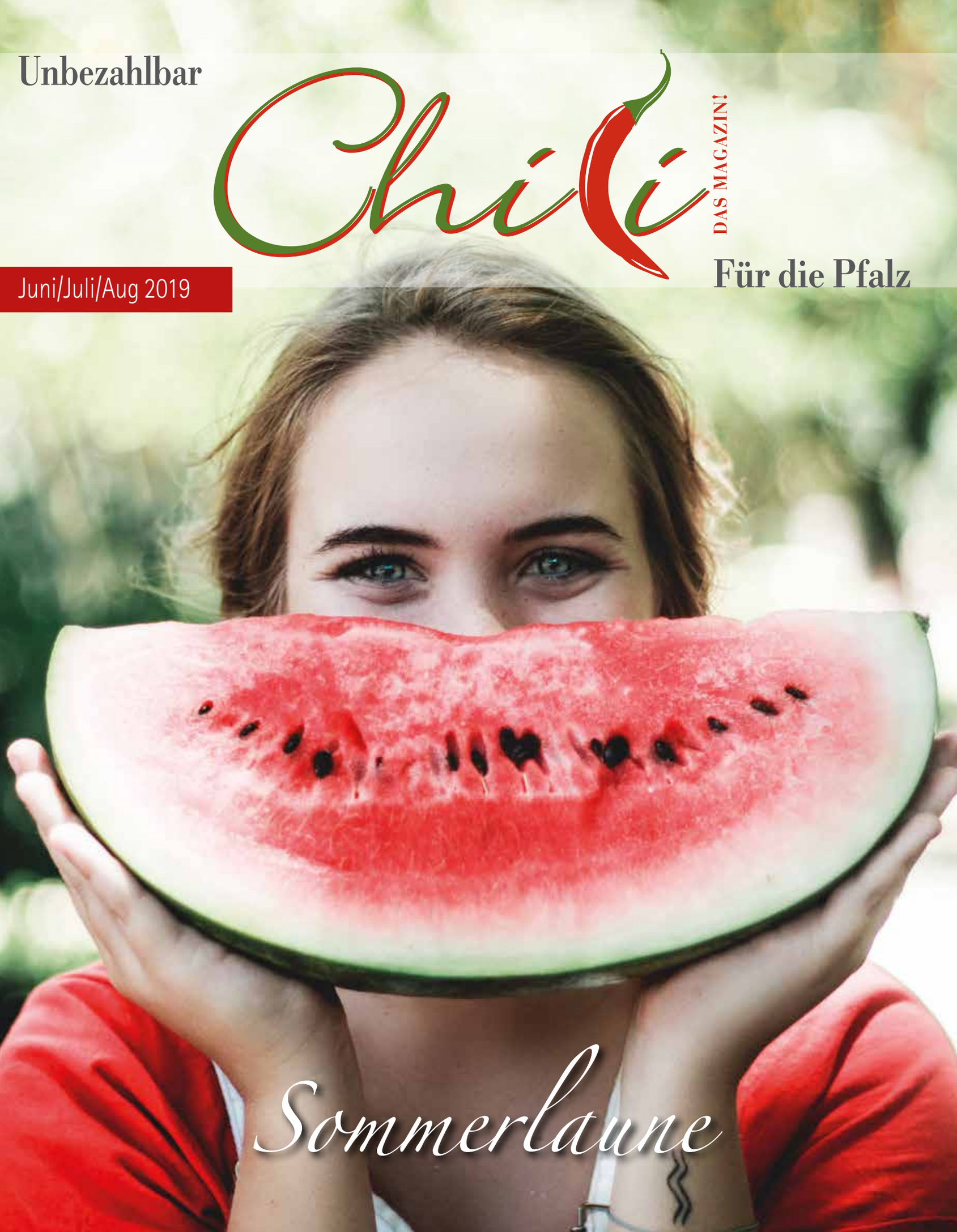
Unbezahlbar

Chili

DAS MAGAZIN!

Für die Pfalz

Juni/Juli/Aug 2019



Sommerlaune

Sommernachtsfest

am 13. Juni 2019, ab 17 Uhr

im toskanischen Garten des Kosmetikinstituts Ilona Nebel in Neustadt-Geinsheim

Kleine Überraschungs-päckchen warten auf Sie!

In einer mitreißenden Modenschau:
Sommermode, Bademode, Accessoires, Schmuck, Taschen und die passende Brille

Musikalisches Highlight
mit Gaststar
Mark Selinger

- **Hartmann Optik, Edenkoben,** präsentiert die neue Sonnenbrillenkollektion.
- **fa1, Landau,** zeigt die schönsten Modelle der aktuellen Bademode.
- **Apart Textil, Gommersheim,** macht Lust auf frische Farben und Dessins mit ihren Outdoorkollektionen.
- **Weingut Destillerie Jürgen Heußler, Rhodt,** lädt Sie ein, Gin mal ganz anders zu erleben
- **Kosmetik Nebel** präsentiert die neuen Körperbehandlungen. Lust auf volle Lippen? Jetzt mit neuer Technik.
- **QMS** zeigt die News zu Anti-Aging Behandlungen.
- **Malu Wilz:** Lassen Sie sich kostenlos von einem Profi-Visagisten ein neues Sommer-Make-up zaubern.
- Die **Soroptimisten** kümmern sich um Ihren Gaumen. Der Erlös aus dem Verkauf geht an sozial schwache Frauen und Kinder.

Eintritt: 10,- Euro

(wird bis zum 30. September 2019 auf eine Kosmetikbehandlung ab einem Wert von 99 Euro angerechnet)

Limitierter Kartenverkauf bei Kosmetik Nebel, Hartmann Optik, fa1. Kartenbestellung per Mail unter kontakt@kosmetik-nebel.de oder telefonisch unter 06327-4871

ILONA & CHRISTIN NEBEL
HAUS FÜR SCHÖNHEIT & WOHLBEFINDEN

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

BRILLEN-GALERIE UND KONTAKTLINSEN-STUDIO
HARTMANN optik

APART MANUFAKTUR EDLER TEXTILIEN SEIT 1964

fa 1 Feine Dessous seit 1997

Heußler Weingut Destillerie Jürgen Heußler

Chili DAS MAGAZIN!

Sommerlaune

Liebe Leser.

Nimm´s leicht, sei unkompliziert und lass dich treiben. So könnte das Sommerlaunenmotto lauten. Blauer Himmel, Wärme und lange, laue Abende zum Genießen. Urlaubsfeeling stellt sich ein und man nimmt etwas Tempo raus – was nicht zuletzt auch den Temperaturen geschuldet ist. Nicht immer gelingt es, sich dem Sommer hinzugeben und von kühlem Frühjahr auf Sommer umzuschalten. Da helfen unsere Gute Laune Sommertipps. Wenn die Hitze gar unerträglich erscheint, dann stehen zahlreiche Freibäder zur Verfügung, die immer wieder ein breites, durchaus auch unterscheidbares Angebot bereithalten. Wer gar zu gerne jetzt in Urlaub fahren würde, aber auf die nächsten Ferien noch warten muss, dem senden wir auf unseren Seiten ein paar Urlaubsgrüße unserer Leser, die uns mit schönen Impressionen schon mal Lust auf die Ferne machen. Natürlich haben wir auch Tipps aus der Geschäftswelt, wie man sich den Sommer versüßen kann und ganz besonders die Neustadter Unternehmer laden in ihre Stadt ein.

Der Sommer ist und bleibt eine lässige Zeit, in der es viel zu entdecken gibt. Man muss nur vor die Türe gehen...

Herzlichst
Ira Schreck
Chefredakteurin

Apropos

INHALTSVERZEICHNIS

EinBlick

14 Sommerlaune
16 Gute-Laune-Tipps
26 Urlaubsbilder
54 Schwimmen und Badeseeen

modisch

22 Style & Wine Part 3 bei mod's hair
40 Fashion-Fehler.
Das lässt sie alt aussehen

Wohnlich

24 Holz. Die Schönheit der Natur
44 Wir schaffen Lieblingsplätze
48 Farben, Muster, Qualität: Bassetti!

Willkomm-Spezial

32 Die Willkomm Gemeinschaft lädt ein:
Entdecken Sie Neustadt

Gesundheit

50 Stiche ernst nehmen
52 Die sportliche Sommerzeit

KulTour

60 Ulysses, eine Griechenkomödie in Dänemark
62 Sommernachtsfest
76 Kenner der Pfalz als Botschafter der Region

einPfalzReich

64 Der große, praktische, saubere SUV mit Mitsubishi

Tierisch

66 Tierische Hitzestrategien

natürlich

68 Wie entsteht ein Regenbogen

Kulinaria

70 Rezepte - für den Sommerabend
72 Gesunde Sommersnacks

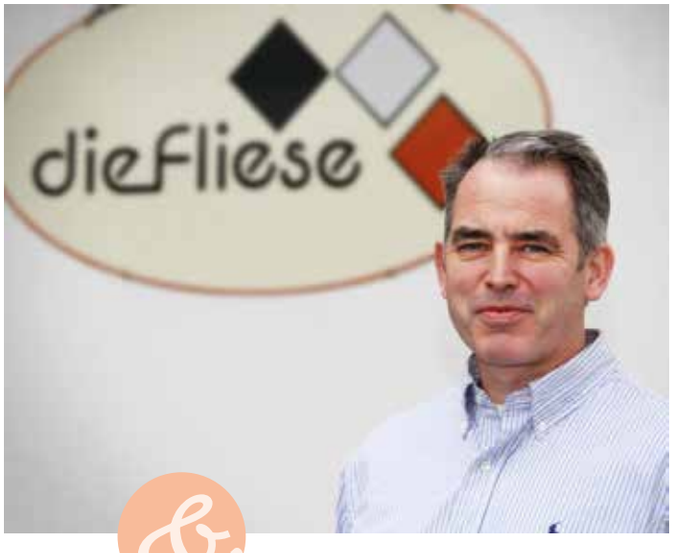
erLesen

74 Kommentar
78 Kurze Geschichte: Einfach mal nichts tun
80 Buchtipp
82 Kolumne: Mehr als Müll in der Tonne

Standards

3 Apropos
4 Inhalt
6 Impressionen
12 kurz notiert
81 AusSchau
81 Anzeigenberatung
82 Impressum

Aus Handel



Fachspezifische Baubetreuung

Der Fliesenleger-Meister und öffentlich bestellte und vereidigte Sachverständige Ralf Bißoir bietet als Service-Erweiterung eine fachspezifische Baubetreuung und Beurteilung ausgeführter Arbeiten. Nach dem Wegfall der Meisterpflicht im Jahre 2004 kann jeder als Fliesenleger selbständig arbeiten. Das hat zur Folge, dass es für den Laien sehr schwierig zu erkennen ist, ob er einen qualifizierten und seriösen Fliesenverlegebetrieb beauftragt hat.

Mit einem fachlichen Blick von Beginn an können so mancher Baufehler, teure Korrekturen und Ärger vermieden werden. So helfen Erfahrung und Fachkompetenz schon bei der Planung, Fliesenbilder in ihrer Gesamtheit stimmig zu planen und zu realisieren. Unsichtbare Fehler wie mangelnde Abdichtungen, die erst im Nachhinein Schaden anrichten, werden vermieden. Langfristig führen fachgerechte Arbeiten zu einer großen Kundenzufriedenheit, die sich auszahlt.

Kontakt

Die Fliese
Ralf Bißoir e.K.
Moltkestraße 19
67433 Neustadt
06321-48269-1 oder -2
www.diefliese.com

Bewerbung für KfW Award Gründen 2019 ab sofort möglich

Nachwuchsunternehmen können sich ab sofort bis zum 1. August 2019 auf www.kfw-awards.de für den *KfW Award Gründen 2019* der KfW-Bankengruppe bewerben, der von der Investitions- und Strukturbank Rheinland-Pfalz (ISB) unterstützt wird, welche auch ein Jurymitglied stellt. Die KfW Bankengruppe zeichnet alljährlich im Rahmen der Deutschen Gründer- und Unternehmertage (deGUT) 16 junge Unternehmen aus. Teilnehmen können Start-ups aller Branchen, die ab dem 1. Januar 2014 gegründet beziehungsweise m Rahmen einer Nachfolge übernommen wurden. Als Preisgeld stehen insgesamt 35.000 Euro bereit.

Die Auszeichnung wird am 17. Oktober 2019 im Bundesministerium für Wirtschaft und Energie in Berlin vergeben. Die 16 Landessieger erhalten je 1.000 Euro, der aus ihrem Kreis ermittelte Bundessieger ein zusätzliches Preisgeld von 9.000 Euro. Weiterhin wird ein Sonderpreis Social Entrepreneurship vergeben, er ist mit 5.000 Euro dotiert. Unter allen Siegern, die sich am Abend der Preisverleihung vorstellen, vergibt das Auditorium einen Publikumspreis (5.000 Euro zusätzliches Preisgeld).

Die Gewinner sind vom 17. bis 19. Oktober 2019 nach Berlin eingeladen, Hotelaufenthalt und Besuchsprogramm inklusive. Bei der Veröffentlichung ihrer Erfolgsgeschichte unterstützt sie eine PR-Agentur.

Bei der Auswahl wird Wert gelegt auf innovative und nachhaltige Geschäftsideen mit gesellschaftlichem Nutzen. Maßgeblich ist auch, wie umweltbewusst die Unternehmensidee umgesetzt ist und ob Arbeits- und Ausbildungsplätze geschaffen oder erhalten werden.

Wirtschaft

Grünes Licht für E-Scooter in Deutschland

Paris hat es vorgemacht. Bereits seit einem Jahr rollen so genannte Elektro-Tretroller (E-Scooter) durch die französische Hauptstadt. Laut der französischen Verkehrsministerin, Elisabeth Borne, seien aktuell circa 15.000 Roller in Paris unterwegs. Bis zum Ende des laufenden Jahres erwartet die Ministerin einen Anstieg auf insgesamt 40.000 Roller. Die weitestgehend unregulierte Einführung dieser neuen Form der Fortbewegung hatte im vergangenen Jahr dazu geführt, dass in Paris eine Diskussion über Schutzräume für Fußgänger aufflammte. Denn gerade Fußgänger, die sich ihren Verkehrsraum mit E-Scootern teilen mussten, fühlen sich von den lautlosen und nicht selten auf Höchstgeschwindigkeit getunten Rollern zunehmend in ihrer Bewegungsfreiheit und Sicherheit bedroht. Zusammenstöße zwischen Fußgängern und Führern von E-Scootern nährten peu à peu diese Angst und führten dazu, dass rege über Regeln und Grenzen der Roller im öffentlichen Raum debattiert wurde. Das vorläufige Ergebnis: Eine gesetzliche Neuregelung, die ab September 2019 in Frankreich greift, und den Führern von E-Scootern die Mitnutzung von Gehwegen untersagt.

Es waren diese ersten Erfahrungen aus dem europäischen Ausland, die die deutsche Gesetzgebung dazu bewegte, sich vor der eigenen nationalen Einführung der E-Scooter einem breiten politischen und gesellschaftlichen Diskurs über die neue Mobilitätsform zu stellen. Dem zentralen Wunsch der Deutschen, der zu erwartenden großen Zahl der so genannten Elektrokleinstkraftfahrzeugen, sicherheits- und ordnungspolitische Grenzen gegenüberzustellen, wurde nun, Mitte Mai 2019, umfänglich Rechnung getragen.

Im Rahmen seiner 977. Sitzung am 17. Mai 2019 hat der Deutsche Bundesrat die Verordnung über die Teilnahme von Elektrokleinstfahrzeugen am Straßenverkehr und zur Änderung weiterer straßenverkehrlicher Vorschriften auf den Weg gebracht. Die Verordnung regelt erstmals und allseits verbindlich, ab welchem Lebensalter, insbesondere aber wo und wie zukünftig elektrisch auf dem Land und in der Stadt mit den Scootern gerollt werden darf. Die wichtigsten Neuregelungen auf einen Blick:

WO darf zukünftig mit den E-Rollern gefahren werden?
Vorrangig sollen E-Scooter auf vorhandenen Radwegen (auch kombinierte Rad- und Gehwege) rollen. Ist kein Radweg vor Ort vorhanden, soll der Fahrer des Rollers auf die Straße ausweichen. Gehwege sind grundsätzlich für den E-Roller-Verkehr tabu, können aber im Einzelfall mittels Zusatzschild und ausnahmsweise für den Verkehr freigegeben sein.

WER darf E-Roller fahren?
Das Mindestalter für das Fahren mit E-Scootern liegt bei 14 Jahren. Ein Führerschein wird nicht benötigt.

WIE darf gefahren werden?
Gleichwohl zum verbesserten Eigenschutz empfohlen, besteht zur Einführung der E-Scooter auf deutschen Straßen zunächst keine Helmpflicht. Eine gesonderte behördliche Zulassung der Scooter ist, abgesehen von der allgemeinen Betriebserlaubnis, die das Kraftfahrtbundesamt für die einzelnen Scooter-Modelle der Hersteller erteilt, nicht gefordert. Um sicherzustellen, dass eine allgemeine Betriebserlaubnis erteilt werden kann, sind die Hersteller der E-Scooter gehalten, sich an die Vorgaben der neuen Verordnung zu halten. Diese sehen unter anderem vor, dass der Scooter mit Haltegriff und Lenker, zwei voneinander unabhängigen Bremsen und Beleuchtung ausgestattet ist. Da bereits Scooter auf dem Markt sind, die die baulich-technischen Vorgaben erfüllen, aber noch keine allgemeine Betriebserlaubnis durch das Kraftfahrbundesamt erhalten haben, sollte zur Sicherheit beim Kauf stets der Status der allgemeinen Betriebserlaubnis erfragt werden.

Jens Wacker

Quelle: www.bundesrat.de

Bildnachweis: Grafik, Bundesrat Drucksache 158/19, Verordnung des Bundesministeriums für Verkehr und digitale Infrastruktur und des Bundesministeriums des Innern, für Bau und Heimat und des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit, Seite 8.

Sommerlaune

Sonne, Azur, Himmel, Eiscreme, Flipflops, braungebrannt, Sonnenmilch, Badetuch und Sonnenbrille, Kleid, Salat, Sommerkarte, Terrasse, Sonnenschirm und Klimaanlage, Autan, Federball, Sommergewitter, Vogelgezwitscher, Kirschen essen, Schorle, Weinfest, kurze Hosen, Open-Air, Flugzeug, Drachensteigen, Wald, Baggersee, Schweißränder, Sonnenbrand, T-Shirts, Speckröllchen, Palme, Blumenwiese, Heuschnupfen, Lippenstift, Kinderlachen, Spielplatz, faul, Quark mit Erdbeeren, Hitzewelle, Hundstage, Hotel, Touristen, Mittagshitze, Schattenspenden, Badesee, Strandbad, Biergarten, Markise, Halbschatten, alte Baumbestände, Parkanlagen, Wassermangel, Insekten, Musik, Bücher lesen, Italien, pink, Mauersegler, Klimperschmuck, Bundesligapause, Schulferien, Autobahnstau, Deo, Sommersprossen, Ameisenstraße, Wanderweg, Regenbogen, Festival, Klimawandel, Sonnenhut, Cabrio, flanieren, Bikini, Koffer packen, Fernweh, Balkonien, Pizza essen, Windlicht, Fackeln, Barbecue, Gartendusche, Rasenmäher, Rosenbogen, Meeresrauschen, Sommerfrische, Berghütte – all das macht einfach Sommerlaune!

Photo by Angelo Pantazis on Unsplash

Neustadter Schauspielgruppe

ULYSSES

Ein Stück von
Ludvig Holberg

Regie:
Armin Jung

Samstag, 15. Juni 2019
Samstag, 22. Juni 2019
Sonntag, 23. Juni 2019
Freitag, 28. Juni 2019
Sonntag, 30. Juni 2019
Samstag, 06. Juli 2019

Sonntag, 07. Juli 2019
Freitag, 12. Juli 2019
Samstag, 13. Juli 2019
Sonntag, 14. Juli 2019
Freitag, 19. Juli 2019
Samstag, 20. Juli 2019

Auf der Freilichtbühne
im Park der Villa Böhm
Maximilianstraße 25,
67433 Neustadt/Weinstraße

Eintritt € 15,-, ermäßigt € 12,-
Beginn jeweils 20.00 Uhr
danach kein Einlass mehr

Vorverkauf Tabak Weiss
Hauptstr. 61,
67433 Neustadt/Weinstraße
Tel. 06321 2942
www.tabak-weiss.de

www.neustadter-schauspielgruppe.de

Die Augenweide
in der Hintergasse

AUGENWEIDE
woman's fashion
Ingrid Weiss

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

COTTO

© Chili - die WerbeMacher

Wohnaccessoires
Birgit Hüsken

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

Tipps für die Sommer-laune

Was macht eine gute Sommerlaune denn aus und wie kann man sie noch heben?

Gute Laune Tipp coole Drinks

Es muss nicht immer Alkohol sein, wenn es um coole Drinks an heißen Sommertagen geht.
Wie wäre es mit einem Gute-Laune Eistee im Hotel Soho? Der leckere, erfrischende Eistee, der dazu noch in frecher Optik daherkommt, wurde gemixt auf Basis von grünem Tee, Vanille und Limette. Unbedingt probieren!

getrunken auf der Terrasse von
Hotel Soho
Marie-Curie-Straße 7-9
76829 Landau
06341-141960
www.soho-landau.de

Gute Laune Tipp
Traumhaft schönes Haar – lebendig und vital

Jede Frau wünscht sich gesundes, glänzendes, volles, langes Haar von der Kopfhaut bis in die Haarspitzen. Mehr Wohlbefinden, mehr Lebensfreude sowie ein gestärktes Selbstbewusstsein sind wunderbare Erfahrungen.
Es gibt für jedes gewünschte oder ersehnte Haarvolumen eine Lösung. Teezze Esta Hair & Beauty in Neustadt kann die Haarlösung bieten.
Wer interessiert ist, der kann sich kostenlos und unverbindlich beraten lassen.

gesehen bei:

Teezze Esta
Hair & Beauty
Talstraße 227
67434 Neustadt
06321 – 954 26 31
www.teezze-esta.de

Musik ist ein Stimmungsaufheller.

Besonders die Sommerhits mit ihren beschwingten und mitreißenden – durchaus nicht immer tiefgründigen – Beats und Refrains zum Mitträllern erinnern an den letzten Urlaub im Süden und verstärken die Vorfreude auf den nächsten Trip an den Strand. Oder sie holen das Urlaubsgefühl gleich ganz in die Pfalz.

Holz. Die Schönheit der Natur

➤ Öffnungszeiten Ausstellung: Mo-Fr 9-18 Uhr, Sa 9-13 Uhr
➤ Öffnungszeiten Abholung/Lager: Mo-Fr 8-17 Uhr, Sa 8-13 Uhr

➤ Innentüren aus Holz + Glas
➤ Parkett, Laminat, Leisten
➤ Plattenwerkstoffe
➤ Gartenholz und Möbel für die Terrasse
➤ Konstruktionsholz
➤ Fassadenprofile und Schnittholz
➤ Natürliche Dämmstoffe
➤ Paneele für Wand + Decke
➤ Bauholz
➤ Haustüren

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

Böden u. Leisten | Türen u. Beschläge | Decken u. Wände | Terrasse u. Balkon | Gartengestaltung | Holz Bau, Öko.Baustoffe | alle anderen Produkte rund ums Holz

➤ Lotschstraße 2, Landau/Pfalz
Gewerbegebiet Nord
A65, Ausfahrt Landau Nord
Tel. 06341/684-0, Fax/684-134
info@wickert.net, www.wickert.net

WICKERT HOLZFACHHANDEL

➤ Besuchen Sie unsere Ausstellung EXPO HOLZ

HIMMLISCH GENIESSEN

Vorbeischauen lohnt sich! Lassen sie sich überraschen.
Wir bieten Ihnen ab 2019 monatlich wechselnde Dinner Highlights und kulinarische Events. Eintrittskarten und Informationen erhalten Sie an unserem Empfang.

STEIGENBERGER HOTEL DEIDESHEIM
Am Paradiesgarten 1 · 67146 Deidesheim/Pfalz · Germany
Tel.: +49 6326 970-0 · deidesheim@steigenberger.de
Ein Betrieb der Steigenberger Hotels AG · Lyoner Straße 25 · 60528 Frankfurt am Main

DEUTSCHE HOSPITALITY

Ein gute Laune Tipp ist natürlich Bewegung,

vielleicht sogar Sport, am besten draußen, damit man das Licht, die Sonne, den blauen Himmel und die Natur so richtig genießen kann. Aktivitäten fördern die Blutzirkulation, der Stoffwechsel wird angeregt und das ist Grund genug, um die Stimmung zu heben. Aktiv zu sein wird zudem als positiv empfunden, wenn es nicht in Zwang und Hektik ausartet.

Gute Laune Tipp Pfälzischer Glashandel

Manchmal ist es einem nach ein wenig Privatsphäre. Man kann sich natürlich in die eigenen vier Wände zurückziehen oder ganz privat und im Grünen den Sommer genießen. Mit lichtdurchlässigen, aber blickdichten Glaselementen, die ganz nach Wunsch auch mit den Lieblingsmotiven bedruckt werden, ist man draußen, aber doch vor neugierigen Blicken geschützt. Luftig, hell und edel, dabei pflegeleicht und auch nach Jahren noch schön. Das macht gute Laune!

gesehen bei:

Pfälzischer Glashandel
Winzingerstraße 90
67433 Neustadt
06321-83041
www.pfaelzischer-glashandel.de

Gute Laune Tipp Bunte Kissen

Manchmal mag das Wetter ja nicht so richtig. Dann lässt man die bunten Farben des Gartens einfach ins Haus oder in den Sommergarten.

gesehen bei:

Bassetti Factory-Outlet
Mutterstadt
Am Floßbach 5
67112 Mutterstadt
06234-9477515

Farbe macht Laune.

Besonders wirkungsvoll sind die sommerlichen Farblaunen, wenn man sie gleich über den ganzen Tag mit sich trägt: Eine Handtasche in Knallbonbonfarbe, ein T-Shirt in türkis, ein bunt bedruckter Sommerrock, Hitzschlag-Farben auf den Fußnägeln. Man muss es nicht unbedingt gleich übertreiben, aber für gedeckte Töne ist der Sommer einfach nicht die richtige Jahreszeit.

Gute Laune Tipp CLAIRE: Eine sehr natürliche Frisur

Dieser 80er Jahre-Bob auf Schulterhöhe verleiht Volumen und Leichtigkeit. Anstelle eines Ponys werden die Haare so abgestuft, dass die vorderen Strähnen bis zur Nase reichen. Für den Wavy-Look greift man auf ein Lockeneisen zurück. Die Locken löst man mit dem Föhn, um dem Ganzen einen lockeren, unfrisierten Touch einzuhauchen, der ohne strenge Struktur auskommt. Ein Goldfinish lässt sprichwörtlich die Sonne auf die Haare scheinen. Zum Abschluss dann einige Tropfen mod's hair Kendi-Öl auf die Längen und Spitzen: So kommt der Gold-Effekt perfekt zur Geltung.

gesehen bei:

mod´s hair
Schütt 8
67433 Neustadt
06321-385938
www.modshair-neustadt.de

mod´s hair
Ostbahnstraße 7
76829 Landau
www.modshair-landau.de

HÖRakustik Studio Kirschner

Hörgeräte | Gehörschutz | Zubehör

Ihr Hörgeräte-Fachgeschäft
Hauptstraße 79 | 67433 Neustadt
Telefon: 06321 921884

Jetzt kostenlos testen!

Nie wieder Batteriewechsel mit Akku Hörsystemen der Firma **Phonak Audéo™ Marvel R**

Liebe auf den ersten Klang

Entdecken Sie mit Phonak Audéo™ Marvel einen außergewöhnlichen Klang und laden Sie die Akku-Modelle ganz einfach auf, egal wo Sie sich befinden.

- Lithium-Ionen-Akku Technologie
- Klarer, voller Klang
- Direkte binaurale Anbindung an iOS- und Android-Smartphones, TV und vieles mehr
- Smart-Apps

Jetzt Termin vereinbaren und unverbindlich Probe tragen!

GUTSCHEIN für eine professionelle Höranalyse und Probetragen der neusten Hörgerätegeneration.

Besuchen Sie uns auch im Internet:
www.hoerakustik-am-rossmarkt.de

Gute Laune Tipp haareszeiten – mein Friseur

Da unsere Haare ein Teil unserer Identität sind, hebt es einfach die Laune, wenn sie gut aussehen. Sind sie gepflegt und geschützt vor Umwelteinflüssen, dann machen sie alles mit. Gerade im Sommer ist das Haar häufig auf unterschiedlichste Weise gestresst. Was genau diesen Stress hervorruft, ist individuell und hängt von der eigenen Lebensweise und -situation ab. Die Firma Revlon hat eine Anti-Pollution-Pflege für strahlende Haarfarben herausgebracht, die sich auf eine Vielzahl von Umweltfaktoren spezialisiert hat und so für den richtigen Schutz und die passende Pflege sorgen kann. Ob Belastung durch Abgase, schlechte Wasserqualität, übermäßige Hitzebehandlungen oder zu hohe UV-Strahlen die Haarstruktur schwächen – die innovative Produktserie Magnet Sortiment von Revlon schützt vor umweltbedingten Einflüssen auf das Haar.

Gesehen bei:
haareszeiten – mein Friseur
Branchweilerhofstraße 11
67433 Neustadt an der Weinstraße
06321-499144

Gute Laune Tipp Wine and Dine ...

...vereint Köstlichkeiten auf dem Teller und im Glas. Das natürliche Zusammenspiel zwischen Essen und Wein bringt ein einzigartiges Geschmackserlebnis hervor. Ein Besuch im Weinkontor Edenkoben lohnt sich, um für jede Speise den passenden Begleiter zu finden.

gesehen bei:
Weinkontor Edenkoben
Weinstraße 130
67480 Edenkoben
06323-9419-0
www.weinkontor-edenkoben.de

Gute Laune Tipp Farbenvielfalt

Farben machen Freude, heben die Stimmung und sprechen intensiv unsere Gefühle an. Besonders reizvolle Farbkombinationen sorgen für unerwartete Glücksmomente an trüben-Tassen-Tagen.
Manchmal ist es ganz einfach, gute Laune um sich zu verbreiten, wenn die Umgebung mit zwei, drei Handgriffen einfach freundlicher erscheint -mit Dekokissen von Farbenfreunde aus Nicky. Farbenfreunde verspricht: Hält ewig und macht glücklich!

gesehen bei:
Cotto Wohnaccessoires
Hauptstraße 76
67433 Neustadt
06321-398311

Ein freundliches Lächeln ist ein Launenschmeichler.
Und lächeln ist ansteckend.
Wer mit der Sonne um die Wette lächelt und freundlich seinen Mitmenschen begegnet, der wird – in aller Regel – in ebenso freundliche Gesichter seiner Kollegen, Bekannten Familie und Freunden schauen dürfen.
Das macht Sommerlaune – auf der ganzen Linie.

Gute Laune Tipp Gut in Form

Schwimmen bei sommerlichen Temperaturen, tiefblauer Himmel und ein paar bewundernde Blicke, das hebt jede Laune und gibt das nötige – jugendliche – Sommerhochgefühl. Die passende Bademode zum Wohlfühlen und eben für jene Blicke der Bewunderer darf nicht fehlen.

gesehen bei:
Ute's Wäschemode
Kellereistraße 16
67433 Neustadt
06321-3995699

Style & Wine Part 3 bei mod´s hair

Ob kurz, mittel oder lang, kräftige Farben oder lieber dezent – bei mod's hair in der Schütt 8, Neustadt, und Ostbahnstraße 7, Landau bleiben keine Wünsche offen, wenn es um eine modische Frisur und Top-Beratung geht.

Regelmäßig lädt mod´s hair Neustadt zu Style & Wine in seinen Salon in der Neustadter Schütt. Anfang April war es wieder soweit. Bereits zum dritten Mal wurden Frisuren gezeigt, neue Stylingtipps gegeben und Raum und Zeit zum Ausprobieren und Neues Wagen gegeben. Mit einem Winetasting unterstützt vom Neustadter Weingut Härle-Kerth und Make-up von Maike und Darja Mutschler, Schütt Parfümerie aus Neustadt in unmittelbarer Nachbarschaft zu mod's hair, fühlten sich die Kunden in lockerer Atmosphäre sichtlich wohl und sehr gut beraten.

mod´s hair stellt auch bei der neuen Kollektion so einiges auf den Kopf. Casual chic ist das Motto der Frisurentrends Frühling/Sommer 2019. Die neuen Looks überzeugen durch ihre Lässigkeit und bieten für SIE und IHN Schnitte mit „Wow-Effekt". Das Schöne dabei: Alle Looks lassen sich einfach frisieren und überzeugen durch ihre Natürlichkeit. Bei den Frauen ist der Bob in verschiedenen Varianten und Farbtönen ein absolutes Highlight für den Frühling/Sommer 2019. Aber auch die Männer können sich auf die neuen Trends freuen: Der angesagte Rundschnitt verleiht dem Mann den natürlichen und stylishen Look 2019. Und auch der trendige Undercut wurde von den mod´s hair Stylisten weiterentwickelt.

mod´s hair entwickelt in der unternehmensinternen Akademie fortwährend eigene Schnittkollektionen und die dazu führenden Schnitttechniken. „Die Mitarbeiter erhalten alle die gleiche ausgezeichnete Ausbildung und nehmen regelmäßig an Schulungen bei uns im Neustadter Salon und auch in der mod's hair-Akademie in Düsseldorf teil, um ihr Können immer wieder aufzufrischen und zu verbessern", so Daniel Correra. Er leitet den Salon in Neustadt. Das Franchise-Konzept des französischen Salons mod's hair verfolgt dabei in Sachen Friseurhandwerk und –konzeption eine klare Linie: moderne Ausstattung, eigene Pflegeserie und Farbtechniken sowie selbst konzipierte Schnitte und Farben. Damit die Frisur auch wirklich so an dem individuellen Kopf fällt und wirkt, wie sie soll, werden die Schnitte erst nach dem Föhnen final ausgearbeitet. Damit wird auch gewährleistet, dass der Kunde selbst mit seiner Frisur zurechtkommt. Mit ständiger Fortbildung, in der Regel zwei- bis dreimal monatlich, werden alle Friseure im Haus geschult und ganz persönlich weiterentwickelt: Schneidekonzepte, Farben, Strähnchentechnik und Kollektionen sind die Inhalte, die immer wieder vertieft werden. Und davon profitieren die Kunden, wovon sie sich bei einem regelmäßigen Besuch, mit wichtigen Stylingstipps und auch bei einer erstmaligen Beratung überzeugen können.

Von montags bis samstags können Kunden sich bei mod's hair verwöhnen lassen. Sollte es mit einem Termin einmal nicht klappen, kann der Kunde auch ohne Terminvereinbarung vorbeikommen. Zum Beispiel am Donnerstag. Dann ist der „happy day" – waschen, schneiden, föhnen für 40 Euro anstatt 47 Euro. Zu den Standardleistungen zählen auch Wimpern- und Augenbrauenfärben, Make-Up und Hochsteckfrisuren für besondere Anlässe wie Hochzeiten oder Abschlussbälle. Und die ganz individuelle Frisurenberatung

„Bei uns ist der Kunde einfach König und soll sich genau so fühlen", erklärt Correra die Philosophie des Teams.

Info:

Kontakt
mod´s hair
Schütt 8
67433 Neustadt
06321-385938
www.modshair-neustadt.de
Montag bis Freitag 9 bis 18 Uhr
Samstag 9 bis 15 Uhr

mod´s hair
Ostbahnstraße 7
76829 Landau
www.modshair-landau.de
Montag bis Freitag 9 bis 18 Uhr
Samstag 9 bis 15 Uhr

Weingut Härle-Kerth
Breitenweg 10
67435 Neustadt
06321-6305

Meike Klohr,
Pfälzische Weinkönigin

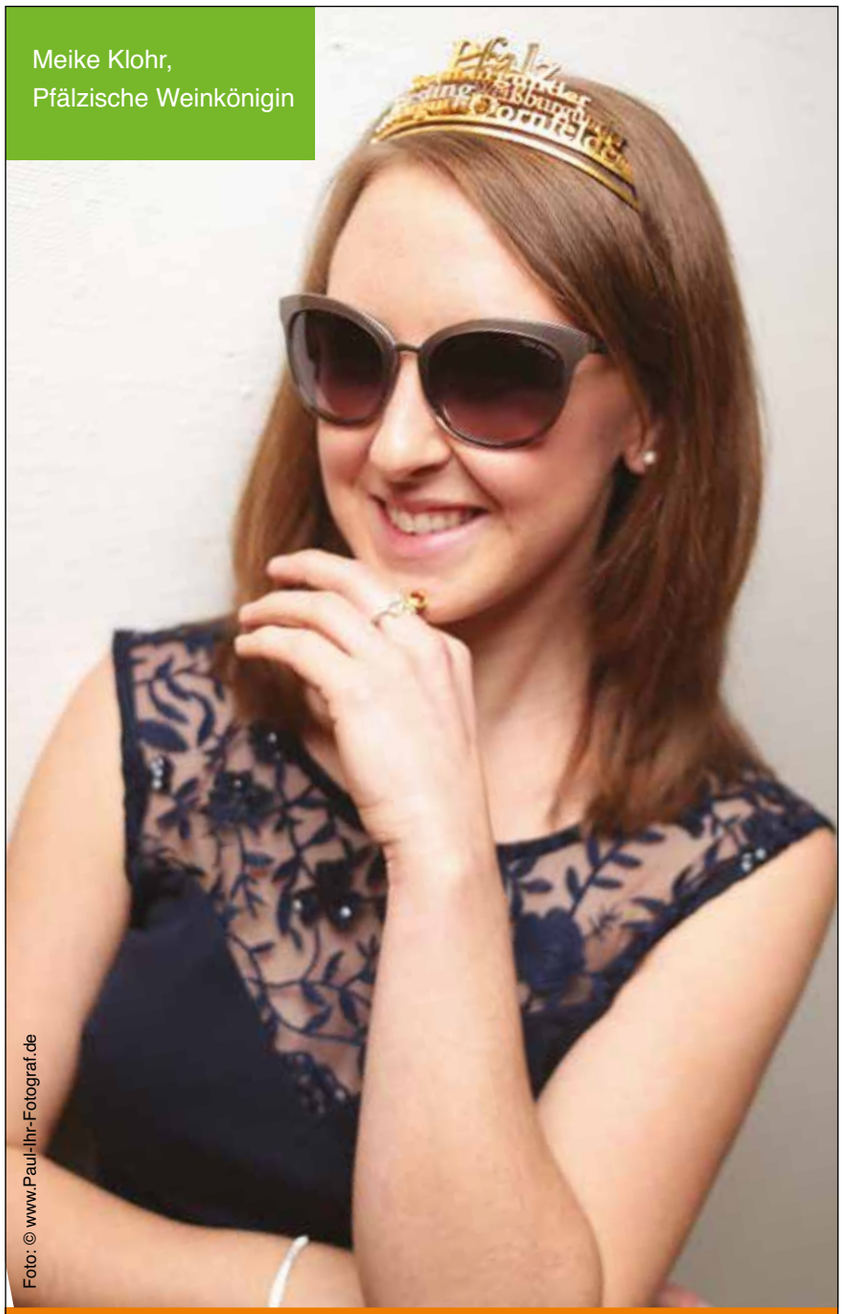


Foto: © www.Paul-Ihr-Fotograf.de

OPTICA ist offizieller Hoflieferant der pfälzischen Weinkönigin Meike Klohr.

Zum Wohl. Die Pfalz.

OPTICA
KURT MICHEL
HAUS DER AUGENOPTIK

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

Holz. Die Schönheit der Natur

Die Wurzeln von Wickert Holzfachhandel in Landau/Pfalz reichen in solider Tradition weit über achtzig Jahre zurück. Seitdem hat sich das Unternehmen zum größten und innovativsten Holzfachhändler in der Südpfalz entwickelt. Zum langjährigen Kundenstamm zählen in erster Linie die Profis des Holzhandwerks, mit denen das Unternehmen Wickert partnerschaftlich verbunden ist. Die Beratung und Betreuung der Privatkunden ist dabei im Laufe der Zeit kontinuierlich gewachsen und wird in Kooperation mit ihren Profikunden im Rahmen des dreistufigen Vertriebes serviceorientiert realisiert. Mit eigenem Fuhrpark wie LKW 's und Kranfahrzeugen beliefert Wickert Holzfachhandel die Werkstattbetriebe und auch direkt an die Baustellen.

Nach dem Großbrand im vergangenen Jahr wurde das Gebäude des Landauer Unternehmens wieder völlig neu errichtet. Das Lager ist rund zwölf Meter hoch und fasst eine Grundfläche von rund 9.000 Quadratmeter eingeteilt in zwei Hallenabschnitte. Auch der gesamte Außenbereich mit neu gestalteter Bornbachstraße ist für Lieferverkehr mit Wendebereich optimal gestaltet worden.

Ganz nach dem Motto größer, höher, schöner findet der Privat- und auch Gewerbekunde auf

einer Ausstellungsfläche von rund 3.000 Quadratmetern über zwei Etagen verteilt die aktuellsten Neuheiten an Böden, Türen und Gartenholz. Mit barrierefreiem Zugang und einem Aufzug ausgestattet präsentieren sich die neuen Räumlichkeiten den höchsten Ansprüchen. Das breit gefächerte Holzsortiment reicht von Böden und Leisten, Türen und Beschläge, Haustüren, Decken und Wänden, Terrassen und Balkone, Gartengestaltung, über Holzbau und ökologische Baustoffe. Die fachkompetenten Mitarbeiter beraten und begleiten gerne die Projekte und Bauvorhaben ihrer Kunden. Die großen angrenzenden Lagerhallen mit modernem Hochregalsystem ermöglichen, dass viele der gezeigten Produkte auch gleich zum Mitnehmen bereitstehen. Bei Bedarf und auf Wunsch vermittelt Wickert Holzfachhandel kompetente und fachkundige Handwerker, so dass für jedes geplante Projekt auch der entsprechend fachgerechte Einbau sichergestellt ist.

Ein Besuch der sehenswerten Ausstellung lohnt sich, die nach der Philosophie: „Holz. Die Schönheit der Natur" die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten des Werkstoffes Holz zur Wohnraumgestaltung präsentiert und individualisierte Lösungsmöglichkeiten aufzeigt. Ein Fachmarkt mit Kleinteileartikeln rund um den Holzbau sowie Farben und Öle zur Oberflächenbehandlung und Pflegeartikel für Holzböden komplettiert das Angebot.

Info:

Weitere Informationen und aktuelle Angebote unterwww.wickert.net

Kontakt:
Holzfachhandel Wickert
Lotschstraße 2
76829 Landau
06341-684131

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 9 bis 18 Uhr
Samstag von 9 bis 13 Uhr

Seit über 40 Jahren – WIR STELLEN ALLES IN DEN SCHATTEN

SONDERPREISE auf alle WAREMA Markisen und WAREMA Insektenschutz

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

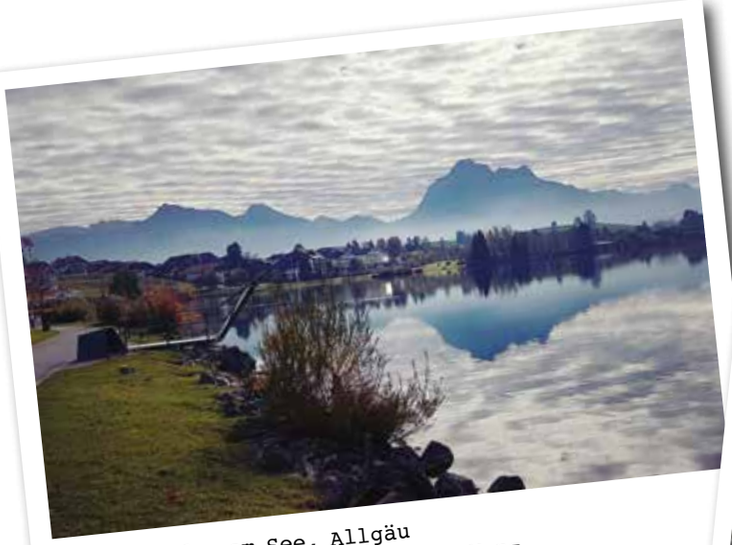
warema prime platin partner outdoor living experte

Albert-Einstein-Straße 15 · 76829 Landau
Telefon 0 63 41 / 9 87 67 90 · Fax 0 63 41 / 9 87 67 99
www.wuenstel-sonnenschutz.de

FRANK WÜNSTEL SONNENSCHUTZTECHNIK

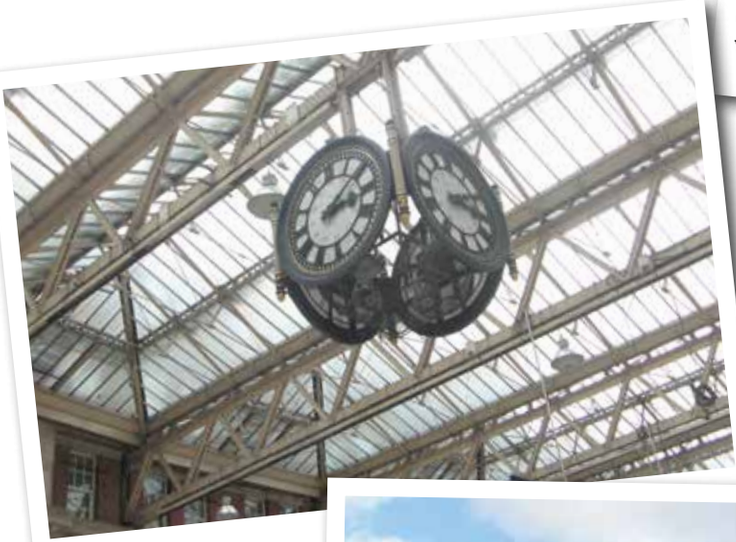
Urlaubsbilder

Um Sie in Urlaubslaune zu versetzen oder Ihnen das Warten auf Ihren Urlaub ein wenig zu versüßen, haben uns Leser Ihre Urlaubserinnerungen geschickt. Vielen Dank für die tollen Bilder!

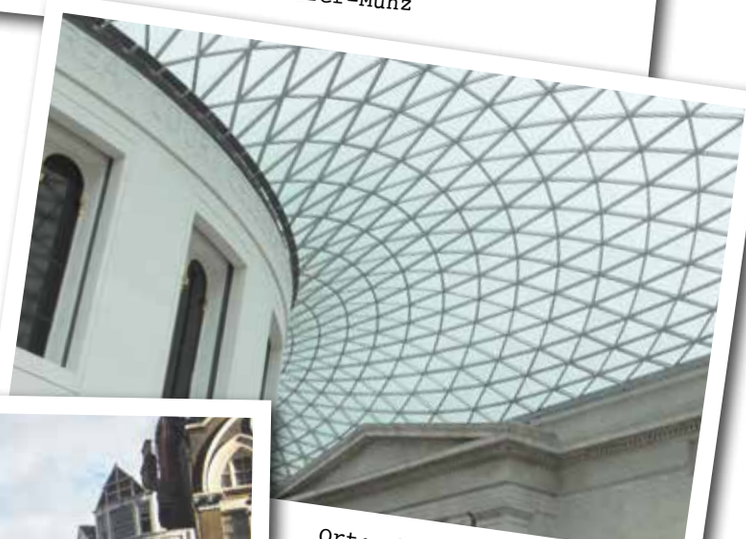


Ort: Hopfen am See, Allgäu
Von: Claudia Karoline Scherer-Munz

Ort: Schwangau bei Füssen
Von: Claudia Karoline Scherer-Munz



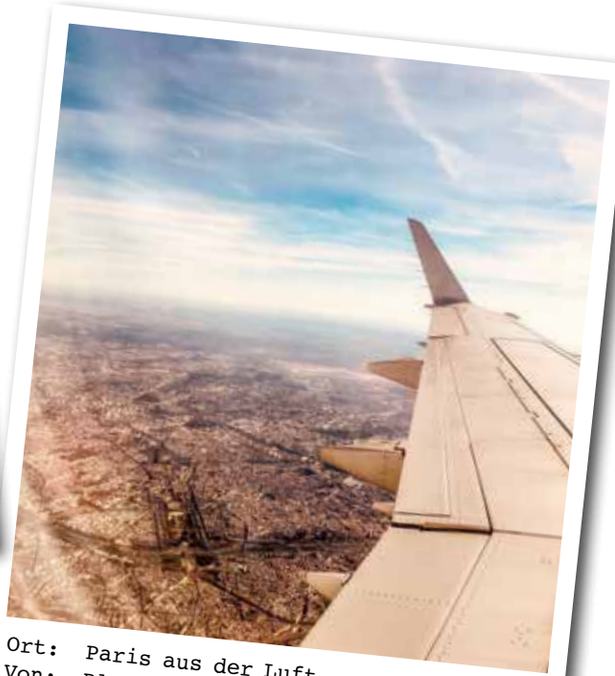
Ort: London
Von: Jens Wacker



Ort: London
Von: Jens Wacker

Ort: London
Von: Jens Wacker

Ort: Barcelona,
Das typische Palmenbild mal anders.
Von: Blanca Klauber



Ort: Paris aus der Luft
Von: Blanca Klauber

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

Urlaubsbilder

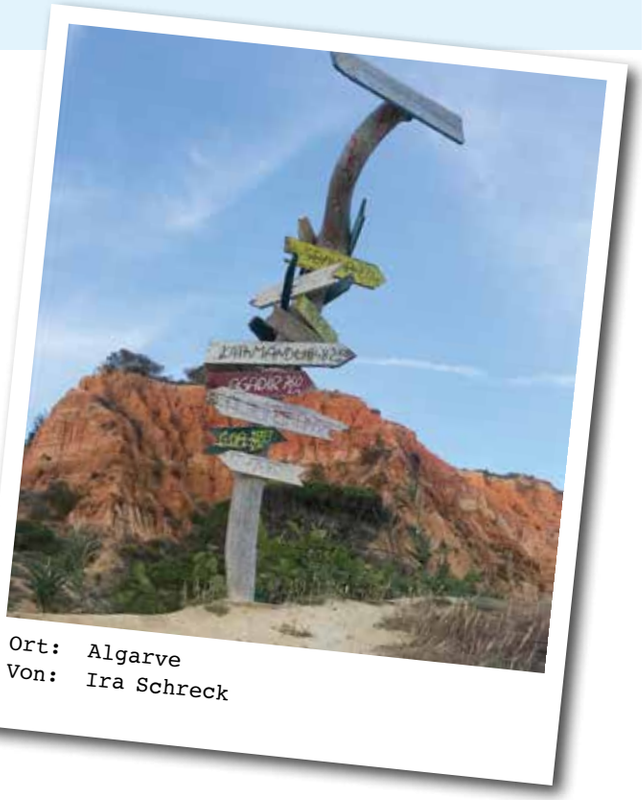
Ort: Desert California
Von: Janina Klein

Ort: Colorado River
Von: Janina Klein

Ort: Österreich
Von: Janina Klein

Ort: California
Von: Janina Klein

Ort: San Francisco
Von: Janina Klein



Ort: Algarve
Von: Ira Schreck

Ort: Algarve
Von: Ira Schreck

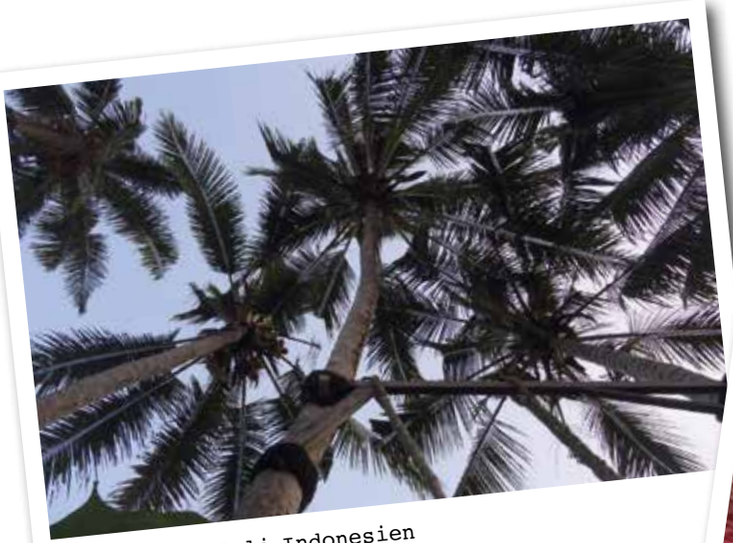
ITALIENISCHE LEBENSFREUDE
FÜR IHR ZUHAUSE

bassetti

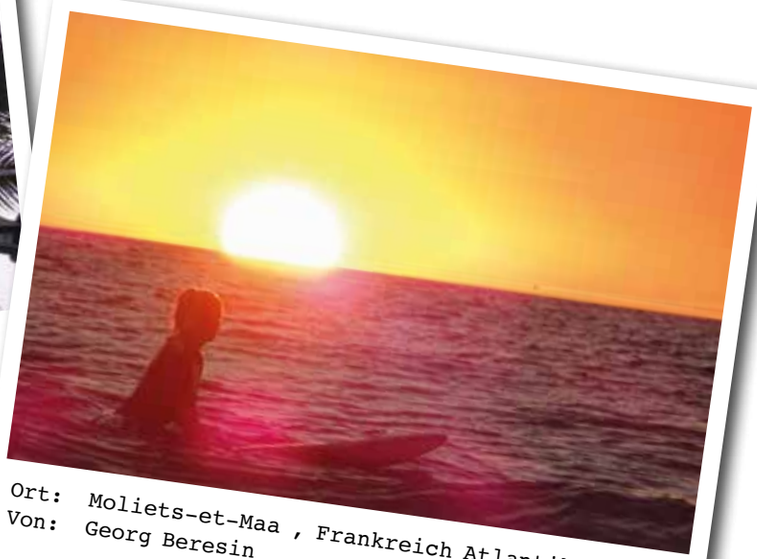
Bassetti Factory Outlet Mutterstadt
Am Floßbach 5, 67112 Mutterstadt
Tel.: 06234/9477515, Fax: 06234/9477517
outlet-mutterstadt@bassetti.de

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

Urlaubsbilder



Ort: Ubud, Bali Indonesien
Von: Georg Beresin



Ort: Moliets-et-Maa , Frankreich Atlantikküste
Von: Georg Beresin

Ort: Marrakesch, Marokko
Von: Georg Beresin

Ort: Ubud, Bali Indonesien
Von: Georg Beresin

Ort: Montezuma, Mal Pais Costa Rica
Von: Georg Beresin

KLASSIK DER WELTMETROPOLEN

2019/2020

THE METROPOLITAN OPERA

TURANDOT | 12.10.2019
MANON | 26.10.2019
MADAMA BUTTERFLY | 09.11.2019
AKHNATEN | 23.11.2019
WOZZECK | 11.01.2020
PORGY AND BESS | 01.02.2020
AGRIPPINA | 29.02.2020
DER FLIEGENDE HOLLÄNDER | 14.03.2020
TOSCA | 11.04.2020
MARIA STUARDA | 09.05.2020

Tickets an den Kinokassen des Cineplex Neustadt
sowie online unter: cineplex.de/neustadt

CINEPLEX
NEUSTADT

Die Willkomm Gemeinschaft lädt ein: Entdecken Sie Neustadt

Das besondere Angebot Neustadts erkunden. Das heißt: Bummeln, genießen, entspannen. Und die Vielfalt der Geschäfte, der Dienstleistungen, der kulturellen und der kulinarischen Genüsse direkt vor der Haustüre entdecken. Dazu lädt Neustadt mit seiner wunderschönen Altstadt und seinem abwechslungsreichen Angebot ein.

Hier findet man alle ärztlichen Angebote und professionelle Anbieter anderer Dienstleistungen. Im Handel überzeugt das Beratungsangebot inhabergeführter Geschäfte, die Frische des Wochenmarktes und die lokalen Produkte des Handwerks. In Kombination mit der kulinarischen Vielfalt und dem bunten kulturellen Angebot bildet Neustadt damit den idealen Lebensmittelpunkt.

Lesen Sie weiter auf Seite 36 ⇨

Urlaub auf vier Rädern

Neustadt, der Startpunkt für viele Freizeitaktivitäten: Wanderungen, Radtouren oder das Flanieren durch die schöne Innenstadt. Ebenso ein sehr attraktives Ziel für viele Reisemobilisten. Oft sind es gerade die kurzen Wege in und um Neustadt, die das Leben und die Mobilität zum Vorteil verändern.

MATTERN bewegt sicherlich auch Sie:
- als regionaler Mobilitätsanbieter,
- für das Testen von Elektro-Mobilität,
- als Partner vor Ort für den URLAUB AUF VIER RÄDERN.

Vermietung - Verkauf - Service

AUTOVERMIETUNG
MATTERN

Branchweilerhofstraße 91, 67433 Neustadt/Weinstraße
06321-490808
Ihr lokaler Camping-Partner
in Neustadt.

Coole Mode für trendige Menschen

La Laine Modeboutique ist ein fester Bestandteil der Pfälzischen Modeszene. Die Boutique in unmittelbarer Nähe zum Neustadter Marktplatz zählt zum festen Stamm der renommierten und innovativen Neustadter Fachgeschäfte. La Laine ist eine Institution in der Weinstraßen-Metropole und hat sich auch bei Gästen, die nicht selten von weit her kommen, ein hervorragendes Renommee erworben.
Inhaberin Sylvie Breidenbachs sicheres Gespür für Stil und Flair prägen ihr Wirken in der Mode. Nicht ohne Stolz erzählt sie, dass Kundinnen anerkennend von großstädtischer Atmosphäre beim Einkauf sprechen. Dazu gehört zum einen das modische Repertoire, genauso wichtig aber ist die Umgebung, das Flair der Boutique – und natürlich die schöne Innenstadt von Neustadt an der Weinstraße, die die Kunden und Gäste immer wieder beeindruckt und zum Bummeln einlädt.

LA LAINE

Marktstraße 2, 67433 Neustadt
06321-2216

MITTEN BÜHLER

Zweiräder und mehr …

Geräuschlos und abgasfrei durch die Stadt, relaxt und mit Style über Land

Seit 1992 ist Zweirad Mittenbühler der Spezialist für Roller und Motorräder in Neustadt. Neben dem Verkauf von Zweirädern und Zubehör gehören Werkstattservice und Umbauten zum Leistungsangebot. Zweirad Mittenbühlers Spezialgebiet sind klassische Motorräder und Roller, sowie modernste Elektro-Mobilität. Mit sieben Mitarbeitern in Verkauf und freier Werkstatt werden Bikerträume erfüllt.

Royal Enfield: moderne Klassiker, Motorräder aus Chrom und Stahl, Romantik und Fahrfreude pur
Niu: Elektroroller vom Weltmarktführer, modernste Technik, die Lösung für sauberes, geräuschloses Fahren
Daelim: Koreanische Motorroller mit bestem Preis-/Leistungsverhältnis

Zweirad Mittenbühler
Im Rothenbusch 4, 67433 Neustadt
Tel: 06321/14575
www.rollerroller.de

Einzigartig

Als einziges Weinfachgeschäft in der Neustadter Altstadt – und das schon seit über 30 Jahren – tragen wir zur Vielfältigkeit der hiesigen Geschäftswelt bei.

Besonders
Tradition verpflichtet und so sehen es auch unsere vielen treuen Stammkunden, die unsere Weine und Sekte lieben und schätzen, kompetente Weinberatung mit Verkostung inklusive.

Lokal
Wir bieten immer neue Accessoires und Gaumenfreuden an. Unser regionales Angebot umfasst Essige & Öle, Pesto & eingelegte Früchte, Senf & Nudeln, Gewürze & Tee und süße Spezialitäten – kreative Präsente & Gutscheine runden es ab.

WEINLAND KÖNIGSBACH NEUSTADT

Weinland Königsbach-Neustadt GmbH
Maximilianstr. 1, 67433 Neustadt, Telefon: 06321-2414
www.weinland-koenigsbach.de, info@ weinland-koenigsbach.de
Öffnungszeiten:
Montag von 13 bis 18 Uhr, Dienstag bis Freitag von 10 bis 18 Uhr
Samstag von 9 bis 13 Uhr, Sonn- und Feiertage geschlossen

Stadt mit Shopping Flair

ROXY KINOS

Konrad-Adenauer-Str. 23
67433 Neustadt/Weinstr.
Tel. 06321 / 2659 www.roxy.de

Genießen Sie Filme in traditionellem und gemütlichem Kino-Ambiente mitten in der Stadt

Wir präsentieren Ihnen ein ausgesuchtes Filmprogramm mit Events, Premierenabenden, Begegnungen mit Filmschaffenden, Themenabenden mit Publikumsgesprächen, ein Open Air Kino im August, sowie ein Kulturangebot aus Opern-, Ballett- und Konzertübertragungen

zum Beispiel beim nächsten
KINO VINO ABEND
am Dienstag 02. Juli

Für viele Neustadter ist das ROXY Kinokult
Wir freuen uns auf Ihren Besuch

www.roxy.de

⇨ Fortsetzung von Seite 32

„Ich kann hier nicht nur das bekommen, was ich für den Alltag brauche, sondern auch Ideen für das Besondere finden", sagt Winfried Walther, für den Neustadt der Lebensmittelpunkt ist. „Das ist für mich Lebensqualität, ein Bummel durch unsere schöne Altstadt, der Blick in die Geschäfte mit ihren Besonderheiten und ein bisschen Entspannung in einer gemütlichen Gaststätte", sagt Walther.
Die Begeisterung für seine Stadt ist verständlich, ist der Neustadter Unternehmer doch auch der Vorsitzende der Willkomm Gemeinschaft.

Als Vertretung der wertschöpfenden Neustadter bringt sich die Willkomm Gemeinschaft aktiv ein, um die Attraktivität Neustadts zu stärken und nach außen zu tragen. Über 130 Mitglieder aus Handel, Dienstleistung, Immobilien, Industrie und Kultur, die sich für ihre Stadt engagieren, bilden eine starke Interessensvertretung für Neustadt.

Gemeinschaftlich arbeiten die Neustadter Unternehmen daran, den Neustadtern und ihren Gästen mit einer abwechslungsreichen Auswahl den Besuch in der Stadt zu einem besonderen Erlebnis zu machen.

Lesen Sie weiter auf Seite 37 ⇨

Trendiger Schuhshop im Herzen von Neustadt.

Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, qualitativ hochwertige Schuhe von Marken wie Think!, Softclox, Ugg oder Kennel & Schmenger in einem breiten Sortiment anzubieten. Bei der Auswahl unserer Lieferanten achten wir darauf, eine Verbindung zwischen bequemen, alltagstauglichen Schuhen mit modischer Innovation herzustellen. Außerdem bietetn wir Ihnen auch ein breites Sortiment an hochwertigen Wanderschuhen namhafter Hersteller.
Lassen Sie sich kompetent beraten und profitieren Sie dabei von drei Generationen Erfahrung.

Wir bieten Ihnen außergewöhnliche Damen-, Herren- und Outdoor Schuhmode in höchster Qualität von führenden Schuhherstellern

SCHUHZIMMER

www.speed-shoes.de
Hauptstraße 111
67433 Neustadt
Mo-Fr 9:30-18:30
Sa 9:30-16:00 Uhr

⇨ Fortsetzung von Seite 36

Mit den Chili-Sonderseiten zeigen die Neustadter Händler und Dienstleister, was für sie das Besondere an ihrer Stadt ist. Das Besondere an einer Stadt voller Lebensqualität und Lebensfreude. Und laden ein, Neustadt immer wieder neu für sich zu entdecken.

HELLRIEGEL

Wir sind Einrichtungsprofis.

WOHN MANUFAKTUR

Wir verlegen Ihre Böden, nähen Ihre Gardinen und polstern Ihre Möbel.

Sie finden bei uns eine große Auswahl an Teppichen und Teppichböden, Parkett, Designbeläge sowie Bezugs- und Dekostoffe, Gardinen und Sonnenschutz.

Hellriegel Textiles Wohnen GmbH
Badstubengasse 8,
67433 Neustadt
06321/185051
www.hellriegel-wohnen.de

Neustadt und Willkomm – ein starkes Team

Der große, praktische, saubere SUV von Mitsubishi

Der teilelektrifizierte SUV weiß auf den ersten Blick aufzufallen, allein durch sein massiges, präsentes Erscheinungsbild. Allen Varianten gleich ist der Antrieb, welcher auf die Kombination eines 2,4-Liter-DOHC-Benzinmotors mit 99 kW (135 PS) in Verbindung mit einem E-Frontmotor – 60 kW (82 PS) – sowie einem E-Heckmotor – 70 kW (95 PS) – setzt. Hierdurch blickt der Outlander PHEV auf eine maximale Systemleistung von 165 kW (224 PS).

Wesentlich relevanter ist jedoch der Einfluss auf unsere Umwelt. Schließlich möchte man mit der Kombination aus Benzinmotor sowie Elektromotoren die CO2-Emissionen spürbar senken. Der Outlander PHEV bringt es hierbei auf einen kombinierten NEFZ-Verbrauch von 1,8 Liter bei 100 km (Kraftstoff) sowie 14,8 kWh/100 km (Strom); dies führt zu einem CO2-Ausstoß von 40 g/km. Der Outlander PHEV kann wahlweise an der Haushaltssteckdose, der Wallbox oder per CHAdeMO geladen werden;

Mit seinen Maßen von knapp 4,70 Meter Länger, 1,80 Meter Breite sowie einer Höhe von 1,71 Meter, bei einem Radstand von

2,67 Meter, passt der Outlander sogar noch in die städtische Tiefgarage. Selbst in einem etwas engeren Innenhof kann der teilelektrifizierte SUV seinen Platz finden, wobei hier weniger das optimierte Super All Wheel Control-Allradsystem dazu beiträgt, als die Übersicht im Fahrzeug selbst, sowie eine Vielzahl von Sensoren und Assistenzsystemen.

Die 360-Grad-Kameraansicht dürfte allein aufgrund der Größe des Fahrzeugs ein absolutes Must-Have sein - ab der PLUS-Variante serienmäßig - erlaubt diese doch den totalen Überblick zu behalten. Über den 7-Zoll-Bildschirm in der Mittelkonsole bekommt man als Fahrer die komplette Umgebung des Fahrzeugs angezeigt, eine Darstellung des SUV aus der Vogelperspektive ist ebenso möglich, wie die Betrachtung des seitlichen Randsteins, um ein unfallfreies Einparken zu ermöglichen. Beim Ausparken selbst kommt der Ausparkassistent zum Einsatz, dieser warnt beim Rückwärtsausparken aus Querparklücken optisch und akustisch vor kreuzenden Fahrzeugen.

Relevant ist das Auffahrwarnsystem sowie die Fußgängererkennung. Erstgenanntes erkennt Hindernisse vor dem Fahrzeug und aktiviert bei Bedarf selbständig den Bremsvorgang. Hierdurch wird bei hohen Geschwindigkeiten der Aufprall deutlich abgeschwächt. Beim Einsatz des Systems unter 40 km/h Geschwindigkeit wird der teilelektrifizierte SUV gar komplett abgebremst.

Ähnlich funktioniert die Fußgängererkennung, welche reagiert, wenn ein Fußgänger unvermittelt auf die Fahrbahn läuft. Das System gibt ein Signal ab und führt eine Notbremsung durch, insofern der Fahrer nicht selbst entsprechend schnell reagieren kann.

Mit der adaptiven Tempoautomatik, wenn sie aktiviert ist, hält der SUV nicht nur die vorgestellte Geschwindigkeit ein, sondern minimiert durch selbständiges Bremsen und Beschleunigen - in Abhängigkeit zum vorausfahrenden Fahrzeug - die Gefahr eines Auffahrunfalls.

Wie andere Plug-In-Hybride und Elektroautos ist es auch dem Outlander möglich, den eigenen Lithium-Ionen-Akku durch Rekuperation aufzuladen. Die gewonnene Energie beim Bremsvorgang wird im Elektromotor als Generator in die Batterie weitergeleitet, welche sie speichert. Man kann den teilelektrifizierten SUV an einer haushaltsüblichen Schukosteckdose (230 V/10A) in ca. 5,5 Stunden laden. Alternativ lässt sich der Outlander aber auch durch die Verwendung eines Mode-3-Ladekabels (230V/16A) mit einem Typ-2-Stecker an einer Wallbox/Ladestation in vier Stunden aufladen.

Vom Premium-Sound-System profitieren alle Insassen des Fahrzeugs, ebenso vom Geräuschkomfort. Denn trotz seiner Größe und dem starken Antrieb ist beim Outlander PHEV im Innenraum kaum etwas von äußeren Geräuschen zu hören.

Stauraum findet man im teilelektrifizierten Fahrzeug von Mitsubishi zu genüge, um die Wocheneinkäufe unterzubekommen oder einen größeren Shopping-Trip anzutreten. Selbst für den nächsten Camping-Trip gibt's genügend Platz, um alles verstauen zu können. Dank einer Ladekantenhöhe von 734 mm können Taschen, Zelte und Co. auch problemlos ein- und ausgeladen werden.

Der Plug-In-Hybrid SUV von Mitsubishi bringt es auf eine Leistung von 165 kW (224 PS). Diese ermöglicht dem Outlander den Sprint von null auf 100 Stundenkilometer in 10,5 Sekunden. Von 40 auf 60 km/h geht es in 2,5 Sekunden; von 80 auf 100 km/h in 3,7 Sekunden. Rein elektrisch kann der PHEV nach WLTP 57 Kilometer fahren und zieht hierfür seine Energie aus dem 13,8 kWh großen Akku. Die Höchstgeschwindigkeit des Fahrzeugs wird rein elektrisch mit 135 km/h angegeben. Die Höchstgeschwindigkeit im Hybrid-Modus beträgt 170 km/h.

Info:

Weitere Infos
Autohaus Raber
Nachtweide 14-16
67433 Neustadt
06321-130150
www.autohaus-raber.de

Fashion-Fehler
Das lässt Sie alt aussehen

Viele Looks machen ihre Träger nicht jünger, sondern älter, als sie tatsächlich sind. Wie sollen sich Männer und Frauen modern und gleichzeitig altersgerecht kleiden – ohne, dass es aufgesetzt wirkt? Was ziehe ich im Alter an, ohne altbacken zu wirken? Und wie vermeide ich umgekehrt, zu gewollt jung auszusehen? Fragen, die viele Menschen jenseits der 30 beschäftigt. Vor allem Frauen, aber auch immer mehr Männer.

Die schlechte Passform

Dass ein zu großes Sakko Männer schnell alt aussehen lässt, wissen die meisten. Außer die Träger selbst. Dass aber auch die Jeans die richtige Form braucht, ist augenscheinlich auf den Straßen ein größeres Problem, stellt die Stylistin Stefanie Klopf fest. Bei der richtigen Jeans geht es weniger um die trendige Form. Wichtiger ist es, mit dem eigenen Körper zu arbeiten. Je besser man seine Problemzonen zu kaschieren weiß, desto jünger sieht man aus.

Auch wenn die Skinny-Jeans 2019 bleiben, sind Männer mit etwas Bauch mit einem geraden Schnitt besser beraten. Bei Frauen jenseits der 30 kann die Boyfriend-Jeans schnell sackartig aussehen. Und eine zu figurbetonte Jeans wiederum an einer über 50-Jährigen albern, wenn die Figur nicht mehr entsprechend ist, denn: Man kann nicht etwas betonen, was man nicht mehr hat. Wenn der Po flacher geworden ist oder die Schenkel breiter, würde frau lediglich ihre Schwachstellen entblößen. Zu enge Kleidung will eine Jugendlichkeit betonen, die dann nicht mehr da ist.

Bei der Passform gilt es folglich, die richtige Balance aus weiter und enger Kleidung für die Proportionen zu finden: Weder darin die Mama-Figur verstecken - noch Schwachstellen unnötig ausstellen, sondern die Körperteile betonen, die top aussehen.

Falsche Farben

Je älter man wird, desto gedeckter sollten die Farben ausfallen - solche universellen Stylingregeln haben sich glücklicherweise überholt. Ältere Menschen können Mut zur Farbe zeigen und trotzdem altersgerecht gekleidet sein, wie prominente Beispiele wie die New Yorkerin Iris Apfel zeigen.

Bei der Farbwahl gibt es kein allgemeingültiges Richtig - aber viele individuelle Fehlgriffe. Vorsicht vor dem großflächigen Einsatz knalliger Farben. Deshalb: Knallige Farben lieber auf kleinerer Fläche. Als Kragen unter einem Pullover oder als Accessoires. Dann eignen sich Farben hervorragend, um Grau und Beige das Altbackene zu nehmen. Und reinem Schwarz das Harte. Die mädchenhaft niedlichen Farben kann man zwar in jedem Alter tragen, die Frage ist jedoch, ob sie eine Hauptrolle spielen oder sie vielleicht in einer Kombination mit sachlichen Farben besser zu einem Alter jenseits der 20 passen. Wahrer Stil offenbart sich ohnehin, wenn man gekonnt Linien durchbricht.

Wer in der Mode mit Kontrasten und Brüchen arbeitet, hat sich meist damit intensiv auseinandergesetzt. Sie sind es letztlich, die eine moderne Mode ausmachen. Grau mit Rosa, Beige mit Gelb - alles Brüche, die ein Outfit spannend und damit modern machen. Auch hier gibt der Körper mit dem Hautton und der Augenfarbe die Farbwahl vor.

Konservativer Muster- und Stoffmix

Cord, Tweed, Hahnentritt, Wolle, Karos - besonders im kommenden Winter beliebte Stoffe und Muster und auch auf den Laufstegen sehr angesagt. Aber im Mix können sie schnell altbacken aussehen.

Der Kompromiss: ein Catch-Item wählen und das restliche Outfit modern halten. Mode sollte nicht wie in den Achtzigern oder Neunzigern getragen werden, sondern neu. Also nicht die Pfeffer-und-Salz-Hose mit dem Tweed-Blazer, sondern als Frau mit einem schönen Strickpullover oder einer weißen Bluse und als Mann mit einem weißen Hemd. Den Wintermantel nicht im klassischen Schnitt und noch dazu aus Kamelhaar. Den Cardigan-Schalkragen nicht auch noch in Beige.

Weniger altmodisch sehen Männer und Frauen übrigens immer mit hochwertigen Materialien aus. Kaschmir, Seide, eine gute Baumwolle. Gerade jetzt im Sommer, wenn gerne leichte Stoffe – vorzugsweise Baumwolle – getragen werden, sollte das Material von besonderer Güte sein. Knittrig macht nun mal älter.

Zu viel Vintage

Ob die Perlenkette und das Sechziger-Seidentuch bei Frauen oder der Siegelring bei Männern: Auch zu viele Accessoires - vor allem die aus einer anderen Zeit - können ihre Träger älter aussehen lassen.

Die Henkeltasche von der Großmutter, die geerbte Uhr vom Vater, die madamig aussehende Statement-Kette - sie passen, wenn auch sie wieder im Kontrast getragen werden: Die kompletten Looks, die von oben bis unten stimmen, sind es, die alt machen. Die Perlenkette passt also besser zur Jeans als zum Rock, der Siegelring zum Holzfällerhemd.

Teenager–Marken tragen

Wer die Sachen des Kindes im Teenageralter trägt, sieht albern aus. Man muss sich von manchen Trends und bestimmten Kleidungsstücken einfach irgendwann konsequent verabschieden. Man kann sich nicht zehn oder sogar 20 Jahre jünger kleiden, als man wirklich ist.

Der Kompromiss: Die Geschäfte und Marken finden, die demokratischere Mode anbieten: minimalistisch, hochwertig, gerade geschnitten. Die skandinavische oder japanische Mode schmeichelt hier Problemzonen besser als die Mode aus Spanien oder Italien.

Es gibt für jedes gewünschte oder ersehnte Haarvolumen eine Lösung. Wir sind spezialisiert auf Haarverlängerungen und Haarverdichtungen und zaubern Ihnen ein Lächeln ins Gesicht.

Ihr Zweithaar-Spezialist in Neustadt

Leiden Sie unter Haarausfall?

Aus mehreren Gründen kann das Haar weniger werden. Haare können entweder durch schnelle Gewichtsabnahme, altersbedingt, auch durch Krankheiten oder medizinische Behandlungen ausfallen.

Seien Sie es sich Wert! Wir arbeiten mit Ihrer Krankenkasse.

Teezze Esta® SWISS

Hair & Beauty
Talstraße 227, 67434 Neustadt
office@teezze-esta.com
www.teezze-esta.de

Melden Sie sich gerne und vereinbaren einen unverbindlichen Beratungstermin unter **06321 – 954 26 31**.

Calligraphy Cut – neue Technik für unkompliziertes Haarvergnügen

„Ich bin sehr zufrieden mit meiner Frisur und kann wirklich einen enormen Unterschied zu einem herkömmlichen Haarschnitt mit der Schere feststellen", sagt Elke Fillibeck. Schon mehrfach hat sie sich ihre Haare per Calligraphy Cut schneiden lassen. Diese Schneidtechnik wird mit einem langstieligen Messer ausgeführt, das an eine Schönschreibfeder, also einen Kalligraphen, erinnert.

Das Messer hat einen voreingestellten Schnittwinkel von 21 Grad, was einen sauberen, schrägen Schnitt mit langer Schnittkante, also größerer Oberfläche, ermöglicht. Das Haar ist nach der neuen Schnitttechnik weniger splissanfällig, glänzt mehr, wirkt weicher, duftiger und voluminöser. Dies bestätigt Elke Fillibeck. Ihr feines, glattes Haar bedurfte bislang einer täglichen Wäsche und aufwändigem Styling, welches mit Glück bis zum Mittag hielt. „Das brauche ich jetzt nicht mehr. Nur kurz föhnen, mit den Fingern vielleicht durchwuscheln, fertig. Auch die tägliche Wäsche ist nicht mehr erforderlich. Ich spare viel Zeit und Aufwand und für meine Haare ist es natürlich auch besser", bestätigt sie.

Sabrina Canetovic arbeitet im Salon *haareszeiten mein Friseur* in Neustadt und wendet die neue Schneidtechnik sehr gerne an. „Der Calligraphy Cut eignet sich für alle Haartypen und auch Frisuren und verleiht dem Haar mehr Lebendigkeit, Fülle und Schwung. Die Haare sind weniger gestresst und das kann man einfach sehen. Aber das Wichtigste ist: Die Kunden kommen sehr gut mit dem Schnitt zurecht und bemerken tatsächlich eine schöne Veränderung." „Bislang musste ich alle vier Wochen zum Nachschneiden kommen, jetzt sind die Intervalle deutlich länger und die Frisur sieht immer noch toll aus", berichtet Elke Fillibeck.

Nur in ausgesuchten und lizensierten Friseursalons ist der Calligraphy Cut zu finden. In der Neustadter Innenstadt bietet der Salon *haareszeiten mein Friseur* von Detlef Valnion exklusiv diese Technik zusätzlich zu seinen gewohnten umfangreichen Serviceleistungen an. „Die Zahl der Kunden, die sich für den Calligraphy Cut entscheiden, ist stetig steigend", bestätigt Inhaber Detlef Valnion, der die neue Schnitttechnik gerade für den Trend nach unkomplizierten Frisuren als ideal ansieht.

Übrigens: Der Salon *haareszeiten mein Friseur* feiert in diesem Jahr sein 15-jähriges Jubiläum.

Der Salon befindet sich in einem denkmalgeschützten Sandsteingebäude, welcher umgeben von einem verwunschenen Garten, an der Straßenkreuzung Branchweilerhofstraße / Martin-Luther-Straße liegt. Ausreichend öffentliche, kostenlose Parkplätze befinden sich unmittelbar neben dem Salon.

Info:

Anmeldung und Kontakt:
haareszeiten mein Friseur
Branchweilerhofstraße 11
67433 Neustadt an der Weinstraße
06321-499144
Öffnungszeiten:
dienstags bis freitags von 9 bis 18 Uhr
samstags von 8 bis 12 Uhr
Zusätzliche Termine nach Vereinbarung

Alle Premiumleistungen schon ab 1.600 Euro

Mein GDA-Grund:
freie Entfaltung in einer aktiven Gemeinschaft.

Wohnen und Leben mit Anspruch.

- schöne 1–3 Zimmer-Wohnungen
- herrliche Lage mit Ausblick
- vielfältiges Kultur- und Freizeitangebot

GDA Neustadt
Telefon 06321 37-2800
Ansprechpartnerin: Anemone Frisch
www.gda.de

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

GDA
Da will ich leben

Wir schaffen *Lieblingsplätze*

Seit 50 Jahren schafft R. Ladwig GmbH, Wintergartenzentrum Süd-West in Dannstadt-Schauernheim Lieblingsplätze. Zunächst beschäftigte sich das Unternehmen mit Fenstern, die Licht ins Haus ließen. Doch dann waren es die Wintergärten, die den Wohnraum erweiterten und das Sommergefühl ganzjährig ins Haus holten. Weit mehr als 5.000 Wintergärten wurden in den Jahren realisiert. Tageslicht, die optische Weite durch das Glas, kombiniert mit Qualität und Komfort lassen Lieblingsplätze für Menschen entstehen. Heute ist der Sommergarten bei Bauherren und Immobilienbesitzern ein großes Thema. Damit wird die Terrassen-Saison verlängert und unabhängig von der jeweiligen Wetterlage nutzbar gemacht. Beschattungen, Wetterschutz und auch das Schaffen von Privatsphäre wird ganz nach Wunsch, Bedürfnis und Gegebenheiten realisiert. Der Sommergarten ist weniger als Wohnraumerweiterung, sondern mehr als Verlängerung der Outdoorsaison mit Wohlfühlcharme zu verstehen. Mit einer Leichtigkeit durch ein Plus an Glas und schmäleren Profilen, dabei ausgestattet mit Raffinesse, auf Wunsch auch per Funksteuerung, wird der Sommergarten zu einer pfiffigen Lösung. Er ist einfach an eine Bestandsimmobilie nachzurüsten und bietet eine Vielzahl von individuellen Möglichkeiten.

Kein Wintergarten und kein Sommergarten gleichen dem anderen. Bauliche Vorgaben und der persönliche Gestaltungsgeschmack lassen eine Vielzahl von Lösungen und Optionen zu. Die erste Frage, die bei der Planung eines Wintergartens geklärt werden muss, gilt immer der Hauptnutzung. Die Entscheidungen, die es zu treffen gilt, sind nicht immer leicht und so ist es von großem Wert, einen erfahrenen Partner an seiner Seite zu wissen.

Große Ausstellung als Ideenpool

Das Wintergartenzentrum Süd-West in Dannstadt bietet mit seiner über 1.000 Quadratmeter großen Wintergartenausstellung und einer Vielzahl kom-

Wir nehmen Wohlfühlen persönlich.

Ralf Bißoir
öffentlich bestellter und
vereidigterSachverständiger

diefliese

Meisterbetrieb
Verkauf und Verlegung

Meisterhaft

Besuchen Sie uns in unserer Ausstellung:
Do., Fr. 10 Uhr-12.30 + 14-18 Uhr
Samstag 10-13 Uhr und nach Vereinbarung

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

Ein Wintergarten lebt von

plett aufgebauten und eingerichteten Winter- und Sommergärten genau die Plattform und Entscheidungshilfe, die es benötigt, die Idee des Glashauses hautnah zu erleben, anzufassen und die Schönheit und Vielfalt der Möglichkeiten direkt vor Augen zu haben. In einem überwältigenden Ambiente und ruhiger Atmosphäre können die im Vorfeld meist vagen Vorstellungen und Wünsche konkretisiert werden und reifen letztendlich zu einem Lieblingsplatz. Die Ausstellung ist ständig in Bewegung, damit Neuheiten, neue Techniken und Möglichkeiten dargestellt werden können. Es ist leicht, sich dort in seinen Lieblingsplatz zu verlieben.

Da der Wintergarten in der Regel eine umfangreiche Baumaßnahme mit Gewerken wie Fundament, Beheizung, Belüftung, Beschattung, Elektronik, Maler- und Fliesenarbeiten und anderes mehr beinhaltet, ist es Inhaber Hans Ladwig ein großes Anliegen, seine Kunden akribisch und selbstverständlich individuell zu beraten und zu begleiten. In einem Vorortttermin lernt er die räumlichen Gegebenheiten und auch den Wohnstil des Bauherrn kennen. Dabei taucht er weit in das persönliche Umfeld seiner Kunden ein und ist sich des Vertrauens sehr bewusst. „Ich stehe in einer großen Verantwortung", sagt Ladwig, der für seinen Auftraggeber das Bestmögliche schaffen will. Denn tatsächlich wird ein Wintergarten nicht für einen kurzen Zeitraum, sondern für die nächsten Jahrzehnte geplant.

Ein Wintergarten lebt von Licht, Transparenz und Atmosphäre. Deshalb kümmert sich Ladwig auch um Fragen des Dachrückschnitts des Hauses oder Anbindung des Wintergartendaches an die bestehende Dachkonstruktion. Statische und technische Vorgaben bezüglich der Wärmedämmung ebenso wie Brandschutzbestimmung oder Denkmalschutzrichtlinien müssen bei der Planung und Realisierung berücksichtigt werden. „Wir arbeiten mit zwei Architekten zusammen an der optimalen Lösung,

Licht, Transparenz und Atmosphäre

sowohl für die Vorstellung des Kunden als auch in Fragen der notwendigen Genehmigungen", sagt Ladwig. Neben allen technischen und rechtlichen Vorgaben stehen für Ladwig jedoch die Qualität und die Ästhetik des Wintergartens im Vordergrund, woraus die gewünschte Atmosphäre letztlich resultiert. Nur so wird aus dem Wohnraum des Kunden tatsächlich ein Wohn-Traum.

Die Ausstellung ist an sieben Tagen in der Woche geöffnet von montags bis freitags von 9 bis 18 Uhr, samstags von 11 bis 15 und sonntags von 11 bis 17 Uhr.

Info:

Kontakt
Wintergartenzentrum Süd-West
R. Ladwig GmbH
Industriestraße 20
67125 Dannstadt-Schauernheim
06231 – 9183-0
www.ladwig.de

Farben, Muster, Qualität: *Bassetti!*

Einzigartige Farbkombinationen, traumhafte Stoffe und eindrucksvolle, unverwechselbare Dessins zum Verlieben – dafür steht die Bassetti Granfoulard-Kollektion. Wer seinem Zuhause ein neues Flair verleihen und noch dabei sparen möchte, ist im Bassetti-Outlet in Mutterstadt genau richtig.

Hier findet man Bettwäsche, Plaids, Tagesdecken, Kissen, Tischdecken und Kimonos. Und auch Spannbettlaken, auch für Wasserbetten und Boxspring-Betten, gibt es in einer großen Farbauswahl.

Schon beim Betreten des Bassetti-Outlet-Stores wird der Kunde von italienischer Lebensfreude empfangen. Mit viel Liebe zum Detail werden hier die Vorjahreskollektionen, Auslaufmodelle sowie II. Wahl-Artikel des Traditionsunternehmens präsentiert. Durch die Verarbeitung von 110 Fäden pro cm² und der hochwertigen Drucktechnik entsteht die einzigartige Qualität.

Mit viel Engagement und individuellem Einsatz kümmert sich das Outlet-Team um die Wünsche der Kunden. Man nimmt sich viel Zeit für eine ausführliche Beratung und das Zeigen der vielfältigen Kombinationsmöglichkeiten.

Die schöne Auswahl lädt zum Eintauchen in die eindrucksvolle Bassetti-Welt ein und lässt Haus und Garten – passend zum Sommer – in neuen Farben und frischem Charme erstrahlen.

Info:

Kontakt:
Bassetti Factory-Outlet Mutterstadt
Am Floßbach 5
67112 Mutterstadt
06234-9477515

Stiche ernst nehmen

Endlich! Der Sommer ist da. Zeit für Garten, Schwimmbad, Park und Eisdiele. Aber Vorsicht ist geboten. Denn auch Insekten wie Bienen, Wespen, Hummeln und Hornissen lieben die warme Jahreszeit und sind vor allem an diesen beliebten Plätzen anzutreffen. Für die hierzulande rund 2,8 Millionen Insektengiftallergiker bedeutet das, umsichtig zu handeln und die Insekten im Blick zu haben. Denn werden die Allergiker gestochen, besteht für sie sogar Lebensgefahr.

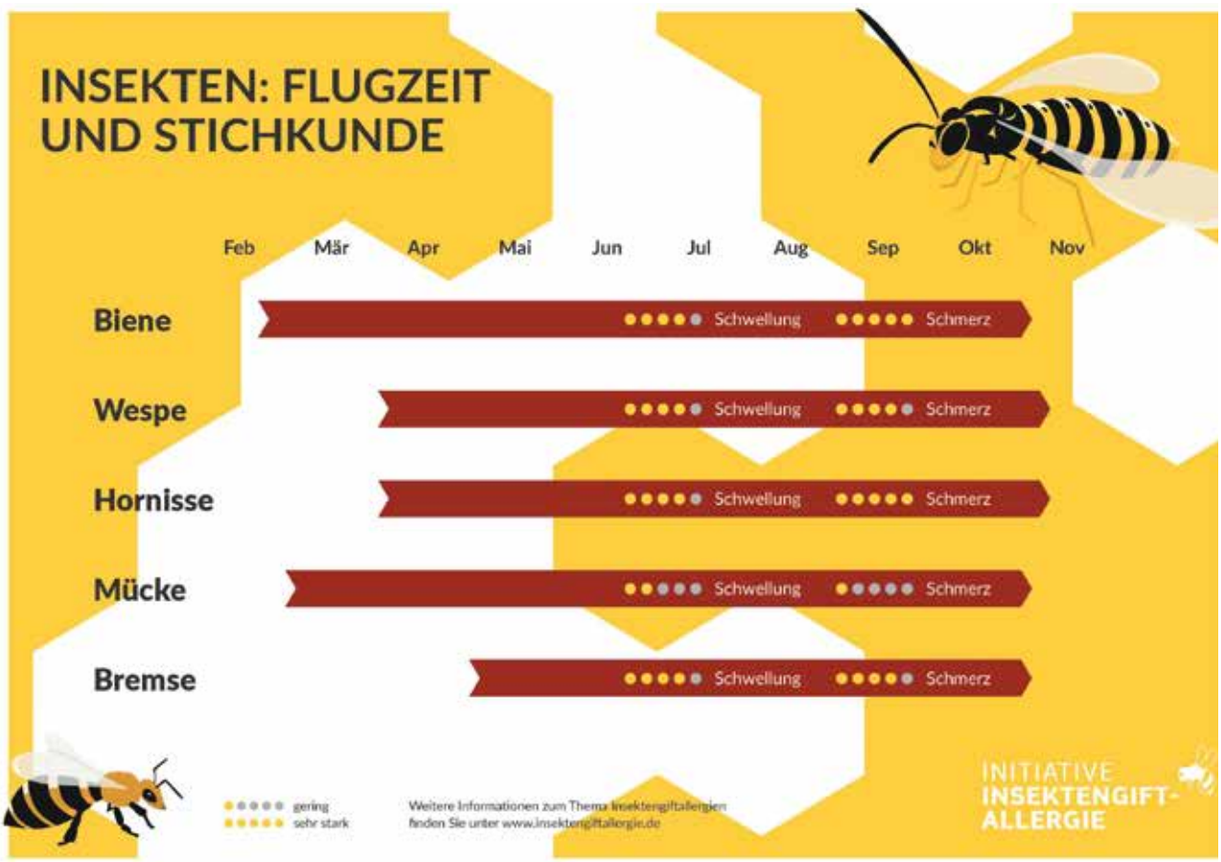
Die Stichstelle: gerötet, geschwollen und äußerst schmerzhaft

Für Nicht-Allergiker ist ein Insektenstich vor allem lästig: Mehrere Tage andauernde Rötungen, Schwellungen und Schmerzen sind die Folge.

Besonders Hornissenstiche sind äußerst schmerzhaft, gefolgt von Wespen- und Bienenstichen. Bei Letzteren bleibt der Stachel meist in der Haut stecken und sollte vorsichtig, ohne den Giftsack zu zerdrücken, entfernt werden.

Anzeichen einer Allergie sofort erkennen

Bei einem Insektenstich ist es wichtig, die eigene Reaktion aufmerksam zu beobachten. Eine Nesselsucht (Urtikaria), Schwellungen im Gesicht und am Hals oder Juckreiz an Handinnenflächen sowie Fußsohlen deuten auf eine Allergie hin. Diese Reaktionen können sich bis zum lebensbedrohlichen anaphylaktischen Schock entwickeln. „Jeder Mensch, der einmal von einer Biene oder Wespe gestochen wurde, kann eine Insektengiftallergie entwickeln. Wer schon einmal weiterreichende Reaktionen infolge eines Stichs



hatte, sollte dies von einem Allergologen klären lassen", rät Frau Prof. Dr. med. Franziska Ruëff, Dermatologin und Oberärztin an der Ludwigs-Maximilians-Universität in München.

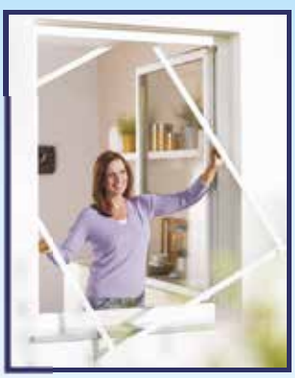
Deshalb ist eine frühzeitige Diagnose und Therapie durch einen Allergologen von großer Bedeutung. „Der Allergologe entscheidet nach einem ersten Gespräch, ob eine Allergiediagnostik sinnvoll ist. Blut- und Hauttests sorgen dann für Klarheit." sagt Professor Ruëff. Stellt er eine Allergie fest, verschreibt er in der Regel ein Notfallset, das Insektengiftallergiker vor allem im Sommer jederzeit bei sich tragen sollten.

Langfristig vorbeugen mit der Allergie-Impfung

„Für Insektengiftallergiker kann eine spezifische Immuntherapie, also eine Hyposensibilisierung, lebensrettend sein", so Professor Ruëff. Denn nach dieser Impfung sind 90 Prozent der Patienten nahezu beschwerdefrei und ihr Immunsystem reagiert wieder normal. Die Hyposensibilisierung wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) als einzig ursächliche Behandlungsmethode empfohlen. Bei entsprechender Diagnose übernehmen alle Krankenkassen die Kosten der Therapie.

Weitere Informationen zur Feststellung und Behandlung von Insektengiftallergien gibt es unter www.insektengiftallergie.de. Die Initiative Insektengiftallergie bietet Patienten, Angehörigen und Interessierten Informationen rund um Allergien auf Stiche von Wespen, Bienen, Hornissen und Hummeln. Ziel der Initiative ist die Aufklärung über die Gefahren von Insektenstichen, die Auslöser sowie die Behandlung der daraus resultierenden Allergie.

Fliegengitter für Fenster & Türen nach Maß!



Alle Formen! Alle Farben!

5 gute Gründe für Hauck - Insektenschutz:
- höhere Wohnqualität: entspannter schlafen - besser wohnen
- eigene Produktion: individuell für Sie gefertigte Qualitätsprodukte
- unauffälliges Design: zeitlos und schlicht
- alles aus einer Hand: persönlicher Service von Meisterhand
- praktisch: bedienfreundlich und leicht zu reinigen

Hauck Fliegengitter

Unsere Ausstellung ist samstags von 9°°- 14°°Uhr für Sie geöffnet!

Hans-Böckler Str. 71
67454 Hassloch

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

Die sportliche Sommerzeit

Am späten Nachmittag und frühen Abend ist es draußen wesentlich wärmer als um 12 Uhr mittags – gut zu wissen, wenn man im Sommer sein Training im Freien planen möchte.

Nachmittags ist es am wärmsten

„Wer in heißen Sommermonaten Sport treibt, dem hilft es zu wissen, wann die Temperaturen am Tag am höchsten und am niedrigsten sind", erklärt Matthias Habel, Meteorologe und Pressesprecher bei WetterOnline. Denn diese können das Training und den Kreislauf maßgeblich beeinflussen. „Am heißesten ist es nicht zur Mittagszeit, wie viele Leute denken, sondern am späten Nachmittag und frühen Abend", verrät Wetterexperte Habel. „Zwar haben wir im Sommer gegen 13.30 Uhr den Sonnenhöchststand und die intensivste Sonneneinstrahlung, aber die höchsten Temperaturen messen wir erst gegen 17 bis 18 Uhr." Dies liegt vor allem daran, dass sich die Luft immer vom Boden aus erwärmt. Die

Sonnenstrahlen treffen erst auf den Boden und erhitzen ihn, bevor auch die Temperatur der Luft ansteigt. Die maximalen Werte werden also erst einige Stunden nach dem Sonnenhöchststand erreicht, wenn sich der Boden und anschließend die Luft am meisten erhitzt haben.

Um den Kreislauf zu schonen, sollten Sportler ein Training in der späten Nachmittagshitze vermeiden und auf die Morgenstunden ausweichen. „Die tiefste Temperatur des Tages messen wir fast immer am frühen Morgen, kurz nach Sonnenaufgang. Dann ist der Boden über Nacht abgekühlt und der Einfallswinkel der Sonnenstrahlen noch zu gering, um ihn direkt wieder zu erhitzen", erklärt Meteorologe Matthias Habel.

Gut zu wissen

Ob morgens oder abends, beim Sport im Sommer ist es besonders wichtig, ausreichend zu trinken, um die körpereigene Klimaanlage in Gang zu halten. Durch das Schwitzen verliert der Körper viel Wasser. Am besten trinkt man schon vor dem Training und auch immer wieder zwischendurch. Denn bei hohen Temperaturen schwitzen wir einfach mehr. Natriumreiches Wasser oder Fruchtsaftschorlen sind als Getränke ideal. Sie geben vor und nach dem Training schnell Energie. Leichte Funktionskleidung hilft zudem, während des Sports den Schweiß abzutransportieren und einer Überhitzung des Körpers vorzubeugen. Wer zusätzlich eine Kappe trägt, kann sich so vor einem Sonnenstich schützen. Auch sollten wir genau auf die Signale unseres Körpers hören, um eine Überanstrengung zu vermeiden.

Wem Joggen oder Radfahren bei der Hitze zu anstrengend ist, kann sich bei sportlichen Aktivitäten im und auf dem Wasser in Form halten. Beim Schwimmen, Paddeln oder Surfen sind hohe Temperaturen meist besser zu ertragen und auch die Abkühlung ist nicht weit entfernt.

Schwimmbäder in der Pfalz

1 Freizeitbad CabaLela

Bückelhaube 11, 67269 Grünstadt
Ganzjährig geöffnet

Öffnungszeiten:
Montag: 6.30 bis 21 Uhr, Dienstag, Donnerstag, Freitag und Samstag: 8 bis 21 Uhr
Sonntag und an Feiertagen: 8 bis 20 Uhr
Schulungen:
Schwimmkurse für Kinder, Babyschwimmen, CabaLela Fitness, CabaLela Fit for Work
www. www.cabalela.de

2 Freibad Hettenleidelheim

Am Schwimmbad, 67310 Hettenleidelheim
Geöffnet ab: 18. Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag bis Sonntag: 8.30 bis 19 Uhr (Im Hochsommer ggfs. bis 20 Uhr)
www.schwimmbad-hettenleidelheim.de

3 Freibad Altleiningen

Burgstraße, 67317 Altleiningen
Geöffnet ab: Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Mai bis September - täglich: 9 bis 19 Uhr
Schulungen:
Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene
www.vg-l.de

4 OstparkBad Frankenthal

Am Kanal 2, 67227 Frankenthal
Ganzjährig geöffnet

Öffnungszeiten:
Montag: 10 bis 20 Uhr, Dienstag und Donnerstag: 6.30 bis 23 Uhr, Mittwoch, Freitag und Samstag: 8 bis 23 Uhr, Sonntag und an Feiertagen: 8 bis 21 Uhr
Schulungen:
Schwimmkurse für Kinder, Babyschwimmen, Aqua-Cycling, Aqua-Body-Workout
www.ostparkbad.de

5 StrandBad Frankenthal

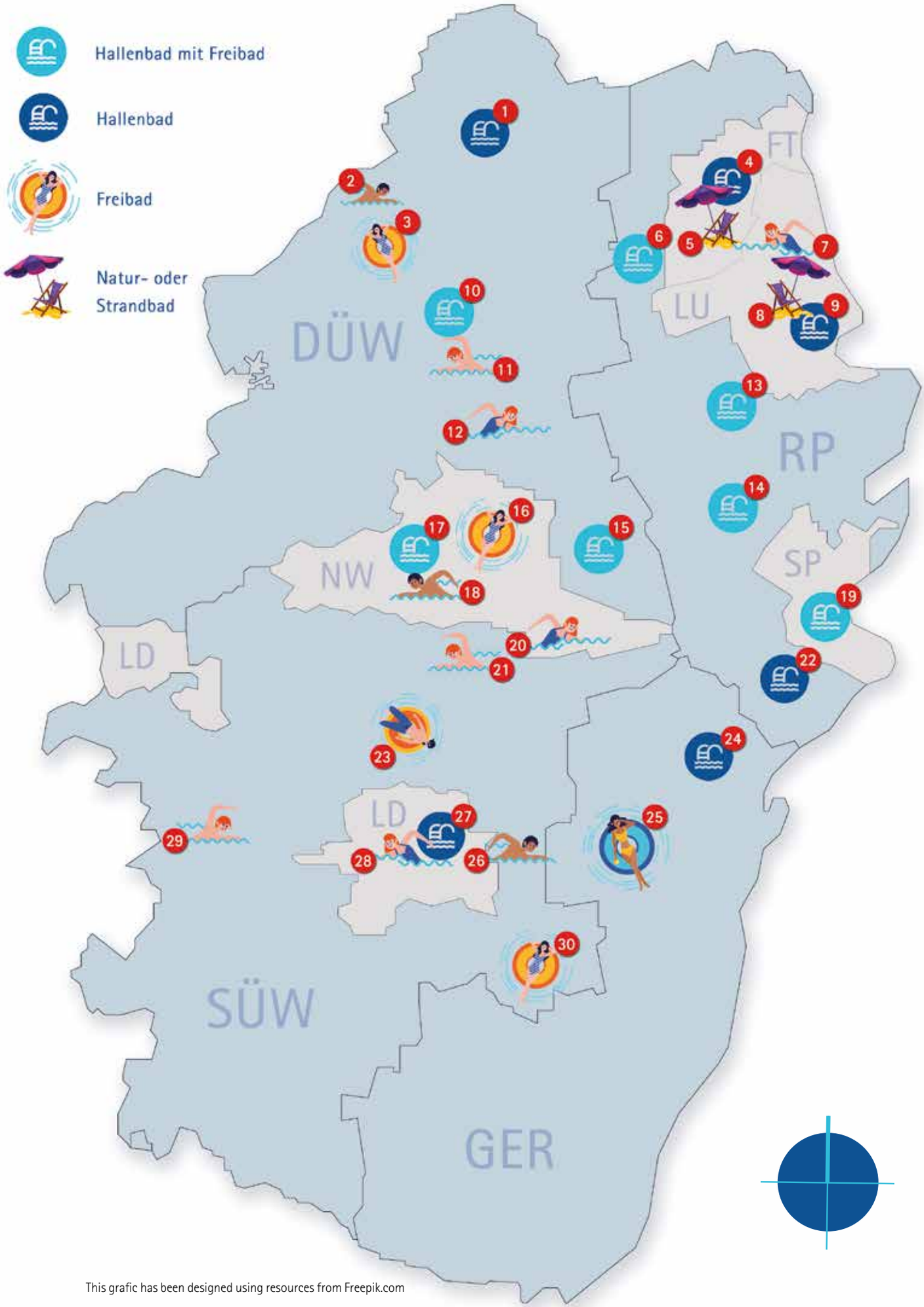
Meergartenweg, 67227 Frankenthal
Geöffnet ab: 13. Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag bis Sonntag: 9 bis 20 Uhr
www.ostparkbad.de

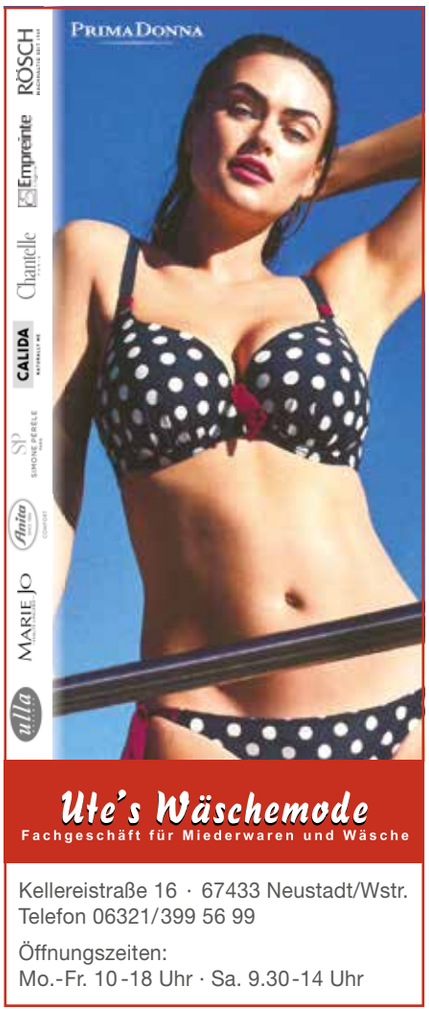
6 Frei- und Hallenbad Kreisbad Maxdorf-Lambsheim

Heidweg, 67133 Maxdorf
Ganzjährig geöffnet

Öffnungszeiten:
Montag: 13 bis 18 Uhr, Dienstag bis Freitag: 13 bis 21.30 Uhr
Samstag: 11 bis 18 Uhr und Sonntag 9 bis 19 Uhr
Schulungen:
Schwimmkurse für Kinder, Wassergymnastik, Babyschwimmen, Aqua-Biking und Aqua-Jogging
www.rhein-pfalz-kreis.de



This grafic has been designed using resources from Freepik.com



7 Freibad am Willersinnweiher

Am Strandweg, 67063 Ludwigshafen
Geöffnet ab: 11. Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag bis Mittwoch: 9 bis 20 Uhr, Donnerstag: 7 bis 20 Uhr, Freitag: 9 bis 20 Uhr
Samstag, Sonntag und an Feiertagen: 8 bis 20 Uhr
www.ludwigshafen.de

8 Naturfreibad Blies

Bliesstraße, 67067 Ludwigshafen
Geöffnet ab: 19. Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag: 10 bis 20 Uhr
Samstag und Sonntag: 9 bis 20 Uhr
www.blies-bad.de

9 Hallenbad Süd

Erich-Reimann-Straße, 67061 Ludwigshafen
Geöffnet ab: 11. Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag: 8 bis 20 Uhr, Dienstag: 7 bis 20 Uhr, Mittwoch: 8 bis 18 Uhr, Donnerstag: geschlossen, Freitag: 7 bis 20.45 Uhr, Samstag: 7 bis 14 Uhr und Sonntag: 9 bis 14 Uhr
Schulungen:
Aqua-Jogging
www.ludwigshafen.de

10 Freizeitbad Salinarium

Kurbrunnenstraße 28, 67098 Bad Dürkheim
Geöffnet ab: 14. April 2019 (Freibad),
Hallenbad: ganzjährig

Öffnungszeiten:
Montag: 9 bis 17.45 Uhr, Dienstag & Donnerstag: 9 bis 22 Uhr, Mittwoch: 6.45 bis 22 Uhr, Freitag: 9 bis 23 Uhr, Samstag, Sonntag und an Feiertagen: 9 bis 21 Uhr
Schulungen:
Babyschwimmen, Aqua Zumba, Aqua-Jogging, Wassergymnastik, Aqua-Power
www.salinarium.de

11 Freibad Wachenheim

Friedelsheimer Straße 13, 67157 Wachenheim
Geöffnet ab: 11. Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag bis Sonntag: 10 bis 20 Uhr
Schulungen:
Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene und Wassergymnastik
www.swwachenheim.de/freibad-infos.html

12 Freibad Oase im Paradiesgarten

Schwimmbadstraße 23, 67146 Deidesheim
Geöffnet ab: 11. Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag: 13 bis 20 Uhr, Dienstag & Donnerstag:
9 bis 19 Uhr, Mittwoch & Freitag: 10 bis 20 Uhr
Samstag, Sonntag, an Feiertagen: 10 bis 19 Uhr
www.deidesheim.de/de/erlebnis-pur/freibad-oase-im-paradiesgarten.html

13 Freizeitbad Aquabella

Waldstraße 59, 67112 Mutterstadt
Geöffnet ab: 1. Mai 2019 (Freibad), Hallenbad: ganzjährig

Öffnungszeiten:
Montag: 10 bis 18 Uhr, Dienstag: 9.30 bis 19 Uhr, Mittwoch: 7 bis 21.30 Uhr, Donnerstag und Freitag: 9.30 bis 21.30 Uhr, Samstag: 10 bis 18 Uhr und Sonntag: 9 bis 18 Uhr
Schulungen:
Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene, Babyschwimmen, Wassergymnastik, Aqua-Fitness
www.mutterstadt.de

14 Kreisbad Schifferstadt

Am Sportzentrum 2, 67105 Schifferstadt
Geöffnet ab: 1. Juni 2019 (Freibad), Hallenbad: ganzjährig

Öffnungszeiten:
Montag: 14 bis 18 Uhr (nur für Erwachsene), Dienstag bis Donnerstag: 14 bis 21 Uhr, Freitag: 14 bis 20 Uhr, Samstag: 10 bis 17 Uhr und Sonntag: 8 bis 17 Uhr
Schulungen:
Babyschwimmen und Aqua-Biking

15 Freibad Badepark Haßloch

Lachener Weg 175, 67454 Haßloch
Geöffnet ab: 15. Mai 2019 (Freibad), Hallenbad: ganzjährig

Öffnungszeiten:
Montag: geschlossen
Dienstag, Mittwoch und Samstag: 10 bis 20 Uhr
Donnerstag und Freitag: 10 bis 22 Uhr
Sonntag und an Feiertagen: 10 bis 19 Uhr
Schulungen:
Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene, Aqua-Jogging und Aqua-Biking
www.badepark.de

16 Freibad Mußbach

Am Weißen Haus, 67435 Neustadt an der Weinstraße
Geöffnet ab: 18. Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag: 13 bis 19 Uhr
Samstag, Sonntag & an Feiertagen: 10 bis 19 Uhr
Schulungen:
Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene
www.schwimmbad-mussbach.de

Soho
Ihr Hotel in Landau
Restaurant | Weinlounge | Cafe
Events | Tagungen

Veranstaltungsräume
für Meetings und Familienfeiern, Firmenevents
sowie private oder geschäftliche Festlichkeiten.

Grillevent mit Live-Musik...

Termine für die
BBQ Küchenparty
im Soho-Restaurant

15. Juni / 06. Juli / 31. August

GOLDBERGS
KOCHSCHULE

Der besondere Event:
Kochen im Team,
zur Familienfeier, Geburtstag,
Party unter Freunden

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

17 Stadionbad Neustadt
Talstraße 110, 67434 Neustadt
Geöffnet ab: Winter- und Sommerbetrieb

Öffnungszeiten:
Montag bis Sonntag: 10 bis 19 Uhr
Schulungen:
Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene und Aqua-Jogging
www.swneustadt.de/energieanbieter/ihr-stadionbad/

18 Freibad Hambach
Diedesfelder Weg, 67434 Neustadt
Geöffnet ab: 30. Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag: 13 bis 19 Uhr
Samstag, Sonntag und an Feiertagen: 10 bis 19 Uhr
www.freibadhambach.de

19 Bademaxx Speyer
Geibstraße 3, 67346 Speyer
Geöffnet ab: Mai/Juni 2019 (Freibad),
Hallenbad: ganzjährig

Öffnungszeiten:
Montag bis Samstag: 10 bis 22 Uhr (Hallenbad)
Sonntag und an Feiertagen: 10 bis 20 Uhr (Hallenbad)
Das Freibad hat im Mai und Juni täglich von 10 bis 19 Uhr und im Juli und August von 8 bis 20 Uhr geöffnet.
Schulungen:
Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene und Aqua-Gymnastik, - Vital, - und Biking
www.bademaxx.de

20 Freibad Duttweiler
Am Sportplatz, 67435 Neustadt
Geöffnet ab: Mitte Juni 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag bis Sonntag: 10 bis 19 Uhr
www.schwimmbad-duttweiler.de

21 Freibad Kalmitbad in Maikammer
Wiesenstraße 18, 67487 Maikammer
Geöffnet ab: 11. Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag, Mittwoch und Freitag: 10 bis 20 Uhr
Dienstag und Donnerstag: 6.30 bis 20 Uhr
Samstag, Sonntag, Feiertag: 8 bis 19 Uhr
www.vg-maikammer.de/freizeit/freizeit-einrichtungen/kalmitbad-maikammer/

22 Kreisbad Römerberg
Viehtriftstraße 106, 67354 Römerberg
Wegen Sanierungsarbeiten geschlossen. Wiedereröffnung im Sommer 2019
www.rhein-pfalz-kreis.de

23 Freibad Edesheim
Leonhard-Eckel-Siedlung, 67483 Edesheim
Geöffnet ab: Mitte Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag und Dienstag: 8 bis 20 Uhr, Mittwoch: 6 bis 20 Uhr
Donnerstag bis Sonntag und an Feiertagen: 8 bis 20 Uhr
www.ab-ins-schwimmbad.de/Edesheim/Freibad-Edesheim.html

24 Hallenbad Lingenfeld
Humboldtstraße 7, 67360 Lingenfeld
Ganzjährig geöffnet

Öffnungszeiten:
Montag: 15 bis 17.30 Uhr, Dienstag: 15 bis 21 Uhr, Mittwoch: 19.30 bis 21 Uhr, Donnerstag: 17 bis 19.30 Uhr, Freitag, Samstag, Sonntag und an Feiertagen: geschlossen
Schulungen:
Wassergymnastik und Seniorenschwimmen
www.vg-lingenfeld.de

25 Schwimmpark Bellheim
Zeiskamer Straße, 76756 Bellheim
Geöffnet ab: Mai 2019

Öffnungszeiten:
Juni, Juli und August - täglich: 9 bis 19 Uhr
Mai und September - täglich: 9 bis 22 Uhr
www.bellheim.de

26 Freibad Queichtalbad
Konrad-Lerch-Ring 6, 76877 Offenbach an der Queich
Das Bad wird derzeit umfänglich saniert

www.offenbach-queich.de/freizeit-kultur/einrichtungen/queichtalbad/

27 Freizeitbad LaOla
Horstring 2, 76826 Landau
Ganzjährig geöffnet

Öffnungszeiten:
Montag bis Donnerstag: 10 bis 22 Uhr, Freitag: 10 bis 23 Uhr,
Samstag: 10 bis 22 Uhr
Sonntag und an Feiertagen: 10 bis 21 Uhr
Schulungen:
Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene,
Babyschwimmen und Aqua-Fitness Kurse
www.la-ola.de

28 Freibad Am Prießnitzweg

Prießnitzweg 1, 76829 Landau
Geöffnet ab: 18. Mai 2019

Öffnungszeiten:
Montag, Mittwoch und Donnerstag: geschlossen
Dienstag: 6.30 bis 20 Uhr,
Freitag und Samstag: 6.30 bis 20 Uhr
Sonntag: 9 bis 20 Uhr
www.freibad-ld.de

29 Freibad Trifelsbad

Zweibrücker Straße, 76855 Annweiler am Trifels
Geöffnet ab: Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag: 11 bis 20 Uhr, Dienstag bis Freitag: 8 bis 20 Uhr
Samstag und Sonntag: 9 bis 20 Uhr
www.annweiler.de

30 Waldfreibad Herxheim

St. Christophorus Straße 8, 76863 Herxheim bei Landau
Geöffnet ab: 11. Mai 2019 (100 Tage)

Öffnungszeiten:
Montag und Donnerstag: 9 bis 20 Uhr,
Dienstag Mittwoch und Freitag: 6.30 bis 20 Uhr,
Samstag, Sonntag und an Feiertagen: 8 bis 19 Uhr
Schulungen:
Schwimmkurse für Kinder
www.waldfreibad-herxheim.de

M+E

Munter + Entspannt
Altdorfer Matratzengeschäft

Wir liefern und montieren ohne Aufpreis!

Neu bei uns:

Das Bett der 1.000 Möglichkeiten

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

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

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

Munter + Entspannt Altdorfer Matratzengeschäft · Warenhandelsgesellschaft mbH
Raiffeisenstraße 1 · 67482 Altdorf · Tel. 06327/961920 · Fax 06327/1699 · www.matratzenlager.com

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

Ulysses, eine Griechenkomödie aus Dänemark

Ludvig Holberg, der produktivste Theaterschriftsteller Dänemarks, muss im Jahr 1723 über manches in seiner Umwelt ganz schön irritiert gewesen sein. In vielen Bereichen verstand er seine Mitmenschen einfach nicht mehr, weder ihre fehlende Logik, was die Mittel der Politik und die Gestaltung der Gesellschaft anging, noch ihre blinde Gefolgschaft für das, was man gefälligst zu tun, zu denken und zu glauben hat. Statt sich aufzuregen, griff Holberg zu einer viel wirkungsvolleren Waffen: Humor. Er schrieb das Stück Ulysses von Ithacia, eine deutsche Komödie. Darin machte er sich über alles lustig, was ihm gegen den Strich ging, wie zum Beispiel:

Den allseits spürbaren Militarismus, der einfach davon ausging, man könne Probleme mit Waffengewalt lösen, wo man mit Gesprächsbereitschaft und Diplomatie viel weiterkäme. Die blinde Heldenverehrung, sowohl für die Generäle und Herrscher seiner Tage als auch für die Gestalten der griechischen Antike, die für ihn eher dumme Schlagetots waren.

Und nicht zuletzt die in seinem Berufsstand allgemein anerkannten Gesetze des Theaters, die aristotelischen Regeln von Einheit der Zeit, des Ortes und der Handlung. Und somit dauern bei Holberg zehn Jahre ein paar Minuten und die Bärte wachsen in Sekunden; Karthago liegt für ihn in Lappland; Gestalten aus der Bibel und der römischen Geschichte mischen vor Troja mit; und weitere typische Brüche.

Deshalb ist in dem Stück zwar Ulysses (Lennart Lube) der Titelheld, aber die wahre Hauptperson ist sein Diener Kilian (Andreas Müller), der den gesunden Menschenverstand vertritt. Ebenso treibt auf der Gegenseite nicht Paris (Nico Müller) die Handlung voran, sondern sein Adlatus Marcolfus (Alfred Schafflik), der sozusagen für alle einfachen Trojaner stehen kann. Nicht einmal die Göttinnen (Rike Müller-Albrecht, Riccarda Baaske, Ise Hammann) verhalten sich vernünftig, höchstens noch die junge Iris (Helen Bachtler), aber das war ja auch schon in der griechischen Sage und der homerischen Epen so. Und die Damen? Helena (Malin Hiegle) ist eine selbstverliebte Zicke, Penelope (Ise Hammann) hat nicht nur Verehrer, Rosimunda (Maya Eckel), die Schwester, und Hildegard (Jule Seiler), die Zofe von Helena, sind so vernagelt in ihrer Affenliebe, dass man sie nicht ernst nehmen kann. Die männlichen Personen sind eigentlich alle Soldaten und ihr Führer Holofernes (Felix Eckel) ist die Negativfolie eines Offiziers, die es so hoffentlich nicht mehr gibt.

Leider waren Ludvig Holberg und seine in der Entstehungszeit gerade in Deutschland sehr populären Stücke lange Zeit vergessen, obwohl es immer wieder Versuche gab, sie ins Gedächtnis der Menschen zurückzuholen. Dabei hat der moderne Überträger Heiko Postma recht, wenn er seine Einführung ins Stück mit dem Satz beendet: „Es müsste Spaß machen, das heute zu spielen". Das können die Frauen und Männer der Neustadter Schauspielgruppe unter Leitung ihres Gastregisseurs Armin Jung nur bestätigen und vielleicht auch ergänzen: Es müsste auch Spaß machen, das Stück zu sehen, vor der Villa Böhm oder anderswo!

Text: Armin Jung , Fotos: Adolf Kluth

Info:

Kontakt:
Neustadter Schauspielgruppe
Spielplan und Termine unter
www.neustadter-schauspielgruppe.de

WINTERGARTEN
ZENTRUM SÜD-WEST
LADWIG

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

WWW.LADWIG.DE

Sommernachtsfest mit Mark Selinger im Kosmetikinstitut Nebel

Wenn das Kosmetikinstitut Nebel in Geinsheim zum Feiern in seinen toskanischen Garten lädt, dann wird es ein rauschendes Fest. Auch in diesem Jahr werden Freunde des Unternehmens, Kunden und diejenigen, die gerne mehr über das Kosmetikinstitut Nebel erfahren möchten, sich um eine der begehrten Karten für das Sommernachtsfest bemühen und in die Nacht hinein den Sommerabend genießen.

Am 13. Juni 2019 ab 17 Uhr erwartet die Besucher ein tolles Programm mit interessanten Ausstellern, einer pfiffigen Modenschau, vielen Informationen, genügend Zeit zum Plaudern und auch Tanzen. Neues erfahren und betrachten die Gäste in Sachen Schönheit, Anti-Aging und Make-up – unter anderem von den Spezialisten von QMS (Anti-Aging Beratung) und Malu Wilz (kostenloses Make-up an diesem Abend) – an Infoständen oder in Führungen durch das Institut.

Ein besonderes Highlight in diesem Sommer: Mark Selinger, Singer und Songwriter, gibt eines seiner kleinen, individuellen Konzerte im Garten des Kosmetikinstituts. Sein Genre ist Indipop oder Poprock mit deutschen Texten, klarer Botschaft und direkter Ansprache. Hautnah ist seine Musik und ganz direkt die Begegnung mit ihm im exklusiven Rahmen des Sommernachtsfests.

Die Modenschau zeigt sommerliche Mode mit Schmuck, Accessoires und Raffinesse aus dem **Kosmetikstudio Nebel**. H**art-**

mann Optik aus Edenkoben wird sowohl während der Modenschau als auch am eigenen Stand die Sonnenbrillenkollektion 2019 präsentieren. Schöne, ausgefallene, hochwertige und modische Sonnenbrillen unter anderem von Marc O'Polo, Etnia Barcelona, Chanel und viele mehr werden zum Probieren und Kennenlernen von Juniorchefin Sabine Hartmann gezeigt. Zugreifen lohnt sich, denn an diesem Abend gibt es einen Sommernachtsfest-Rabatt von 20 Prozent auf alle gezeigten Modelle.

Keine Sommernacht ohne Bademode. Das **fa1 Feine Dessous** aus Landau wurde mehrfach vom Fachmagazin Sous zu einem der zehn besten Wäschefachgeschäfte deutschlandweit ausgezeichnet. Die Inhaberin Alexandra Arlt und ihr Team stehen für fachliche Kompetenz und einfühlsame und typgerechte Beratung. Das Sortiment beinhaltet neben klassischen Dessous, funktionelle sowie Sport- und Still-BHs, Nachtwäsche, Strumpfwaren und ganzjährig eine große Auswahl an Bademode der Labels Marie-Jo, PrimaDonna, Chantelle, Anita, Watercult und Maryan Mehlhorn.

Richtig sommerlich, feierlich, loungig, peppig, gemütlich, frech oder stilvoll wird es mit Wohnaccessoires von **APART Manufaktur** aus Gommersheim. APART Manufaktur ist seit 1964 die Anlaufstelle im Herzen der Pfalz und der Rhein-Neckarregion, wenn es um maßgeschneiderte, hochwertige Textilien für Heim und Haus geht. Neben der Fertigung von klassischer Tischwäsche und Kissenbezügen bietet die APART Manufaktur eine riesige Auswahl an Stoffen für den Innen- und Außenbereich, die wasserabweisend, schimmelresistent und extrem lichtbeständig sind. Gezeigt werden die saisonalen Wohnaccessoires und Dekostoffe für das Outdoorgefühl 2019.

Zu einem schönen Fest gehört natürlich auch ein Glas Wein, gerne auch ein Glas Sekt. Oder vielleicht ein Cocktail. Gin einmal ganz anders probieren und erleben lässt sich an diesem Abend mit dem Gin aus dem **Weingut Destillerie Jürgen Heußler** aus Rhodt. Weine, Sekte und Destillate sind das Portfolio der Heußlers. „Der Heußler-GIN hat den Nerv der Zeit getroffen, und in der Pfalz als einer der ersten Maßstäbe gesetzt, die Gin-Fans begeistern", sagt Jürgen Heußler „Wir sind Gin-Liebhaber, und wir haben lange darüber philosophiert, was für uns einen guten Gin ausmacht: Es sollte ein Dry-Gin sein." Mehrere Auszeichnungen haben die Heußlers bereits für ihren Gin erhalten. Und dass es mehr gibt als Gin-Tonic, lässt sich am Sommernachtsfest erleben und erschmecken.

Die Soroptimisten werden mit eiskalten Köstlichkeiten Geld für sozialschwache Frauen und Kinder sammeln. Darüber hinaus versetzen Antipasti und Pasta auch kulinarisch in den sommerlichen Süden.

Limitierte Karten sind zum Preis von 10 Euro im Vorverkauf im Kosmetikinstitut Nebel, bei Hartmann Optik in Edenkoben, im fa1 in Landau, oder online unter kontakt@kosmetik-nebel.de und telefonisch unter 06327-4871 erhältlich.

Info:

Info:

Kosmetikinstitut Nebel
Feldstraße 1
67435 Neustadt-Geinsheim
06327-4871

Apart Manufaktur
Kirchstraße 32
67377 Gommersheim
06327-974823

Hartmann Optik
Luitpoldstraße 3-6
67480 Edenkoben
06323-980980

fa1 Feine Dessous
Stadthausgasse 11
76829 Landau
06341-890260

Weingut Destillerie Jürgen Heußler
Weyherer Straße 35
76835 Rhodt
06323-5506

WEINHAUS HENNINGER
Kallstadt
seit 1855
★★★★
Hotel • Restaurant

Lassen Sie sich im Henninger verwöhnen!

Genießen Sie in entspannter Atmosphäre die Köstlichkeiten aus unserer Küche.

WEINHAUS HENNINGER
Weinstraße 93 • 67169 Kallstadt
Telefon 0 63 22-22 77
info@weinhaus-henninger.de
www.weinhaus-henninger.de

Der moderne *Alte*

Die Arbeit mit alten Menschen hat sich gewandelt. Während früher der Arbeitsschwerpunkt der offenen Altenhilfe überwiegend in den Bereichen Betreuen und Versorgen in Not geratener älterer Menschen lag, versteht man heute unter moderner Seniorenarbeit auf kommunaler Ebene die soziale Gestaltung der Gesamtheit der Lebensverhältnisse einer insgesamt älter werdenden Gesellschaft. Der Hauptgrund für diesen im Vergleich zu früher wesentlich umfassenderen Ansatz der Seniorenbetreuung ist verkürzt gesagt der gestiegene Bedarf solcher Betreuungsformen. Insbesondere der voranschreitende demografische Wandel und die soziale Entwicklung der Gesellschaft in Gleichklang mit der gestiegenen Lebenserwartung der Bevölkerung haben Schritt für Schritt zu diesem Anstieg der Nachfrage geführt. Hinzu gesellen sich weitere Aspekte, wie zum Beispiel unterschiedliche Zeitpunkte des Übergangs aus dem Erwerbsleben in den Ruhestand, die dazu führen, dass keine feste Altersgruppe, für die seniorengerechte Maßnahmen entwickelt werden, definiert werden kann.

Klar ist, alt wie jung sind verschiedener geworden. Der Trend der Individualisierung der Lebensformen und die dadurch erwachsenen Biografien lassen kein über einen Kamm scheren einer Altersgruppe zu. Die Wissenschaft zieht daher andere Aspekte zu Rate, um die Gruppe der Älteren näher auszudifferenzieren. Anstatt lediglich das Lebensalter werden der Gesundheitszustand, die Einkommenssituation, die Lebens- und Berufsbiografie, der Bildungsstand, Lebens- und Wohnformen sowie Religion und Kultur abgefragt. Das Ergebnis dieser Abfrage ist eine Vielfalt an möglichen Zielgruppen mit spezifischen Bedarfskulissen.
Die ehemaligen Dauerbrenner Gesundheit, Einkommen und Pflege finden nach wie vor Eintrag in die tägliche Seniorenarbeit, werden aber zunehmend von dem Wunsch älterer Menschen nach Teilhabe und Partizipation übertroffen. So dürfte es kaum verwundern, dass gerade ältere Menschen durch ehrenamtliches Engagement einen großen Beitrag für das Gemeinwohl leisten. Sie nutzen ihre Erfahrung, um in Repair-Cafés ihr Wissen weiterzugeben oder einfach nur, um den liebgewonnenen Digitalwecker davor zu bewahren, zu Elektroschrott zu werden. Sie pflegen die Landschaft, wo sonst keine oder nur selten eine Sense dem Wildwuchs zu Leibe rückt. Sie geben Nachhilfe und stehen als Großeltern oder als Großeltern auf Zeit parat, wenn die junge Generation einen Betreuer für den eigenen Nachwuchs sucht. Kurzum, die so genannten Unruheständler leisten einen unschätzbaren Beitrag für uns alle - und das täglich.
Brauchen Senioren selbst Hilfe, dann finden sich in nahezu allen Kommunen öffentliche Einrichtungen aber auch unzählige ehrenamtlich organisierte Vereinigungen, die ihre Unterstützung anbieten. Seniorenbüros bündeln vor Ort Beratungs- und Vortragsangebote verschiedener Art und Möglichkeiten des ehrenamtlichen und freiwilligen Engagements für Senioren. Letzteres wurde zwischenzeitlich in einzelnen Kommunen durch das Angebot einer eigenen Ehrenamtsbörse im Internet in die Moderne überführt. Seniorenbeiräte setzen sich als Interessenvertretung auf politischer Ebene für die Belange von Senioren ein (Beispiel: Barrierefreiheit) und sind bei Problemen meist der erste Ansprechpartner vor Ort.
Seniorenwegweiser, von den Kommunen aufgelegt, ergänzen das Angebot der Seniorenhilfe um eine Sammlung aller für ältere Menschen relevanten Anlaufpunkte und Kontakte vor Ort.

Jens Wacker

Info:

Quelle

Innovative Seniorenarbeit: Entwicklung von Begegnungs- und Beratungszentren, Verena Leve und Christine Koeppe, Forschungsgesellschaft für Gerontologie e.V., Institut für Gerontologie an der TU Dortmund, 2011

Die Seniorenbüros im Chili-Verteilgebiet:

Seniorenbüro Rhein-Pfalz-Kreis
Telefon: 0621-5909629
E-Mail: seniorenbuero@kv-rpk.de

Seniorenbüro der Stadt Bad Dürkheim
Telefon: 06322-935172
E-Mail: stadtverwaltung@bad-duerkheim.de

Seniorenbüro der Stadt Frankenthal
Telefon: 06233-89563
E-Mail: brigitte.sauer@frankenthal.de

Seniorenbüro der Stadt Speyer
Telefon: 06232-142662
E-Mail: ria.krampitz@stadt-speyer.de

Seniorenbüro Haßloch
Telefon: 06324-935359
E-Mail: beate.gebhard-diehl@hassloch.de

Seniorenbüro Stadt Germersheim
Telefon: 07274-960248
E-Mail: shammer@germersheim.eu

Seniorenbüro Landau,
Telefon: 06341-141162
E-Mail: seniorenbuero-landau@t-online.de

Tierische Hitzestrategien

Wir pilgern zum nächsten öffentlichen Nass, lassen uns vollumfänglich klimatisieren und schätzen die schattige Kühle hinter der nächsten Häuserreihe. Ein gewisses Maß an Optimismus vorausgesetzt könnte man sagen: Wir Menschen sind dabei, uns an heiße und lang andauernde Sommer zu gewöhnen. Und Gewohnheit setzt voraus, dass man Strategien im Umgang mit Sommerhitze entwickelt hat, die mit der Zeit und jeder Wiederholung zur vermeintlichen Selbstverständlichkeit werden. Doch wie steht es um unsere tierische Umwelt, die nicht auf technische Hilfsmittel zurückgreifen kann, aber in gleicher Art und Weise von Sommerhitze betroffen ist?

Der Deutschen liebste Haustiere, **Hunde und Katzen**, hecheln die Hitze sprichwörtlich weg. Durch schnelle Atemstöße bei offenem Mund kompensieren sie das Fehlen von Schweißdrüsen dadurch, dass sie über die Zunge Körperwärme an die Umgebung abgeben. Damit das dauerhaft möglich ist, muss aber stets genügend frisches Wasser für die pelzigen Familienmitglieder bereitstehen, denn gerade Katzen wird nachgesagt, von Zeit zu Zeit einem Bad in der Sonne gegenüber nicht abgeneigt zu sein. Hier sollten Herrchen und Frauchen darauf achten, dass sich ihre vierbeinigen Begleiter nicht zu viel Hitze zumuten.

Die wildlebende **Vogelwelt** verfolgt, was möglicherweise überrascht, eine ähnliche Strategie im Umgang mit der Sommerhitze wie Hunde und Katzen. Durch Hecheln (bei Vögeln: Kehlsackhecheln) und mittels unbefiederter Partien an Kopf, Körper und Beinen wird die Körperwärme reguliert – das Aufsuchen kühlender Luftströme hilft dabei. Zudem dienen ein regelmäßiges Trinken und ein Bad entlang der Flugstrecke dazu, mit der Hitze zurecht zu kommen.

Neben Hecheln, Schatten suchen und der äußeren und inneren Kühlung durch Wasser gibt es noch weitere Strategien innerhalb der Vogelwelt, die aber nur bei wenigen Arten, also quasi exklusiv, anzutreffen sind. So schützt sich der **Storch** mit einer körpereigenen Sonnencreme, flüssigem Eigenkot, den er über seine Beine verteilt, gegen die Sommersonne. Das im Kot vorhandene Wasser entzieht durch Verdunstung dem Körper Wärme und trägt damit zur körpereigenen Wärmeregulierung bei.

Schweine, egal ob Wild- oder Hausschwein, sie entgehen genauso wie andere Säugetiere (zum Beispiel Elefanten) der Körperhitze, indem sie sich im Dreck wälzen. Dazu wird die nächste Wasserstelle aufgesucht. An dieser suhlen sich die Tiere und verschaffen sich durch die Dreckschicht einen natürlichen Sonnenschutz, der durch Verdunstung wie beim Storch, eine Abkühlung des Körpers bewirkt.

Eine sehr ausgeklügelte Strategie, die ihre Unterkunft mit nutzt, verfolgen **Bienen**. Ein gesunder Bienenstock hat sowohl im Frühling, als auch im Sommer konstant eine Temperatur zwischen 32 und 36 Grad Celsius. Diese Temperatur ist die Voraussetzung dafür, dass sich die Brut normal und geschützt von den äußeren Bedingungen entwickeln kann. Aus diesem Grund haben Bienen gleich mehrere Verhaltensweisen entwickelt, die eine gleichbleibende Stocktemperatur garantieren. Wird der Bienenstock zu heiß, dann verlässt ein Teil der Arbeiterinnen den Bau, was bereits einen kühlenden Effekt mit sich bringt und fächert dann mittels Flügelschlag die verbliebene überschüssige heiße Luft aus dem Stock. Reichen diese Maßnahmen noch nicht aus, dann können Sammelbienen durch den Transport von Wasser aus der Umgebung in die Waben des Stockes einen zusätzlichen kühlenden Verdunstungseffekt erzielen.

So schlau jede Strategie für sich auch sein mag, so gilt für Mensch und Tier gleichermaßen und ohne dass es dafür eine Alternative gäbe: Bei Sommerhitze Ruhe bewahren, im Schatten bleiben und viel trinken!

Jens Wacker

Quellen: www.nabu.de und www.bfn.de

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

Wie entsteht ein Regenbogen?

Sonnenschein, Regen und etwas Glück – das sind die Komponenten, um einen Regenbogen sehen zu können. Doch wie genau entsteht der bunte Bogen? Und warum sichten wir ihn im Sommer niemals zur Mittagszeit?

Der Winkel macht den Unterschied

„Die prächtigsten Regenbögen können wir beobachten, wenn kräftige Schauer oder Gewitter über das Land ziehen und gleichzeitig die Sonne scheint", erklärt Matthias Habel, Meteorologe von WetterOnline und ergänzt: „Entscheidend dafür, dass wir den Regenbogen sehen können, ist die Höhe der Sonne über dem Horizont. Steht sie höher als 42 Grad, wie beispielsweise bei uns im Sommer in den Mittagsstunden, wird niemals ein Regenbogen sichtbar sein. Dies ist im Sommer nur in den Morgen- sowie in den späten Nachmittags- und frühen Abendstunden möglich." Im Winter haben wir bessere Chancen, einen Regenbogen zu entdecken, da dann die Sonne selbst mittags niedrig steht. Ein Regenbogen kann also im Winter zu jeder Tageszeit beobachtet werden.

So entsteht der Regenbogen

„Wenn das Licht der Sonne auf Regentropfen trifft, wird ihr weiß erscheinendes Licht in seine Grundfarben zerlegt", erklärt Meteorologe Matthias Habel und ergänzt: „Der Regenbogen besteht dabei immer aus sieben Farben: Rot, Orange, Gelb, Grün, Hellblau, Indigo und Violett." Sie werden sichtbar, da jede Farbe aufgrund ihrer spezifischen Wellenlänge leicht unterschiedlich gebrochen wird. Das gebrochene und reflektierte Licht gelangt in einem Winkel von 42 Grad in unser Auge. Bei größeren oder kleineren Winkeln erreicht uns das Licht hingegen nicht. Wir sehen nur die Bereiche des Himmels farbig, an denen der Winkel zwischen Sonne und Auge 42 Grad beträgt. Ein Regenbogen ist immer ein kompletter Regenkreis, von dem wir jedoch nur den Teil se-

hen können, der über dem Horizont steht. Wenn wir uns auf einen exponierten Berggipfel begeben oder aber aus dem Flugzeug nach unten schauen, können wir den kompletten Kreis sehen.

Wenn ein Teil des Lichtes zweimal in den Regentropfen reflektiert wird, entsteht ein Doppelregenbogen. Er besteht aus dem kräftigen Hauptbogen und einem schwächeren Zweitbogen, dessen Farben in gespiegelter Reihenfolge zum Hauptbogen verlaufen. Der Bereich zwischen den beiden Bögen erscheint etwas dunkler, weshalb man ihn nach seinem Entdecker als *Alexanders dunkles Band* bezeichnet.

Ein seltener Regenbogen ist der Mondregenbogen. Er erscheint meistens weiß, da er durch das nächtliche und in der Regel schwächere Mondlicht entsteht. Bei Vollmond und klarer Luft aber können sogar alle Regenbogenfarben gesehen werden.

EMSLOUNGE®
››› Effizientes Training. 20 Minuten. Maximaler Erfolg.

PERSONAL TRAINING.
20 MINUTEN PRO WOCHE.
MAXIMALER ERFOLG.

››› *Startschuss für die Strandfigur!*
*Willst auch **DU** deine TRAUM-FIGUR für die Sommersaison erreichen?*

*Dann starte jetzt mit deinem individuellen **Strand-Figur-Programm!***

kostenloses **PROBETRAINING** für deine **STRANDFIGUR!**

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

DAS ESSZIMMER
essen macht glücklich

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

Esszimmer's Mittagstisch: Mittwoch bis Samstag von 12 bis 14 Uhr 3-Gang-Mittagsmenü für 22,00 Euro.

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

essen macht glücklich

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

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

Rezepte für den Sommerabend

Leichte Möhren-Linsen-suppe mit Minze

für zwei Portionen

1	rote Zwiebel
1	Knoblauchzehe
300 g	Möhren
3 EL	Öl
50 g	rote Linsen
	Salz, Zucker
800 ml	Gemüsebrühe
100 g	Fetakäse
2 Stiele	Minze
2 TL	Harissa-Paste
150 g	Naturjoghurt

Zwiebeln und Knoblauch würfeln. Möhren schälen und in kleine Stücke schneiden. Öl in einem Topf erhitzen. Gemüse und Linsen darin andünsten. Mit Salz und einer Prise Zucker würzen. Brühe zugießen, aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze zehn Minuten garen.

Inzwischen Fetakäse mit den Händen zerbröseln – nicht zu fein. Minzblättchen hacken.

Gemüse und Linsen mit dem Schneidstab fein pürieren. Mit Salz und Harissa würzen. Feta in die Suppe geben, mit Minze bestreuen und mit Joghurt servieren. Dazu passt Baguette.

Ananas-Gurken-Salat

für vier Portionen

½	Ananas
1	Salatgurke
1	rote Chilischote
½	Bund Minze
2 EL	Weißweinessig
1 TL	flüssiger Honig
	Salz, Pfeffer
6 EL	Sesamöl

Die Ananas schälen und vom Strunk befreien. In feine Würfel schneiden. Den austretenden Ananassaft auffangen. Die Salatgurke schälen, halbieren und mit einem Teelöffel die Kerne herauslösen. Das Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Die Chilischote waschen, halbieren, entkernen und fein hacken. Danach unbedingt die Hände gründlich waschen. Die Minze waschen, trockentupfen, die Blättchen abzupfen und in Streifen schneiden. Für das Dressing den Essig, Ananassaft und Honig mit Salz und Pfeffer verquirlen. Das Sesamöl unterschlagen. Alle Zutaten mit dem Dressing vermengen. Kurz durchziehen lassen, abschmecken und sofort servieren. Gekühlt ist der Sommersalat ideal für heiße Tage und passt prima zu Gegrilltem, zu Kurzgebratenem oder einfach mit frischem Brot genießen

Flammkuchen mit Ziegenkäse und Chilihonig

für zwei Personen

180 g	griffiges Weizenmehl
1	rote Zwiebel
15 g	Honig
1	kleine frische Chilischote
150 g	Creme Fraîche
100 g	Ziegenkäse
1 kleiner Bund	Thymian
	Olivenöl extra vergine
	Meersalz & frisch gemahlener Pfeffer

Das Backblech im Backrohr auf 250° C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Mehl in einer Schüssel mit 3 g Salz vermengen. Anschließend 100 ml Wasser und 2 EL Olivenöl hinzugeben und mit den Händen einige Minuten kneten bis ein einheitlicher Teig entsteht (das kann etwas dauern). Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, noch einmal kräftig durchkneten, halbieren und beide Teige mit dem Nudelholz auf die Größe 25 x 30 cm ausrollen.

Creme Fraîche mit etwas Salz und frisch gemahlenem Pfeffer glatt rühren. Zwiebel schälen, halbieren und in sehr feine Ringe schneiden. Thymian waschen und die Blätter abzupfen.

Teige auf ein Backpapier geben und mit Creme Fraîche bestreichen, dabei etwa 1 cm Rand lassen. Den Ziegenkäse zerbröseln und auf den Teigböden verteilen, ebenso die Zwiebelringe. Mit dem Thymian, Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Flammkuchen vorsichtig auf das heiße Backblech ziehen und für ca. 15 Minuten knusprig backen.

In der Zwischenzeit die Chilischote sehr fein hacken und mit dem Honig verrühren. Den heißen Flammkuchen anrichten und mit dem Chilihonig garnieren. Nach Belieben mit etwas Meersalz und frischem Pfeffer abschmecken.

weru
Fenster und Türen *fürs Leben*

ICH SCHÜTZE
WAS MIR
WICHTIG IST

Sicherheitsfenster von WERU.

...das Haus der guten Fenster.

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

weru
Fenster und Türen *fürs Leben*

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

Gesunde *Sommersnacks*

Wenn die Temperaturen in schwindelnde Höhen steigen, dann sollte unsere Ernährung den Körper nicht zusätzlich belasten. Kalorienarme und gut verdauliche Lebensmittel heizen das Körperkraftwerk nicht noch an. Unser Körper arbeitet bei Hitze ohnehin auf Hochtouren, weshalb es besonders wichtig ist, auf die Gesundheit zu achten. Viel frisches Obst und Gemüse unterstützen uns dabei, am besten eigenen sich die Sorten an Gemüse und Obst, die jetzt regional Saison haben.

Jetzt ist Beerenzeit

Ob Him-, Erd-, Heidel- oder Brombeeren: Beeren in jeder Form und Farbe sind im Sommer wahre Alleskönner. Sie schmecken nicht nur lecker, sondern sind auch gut für das Gehirn. So helfen sie dabei, kognitive Funktionen aufrecht zu erhalten und können sogar Gedächtnisverlust im Alter vorbeugen. Zusätzlich enthalten Beeren Bausteine, die Stress vorbeugen. Ein leckerer Beeren-Smoothie ist also nicht umsonst Balsam für die Seele. Aber auch pur als Snack zwischendurch eignen sich die kleinen Früchte bestens und sind eine wirklich gesunde Alternative zu Süßigkeiten und Co. Schließlich haben sie wenige Kalorien, dafür aber umso mehr Nährstoffe. Ein Frühstück mit fettarmem Joghurt und einer Handvoll Beeren ist ein idealer Start in den Tag.

Mediterraner Kick mit Knoblauchsprossen

Wenn Knoblauch zu Sprossen neigt, dann sollten wir ihn lieben. Wie Wissenschaftler herausgefunden haben, hat dieser reife Knoblauch nämlich mehr Antioxidationsmittel, die gut für das Herz sind, als sein frischer Gegenpart. Dem Einsatz von Knoblauch und seinen Sprossen sind keine Grenzen gesetzt: Kleingehackt verfeinert er jedes Gericht, von Suppen über Salate bis hin zu Fleischgerichten.

Sauer, fruchtig, aromatisch: die Limette

Limetten (sowie andere Zitrusfrüchte) sind im Sommer überaus erfrischend und aufgrund ihres Reichtums an Vitamin C sehr gesund und entzündungshemmend. Schließlich muss auch zur heißen Jahreszeit das Immunsystem viel leisten – Entzündungen, Sommergrippe oder einfach Trägheit sind keine Sommeroption. Einige neue Studien zeigen außerdem, dass Zitrusfrüchte das Risiko für ischämische Schlaganfälle bei Frauen senken können. Da Limetten vielfältig einsetzbar sind, ist es einfach, sich diese Vorteile zunutze zu machen: Ob als Zutat in Smoothies oder Säften, als Teil des Salatdressings oder über Huhn oder Fisch geträufelt – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Für die ganz Mutigen: Einfach pur genießen.

Dagegen ist ein Kraut gewachsen: Brunnenkresse

Ob auf dem Brot, als Teil eines Salates oder einfach über ein leckeres Gericht gestreut: Brunnenkresse ist das Kraut des Sommers. Dank ihres hohen Anteils an Nährstoffen sollte Brunnenkresse auf dem Speiseplan nicht fehlen. Schließlich ist sie reich an Antioxidationsmitteln wie Betacarotin und hat dabei fast gar keine Kalorien: Auf 100 Gramm Brunnenkresse kommen gerade mal elf Kalorien. Zusätzlich dazu ist das Kraut äußerst vitaminreich. Dank ihres senfartigen Geschmacks verfeinert die Brunnenkresse die verschiedensten Speisen.

Scharfe Sache: Rettich

Rettich gibt es in den verschiedensten Formen, Farben und Größen. Aber egal ob rosa, weiß oder schwarz, egal ob Radieschen oder Kugelrettich – eines haben alle Sorten gemeinsam: Sie sind gut für den Körper. Neben Ballaststoffen enthält Rettich sogenannte Phytonährstoffe, die vor vielen Krankheiten schützen, und wirkt antibiotisch. Dank seines hohen Anteils an Vitamin C – ein normaler Rettich deckt den kompletten Tagesbedarf – und vielen Mineralstoffen wie Kalium, Kalzium und Magnesium, ist der Rettich ein wahrer Alleskönner. Außerdem hilft das Gemüse gegen Halsschmerzen und wirkt schleimlösend auf die Atemwege. Das Gute am Rettich: Dank seiner Vielfalt an Sorten hat er das ganze Jahr über Saison – man unterscheidet nur zwischen Winter- und Sommerrettichen. Wer Rettich nicht pur essen mag, sollte es vielleicht mit kleinen Scheiben im Salat oder auf dem Sandwich versuchen.

INDIVIDUELLE MEISTERSTÜCKE

ARCHITEKTUR IN STAHL UND GLAS

Ihr Traum vom Glashaus. Gebaut fürs Leben.

Wir beraten, planen und realisieren
FW-Glashaus in Bornheim (nahe Hornbach)
Telefon 0 63 48/98 43-0
Sie sind hier herzlich willkommen
www.fw-glashaus.de

FW GLASHAUS
BORNHEIM I PFALZ

International School Neustadt

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

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

SBW INTERNATIONAL SCHOOL NEUSTADT

Kommentar

Der Marsch der Gerechten

Es gibt eine schnell wachsende Menge von Menschen, Gruppen, Strömungen, Ratgebern, Influencern und neuerdings auch Schülern, die uns auffordern, beraten, hinweisen, beschimpfen, belehren, was wir tun, lassen, verbessern, ändern, initiieren, vermeiden, neu erfinden sollen. Zugegeben, häufig sind gute Ideen, richtige Ansätze, tolle Argumente, unschlagbare Neuerungen und nicht wegzudiskutierende Wahrheiten darunter. Schlicht: Die Schlagzahl macht es, dass wir – das gemeine Volk – nicht immer gleich auf der Höhe der Zeit erscheinen.

Auch die sich rasant ändernden Strömungswellen und hippen Namen für Lebensarten erleichtern ein Folgen nicht wirklich. Ein Beispiel: Bis vor kurzem rauschte der Minimalismus über uns hinweg. Menschen, die auf fast alles verzichten und sich nur noch mit dem Allernotwendigsten umgeben, zeigten uns mit entschlossener Beharrlichkeit, wie unsagbar oberflächlich das Anhäufen von Dingen und liebgewonnen Kleinigkeiten doch sei. Kurz: ein Aufschrei mit Absage an den Konsum. Heute spricht man von Essentialismus, was die abgeschwächte Form des Minimalismus ist, allerdings gekoppelt mit mehr Individualismus. Dabei verzichtet man auf alles, was einem nicht wichtig ist und behält nur noch das, was einen glücklich macht. Früher nannte man diese Vorgehensweise einen gesunden Menschen-

verstand. Gut! Das ist nicht so hip und lässt sich auch schlecht als Etikett auf die von allen sichtbaren Stellen des Outfits kleben.

Heute ist Umweltschutz ja ganz weit vorne. So weit vorne, dass es schon fragwürdige Entscheidungen gibt. Siehe Stickoxide und Feinstaub! Aber dieses Fass machen wir jetzt einfach mal nicht auf. Autofasten und sinnvoller Ausbau des öffentlichen Nahverkehrs in Richtung Funktionstüchtigkeit, Pünktlichkeit und Bezahlbarkeit wären Denkansätze für Verkehrsteilnehmer und Politiker. Über die Notwendigkeit, den Plastikmüll zu reduzieren, müssen wir alle miteinander überhaupt nicht diskutieren. Die Frage ist jedoch, wie es geschehen soll und was für den Individualverbraucher als Beitrag möglich ist. Gut ist, dass sich die Jugend einschaltet und die Diskussion zumindest in Gang hält. Ob dieser jugendliche Diskussionsbeitrag an einem Freitagmorgen geschehen und anschließend der Marktplatz in Neustadt an der Weinstraße wie eine Müllhalde aussehen muss, ist eine weitere Diskussion wert. Oder eigentlich nicht.

Die Sache an sich ist völlig logisch, einsehbar, nicht zu widersprechen und auf Konsens ausgelegt. Und das macht es so einfach, sich der Bewegung anzuschließen und Teil einer Gruppe und Initiative zu sein - nicht nur bei Fridays for Future, sondern auch bei allen anderen Bewegungen. Wie zum Beispiel die vegane Influencerin. Man steht für das Richtige und ist endlich auf der Seite der Gerechten und Unantastbaren. Die Argumente sprechen dafür, die Gesinnung ist frei von jeglichen Zweifeln. Und genau da liegt die Gefahr. Denn in diesen Bewegungen mit eindeutig richtigen Parolen ist das Selbstdenken und Hinterfragen – scheinbar – nicht mehr nötig. Und doch: In allen Bewegungen, Strömungen und Tendenzen gibt es Positionen zu besetzen, die in wachsender Menge mit Macht ausgestattet sind. Und Macht will erhalten werden. Der Erhalt der Macht duldet jedoch keinen Widerspruch und mittelfristig auch keine neuen Ideen. (Übrigens ist die Influencerin durch ihre eingeschränkte Ernährungsweise krank geworden und musste – heimlich – wieder tierische Produkte zu sich nehmen.)

Es ist immer sinnvoll, skeptisch gegen schlagende Argumente und vereinfachende Überschriften und Slogans zu bleiben. Nur Selbstdenken macht schlau!

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

Kardiologische Praxisklinik Ludwigshafen

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

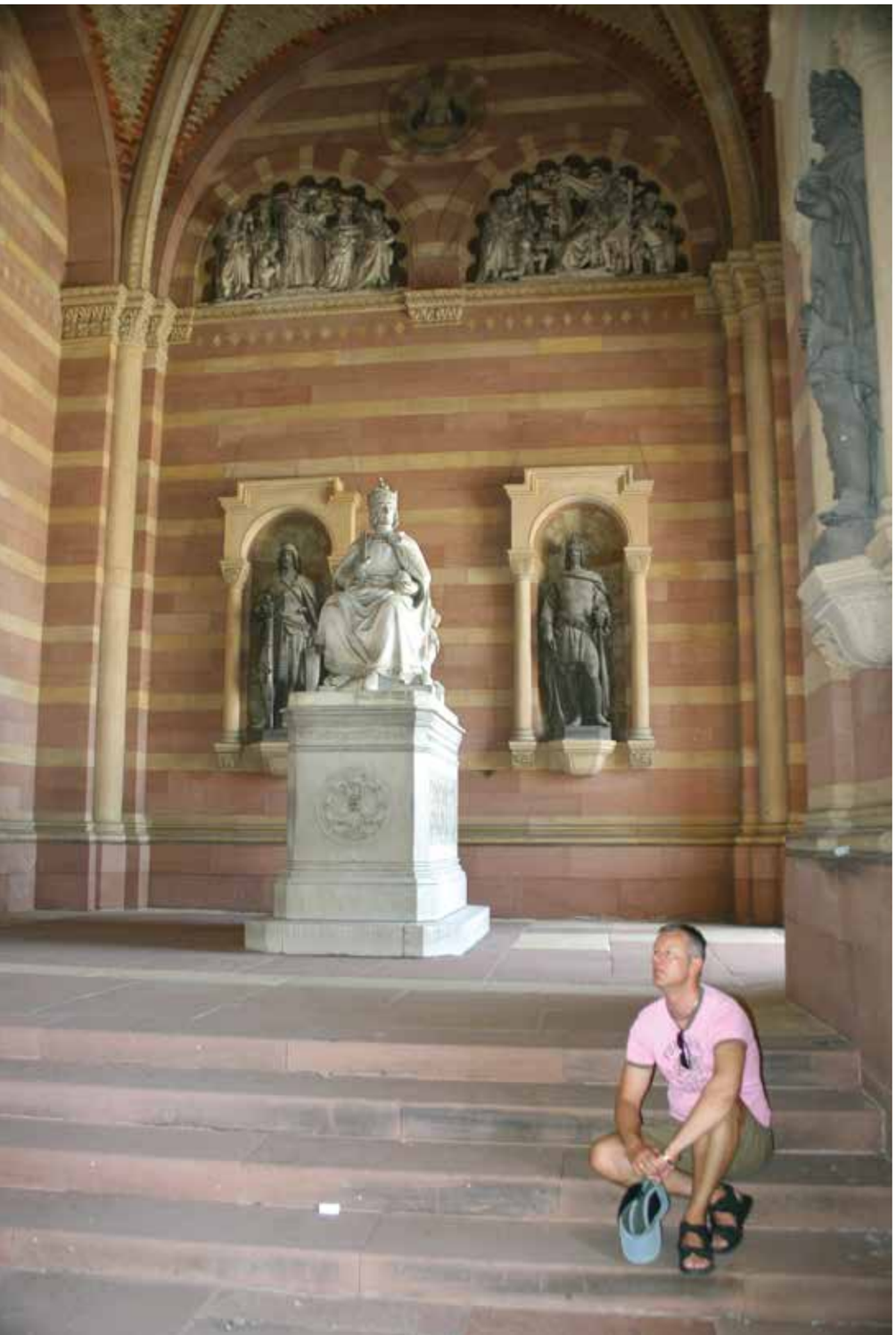
Standort: Ludwigshafen / Oggersheim
Ludwig-Guttmann-Straße 11
67071 Ludwigshafen
Tel.: 0621 - 53 82 50
Mail: kontakt@kardiologie-ludwigshafen.de

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

Standort: Bellheim / Germersheim
Postgrabenstraße 12
76756 Bellheim
Tel.: 07272 - 930 59 34
Mail: kontakt@kardiologie-ludwigshafen.de

www.kardiologie-ludwigshafen.de

Kenner der Pfalz
als Botschafter der Region



Wie wird man ein (zertifizierter) Gästeführer?

Will man ein zertifizierter Gästeführer werden, dann ist es zunächst notwendig eine Ausbildung nach DIN EN 15565 abzuschließen. Die Ausbildungsgänge der Interessensgemeinschaft der zertifizierten Gästeführer Bad Dürkheim und Deutsche Weinstraße finden beispielsweise an der Regioakademie in Lambrecht statt, die sich auf Initiative des Landkreises Bad Dürkheim (Pfalzakademie Lambrecht) und der kreisfreien Stadt Neustadt (Volkshochschule Neustadt) herausgebildet hat.

Seit 2011 befindet sich die Regioakademie unter dem Dach des Bezirksverbands Pfalz und hat sich in der Zwischenzeit zu dem zentralen Ausbildungsort der pfälzischen Gästeführer entwickelt. Inhalte der Lehrveranstaltungen umfassen die Pfälzische Geschichte, Stadt- und Ortsgeschichten, Burgen, Volkskunde wie etwa Feste und Festtagsbräuche, Kunstgeschichte mit ihren Baustilen, Landschaft, Rhetorik, Methodik und Selbstvermarktung.

Ehrenamtliche Gästeführungen

Neben zertifizierten Gästeführern ergänzen ehrenamtliche Vereinigungen das Angebot an Führungen um viele weitere lokale Facetten und Schattierungen. Ein Beispiel

für eine sehr aktive Gruppierung im Bereich ehrenamtliche Gästeführungen ist die Gruppe um die Gästeführer aus Neustadt-Gimmeldingen, die sich 2010 aus dem Verkehrs- und Verschönerungsverein des gleichnamigen Ortes bildete. Die Gruppe vereint Menschen mit unterschiedlichen Wissens- und Erfahrungsgebieten in sich. Das Spektrum der thematischen Monatsführungen reicht von der Betrachtung der örtlichen Flora und Fauna über die örtliche Geschichte und deren äußere Einflüsse über besondere Architekturen bis hin zu jahreszeitlich abgestimmten Themenführungen im Bereich Weinbau, oder im Frühjahr, wie es sich für Gimmeldingen gehört, zu der Mandelblüte. Die Einnahmen aus den Führungen werden für Verschönerungsmaßnahmen vor Ort verwandt.

An wen richten sich Gästeführungen? Kurz: an Gäste der Region und an Einheimische. Die Vorstellung, dass sich Gästeführungen, wie der Name irreführend verspricht, ausschließlich an Gäste der Region richten, ist jedenfalls veraltet. Vielmehr richten sich neue Themenführungen auch an jene Einheimische richten, die ihren Wohnort besser kennenlernen möchten. Und es gibt vieles zu entdecken - nicht weniges davon neu!

Ins Netz gegangen – Ein kleiner Überblick über die Gästeführungen in der Pfalz

IG der Gästeführer Bad Dürkheim und Deutsche Weinstraße, BVGD zertifiziert
www.pfalzbotschafter.de

Ludwigshafener Stadtführungen – LUST, BVGD zertifiziert
www.lust-auf-lu.de

Kultur- und Weinbotschafter Pfalz e.V., BVGD zertifiziert
www-kultur-und-weinbotschafter.de

Südpfalz Gästeführer-IG, BVGD zertifiziert
www.g-ig.de

Gästeführer im Bad Bergzaberner Land, BVGD zertifiziert
www.gaestefuehrungen-suedliche-weinstrasse.de

NATURführer Pfalz e.V.
www.naturfuehrer-pfalz.de

Gästeführer Edenkoben
www. gaestefuehrer.edenkoben.de

Gästeführer Gimmeldingen
www.mandelbluetenfest.de/das-mandelbluetenfest/gastefuhrungen/

Quellen:
www.bvgd.org und www.regioakademie.de

Info:

Der Dachverband: Bundesverband der Gästeführer in Deutschland e.V. (BVGD)
Der BVGD ist seit 1994 der Dachverband der zertifizierten lokalen und regionalen Gästeführer-Organisationen in Deutschland. Der Verband vereinigt circa 7.000 Gästeführer aus 230 deutschen Städten und Regionen in sich. Wichtigstes Ziel des Verbandes ist die Schaffung von Richtlinien für die Gästeführer-Grundausbildung und von Fortbildungszertifikaten, deren Ziel die Angleichung der bundesdeutschen Qualitätsstandards bei Gästeführungen ist. 2008 wurde das Ausbildungssystem des BVGD unter der DIN EN 15565 zertifiziert.

Wir arbeiten mit dem aktuell modernsten

Bleachingsystem

100 % Bleaching –
100 % Made in Germany.

Zahnärzte in der Filzfabrik

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

www.zahngesundheit-filzfabrik.de

Kurzgeschichte

Einfach mal nichts tun

Ein langes Wochenende lag vor mir. Die Sonne schien ohne jegliche Trübung erbarmungslos vom Himmel. Die Wetterprognose versprach weitere sommerliche Hitze. Meine Pläne für die kommenden Tage hatten sich gestern komplett in Luft aufgelöst, da die gute Freundin plötzlich doch mit ihrem neuen Schwarm an den See fahren wollte und damit unser lang im Voraus geplanter Konzerttrip ins Wasser fallen würde. Ganz praktisch hatte sie gleich Abnehmer für die Karten gefunden und schon war ich alle Sorgen los. Anstatt mich darüber zu ärgern, versuchte ich mir das Wochenende in den schönsten Farben vorzustellen, jedoch war ich über gleißend gelb und glutrot noch nicht hinausgekommen. Wenn ich es mir recht überlegte, war mir gerade auch gar nicht nach einer neuen Verabredung und großartiger Aktivität, da es einfach viel zu heiß war.

Gut! Einkaufen musste ich trotzdem und nutzte die noch kühlen Morgenstunden, um dem Samstagsmarkt einen Besuch abzustatten. Bei diesen Temperaturen reichten Salat und Obst durchaus, vielleicht ein Fisch, ein paar Oliven, das frische Brot von dem tollen Bäcker und ein Stück Käse. Wunderbar. Ich freute mich darauf, ganz entspannt im Schatten des alten Baumes im Garten zu verweilen und die wunderbaren Dinge aus meinem Einkaufskorb zu genießen.

Auf dem Weg nach Hause, der beschwerlicher war, als ich zugeben wollte, weil ich dann doch mehr tolle Sachen eingekauft hatte, als es ursprünglich der Plan war – ganz hingerissen von meinen neuen (zugegebenermaßen etwas trotzigen) Wochenendplänen – fiel mir mein letzter Urlaub im Süden ein. Dort hatte ich zwei Fischer beobachtet, wie sie auf einer Bank im Schatten alter Bäume saßen, die Kappen tief in die wettergegerbten Gesichter gezogen, die Arme verschränkt. Sie taten einfach nichts. Sie sprachen nicht, sie spielten nicht, sie tranken oder aßen nicht. Ihre Blicke verfolgten das Treiben auf der Straße und dem Platz, sie schauten verstohlen den Frauen hinterher, beobachteten, wie zwei Autofahrer um einen Parkplatz stritten, der Laster des Kollegen über das Pflaster rumpelte und ließen den Augenblick kommentarlos geschehen. Ein Dritter näherte sich den Beiden und mit einem fast unsichtbaren Nicken, das ebenso tonlos und nur angedeutet erwidert wurde, setzte er sich dazu. Gleiche Haltung, gleiche Attitude, bewegungslos.
Ich habe sie dafür bewundert.
Das wollte ich: den Augenblick genießen. Zeit haben und diese mit Beobachtung und eigenen Gedanken füllen. Ich hastete nach Hause, ganz erfüllt von der Aussicht auf das Nichtstun.

Schnell erledigte ich im Haus ein paar Arbeiten, warf die Waschmaschine an, räumte die Spülmaschine aus, nahm noch schnell den Staubsauger zur Hand, ein paar Telefonate noch, die Post, die Blumen mussten noch gegossen werden und schon hatte ich es eilig, in den Garten zu kommen und mit dem Nichtstun zu beginnen. Ein wenig verschwitzt zog ich mich auf den Lehnstuhl zurück, verschränkte die Arme und schaute in meinen Garten. Ließ die Gedanken treiben, die sich jedoch an dem Blumenbeet festbissen und dort die verblühten Teile der Rose inspizierten, das Unkraut registrierten und den Wassermangel des dahinterstehenden Buschs beklagten. Nach etwa fünf Minuten angestrengten Nichtstuns mussten eben jene mich an meiner Lässigkeit hindernden Makel im Blumenbeet beseitigt und behoben werden. Etwas kreuzlahm, weil ein Unkraut sich wurzelfest des Rausreißens verweigert hatte und nur nach Aufwendung roher Gewalt meinem Willen entsprach, kroch ich wieder auf meinen Lehnstuhl, um mein Nichtstun fortzusetzen. Wiederum ließ ich meine Gedanken kreisen, die sich prompt um Lena, meine Nichte, drehten, deren Geburtstag ich vergessen hatte. Schnell sprang ich auf, um eine WhatsApp loszujagen, was mich unweigerlich dazu trieb, auch die eingegangenen Nachrichten zu inspizieren, die gleich beantwortet wurden. Das führte mich dazu, dass ich im Keller nach der Luftmatratze schaute, die Mia ihrer Tochter mitgeben sollte, die am Wochenende bei einer Freundin im Garten übernachten wollte. Dann war der Weg zur Waschmaschine nicht mehr weit, die mittlerweile fertig war und ich hing gleich die paar Sachen auf. War ja kein Ding. Ich sah noch das ein oder andere, was ich mit wenigen Handgriffen erledigen konnte und kam im späten Nachmittag wieder zurück auf meinen Lehnstuhl, um mein Nichtstun weiter zu entwickeln. Ein Kaffee wäre jetzt nicht schlecht, so dachte ich und begab mich in die Küche. Dort bereitete ich gleich den Salat vor, denn eigentlich war ich mittlerweile auch hungrig geworden, wozu natürlich der Kaffee nicht so recht passen wollte. Ruckzuck war ich nach etwa einer dreiviertel Stunde fertig und konnte schon zu Abend essen. Draußen im Garten, natürlich.

Der Tag neigte sich langsam seinem Ende entgegen, wozu ein Glas Wein herrlich passte. Ich wurde müde, die Flasche war leer.
Dieses Nichtstun schlaucht ganz schön.

Photo by Bahram Bayat on Unsplash

* 5 Jahre Herstellergarantie bis 100.000 km bzw. 8 Jahre Herstellergarantie auf die Fahrbatterie bis 160.000 km, Details unter www.mitsubishi-motors.de/garantie

NEFZ (Neuer Europäischer Fahrzyklus) Messverfahren ECE R101, Outlander Plug-in Hybrid
Gesamtverbrauch: Stromverbrauch (kWh/100 km) kombiniert 14,8. Kraftstoffverbrauch (l/100 km) kombiniert 1,8. CO_2-Emission (g/km) kombiniert 40. Effizienzklasse A+. Die tatsächlichen Werte zum Verbrauch elektrischer Energie/Kraftstoff bzw. zur Reichweite hängen ab von individueller Fahrweise, Straßen- und Verkehrsbedingungen, Außentemperatur, Klimaanlageneinsatz etc., dadurch kann sich die Reichweite reduzieren. Die Werte wurden entsprechend neuem WLTP-Testzyklus ermittelt und auf das bisherige Messverfahren NEFZ umgerechnet.

Abb. zeigt kostenpflichtige Sonderausstattung.

5 JAHRE HERSTELLER GARANTIE* 8 JAHRE FAHRBATTERIE GARANTIE*

Veröffentlichung von **MITSUBISHI MOTORS in Deutschland**,
vertreten durch die MMD Automobile GmbH, Emil-Frey-Straße 2, 61169 Friedberg

▶ Nähere Informationen erhalten Sie zum Beispiel bei dem nachfolgenden Mitsubishi Handelspartner:

AUTO RABER
Autohaus Raber GmbH & Co. KG
Nachtweide 14 - 16
67433 Neustadt
Telefon 06321/130150
www.autohaus-raber-neustadt.de

150 Jahre
Juwelier Rehn
1. September 1869 –
1. September 2019
Wir feiern unser Jubiläum mit vielen Angeboten und Events.
Und was wäre eine Feier ohne Sie? Seien Sie in 2019 dabei und profitieren Sie von unseren Aktionen.

JUNI /JULI
Salsa-Party
brasilianisch, fröhlich und bunt.
Passend zum Landauer Sommer feiern wir mit Ihnen.

AUGUST
Die Uhr tickt
Entspannter Uhrenabend –
Barfeeling mit Gin und Zigarren

150 JAHRE JUWELIER Rehn
LANDAU • KRONSTRASSE 24
(FUSSGÄNGERZONE)
☎ 0 63 41 / 91 91 10
WWW.JUWELIER-REHN.DE

Buchtipp:

Drei Frauen am See
Dora Heldt

Einst waren sie enge Freundinnen, unzertrennlich, wenngleich auch unterschiedlich in ihrer Art. Sie verlieren sich. Als Marie stirbt, verfügt sie testamentarisch, dass die drei verbliebenen Freundinnen das Haus am See erben sollen, unter der Bedingung, dass sie es gemeinsam nutzen. Das zwingt die Frauen, ihre Leben zu betrachten mit all ihren Schwierigkeiten und ungelösten Konflikten, um sich von den Geistern der Vergangenheit zu befreien.

Dora Heldt hat mit *Drei Frauen am See* einen Frauenroman geschaffen, der wie üblich nicht ganz ohne Klischees auszukommen vermag, aber vollbringt das Kunststück, nichtsdestotrotz zu begeistern und zu fesseln. Sie rutscht nicht ab in das Vorhersehbare, sondern hält die Leserin immer wieder in der Betrachtung fest. Man kann sich in den Details, in den Gedankengängen, den Zweifeln und Zaudern stets wiederfinden. Es ist eine Geschichte über Freundschaft, Versagen und Vergeben, über Zukunftsträume und Realitäten, in denen man aufwacht. Ein wunderbares Buch für die Sommerlaune am Pool, im Garten oder auf Balkonien.

Info:

Drei Frauen am See
Dora Heldt
dtv
ISBN 978-3-423-26206-4

Und in der nächsten Ausgabe ...

... wird es perspektivisch bunt. Der Redaktionsschluss für die Ausgabe September/Oktober ist der 15. August 2019. Ab dem 5. September 2019 liegt Ihr *Chili* wieder an allen bekannten Verteilerstellen.
Eine Liste unserer Verteilerstellen finden Sie unter www.chili-dasmagazin.de/verteilerstellen

Perspektivisch bunt

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

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

Titelbild
caju-gomes © unsplash

Fotos
Ira Schreck, Norman Krauß
S4, S14 angelo-pantazis © unsplash
S 4, S 40 artificial-photography © unsplash
S5, S 64 man-2555188 - RitaE
S 5, S 66 dog-1310545 - sevenpixx
S 25 Sartificial-photography © unsplash.
S 52 tomasz-wozniak ©a unsplash
S 56, S 58 angelo-pantazis © unsplash
S 64 people © PublicDomainPictures
S 64 human-3350257 - RoyBuri.
S 66 cat-325811 - Kapa65
S 66 blackbird-4112876 - RPF70
S 67 storks-3560073 - suju
S 72 Beeren © Pixabay
S 72 Knoblauch, joey-huang © unsplash
S 72 Brunnenkresse, wesual-click © unsplash
S 72 waldemar-brandt © unsplash
S 72 Limette, lesley-davidson © unsplash
S 73 Rettich, heather-barnes © unsplash
S 78 bahram-bayat © unsplash

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

Kolumne:

Mehr als Müll in der Tonne

Es ist Sommer. Ich sitze in meinem Garten und schaue fasziniert und immer wieder aufs Neue staunend auf die Pflanzen, die jetzt in voller Pracht blühen oder bereits üppig Früchte tragen. Das Wunder der Natur vollzieht sich auch in diesem Jahr: Aus einem scheinbaren Nichts ist eine Vielfalt der Lebendigkeit hervorgegangen, ein Lebensraum für Tiere, Pflanzen und auch für Menschen entstanden.

Kräuter, Früchte, sogar etwas Salat, natürlich alles ungespritzt, gesund und super lecker. Viel besser als aus dem Supermarkt. Allein mein Koriander aus der Kräuterecke schlägt sogar seinen Kräuter-Kollegen vom Wochenmarkt. Es drängt sich der Gedanke nach bio, nachhaltigem Anbau von Lebensmitteln, umweltbewusster Mikrolebensweise und anderen notwendigen Denkansätzen auf. Schnell bin ich bei Müllvermeidung, Plastikreduzierung, Stromsparen und so weiter. Dabei brummen mir tatsächlich Insekten um die Ohren und ein Konzert aus unterschiedlichen Vogelstimmen beruhigt mich. Ich fühle mich entspannt und vollkommen eins mit mir und meinem Wunsch, meine Welt ein kleines Stück aus eigener Kraft erhalten zu können.

Doch die Welt ist mehr als mein Garten, muss ich im zweiten Absatz meines Gedankenkontinuums hinzufügen. Die Welt ist mehr als Umwelt, Klima und Energie. Meine Welt, die sich nahtlos in die Welt der anderen einfügt, besteht aus Menschen, Umgangsformen, Zusammenleben, Gesetzen, Normen und Kultur. Diese werden bestimmt durch eine Reihe von abstrakten Dingen, die sich aus Tradition, Verhaltensweisen, Situationen und Wirtschaft zusammensetzen. Geld ebenfalls und durchaus nicht zuletzt. Will man die Welt zu einem besseren Ort machen, dann gilt es nicht nur den Müll zu vermeiden, sondern auch vieles mehr, was sich in Worten und Taten, im Zusammenleben so anhäuft. Aggressionen, Neid, Angeberei, Hass, Egoismus, Korruption und Unterdrückung sind jene Dinge, die die Welt zerstören. Es hilft, nicht jeden Satz mit „Ich" zu beginnen. Ab und an ein „Wir" schadet nicht.

Freundlichkeit, Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme, Toleranz, der Glaube an Demokratie sind unverzichtbare Faktoren für ein friedliches und funktionierendes Zusammenleben. Dazu gehören freie Presse, die persönliche Freiheit, sich zu entfalten und sich zu äußern – ohne den anderen in seiner Freiheit einzuschränken. Die eigene Verantwortung und das Annehmen und Erfüllen von Pflichten sind Grundvoraussetzungen für ein gutes Miteinander und für den respektvollen Umgang mit Mensch, Tier und Umwelt gleichermaßen.

Es gibt dafür sicherlich vollkommen neue, hippe Anglizismen, aber man kann sie eigentlich auch mit zwei sehr altmodischen, jedoch treffenden Begriffen zusammenfassen: gesunder Menschenverstand und – mehr noch – Anstand.

20 Jahre www.wohs.de

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

wohs
Made pur

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

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

Dieter Ziesecke e.K.

SANITÄR & HEIZUNG

50 JUBILÄUM 1969 – 2019

beständig und
qualitätsbewusst ...
modern und
am Puls der Zeit!!

50 Jahre – 50 Aktionen

Mit freundlicher Genehmigung der Hansgrohe Aquademie-Museum für Wasser, Bad und Design

50 Jahre –

50 Aktionen

www.ziesecke-neustadt.de

© chili-dasmagazin.de