitt von Lavendel angeht, experimentiere ich seit ein paar Jahren und schneide mal, nachdem der Winter zu Ende ist im Februar oder März, mal Ende Juli nach der Blüte. Ich bin zu dem Ergebnis gekommen, dass der Zeitpunkt des Rückschnitts nicht von großer Bedeutung ist. Der optimale Standort ist natürlich vollsonnig, genauso wichtig ist aber auch der magere Boden mit gutem Wasserabzug. Dann lassen sich die Lavendel im Sommer sogar bis ins alte Holz zurückschneiden und alte verholzte Exemplare verjüngen. In meinem Garten, früher ein Wingert, gibt es sogar Lavendel-Sämlinge.

Als letztes Beispiel stehen meine Hortensien, die sich an der Nordseite und in kühlender Waldnähe vor dem Haus recht wohl fühlen. ‚Annabelle' wird jedes Jahr bis auf Kniehöhe zurückgeschnitten, denn zum einen hat sie an ihrem Standort nur einen begrenzten Raum zur Verfügung, und zum anderen verbessert dies ihre Standfestigkeit, denn die schweren Blütenköpfe sitzen auf dünnen Stängeln. Sie blüht jedes Jahr überaus üppig. Bei der alten Ballenhortensie in Rosarot hingegen werden im März nur die alten Blüten direkt über der ersten Knospe entfernt und hin und wieder ein alter Zweig ganz unten abgeschnitten.

Das Fazit ist also, dass die richtigen Zeitpunkte in jedem Garten variieren können und unterschiedliche Aspekte dabei zum Tragen kommen. Ein absolutes ‚richtig' oder ‚falsch' gibt es eher nicht, und das macht es leider nicht leichter. Aber wenn man seinen Garten im Verlauf der Jahreszeiten aufmerksam beobachtet, lernt man ihn gut kennen und findet die richtigen Zeitpunkte heraus.

Von Christina Dorsch
Text und Bilder: Dorsch

Info:

Kontakt
Dipl.-Ing. Christina Dorsch
Gartengestaltung
Birkenweg 40
67434 Neustadt an der Weinstraße
06321-6790320
post@gartengestaltung-dorsch.de
www.gartengestaltung-dorsch.de

Gewürze

Pfeffer und das pfefferartige Piment

In unserer Reihe haben wir schon einige Kräuter und Gewürze näher beleuchtet. Nur selten waren die Ergebnisse der Recherche jedoch so umfangreich wie bei Pfeffer und Piment. Die Gewürze, genauer deren Herkunft, Merkmale, Gemeinsamkeiten und Unterschiede scheinen sich, was das allgemeine Interesse betrifft, sehr deutlich von anderen Gewürzen und Kräutern abzuheben. Ein Grund dafür ist, dass sowohl Pfeffer als auch Piment in Küchen auf der ganzen Welt zum Einsatz kommen.

Pfeffer, das Original

Pfeffer ist, und hier wird es wohl kaum zwei Meinungen geben, nicht aus der modernen und klassischen Küche wegzudenken. Die getrockneten Früchte der Pfeffergewächse können abhängig vom Zeitpunkt der Ernte weiß, schwarz, aber auch rot und grün gefärbt sein. Einhergehend mit dem Erntezeitpunkt ändert sich natürlich nicht nur die Farbe des Pfeffers, sondern auch dessen Geschmack. Der typisch aromatisch-scharfe Geschmack des Pfeffers ist, je nach Wahl der Pfeffersorte unterschiedlich ausgeprägt. Weißer Pfeffer gilt als der schärfste Pfeffer, während der grüne Pfeffer der mildeste Vertreter ist. Das Aroma betreffend teilen sich der grüne und schwarze Pfeffer als aromatischste Pfeffersorten das Siegertreppchen. Rote Pfefferkörner ergänzen die Palette der verschiedenen Schärfegrade und aromatischen Ausprägungen um eine süßliche Note.

Kultiviert wird Pfeffer seit über 2.000 Jahren, wobei schwarzer und weißer Pfeffer mit Abstand bereits am längsten angebaut werden. Seinen Ursprung findet die Pflanze, deren Geschichte bis in die Antike zurückzuverfolgen ist, in Südindien. Roter und grüner Pfeffer kamen erst viel später hinzu. Die lange Geschichte der Pfeffernutzung bedingt, dass die Pflanze, oder besser deren Eigenschaften, viele Begriffe in unterschiedlichen Sprachen prägte. Die Paprikapflanze beispielsweise verdankt ihren Namen dem serbisch-kroatischen Wort für Pfeffer. Andere Pflanzen wie Pfefferminze, Pfefferkraut (Bohnenkraut) und Pfefferwurz (Ingwer) erhielten ihren Namen, weil sie ähnliche Eigenschaften wie Pfeffer aufweisen.

Piment, nur namenstechnisch mit Pfeffer verwandt

Dass so mancher das Gewürz Piment auch heute noch als Jamaika-Pfeffer bezeichnet und somit die Pflanze schon im wörtlichen Sinne in eine falsche Ecke drängt, liegt in der Entdeckungsgeschichte des Piments begründet. Im 15. Jahrhundert machte sich Christopher Kolumbus auf die Suche nach einer neuen Handelsroute nach Indien, dem damaligen Mekka der Gewürze. Besonders der schwarze Pfeffer, der im Europa jener Zeit kaum zu beziehen und wenn doch, dann kaum zu bezahlen war, war Grund jener Entdeckungsreise. Ein jeder weiß, dass Kolumbus' Suche nach einer Handelsroute nach Indien in Amerika endete.

Auf Jamaika fanden die Entdecker jener Zeit eine Gewürzpflanze, die sowohl optisch, als auch durch ihren scharfen Geschmack sehr dem bekannten indischen Pfeffer ähnelte. Der frühe Trugschluss, es könnte sich um eine neue Art Pfeffer handeln, führte dazu, dass lange Zeit in unserem Sprachgebrauch der Begriff des Jamaika-Pfeffers gebräuchlich war. Viel näher an der Wahrheit sind wir aber auch heute nicht, denn die zurzeit gängige Bezeichnung Piment leitet sich von dem spanischen Wort für Pfeffer, pimienta, ab.

Die dunklen Pimentfrüchte wachsen im Gegensatz zur Kletterpflanze Pfeffer auf immergrünen, bis zu zwölf Meter hohen Bäumen. Der Geschmack erinnert an Nelken und Zimt, weshalb in unserem Sprachraum für Piment auch gerne der Begriff Nelkenpfeffer verwandt wird. Während sich die Nutzung des Gewürzes in Deutschland im Wesentlichen auf Wildgerichte und als weihnachtliches Gewürz beschränkt, ist die Küche anderer Nationen teilweise sehr deutlich von Piment bestimmt. Im arabischen Raum beispielsweise wird Piment bei nahezu jeder Zubereitung von Lammfleisch genutzt. Im englischsprachigen Raum wird das Gewürz auch als Würze für Suppen, Gemüse und viele andere Gerichte herangezogen. Der englische Begriff für Piment lautet Allspice also Allgewürz, was den Stellenwert und die kulinarische Nutzungsvielfalt des Gewürzes für die Küche englischsprachiger Nationen verdeutlicht.

Jens Wacker

GUDRUN GRENZ
DESIGN

Business
Festivität
Freizeit

XS - XXXL

Made in Germany
eigene Produktionsstätte

2x Speyer
Maximilianstr. 73
Korngasse 28 • 67346 Speyer
Tel.: 06232/6079970

Überlingen
Hofstatt 2 • 88662 Überlingen
Tel.: 07551/948819

Düsseldorf
Oststraße 105 • 40210 Düsseldorf
Tel.: 0211/327231

info@gudrun-grenz.com
www.gudrun-grenz.com

DAS ESSZIMMER
in der Weingalerie

THOMAS MANTHEY KOCHT!

Erleben Sie eine ideenreiche, italienische Frischeküche aus den Regionen Italiens mit natürlichen und besten Zutaten.

Kommen Sie vorbei – wir freuen uns auf Sie!

NEWS · NEWS · NEWS
ab April 2015!
Lassen Sie sich überraschen!

DAS ESSZIMMER in der Weingalerie
Weinstraße 68 · 76835 Hainfeld
Fon 0 63 23 9 89 01 31
www.esszimmer-weingalerie.de
info@esszimmer-weingalerie.de

ÖFFNUNGSZEITEN
Freitag-Dienstag ab 18 Uhr
Sonntag ab 17 Uhr
Mittwoch & Donnerstag Ruhetag

Gemüseküchlein

für vier Personen

1 kg	Kartoffeln
600 g	vorgegartes, gemischtes Gemüse (gerne Reste vom Vortag oder TK)
2	Eier
100 g	Parmesan
	Salz, Pfeffer
2 EL	frische gehackte Petersilie
4 EL	Mehl
	Öl für die Pfanne
	Mehl oder Paniermehl

Die Kartoffeln in der Schale kochen, noch heiß schälen und durch die Kartoffelpresse in eine große Schüssel drücken. Gemüse, Parmesan, Ei und Petersilie zufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. 2 EL Mehl dazugeben und gut vermengen.

Mit feuchten Händen flache Küchlein formen, in Mehl oder Paniermehl wenden und in heißem Öl goldgelb ausbacken.

Die Menge sollte etwa 12 Küchlein ergeben. Passt gut zu Salat und einem Kräuterdip.

TISCHKULTUR | KOCHKULTUR | ESSKULTUR

Haus der Geschenke Ullrich

Weinstraße Nord 10
67487 Maikammer
Tel. 0 63 21/ 50 10
Fax 0 63 21/58 209
info@Haus-der-Geschenke-Ullrich.de

Ihr Fachgeschäft für: Porzellan · Glas · Geschenkartikel
Kunstgewerbe · Kochkultur · Wohnaccessoires · Spielwaren

Fladenbrot Pizza

für zwei Personen

1	Knoblauchzehe
1 TL	Oregano, getrocknet (oder zwei Stengel frischen Oregano)
5 EL	Olivenöl, nach Belieben Peperoni-Öl
350 g	kleine Strauchtomaten
250 g	Mozzarella
1	Fladenbrot
3 Stiele	Basilikum
1 Bund	Rauke
40 g	Parmesan
	Salz, Pfeffer
2 EL	Aceto Balsamico

Den Ofen auf 220 Grad vorheizen. Den Knoblauch fein hacken und mit Oregano (eventuell fein gehackte Blättchen) und Öl verrühren. Tomaten und Mozzarella in dünne Scheiben schneiden.

Das Fladenbrot vorsichtig mit einem scharfen Brotmesser waagerecht halbieren. Die Hälften mit der Schnittseite nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Brote mit der Hälfte des Würzöls beträufeln, mit Tomaten- und Mozzarellascheiben belegen und darüber das restliche Öl gleichmäßig verteilen.

In etwa 15 Minuten auf der mittleren Schiene des Backofens knusprig backen. In der Zwischenzeit Basilikumblättchen von den Stielen zupfen, Rauke waschen und trockentupfen und Parmesan in dünne Scheiben hobeln.

Fladenbrot Pizza aus dem Ofen nehmen, mit Salz, Pfeffer, den Kräutern und Parmesan bestreuen und sofort mit Essig beträufelt servieren.

Lunchpakete

Für die Schulpause oder für den Mittagssnack im Büro haben wir im Folgenden einige Tipps und auch Rezepte zusammengestellt, die die Lunchbox ein wenig bunter, interessanter, genüsslicher und auch gesünder werden lassen.

Das Pausenbrot

Nichts ist so gängig wie das Pausenbrot. Eine Klappstulle – oder Brötchen - mit Butter, Wurst oder Käse kennt wohl jeder. So normal wie auch langweilig. Etwas pfiffiger und gesünder wird es durch Salat oder Gurkenscheiben. Wenn man statt Butter einen feinen Aufstrich aus würzigen Kräuterquarks oder Frischkäsen nutzt, dann ist man geschmacklich und auch in Sachen Kalorien schon ein Stückchen in Richtung gesunden Genuss gerutscht. Wenn man Kinder zum Verzehr von Obst und Gemüse animieren will, muss man verstehen, dass die Schulpause kurz ist und hauptsächlich zum Toben, Spielen und Plaudern genutzt wird – was ja auch vollkommen richtig ist. Es empfiehlt sich also, die gesunden Snacks in kleine und verzehrfertige Häppchen zur portionieren, so dass der Aufwand des Essens für das Kind sehr gering ist. Apfelschnitzen (mit ein paar Spritzern Zitrone oder Orange werden sie nicht braun), Mandarinenscheiben, Karotten und Kohlrabi in Stifte geschnitten wandern mit größerer Sicherheit in den Kindermund als ein ganzer Apfel, den man zu lange in der Hand halten muss oder eine Mandarine, die noch geschält werden will. Komplizierte Brotaufbauten sind schwierig zu essen und machen eventuell auch noch klebrige Hände, die man als Kind dann doch nicht so toll findet, weil der Weg zum Waschbecken schon wieder ein Stück der Pausenzeit anknabbert. Den Pausensnack sollte man so gut verpacken, dass er den Aufenthalt im Schulranzen auslauf- und beschwerdefrei überlebt.

Das Lunchpaket fürs Büro

Alternativen zu Salami, Schinken und Gouda als Brotbelag gibt es reichlich. Sie sind lecker und gesund. Es lohnt sich, Gemüse und Brotaufstriche vorzubereiten und mitzunehmen. Wir empfehlen, Brot und Belag, ebenso wie Salat und Salatsauce, separat zu verpacken und erst kurz vor dem Genuss in der kleinen Büroküche anzurichten.

Hähnchen-Rucola-Crème
für 4 Portionen

1	Limette (oder eine ½ Zitrone)
¼	Bund Thymian
200 g	Hähnchenbrustfilet
	Salz, Pfeffer
4 EL	Olivenöl
50 ml	Marsala oder Portwein
1/8 l	Hühnerbrühe (Instant)
1	Bund Rucola

Limette heiß abwaschen und trockentupfen, die Schale dünn abreiben oder in feine Zesten reißen. Den Saft auspressen. Thymian waschen, trockenschütteln und die Blättchen von den Stielen streifen. Hähnchenbrustfilet kalt abbrausen, trockentupfen und mit Limettenschale und Thymian einreiben, mit Salz und Pfeffer würzen.
In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen, das Geflügel von beiden Seiten gut anbraten, mit Marsala oder Portwein und der Brühe ablöschen. Dann bei geringer Hitze zugedeckt etwa 15 Minuten schmoren lassen. Das Fleisch aus der Garflüssigkeit heben und abkühlen lassen.
In der Zwischenzeit Rucola putzen und von den dicken Stielen befreien, fein hacken. Hähnchenfleisch grob zerkleinern und mit etwa 5 EL der Garflüssigkeit und dem übrigen Öl im Mixer fein pürieren. Rucola unterheben, mit Salz, Pfeffer und dem Limettensaft abschmecken. Die Crème in ein sauberes Schraubglas füllen – oder in mehrere kleine Gläser zur portionsweisen Mitnahme. Im Kühlschrank hält sich der Brotaufstrich mehrere Tage, sollte jedoch alsbald auf Brot, Brötchen oder Focaccia verzehrt werden.

Gurken-Sandwich
für 2 Portionen

½	Salatgurke
1	Kästchen Gartenkresse
2 EL	Naturjoghurt
2 EL	Speisequark
1 TL	geriebener Meerrettich (frisch oder aus dem Glas)
	Salz, Pfeffer
1 Msp.	Senfpulver
2	Kopfsalatblätter
4	Scheiben vom Lieblingsbrot

Gurke schälen oder gründlich waschen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Kresse vom Beet schneiden. Butter, Quark, Meerrettich, Salz, Pfeffer und Senfpulver gründlich zu einer Crème verrühren und Kresse unterheben. Salatblätter waschen und trockenschütteln.
Kurz vor dem Verzehr zwei Brotscheiben mit der Quarkcrème bestreichen, Gurkenscheiben dachziegelartig aufsetzen und mit Salatblatt abdecken. Die restlichen Brotscheiben daraufsetzen, die Sandwiches vierteln und mit Zahnstocher fixieren.

Champignons als Brotaufstrich
für 4 Portionen

250 g	Champignons (braun oder weiß)
2	Frühlingszwiebeln
4 EL	Öl, nach Belieben auch Chili-Öl
	Salz, Pfeffer
½	Bund glatte Petersilie

Die Champignons putzen und grob zerkleinern. Die Frühlingszwiebeln ebenfalls putzen und in kleine Ringe schneiden. In einem kleinen Topf zwei EL Öl erhitzen, die Frühlingszwiebeln andünsten bis sie leicht Farbe annehmen, Hitze reduzieren und die Champignons anschwitzen. Die austretende Flüssigkeit einkochen lassen und etwa zehn Minuten garen – nicht braten. Bei Bedarf wenig Flüssigkeit (z. B. Brühe) zufügen. In der Zwischenzeit die Petersilie waschen, trockenschütteln und fein hacken. Die Pilze-Zwiebelmischung pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Petersilie unterheben. Noch heiß in ein sauberes Schraubglas füllen, mit dem restlichen Öl bedecken. Der Brotaufstrich hält sich im Kühlschrank etwa eine Woche, sollte jedoch nach Anbruch des Glases alsbald verzehrt werden.

WINZERGENOSSENSCHAFT EDENKOBEN

FRÜHJAHRSPRÄSENTATION
MIT JUNGWEINPROBE

AM 11. & 12. APRIL 2015
VON 11.00 - 18.00 UHR
IN DER WG EDENKOBEN

ES ERWARTEN SIE ATTRAKTIVE
EINKAUFSRABATTE,
PFÄLZER KÖSTLICHKEITEN
UND UNSERE FRISCHEN
2014ER JUNGWEINE.

Winzergenossenschaft Edenkoben eG
Weinstraße 130 I 67480 Edenkoben

Tel.: 06323 / 9419-0 I Fax.: 06323 / 941919
www.wg-edenkoben.de I info@wg-edenkoben.de

Bundesehrenpreis

Die Winzergenossenschaft Edenkoben wurde im Herbst 2014 in Mainz mit dem Bundesehrenpreis für Sekt ausgezeichnet. Die Genossenschaft erhielt den Bundesehrenpreis des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) für ihre herausragende Gesamtleistung in der aktuellen DLG-Bundesweinprämierung (DLG = Deutsche Landwirtschafts-Gesellschaft e.V.), dem führenden Qualitätswettbewerb für deutsche Weine und Sekte.

„Die Erzeugung hochwertiger Weine und Sekte erfordert das optimale Zusammenspiel unterschiedlichster Tätigkeitsfelder und höchstes fachliches Können, vom Weinberg bis in den Weinkeller. Nur wer dieses versteht, hat auch langfristig Erfolg. Der Lohn für die ausgezeichneten Winzer ist der Bundesehrenpreis, die höchste Auszeichnung der deutschen Weinwirtschaft", lobte DLG-Präsident Carl-Albrecht Bartmer die diesjährigen Preisträger.

DLG-Bundesweinprämierung

Die DLG-Bundesweinprämierung ist der führende Wettbewerb für deutsche Weine und Sekte. Strenge Prüfkriterien und eine eigens geschulte Fach-Jury aus Weinkennern aller deutschen Anbauregionen machen die Bundesweinprämierung zur anspruchsvollen Leistungsschau für deutsche Weine und Sekte. An der traditionsreichsten Qualitätsprüfung beteiligten sich in diesem Jahr über 300 Winzerbetriebe aus allen 13 deutschen Anbauregionen. Insgesamt bewerteten die Wein-Experten der DLG rund 4.500 Weine und Sekte. Alle Ergebnisse sind im Internet unter www.DLG-Verbraucher.info sowie unter www.wein.de veröffentlicht.

Die Winzergenossenschaft Edenkoben

Die Winzergenossenschaft Edenkoben eG überzeugt aktuell mit herausragenden Ergebnissen in der Sekterzeugung. Dieser Erfolg basiert nicht zuletzt auf der hohen Qualität der Grundweine. Derzeit liefern 100 Winzerfamilien ihre Traubenernte bei der Genossenschaft in Edenkoben ab. Gemeinsam bewirtschaften sie rund 110 Hektar Rebfläche in ausgewählten Lagen rund um Edenkoben. Aufwändige Weinbergsarbeit und konsequente Ertragsreduzierung sind selbstverständliche Voraussetzung für den Erhalt hochwertigen Leseguts. Die Produktlinien unterteilen sich in die Edenkobener Standardlinie und die Premiumlinie Ritter von Dalberg, die das Spitzensegment des Hauses darstellt. Angeboten werden Sekte vom Riesling, Silvaner, Sauvignon Blanc, Chardonnay, Dornfelder und Pinot Noir Rosé, die alle mit feiner Note zu überzeugen wissen.

Info:

Kontakt:
Winzergenossenschaft Edenkoben
Weinstraße 130
67480 Edenkoben
06323-94190
www.wg-edenkoben.de

Besuchen Sie unsere neue Webseite: **www.freisberg-wohnbedarf.de**

freisberg
EXKLUSIVES EINRICHTEN
raumfreiheit
ENTWERFEN UND PLANEN

Freisberg Wohnbedarf GmbH

Filiale Ludwigshafen-Oppau
Edigheimer Straße 7 . 67069 Ludwigshafen
Tel. 0621 6591970 . Fax 0621 6591999

Filiale Mannheim
R 6,1 . 68161 Mannheim
Tel. 0621 25469 . Fax 0621 14652

Öffnungszeiten:
Di – Fr 10.00 – 18.30 Uhr
Sa 10.00 – 16.00 Uhr

www.freisberg-wohnbedarf.de

creative inneneinrichter

Effizienter kochen und backen

Kochen und Backen machen etwa zehn Prozent des Stromverbrauchs im Haushalt aus. Mit den Tipps von der Pfalzwerke AG lässt sich einiges an Energie einsparen, ohne auf Komfort zu verzichten. Wer nicht nur auf den Einsatz des gesamten Equipments setzt, geht schon mal in die richtige Richtung. Kleingeräte wie Wasserkocher, Toaster, Kaffeemaschine, Eierkocher oder Mikrowelle sind im Vergleich zu Elektroherd oder Backofen wahre Energiesparer.

Die Pfalzwerke Aktiengesellschaft hat Tipps zur richtigen Ausstattung der Küche zusammengestellt:

Der Topfboden muss plan auf dem Kochfeld aufliegen. Stahltöpfe benötigen weniger Energie als Emaille-Töpfe. Deckel aus Glas ersparen so manches Topföffnen. Ein Schnellkochtopf spart bis zu 40 Prozent Energie. Ceran-Kochfelder sind fünf Prozent sparsamer als Herdplatten aus Gusseisen, noch besser sind jedoch Induktionsherde. Der Backofen sollte eine Heißluftfunktion haben.

Kochen Sie wie ein Profi:

- Beim Garen von Kartoffeln oder Gemüse nur eine Tasse Wasser verwenden und den Deckel verschlossen halten. Das spart nicht nur Energie, sondern bewahrt auch Vitamine und Mineralstoffe.
- Töpfe oder Pfannen so auswählen, dass sie in der Größe mit der Kochplatte übereinstimmen.
- Töpfe mit Deckeln verschlossen halten.
- Wenn man die Kochplatte so früh wie möglich zurück oder ganz ausschaltet, um die Restwärme des Herdes zu nutzen, spart man bis zu 40 Prozent Energie.
- Regelmäßig Wasserkocher, Eierkocher und Kaffeemaschinen entkalken.
- Wenn man Kaffee in eine Thermoskanne umfüllt und die Warmhalteplatte der Kaffeemaschine aus schaltet, spart man sehr viel Energie und der Kaffee schmeckt länger gut.
- Wer beim Backen und Braten auf das Vorheizen verzichtet und stattdessen die Heißluftfunktion nutzt, spart fast 20 Prozent Energie.
- Mit guter Planung lässt sich der Backofen, einmal eingeschaltet, voll ausnutzen, wenn man bei Heißluft mehrere Ebenen belädt.
- Die Backofentür nur öffnen, wenn es wirklich nötig ist.

Info:

Kontakt:

Energiezentrum Kandel
Landauer Straße 28, 76870 Kandel, 07275-9555-30, ez.kandel@pfalzwerke.de

Energiezentrum Rockenhausen
Kreuznacher Straße 61, 67806 Rockenhausen, 06361-9217-40, ez.rock@pfalzwerke.de

Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8.00 bis 16.00 Uhr. Außerhalb der Geschäftszeiten nach Vereinbarung.

Kältetechnik
WITTMANN

Kältetechnik
Klimaanlagen
Kühlzellen
Befeuchtung
Entfeuchtung
Privat
Gewerbe
Industrie
Landwirtschaft

Röchlingstraße 5
67454 Haßloch
Telefon 0 63 24/23 26

www.wittmann-kaeltetechnik.de

MITSUBISHI
HEAVY INDUSTRIES, LTD.

Ökostrom tanken

Gut zwei Monate nachdem die VR Bank Südpfalz ihre neuen Elektroautos für die täglichen Kundentermine ihrer Berater präsentierte, folgte Mitte Oktober 2014 der nächste Schritt der Genossenschaftsbank für eine nachhaltige und saubere Mobilität von morgen. Im VR Bank-Parkhaus Landau Stadtmitte enthüllte der Vorstand der Bank gemeinsam mit dem Bürgermeister der Stadt Landau, Thomas Hirsch, eine moderne Schnellladesäule, die die aktuelle Elektroauto-Generation in rund 30 Minuten zu 80 Prozent der Gesamtkapazität auflädt. „Die zentralen Fragen für Interessenten an Elektroautos sind die der Reichweite und der Verfügbarkeit von Ladestationen", so der Vorstandsvorsitzende der VR Bank Südpfalz Christoph Ochs. „Hier setzt unser Konzept an."

Waldshut | Rheinfelden | Umkirch | Steißlingen | Achern | Mannheim | Birsfelden

Doppelhaus Blies²

Stadthäuser Seefront

SCHLEITH IMMOBILIEN

Wohnen am Blies-See
Ludwigshafen-Mundenheim

Bauträger
Schleith Immobilien
Kolpingstraße 18
D-68165 Mannheim
Tel.: +49 (0)621 4303109-30
www.schleith-immobilien.de

Beratung / Verkauf
Arico
Wohn- u. Gewerbebau GmbH
Tel.: +49 (0)621 - 85 77 60
Mobil: 0163 - 87 87 570
info@arico.de

Mehr Infos unter www.wohnen-am-blies-see.de

Unter dem Motto *Schneller Strom tanken* startete der Deutsche Genossenschaftsverlag in Kooperation mit interessierten Volks- und Raiffeisenbanken ein Pilotprojekt zum Aufbau eines flächendeckenden Schnellladenetzes. Die VR Bank Südpfalz ist eine der sieben Pilotbanken, die sich aktiv in das Projekt einbringt. 25.000 Euro habe die Bank in die neue Stromtankstelle investiert.

Bis Ende des vergangenen Jahres konnten Besitzer von Elektroautos ihre Fahrzeuge kostenfrei auftanken. Nun wird mit einer Ladekarte bezahlt, die einfach in den VR Bankfilialen oder im Internet bestellt werden kann. Auf 100 Kilometer kann man mit Vollkosten in Höhe von drei Euro rechnen, fügte der Leiter des Bereiches Unternehmensservice der VR Bank Südpfalz Wolfgang Kuhn an. Strom tanken geht an der Ladesäule denkbar einfach, schilderte Ochs, und schloss gemeinsam mit Stadtbürgermeister Thomas Hirsch den Zapfhahn an. Die Zapfstelle verfügt über drei Ladesteckertypen für alle gängigen Modelle. „Die kurzen Ladezeiten lassen sich bestens mit einem Einkauf, einer Tasse Kaffee oder einem Bankbesuch verbinden", so Ochs.

Hirsch lobte die Genossenschaftsbank für diesen weiteren Impuls zum Thema *Elektromobilität in Landau*. „Wir brauchen Treiber", so Hirsch. „Nur wenn es Vorreiter gibt, lässt sich das Vorhaben der Bundesregierung, bis 2020 eine Million Elektrofahrzeuge auf Deutschlands Straßen zu bringen, umsetzen." Elektromobilität sei ein großes Thema bei der Innenstadtentwicklung der Zukunft, sagte Hirsch. Nicht nur die Reduzierung von CO2-Emmissionen, auch Feinstaub und Geräuschemmission stünden auf dem Prüfstand.

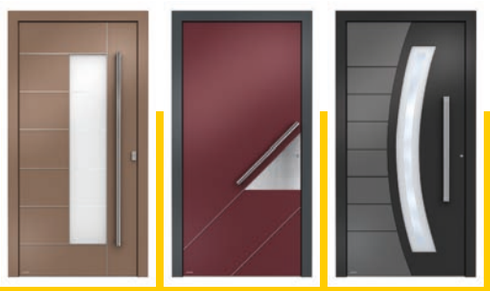
Fenster · Türen · Vordächer · Rollladen · Terrassendächer · Sonnenschutz · Schreinerei

Qualität aus gutem Hause.

Wer einen perfekten Partner fürs Bauen oder Renovieren sucht, ist bei uns an der richtigen Adresse. Denn Weru-Fenster und -Türen machen überall eine gute Figur. Ob Einbruchhemmung, Schall- oder Wärmeschutz, es gibt alles nach Maß. Was immer Sie sich aussuchen, wir bauen es ein.

Ludwig Meyer GmbH

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



weru
Fenster und Türen *fürs Leben*

...das Haus der guten Fenster.

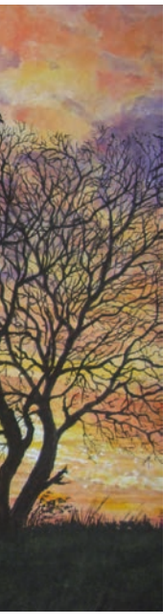
www.meyer-bauelemente.de · info@meyer-bauelemente.de

Die Vielfalt als Einheit

Das Gimmeldinger Künstlernetz hat mit 194 Exponaten von 43 Künstlern im vergangenen November eine Ausstellung gewoben, in der sich an zwei Tagen die Blicke von fast 1.000 Besuchern verfangen haben. Das ist im Vergleich zur Ausstellung im Jahr 2013 ein Plus von 30 Prozent. Bereits zum vierten Mal stellten regionale Künstler aus Gimmeldingen, Neustadt und der näheren Umgebung gemeinsam in der Meerspinnhalle in Neustadt-Gimmeldingen aus. Die Veranstaltung wurde von Karl Hoffmann, selbst Gimmeldinger und Sprecher des Künstlernetzes, organisiert.

Wegen seiner generationsübergreifenden Wirkung sowohl auf Kunstschaffende als auch auf Betrachter konnte sich das Künstlernetz einen Namen machen und mit seinen wachsenden Besucherzahlen im Kulturangebot der Region etablieren. Völlig ohne Wertung werden Werke nebeneinander präsentiert, die thematisch, stilistisch und in der Wahl des Werkstoffs kaum unterschiedlicher sein könnten. Das reizt und hält des Betrachters Aufmerksamkeit, der sich immer wieder aufs Neue auf die Eindrücke einlässt. Ein Vergleich der Kunstwerke ist unmöglich, da es nichts zu vergleichen gibt. Somit steht jedes Bild, jede Fotografie und jede Collage für sich in seiner Aussage, seiner Technik und der eigentlichen Kunst. Das ist gewollt und in seiner verwirrenden Vielfalt als Wirkung provoziert.

So kann das Werk eines Schülers eine ebenso intensive Betrachtung und Auseinandersetzung hervorrufen, wie das eines langjährigen Malers, der mit Pinsel und Leinwand schon manchem Gedanken Ausdruck verliehen hat. Gleich ob Aquarell, Acryl, Kreide oder Öl, egal ob Fotografie oder künstlerische Neugestaltung, die unterschiedliche Sicht der Dinge und die Unterschiede in der Wertung des Wichtigen offenbaren sich in jedem Kunstwerk



der Aussteller. Kunst als Ausdruck der individuellen Wahrnehmung der Welt, die künstlerische Verwertung, mehr noch Übersetzung jener Wahrnehmung, zeigt sich sehr deutlich in der sehr heterogenen Art und Formsprache der ausgestellten Werke. Obwohl die Ausstellung nicht als Verkaufsmesse konzipiert ist, wurden an dem Veranstaltungswochenende sieben Bilder verkauft. Die jüngste Künstlerin (12 Jahre) verkaufte allein zwei Bilder.

Das Künstlernetz hat sich zur Aufgabe gestellt, Kunst für Jedermann von Jedermann zu fördern und darzustellen. Ohne Berührungsängste zeigten die Besucher großes Interesse und fanden einen Zugang zu – vielleicht nicht jedem Exponat doch immerhin – zur Kunst und dem Kunstschaffen an sich. Viele der Künstler waren während der Ausstellung vor Ort und gaben sich bereitwillig der Diskussion und den Fragen der Besucher hin. Die Ausstellung war eine Ansammlung großer Kunst mit dem Pfälzer Charme der Erdennähe und Bodenständigkeit.

Gimmeldinger Mandelblütenfest –

Die Blüte ist Programm

Wer schon einmal vom Gimmeldinger Mandelblütenfest gehört hat, der weiß, dass der Termin des Festes variabel ist. Variabel meint, dass über den Termin des Festwochenendes, der meist auf ein Wochenende im März oder April fällt, von Woche zu Woche neu entschieden wird. Im Fokus der Entscheidung über den richtigen Zeitpunkt stehen die allgemeine Wetterlage und natürlich, wie könnte es anders sein, der Blütenstand der Mandelbäume. Nur durch diese dynamische Entscheidung, so die feste Meinung des Gimmeldinger Festausschusses, lässt sich die Wahrscheinlichkeit erhöhen, dass den Gästen des Festes ein möglichst optimales Frühlingswochenende mit einer Vollblüte der hiesigen Bäume geboten werden kann. Ein Blütenfest zum richtigen Zeitpunkt eben.

Dann ist Gimmeldingen im Ausnahmezustand. Das beschauliche Dorf am Haardtrand erlebt Jahr für Jahr ein Naturschauspiel, das in seiner Farbenpracht sowohl als Indikator des nahenden Frühlings, als auch als Start der Freiluftsaison verstanden werden kann. Nirgendwo sonst blühen auf so geringer Fläche so viele Mandelbäume und nirgendwo sonst wollen so viele Menschen die Blüte bewundern.

Die Tradition, ganz bewusst Mandelbäume zu pflanzen, wird in Gimmeldingen seit über 100 Jahren gepflegt. Mindestens genauso traditionsreich ist die Feier des Gimmeldinger Mandelblütenfestes, das im Jahr 1934 erstmals veranstaltet wurde und sich heute, auch weit über die regionalen Grenzen hinaus, einer großen Bekanntheit und Beliebtheit erfreut.

Von 1934 bis heute hat sich nur wenig an dem grundlegenden Konzept des Festes geändert: Die Blüte ist das Programm. Der einzige offizielle Programmpunkt ist die Festeröffnung, die traditionell mit Grußworten der Gemeindevertretung und Worten der Mandelblütenhoheiten beginnt und mit der Pflanzung eines jungen Mandelbaums durch die Mandelblütenhoheiten in der Gimmeldinger Flur endet.

Alle weiteren kulturellen Programmpunkte, wie beispielsweise Live-Musik, werden von den circa 30 beteiligten Ausschankstellen in Eigenregie organisiert. Diese Freiheit in der Programmgestaltung ermöglicht ein heterogenes Angebot für viele Menschen und jeden Geschmack. Zudem gewährleistet das Ausbleiben eines starren Rahmenprogramms, dass während des ersten Blütenfestes Deutschlands auch tatsächlich die Blüte und das gemeinsame Feiern im rosa Schatten der Mandelbäume und nicht etwa ein beliebiges Weinfestprogramm im Mittelpunkt steht. Unterstützt wird das Angebot der Ausschankstellen durch eine sorgfältige Vorauswahl der ebenfalls am Fest beteiligten Schausteller und Kunsthandwerker.

In den vergangenen zehn Jahren hat sich das Fest stetig weiterentwickelt, ohne dass dabei die grundlegende Konzeption des Festes verändert wurde. Inzwischen sind neben den Angeboten im Bereich des Dorfmittelpunktes auch große Bereiche der Peripherie Gimmeldingens bewirtschaftet. Diese räumliche Großzügigkeit bringt den Besucher nun noch näher an die Mandelbäume und schafft neue Kapazitäten. Bereits seit über drei Jahren öffnen einige Ausschankstellen auch außerhalb des eigentlichen Festwochenendes, je nach Witterung davor, danach, oder davor und danach, ihren Ausschank. Ein ausgeklügeltes Parkleitsystem und eine Verstärkung der Kapazitäten des Öffentlichen Personennahverkehrs während des Festwochenendes erleichtern die Anreise.

Jens Wacker

Info:

Aktuelle Informationen, Antworten zu häufig gestellten Fragen rund um das Fest und weitere Informationen lassen sich auf der offiziellen Website des Gimmeldinger Mandelblütenfestes www.mandelbluetenfest.de (Facebook: www.facebook.com/mandelbluetenfest) nachlesen. Dort und auf der Chili-Website www.chili-dasmagazin.de werden Interessierte umgehend informiert, wenn der Festtermin für das Gimmeldinger Mandelblütenfest 2015 festgelegt wurde.

LUXURY LIFESTYLE BOXSPRING

since 1847
Brinkhaus
luxury lifestyle

Die Luxury Lifestyle Boxspring-Bettsysteme

von Brinkhaus betten Ihren Körper himmlisch weich,
wie von Engeln getragen, durch die Nacht.
Wohlgefühl und Schlafkomfort, den man erlebt haben muss.
Ein Luxus, den man nie mehr missen möchte.

BETTENHANS

Betten Hans GmbH
Schütt 2
67433 Neustadt/Wstr.

Telefon 06321 - 26 81
www.betten-hans.de
info@betten-hans.de

Schön & Gut

Winterhaut

Wenn das Thermometer dauerhaft auf Winter zeigt, braucht die Haut besondere Aufmerksamkeit. Denn der Wechsel zwischen Kälte und Heizungsluft stresst die Haut und sie entwickelt spezielle Bedürfnisse. Ab einer Außentemperatur von acht Grad verlangsamen die Talgdrüsen ihre Produktion. Dann fehlen in der oberen Hornschicht Fette (Lipide), die sonst der Talg liefert. Als Folge davon wird die Haut trocken und der Säureschutzmantel rissig. Außerdem vermindert die Kälte die Durchblutung, Nährstoffe können nicht mehr durch die Gefäße geschleust werden. Die Haut wird rau.

Heizungsluft führt zu einer niedrigen Luftfeuchte im Raum. Das hat zur Folge, dass auch der Haut Wasser entzogen wird. Darum benötigen wir nun vermehrt Feuchtigkeit. Ganz abgesehen von dem billigsten und natürlichsten aller Schönheitsmittel, dem Trinkwasser, von dem wir auch im Winter zwei bis drei Liter zu uns nehmen sollten, benötigt die Haut auch Pflege von außen. Ideal für den Körper sind Feuchtigkeitsbinder wie Urea (Harnstoff) oder Panthenol, die den körpereigenen Schutzfilm und die Hautstruktur verbessern. Für das Gesicht ist Hyaluronsäure ideal. Sie saugt Feuchtigkeit auf wie ein Schwamm und gleicht somit den Feuchtigkeitsverlust der Haut wieder aus. Bei besonders trockener Haut hilft folgende Kombination: Tagsüber ein aufbauendes Öl-Serum mit Omega-3-Fettsäuren einmassieren, dann eine Tagescrème mit Lichtschutz und Hyaluronsäure auftragen. Abends empfiehlt sich eine Nachtpflege, die intensiv nährend ist.

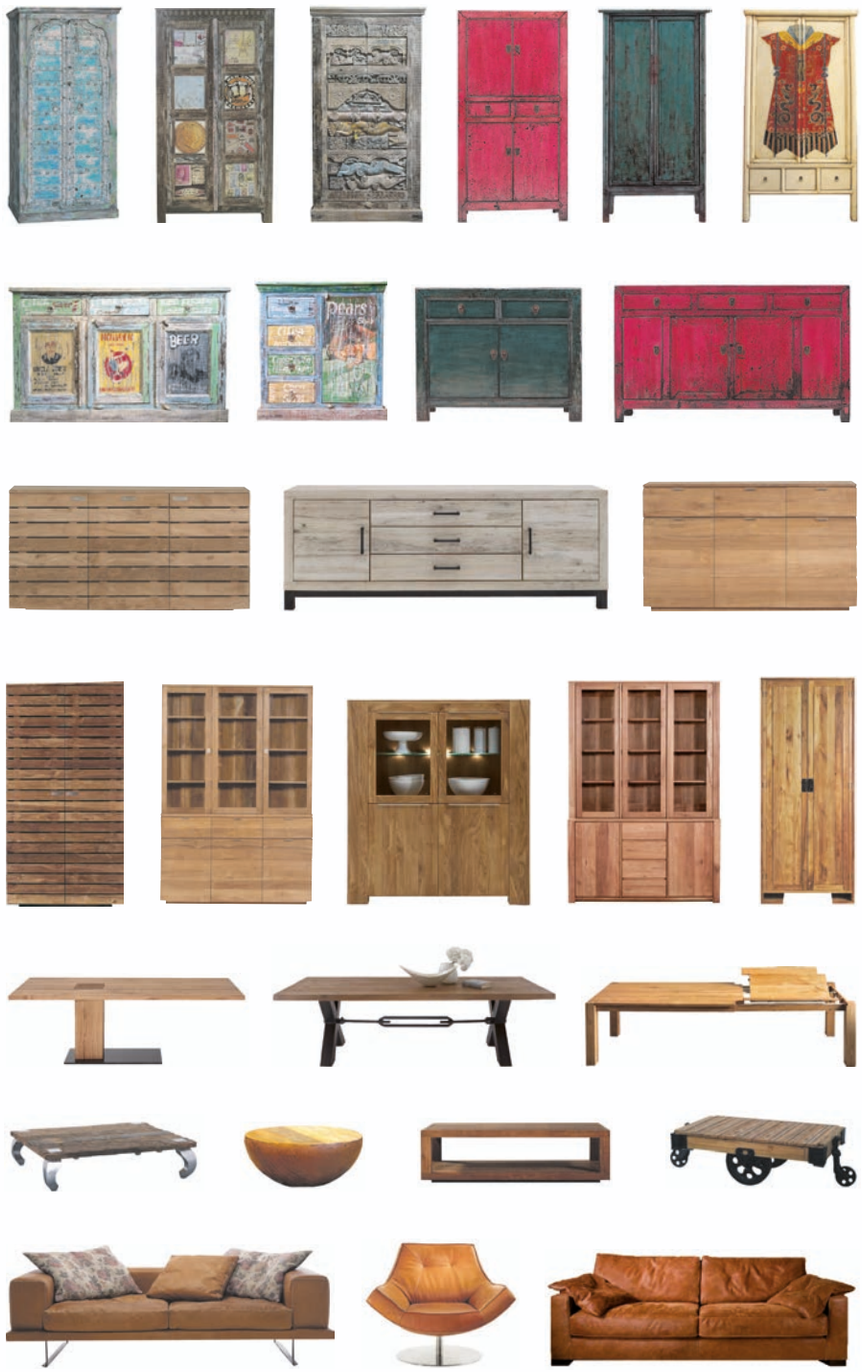
An den Wangen ist die Haut besonders kälteempfindlich. Bei Minusgraden helfen deshalb Kälteschutzcrèmes mit hohem Fettanteil. Besonders beim Skifahren sollte eine Kälteschutzcrème (Cold Cream) aufgetragen werden. Auch die Lippen benötigen jetzt eine Extraportion Pflege, da sie von der Kälte oft spröde und rissig sind. Mandelölsalbe ist eine intensiv fettende, weiche Salbe mit über 70 Prozent Ölanteil. Einfach bei Bedarf verwenden. Und: Nicht über die Lippen lecken – das trocknet sie aus.

Wannenbäder

Gegen alle Vorurteile trocknen Wannenbäder die Haut nicht aus, wenn man sich an wenige Regeln hält. Die Dauer des Bades sollte 15 bis 20 Minuten nicht überschreiten und die Wassertemperatur darf nicht höher als 39 Grad Celsius sein. Mit Badezusätzen aus Rosmarin, Latschenkiefer oder Fichtennadeln wärmt man den Körper zusätzlich und regt die Durchblutung an. Ölbäder pflegen die Haut sanft.

Wer seine Haut im Winter sanft und konsequent pflegt, bringt sie wohlbehalten in den Frühling.

Möbel Accessoires Lampen



Entdecke Dein Lieblingsstück!

Außergewöhnliche Möbel und trendige Accessoires rund ums Wohnen: Entdecken Sie Ihr Lieblingsstück auf über 2.500 m² in der alten Hildebrand'schen Mühle in Weinheim oder in unserer neuen Filiale im Rhein-Neckar-Zentrum Viernheim.

micasa
Internationale Wohnkultur

micasa Filialen:

Birkenauer Talstr. 4
69 469 Weinheim
Tel.: 06201/2909820
Mo-Fr 10-19h, Sa bis 18h

Rhein-Neckar-Zentrum
68519 Viernheim
neben Vodafone/Müller
www.micasa.de

beständig trendig

Frisuren teilen seit jeher etwas über die Persönlichkeit ihres Trägers mit. Vielen ist die Frisur ebenso wichtig, wenn nicht sogar von größerer Bedeutung, als die Kleidung. Ein perfekter Schnitt ist die Grundlage einer gut sitzenden und leicht zu pflegenden Frisur, die je nach Anlass auch veränderbar ist.

Die Salons von mod´s hair haben in ihren Reihen kreative Haarkünstler, die stets neue Trends entwickeln. Ganz ähnlich den Modedesignern entwickeln sie die Trends von morgen. Natürlich muss der modische Style jedoch den persönlichen Stil des Kunden unterstützen und vor allen Dingen zu Gesichtsform und den eigenen Haarmöglichkeiten passen. Mit einer kostenlosen, typgerechten Frisurenberatung beginnt die Arbeit der Stylisten in den beiden mod´s hair Salons in Neustadt und Landau. Damit der Kunde mit der neuen Frisur anschließend wirklich zufrieden ist, ist die entspannte Atmosphäre, in der er sich auf sich selbst konzentrieren kann und auch durchaus mal Neues wagen darf, ein wichtiger Faktor. Dazu gehört auch die moderne Ausstattung der Salons, die erst kürzlich nach einer gelungenen Renovierungsaktion die Kunden noch freundlicher und ansprechender willkommen heißen. Die Inhaber der beiden mod´s hair Salons in Neustadt und Landau, Daniel Correra und Jens Bulla, leben das Franchise-Konzept des französischen Salons mod's hair, zu dem eine hochwertige Ausstattung, perfekte Technik in Schnitt und Pflege und eine ausgesprochene Kundenorientierung gehören. Und das mit großem Erfolg: Schon zwanzig Jahre vertrauen die Kunden des Landauer Salons ihr Styling den mod´s hair Experten an und seit

Das mod´s hair Team in Neustadt

Das mod´s hair Team in Landau

15 Jahren verlassen sich die Kunden auf die Technik und das Können des Neustadter mod´s hair Teams. Für Jens Bulla und Daniel Correra ist es selbstverständlich, dass die insgesamt 25 Mitarbeiter der Salons in Neustadt und Landau nicht nur sehr sorgfältig ausgewählt werden, sondern auch regelmäßig an Schulungen teilnehmen.

Typisch für mod´s hair sind die eigene Pflegeserie und Farbtechniken sowie natürlich die selbst konzipierten Schnitte und Farben. Zweimal pro Jahr entwickelt mod's hair zuverlässig seit 1968 neue Frisuren und bestimmt damit Frisurentrends international.

Jeder mod´s hair Friseur beherrscht gleichermaßen die Techniken für den unverwechselbaren mod´s hair Look sowie die Kompetenz, jeden Schnitt typgerecht zu individualisieren. Dafür sorgen interne Schulungen, sowie Ausbildungen in den 16 internationalen Schulungszentren der Gruppe. Die trendigen mod´s hair Frisuren werden handwerklich gekonnt in den über 500 Salons weltweit und in rund 45 Salons in Deutschland umgesetzt. Die mod's hair eigenen Farbtechniken sorgen für den schonenden Umgang mit empfindlichem Haar und einen natürlichen Color-Effekt, der genau die gewünschte Wirkung des jeweiligen Schnittes unterstützt. Das Angebot der Salons in Neustadt und Landau wurde um Extensions Hair Dreams, das ist eine Echthaarverlängerung in sehr guter Qualität, erweitert. Zum Standardangebot gehören bereits seit Bestehen der Pfälzer Salons Wimpernfärben sowie Make-Up und Hochsteckfrisuren für besondere Anlässe wie Hochzeiten oder Abschlussbälle.

Der Neustadter Salon ist leicht zu finden, liegt er doch in zentraler City-Lage und der Landauer Salon liegt in unmittelbarer Nähe des Quartier Chopin.

Info:

Kontakt:
mod´s hair Neustadt
Schütt 8
67433 Neustadt an der Weinstraße
06321-385938

mod´s hair Landau
Ostbahnstraße 7
76829 Landau
06341- 84024

>> Der neue smart forfour.[1]
Der smart unter den Viersitzern.

Wer mit der Geschwindigkeit der Stadt mithalten will, braucht immer neue, intelligente Ideen. Zum Beispiel einen kompakten Viersitzer mit großzügigem Innenraum, 85°-Fondtüren für bequemeres Einsteigen und optionalen Sitzkissen, die sich ganz einfach im Fußraum der Rückbank versenken lassen. Oder innovative Assistenzsysteme für mehr Sicherheit sowie schlaue Lösungen für Infotainment, Navigation und Konnektivität. Der neue smart forfour. Der smart unter den Viersitzern. Jetzt mehr erfahren auf www.smart.com

Ihr Partner vor Ort:
Autohaus Falter GmbH
Autorisierter smart Verkauf und Service
Ferdinand-Porsche-Straße 18, 67269 Grünstadt
Tel. 0 63 59.89 06-0, Fax 0 63 59.89 06-111
Branchweilerhofstraße 18, 67433 Neustadt
Tel. 0 63 21.40 4-0, Fax 0 63 21.40 4-111
www.autohausfalter.de

smart – eine Marke der Daimler AG

[1]**Kraftstoffverbrauch: 5,8–4,8 l/100 km (innerorts), 4,0–3,8 l/100 km (außerorts), 4,7–4,2 l/100 km (kombiniert), CO_2-Emissionen (kombiniert): 108–97 g/km.** Die Angaben beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen den verschiedenen Fahrzeugtypen.

Anbieter: Autohaus Falter GmbH, Branchweilerhofstraße 18, 67433 Neustadt

AUTOHAUS falter GmbH

Autorisierter Mercedes-Benz und smart Verkauf und Service

Neustadt	Branchweilerhofstraße 123	06321/404-0
Grünstadt	Ferdinand-Porsche-Straße 18	06359/8906-0
Bad Dürkheim	Mannheimer Straße 57	06322/9521-0
Worms	Cornelius-Heyl-Straße 57	06241/842-0

www.autohausfalter.de

Mercedes-Benz

smart

Gesundheitstipps

tipp

Befreiung beantragen

Gesetzlich krankenversicherte Patienten können bei ihrer Krankenkasse eine Befreiung von der Zuzahlung zu Leistungen beantragen, sobald ihre finanzielle Belastung zwei Prozent des jährlichen Bruttoeinkommens (beziehungsweise ein Prozent bei chronisch kranken Patienten) überschreitet. Da die Bescheinigung jeweils nur für ein Kalenderjahr gilt, muss eine bisher geltende Zuzahlungsbefreiung neu für 2015 beantragt werden. Mit dem Zuzahlungsrechner auf dem Gesundheitsportal www.aponet.de lässt sich ermitteln, ob die entsprechende Belastungsgrenze schon überschritten wurde oder - bei chronisch kranken Patienten - im Laufe des Jahres überschritten wird. Darauf weist der Deutsche Apothekerverband (DAV) hin. Apotheken sind gesetzlich verpflichtet, die Arzneimittelzuzahlungen einzuziehen und an die Krankenkassen weiterzuleiten, wenn vom verordnenden Arzt kein Befreiungsvermerk auf dem Rezept eingetragen ist oder der Patient keinen entsprechenden Bescheid in der Apotheke vorlegen kann.
In Deutschland sind derzeit 7,5 Millionen Patienten bei ihrer Krankenkasse von der Zuzahlung befreit. Grundsätzlich von der Zuzahlung befreit sind Kinder und Jugendliche bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres. Volljährige Versicherte müssen dagegen grundsätzlich eine Zuzahlung an ihre Krankenkasse leisten, wenn sie Medikamente beziehungsweise Heil- und Hilfsmittel brauchen oder zum Beispiel Fahrtkosten, eine Krankenhausbehandlung oder Rehabilitationsmaßnahmen anfallen. Bei Arzneimitteln belaufen sich die Zuzahlungen auf zehn Prozent des Preises, mindestens aber fünf Euro und höchstens zehn Euro. Beträgt der Preis eines Arzneimittels weniger als fünf Euro, sinkt auch die Zuzahlung auf diesen Betrag. Pro Jahr summieren sich die Zuzahlungen für Arzneimittel in ganz Deutschland auf zwei Milliarden Euro. Die Apotheken sind darauf vorbereitet, Quittungen über Zuzahlungen auszustellen - einzeln oder als Sammelbeleg am Jahresende, wenn der Patient zum Beispiel eine Kundenkarte hat.

tipp

Das Wetter im März

Im März leiden viele Menschen unter Wetterfühligkeit und Frühjahrsmüdigkeit. Kaum liegt der Winter hinter uns und die Stimmung beginnt sich mit steigender Frühlingssonne aufzuhellen, da werden viele von einer unerklärlichen Wetterfühligkeit geplagt. Ihre Ursachen sind vielfältig und betreffen Menschen je nach Alter, Lebensstil und der Gegend, in der sie wohnen, höchst unterschiedlich. Meistens treten ihre Symptome ab Mitte März auf. Am häufigsten sind Klagen über eine bleierne Müdigkeit trotz ausreichender Schlafdauer. Hinzu kommen Antriebslosigkeit, Schwindelgefühle, Gereiztheit, Kopfschmerzen und Kreislaufschwäche, manchmal treten auch Gliederschmerzen auf wie bei einer Grippe. 40 Prozent klagen bei Wetterumschwüngen über Gelenkschmerzen, rund 30 Prozent über Gereiztheit und Konzentrationsstörungen. Plötzliche Wetterstürze können sogar einen Herzinfarkt auslösen. Darauf weist der Ganzheitsmediziner Dr. Rainer Brenke von der Hufelandklinik in Bad Ems hin. Eine Wetterfront könne dazu führen, dass sich bereits verengte Herzkranzgefäße durch ein Blutgerinnsel völlig verschließen und es damit zum Infarkt kommt. Herz- Kreislaufpatienten gehören deshalb zu den akut Gefährdeten bei Wetterstress. Bei häufigen Wetterumschwüngen hingegen leiden Wetterfühlige ganz besonders. Dabei gibt es starke regionale Unterschiede. Im Osten Deutschlands reagieren die Menschen besonders negativ auf stürmisches Wetter. In Bayern treten Beschwerden vor allem bei einer plötzlichen Erwärmung auf, wie sie für Föhn typisch ist. In Norddeutschland dagegen macht starker Temperaturabfall den Menschen am meisten zu schaffen. Unsere Vorfahren profitierten noch von der Fähigkeit, Wetteränderungen zu erspüren. Sie konnten durch dieses Frühwarnsystem rechtzeitig Schutz suchen, Vorräte einlagern und Besserung abwarten. Doch was früher nützlich war, ist für den Zivilisationsmenschen von heute zu einer Plage geworden. Für Wetterfühlige ist die Biowetterprognose ein Segen. Sie können so den lästigen Folgen vorbeugen. Zum Beispiel blutdrucksenkende Mittel etwas höher dosieren, wenn Kälteeinbrüche den Druck in den Gefäßen hochjagen. Oder sich leichter anziehen und mehr an die frische Luft gehen, um Wärme abzuleiten, wenn urplötzlich zu milde Luft einströmt.

20 Zahnärzte und 110 Praxis-Mitarbeiter.

Und was haben Sie davon?

Größe macht eben doch den Unterschied: Verlassen Sie sich auf individuelle zahnmedizinische Versorgung durch Fachspezialisten. Auf modernste Ausstattung und innovative Behandlungsmethoden. Auf Preisvorteile bei erstklassiger Qualität. Auf kurze Wege zum praxisinternen Zahntechniklabor. Kurz: auf umfassende Zahnkompetenz.

Jetzt Termin vereinbaren

Telefon:
0621 - 56 26 66

Montag bis Freitag:
7:00 – 21:00 Uhr
Samstag:
8:00 – 16:00 Uhr

DR. ROSSA
& PARTNER

Kompetenzzentrum für
moderne Zahnmedizin

Unsere Leistungen: Implantologie · Zahntechnik · Kieferorthopädie · Kinderzahnheilkunde · Ästhetische Zahnheilkunde · Allgemeine Zahnmedizin · Parodontologie · Endodontologie · Behandlung in Narkose

Dr. Rossa & Partner · Mundenheimer Straße 251 · 67061 Ludwigshafen · 0621 - 56 26 66 · mail@dr-rossa-partner.de · www.dr-rossa-partner.de

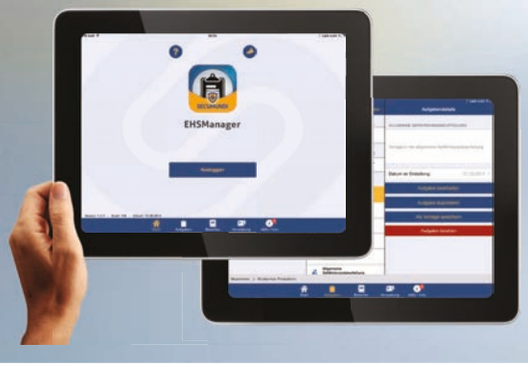
Vitaminmangel bei Diabetikern

Wer jeden Tag einen Apfel isst, braucht keinen Arzt. Das behauptet zumindest das alte englische Sprichwort *An apple a day keeps the doctor away* – Aber reicht die tägliche Obst- oder Gemüse-Portion tatsächlich aus, um auch verbreiteten chronischen Erkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck und Herzerkrankungen Paroli zu bieten? Wissenschaftler von der Gesellschaft für Biofaktoren (GfB) warnten anlässlich eines Symposiums in München: Eine Unterversorgung an einigen Vitaminen und Mineralstoffen tritt bei Menschen mit Diabetes oder Bluthochdruck häufig auf und kann das Voranschreiten dieser Erkrankungen mit ihren schwerwiegenden Folgen erheblich fördern.

„Eine Reihe dieser unverzichtbaren Stoffe sind sowohl in den Zucker-Stoffwechsels involviert als auch mit den Folgen seiner Störungen verbunden und daher für den Diabetiker von besonderer Bedeutung", betonte Professor Joachim Schmidt aus Dresden. Daher empfehlen Fachgesellschaften eine ausgewogene, vitamin- und mineralstoffreiche Ernährung mit fünf Portionen frischem Gemüse und Obst pro Tag. Untersuchungen zeigten aber, dass die Mehrzahl der Diabetiker diese Empfehlungen nicht annähernd erreicht. Er-

Arbeitsschutz Apps
Mobile Anwendungen für Arbeitsschutz

SECUMUNDI



- Reduzierter Aufwand für Aufgaben und Arbeitsprozesse
- Durchgängig digitale Datenerfassung und Auswertung
- Standardisierte und automatisierte Dokumentation

Mehr Infos unter www.secumundi.com

SECUMUNDI SECUMUNDI KRAN PRÜFER LEITER PRÜFER ROLLTOR PRÜFER STAPLER PRÜFER

schwerend kommt hinzu, dass der Bedarf an einigen Mikronährstoffen krankheits- und medikamentös bedingt auch noch deutlich ansteigen kann.

So sind Patienten mit Diabetes oder Bluthochdruck häufig von einem Magnesiummangel betroffen. „Große Studien haben gezeigt, dass hierbei die Ergänzung von Magnesium sowohl die Blutzucker- als auch die Bluthochdruckeinstellung verbessern kann", berichtete Professor Klaus Kisters aus Herne.

Auch das Vitamin B1 spielt eine zentrale Rolle im Zucker-Stoffwechsel. Doch gerade Patienten mit Diabetes weisen um bis zu 76 Prozent niedrigere Vitamin B1-Spiegel auf als Gesunde", führte Dr. Alin Stirban aus Neuss aus. Dieser Mangel fördert wiederum die Folgeerkrankungen des Diabetes wie Nervenschäden - die diabetische Neuropathie - und Gefäßkomplikationen. „Es ist deshalb verständlich, wieso die Behandlung mit Vitamin B1 oder Benfotiamin, eine für den Körper besser verfügbare Vorstufe des Vitamins B1, in der Therapie der diabetischen Neuropathie Anwendung gefunden hat", sagte Dr. Stirban. Studien zeigten, dass Benfotiamin die Symptome der Neuropathie wie Kribbeln, Schmerzen und Taubheit in den Füßen lindern kann.

B-Vitamine könnten auch im Hinblick auf das erhöhte Demenz-Risiko des Diabetikers von Bedeutung sein: So beobachtete man bei Morbus Alzheimer erniedrigte Vitamin B1-Konzentrationen im Gehirn. Das hat offensichtlich eine Auswirkung auf die Zucker-Verwertung, die gerade in den von der Alzheimer-Erkrankung betroffenen Hirnarealen deutlich herabgesetzt ist.

Auch die Versorgung mit Vitamin B12, Vitamin D und Zink ist bei Diabetiker häufig unzureichend und mit möglichen negativen Folgen für den Verlauf der Erkrankung verbunden. Die Gesellschaft für Biofaktoren appelliert daher, dieser Problematik mehr Aufmerksamkeit zu schenken und einen Mangel gezielt auszugleichen.

Franka Meuter
Praxis für ästhetische Zahnheilkunde

Spezialisiert auf:

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

Vereinbaren Sie jetzt Ihren Beratungstermin

☎ 06322 4007

Behandlungszeiten
Mo - Do 8.00 - 12.30 | 13.30 - 19.00 Uhr
Fr 8.00 - 12.30 | 13.30 - 17.00 Uhr

67157 Wachenheim | Römerweg 28
www.dentista-pfalz.de

Kindergartenkinder schlucken die meisten Antibiotika

Kindergartenkinder sind die Spitzenreiter im Antibiotika-Verbrauch: 41 Prozent der Vier- bis Sechsjährigen erhielten im vergangenen Jahr Antibiotika – so das Ergebnis einer bundesweiten und repräsentativen Forsa-Umfrage im Auftrag der DAK-Gesundheit. Bei der Gesamtaltersgruppe der 0- bis 18-Jährigen sind es nur knapp 30 Prozent, die Antibiotika einnahmen.

Laut Umfrage bekamen 37 Prozent der Vier- bis Sechsjährigen Antibiotika bei Bronchitis, 29 Prozent bei Mittelohrentzündung und 27 Prozent bei Erkältung. Beschwerden, bei denen solche Wirkstoffe nur in Ausnahmefällen sein müssen. „Bei Virusinfekten sind etwas Gelassenheit und gegebenenfalls eine kurzfristige Schmerzmittelgabe sinnvoller als Antibiotika", sagt Dr. Michael Freitag, Facharzt für Allgemeinmedizin und Mitglied des wissenschaftlichen Beirats der DAK-Gesundheit. „Darüber sind aber viele Eltern nicht ausreichend informiert." Dazu komme der Druck, dass viele Kinder möglichst schnell wieder in den Kindergarten oder die Schule gehen sollen, insbesondere wenn beide Eltern voll berufstätig sind.

In erster Linie sind die Ärzte für die Verordnung von Antibiotika verantwortlich. Aber auch die Einstellung der Eltern spielt eine Rolle: 17 Prozent der Befragten erwarten ein Antibiotikum bei Infektionskrankheiten. „Aufklärung ist entscheidend", so Freitag. „Wenn noch mehr Eltern wüssten, dass es durchaus normal sein kann, dass ein Kleinkind bis zu zehn Infekte pro Jahr durchmacht und diese in den allermeisten Fällen innerhalb einiger Tage folgenlos vorübergehen, dann würde auch die Nachfrage nach Antibiotika sinken."

Positiv: Die meisten Eltern halten sich an die Einnahmehinweise. Nur jeweils sieben Prozent stoppen die Gabe vorzeitig oder reduzieren eigenmächtig die Dosis, wenn es ihrem Kind besser geht. „Die richtige Einnahme ist entscheidend für den Behandlungserfolg", erklärt Freitag. „Wer Antibiotika zu früh absetzt, riskiert einen Rückfall. Außerdem steigt dann das Risiko, dass die Erreger Resistenzen gegen die Medikamente entwickeln."

Hörsysteme - jetzt Messe-Neuheiten testen

Zwei führende Hersteller liefern sich ein Kopf-an-Kopf-Rennen mit neuen, intelligenten Hörgeräte-Funktionen.

Einmal im Jahr findet der internationale Hörakustiker-Kongress statt. Vom 19. - 21. Oktober traf sich die Hörgerätebranche in Hannover. Der Kongress ist eine Kombination aus Fachvorträgen und Europas größter Hörgerätefachmesse. Alle führenden Hörgeräte-Hersteller zeigen hier ihre Neuheiten. Die beiden Hörakustikmeister Andreas Speckert und Georg Collofong haben sich drei Tage lang vor Ort umgesehen und dabei die Spreu vom Weizen getrennt.

Welche besonderen Neuheiten wurden gezeigt?

Neben kleinen Verbesserungen oder Produktergänzungen bei den meisten Ausstellern haben zwei der größten Hörgeräte-Hersteller neue Chip-Plattformen auf den Markt gebracht. Dies ist immer von großer Bedeutung, da sich damit die Leistungsfähigkeit von Hörgeräten erhöht und neue Funktionen realisiert werden können. Dies hat einen positiven Nutzen für die Hörgeräte-Träger.

Messe-Innovationen im Überblick

1. Leistungsfähigkeit verdoppelt

Ein Hersteller hat die Anzahl der Transistoren auf einem Hörgeräte-Chip von 20 auf 40 Millionen erhöht! Dies hat erfreuliche Folgen. Zum einen konnte der Stromverbrauch um bis zu 30% gesenkt werden und gleichzeitig wurde die Situationserkennung des vollautomatischen Hörprogramms auf bis zu 7 verschiedene Umgebungen verfeinert. Von nun an sind auch besonders laute Situationen, Gespräche im Auto und das Verstehen im Wind deutlich erleichtert.

2. Noch kleinere Hörsysteme

Obwohl Design und Größe der Hörsysteme weiter optimiert wurden, sind die technischen Möglichkeiten gewachsen.

Das neue Phonak Audéo Venture noch kleiner, noch leistungsfähiger (Quelle: Phonak)

Mittlerweile bieten die meisten Hersteller auch in den kleinsten Hörgeräte-Bauformen eine Funkverbindung an. Selbst ein Programm-Knopf konnte in die besonders kleine und beliebteste Bauform integriert werden. Dies zeigt die ungebrochene Innovationskraft der Hersteller.

Siemens Ace binax - binaurale Kopplung der 3. Generation (Quelle: Siemens)

3. Kommunikation zwischen beiden Hörsystemen

Der Mensch hat zwei Ohren - diese tauschen auf dem Weg ins Gehirn das Gehörte aus. Hörgeräte tun dies zunehmend auch. Dies geschieht per Funk. Somit können beide gemeinsam entscheiden, was die richtige Strategie für ein entspanntes Hören ist. Der dafür nötige Rechenaufwand ist enorm und einige der neuen Funktionen können erst mit der neuen Hörsystem-Generation realisiert werden.

4. Zubehör fürs Telefon und Fernsehen

Auch im Zubehörbereich gibt es Weiterentwicklungen. Hier findet man immer einfachere Möglichkeiten der Ankopplung der Hörsysteme an das Telefon zu Hause, ans Fernsehen, das Mobiltelefon oder den MP3 Player.

neue Lösung der Anbindung von Zubehör mit der Siemens easyTek (Quelle: Siemens)

Vorbei sind somit die Zeiten, in denen das Hörgerät herausgenommen werden musste, um alternativ mit einem extra Kopfhörer zu hantieren.

Alle neuen Systeme funktionieren auch hier kabellos - per Funk.

klein & flexibel - kabellose Anbindung von TV & Telefon an die Hörgeräte (Quelle: Phonak)

Welchen Nutzen haben Menschen mit einer Hörminderung davon?

Gerade in den akustisch anspruchvollsten Situationen - in extrem lauter oder halliger Umgebung oder bei starkem Wind - kann nun ein deutlich besseres und entspannteres Hören erreicht werden. Viele Kunden werden dieses Plus an Hörqualität schätzen.

Inhaber & Hörakustik-Meister Andreas Speckert am Messe-Stand

Sind Sie neugierig geworden?
Wir haben die Messe-Neuheiten bereits mit Erfolg angepasst und suchen noch weitere Interessenten zum Testhören.

Testhörer gesucht!

Tel. 06321 / 87 99 005
Hauptstr. 94 | 67433 Neustadt
(direkt an der Stiftskirche)
www.hoergeraete-speckert.de

HÖRGERÄTE COLLOFONG & SPECKERT
Hören erleben.

HOTEL-RESTAURANT
ST. MARTINER
CASTELL *** S

Rustikales Haus voll Atmosphäre
im Herzen von St. Martin.

Wir wünschen unseren Gästen ein
schönes Osterfest.

An Karfreitag verwöhnen wir Sie mit verschiedenen Fischgerichten und über Ostern mit einer Auswahl an verschiedenen Menüs, auch ist ein Speisen nach der Karte möglich.

Tischreservierung empfohlen.
Dienstag: Restaurant Ruhetag.

Maikammerer Straße 2
67487 St. Martin · Telefon: 06323-9510
www.hotelcastell.de

concours international de chronométrie Le Locle
2013 Excellence et Précision
TISSOT.CH

TISSOT
LEGENDARY SWISS WATCHES SINCE 1853

JUWELIER
Rehn
LANDAU • FUSSGÄNGERZONE
☎ 0 63 41 / 91 91 10

Beweg Dich!

Die guten Vorsätze vom Silvesterabend schwirren noch im Kopf herum. Gesünder will man leben, mehr Sport treiben auch. Und wie jedes Jahr bleibt es nach gut gemeinten, doch kläglichen Anläufen beim Vorsatz. Dass es gar nicht so schwer ist, einen gesünderen Lebensstil mit mehr Sport zu kombinieren, belegen immer mehr Wissenschaftler. Bewegung heißt das Heilmittel. Dabei ist es gar nicht so wichtig, dass man sich in Höhen des Leistungssports begibt oder eine teure Ausrüstung anschafft, schweißtreibende Massenkurse belegt oder zeitraubende Trainingseinheiten mühsam in den knappen Terminkalender presst. Zu erreichen ist ein positiver Effekt auf den allgemeinen Gesundheits- und auch Gemütszustand schon mit Spazieren gehen oder laufen.

Dabei ist nicht von Marathon oder Triathlon, noch nicht einmal unbedingt von Joggen die Rede, wobei diese sportlichen Aktivitäten davon keineswegs ausgeschlossen sind. Nein, es sind Wanderungen, tatsächliche Spaziergänge oder Walken, die schon – wenn sie regelmäßig betrieben werden und nicht nur einmal im Monat – eine Steigerung des Wohlbefindens und der körperlichen Konstitution zur Folge haben. Auch der Gang zum Briefkasten, zum Bäcker, zur Arbeit, zur Schule zählen bereits dazu.

Natürlich ist es das Herz-Kreislauf-System, das vordergründig am meisten profitiert, wenn das Herz schneller pumpt, die Körpertemperatur steigt und Dutzende von Botenstoffen in Kopf und Glieder strömen. Wohlstandskrankheiten wie Diabetes mellitus und Bluthochdruck können nicht nur präventiv sondern sogar therapeutisch mit Bewegung behandelt werden. Sport hält die Arterien gesund und bewahrt so vor Infarkten und Schlaganfällen. Außerdem wird der Blutzuckerspiegel in Balance gehalten, so dass weniger bis keine Medikamente in einigen Fällen notwendig waren, wie Tests bewiesen. Aber auch im Gehirn entstehen neue Nervenbahnen. Krankes Gewebe heilt und neue Zellen wachsen heran. Sogar Erbsubstanz soll laut Wissenschaft repariert werden. Die Mechanismen, die Sport im Körper los tritt, sind so vielfältig und komplex, dass Mediziner sie bis heute nur zu einem Bruchteil verstanden haben. Auch das breite Spektrum seiner Heilkraft können sie nur erahnen. Eines aber wird ihnen mit jeder neuen Erkenntnis bewusster: Bewegung ist eine hocheffektive Therapie, die gegen weitaus mehr Krankheiten hilft, als sie bisher wussten. Lange bekannt ist, dass Sport die Muskulatur kräftigt. Wer sich viel bewegt, ist weniger anfällig für Verspan-

nungen und spannungsbedingte Kopfschmerzen, und er schützt sein Skelett bis ins hohe Alter vor Brüchen. Denn auch die Knochensubstanz profitiert vom Sport: Studien zeigen, dass äußere Krafteinwirkungen die Zellen des Knochenmarks anregen, neues Gewebe zu produzieren. Jede Kraft, die ein Muskel erzeugt, wirkt auch auf den Knochen, mit dem er verbunden ist. Dabei verformt sich der Knochen leicht – und das setzt innere Aufbauprozesse in Gang. Dieter Felsenberg, Leiter des Zentrums für Muskel- und Knochenforschung der Charité in Berlin rät dazu, zweimal die Woche intensives Krafttraining zu betreiben. Auch Tanzen sei gut, denn Tänzer hätten sehr feste Knochen, sagt Felsenberg.

Relativ neu sind die Forschungen auf dem Gebiet der Beziehung zwischen Bewegung und Psyche. Man ahnte schon längst, dass bewegte Menschen ausgeglichener und zufriedener sind. Nun ist der Psychologe Johannes Michalak der Verzahnung von Körperhaltung und emotionalem Zustand auf der Spur. Er fand heraus, dass das bewusste Einnehmen von Körperhaltungen Einfluss auf die Stimmungslage haben kann. In einer Reihe von Tests ließ er Probanden in verschiedenen Laufhaltungen Botschaften unterschiedlichen Inhalts lernen. Sie erinnerten sich an die positiven Botschaften, die man ihnen in aufrechter und straffer Haltung mitgeteilt hatte, besser und wiederholten die negativen Botschaften, die sie in schlurfender, depressiver Haltung aufgenommen hatten. Die Frage ist: Kann diese körperliche Intervention auch depressiven Patienten helfen? Forscher von der Medizinischen Hochschule Hannover lähmten mit Botox-Injektionen die Zornesfalte an der Stirn von depressiven Menschen. Tatsächlich hellte sich sechs Wochen nach der Behandlung bei 60 Prozent der Behandelten die Stimmung deutlich auf. Und jüngst wies Johannes Michalak nach, dass aufrechtes Sitzen eine Depression lindert und Kauern dazu führt, sich eher negative Sätze zu merken.

Wer sich also bewusst bewegt, kann etwas für sich tun. Wobei exzessives Trainieren meist mehr schadet als hilft und ein Spaziergang immer noch kein Allheilmittel und Garant für ein ewiges Leben darstellt.

▪ 70 Sportarten unter einem Dach
▪ große Auswahl auf 2500 m² ▪ günstige Preise

DECATHLON
SPORT FOR ALL - ALL FOR SPORT

KEINE VERSANDKOSTEN MIT CLICK + COLLECT

1 EINFACH
Bequem von zu Hause auf www.decathlon.de bestellen

2 SCHNELL
In der Filiale abholen, wann immer Sie möchten

3 KOSTENLOS
Versandkosten und Zeit sparen

DECATHLON Neustadt · Louis-Escande-Str. 30 · 67433 Neustadt · Mo - Sa 9 - 20 h

Für Prävention ist immer *der richtige Zeitpunkt*

Ende Oktober 2014 hat das Bundesministerium für Gesundheit den Entwurf eines Gesetzes zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention (kurz PrävG) vorgelegt. Nach Angaben des Ministeriums soll mit Hilfe des Gesetzes eine Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention vor allem im Bereich von Kindertagesstätten, Schulen, Betrieben und Pflegeeinrichtungen erreicht werden. Zudem sollen soziale Ungleichheiten von Gesundheitschancen vermindert und Krankenkassenleistungen in dem Bereich Früherkennung weiterentwickelt werden.

Um die Ziele des Gesetzesentwurfes zu erreichen, sollen Krankenkassen ab dem Jahr 2016 jährlich einen Betrag von mindestens sieben Euro pro Versicherungsnehmer für Zwecke im Bereich Prävention ausgeben. Von dem Gesamtbetrag entfallen zwei Euro auf Leistungen zur betrieblichen Gesundheitsförderung. Ebenfalls zwei Euro sollen für Leistungen zur Prävention in frühkindlichen und weiterführenden Bildungsstätten fließen. Die jährliche Gesamtsumme für die Präventionszwecke im Sinne des PrävG wird auf 500 Millionen Euro geschätzt. Ebenfalls Inhalt des Gesetzes ist das Anheben der Altersgrenze für Gesundheitsuntersuchungen im Kinder- und Jugendalter auf die Vollendung des 18. Lebensjahres.

Das Gesetz, im Besonderen aber die Umsetzung des Gesetzes, soll von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung koordiniert und kontrolliert werden. Die Sozialversicherungsträger, Träger privater Pflege-Pflichtversicherungen und private Krankenversicherer sind in den Entscheidungsprozess rund um das Gesetz mit einbezogen.

Unter den Oberbegriff Prävention fallen verschiedene Maßnahmen zur gesundheitlichen Vorsorge, die in verschiedene Zeitabschnitte gegliedert werden. Die primäre Prävention, oder auch Vorbeugung, soll Krankheiten vorwirken, also bereits die Entstehung von Krankheiten verhindern. Klassische Ansatzpunkte der primären Prävention sind Krankheitsbilder, die gemeinhin als Volkskrankheiten bezeichnet werden und nicht angeboren sind. Prominente Vertreter sind beispielsweise Diabetes Typ 2, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, aber auch einige psychische Störungen wie Depressionen.

Die sekundäre Prävention, oder auch Früherkennung, hat zur Aufgabe, bereits erkannten Krankheitsbildern schnellstmöglich therapeutisch entgegenzuwirken. Die Abgrenzung der sekundären zur primären Prävention ist nicht immer eindeutig zu bestimmen. Nimmt man das Beispiel einer Untersuchung zur Darmkrebsfrüherkennung, würde das Entfernen von Befunden, die als Vorstufe einer Krebserkrankung diagnostiziert werden, als pri-

märe Prävention, also Krankheitsvermeidung verstanden werden. Falls die Untersuchung jedoch eine bereits eingetretene Krebserkrankung im Frühstadium nachweisen kann, dann würde man von einer sekundären Prävention im Sinne einer Krankheitsfrüherkennung sprechen.

Die tertiäre Prävention greift nach dem Ausbruch einer Krankheit und soll die Folgen der Erkrankung, sowie einen Rückfall, oder eine Verschlimmerung, verhindern.

Eine Befragung (International Health Policy Survey) des US-amerikanische Commonwealth Fund aus dem Jahr 2014 hat in elf unterschiedlichen Ländern, darunter auch Deutschland, Patienten im Alter 65 plus zur ihren Erfahrungen mit ihrem jeweiligen Gesundheitssystem befragt. Ergebnis der Studie ist, dass alle untersuchten Länder aufgrund demografischer Entwicklungen ähnliche gesundheitspolitische Herausforderungen erwarten. Mehr als 90 Prozent der befragten Patienten gaben an, mit der Betreuung durch ihren Arzt sehr zufrieden zu sein. Das deutsche Gesundheitssystem kann, so die Befragung, auch im Bereich der Gesundheitsförderung in den Arztpraxen punkten.

Wie Annette Widmann-Mauz, Parlamentarische Staatssekretärin beim Bundesministerium für Gesundheit, anlässlich eines internationalen Symposiums des Commonwealth Fund anmerkte, sei die Befragung und die daraus erwachsene Studie Beweis, „dass unser Gesundheitssystem gut aufgestellt und patientenorientiert ist." Gleichzeitig würde aber auch deutlich, „wie wichtig in einer älter werdenden Bevölkerung eine gut koordinierte Versorgung ist - von der Prävention über die Behandlung bis zur Nachsorge, von der Rehabilitation bis hin zur Pflege." Die Gesundheitsförderung in der Arztpraxis sei, so Widmann-Mauz, „effektiv", denn „die Menschen hören auf den Arzt ihres Vertrauens. Mit dem Präventionsgesetz werden wir die Rolle der Ärzte bei Prävention und Früherkennung noch weiter stärken."

Jens Wacker

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit, AOK Bundesverband

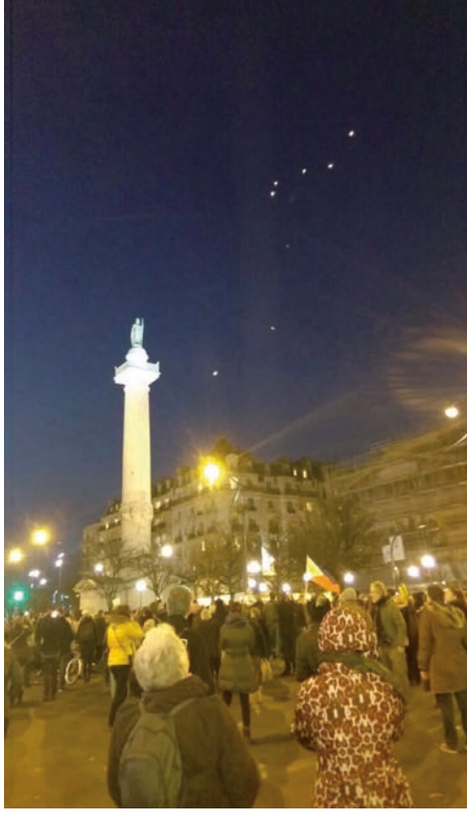
Zahnarztpraxis Lotze
Zentrum für Funktionsdiagnostik & -therapie

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 ernsten 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 - 30 35 0



Je suis Charlie

Je suis Charlie

Je suis Charlie

Nach dem Attentat auf die Redaktion des Satiremagazins Charlie Hebdo in Paris trafen sich Millionen Menschen zu einer überwältigenden Solidaritätsbewegung. Manche nutzten den 11. Januar für einen Schweigemarsch. Die meisten Teilnehmer demonstrierten friedlich für ihre Meinungsfreiheit und gegen Hass und Gewalt. Sylvie Breidenbach betreibt in Neustadt die Boutique La Laine. Sie ist gebürtige Pariserin und lebt seit vielen Jahren in Deutschland. Trotzdem war es ihr wichtig, an diesem Tag an der Demonstration in ihrer Heimatstadt Paris teilzunehmen.

Chili: Wie war die Stimmung während der Demonstration?

Sylvie: Ich empfand die Demonstration als eine friedliche, kreative und engagierte Versammlung von Menschen unterschiedlichster Herkunft. Unglaublich schnell – denn zwischen den schrecklichen Ereignissen und der Demo lag nicht viel Zeit - hatten sich Gruppen zusammengeschlossen, die mit Witz und Idee Plakate vorbereitet oder durch Kostüme ihre Meinung zum Ausdruck gebracht haben. Alle wollen sich durch Worte wehren und das spürte man deutlich. Das Wort und nicht die Gewalt standen im Vordergrund. Es gab Papier und Stifte, um sich auszudrücken und seine Emotionen zu beschreiben oder zu skizzieren. Der Stift wurde ja ohnehin zum Symbol der Bewegung.

Chili: Wer hat demonstriert? Gab es Kundgebungen oder glich die Demo eher einem Schweigemarsch mit großer Betroffenheit?

Sylvie: Es kamen Menschen jeglicher Herkunft und aus allen gesellschaftlichen Schichten. Sie

brachten ihre Kinder, Freunde und Verwandte mit. Tatsächlich fanden sich Menschen zusammen, die sich schon lange nicht mehr gesehen hatten und die Stimmung wurde sogar fröhlich, voller Stärke und Solidarität. Der erste Teil der Demo glich wohl einem Schweigemarsch der Betroffenen und Angehörigen. Sie waren auch diejenigen, die tatsächlich durch die Straßen gingen. Alle anderen blieben relativ statisch an ihrem Platz, da es durch die unglaubliche Menge der Menschen kaum ein Durchkommen gab. Kundgebungen habe ich nicht gesehen. Doch gab es viele solidarische Rufe und Applaus für den Trauermarsch der Polizisten – aber friedlich und in keinster Weise aggressiv.

Chili: Demonstrationen haben eine starke Tradition in Frankreich. Unterschied sich diese Demo von den anderen?

Sylvie: Ja, tatsächlich ist Demonstrieren etwas ganz normales in Frankreich. Man wächst sozusagen damit auf. Je nach Thema der Demonstration können diese durchaus auch in Krawalle oder zumindest in aggressive Stimmung umschwenken. Normalerweise schließen die Geschäfte und Bistros an der Demonstrationsstrecke aus Angst vor Vandalismus. Während der Demo am 11. Januar hatten jedoch alle Bistros geöffnet. Die Menschen saßen in den Cafés und diskutierten miteinander. Es war – ich kann es nur wiederholen – friedlich und fast wie eine Familienfeier.

Chili: Haben die Ereignisse die Franzosen näher zusammengebracht?

Sylvie: Im Moment würde ich das bejahen. Wie lange jedoch das Gefühl andauert, kann ich nicht sagen. Ich habe gehört, wie über das französische Lebensgefühl, die Stärken Frankreichs und der Franzosen gesprochen wurde und darüber, dass wir uns auf unsere Werte besinnen und diese dem übersteigerten Konsumdenken entgegensetzen müssen. Wie lange diese Gedanken präsent sind, kann niemand sagen.

Chili: Empfinden die Pariser nun ein Gefühl der Unsicherheit?

Sylvie: Ja, aber nicht erst seit den Attentaten!

Business English Training
Dina Schüle

"Do you need English for your job?"

Improve your communication skills in key areas of international business.

Verbessern Sie Ihre Kommunikationsfähigkeiten für die entscheidenden Bereiche des internationalen Geschäftslebens.

tailor-made one-to-one courses through needs analysis

maßgeschneiderter Einzelunterricht nach Bedarfsanalyse

weekly group courses

wöchentlich Gruppen

costs, program and more information:
www.dse-englishtraining.de

Dina Schüle
LCCI qualified trainer

Maximilianstraße 21
67433 Neustadt
mobile 0174 / 4 06 85 92
dina.schuele@arcor.de
www.dse-englishtraining.de

©Chili - Die Werbemacher

Sie haben etwas mitzuteilen.
Wir verschaffen Ihnen Gehör.

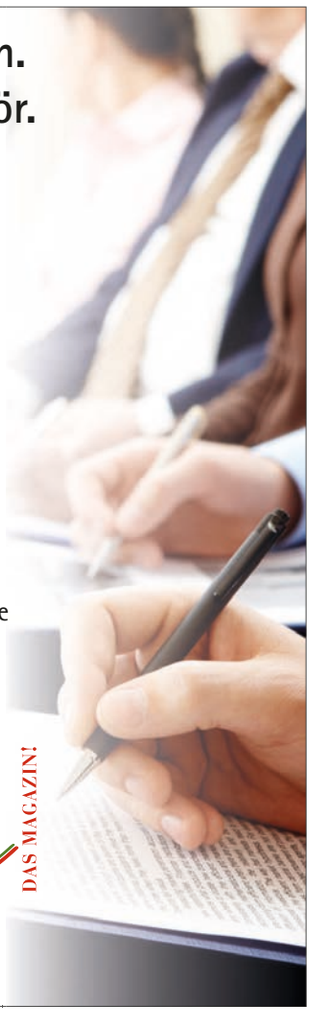
Effektive Pressearbeit ist gar nicht so einfach. Oder doch?

In unseren Seminaren und Workshops vermitteln wir Ihnen sowohl Grundlagen als auch gezielte Vertiefungen rund um das Thema Umgang mit der Presse.

- Pressearbeit für Einsteiger und Profis
- Pressemitteilungen, die gelesen werden
- Strategisches Themensetting

Marketing:
Keine Werbung kostet Sie ein Vermögen!

- PR Konzepte für Einsteiger und Fortgeschrittene
- Ihr Werbematerial



Chili

Chili - Die WerbeMacher GmbH
Maximilianstr. 21 67433 Neustadt a.d. Wstr.
0 63 21 - 890 09 00 www.chili-dasmagazin.de

Englische Seite

The right time ... for the right tense!

One of the key aspects of learning a language is without doubt learning grammar, especially the different time forms. As grammar is actually in every sentence you want to say or write, the basic point is to learn the grammar topic in context when choosing the right form of the present, past or future. It goes without saying that having the right vocabulary available is absolutely essential, but if the goal should be to speak fluently and accurately, it is important to know something about the grammatical structures and functions, too. However, don't focus on rules too much. Due to the fact that the English grammar is full of exceptions, they should more or less be seen as guidelines.

Let's start with the present tense. Keep in mind that the present time in English can be expressed in two ways – either using the present simple or the present continuous form . The **present simple is** the most frequent verb form in English. It is used to give general facts or to describe things that are always true, such as:

New York City is composed of five boroughs.

It takes the moon 27.3 days to go around the earth once.

I always go to work by car.

In contrast to this, the **present continuous** describes an event that takes place over a time period. The most common function refers to actions happening now and around now. Let's think of example sentences in this tense:

James is very busy, he's working on an important project at the moment.

We're having lunch right now, could you please call back later?

Look outside, the sun's shining.

Apart from that, the same tense is used to talk about fixed arrangements in the near future:

I'm meeting Heidi at eight. We're going out for dinner.

I'm flying home tonight.

There are several ways to talk about the time ahead in English. What is the most natural way to say it? In case you want to express spontaneous ideas and decisions made now, at the time of speaking, then use the **will-future.**

Are you hungy? Come in and sit down. I'll get you something to eat.

I haven't got time to do that now. I promise I'll do it later.

It's cold in here. I'll better close the window.

Let's have a look at another form of the future. In case you want to talk about intensions and decisions, you've already made about actions in the future, then use the **going to-future.**

Info:

Kontakt:
Dina Schüle
Business English Trainer
Maximilianstraße 21
67433 Neustadt
mobile 0174-4068592
www.dse-englishtraining.de

The company is going to launch this product next month.

We're going to travel to New York at Easter.

I'm going to tell you something about our latest product range.

The same form is also common in spoken English when making predictions about the future on what you can see now:

Look, how well they're playing today. I'm sure they are going to win the game.

He's not happy at work. I guess he's going to quit his job.

The right use of the different tenses is not always easy, especially when it comes to the **present perfect**. Although this tense is a tense of the present, it has a strong connection to the past. It looks back from the present to past events. It is for example used to talk about recent changes:

The euro has fallen against the dollar.

He's just left the office. Could you please call again tomorrow?

It is also used to describe unfinished events and situations up to the present or in connection with "ever" and "never":

I haven't been to Shanghai yet.

Are you sure you've never watched an American sitcom?

The right use of the past simple is much easier. This tense is used to tell facts about an action completed in the past. Finished. Over.

I checked the figures very carefully last week.

I'm sorry, I wasn't in the office when you called yesterday.

Basically, it is much more important that it sounds natural what you're saying, rather than following grammar rules. Real learning comes with a lot of input. Therefore, a good way to learn the language is to listen to people speaking and practice as much as possible. Watch movies, read magazines or books and your mind will start to understand *subconsciously*. And don't forget - native speakers make mistakes as well – now and then!

subconsciously = im Unterbewusstsein

FRISCH IN DEN FRÜHLING –

MIT DEM KLIMASERVICE BEI DEN VOGEL AUTOHÄUSERN.

Schluss mit Kratzen – der Frühling hält Einzug und damit auch alles was blühlt und unsere Nasen und Augen reizt. Beugen Sie vor! Nur durch regelmäßige Wartung und Reinigung der Klimaanlage ist ein konstanter Luftdurchsatz gewährleistet und alle Filtersysteme funktionieren einwandfrei. Sorgen Sie für Ihren Durchblick und ein angenehmes Wohlfühlklima in Ihrem BMW. Der Klimaservice hilft außerdem durch kürzere Einschaltzeiten Kraftstoff zu sparen und beseitigt unangenehme Gerüche. So kann der Frühling kommen!

Nutzen Sie nun unseren Original BMW Klimaservice Klima Clean

- Sichtprüfung und Desinfektion der Klimaanlage.
- Beseitigung von Bakterien, Pilzen und Verunreinigung.

günstiger Aktionspreis
49,00 EUR

VOGEL Autohäuser
Persönlichkeit verbindet!

Firmensitz/BMW Service
Harthausen, Speyerer Straße 90, Tel. 06344 9484-0
Landau, Am Schänzel 6, Tel. 06341 9484-0
Germersheim, Hafenstraße 4, Tel. 07274 9484-0
Zwingenberg, Direkt an der A5, Tel. 06251 7099-0
info@vogel-autohaus.de, www.vogel-autohaus.de

Buchtipp:

Wind aus West mit starken Böen

Info:

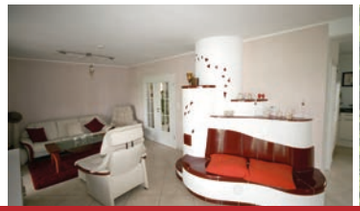
Wind aus West mit starken Böen
Dora Heldt
DTV
ISBN 978-3-423-26019-8

Was passiert, wenn man mit Ende Vierzig den Mann trifft, der mit Anfang Zwanzig die ganz große Liebe war? Katharina sieht gut aus, hat einen tollen Job, einen netten Lebensgefährten, eine schöne Wohnung und ist erfolgreich. Aber glücklich ist sie nicht. Dafür hat sie ihr Leben zu sehr unter Kontrolle. Als sie zufällig der Vergangenheit begegnet, wird sie mit sich selbst konfrontiert.

Dora Heldt setzt in ihrem neuen Roman auf bewährte Szenarien. Sylt als Kulisse ist ergiebig im Lokalkolorit, den Personen und der Stimmung. Es geht um Selbstfindung in den Vierzigern nach jahrelangem Alltag in geübter Selbstverständlichkeit. Eine leichte Lektüre, die mit Heiterkeit ein gesellschaftliches Phänomen beackert: die Suche nach dem Ich, wenn man eigentlich schon alles hat.

Vermittlung von Immobilien
zum Kauf und zur Miete.

F. Neitzer Immobilien



Ritterbüschel 16 a • 67435 Neustadt • Tel. 06327-969075 • info@neitzer-immobilien.de • www.neitzer-immobilien.de

©Chili - Die Werbemacher

Fiat mit EXPO MILANO 2015

DER NEUE FIAT 500X

JETZT BESTELLEN!

DER NEUE FIAT 500X.

Der urbane Crossover verbindet Stil und Substanz perfekt miteinander und setzt sich in der Stadt genauso sicher durch wie im Gelände.

Kommen Sie jetzt zu uns und sichern sich als einer der Ersten Ihren neuen Fiat 500X. Wir beraten Sie gerne.

#THEPOWEROFX

FIAT

simply more

Kraftstoffverbrauch (l/100 km) nach RL 80/1268/EWG: kombiniert 6,4–4,1. CO_2-Emissionen (g/km): kombiniert 147–109.

Ihr Fiat Händler:

AUTO RABER

www.autohaus-raber.de

GmbH & Co. KG
Nachtweide 14-16,
67433 Neustadt, Tel.: 06321-130150, info@autohaus-raber.de

Augen-Blick-Mal

Innovationsindex

Rheinland-Pfalz nimmt im Vergleich der Regionen der Europäischen Union in Sachen Innovationspotenzial einen Platz im vorderen Viertel ein. Wie das Statistische Landesamt Rheinland-Pfalz auf Basis von Berechnungen des Statistischen Landesamtes Baden-Württemberg berichtet, lag Rheinland-Pfalz im Jahr 2014 auf Rang 15 der insgesamt untersuchten 80 europäischen Regionen und ist gegenüber der Berechnung von 2012 acht Plätze nach oben gerückt. Unter den Top 20 befinden sich neun deutsche Bundesländer, wobei Rheinland-Pfalz im Binnenvergleich Rang acht belegt. Innovativste Regionen europaweit sind Baden-Württemberg und Bayern, gefolgt von der Region Ile de France, die weitgehend dem Großraum Paris entspricht.

Innovationen sind im globalen Wettbewerb für rohstoffarme Volkswirtschaften eine der grundlegenden Voraussetzungen für Wachstum, Beschäftigung und Wohlstand. „Mit dem Innovationsindex liefern unsere Stuttgarter Kollegen eine wichtige Datengrundlage für die Politik zur Gestaltung von Rahmenbedingungen für Innovation sowie für die Wirtschaft zur Auswahl geeigneter Forschungs- und Entwicklungsstandorte", erklärt der Präsident des Statistischen Landesamtes Rheinland-Pfalz, Jörg Berres. Die föderal organisierte Statistik leiste in Deutschland einen wichtigen Beitrag zur regionalen Betrachtung von Wirtschaft, Gesellschaft und Staat.

In den Innovationsindex fließen Daten zu Ausgaben und Personal im Bereich Forschung und Entwicklung, zur Erwerbstätigkeit in industriellen Hochtechnologiebranchen, wissensintensiven Dienstleistungen und wissenschaftlich-technischen Berufen sowie Patentanmeldungen beim Europäischen Patentamt ein.

Unser Dorf hat Zukunft

Innenminister Roger Lewentz hat in Mainz den Startschuss für den Landeswettbewerb 2015 im Wettbewerb *Unser Dorf hat Zukunft* gegeben. Damit startet der zweite Landeswettbewerb im Wettbewerbsturnus 2014/2015 hin zum Bundesentscheid 2016. Die Anmeldefrist für den diesjährigen Landeswettbewerb endet am 11. März 2015. Bis zu diesem Zeitpunkt müssen die teilnehmenden Ortsgemeinden ihre Bewerbungsunterlagen bei der zuständigen Kreisverwaltung eingereicht haben.
„Der Landeswettbewerb Unser Dorf hat Zukunft zählt zu den bedeutendsten und aktivsten Bürgerinitiativen in Rheinland-Pfalz. Bei den Wettbewerben 2011 und 2012 zum Bundesentscheid 2013 hatten sich in Rheinland-Pfalz 484 Ortsgemeinden beteiligt. Allein die hervorragende Beteiligung zeigt die Aktualität dieses Wettbewerbes", so Minister Lewentz

Die notwendige Auseinandersetzung mit aktuellen Themen wie beispielsweise dem Leerstand von Gebäuden, der Sicherung der Grundversorgung, der Erarbeitung von Energiekonzepten oder die Einbeziehung von Menschen mit Beeinträchtigung müsse in den Ortsgemeinden unter Beteiligung der Dorfgemeinschaft stattfinden. Alle in den Gemeinden Verantwortlichen sollten durch den Wettbewerb motiviert werden, die individuellen Ausgangsbedingungen – Stärken und Schwächen, Chancen und Risiken – ihres Ortes zu bestimmen. Darauf aufbauend könnten Perspektiven für das Dorf gemeinschaftlich entwickelt und die Eigenkräfte gestärkt werden.

Der Wettbewerb fördere darüber hinaus das bürgerschaftliche Engagement, die Mitwirkungsbereitschaft in Vereinen, Arbeitskreisen, Gruppen oder Organisationen, die Verantwortung übernehmen und Ideen entwickeln, so der Minister. „Der Wettbewerb bietet die Gelegenheit aktiv an der Gesamtentwicklung des Dorfes mitzuwirken", betonte Lewentz.

Neben den mit insgesamt 4.000 Euro dotierten Sonderpreisen für vorbildliche Initiativen und Maßnahmen zur Stärkung der Innenentwicklung unserer Dörfer in der Haupt- und der Sonderklasse werde seit dem Landeswettbewerb 2014 auch ein Demografiepreis Dorferneuerung ausgelobt. Mit diesem Preis sollen beispielgebende Initiativen und Projekte prämiert werden, die zur Gestaltung des demografischen Wandels beitragen. Die Prämierung erfolgt im Landesentscheid mit einem Preisgeld in Höhe von 2.000 Euro.

Weitere Informationen zum Wettbewerb findet man unter:
http://isim.rlp.de/staedte-und-gemeinden/dorferneuerung/wettbewerbe/

1/1 PVA

Augen-Blick-Mal

Soziale Ungleichheit

Eine schockierende Zunahme sozialer Ungleichheit stellte die Entwicklungsorganisation Oxfam im Vorfeld des Weltwirtschaftsforums in Davos fest. Im Hintergrundpapier Wealth. *Having it all and wanting more* beschreibt Oxfam den Prozess der Umverteilung von unten nach oben und zeigt, dass bei anhaltendem Trend bereits 2016 das reichste Prozent der Weltbevölkerung mehr als die Hälfte des Weltvermögens besitzen wird. Eine weitere Berechnung zeigt, dass das Vermögen der 80 reichsten Menschen sich zwischen 2009 und 2014 verdoppelt hat und sie genauso viel besitzen, wie die ärmeren 50 Prozent der Weltbevölkerung zusammen.

Beeindruckende Zahlen

680
Maximale Anzahl der Füße, die ein Tausendfüßler haben kann

5
Prozentualer Anteil aller weiblichen Nobelpreisträger. Marie Curie war 1903 die erste Frau, welche einen Nobelpreis erhielt. Seit dessen Einführung bekamen 762 Männer und nur 40 Frauen den begehrten Preis.

342
Anzahl der Kondome, die in Deutschland jede Minute verbraucht werden.

55.100.000
Geschätzte Zahl der Todesopfer im Zweiten Weltkrieg.

33
Durchschnittliches Alter in Jahren von Frauen bei ihrer Eheschließung.

9.808.358
Anzahl der Ziffern, der größten je errechneten Primzahl.

33
Anzahl der Bergsteiger, die am Matterhorn als vermisst gelten.

Neuer Gästerekord im Tourismus

Der rheinland-pfälzische Tourismus verzeichnete im Zeitraum von Januar bis Oktober 2014 ein Rekordergebnis bei den Gästezahlen. Nach Angaben des Statistischen Landesamtes in Bad Ems übernachteten nahezu 8,1 Millionen Gäste im Land, das waren 1,9 Prozent mehr als in den ersten zehn Monaten des Vorjahres. Das sehr gute Ergebnis aus dem Jahr 2011 - damals fand die Bundesgartenschau in Koblenz statt - wurde um fast 10.000 Gäste übertroffen. Die Besucher blieben jedoch im Durchschnitt etwas kürzer und buchten gut 21,8 Millionen Übernachtungen; das waren 0,7 Prozent mehr als in der Zeit von Januar bis Oktober 2013.

Vier der neun Tourismusregionen - Rheintal, Mosel-Saar, Eifel, Pfalz - wiesen eine positive Entwicklung des Gäste- und Übernachtungsaufkommens aus. Dagegen nahmen in Rheinhessen, an der Ahr und im Naheland zwar die Besucherzahlen zu, die Übernachtungen gingen jedoch zurück. In den Gebieten Westerwald-Lahn und Hunsrück waren beide Werte rückläufig, wobei der Hunsrück von einem starken Nachfragerückgang, insbesondere in der Region um den Flughafen Hahn, betroffen war.

Ein höheres Gäste- und Übernachtungsaufkommen als im Vorjahreszeitraum wurde im Campingtourismus, in Pensionen, in Hotels, in den großen Ferienzentren sowie in Ferienhäusern und Ferienwohnungen registriert. Die Hotels garnis, die Privatquartiere und gewerblichen Kleinbetriebe, die Vorsorge- und Rehabilitationskliniken sowie die Erholungs-, Ferien- und Schulungsheime wiesen zwar ein erhöhtes Gästeaufkommen aus; die Übernachtungszahlen gingen hier jedoch zurück. Gasthöfe sowie Jugendherbergen, Hütten und ähnliche Einrichtungen verzeichneten ein Minus bei Gästen und Übernachtungen.

Nahezu 6,3 Millionen Übernachtungsgäste aus Deutschland besuchten Rheinland-Pfalz. Das waren 2,3 Prozent mehr als im Zeitraum Januar bis Oktober 2013. Die Zahl ihrer Übernachtungen lag bei fast 16,5 Millionen und stieg damit um 0,6 Prozent. Dazu kamen mehr als 1,8 Millionen Gäste (plus 0,6 Prozent) aus dem Ausland, die über 5,3 Millionen Übernachtungen buchten (plus ein Prozent).

In der nächsten Ausgabe:

Der Redaktionsschluss für die Ausgabe April/Mai 2015 ist der 15. März. Ab dem 9. April 2015 liegt Ihr *Chili* wieder an allen bekannten Verteilerstellen. Eine Liste unserer Verteilerstellen finden Sie unter www.chili-dasmagazin.de/verteilerstellen

Frühlingshafte Ideen

Chili DAS MAGAZIN!

Anzeigenleitung

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

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

Chefredaktion
Ira Schreck

Verlags- und Redaktionsanschrift
Maximilianstraße 21
67433 Neustadt/Weinstraße
Telefon 0 63 21 - 89 00 90-0
Telefax 0 63 21 - 89 00 90-50
redaktion@chili-dasmagazin.de
www.chili-dasmagazin.de

Grafik/Layout
Thamar Wendler
grafik@chili-dasmagazin.de

Titelbild
Fotolia.de © Rosario Rizzo

Fotos
Ira Schreck, Karl Jotter www.jotter.de
Seite 16 Fotolia © sv_photo
Seite 18 Fotolia © aerogondo
Seite 20 Fotolia © pressmaster
Seite 22 Fotolia © WavebreakMediaMicro
Seite 24 Fotolia © apops
Seite 28 Fotolia © groisboeck
Seite 30 Fotolia © Uwe Rieder
Seite 34 Fotolia © Marcin Chodorowski
Seite 35 Fotolia © asmakar
Seite 42 Fotolia © Barbara Pheby
Seite 44 Fotolia © Simone Andress
Seite 45 Fotolia © HLPhoto
Seite 46 Fotolia © Rob Byron
Seite 47 Fotolia © fahrwasser
Seite 58 Fotolia ©

Autoren
Ira Schreck, Jens Wacker

Anzeigengestaltung
Anja Klein, Thamar Wendler

Der Zusatz ©chili-Die WerbeMacher GmbH in den von uns abgedruckten Anzeigen bezieht sich auf die Gestaltung der Anzeigen und nicht in allen Fällen auf die in den Anzeigen enthaltenen Fotos, Slogan 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 Druck- und Medien-Dienstleitungen GmbH
Industriestraße 15
76829 Landau/Pfalz
www.pva.de

Kolumne:

Der eigene Anspruch

Vera Birkenbihl arbeitete als Kommunikationstrainerin. Sie setzte sich in ihrem Leben und ihrer beruflichen Tätigkeit mit vielen Dingen auseinander: Lernen, Humor, Konfliktbewältigung, Motivation. Die Liste ließe sich noch fortsetzen. Sie forschte und fand Prinzipien der menschlichen Handlungen und entwickelte Strategien zum Umgang mit diesen. Birkenbihl dozierte in ihrer sehr eigenen Art und war eine angesehene und erfolgreiche Trainerin. Einer ihrer wiederkehrenden Programmpunkte befasste sich mit der Relation zwischen Anspruch, Erwartung und Realität. Ihrer Meinung nach trifft die Realität sehr selten ungebremst auf den Menschen. Zwischen Mensch und Realität befinden sich nach Birkenbihl´scher Theorie mehrere Filter, die eine direkte Konfrontation zunächst verhindern. Einer dieser Filter ist die eigene Erwartungshaltung. Diese entsteht durch Anspruch, Erfahrung oder beispielsweise durch Wunschdenken.

Beispiel: Man bucht eine Reise in seine Traumstadt, die man nur aus Büchern, Reiseberichten und Erzählungen kennt. Dort angekommen, trifft man jedoch auf bröckelnde Häuserfassaden, die so gar nicht idyllisch und pittoresk wirken wollen, unfreundlichen Service statt lässiger Höflichkeit, überteuerte Cafés, in denen der Genuss nicht so recht aufkommen will, und zu allem Unglück herrscht auch noch schlechtes Wetter statt tiefblauem Himmel. Was passiert? Man ist enttäuscht. Die Realität steht im beschriebenen Fall im krassen Gegensatz zur Wunschvorstellung, doch kann man es der Realität ankreiden? Nein, natürlich nicht.
Beispiele dieser Art ließen sich noch seitenweise anführen. Besonders häufig entstehen Enttäuschungen, die wir mit unseren Mitmenschen erleben, immer dann, wenn wir uns den Mensch zurecht denken oder wünschen. Wir erwarten etwas – weil wir es glauben, sehen zu können -, was der andere vielleicht gar nicht in sich trägt oder aber nicht oder zurzeit nicht für uns übrig hat: Intelligenz, Mitgefühl, Interesse, Humor, Hinwendung. Kommt nicht die entsprechende und erwartete Reaktion auf eine Frage oder Situation, so stellt sich das Gefühl großer Enttäuschung ein. Besonders Freunden vergibt man bei enttäuschter Erwartungshaltung nicht so leicht. Was tun? Den Anspruch an eine Freundschaft herunter schrauben? Bestimmt nicht. Das hieße ja seine eigenen Prinzipien zu verraten und macht zudem auf die Dauer sicherlich nicht glücklich. Dann bleibt nur, den Anspruch an denjenigen zu reduzieren, den man mit dem Anspruch beschwert hat. Die rosarote Brille abzusetzen, hilft ebenfalls bei der Beurteilung von Menschen, Umständen oder eben Traumstädten. Statt auf seinem Anspruch und seiner Erwartung zu beharren, sollte man lieber der Realität eine Chance geben und die Dinge nehmen, wie sie sind. So wie mit dem oben erwähnten Beispiel der bröckelnden Häuserfassaden. Wenn alles nicht passt, nimmt man es zur Kenntnis - und nicht persönlich - und zieht weiter. Das ist besser fürs Gemüt. Und macht auch keine Falten!

Jetzt NEU
bei uns:

MARC AUREL

NICE CONNECTION

MARGITTES

MILESTONE

MARCCAIN

PRINCESS
Goes Hollywood

CAMBIO

BASLER

RIANI

ABRO

NYDJ

alle Marken
in den Größen
34 bis 46

wohs
feminine classic

hetzelgalerie 2 · 67433 neustadt · 0 63 21 - 48 93 48 · www.wohs.de

montags bis freitags 9.30 -19 Uhr, samstags 9.30 -16 Uhr; auch (Abend-)Termine nach Vereinbarung möglich.

NEUSTADT
AN DER WEINSTRASSE

Neustadt lädt zum Entdecken ein:

von 13-18 Uhr
verkaufsoffener Sonntag
29. März 2015

Unbedingt vormerken:

14./15. März 2015
im Saalbau

Schlemmen auf natürliche Art:
Erstmalig präsentieren wir Ihnen den

SLOW FOOD-GENUSSMARKT

Slow Food® Deutschland e.V.

von 11-18 Uhr

Michel'scher Hof und Marktplatz sind Schauplatz der Begegnungen mit feinen Produkten und handwerklich erzeugten Lebensmitteln rund um das

BÜRGERSTIFTUNG lebenswerte Stadt
NEUSTADT AN DER WEINSTRASSE

Brunnenfest am Marktplatz von 12-18 Uhr

Bild: Melanie Grabner

Willkomm
Gemeinschaft e.V.
Neustadt an der Weinstraße

Bild: www.Fotolia.de, © Sergey Nivens

Im Weinstraßenzentrum präsentieren

Neustadter Autohäuser

ihre Frühjahrskollektion

auf dem Parkplatz des
Globus Baumarktes
von 11-18 Uhr

Kostenloser Shuttle-Busverkehr (P+R)

von 11 bis 19 Uhr im 10-Minuten-Takt
zwischen Innenstadt (Haltestelle Busbahnhof), Gewerbegebiet „Weinstraßenzentrum" (Haltestelle Globus) und Louis-Escande-Straße (Haltestelle Decathlon)

Änderungen vorbehalten

WIRTSCHAFTS-ENTWICKLUNGSGESELLSCHAFT Neustadt an der Weinstraße mbH
Büro: Badstubengasse 8 / Klemmhof
Post: Marktplatz 1
67433 Neustadt an der Weinstraße
Tel. 0 63 21 - 89 00 920
Fax 0 63 21 - 89 00 92 99
www.weg-nw.de

Infos unter:
www.willkomm-neustadt.de
und www.neustadt.eu