

Nordische Eleganz ...



LUV by Duravit





Apropos

Zeit der Lichter

Liebe Leser.

Ein lebhaftes, geradezu turbulentes Jahr macht sich auf zum Endspurt. Nur noch wenige Tage verbleiben bis zum ersten Adventskerzlein, Weihnachten und Sylvester. Mit einem Knall geht dann das Rennen wieder los. Aber jetzt beginnt erst einmal die Zeit der Lichter. Vielleicht kommt man ein wenig zur Ruhe. Die hinter uns liegenden Monate haben uns keine wirkliche Pause gegönnt. Aber ein kleiner Zwischenstopp sammelt Kräfte und lässt uns die Gelegenheit, uns auf das Wesentliche zu besinnen. Keine schlechte Idee in Zeiten, in denen Schlagworte zur Meinung werden und statt Problemlösung nur Sieg und Stärke zählen.

Jetzt beginnt die Zeit der Lichter, die wir in vielen kleinen Facetten beleuchten. Jedes Detail lädt ein zum Innehalten und Betrachten, zum Bedenken, Staunen und Ausprobieren.

Wir wünschen Ihnen eine schöne Adventszeit und einen guten Start in das neue Jahr.

Herzlichst Ira Schreck Chefredakteurin



INHALTSVERZEICHNIS

EinBlick

- 16 Zeit der Lichter
- 18 Neustadts neuer Oberbürgermeister
- 21 Zum Leben erweckt
- 22 Vom Verbrauchsgut zum Dekoartikel
- 24 Ins rechte Licht gerückt
- 26 Lichtverschmutzung
- 28 Einmal Brennholz bitte
- 32 Hohe Nachfrage nach deutschem FSC-zertifiziertem Holz

Geschenktipps

34 Geschenktipps



Kommunales

- 42 Onlineeinkäufe belasten die Umwelt
- 44 Die Weihnachtstradition

Wohnlich

- 46 Leuchtende Sterne über Gimmeldingen
- 82 Wohnprojekt Gäuhof mit südlichem Lebensgefühl







einPfalzReich

50 Palatina Watch

Modisch

52 Viel Licht in der Mode

Typisch

54 5 Sterne verliehen

Gesundheit

- 56 Naschen ohne schlechtes Gewissen
- 58 Vitamin D Mangel
- 60 Gesundheitstipps

Kulinaria

- 62 Ernährungstipps
- 64 Gesundes Mood-Food
- 66 Rezepte
- 68 Der neue Winzersnack

on Tour

- 70 Neue Heimat Pfalz
- 74 Ausflugtipps Winter
- 79 Planung der nächsten Wanderung zum Nulltarif
- 84 Tiere des Waldes: Eichhörnchen

KulTour

- 86 Komplementäre Malwelten im Zusammenspiel
- 88 Klassik im Barrique

erLesen

- 90 Buchtipps
- 92 Kurze Geschichte: Das wird was geben
- 98 Kolumne: Eine wahrhaft schwierige Aufgabe

Standards

- 3 Apropos
- 4 Inhalt
- 6 Impressionen
- 12 Kurz & gut: Aus Handel und Wirtschaft
- 94 Augen-Blick-Mal
- 97 AusSchau
- 97 Anzeigenberatung
- 98 Impressum













Aus Handel



Bezaubernder Adventsmarkt im und um das Rhodter Schlössel

Er ist längst Kult und nicht mehr wegzudenken – der bezaubernde Adventsmarkt im und um das Rhodter Schlössel. Bereits zum achten Mal organisieren ihn die beiden Schlossherren, Dr. Burkhard Aschhoff und Siegfried Söhngen. Ab Freitag, 1. Dezember Punkt 18 Uhr erstrahlt das Rhodter Schlössel in einem Lichtermeer. Das Einleuchten wird musikalisch begleitet mit einem Konzert des Kreisjugendorchesters der Südlichen Weinstraße. Bis einschließlich Sonntag, 17. Dezember leuchtet das Rhodter Schlössel in der Weinstraße in einem hellen Lichtermeer zehntausender Glühbirnchen. Die großen und kleinen Besucher können sich an einer einzigartigen Lichterkrippe erfreuen. Maria, Josef und das Jesuskind, sowie Hirten und Schafe laden zum Staunen ein. Die Heiligen Drei Könige haben ein überdimensional großes Kamel in ihrem Gefolge. Nicht fehlen wird der bezaubernde Märchenwald mit Motiven wie Tischlein deck dich, Schneewittchen und die sieben Zwerge, Frau Holle, Rotkäppchen und der Wolf, der gestiefelte Kater, Hänsel und Gretel, die Bremer Stadtmusikanten, Rapunzel, Aschenputtel und Hans im Glück. "Die Lichterkrippe ist ein Unikat", betont Siegfried Söhngen.

Auch in diesem Jahr sorgen Siegfried Söhngen und Dr. Burkhard Aschhoff wieder für hochwertige Weihnachts- und Geschenkartikel, Kunsthandwerk, Live-Musik, Glühwein, Kaffee, Kuchen, Honig und vieles mehr. Zu den Besuchern zählen auch zahlreiche Kindergärten aus der Region. Die Frage, warum dieses große Engagement, beantwortet Siegfried Söhngen wie folgt: "Haben Sie schon mal in die großen, glänzenden und glücklichen Augen von Kindern gesehen? Dieses Erleben ist Motivation und Anerkennung genug." Das Rhodter Schlössel und der Märchenpark werden bis einschließlich 7. Januar 2018 beleuchtet sein.

Anmeldung und Informationen:

06323-704349.

Die Öffnungszeiten 2017

Freitag, 1. Dezember: ab 18 Uhr Samstag, 2. Dezember: 14 Uhr bis 20 Uhr Sonntag, 3. Dezember: 11 Uhr bis 19 Uhr Donnerstag, 7. Dezember: 17 Uhr bis 20 Uhr Freitag, 8. Dezember: 17 Uhr bis 20 Uhr

Samstag, 9. Dezember: 14 Uhr bis 20 Uhr, ab 17 Uhr Konzert mit Volare

Sonntag, 10. Dezember: 11 Uhr bis 19 Uhr Donnerstag, 14. Dezember: 17 Uhr bis 20 Uhr Freitag, 15. Dezember: 17 Uhr bis 20 Uhr Samstag, 16. Dezember: 17 Uhr bis 20 Uhr

Sonntag, 17 Dezember: 11 Uhr bis 19 Uhr, mit Abschlusskonzert: Beginn um 18 Uhr

Ein Besuch des Adventmarktes ist auch außerhalb der genannten Öffnungszeiten möglich.



Zeit für Gemütlichkeit! Lust auf Deko?

Manchmal fehlen die Zeit, die Idee oder der Blick für das Machbare, um in den eigenen Räumen eine schöne Deko oder eine Atmosphäre zu schaffen. Wild kauft man dieses schöne Objekt, das jedoch bei genauerer Betrachtung dann doch nicht zum anderen passt. Ein Gesamtkonzept muss her. Wenn es Zeit für Veränderung ist - bedingt durch Jahreszeit, Stimmung oder andere Lebensumstände – dann reichen häufig die kleinen Farbwechsel, das Wegnehmen statt Hinzufügen oder eine Umkehr in der Stilrichtung, damit eine Neuausrichtung sichtbar wird und ein Wohlfühlflair entsteht. Manchmal ist es schwierig, dies selbst zu realisieren. Dann hilft der fachmännische Blick von außen. Sabine Uhl ist eine Expertin in Sachen Ambiente. Sie kommt vor Ort, erfasst Mensch und Raum, und setzt die individuellen Vorstellungen von Wohlfühlatmosphäre um. Gerade in der dunklen Jahreszeit schafft sie Stimmung mit Licht, das das Arrangement in Szene setzt. Das sind Privaträume, die eine kleine Auffrischung benötigen. Sie dekoriert Events und ruft in ihnen die benötigte Stimmung hervor oder gestaltet Geschäfts- und Büroräume passend zur Saison oder zu den Geschäftsthemen und -farben.

Kunden können sich in ihrem Showroom in Edenkoben umschauen, sich inspirieren lassen oder ein Geschenk für sich oder ihre Lieben finden. Es genügt jedoch auch ein Anruf, eine Bestellung und Sabine Uhl liefert das Präsent liebevoll verpackt zeitnah aus.

Kontakt:

Flodec-Style GmbH Sabine Uhl Luitpoldstraße 21 Edenkoben www.flodec-style.de 0172-4003441

Öffnungszeiten

Freitag 10 bis 18 Uhr Samstag 10 bis 13 Uhr

Wirtschaft



Neu in Speyer: KiLu by Kirstin & Luiza

Im September rechtzeitig zur Herbst/Winter Saison eröffnete in der Wormser Straße 5 in Speyer die Damenboutique KiLu. KiLu ist eine Filiale der in Landau erfolgreichen Boutique Kirstin & Luiza. Seit sechs Jahren sind Kirstin und Luiza Decker - Mutter und Tochter - in der Landauer Waffenstraße eine der wichtigsten Adressen, wenn es um Stil, modisches Lebensgefühl und Inspiration geht. Nun präsentieren sie auch in Speyer hochwertige Damenmode ausgewählter Labels in der schönen, freundlich-hellen Ladenatmosphäre mit viel Gefühl für Trends - typgerechte und ehrliche Beratung inklusive.

Kontakt:

KiLu Wormser Straße 5 67346 Speyer 06232-6784907 www.kilu-speyer.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 10 bis 18.30 Uhr Samstag 10 bis 16 Uhr

(13

Wenn Brillen nicht mehr helfen Fachgeschäft für vergrößernde Sehhilfen

LOWVISION

Besser sehen, mehr Lebensqualität.

Wir beraten ausführlich zu Lupen, Lupenbrillen, Lesesysthemen und Vorlesegeräten

schallmoop

Exklusive Brillenmode • Sport-Optik • Low-Vision

Inh. Gabriele Rupp, Dipl. Augenoptikerin / Optometristin (FH) Ihre kompetente Beraterin für individuelle Lösungen

Landauer Straße 15, 67434 Neustadt/Weinstraße Telefon: 06321 82223, Fax: 06321 489480 E-Mail: info@schallmooptik.de



Aus Handel



der besondere Ort in Lachen-Speyerdorf

Die ehemalige Baumschule ist heute ein besonderer Ort in Sachen Körperschulung, Fitness und Gesundheit. Der Philosophie folgend Wir pflanzen Lebensfreude trainieren Jung und Alt in persönlich geleiteten Kleingruppen. Die Inhaberin und Pilates-Trainerin Astrid Fujike renovierte das Anwesen seit 2011 sehr liebevoll. Die individuelle Betreuung und das schöne Ambiente machen heute die persönliche Note und den Charme des Studios aus. Die Alte Pflanzschule hält mit Pilates, Rundum Fit, Rücken Qi Gong, Movedo, Yoga und Tanz ein umfangreiches sportliches Kursangebot bereit. Für das besondere Wohlergehen der Frau sorgen zudem ganzheitliche Massagen, Bowtech®, Pflanzenheilkunde und Beckenbodentraining. Als studierte Kunsthistorikerin freut sich Astrid Fujike über ein neues, kulturelles Angebot: In Wochenend-Workshops bietet Elke Michels, eine freischaffende Künstlerin aus Brüssel, allen Interessierten die Möglichkeit, verschiedene Maltechniken auszuprobieren, wie zum Beispiel intuitives, heilsames Malen oder Bilder föhnen. Dabei spielen Farben, Musik, Rhythmus eine große Rolle. Elke Michels ist Kunstund Maltherapeutin und hat an Ausstellungen im In- und Ausland teilgenommen. Sie ist Mitglied im Kunstverein Neustadt /Weinstraße.



Kontakt: Alte Pflanzschule Lilienthalstraße 5 67435 Neustadt 0178-5366684



Einmaligkeit in Perfektion

Medical Cosmetics hat auch in diesem Jahr wieder eine Auszeichnung erhalten – das Team um Ulrike Schaaf-Deege belegte beim Ranking um Deutschlands beste Kosmetikerin den ersten Platz in der Kategorie Kosmetikinstitut mit Spezialisierung. Überzeugt haben das schöne Ambiente, das Konzept von ganzheitlich dermatologisch orientierter Kosmetik kombiniert mit edler Mode. Ebenso erfüllt die Spezialisierung im Bereich apparativer Kosmetik durch Beauty-Treatments wie Hydrafacial, Tixel, Microneedling, Nanoblading – oder neu im Programm Fettreduktion durch Kryolipolyse – die Wünsche der Kunden. "Wir freuen uns riesig, dass unsere Arbeit und unser Konzept durch die Jury anerkannt wurden. Und weil wir diese Freude mit unseren Kunden teilen wollen, feiern wir mit ihnen von Donnerstag, den 7. Dezember bis Samstag, den 9. Dezember 2017," sagt Ulrike Schaaf-Deege glücklich. Während der Aktionstage gilt ein 20 Prozent Rabatt auf alle Artikel der Modeabteilung von Luisa Cerano, RIANI, Sportalm, MINX, Lieblingsstück, MAC und viele mehr.

Öffnungszeiten während der Aktionstage: Donnerstag, den 7. Dezember und Freitag, den 8. Dezember von 10 bis 20 Uhr Samstag, den 9. Dezember von 10 bis 14 Uhr.

Kontakt:

Medical cosmetics & fashion by medical cosmetics Ulrike Schaaf-Deege Wilhelm-Busch-Straße 3 67454 Haßloch 06324-979566 www.medical-wellness-deege.de













G,

Wirtschaft



So schmeckt die Südpfalz 2018: Weinstube Spelzenhof in Altdorf ist nominierter Betrieb

Der Spelzenhof ist gelebte Pfälzer (Lebens)-Kultur. Es treffen Gastfreundlichkeit, die Liebe zur kulinarischen Vielfalt der Region und familiäre Tradition aufeinander. Im Spelzenhof kocht die Chefin noch selbst: Ursula Hitschler begeistert ihre Gäste jedes Jahr auf's Neue mit originellen Interpretationen pfälzischer Gerichte. Neben pfälzischer Hausmannskost werden in der Weinstube in jeder Jahreszeit auch vielfältige saisonale Gerichte serviert. Vegetarische und vegane Gerichte gehören ebenso auf die Speisekarte. Traditionsbewusstsein und Moderne schließen sich in der Küche von Ursula Hitschler nicht aus.

Jetzt ist der Spelzenhof für den Gastronomie-Wettbewerb von Südpfalz-Tourismus Landkreis Germersheim e.V., Südliche Weinstraße e.V. und dem Büro für Tourismus Landau nominiert worden. Im kommenden Jahr – genauer vom 13. Januar bis zum 18. März 2018 – wird es nun ein Kraut- & Rübenmenü auf der abwechslungsreichen Speisekarte für den Wettbewerb geben.

Öffnungszeiten

Freitag ab 17 Uhr Samstag, Sonn- und Feiertag ab 12 Uhr

Kraut- & Rübenmenü

- 1. Gang: Rote Bete-Quiche mit Feldsalat an Kürbiskernöl-Honig-Senf-Vinaigrette
- Gang: Grüner Gemüseflan auf einem Wirsingblatt, gefüllte Schweinerückentasche mit einer pikanten Farce an Brasilsoße und mediterranem Rosmarin-Kartoffelküchle
- 2. Gang (vegetarisch): Grüner Gemüseflan auf einem Wirsingblatt, mediterrane Rosmarin-Kartoffelküchle und Bechamel-Soße
- 3. Gang: Karotten Dessert an Rübensirup mit Pistazienkrokant und Mandelstiften

Kontakt:

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



Trauring Lounge bei Juwelier Rehn in Landau

Nach einer kurzen Umbauphase wird die Trauring Lounge bei Juwelier Rehn in der Landauer Fußgängerzone am 22. November 2017 offiziell eröffnet. Im Zeitraum vom 22. bis 25. November lädt Juwelier Rehn zu Aktionstagen anlässlich der Neueröffnung ein.

Mit Ruhe und Zeit jenseits des trubeligen Alltags können sich Paare in der neuen Lounge ganz auf die Suche nach ihren individuellen Trauringen konzentrieren. Die Fachfrauen von Juwelier Rehn beraten mit einer großen Auswahl an Ringen, Modellen und Materialien und – nicht zuletzt – mit einem Gespür für Menschen und ihren Schmuck.

Neu im Sortiment – neben der Kollektion der traditionsreichen Firma August Gerstner aus Pforzheim – sind die schönen und wertigen Trauringe aus dem Haus Giloy. Die Diamantexperten der Idar-Obersteiner Manufaktur Giloy & Söhne bieten eine kleine, feine Kollektion handwerklich perfekt gearbeiteter Trau(m)ringe Made in Germany. Von klassisch bis progressiv-ausgefallen.

Kontakt:

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





Zeit der Lichter

Es ist eine gute Lebensregel, dass alles seine Zeit hat. Die Winterzeit besitzt das Potenzial, uns die Gelegenheit zu geben, zur Ruhe zu kommen. Besonders dann, wenn wir akzeptieren, dass das Licht schwindet, die Dämmerung uns einen Teil des Tages verwandelt und die Zeit der Dunkelheit einfach länger ist. In der Summe bleiben 24 Stunden, daran ändert sich nichts. Von den Nordeuropäern können wir lernen. Mit großer Gelassenheit nehmen sie die langen Nächte in Kauf. Sie werden nach eigenen Auskünften eben geselliger. Ein bisschen langsamer vielleicht auch. Sie trinken umso lieber Kaffee, vielleicht auch das ein oder andere Gläschen Wein, haben Zeit für Bücher, für Freunde, für Filmnächte oder eben andere Dinge, die man gerne zu zweit genießt.

Tatsächlich bremst das schwindende Licht den Aktionismus des Mitteleuropäers. Das Gegenteil von Aktionismus und Reizüberflutung sind die langen Winternächte. Geradezu kontemplativ muten sie an – wenn man sie lässt. Ein langes Gespräch mit Resultat und Erkenntnis, ein ruhiges Zusammentreffen, gerne auch die Zeit für sich, auf der Couch, vor dem Kamin, lange Kochabende mit Freunden und Familie.

Und trotzdem ist es die Zeit der Lichter, denn selbst der härteste Norweger sitzt nicht in völliger Dunkelheit, um sich mit einem Freund zu unterhalten. Kleine Lichter beleuchten das Entscheidende – den Moment. Sie strahlen für den Punkt, der uns wichtig ist. Sie geben uns Wärme und zaubern Stimmung. Licht in der Dunkelheit ist magisch, mystisch und essentiell. Erst dann setzt sich in Szene, was uns berührt und bewegt. Winterzeit als Zeit der Lichter erlaubt uns, unseren Sehnsüchten und Bedürfnissen Ausdruck zu verleihen.

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



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

Ludwig Meyer GmbH

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









...das Haus der guten Fenster.

 $www.meyer-bauelemente.de \cdot info@meyer-bauelemente.de \\$

(17





Neustadts neuer Oberbürgermeister

Parallel zur Bundestagswahl im September wurde in Neustadt an der Weinstraße ein neuer Oberbürgermeister gewählt. Der amtierende Oberbürgermeister Hans Georg Löffler geht zum Jahresende nach 16 Jahren im Amt in den Ruhestand. Mit überwältigender Mehrheit von 58 Prozent der Wählerstimmen setzte sich Marc Weigel (FWG) deutlich gegen die beiden Kandidaten von CDU und SPD durch. Der 39-jährige Marc Weigel ist gebürtiger Neustadter und arbeitet noch bis Ende des Jahres als Lehrer am Neustadter Leibniz-Gymnasium. Weigel ist kein Neuling in der Politik. Bereits als Schüler war er politisch tätig. Seit 1994 gehört er den Freien Wählern in Neustadt an, für die er 1999 als jüngstes Mitglied in den Stadtrat gewählt wurde. Er prägte die politische Landschaft mit seinen Ideen, seinen Argumenten und seiner Arbeit. Von 2009 bis 2013 war Weigel als ehrenamtlicher Beigeordneter im Kulturdezernat tätig und setzte deutliche Akzente.

Am 1. Januar 2018 tritt er nun das Amt des Oberbürgermeisters der Stadt Neustadt an der Weinstraße an.

Chick: Rund 27 Monate vor der Wahl haben Sie und die FWG Ihre Kandidatur für das Amt des Oberbürgermeisters offiziell verkündet. Das war ein langer Wahlkampf. Jetzt haben Sie Ihr Ziel erreicht. Wie fühlt sich das an?

Weigel: Kurz nach der Wahl stellte sich neben der großen Freude über dieses Ergebnis kurzzeitig auch ein Gefühl der Leere ein. Der Wahlkampf war tatsächlich sehr lang und auch sehr intensiv geführt worden. Das Projekt Wahlkampf wurde plötzlich auf null gebremst. Dies und das Ergebnis musste sich erst einmal setzen. Ich habe mir eine Auszeit in Form eines Urlaubs genommen und das war auch gut so. In dieser Zeit hatte ich Gelegenheit zu sortieren und konnte nun schon mit den ersten Vorbereitungen zur reibungslosen Übernahme des Amtes beginnen. Ich freue mich sehr auf die neue Aufgabe.

Check: Das Ergebnis der Wahl war beeindruckend. Aber üben 58 Prozent nicht auch Druck

Weigel: Das Ergebnis fordert heraus und das nehme ich sehr ernst, denn dahinter steckt sicher auch eine hohe Erwartungshaltung. In dem Ergebnis spiegelt sich die Klarheit des Wählerauftrags wider, was mir auch den Rücken stärkt. Chole: Wie bereiten Sie sich vor? Wie werden die ersten 100 Tage ablaufen, abgesehen von den Dingen, die ganz unvorhersehbar auf Sie zurollen werden?

Weigel: Gespräche führen, zuhören, Zeit nehmen. Noch gar nicht viele Entscheidungen treffen. Zunächst werde ich mich den Mitarbeitern in der Verwaltung vorstellen. Das gehört sich einfach so. Es kann nicht sein, dass mich die Mitarbeiter nur von Ferne oder aus der Zeitung kennen. Ich werde mich mit Fachabteilungen zusammensetzen, um Zusammenhänge, Details und Probleme genauer und intensiver erfassen zu können. Zusätzlich werde ich mit allen Kommunalpolitikern Gespräche führen. Schließlich wollen wir Dinge gemeinsam bewegen. Ich alleine werde nicht alle Probleme auf einmal lösen können. Dazu benötige ich die Hilfe, die Expertisen, die Mitarbeit, die Ideen und die Tatkraft aller.

Chide: Die Amtszeit eines Oberbürgermeisters umfasst acht Jahre. Haben Sie diesen Zeitrahmen in Abschnitte eingeteilt, in denen Projekte angestoßen und Probleme angefasst werden sollen?

Weigel: Erst muss ich das gesamte Bild sehen.

Natürlich habe ich Pläne und Projekte, die ich auch im Wahlkampf angesprochen habe, wie

(19





zum Beispiel die Gründung einer Stadtentwicklungsgesellschaft. Dabei handelt es sich um einen längeren Prozess, den wir auch anstoßen werden. Es gilt jedoch rechtliche Fragen, Förderungsmöglichkeiten und vieles mehr zu klären. Auch das Projekt Sauberkeit in der Stadt, welches vielen Neustadtern am Herzen liegt, wird sich als längerer Prozess erweisen. Denn es nützt nichts, einmal sauber zu machen und das war's. Ich strebe eine nachhaltige Lösung an, was sicherlich eine Strukturänderung bedeutet. Und da sind wir wieder am Anfang. Dazu muss ich Gespräche führen, zuhören und mir ein Gesamtbild machen. Für die Bürger ist es wichtig, dass ich an die Problemfelder herangehe. Das bedeutet aber nicht, dass ich an allen Ecken und Enden gleichzeitig Veränderungen los trete und Baustellen aufmache. Wir benötigen für die angestrebten Lösungen Konsens in der Bevölkerung und in der Kommunalpolitik. Dafür ist mehr Kommunikation notwendig. Ich werde viele Angebote zur Mitarbeit eröffnen.

Chile: Gibt es ein Leuchtturmprojekt für Neustadt, das Ihnen besonders am Herzen liegt?

Weigel: Ja, das ist die übernächste Landesgartenschau, die ich gerne in Neustadt sehen würde. Darin liegt einiges an Entwicklungspotenzial für unsere Stadt und insbesondere für Böbig und Branchweiler. Zudem sollen viele kleinere Projekte für sich leuchten.

Chole: Sind Gespräche und eine Zusammenarbeit mit den Städten und Landkreisen aus der Region angedacht?

Weigel: Ja, unbedingt. Nach der Wahl haben mir alle Oberbürgermeister und Landräte gratuliert und Gespräche, gute Zusammenarbeit und auch Hilfe angeboten. Darauf werde ich natürlich und auch gerne zurückkommen. Wir haben in der Region alle die gleichen Interessen, beispielsweise Stichwort Finanzen. Da und in vielen Arbeitsfeldern muss man das Rad nicht neu erfinden. Eine Vernetzung und ein voneinander Lernen ist wichtig.

Cholo: In Neustadt wird immer wieder gesagt, dass Neustadt hinter Landau und Speyer zurückgefallen ist.

Weigel: Das muss man etwas genauer betrachten. Es gibt Bereiche, in denen es durchaus stimmt. Dabei handelt es sich auch nicht um gefühlte Wahrheiten, sondern durch Zahlen belegbare Fakten. Landau hat offensichtlich in Sachen Wirtschaftsentwicklung vieles besser gemacht als wir. Wir müssen ein Klima schaffen, das es für Unternehmen attraktiver macht, hier zu investieren. Kundenfreundlichkeit, Bürgernähe, Sauberkeit, um nur ein wenige Stichworte zu nennen. Das ist auch ein psychologischer Faktor. Wir sollten mit meinem Start als Oberbürgermeister die Chance nutzen, auch in der Ökonomie eine Aufbruchstimmung zu erreichen.

Aber es gibt auch Bereiche, in denen wir anderen voraus sind, wie der soziale Wohnungsbau, der in Neustadt schon viel früher begonnen wurde als in Landau. In Neustadt ist in der Vergangenheit auch nicht alles schlecht gelaufen.

Chide: Sie verlassen zum Jahresende die Schule und damit auch die Schüler. Wie geht es Ihnen damit?

Weigel: Ich bin sehr gerne Lehrer, habe sehr gerne mit Kindern und Jugendlichen gearbeitet und es bewegt mich, diesen Beruf wahrscheinlich für immer aufzugeben, denn beurlaubt werde ich ja nicht. Der Übergang für die Schüler zu meinen Kollegen ist bestens vorbereitet, auch für meine Abiturienten. Im Dezember hat die Schule eine Abschiedsfeier geplant. Trotz aller Wehmut freue ich mich natürlich sehr auf die neue Aufgabe. Dieses Amt verlangt viel, aber es ist auch eine Ehre, es ausfüllen zu dürfen. Es bringt für mich große Veränderungen mit sich, das berufliche Wirken hat deutlich mehr Einfluss und Bedeutung für weit mehr Menschen. Mein Ziel ist es, darin so gute Arbeit zu leisten, dass ich dem in mich gesetzten Vertrauen gerecht werde.

Zum Leben erweckt

Das ehemalige Hertie Gebäude im Zentrum Neustadts wird nun endlich wieder zum Leben erweckt. Nachdem vor rund einem Jahr die Devello AG mit Stammsitz in Scharbeutz das Gebäude gekauft hat, wurden am 25. Oktober 2017 die Pläne für die bauliche Veränderung des Gebäudes und auch für die Nutzung als Einkaufszentrums vorgestellt.

Das Gebäude als solches wird erhalten und weiterentwickelt. Dabei spielen die energetischen Maßnahmen eine Rolle, den Anforderungen an den Parkraum und auch der Situation mehrerer Ladeneinheiten wird Rechnung getragen. Auf drei Verkaufsgeschossen wird eine Gesamtladenfläche von 8.300 Quadratmetern zur Verfügung stehen. Drei deutlich sichtbare Besuchereingänge öffnen das Center auch optisch. Drei Kundenaufzüge – auch außerhalb des Gebäudes, so dass das Parkdeck auch unabhängig von den Öffnungszeiten erreichbar ist – gewähren einen problemlosen Zugang. Innerhalb des Gebäudes werden vier neue Rolltreppen im dreigeschossigen Mall-Atrium die Kundenströme leiten. Insgesamt entstehen 322 Parkplätze, davon 165 auf den beiden Parkdecks. Die Stadt Neustadt hat den Parkraum Bachgängel zu beiden Seiten der Straße an die Betreiber verpachtet, so dass die Nutzung im unmittelbaren Zusammenhang mit dem Besuch des Einkaufscenters steht. Das ist insbesondere für den Verbrauchermarkt wichtig, der auf eine gute Erreichbarkeit und Parkplätze besonderes Augenmerk legt. Die bisherige Zufahrt des Parkdecks per Spindelauffahrt bleibt prinzipiell erhalten, wird jedoch durch eine größere Spindel ersetzt werden müssen und in die neu entstehende Außenhülle des Gebäudes integriert werden. Als Ankermieter mit 5.500 Quadratmetern Fläche hat sich die Moses AG für den Standort Neustadt entschieden. Die Moses AG ist ein Familienunternehmen, das sich besonders in Mittelzentren ansiedelt. Das Sortiment reicht von Bekleidung über Lederwaren, Schmuck und Uhren hinzu Schreib- und Haushaltswaren. Zweiter großer Mieter auf rund 1.000 Quadratmetern wird ein Sport- Freizeitanbieter sein, der deutschlandweit einen großen Namen trägt. Einzelheiten wurden aus Wettbewerbsgründen noch nicht genannt. Der in Neustadt bereits ansässige Verbrauchermarkt Abraxas wird auf einer Verkaufsfläche von 650 Quadratmetern sein Angebot deutlich erweitern. Geplant sind außerdem Gastronomie und kleinere Ladeneinheiten, die alle jedoch mit gehobenem, serviceorientiertem Konzept arbeiten.



Wenn die Baugenehmigungen vorliegen, womit zum Jahreswechsel gerechnet wird, ist eine Bauzeit von rund 16 Monaten geplant. Die Pläne für die Gestaltung des Gebäudes wurden von dem Architekturbüro J. Mayer und Partner aus Berlin erstellt. Das Büro hat bereits Projekte weltweit entwickelt. Jürgen Mayer stellte die Pläne für das ehemalige Hertie Gebäude vor und betonte, dass es Modellcharakter habe, da weitestgehend die Substanz erhalten bliebe. Mit einer nahezu futuristischen Anmutung nimmt er in seinen Entwürfen jedoch sowohl das Gebäude als auch seine Umgebung auf und schafft somit eine Verbindung von Historie zur Zukunft. Mit einer Art Hülle aus Aluminium, die an das Fachwerk in der Nachbarschaft angelehnt ist, schafft er eine neue, luftige Optik mit gleichzeitiger Transparenz. Im Sockel bleibt das Prinzip der Schaufenster, so dass für die Kunden der Block erlebbar wird. Die helle Außenhülle setzt einen freundlichen Akzent und wirkt der Enge der Bebauung entgegen.

Mit der Revitalisierung des Gebäudes, das ist der Kern der Unternehmung der Firma Devello, sollen im Zusammenspiel mit dem in Neustadt bestehenden Einzelhandel die Attraktivität der Stadt gestärkt werden und die in der Vergangenheit an die Region verlorenen Kundenströme wieder nach Neustadt geführt werden.







Vom Verbrauchsgut zum Dekoartikel

Schätzungen zufolge ist die Geschichte der Kerze mindestens 5.000 Jahre alt. In den Anfängen bestanden Kerzen aus Stroh, Hanf oder Schilfrohr, das in Fett oder Harz getränkt wurde, um es brennbar zu machen. Im antiken Rom wurden sie weiterentwickelt, indem gerollte Papyrusblätter in flüssigen Talg oder Bienenwachs getaucht wurden. Es gibt auch historische Hinweise darauf, dass Kerzen aus gerolltem Reispapier und brennbaren Wachsen von verfügbaren Pflanzen oder Insekten hergestellt wurden. So wurde Wachs beispielsweise aus Baumnüssen oder durch das Kochen der Früchte des Zimtbaumes gewonnen.

In den westlichen Kulturen bestanden Kerzen zunächst hauptsächlich aus Talg, und damit aus tierischem Fett. Erst im Mittelalter kamen die Bienenwachskerzen auf, die nicht nur rein und sauber brannten, sondern auch ihren angenehm süßen Duft verbreiteten. Allerdings war ihr Preis hoch auch heute noch sind Bienenwachskerzen vergleichsweise teuer. Deshalb wurden und teilweise werden diese Kerzen nur für kirchliche Zeremonien von den damals als wohlhabend geltenden Häusern oder zu besonderen Anlässen genutzt. Für den häuslichen Gebrauch waren weiterhin Talgkerzen gängig.

Im 19. Jahrhundert führte die Entdeckung von Stearin zu einer bedeutenden Entwicklung in der Kerzenherstellung. Stearin ist hart und unverderblich und die daraus hergestellten Kerzen brennen sauber ab. Stearin ist eine Fettsäure, die aus der Palmitinpflanze und aus tierischen Fetten gewonnen wird.

Dem folgte die Entwicklung des Paraffins, bevor die Entdeckung der Glühbirne im Jahr 1879 die Kerzenherstellung zunächst in den Hintergrund rücken ließ. Heute ist Paraffin in den meisten Ländern der wichtigste Rohstoff für die Kerzenherstellung. Es entsteht als Nebenprodukt bei der Verarbeitung von Erdöl. 90 Prozent der Kerzen, die in Deutschland verkauft werden, bestehen aus Paraffin. Der Gesetzgeber stellt an die Qualität von Paraffin hohe Anforderungen. Es muss praktisch klinisch rein sein, da es auch in der Medizin- und Kosmetikindustrie verwendet wird. Importware aus den USA oder China entspricht diesem Reinheitsgebot häufig nicht. Der Preis für Paraffin ist an den Erdölpreis gebunden. Somit haben Kerzenhersteller mit stetigen Kostensteigerungen zu kämpfen.

Seit ihren Anfängen hat die Kerze eine bewegte Geschichte durchgemacht – von der unerlässlichen Lichtquelle über den Luxusartikel bis hin zum Dekorationsmittel für Alle. Ihre Beliebtheit ist ungebrochen. Heutzutage steht eine große Palette von nachhaltigen Brennmassen zur Verfügung, in Europa voran zu nennen ist Palmwachs. Eine riesige Vielfalt an Formen und Farben sorgt dafür, dass Kerzen in allen Lebenslagen und für alle Menschen ein beliebtes Gebrauchsgut geworden sind.

Und so wie die Vielfalt steigt, steigen auch die Unterschiede in Herstellung und Qualität, und damit auch in der Sicherheit – immerhin handelt es sich um einen Brennstoff. Das europäische Gütezeichen RAL gibt Auskunft über die Qualität und Inhaltstoffe. Steht es auf einer Kerzenverpackung, dann entspricht das Produkt den Vorgaben der Gütegemeinschaft Kerzen. Die Kerzen werden auf ihre Inhaltsstoffe, ihr Brennverhalten und die Brenndauer untersucht. Die ständige Einhaltung der strengen Regeln wird dauerhaft durch DEKRA fremdüberwacht. Eine zusätzliche Eigenüberwachung der Hersteller anhand standardisierter Prüfverfahren sichert laufend die hohe Qualität. Insbesondere die Herstellung unterliegt strengen gesundheits- und umweltorientierten Grenzwerten für alle Inhaltsstoffe.

Der Gütegemeinschaft Kerzen gehören derzeit 35 Hersteller aus ganz Europa an, 19 davon aus Deutschland. Zusammen stehen sie für die überwältigende Mehrheit der in Europa hergestellten Kerzen.

Aktionszeitraum vom 20.11. – 18.12.2017



FACE FILLING

Gesichtsstraffung im Zeitraffer

Der Turbo-Kick zur glatten Haut

Falten? Wir helfen sofort und wirksam mit FACE FILLING.

Diese neue Anti-Aging Methode holt Verhornung vom Gesicht, stimuliert die Kollagen- und Elastinfasern, polstert Falten.

Das starke Resultat: Ein straffer, frischer Teint, fein und ebenmäßig. Das Gesicht wirkt gepolstert & jung wie vor 10 Jahren.





Ich freue mich auf Sie! **0 62 32/10 05 76** Hasenpfühlerweide 14 67346 Speyer

Kostenlose Parkplätze vor dem Haus!

(23



Ins rechte Licht gerückt

Licht ist eines der wichtigsten Phänomene für den Menschen. Licht bedeutet Leben. Wo Licht fehlt oder unzulänglich ist, flüchtet das lebhafte Treiben. Instinktiv meidet man dunkle Ecken, weil dort Gefahr lauern könnte. Durch die Fähigkeit zur künstlichen Beleuchtung wurde es dem Menschen möglich, seinen Wohn- und Lebensraum vielfältiger und unbegrenzt zu nutzen. Stimmung und Atmosphäre entstehen mit der richtigen Beleuchtung. Lichtdesign und Lichtinstallation gestalten Räume, setzen Objekte in Szene und beeinflussen das seelische Wohlbefinden.



Wenn möglich, dann sollte die individuell geplante Lichtinstallation im Vordergrund stehen, die für den jeweiligen Raum die optimale und bewusst gesetzte Beleuchtung schafft. Gewohnheiten, Alltagssituationen, Vorlieben spielen bei der Planung eine bedeutende Rolle. Es liegt also nicht in der Philosophie, eine Deckenleuchte an genau dem Ort anzuschließen, der in einem Bauplan einmal vorgesehen war und dann den Esstisch darunter zu rücken. Vielmehr werden im privaten wie auch im gewerblichen Bereich Lebens- und Arbeitsräume sorgsam geplant und nach Farbe, gewünschter Stimmung und Einsatzzweck ausgeleuchtet. Das gibt dem Raum Tiefe und Atmosphäre.

Das Licht in einem Restaurant unterscheidet sich von der Beleuchtung in einer Boutique, die wiederum andere Lichtverhältnisse als ein Büro oder eine Friseursalon benötigt. Im Trend liegt das indirekte Licht, das durch energiesparende LED-Leuchten interessante Farbspiele erlaubt. Diese sind gerade auch deshalb attraktiv, da sie keine Schatten werfen. Besonders wirkungsvoll sind großflächige Beleuchtungen hinter satiniertem Glas oder Spanndecken. Trotzdem sollten einzelne Objekte oder Situation eine zusätzliche Beleuchtung erhalten, da ein indirektes Licht auf die Augen ermüdend wirken kann, wenn sie als einzige Lichtquelle nicht genügt. Beispielsweise kann eine gezielt gesetzte Leselampe einen kleinen Bereich mit ausreichend Licht versorgen, ohne den gesamten Raum taghell werden zu lassen. Licht im Arbeitsbereich der Küche kann punktgenau geschaltet werden. Ein Esstisch wird mit Licht so in Szene gesetzt, dass eine gemütliche Stimmung entsteht und der Tisch in warmem Licht erstrahlt.

Licht leitet unsere Aufmerksamkeit und kann auch – eben durch fehlendes Licht – von Dingen ablenken. Gerade das Einkaufsverhalten der Kunden kann in Geschäften durch eine durchdachte Lichtinstallation beeinflusst werden. Ein Geschäftsraum, der überall gleichermaßen hell ausgeleuchtet ist, kann keine Highlights setzen und überfordert die Kunden durch das Totalangebot. Besser ist es, durch aufeinanderfolgende Lichtquellen, die im günstigsten Fall variabel schaltbar und ausrichtbar sind, den Kunden in den Laden hineinzuführen.

Lichtfarben beeinflussen ebenso Stimmung und Kontext wie der Helligkeitsgrad. Licht ist ein bedeutender Faktor des persönlichen Wohlfühlens, der individuell wahrgenommen und bewertet wird.





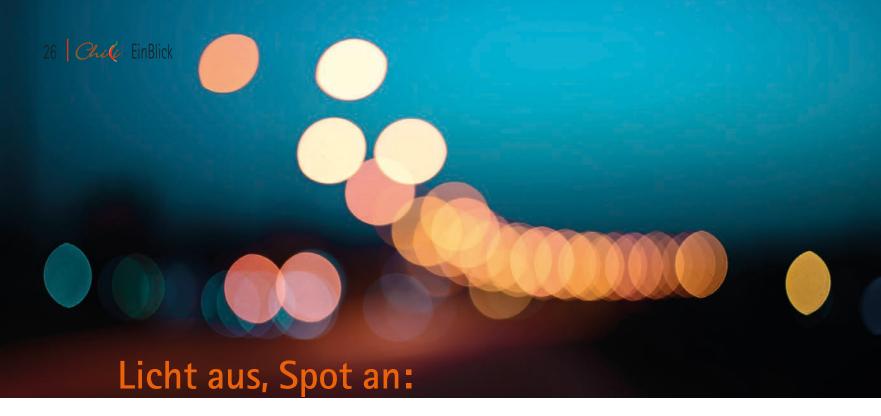


Twin-Set
Closed
Drykorn
Edited the Label
Woolrich
Marella
Hemisphere
Adriano Goldschmied
Citizens of Humanity
Odeeh

0039 Italy

Kirstin & Luiza

Waffenstraße 30 | 76829 Landau 06341 9696868 | kirstin-und-luiza@web.de



Lichtverschmutzung

Der Begriff der Lichtverschmutzung alleine lässt vermuten, dass man grundsätzlich zwischen sauberem und dreckigem Licht unterscheiden kann. Kurz: Nein, das kann man nicht. Vielmehr umschreibt die wörtlich aus dem Englischen (orig. light pollution) ins Deutsche überführte Begrifflichkeit, dass ein Zuviel an Licht unsere Umwelt verschmutzt, mehr noch, ihr nachhaltig Schaden zufügt. Und das in vielfacher Hinsicht.

Beleuchtungsmittel im öffentlichen und privaten Raum streuen einen Großteil ihres Lichtes nicht zielgerichtet sondern verhältnismäßig ungesteuert in die nächtliche Umwelt. Reflektiertes Licht strahlt in alle Richtungen ab und lässt insbesondere in Siedlungsnähe den Nachthimmel zu einer Lichtglocke erhellen. Durch dieses Dickicht an Kunstlicht sind natürliche Lichtquellen, also Mond und Sterne, kaum bis gar nicht mehr sichtbar. Daneben werden Menschen, Tiere und Pflanzen nachhaltig beeinträchtigt. Wie diese Beeinträchtigungen im Einzelnen aussehen können, damit beschäftigt sich die sehr junge wissenschaftliche Disziplin der Dunkelheitsbiologie (Scotobiologie).

Was macht ein Zuviel an Licht mit Menschen, Tieren und Pflanzen?

Pflanzen werden durch eine künstlich aufgehellte Umgebung in ihrem Wachstumszyklus beeinflusst. Im Gegensatz zu Zuchtpflanzen kann für in der freien Natur aufgewachsene Pflanzen oder Stadtgrün eine durchgehende Beleuchtung zu einem großen Problem werden. Forscher haben beispielsweise beobachtet, dass Laubbäume in unmittelbarer Nähe von Stra-

Benlampen ihre Blätter verspätet verlieren, da sie durch das umgebende Kunstlicht nicht registrieren, wann die Tage kürzer werden und der Winter naht. Genau diese Pflanzen sind folgerichtig zu spät auf den kalten Winter vorbereitet und erleiden vermehrt Frostschäden.

Dass jede Nacht millionenfach Insekten an Leuchtreklamen und Straßenleuchten verglühen, ist weithin bekannt. Allerdings gibt es auch Tiere, die vom Insektenanflug an Lichtquellen profitieren. Es sind Spinnen, die ihre Netze im Lichtkegel der Lampen aufhängen, Fledermäuse, die im Umkreis der Leuchten jagen, und auch Vögel finden am Boden unter den Leuchten jeden Morgen einen reich gedeckten Tisch an toten und ermatteten Insekten. Kurzfristig könnte man diesen Tieren einen Erfolg zusprechen. Allerdings: Bis zur Mitte des 21. Jahrhunderts wird ein dramatischer Artenrückgang prognostiziert. Besonders betroffen ist hierbei die Gruppe der Insekten. Und Insekten nehmen in den Nahrungsketten der Ökosysteme wichtige Positionen ein. Verhält sich die Insektendichte allgemein rückläufig, dann führt dies unausweichlich zu Konsequenzen für andere Tiergruppen bis hin zum Menschen. Auch die Pflanzen-

welt ist davon nicht ausgenommen. Ein Großteil der Blütenpflanzen ist auf die Bestäubungshilfe durch Insekten, vor allem durch Schmetterlinge, Bienen und Hummeln angewiesen.

Hohe, hell erleuchtete Gebäude führen zu dem so genannten Towerkill-Phänomen. Damit ist der nächtliche Flug von Zugvögeln in oder – schlechter – an hell erleuchtete Gebäude gemeint. Eine Begegnung, die in den seltensten Fällen gut für den Vogel ausgeht. Eine moderne Variante dieser Ereignisse wird durch Skybeamer erzeugt, deren mobile Strahlkegel ebenfalls Störungen des Vogelzuges hervorrufen.

Die Auswirkungen von Lichtverschmutzung auf den Menschen sind noch nicht abschließend er-

forscht. Führende Wissenschaftler sehen jedoch viele Hinweise darauf, dass insbesondere der menschliche Hormonhaushalt, der eng mit dem Tag-Nacht-Zyklus verknüpft ist, von Lichtverschmutzung beeinträchtigt wird.

Gesetze gegen Lichtverschmutzung

In Deutschland wird unerwünschte Lichtemission als Lichtimmission bezeichnet, die zu reduzieren ist, wobei die "Richtlinie zur Messung und Beurteilung von Lichtimmissionen" des Länderausschuss für Immissionen anzuwenden ist. Danach darf die Beleuchtungsstärke auf ein Schlafzimmerfenster in Wohngebieten maximal ein Lux betragen, was allerdings nicht für öffentliche Beleuchtung, wie zum Beispiel Straßenbeleuchtung, gilt.

Jens Wacker

Tipps und Fragstellungen zur Vermeidung von Lichtverschmutzung

Privater Bereich:

Muss unbedingt alles erleuchtet werden, dient es der Sicherheit und wieviel Licht ist notwendig? Reicht eine Lampe mit geringerer Leistung (Watt)? Möglichst Energiesparlampen einsetzen. Das reduziert den Energieverbrauch und spart Geld ein.

Auf gezielt gerichtetes Licht achten!

Nur das zu beleuchtende Objekt sollte angestrahlt werden, die Lichtquelle darf nicht blenden. Kugelleuchten, die in alle Richtungen strahlen, sind Energieverschwender, sie blenden und liefern keine sinnvolle Beleuchtung.

Wie lange ist Licht notwendig?

Kein Dauerlicht an Haus oder im Garten, ein Bewegungsmelder hilft Energie sparen und bietet noch mehr Sicherheit. Dauerhaft leuchtendes Licht wirkt kaum abschreckend auf Einbrecher, sie können sich sogar viel besser auf die Situation einstellen.

Bei Dunkelheit Rollos oder Vorhänge schließen!

Das spart in der kalten Jahreszeit zusätzlich Wärmeenergie.

Öffentlicher Bereich:

Bei Straßenbeleuchtung darauf achten, dass vor allem die Straße beleuchtet wird!

Eine Straßenleuchte sollte so abgeschirmt sein, dass sie nicht blendet oder die Zimmer der Anwohner erleuchtet.

Bei Gebäudebeleuchtung darauf achten, dass kein Licht ungenützt an den Himmel gelenkt wird! Die Leuchtdichte sollte nicht zu hoch sein (in manchen Gegenden sind Leuchtdichten von maximal ein cd/m2 erlaubt).

Info:

Ein im Jahr 2016 von einem internationalen Wissenschaftlerteam herausgegebener Atlas der Lichtverschmutzung dokumentiert, wie massiv künstliche Beleuchtung den Nachthimmel mittlerweile weltweit erhellt. Ein Blick darauf lohnt und erschreckt gleichermaßen: www.cires.colorado.edu/artificial-sky

Quellen:

www.lichtverschmutzung.de www.wikipedia.org/wiki/Lichtverschmutzung



Einmal Brennholz bitte

Seit über 400.000 Jahren nutzen Menschen den nachwachsenden Rohstoff Holz. Die Begriffe Brennholz und Feuerholz, die den meisten geläufig sein dürften, haben sich umgangssprachlich für den Oberbegriff des Energieholzes durchgesetzt. Der Oberbegriff subsummiert alle Hölzer, die ausschließlich zur Energiegewinnung durch Verbrennung genutzt werden. Jene Hölzer wiederum werden in verschiedene Handelskategorien eingeteilt, die noch genauer über den späteren Verwendungszweck Aufschluss geben. Hierzu zählen zum Beispiel Bezeichnungen wie Ofenfertiges Stückholz, Scheitholz und Brennreisig. Holzpellets und Holzbriketts werden umgangssprachlich übrigens nicht als Brennholz klassifiziert, was daran liegt, dass Pellets und Briketts im Gegensatz zu Stückholz nicht aus einem durchgehenden Stück Holz, sondern vielmehr aus Holzabfällen, beispielsweise als Nebenprodukt eines Sägewerkes gepresst werden.

Der mit Abstand wichtigste Wert, den man im Auge haben sollte, bevor man eine Kaufentscheidung in Sachen Holz trifft, ist der so genannte Heizwert. Bestimmt wird der Heizwert von der Dichte und dem Wasseranteil des genutzten Holzes. Trockenes Laubholz schafft es auf fünf Kilowattstunden Leistung auf ein Kilogramm. Nadelholz kommt aufgrund des höheren Harzanteiles auf 5,2 Kilowattstunden je Kilogramm. Natürlich werden zu Heizzwecken aber auch viele andere Holzarten verwendet. Neben dem spezifischen Heizwert und der Brenndauer werden die Holzarten auch hinsichtlich deren Nutzungskomforts, also auch heizleistungsunabhängig nach

Holz, welches behandelt ist, also lackiert, lasiert, geölt ist, gehört nicht in den Ofen. Ebenfalls nicht: verleimte Holz-Platten wie Spanplatten, OSB, MDF, Sperrholz. Auf zu feuchte Hölzer mit einer Holzfeuchte von mehr als 20 Prozent sollte man ebenfalls verzichten. Es gilt: je trockener das Holz, desto höher ist der Heizwert. Harzhaltige Hölzer wie Tanne und Kiefer können im geschlossenen Ofen ohne Probleme verbrannt werden. Bei einem offenen Kamin sollte man auf harzige Holzarten verzichten, da sie zu Funkenflug neigen.

Für Heizzwecke wird ein Holz empfohlen, das eine kontinuierliche Wärmeentwicklung zulässt. Entscheidend in Sachen Holzwahl kann aber auch die Art der Verbrennungstechnik sein. Moderne Holzvergaserkessel können zum Beispiel mit jeder Art Brennholz gefüttert werden. Durch die hochtemperierte Verbrennung ergeben sich keine Einschränkungen bei der Holzwahl. Anders sieht es bei Kaminöfen aus. Hier kommen bestenfalls langsam abbrennende Laubharthölzer zum Einsatz. Küchenöfen werden vorzugsweise mit Nadelholz geheizt, weil das harzige Holz eine schnelle Wärmeentwicklung garantiert.

Flammenbild, -farbe und Geruch unterschieden.

Trocknung und Lagerung von Brennholz

Die richtige Lagerung des Brennholzes ist eine der wesentlichen Voraussetzungen für das umweltbewusste Heizen mit Holz. Nur so lässt sich gewährleisten, dass optimale Brennwerte erzielt werden und Schadstoffe die Natur nicht unnötig belasten. Das Brennholz sollte an einem luftigen sonnigen und trockenen Ort aufgeschichtet werden, idealer Weise in Südexposition. Holz von Pappel und Fichte muss mindestens ein Jahr trocken gelagert werden, bevor es der Verbrennung zugeführt wird. Linden-, Erlen- und Birkenholz benötigt eineinhalb Jahre Lagerzeit. Holz, das von der Buche, Esche oder von Obstbäumen stammt, sollte zwei Jahre ungenutzt ruhen.

HARTMANN

Feiern Sie mit uns und profitieren Sie von unseren Angeboten!

Warc O'Polo weitere Glaspaar weitere Glaspaar weitere Glaspaar in Markenqualität

LUITPOLDSTR. 3-9 67480 EDENKOBEN 0.63 23 - 980 980

www.hartmann-optik-edenkoben.de

(29







Alternative: Holzbriketts

Holzbriketts werden durch das maschinelle Zusammenpressen von Holzabfällen wie Sägespänen oder Holzmehl hergestellt. Voraussetzung ist, dass diese unbehandelt sind. Dank dieses Verfahrens haben die Briketts einen geringen Wassergehalt von nur zehn Prozent, weshalb sie im Vergleich zu normalem Holz einen hohen Brennwert besitzen. Gegenüber Holzscheiten haben Holzbriketts klare Vorzüge. Mit 4,8 bis 5,5 Kilowattstunden je Kilogramm haben sie einen höheren Brennwert und produzieren weniger Asche. Zudem benötigen sie in der Lagerung wesentlich weniger Platz, sorgen für eine neutrale CO2-Bilanz und sind nachhaltig aus Abfallprodukten der Holzindustrie hergestellt. Im Vergleich zu Kohle lassen sich Holzbriketts zwar leichter anzünden, haben aber einen niedrigeren Brennwert. Verwendung finden Briketts in Kaminen, Kachel- und Holzöfen. Übrigens: Weichholzbriketts sind leicht entflammbar, brennen aber auch entsprechend schnell ab. Hartholzbriketts brauchen ein wenig länger, bis sie brennen, liefern dafür aber länger und gleichmäßiger Energie.



Wo Holz kaufen?

Bereits an der Waldstraße kann der Selbstabholer gespaltenes und ungespaltenes Meter- oder Zweimeterholz erwerben und zu Scheitholz oder Hackgut aufbereiten. Auch so genannte Selbstwerbung im Wald ist über die Forstämter und Waldbesitzer möglich. Der Selbstwerber übernimmt in Eigenregie Fällen, Aufarbeiten, Sägen, Spalten und Transport des Holzes. Die Eigenwerbung hilft, die Brennstoffkosten zu verringern, sie erfordert aber auch Sachkunde und eine angemessene Ausrüstung. Für die, die es bequemer haben möchten, bieten Waldbesitzer und Brennstoffhandel bundesweit ofenfertiges Brennholz und Hackgut an. Briketts und Pellets sind über Brennstofflieferanten zu beziehen.

Was darf Holz kosten?

Jeder, der Holz kauft, sollte sich mit den Mengeneinheiten Schüttraummeter, Raummeter und Festmeter vertraut machen, um die Angebote der verschiedenen Bezugsquellen besser verstehen zu können und nicht Gefahr zu laufen, Luft teuer zu bezahlen.

 Ein Festmeter beschreibt einen Kubikmeter Massiv-Holz ohne jegliche Zwischenräume.
 Ein Festmeter Holz entspricht 1,4 Raummetern oder 2,5 Schüttraummetern.

- Mit einem Raummeter Holz ist ebenfalls ein Kubikmeter des Materials gemeint. Allerdings ist es, wenn es als Raummeter angeboten wird, bereits in Scheite zerlegt und aufgeschichtet, enthält also Zwischenräume. Ein Raummeter Holz entspricht daher etwa 0,7 Festmetern des Materials.
- Ein Schüttraummeter Holz enthält am meisten Luft, weil die Scheite lose gelagert und geliefert werden. Ein Schüttraummeter entspricht daher in etwa 0,57 Raummetern oder 0,4 Festmetern Holz.

Schwierig wird der Vergleich, wenn Anbieter nicht mit den gängigen Maßeinheiten arbeiten, sondern stattdessen mit Zentimeter- und Kilogrammangaben arbeiten. In diesem Fall sollte man eine Umrechnung in die zuvor genannten Kategorien Festmeter, Raummeter und Schüttraummeter verlangen. Außerdem sollte man beachten, dass bei manchen Angeboten die Anlieferung inklusive ist, bei anderen wiederum nicht. Ebenfalls wichtig und Bestandteil der Preisgestaltung: Ist das Holz bereits getrocknet und damit bereit für die Nutzung, oder nicht.

Jens Wacker

Info:

Ouellen:

- www.schornsteinfegermeister.de
- www.meineheizung.de
- www.heizung.de
- www.wikipedia.org/wiki/Brennholz

(31



Hohe Nachfrage nach deutschem FSC-zertifiziertem

Führende Händler für Möbel und Küchen fordern mehr FSC-zertifiziertes Holz und Waren für die deutsche Möbelindustrie. Der Bedarf großer Handelsunternehmen wie IKEA, Otto Group und Hornbach an Produkten mit dem anspruchsvollen FSC-Zertifikat kann derzeit nicht gedeckt werden. Die fehlende FSC-Zertifizierung vieler Forstbetriebe sowie ein Mangel bei der Verfügbarkeit von zertifizierten Produkten aus der Holzwerkstoffindustrie werden den zukunftsweisenden Nachhaltigkeitsanforderungen und der Marktnachfrage nicht gerecht. Ein Absenken der Ansprüche auf weniger anspruchsvolle Zertifizierung steht nicht zur Debatte.

> Große Handelsunternehmen fordern von der Zulieferindustrie und den Waldbesitzern mehr Anstrengungen, sich nach dem derzeit anspruchsvollsten Zertifikat des Forest Stewardship Council (FSC) für eine sozial gerechte und ökologisch verantwortungsvolle Waldbewirtschaftung zertifizieren zu lassen. Die fehlende Zertifizierung entwickelt sich schrittweise zum Standortnachteil für den Möbel- und Holzwerkstoffstandort

in Deutschland. Große Handelsunternehmen wie IKEA und die Otto Group haben sich bereits vor einigen Jahren ehrgeizige Ziele in Bezug auf FSCzertifizierte Produkte im Sortiment gesetzt. Zur Erreichung der FSC-Ziele benötigen diese Unternehmen nun jedoch mehr FSC-Produkte aus dem deutschen Wald. Deutschland ist nicht nur ein wichtiger Verbrauchermarkt, sondern eines der führenden europäischen Länder in der Möbel-, Küchen- und Spanplattenproduktion.



In ihrem Geschäftsbericht 2017 erklärt die Otto Group zu den FSC-Zielen, dass im Jahr 2016 der Anteil an FSC-zertifiziertem Holz am gesamten Holzmöbelsortiment bereits 46 Prozent betrug. Bis 2020 soll das Holzmöbelsortiment vollständig auf Artikel aus verantwortungsvoller Waldwirtschaft, die nach dem Standard des FSC zertifiziert wurden, umgestellt werden. Um dieses Ziel zu erreichen, setze sich die Otto Group "mit Vertretern des FSC und weiteren Möbelhändlern in einer Arbeitsgruppe für eine bessere Verfügbarkeit sowie eine erhöhte Nachfrage nach FSC-zertifizierten Holzwerkstoffen in Deutschland ein."



Seitens des weltweit größten Möbelhändlers IKEA formuliert der Chef-Förster des Unternehmens Mikhail Tarasov im Interview mit dem FSC Magazin 2017 klar: "Ziel ist es bis 2020 für unsere Produkte zu 100 Prozent Holz aus besonders nachhaltiger Herkunft - derzeit bedeutet dies FSC-zertifiziert oder aus Recycling - zu nutzen. Dieses Ziel schließt Deutschland mit ein." Nach Tarasovs Angaben bezieht IKEA rund sechs Prozent seines Holzbedarfs aus Deutschland. "Die Erfahrung aus bundesweit über eine Million Hektar zertifizierter Waldfläche zeigt, dass die Ausweitung der FSC-Zertifizierung technisch möglich sein muss," beschreibt Tarasov seine Beobachtungen in Deutschland. Waldzertifizierungssysteme mit niedrigeren Anforderungen als denen des FSC kommen für IKEA laut Tarasov dabei nicht in Frage: "Wir sind überzeugt, dass FSC das einzig derzeit verfügbare Forstzertifizierungssystem mit den höchsten Ansprüchen bei den Waldstandards ist."

Im Rahmen eines Dialogs arbeitet FSC Deutschland mit dem Verband der Holzwerkstoffindustrie (VHI) für die verbesserte Verfügbarkeit von FSC-zertifiziertem Holz zusammen. Die Bemühungen der Gruppe beziehen sich dabei auf den Abbau von Zertifizierungsbarrieren in der Zulieferindustrie

sowie auf die Förderung und Unterstützung von Forstbetrieben, die sich auf Wunsch ihrer Kunden nach den FSC-Standards zertifizieren lassen.

Über FSC:

Der Forest Stewardship Council® (FSC®) ist eine internationale, gemeinnützige Organisation mit dem Ziel, mit Hilfe eines Siegels ökologisch und sozial verantwortliche Waldbewirtschaftung global auf Produkten sichtbar zu machen. Weltweit sind über 199 Millionen Hektar Wald FSC-zertifiziert, in Deutschland sind es rund 1,15 Million Hektar Wald (Stand: Juli 2017).

In deutschen Wäldern steht der FSC unter anderem für eine Waldwirtschaft, die den Wald nicht übernutzt, die ökologische Vielfalt fördert und ohne Kahlschläge, Gentechnik und Pestizide auskommt. FSC setzt sich hier für die Mehrung natürlicher Mischwälder, für den Schutz seltener Arten und Ökosysteme sowie für faire Entlohnung und mehr Bürgerbeteiligung ein. Als einziges Waldzertifizierungssystem wird FSC von Umwelt- und Sozialverbänden wie WWF, Greenpeace, NABU, BUND und IG BAU, IG Metall unterstützt. Die Zertifikatsvergabe erfolgt durch unabhängige Dritte und wird jährlich überprüft.

Wir nehmen Wohlfühlen persönlich.





Meisterbetrieb Verkauf und Verlegung





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

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







Tagesmalkurs mit Verköstigung, Bewegung und Entspannung

www.gabriele-baust.com www.palatinaKunst.de Niederdorla-Ring 12 67273 Weisenheim am Berg



Schenken kann so einfach sein

Anrufen, aussuchen, bestellen! Blitzschnell geliefert – mit Liebe verpackt!

gesehen bei:

Flodec-Style GmbH

Sabine Uhl 0172-4003441 Luitpoldstraße 21 Edenkoben www.flodec-style.de



Bassetti zaubert Wohlfühlmomente in traumhafter Bettwäsche, kuscheligen Plaids, Kimonos, Kissen oder Tischwäsche.

gesehen bei:

Bassetti Factory Outlet Mutterstadt Am Floßbach 5

67112 Mutterstadt 06234-9477515



Nimm's leicht

Handtaschen, Reisetaschen und Shopper aus strapazierfähigem, waschbaren und vor allen Dingen superleichtem Neopren. Von Save my Bag.

gesehen bei:

Profumo

Marktstraße 51 76829 Landau 06341-80304





Weingenuss zum Verschenken

Der Forster Winzerverein stellt ein Weinpaket für den Weingenuss zu Hause zusammen

Weißburgunder, trocken, QbA Sauvignon-Blanc, trocken, QbA Forster Ungeheuer, Riesling trocken, Kabinett Forster Elster, Riesling trocken, QbA St. Laurent Rotwein, trocken, QbA Spätburgunder Rotwein, trocken, QbA

Alle Flaschen 0,75 Liter 39 Euro, auch zum Bestellen

gesehen bei:

Forster Winzerverein

Weinstraße 57, 67147 Forst, 06326-306, www.forsterwinzer.de

TeschenKtipp

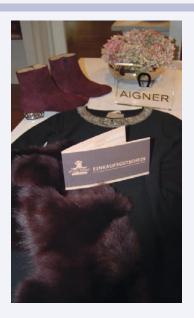


Nadel aus Silber und Gold für Schals und Ponchos für die kühle Jahreszeit.

aesehen bei:

Die Goldschmiede Karin Engelbrecht

Stiftsplatz 1 76829 Landau 06341-87708



Accessoires unter dem Weihnachtsbaum machen immer Freude.

Schenken ist ganz leicht mit schönen Schals, Taschen, Gürtel. La Divina in Landau führt Mode von Hemisphere. Aigner oder Peserico. Und für Last-Minute Geschenke - ein Gutschein geht immer.

gesehen bei:

La Divina

Rathausplatz 1 76829 Landau 06341-9947201



Nachhaltige Deko

Green Pockets nennen sich die Pflanztaschen aus LKW-Planen. Sie sind in verschiedenen Farben erhältlich. Als Solisten oder in bunter Gesellschaft zeigen sich die Robusten flexibel in ihrem Einsatz. Indoor oder Outdoor und sogar als Raumteiler einsetzbar.

gesehen bei

Blumenwerkstatt Krastel.

Grainstraße 3, 67434 Neustadt, 06321-12986



CALIDA

Schlaf gut, mein Schatz!

Wunderschöne Nachtwäsche zum Wohlfühlen!

gesehen bei:

Utes's Wäschemode

Kellereistraße 16 67433 Neustadt 06321-3995699





Accessoires - dünn wie Papier

Trendige Kosmetiktaschen. Von Handcreme über Zahnbürste bis hin zu Lippenstift und Liebesbriefen. Sogar Kugelschreiber, anderer Schreibkrams oder ein kleiner Jägermeister passt hinein. Es müssen ja nicht nur Make-up-Mädchen Spaß an der Tasche haben. Handmade in Berlin.

gesehen bei

Schütt Parfümerie

Schütt 18 67433 Neustadt 06321-81210



Geschenkidee-Werkzeugbox

- mit Winkelschraubendreher 18-tlg., 6-Kant und Torx
- Schraubendreher Set (Schlitz und Kreuz)
- 4 in 1 Knarren Schlüsselsatz 10 mm -19 mm
- SDS plus Bohrersatz 5 10 mm in Multipack 5-tlg.
- Ballistol Kriech- und Pflegeöl Minidose 50 ml

Alles was Mann braucht in der Tragebox nur 54,90 Euro zzgl. Mwst (inkl. Mwst 65,33)

gesehen bei:

Dieter Ziesecke e.K.

Weinstraße 580, 67434 Neustadt an der Weinstraße, 06321-86422 www.ziesecke-neustadt.de

Jeschenktipps



IZIPIZI Lesehilfen kombinieren trendige Brillen, die Design, Farbe und Genuss verbinden.

Um jedem ein klassisches und witziges Accessoire zu bieten, ein unverzichtbares Must-Have zum Lesen.

gesehen bei:

Optik Schallmo

Landauer Straße 15 67433 Neustadt 06321-82223



Pfälzer Sackmesser - das Messer für die Pfalz

gesehen bei:

Goldschmiede Uhlmann

Hauptstraße 39 76855 Annweiler 06346-8138



Salz und Pfeffermühlen von Menu

Formschön, handlich und praktisch! Was will man mehr?

gesehen bei:

Cotto Wohnaccessoires

Hauptstraße 76 67433 Neustadt 06321-398311



I-Clip

Der I-CLIP ist erfunden worden, um ein klares Bedürfnis zu befriedigen: Der Firmengründer und Erfinder des I-CLIP Frank Mayer wünschte sich einen Geldbeutel, der sich nicht mehr unschön an der Hosentasche als Beule abdrückt und mit dem keine Karten zu Bruch gehen. Für insgesamt 12 Karten (auch Führerschein und Personalausweis) sowie Schein-Geld.

gesehen bei:

Modehaus SCHMITT GmbH

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



Schöne Accessoires für das Wohlfühl-Outfit

Edle Tücher von Mucho Gusto

gesehen bei.

wohs mode pur Friedrichstraße 8 67433 Neustadt 06321-489348



Geschenktipps



BMW Thermobecher Design

Der Original BMW Edelstahl-Thermobecher (350 ml) aus Edelstahl jetzt zum Angebotspreis von 16,50 Euro

gesehen bei den

Vogel Autohäusern www.bmw-vogel.de



Weihnachtliche Accessoires in vielen Formen, Materialien und Strukturen

gesehen bei:

Blumen Schupp

Neubergstraße 1 67435 Neustadt-Gimmeldingen 06321-68784



Spritzisch! Witzisch! Pälzisch!



Der Haßlocher Bernd Wittmann, vielen bekannt als die Stimme der beliebten 5 Pfälzer Experten am Stammtisch, präsentiert jetzt seine erste Scheibe mit Pfälzer Eigenkompostionen im Neustadter AGIRO Verlag. Auf der vollgepackten CD finden sich sieben weingetränkte Musikstücke voller Witz, Ironie und guter Laune. Stets im modernen Sound, mal als langsame Hymne wie der Titel Wasser im Schorle, oder

poppig-flott *En Schorle geht immer* oder auch einfach zum Mitsingen *Mirsinn echte Pälzer.*

Als besonderes Extra gibt es noch zwei Alternativ-Versionen als Partymix mit satten Bässen, Disco-Beats und retromoderne Sythesizer-Klängen. Als Bonus finden sich auf der CD sechs neue Sketche der 5 Pfälzer am Stammtisch plus den immer gewünschten Dauerbrenner *Des neie Navi*.

Den aktuellen Video-Clip WOIFESCHD findet man unter: www.youtube.com/watch?v=P6Kdgdiho6Q&feature=youtu.be www.facebook.com/5pfaelzer

Geschenktipps

Liebestaler

einzigartig durch eine persönliche Botschaft – mit Diamant graviert. Kostbar und unverwechselbar. Glück, Mut, Liebe, Freude – das passende Geschenk zu Weihnachten!

Gesehen bei:

Juwelier Rehn

Kronstraße 24 76829 Landau 06341-919110





Schal von Beck Söndergaard

100% Schurwolle In verschiedenen Farben erhältlich Für nur 99 Euro

gesehen bei:

Weinstraßenliebe

Weinstraße 15 67146 Deidesheim 06326-2188011

Geschenktipps



Kragen oder spezielle Capes

in vielen Farben, zum Aktionspreis von je 39 Euro

Gesehen bei:

Gudrun Grenz Design

Korngasse 28 67346 Speyer 06232-6079971



Süße Träume

In einem Bett von Matratzen Müller

gesehen bei:

M&E Warenhandelsgesellschaft

Raiffeisenweg 1 67482 Altdorf 06327-4102



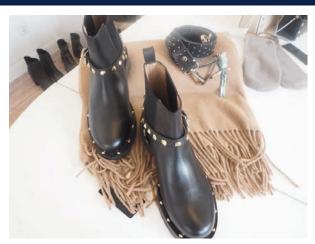
Der Marmitout von Le Creuset

Multifunktionales Koch-Equipment von Le Creuset. 2-in-1 Produkt, dessen Deckel als Pfanne dient. Der Marmitout Ø 26 cm, Aktionspreis 169 Euro

gesehen bei:

Haus der Geschenke Ullrich

Weinstraße Nord 10 67487 Maikammer 06321-5010



Starker Auftritt

Schuhe, Schals, Schmuck und Gürtel für den starken Auftritt

gesehen bei:

Kirstin & Luiza

Waffenstraße 30 76829 Landau

06341-9696868

und jetzt auch in Speyer

KiLu by Kirstin & Luiza

Wormser Straße 5 67346 Speyer 06232-6784907





Onlineeinkäufe belasten die Umwelt

Gerade zur Weihnachtszeit – aber längst nicht nur dann - ist wieder Shoppingzeit. Wir benötigen Geschenke für unsere Lieben, mit Sicherheit ein neues Kleid für die festlichen Tage und eine schöne Deko für die Weihnachtszeit. Nicht jeder geht dabei in ein ortsansässiges Geschäft. Nachhaltiges Einkaufen umfasst längst nicht nur die Ware an sich. Eine Rolle spielt die Herkunft der Ware und die Lieferwege gleicherma-Ben. Auch die Produktionsbedingungen und die verwendeten Materialien sollten in Betracht gezogen werden, wenn man umweltbewusst einkaufen möchten.

LICHTBOX

KONZEPT VERKAUF MONTAGE



Marktplatz 21 . 67547 Worms . Telefon: 06241 30 20 222 Öffnungszeiten: Di-Fr 09.30-12.30 Uhr und 14.00-18.00 Uhr Sa 10.00-14.00 Uhr. www.lichtbox-worms.de



Erschreckend ist jedoch die Zahl, die der Rat für Nachhaltige Entwicklung veröffentlicht hat: Rund 38 Prozent der Deutschen kümmern sich aus Routine nicht um Umweltverträglichkeit beim Einkauf. Zu den Routinen gehört mittlerweile auch der Einkauf im Internet. Er erspart zwar den Weg mit dem Auto in die Stadt, die Beleuchtung von Schaufenstern und den Kauf von Plastiktragetaschen, doch beim Onlinehandel kommen andere Aspekte hinzu, die man beachten sollte, wenn man nachhaltig konsumieren will. Darauf weist der Rat in seinem Einkaufsratgeber Der Nachhaltige Warenkorb hin.

So verursachen zusätzliche Kilometer beim Ausliefern der Pakete hohe CO_a-Emissionen und belasten die Paketfahrer. Gerade der letzte Kilometer sorgt für die meiste Umweltbelastung. Daher sollte man zu Hause sein, wenn das Paket angeliefert wird, oder die Nachbarn fragen, ob sie die Sendung annehmen würden. Darüber hinaus ziehen Paket-Retouren enormen Transport- und Verpackungsaufwand nach sich. Rund 250 Millionen Retouren verzeichnet der Onlinehandel jährlich in Deutschland. Wer online einkauft, sollte daher nur bestellen, was er wirklich braucht und behalten würde. Wer fachliche Beratung im stationären Einzelhandel nutzt, sollte außerdem aus Fairness auch dort kaufen.

Mehr als ein Ärgernis ist es, im Internet auf Betrüger hereinzufallen. Folgende Anzeichen weisen auf Fakeshops hin: Die Preise sind weit unter dem Marktniveau. Zum Seiteninhaber gibt es nur wenige oder gar keine Informationen. Als Zahlungsmethode wird Vorkasse verlangt. Im Impressum ist eine fragwürdige ausländische Adresse als Firmensitz eingetragen. Es gibt keine kostenlosen oder -günstigen Kontaktmöglichkeiten zum Betreiber. Auch hilft ein Blick auf andere Seiten: Viele Beschwerden in Verbraucherschutzforen beziehungsweise wenige oder keine Bewertungen in den einschlägigen Verbraucherportalen sind mögliche Hinweise auf gefälschte Onlineshops.

Der Wohnpark im Neuen Gäuhof in **Neustadt-Geinsheim**

Miteinander genießen: Sommerküche & Micro-Gärten



Entdecken Sie dieses außergewöhnliche Wohnkonzept



Individuell, exklusiv, großzügig und gesundes Wohnen



Conservatum

GmbH Gesellschaft zur Erhaltung und Bewahrung historischer und denkmalgeschützter Gebäude

Marktstraße 68 0172 82 58099

67487 Maikammer 06321 95 96 551



Stilvoll Essen





Stilvoll Wohnen





Stilvoll Tagen





WEINHAUS HENNINGER
Weinstraße 93 • 67169 Kallstadt
Telefon 06322-2277
info@weinhaus-henninger.de
www.weinhaus-henninger.de



Die Weihnachtszeit ist die Zeit der Tradition und des Brauchtums. Trotz aller Hektik halten wir an der Zeit der Kerzen und Lichter, des Plätzchenbackens und der Geschenke fest. Und mal ehrlich, wer kommt schon wirklich gänzlich ohne Weihnachtsschmuck und Dekoration aus? Doch woher die Traditionen kommen und was dahinter steckt, geriet in Vergessenheit.

Adventskalender

Der erste Adventskalender, dessen Entstehungsdatum wohl im 19. Jahrhundert liegen mag, zählte ebenso die Tage bis Weihnachten wie unsere heutigen, manchmal sehr üppigen Kalender dies tun. Mit 24 Kreidestrichen, von denen die Kinder täglich einen wegwischen durften, einer Adventskerze, die jeden Tag bis zur nächsten Markierung abgebrannt werden durfte, bis hin zu 24 Strohhalmen in der Weihnachtskrippe. Die wohl früheste Form eines selbst gebastelten Adventskalenders stammt aus dem Jahr 1851. Das erste gedruckte Exemplar entwickelte 1908 Gerhard Lang, Teilhaber der lithographischen Anstalt Reichhold & Lang. Seit 1920 erschienen die ersten Adventskalender mit Türchen zum Öffnen auf dem Markt, so wie wir sie heute kennen.

Adventskranz

Der Adventskranz in der heute bekannten Form ist noch ein junger Brauch. Ende des 19. Jahrhunderts schmückte der Hamburger Theologe Johann Hinrich Wichern seinen Kronleuchter mit viel Tannengrün und setzte 24 Kerzen darauf. Immergrüne Pflanzen wurden bereits vor 600 Jahren in den Wohnräumen zu Weihnachten dekoriert, denn sie symbolisierten ungebrochene Lebenskraft, die Haus und Hof vor Schaden bewahren sollte. Auch Kerzen, traditionell rot als Sinnbild für das Blut Christi, werden seit dem 14. Jahrhundert in der Adventszeit angezündet.

Christbaum

Die Entwicklung des Christbaumes hat keinen eindeutigen Anfang, sondern setzt sich aus Bräuchen verschiedener Kulturen zusammen. In immergrünen Pflanzen steckt Lebenskraft und darum glaubte man, Gesundheit ins Haus zu holen, wenn man sein Zuhause mit Grünem schmückte. Bereits die Römer bekränzten zum Jahreswechsel ihre Häuser mit Lorbeerzweigen. Einen Baum zur Wintersonnenwende zu schmücken, ehrte

auch im Mithras-Kult den Sonnengott. Auch in nördlichen Gegenden wurden im Winter schon früh Tannenzweige ins Haus gehängt, um bösen Geistern das Eindringen und Einnisten zu erschweren und das Grüngab Hoffnung auf die Wiederkehr des Frühlings.

Bevor der Christbaum eingeführt wurde, hatten die Familien ihre Zimmer wie eine *Sommerlaube* bis zur Decke mit immergrünen Zweigen dekoriert. Später waren es nicht mehr nur Zweige, sondern gleich ganze Bäume, die unter der Decke hingen. Erst im 17. Jahrhundert wurde der Baum so wie heute aufgestellt.

Der Baumschmuck wurde sorgfältig ausgesucht: Blankgeputzte, rotbackige Äpfel erinnerten an Adam und Eva und galten als Fruchtbarkeitssymbol, knusprige Lebkuchen sollten langes Leben schenken, und Rosen aus Seidenpapier ließen die Christbäume auch im Winter *blühen*. Der Christbaum fand ab dem 19. Jahrhundert allgemeine Verbreitung, womit die Krippe ihre Mittelpunktsfunktion verlor.

Christkind

Das Christkind ist, ähnlich wie der Weihnachtsmann oder der Nikolaus, eine mythische Symbolfigur des weihnachtlichen Schenkens. Es schleicht in der Nacht vom 24. auf den 25. Dezember in die Häuser und beschenkt die *braven* Kinder, während die *unartigen* leer ausgehen. Anders als Knecht Ruprecht, dem Helfer vom Nikolaus, bestraft es aber nicht.

Das Christkind ist ursprünglich eine Erfindung von Martin Luther. Im Mittelalter wurden die Kinder am Nikolaustag (6. Dezember) oder am Tag der unschuldigen Kinder (28. Dezember) beschenkt; die Bescherung am Heiligabend oder am ersten Weihnachts-

feiertag, wie sie heute üblich ist, gab es damals noch nicht. Die Protestanten lehnten jedoch die katholischen Heiligen ab. Ein Problem war hierbei jedoch der Brauch des Schenkens am Nikolaustag, von dem auch die Protestanten nicht abrücken wollten. Luther ersetzte deshalb den Nikolaus durch das elsässische Christkind, das am 25. Dezember Geschenke verteilt. Bis 1900 war bei Katholiken das Schenken am Nikolaustag üblich. Erst danach setzte sich das evangelische Christkind zusammen mit Adventskranz und Weihnachtsbaum auch bei Katholiken durch.

Das Christkind ist aber entgegen landläufiger Meinung wohl nicht mit dem neugeborenen Christus identisch. Vielmehr geht die Bezeichnung vermutlich auf Weihnachtsspiele zurück, in denen die Christkinder zur Krippe zogen und dem Jesuskind Geschenke darbrachten. Auch wird das Christkind traditionell als Mädchen oder als Engel dargestellt.

Im 19. Jahrhundert wurde das Christkind von der katholischen Kirche übernommen, während es im protestantischen Weihnachtsbrauch eine immer geringere Rolle spielte und langsam vom säkularisierten Weihnachtsmann verdrängt wurde. So kommt das ursprünglich protestantische Christkind heutzutage vor allem in katholische Haushalte.

Viele Kinder schicken in der Vorweihnachtszeit Briefe mit Wünschen an das Christkind. Diese werden in extra eingerichteten Weihnachtspostämtern gesammelt und zumeist auch beantwortet.

Christmette

Die Christmette ist im ursprünglichen Sinn das in der Heiligen Nacht gesungene Morgengebet der Kirche zum Weihnachtsfest. Die einst sehr

LA LAINE MODEBOUTIQUE



RENÉ LEZARD – CLOSED CINQUE – FILIPPA K. AGL-SCHUHE – BETTER RICH SAMSØE Ø SAMSØE

MARKTSTRASSE 2 67433 NEUSTADT/WEINSTRASSE TELEFON: 06321/2216







WIR WERDEN

ZWEI

25-11-2017 11 – 17 Uhr

Kommt vorbei und feiert mit uns!

Free Drinks | Specials

Weinstrasse 15 67146 Deidesheim 06326/2188011 nfo@weinstrassenliebe.de

ÖFFNUNGSZEITEN

MO Ruhetag DI/MI/FR 10-18 Uhr DO 11-19 Uhr SA 11-15 Uhr





unterhaltsame Weihnachtsmesse, in der Maskeraden, Marionettenspiele, heitere Musik- und derbe Liedaufführungen zum Programm gehörten, erfuhr einen tiefen und ernsten Einschnitt in der Reformationszeit. Heute finden Messen traditionell um Mitternacht, aber auch am frühen Abend oder am Weihnachtsmorgen statt.

Nikolaus

Der heilige Nikolaus von Myra, Patron der Seefahrer, Händler und Ministranten, wirkte in der ersten Hälfte des vierten Jahrhunderts als Bischof von Myra in Kleinasien (heute Türkei) und war der Christenverfolgung ausgesetzt. Er ist als einer der 318 Teilnehmer des Ersten Konzils von Nicäa aufgeführt. Nikolaus ist seither einer der populärsten christlichen Heiligen. Seine Tätigkeit hat zu vielfältiger Legendenbildung beigetragen. Einmal soll er den hungernden Bewohnern der Stadt Myra Getreide aus einer für Rom bestimmten Lieferung beschafft haben, ohne dass bei der Nachzählung in Rom das fehlende Getreide bemerkt worden sei. Einmal soll er die Kinder der gleichen Stadt vor der Entführung durch Seeräuber gerettet haben und ein anderes Mal soll er einem armen Mädchen zur Heirat verholfen haben, die sich ihr Vater nicht habe leisten können. Italienische Piraten raubten 1087 einen Teil der Gebeine und brachten sie nach Bari. Von dort fordert sie die türkische Nikolaus-Stiftung zurück.

Ursprung des Weihnachtsdatums

Obwohl Weihnachten heutzutage das zentrale Fest im Christentum ist, ist die Tradition der Feste rund um die Weihnachtszeit viel älter als das Christentum selbst. In der Bibel lässt sich außer der Geburt Jesus Christus nichts über Ursprung und Bräuche zum Weihnachtsfest finden. Auch gibt es keinen Hinweis auf das Geburtsdatum von Jesus Christus. Der 25. Dezember erscheint eher unwahrscheinlich, da die Hirten ihre Tiere nachts noch im Freien ließen, was in den kalten palästinischen Nächten sicher nicht ratsam war. Und warum sollten die Römer ausgerechnet in der Winterzeit die Volkszählung abhalten? Der 25. Dezember war schon in vorchristlicher Zeit in vielen Kulturen ein wichtiges Datum, da an diesen Tag das Fest zur Wintersonnenwende (nach dem Julianischen Kalender) begangen wurde. Die Germanen feierten zu dieser Zeit das Julfest oder das Mittwinterfest. Im römischen Reich wurden die Saturnalien, ein Friedensfest, an dem man besonders der Armen und Sklaven gedachte, gefeiert. In Persien soll an diesem Tage Mithras, der Licht- oder Sonnengott, geboren worden sein. Der Mithras-Kult begann sich im Jahre 70 vor unserer Zeit im ganzen römischen Reich als neue Religion auszubreiten. Der Mithras-Kult kannte die sieben Sakramente mit der Taufe, Firmung und Kommunion. Die Lehre der Dreifaltigkeit, die Unsterblichkeit der Seele, das letzte Gericht und die Wiederauferstehung waren Bestandteile des Kultes. Mithras wurde auch als Heiland und Erlöser verehrt. Erst Konstantin (288-337) instrumentalisierte das Christentum, um seine politischen Ziele durchzusetzen. Kaiser Theodosius (379-395) erklärte das Christentum endgültig zur Staatsreligion. Die immer mächtiger werdende Kirche dämonisierte den Mithras-Kult, stieß aber auf wenig Anklang in der Bevölkerung, die nach wie vor an ihren gewohnten Sitten und Bräuchen hingen. Also begann man, wie bei anderen Festen auch, die bestehenden Traditionen zu assimilieren, was wegen der vielen Ähnlichkeiten mit dem Mithras-Kult recht unproblematisch war. Auf dem zweiten Konzil von Konstantinopel im Jahre 381 erklärte die Kirche den 25. Dezember zum Dogma. Erst im Laufe des siebten und achten Jahrhunderts verbreitete sich in Deutschland das Datum des 25. Dezembers als Festtag an dem Christi Geburt gefeiert wurde. Auf der 813 stattfindenden Mainzer Synode wurde dieser Tag offiziell zum festum nativitas Christi erklärt.

Weihnachtsmahl

Das Weihnachtsmahl beendet am ersten Weihnachtstag die am 15. November beginnende Fastenzeit. Die Fruchtbarkeit, die sich auf das kommende Jahr übertragen sollte, wird durch das Essen von Fischgerichten am Heiligabend herbeigeführt. Das gemeinsame Mahl, zu dem auch die Armen eingeladen wurden, diente schon im frühen Christentum der Pflege der Gemeinschaft und geht vermutlich auf die römischen Saturnalien zurück. Auf den Tisch kommt hierzulande häufig die Weihnachtsgans, in Amerika der Truthahn.





Die traditionelle Adventsausstellung im Haus Blumen Schupp lockt Jahr für Jahr mehr Besucher nach Neustadt-Gimmeldingen. Neben schönen, ausgefallenen und auch traditionellen weihnachtlich-winterlichen Dekorationen finden Besucher auf 2.500 Quadratmeter Ausstellungsfläche bei Ralf und Claudia Schupp eine Vielzahl von Geschenkideen. Florales, Gefäße, Kerzen, Wohnaccessoires, Essige und Öle, Taschen, Tücher und modische Accessoires zum Verschenken und für das eigene zu Hause.

Gold und Silber werden in diesem Jahr häufig mit Weiß und Naturtönen kombiniert. Selbstentworfene Drahtobjekte bilden mit natürlichen Materialien eine spannungsreiche Einheit. In ihrer Einzigartigkeit werden sie zu unverwechselbaren Trägern von Accessoires und floraler Dekoration in weihnachtlicher Anmutung. Der Wald ist ein wichtiges Element in der Gestaltung. Äste, Baumstämme, Birkenholz und Immergrün sind Zeichen der traditionellen Nachhaltigkeit. Naturmaterialien werden durch wertige Akzente von Blattgold oder Silber, edle Lackkerzen oder filigrane Floristik zu spannungsreichen Botschaftern der Moderne.

Blumen Schupp ist eine zertifizierte Premiumgärtnerei. Die Zertifizierung erfolgt durch den Zentralverband Gartenbau

(ZVG), der deutschlandweit tätig ist. Dies ist eine freiwillige Maßnahme der im Verband organisierten Mitglieder zu Sicherung des Qualitätsstandards. Diese Standards sind umfassend und beziehen sich unter anderem auf die Güte der Produkte, die Qualität der Beratung, aber auch auf die Nachhaltigkeit und den Umweltschutz. Im vergangenen Jahr wurde Blumen Schupp bereits zum zweiten Mal als Beste Einzelhandelsgärtnerei Deutschlands mit dem Taspo Award in Berlin ausgezeich-

Das Gewächshaus ist gefüllt mit Weihnachtssternen in allen Farben und Größen, die von einem regionalen Gärtner mit dem Logo Ich bin von HIER für Blumen Schupp gezüchtet werden.





Auch die in der Weihnachtszeit nicht wegzudenkenden hochwertigen Christrosen für innen und außen werden von einem ortsnahen Gärtner geliefert.

Die Adventsausstellung in den schönen, großzügigen Räumen in Neustadt-Gimmeldingen ist der Einstieg für den Weihnachtseinkauf. Es ist die Inspiration durch die Vielzahl an individuellen Geschenkideen für Freunde und Familie, von Wohnaccessoires, über modische Begleiter bis hin zu Feinem für die Küche, die jedes Jahr aufs Neue die Besucherzahlen wachsen lässt.

Auch in diesem Jahr verführt die Bäckerei Liebenstein wieder mit ihrer sündhaft leckeren Weihnachtsbäckerei und erfüllt mit ihrem Duft die Ausstellungsfläche.

Weihnachtliche Romantik entsteht nicht nur in der Ausstellung im Innenbereich. Auch im Außenbereich lockt die weihnachtlich-winterliche Atmosphäre mit Lichteffekten, Feuerkorb, Fahnen und großen Raumteilern. In Gimmeldingen öffnen die Nachbarn Restaurant Moro, das Weingut Johann F. Ohler und die Goldschmiedin Christiane Drewes ihre Tore und zeigen Weihnachtliches auf ihrem Adventsmarkt. Das Gimmeldinger Künstlernetz ist nach der Fertigstellung der Gimmeldinger Festhalle mit ihrer Ausstellung wieder Teil der Gimmeldinger Weihnachtssterne und ergänzt somit die Flaniermeile.

Passende Geschenkideen für und unter den Weihnachtsbaum sind während der gesamten Vorweihnachtszeit bei Blumen Schupp in vielen Varianten zu finden. Gerne werden auch die hauseigenen Gutscheine liebevoll verpackt.





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

Die Ausstellung ist geöffnet am:

Freitag, 24. November 2017 von 9 bis 22 Uhr Samstag, 25. November 2016 von 9 bis 18 Uhr Sonntag, 26. November 2016 von 11 bis 17 Uhr

(49





Christian Stachel ist schon seit vielen Jahren für seine Schmuckkreationen bekannt. Seine Spezialität sind die Schmuckstücke, die einen echten Pfalzbezug transportieren. Das sind Dubbegläser und Weintrauben en miniature für das Armband, Weinsteinschmuck, ausgefallener Schmuck für Weinhoheiten, Auftragsarbeiten wie eine Traube aus Brillanten, natürlich das Pfälzer Sackmesser und viele weitere Schönheiten aus eigener Werkstatt.

Ihre Reisemesse im Herzen der Metropolregion:

ReiseMarkt Rhein-Neckar-Pfalz

5.-7. Januar 2018

Mannheim | Maimarkthalle | 10-18 Uhr

Ob Sonne und Meer, Berge und Natur oder Städte und Kultur ... hier tanken Sie Vorfreude auf Ihren Urlaub: für jeden ist das passende Programm dabei!

- Pauschal- und Individualreisen weltweit
- Urlaub in Deutschland von Nord bis Süd
- Kreuzfahrten, Kulturreisen, Kuren u.v.a.m.
- Weltenbummler live erleben in Vorträgen und faszinierenden Multivisions-Shows
- 2x täglich Verlosung toller Reise- & Sachpreise

MERIAN





Durch die Prägung sind sie flexibel, angenehm in der Haptik und verfügen über sehr

Diese elegant-sportlichen Unikatuhren stecken so voller Idee, Akribie und Handarbeit, dass sie nur in kleiner, exklusiver Auflage gefertigt werden. Jedes Stück weist eine Seriennummer und Kennzeichen in der Holzfärbung auf und kann auf Wunsch im Druck oder in der Gravur auch weiter personalisiert werden. So ist sie ein ideales Geschenk für die Menschen, die einem am Herzen liegen. Auch für Firmen eignet sich die Uhr als ein besonderes Präsent aus der Pfalz.

gute Trageeigenschaften.

Erstaunlich günstig ist der Preis. Die Herrenuhr ist je nach Ausstattung ab 325 Euro zu haben. Eine Damenuhrserie ist in Arbeit und erscheint in Kürze.



Goldschmiede Uhlmann Hauptstraße 39 76855 Annweiler 06346-8138

(51



Nun erscheint in der Herbst/Winter Saison -

rechtzeitig vor Weihnachten - eine neue Uhr aus der Eigenserie Palatina Watch. Es handelt

sich dabei um eine Uhr, deren Ziffernblatt aus dem Holz von gebrauchten Fassdauben gefer-

tigt wird. Die Fässer, die dazu verwendet wer-

den, wurden für Rotwein genutzt und weisen

individuelle Färbungen auf, je nachdem wie

weit der Rotwein seine Farbspuren hinterlas-

sen konnte. Das Ziffernblatt ist handgearbeitet,

handgeschmirgelt, sogar auf einer alten Sieb-

druckmaschine, die wieder zum Leben erweckt wurde, handgedruckt. Gemeinsam mit seinem

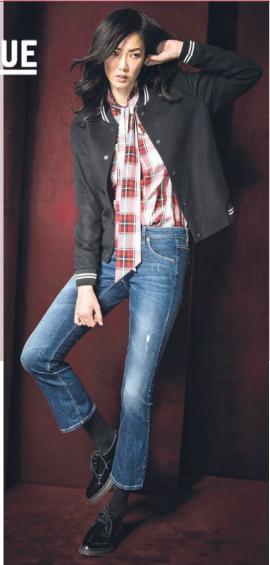
Bruder fertigt Christian Stachel diese edlen Ziffernblätter. Das Uhrgehäuse stammt aus dem

Schwarzwald, das Uhrwerk aus der Schweiz. Die

Armbänder sind passend zur Uhr extravagant

aus speziell geprägtem Holz auf Leder gearbei-

tet. Eine erstaunliche Kombination, die für sich genommen schon eine Besonderheit darstellt.





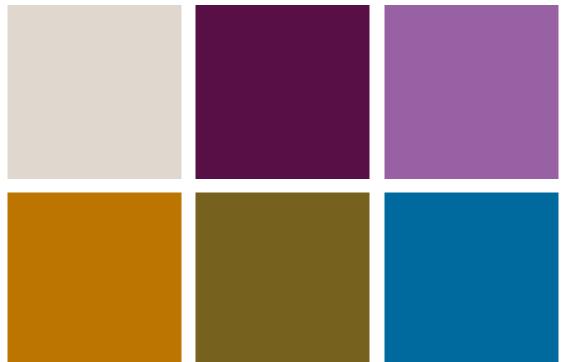


Marktstraße 51 · 76829 Landau Telefon 06341-80304 info@profumo-landau.de www.profumo-landau.de









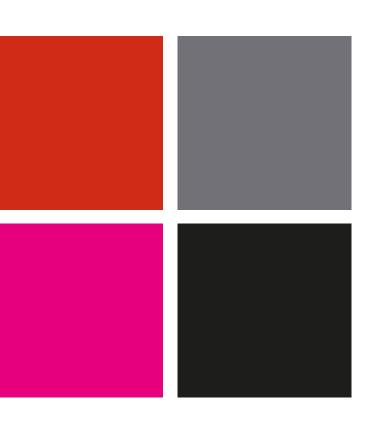
Viel Licht in der Mode

Farben sind in der Mode ja immer ein Thema. Für die Herbst/Winter Saison 2017 und 2018 stehen mehr und vor allen Dingen hellere und kräftigere Farben zur Verfügung, als man gemeinhin erwartet. Neben den klassischen Erdtönen, den gedeckten Farben in grau, blau, grün und vielleicht noch violett, haben jetzt Knallfarben Saison und durchaus zarte Rosetöne einen starken Auftritt.

Schaut man sich auf den Modeseiten der Hersteller und in den Shops um, so fallen Mäntel, Jacken, Pullover, Kleider und Hosen in Knallrot auf. Ein wahres Statement für eine Zeit, in der Blätter fallen und Einkehr angesagt sein sollte. Aber nein! Rot ist eine selbstbewusste, herausfordernde Farbe, die mit Rückzug nicht viel am Hut hat. Sogar ein Colourblocking mit Pink ist im Winter durchaus erlaubt – aber nichts für zarte Gemüter.

Das dezente Violett der Vergangenheit weicht einem Royal Lila, das sehr farbintensiv und keineswegs zurückhaltend daher kommt. Auch kräftiges Blau mit Petrol wirkt vor schneebedeckter Landschaft nicht unauffällig und schüchtern. Zu den helleren Tönen zählen Gelbgrün oder Oliv, die zarteren Schwestern des Neongrüns des vergangenen Sommers. Auch Beige gemeinsam mit Pfirsich – eine Kombi, die man eher dem Frühling zuordnet – ist neuerdings in Winterkollektionen anzutreffen.

Neben den Farbtrends, die schon an sich Aufmerksamkeit erregen, sind Stoffe, Schnitte und Accessoires alles andere als dezent. Große Karos, Blumenmuster, barocke Mode, Schleifen und Rüschen – alles



eher dominant und groß im Format – zieren die Oberteile, gerne auch in gewagten Kombinationen. Total im Trend liegt der geblümte Jacquardstoff. Aber auch Applikationen mit Strass und Broschen sind gefragt. Natürlich gehen die Teile auch einzeln als Aufpepper für den Klassiker an sich, das Kleine Schwarze. Die Mäntel, Kleider, Röcke und Strickjacken sind in dieser Saison mindestens wadenlang. Der XXL-Look à la Marlene Dietrich lässt sich damit prima ergänzen.

Glücklicherweise bleiben uns die Capes und Ponchos als Alternative zur Jacke und dem Mantel oder sogar als Ergänzung erhalten. Haben sie sich doch gerade in der letzten Saison wieder aus der Modeecke gewagt und sich als echte Must-have Teile erwiesen.

Die Modetrends der vor uns liegenden Saison sind knallig, auffallend, ein wenig protzig-rotzig und bringen durchaus Licht in eine Jahreszeit, die eher durch Dunkelheit Eindruck schindet.

Wie viel davon tatsächlich in der Pfalz ankommen wird, bleibt abzuwarten.





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

MARGITTES | RAFFAELLO ROSSI | MARC AUREL | CAMBIO MARCCAIN COLLECTION · SPORTS · BAGS & SHOES | ABRO MILESTONE | REPEAT | PRINCESS GOES HOLLYWOOD



Infos unter Tel. 06321 890 0960

info@is-neustadt.de



5 Sterne verliehen

Speyerer Kosmetikstudio führend in Deutschland

Gutes Aussehen liegt heute im Trend. Ganz gleich ob mit 20, 30, 40 oder 50+, Frauen wollen möglichst schön sein und es auch so lange wie möglich bleiben. Grundlage einer schönen Erscheinung ist ein gesundes, straffes und gepflegtes Hautbild. Und wo findet man heutzutage mehr Kompetenzen, diesen Wunsch zu realisieren, als im modernen qualifizierten Beauty-Fachstudio?

Ein modernes qualifiziertes Kosmetikstudio erkennt man daran, dass es apparative Kosmetik elegant mit traditionellen Massagegriffen kombiniert, gekonnt die Pflege im Studio durch ausgewählte Beauty Rituale zu Hause ergänzt und kraftvoll persönliche Beratung und Betreuung mit Wohlfühl-Ambiente krönt. Obwohl es nach offiziellen Angaben in Deutschland derzeit über 45.000 Kosmetikstudios gibt, sind außergewöhnliche Beauty und Anti Aging Spezialisten die Ausnahme.

5 Sterne gehen nach Speyer

Als eines der führenden Studios in Deutschland wurden dem Kosmetik Institut *Trend Kosmetik* aus Speyer die 5 Sterne überreicht. Bereits seit Jahren ist Inhaberin Petra Spieß als Expertin für Anti Aging und Relaxing weit über die Grenzen Speyers bekannt. Ein einmaliges Vital- und Beautykonzept baut die Haut auf, regeneriert, macht einfach schö-

ner. Ganz gleich, was der Wunsch ihrer Kundin ist, Petra Spieß hat für jeden Beauty Wunsch eine wirksame Lösung.

Schnell ein straffes Hautbild, ein paar Fältchen weniger? Mit dem original Pora Pur Exploring Lifting werden Fältchen einfach weggerollt! Ablagerungen, Unreinheiten, Verhornungen? Aquabration klärt das Hautgefüge, sorgt für samtig weiche Haut mit der natürlichen Kraft des Wassers – sanft und gründlich. Ein paar Pfund zu viel auf den Hüften? Die Fett-End-Trilogie bringt rastende Fette in Bewegung, formt die Silhouette, weist den Weg zur Wunschfigur.

Schönheit mit System

Die Preisträgerin erläutert: "Jede Kundin erhält zu Beginn eine detaillierte Hautanalyse. Hier werden sowohl Schwachstellen als auch das Regenerationspotential ermittelt. Aufgrund der hier gesammelten Fakten und Beauty Wünsche erhält dann jede Kundin ihr individuelles Beauty System. Bestehend aus Behandlungen im Studio, abgestimmtem Pflegekonzept zu Hause sowie Körperübungen und schmackhafter Vitalkost. Nichts wird vergessen. So entsteht ein Programm, das Schritt für Schritt zum eigenen Schönheitsideal führt und jeden Tag Freude bereitet "

Wer wissen möchte, wie sich das eigene Beauty Ideal realisieren lässt, vereinbart einen Schnuppertermin nebst kostenloser Hautanalyse unter: 06232–100576.

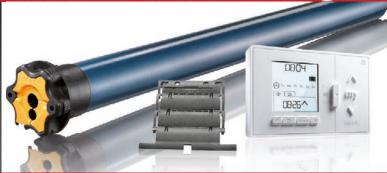


Trend Kosmetik
Hasenpfühlerweide 14
67346 Speyer
06232-100576
Öffnungszeiten:
montags bis freitags von 9 bis 18 Uhr
abends und samstags nach Vereinbarung

(55

Aktionspreise 20% auf Rollladen-Panzer und Motorisierungen





Rollläden verdunkeln, schützen und sparen Heiz-Energie

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





Albert-Einstein-Str. 15 76829 Landau Tel.: 06341/9876790

Tel.: 06341/9876790 Fax: 06341/9876799

www.wuenstel-sonnenschutz.de

Seit über 40 Jahren - WIR STELLEN ALLES IN DEN SCHATTEN

...und Sie bringen die dunklen Tage zum Leuchten.





Naschen ohne schlechtes Gewissen

Die Adventszeit steht vor der Tür und mit ihr die Naschzeit. Die guten Vorsätze einer ausgewogenen und gesunden Ernährung werfen viele in dieser Zeit über Bord. Was sich bei uns Erwachsenen in Form vom so genannten Weihnachtsspeck auf der Waage niederschlägt, äußert sich bei Kindern unter Umständen durch Zahnschmerzen. Die Verlockungen sind aber auch zu groß: Plätzchen, Lebkuchen, Kinderpunsch und Schoko-Weihnachtsmann.

Die gute Nachricht ist: Wenn einige wichtige Aspekte beachtet werden, ist Naschen durchaus erlaubt!

Naschen erlaubt!

Bei Süßigkeiten ist nicht die Menge entscheidend, sondern die Häufigkeit. Jede genaschte Süßigkeit ist ein Angriff auf die Zähne. Je häufiger am Tag Süßes gegessen wird, umso weniger Zeit haben die Zähne, sich von dem Angriff zu erholen. Wird hingegen nur einbis zweimal am Tag Süßes gegessen, ist die Menge nicht mehr so wichtig. Sinnvoll ist es zum Beispiel, eine Naschzeit bei sich zu Hause einzuführen, in der das Naschen von Schokolade und Bonbons ausdrücklich erlaubt ist. Wenn Kinder beim Nachmittagstee die Gele-

genheit bekommen, so viele Plätzchen und Schokolade zu essen, wie sie möchten, ist der Heißhunger auf Süßes sicher für einige Zeit gestillt. Viele Kitas und Kindergärten setzen dieses Prinzip schon in Form eines zuckerfreien Vormittags um.

Gesunde Süßigkeiten – gibt es das?

Bakterien auf den Zähnen lieben Zucker aus der Nahrung, denn sie leben davon. Er dient ihrem Stoffwechsel. Sie wandeln dabei den Zucker in Säure um und diese zerstört den Zahn. Die Folge ist: Ein Loch entsteht. Die Bakterien können aber nicht jeden Zucker verarbeiten. Birkenzucker (Xylitol) zum Beispiel kann von den Bakterien nicht in schädigende Säure umgewandelt werden.









Kaugummis mit Xylitol findet man inzwischen beinahe in jedem Geschäft. Nach anderen Süßigkeiten muss man etwas länger suchen. Jedoch auch Schokolade, Gummibärchen und Bonbons werden mittlerweile mit dem Zucker Xylitol angeboten.

Zähneputzen ab dem ersten Zahn!

Sobald der erste Milchzahn durchgebrochen ist, sollte mit dem Zähneputzen begonnen werden und zwar zweimal am Tag. Kinder besitzen noch keine vollständig ausgereifte Feinmotorik. Als Faustregel gilt: Ein Kind sollte so lange beim Zähneputzen unterstützt werden, bis es eine flüssige Schreibschrift beherrscht. Wichtig ist, dass nach dem abendlichen Zähneputzen nichts mehr gegessen oder getrunken wird – abgesehen von Wasser - denn in der Nacht sind die Zähne ganz besonders empfindlich gegen Säuren. Welche Zahnbürste und welche Zahnpasta für welches Alter geeignet sind, erklärt der Zahnarzt gerne.

Wann zum Zahnarzt?

Sobald der erste Milchzahn sichtbar wird, sollte ein Zahnarzt aufgesucht werden. Gesunde Milchzähne sind sehr wichtig für die Entwicklung ei-



nes Kindes. Ein Loch im Milchzahn kann, genau wie bei den bleibenden Zähnen, Schmerzen verursachen. Darum sollten auch die Milchzähne regelmäßig kontrolliert werden. Außerdem hat das Kind so die Gelegenheit, die Zahnarztpraxis, den Zahnarzt oder die Zahnärztin und das Team völlig entspannt und spielerisch kennenzulernen – eine sehr wichtige Erfahrung für das Kind. Übrigens: Man kann sein Kind auch gerne zu der eigenen Kontrolluntersuchung mitbringen, wenn es noch keine Zähne hat. Auch so kann es die Umgebung und die Menschen beim Zahnarzt schon einmal kennenlernen.

Der Zahnarzt berät gerne individuell, welche Maßnahmen darüber hinaus sinnvoll sind. Zahnärztin Katharina Mentgen, ihr Tätigkeitsschwerpunkt ist Kinderzahnmedizin in der Praxis für ästhetische Zahnheilkunde Meuter und Wared in Wachenheim, rät: "Fragen Sie in der Kita oder Schule, ob und wie oft eine zahnärztliche Betreuung besteht. So kann das Naschen ein voller Genuss sein und Ihr Kind sich trotzdem völlig gesund entwickeln."

Info:

Praxis für ästhetische Zahnheilkunde Meuter+Wared Römerweg 28 67157 Wachenheim an der Weinstraße 06322-4007 www.zahnaerzte-wachenheim.de



Sie interessieren sich für Sicherheit und Rentabilität bei Ihren Geldanlagen? Sie schätzen Stabilität und Wachstum

beim Blick auf Ihre finanzielle Zukunft?

Dann sind Sie bei Ingrid Hennrich GOLD-RICHTIG!

Sie fragen sich, was mein Angebot so einzigartig macht?

Es sind 3 entscheidende Punkte:

- 1. Echte, reale Werte, die seit Jahrtausenden ihren Wert bewahren, bieten Ihnen dauerhaft größtmögliche Sicherheit und Stabilität.
- 2. Nachhaltiger Wertzuwachs
 lässt Ihr Vermögen wachsen und
 sichert somit Ihre zukünftige
 komfortable Lebensqualität.
- 3. Unabhängige, vertrauensvolle Partnerschaft.

Mehr als 17 Jahre Erfahrung im Finanzbereich verbunden mit tiefreichender Kenntnis des Finanzsystems sowie regelmäßige Kundenveranstaltungen bieten Ihnen aktuelles, geldwertes Wissen und halten Sie mit Ihren Anlagen auf sicherem Kurs.

Wenn Sie jetzt sagen: "Das geht in die Richtung, die mir vorschwebt", freue ich mich auf Ihren Anruf und das persönliche Gespräch mit Ihnen.



Ingrid E. Hennrich
Kirchstraße 19
67377 Gommersheim
Telefon 06327-1235

hennrich@nachhaltig-wohlhabend.de www.nachhaltig-wohlhabend.de



Neuere Studien besagen, dass bei mindestens der Hälfte aller Deutschen der Vitamin D-Spiegel zu niedrig ist. Gerade ältere Menschen sind laut Studie besonders betroffen, wenn sie sich nur selten an der frischen Luft aufhalten. Erschwerend kommt bei dieser Bevölkerungsgruppe hinzu, dass die Vitaminbildung in der Haut im fortschreitenden Alter schlechter funktioniert als bei jüngeren Menschen. Liegt ein Vitamin D-Mangel vor, kann nicht mehr genügend Kalzium in die Knochen eingelagert werden. Dadurch werden die Knochen weich und biegsam. Bei Erwachsenen wird dieses Krankheitsbild der Knochenerweichung als Osteomalazie bezeichnet. Bei Kindern können auch Verformungen am Schädel, an der Wirbelsäule und an den Beinen auftreten. Dies wird als Rachitis bezeichnet. Neben der Kindheit ist vor allem im Alter eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D von Bedeutung, um Osteoporose vorzubeugen.

Daneben wird der Körper durch einen Vitamin D-Mangel aber auch anfälliger für Infekte. Auch Schlafprobleme, Gemütsschwankungen bis hin zu depressiven Verstimmungen können mit einem Vitamin D-Mangel einhergehen. Ebenso wird vermutet, dass ein Vitamin D-Mangel das Risiko für die Entstehung bestimmter Erkrankungen erhöht: Dazu gehören beispielsweise Krebs, Autoimmunerkrankungen sowie Herz-Kreislauf-Beschwerden.

Die wohl häufigste Ursache für einen Vitamin D-Mangel stellt zu wenig Sonnenlicht dar. Bedauerlicherweise halten sich viele Menschen nur noch wenig im Freien auf. Zudem werden aus Angst vor Hautkrebs bei Sonnenschein oft Sonnencremes mit einem hohen Sonnenschutzfaktor verwendet. Bereits bei einer Sonnencreme mit Lichtschutzfaktor acht geht jedoch die Vitamin D-Herstellung um etwa 95 Prozent zurück. Die mit der Nahrung zugeführten Mengen an Vitamin D sind meist zu gering, um den Vitamin D-Mangel durch das fehlende Sonnenlicht auszugleichen. Eine Alternative stellen jedoch spezielle Vitamin D-Präparate als Nahrungsergänzung dar. Ein Vitamin D-Mangel kann entweder durch die künstliche Zufuhr von Vitamin D über Nahrungsergänzungsmittel oder durch mehr verbrachte Zeit im Freien behoben werden. Gerade im Winter, wenn die

Sonne nur selten und wenig intensiv scheint, ist es jedoch meist nicht möglich, den Vitamin D-Mangel auf natürlichem Wege auszugleichen. Ein ausgedehnter Winterspaziergang ab und an genügt also nicht, um einem Vitamin D-Mangel vorzubeugen. Im Winter leben wir vor allem von den in unserem Fettgewebe angelegten Vitamin D-Vorräten. Zwischen Oktober und März nehmen diese Vorräte nahezu um die Hälfte ab. Besonders bei Personen, die bereits vor Beginn des Winters einen niedrigen Vitamin D-Spiegel im Blut haben, kann es dann während der dunklen Jahreszeit zu einem Vitamin D-Mangel kommen. Deshalb ist es wichtig, während der Sommermonate viel Zeit im Freien zu verbringen, um einen Vitamin D-Vorrat anzulegen. Hartnäckig hält sich der Glaube, einen Vitamin D-Mangel durch einen Besuch im Solarium beheben zu können. Doch dies ist unter Wissenschaftlern stark umstritten. Denn viele Solarien verwenden für die Bestrahlung nur noch UVA-Licht, während für die Bildung von Vitamin D UVB-Licht benötigt wird. Zudem steigt durch den regelmäßigen Besuch im Solarium das Krebsrisiko deutlich und stellt aus gesundheitlicher Sicht somit keine empfehlenswerte Option dar.

Soll der Vitamin D-Mangel durch die Einnahme von Vitamin D-Präparaten bekämpft werden, ist es ratsam, zuvor von einem Arzt den Vitamin D-Gehalt im Blut bestimmen zu lassen werden, um das Nahrungsergänzungsmittel genau dosieren zu können. Dieses Vorgehen ist besonders wichtig, da es durch die Einnahme von Vitamin D-Präparaten – im Gegensatz zur Vitamin D-Bildung durch Sonnenlicht – zu einer Überdosierung von Vitamin D kommen kann. Deswegen raten Experten dringend davon ab, Vitamin D-Präparate auf eigene Faust einzunehmen. Das Risiko für eine Überdosierung von Vitamin D auf natürlichem Weg ist relativ gering. Vermutlich hat erst die 20-fach erhöhte Aufnahme von Vitamin D negative Auswirkungen auf unseren Körper. In der Regel ist das Erreichen einer solchen Dosis nur über den unsachgemäßen Gebrauch von Nahrungsergänzungsmitteln zu erreichen. Bei einer Überdosierung von Vitamin D kommt es zu einer Erhöhung des Kalziumspiegels im Blut. Dadurch können Übelkeit, Erbrechen, Durchfall sowie Schwindel auftreten. Langfristig kann es durch eine Überdosierung von Vitamin D außerdem zu einer Verkalkung der inneren Organe kommen. Dadurch können besonders an den Nieren schwere Schäden entstehen.





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

FW-Glashaus in Bornheim (nahe Hornbach),

Telefon 06348/9843-0.

Sie sind hier herzlich willkommen.

Du hast mich schon richtig ver-standen, ich freue mich auf meinen Zahnarzttermin!





Spezialisiert auf:

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

Vereinbaren Sie jetzt Ihren Beratungstermin



6 06322 4007

Behandlungszeiten Mo - Do 8.00 - 19.00 Uhr 8.00 - 17.00 <mark>Uh</mark>r



67157 Wachenheim Römerweg 28

www.zahnaerzte-wachenheim.de

60 Chile Gesundheit

esundheitstipps



Wo bitte geht's nach Hause?

Bei der Therapie demenzkranker Menschen leisten Hunde oft unschätzbare Dienste. Doch wer weiß schon, dass unsere vierbeinigen Freunde selber an geistigem Verfall erkranken können? Umgangssprachlich spricht man dann von Hunde-Alzheimer, die medizinische Diagnose lautet kognitive Dysfunktion, kurz CDS.

Dabei handelt es sich um eine Erkrankung des Gehirns. Mehr als 20 Prozent der Hunde, die älter als neun Jahre sind, und 68 Prozent der Hunde im Alter von mehr als 15 Jahren sind davon betroffen. Hunde-Demenz zu erkennen, ist nicht einfach. Sie kommt schleichend und äußert sich in vielen unterschiedlichen Symptomen, die zunächst nicht eindeutig zuzuordnen sind. Erkrankte Hunde wirken beispielsweise orientierungslos und lassen die gewohnte Lebhaftigkeit vermissen. Sie leiden an Schlafstörungen, lernen schlechter, sind ängstlich, manchmal sogar aggressiv. Vielfach ist ein demenzkranker Hund nicht mehr zuverlässig stubenrein..

Leider gibt es nicht den einen Test, mit dem sich eine Diagnose eindeutig stellen lässt. Dazu ist eine gründliche Anamnese nötig. Der Tierhalter und seine Beobachtungen sind dabei von großer Bedeutung. Darüber hinaus wird der Tierarzt bei Verdacht den Hund auf Herz und Nieren untersuchen, um körperliche Gebrechen aller Art auszuschließen. Ist der Hund vielleicht deshalb orientierungslos, weil Seh- oder Hörkraft einfach nachlassen? Ist die ungewohnte Müdigkeit möglicherweise Folge einer Herzerkrankung? Oder liegen andere Beeinträchtigungen vor? Mit dem Ausschließen von Krankheiten kommt der Tierarzt schrittweise der Demenz auf die Spur.

Die Therapiemöglichkeiten bei Demenz sind beschränkt, heilbar ist die Alterskrankheit nicht. Mit speziellen Medikamenten lassen sich die Symptome jedoch abschwächen, bei rechtzeitiger Diagnose der Krankheitsverlauf sogar verzögern. Auch bei der Betreuung eines demenzkranken Hundes spielt der Tierhalter die größte Rolle. Er muss beispielsweise seinen Hund im vertrauten Umfeld vor unnötigem Stress schützen. Leichtes, nicht überforderndes mentales Training unterstützt den Hund. Auch werden kurze, dafür häufigere Spaziergänge vom Hund als angenehm empfunden. Bei allem, was man für den vierbeinigen Freund unternimmt, gilt: Die richtige Mischung macht's.



Auch Passivrauchen kann töten

Wir haben uns bereits daran gewöhnt, dass auf Zigarettenpackungen Fotos aufgedruckt sind, die uns allen die Folgen des Rauchens drastisch zeigen. Gefäßschäden, die zu Durchblutungsstörungen oder zu Amputationen an Füßen und Beinen führen, dunkel gefärbte Lungen mit Teerablagerungen oder Krebs gehören zu den schlimmen Begleiterscheinungen von dauerndem Zigarettenkonsum - mit dem die Menschen sich selbst schaden.

2012 sind in Deutschland 47.000 Menschen an Lungen-krebs gestorben. Aber es gibt weitere Folgen: Rauchen ist neben mangelnder Bewegung und ungesunder Ernährung einer der wichtigsten Risikofaktoren für chronische, nicht übertragbare Krankheiten wie Herz-Kreislaufkrankheiten, chronische Atemwegserkrankungen, Krebs und Typ 2 Diabetes – nahezu jedes Organ im Körper kann geschädigt werden, besonders die Atemwege und das Herz-Kreislaufsystem.

Chronisch obstruktive Lungenerkrankungen, besser als COPD bekannt, sind fast ausschließlich auf das Rauchen zurückzuführen. Insgesamt kostet Rauchen nicht nur viel Geld, es kostet auch Lebensjahre. Das Leben wird um durchschnittlich zehn Jahre verkürzt, jedes Jahr sterben 110.000 bis 140.000 Menschen an den Folgen des Rauchens.

Es sind aber nicht nur die Raucher selbst, die sich schaden, sie schaden auch den Menschen um sie herum, wenn sie in geschlossenen Räumen rauchen. Von den 47.000 Todesfällen durch Lungenkrebs entfallen etwa 6.000 auf Passivrauchen, 7,6 Prozent der männlichen und 4,7 Prozent der weiblichen Lungenkrebstodesfälle. Dies sind die Folgen, die durch das Einatmen des Zigarettenqualms und vor allem durch das Einatmen des Nebenstromrauchs zustande kommen, der beim Glimmen der Zigaretten entsteht und mehr Schadstoffe enthält als der Zigarettenrauch. Ein Rauchstopp wirkt sich sofort positiv auf die Gesundheit aus und reduziert langfristig das Risiko für die durch das Rauchen verursachten Erkrankungen.



Hilfe bei Völlegefühl

Gerade in der Weihnachtszeit wird gerne geschlemmt. Wen nach einer üppigen Mahlzeit der Bauch drückt oder Sodbrennen plagt, der sollte auf einen Verdauungsschnaps verzichten. Denn Alkohol bremst die Magenentleerung und verstärkt damit die Beschwerden. Darauf weist das Gesundheitsmagazin Apotheken Umschau hin. Besonders tückisch sind Hefeweizenbiere, die zusätzlich blähend wirken. Und auch die Zigarette nach dem Essen ist nicht viel besser: "Nikotin kann schmerzhaftes Sodbrennen fördern", betont Dr. Tobias Böttler, Gastroenterologe an der Universitätsklinik Freiburg. In jedem Fall hilfreich dagegen ist Bewegung. Ein Spaziergang nach einer reichhaltigen Mahlzeit fördert die Bewegung von Magen und Darm und bringt so oft schnelle Abhilfe. Notfalls können auch mal leichte Bauchmassagen die Beschwerden lindern. Entblähende Pflanzenpräparate - zum Beispiel mit Anis, Fenchel, Kümmel oder auch Pfefferminze - wirken entspannend und krampflösend. Es gibt sie als Arzneitees oder in Form von Tropfen und Tabletten.







Ernährungstipps



Hochwertige Edelsalze wie Fleur de Sel aus Ibiza, Alpen- oder Himalayasalz sollen nicht nur aromatisch ein Erlebnis sein, sondern auch gesundheitliche Vorteile mit sich bringen. Mit knapp zehn Euro pro 100 Gramm zahlt man für die wundersamen Heilsalze jedoch einen stolzen Preis. Lohnt sich das teure Salz tatsächlich? Oder ist Salz gleich Salz?

Himalayasalz ist ein Steinsalz und stammt aus den Salzvorkommen eines Ur-Meeres am Fuße des Himalayas, wo es sich im Laufe der Erdgeschichte abgelagert und in den Sedimentgesteinen verfestigt hat. Es wird in den unterirdischen Stollen des zweitgrößten Salzbergwergs der Welt in Khewra (Pakistan) abgebaut und aufbereitet. Ein erhöhter Eisenanteil sorgt für die typische leicht rosa Färbung der Himalaya-Kristalle.

Im Gegensatz zu herkömmlichen Speisesalz locken die Kristalle aus dem asiatischen Hochgebirge mit wundersamen Versprechen: Himalayasalz soll mit mehr als 84 verschiedenen Mineralstoffen und Spurenelementen eine besonders gesundheitsförderliche Wirkung haben, oft werden dem Salz sogar heilende Kräfte attestiert. Angeblich ist es dazu in der Lage, giftige Stoffe aus dem Körper auszuschwemmen, den Blutdruck zu regulieren, Gicht und rheumatische Beschwerden zu lindern sowie Krebs und andere Erkrankungen positiv zu beeinflussen. Außerdem soll der tägliche Bedarf an Mineralstoffen komplett abgedeckt werden.

Das Salz mit den versprochenen Zusatzwirkungen hat entsprechend auch seinen Preis: Mit knapp vier bis zehn Euro pro 100 Gramm ist es um ein Vielfaches teurer als herkömmliches Speisesalz.

Stiftung Warentest hat mehr als 36 verschiedene Edelsalze unter die Lupe genommen und dabei festgestellt: Von einer gesundheitsförderlichen Wirkung der preisintensiven Salze kann nicht ausgegangen werden. Sie bestehen zu 93 bis 99,9 Prozent aus Natriumchlorid, also herkömmlichem Kochsalz. Den Rest machen schwer lösliche chemische Verbindungen wie Magnesium oder Kalzium aus.

Auch die Kristalle aus dem Himalaya konnten beim Salz-Check nicht punkten. Es besteht zu knapp 97 Prozent aus normalem Kochsalz, die verbleibenden drei Prozent teilen sich unter anderem Kalcium, Magnesium und Eisen. Gerade einmal zehn bis maximal 15 verschiedene Mineralstoffe konnten in den Salzkristallen nachgewiesen werden, manche von diesen nur in kleinsten Mengen. Von den angepriesenen 84 heilenden Elementen keine Spur.

Auch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung steht dem selbst ernannten Heilsalz eher skeptisch gegenüber. Aufgrund des geringen Gehaltes an anderen Mineralstoffen als Natrium und Chlorid leiste das Produkt keinerlei nennenswerten Beitrag zur Bedarfsdeckung von Mineralstoffen und Spurenelementen. Bei normalem Verzehr macht es also hinsichtlich der Spurenelemente keinen Unterschied, ob normales Kochsalz oder die überteuerten Alternativen verwendet werden. Der persönliche Mineralstoffbedarf lässt sich über Salz ohnehin nicht decken. Generell sollte man Salz eher sparsam verwenden. Die WHO empfiehlt deshalb, täglich maximal fünf Gramm Salz zu sich zu nehmen, was am besten über jodiertes Speisesalz erfolgen sollte. Hier punktet übrigens das günstige Kochsalz, denn die exotischen Edelsalze sind nicht mit Jod oder Fluorid angereichert.



Selbstgemachtes ohne Reste

Mit welchen Küchentricks Eingelegtes und Eingemachtes lange lecker bleibt, zeigt die Initiative Zu gut für die Tonne! des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft.

Was darf ins Glas?

Noch ist das Angebot an heimischem Gemüse und Obst besonders groß. Wer zu viel davon zu Hause hat, kann es durch Einlegen und Einmachen lecker zubereiten – und länger haltbar machen. Nur Lebensmittel mit angeschlagenen Stellen sollten nicht ins Glas, sie können den ganzen Inhalt verderben. Frische Druckstellen entfernt man am besten großzügig und isst auf, was noch gut schmeckt. Auch die Einmachgläser sollten möglichst keimfrei sein, dazu werden sie ausgekocht.

Wieso kocht man sauer Eingelegtes oft ein?

Saure Gurken und andere sauer eingelegte Gemüsesorten werden in Essigwasser mit Gewürzen eingelegt. Viel Essig wirkt konservierend – schmeckt aber schnell zu sauer. Für ein leckeres Ergebnis mit langer Haltbarkeit reduzieren Rezepte deshalb den Essiganteil und kombinieren das Ganze mit einer weiteren Konservierungsmethode: Man kocht das Gemüse zum Beispiel im Essigsud ein. Auch Zuckern und Salzen unterstützt die Haltbarkeit von Eingelegtem. Je nach Zubereitung lässt sich so eingelegtes Sommergemüse wie Möhren, Bohnen und Gurken bis zu drei oder sogar bis zu zwölf Monate aufbewahren.

Welche Marmelade hält am längsten?

Hitze und Zucker bestimmen, wie lange Marmelade haltbar ist: Werden die Früchte kalt püriert und gezuckert, hält die Marmelade bis zu zwei Wochen im Kühlschrank. Werden sie aber auf dem Herd eingekocht, lässt sich die Marmelade bis zu einem Jahr an einem kühlen, dunklen Ort aufbewahren. Je zuckriger sie ist, desto länger ist sie haltbar.

Woran erkennt man, ob Eingelegtes und Eingemachtes noch gut ist?

Ein loser Deckel, getrübte oder verfärbte Flüssigkeit, seltsamer Geruch oder Schimmel: All dies sind Zeichen dafür, dass Selbstgemachtes verdorben ist. Was dagegen gut aussieht, riecht und schmeckt, ist meistens auch noch gut. Achtung: Hausgemachte Marmelade kann sich nach einigen Monaten durch Lichteinfluss leicht braun oder grau verfärben, weil das Licht die natürlichen Farbstoffe zerstört. Am Geschmack ändert sich aber nichts.





Finden auch Sie Ihren perfekten Genusspartner und besuchen Sie uns auf

WWW.WINZERSNACK.DE



DER NUSSIGE BEGLEITER ZUM WEINGENUSS

- PIKANTE CASHEWKERNE UND MANDELN
- VON EINEM SPITZENKOCH EXKLUSIV ENTWICKELTE GEWÜRZKREATIONEN
- PASSEND ZU DEN BELIEBTESTEN WEINSORTEN
 - VEGAN UND IN BIO-QUALITÄT



Gesundes Mood-Food

Wenn im Herbst die Tage kürzer und trüber werden, schlägt das vielen aufs Gemüt. Im Winter ist es dann ganz mit der guten Laune vorbei, wenn sich zu der Dunkelheit auch noch die Kälte und das Schmuddelwetter gesellen.

Mit der richtigen Ernährung, die auch unter dem englischen Namen Mood Food mittlerweile bekannt ist, kann die körpereigene Produktion von Serotonin unterstützt werden. Exotische Früchte wie Bananen, Ananas und Papaya sowie Feigen und Avocados enthalten zwar von Natur aus Serotonin, doch ganz so einfach ist das mit der Glücksnahrung dann auch wieder nicht. Wird das Glückshormon nämlich mit der Nahrung aufgenommen, gelangt es in den Magen, nicht aber ins Gehirn und kann seine positive Wirkung deshalb nicht entfalten. Serotonin muss der Körper im Gehirn selbst bilden, wozu die Aminosäure Tryptophan als wichtigster Baustoff benötigt wird. Als Transportmittel dienen Kohlenhydrate, um Tryptophan ins Gehirn zu lotsen. Beides kann nur mit der Nahrung aufgenommen werden.

Tatsächlich assoziieren viele Menschen mit Mood Food nur Schokolade, was im Grunde genommen auch nicht falsch ist, da Schokolade in der Lage ist, schnell ein Glücksgefühl hervorzurufen. Ein gravierender Nachteil ist, dass das Stimmungshoch nach dem Genuss nicht allzu lange anhält und viele zusätzliche und eigentlich unnötige Kalorien aufgenommen werden.

Besser geeignet sind Vollkornprodukte, Kartoffeln und Reis, die den Körper mit komplexeren Kohlenhydraten versorgen. Sie werden langsam verdaut und halten, anders als Schokolade, den Blut-Zucker-Spiegel und die Insulinausschüttung konstant. Gute Tryptophan-Lieferanten sind Fische, Cashewkerne, Paranüsse, Eier, Dinkel, Quark, Käse und Weizenkeime. Aber auch jegliche Produkte aus Sojabohnen sind wahre Glücksbringer.

Allerdings ist Serotonin bei weitem nicht der einzige Stoff, der unserem Körper im Winter fehlt. Der tägliche Genuss von Obst und Gemüse ist gerade in der Winterzeit überaus wichtig. Um gut gelaunt durch einen trüben Tag zu kommen, empfiehlt es sich, morgens mit einem Müsli aus Haferflocken, ungeschälten Mandeln, Milch und Orangen zu starten. Scharfmacher, wie Chili, Pfeffer oder Peperoni im Mittagessen regen die Endorphinausschüttung an und geben deshalb zusätzlich positive Energie für den Tag. Doch Essen allein macht auch nicht glücklich. Der Mangel an Vitamin D kann sich zu einem gesundheitlichen Problem entwickeln. Da dieses Vitamin über die Haut entwickelt wird, ist der tägliche Aufenthalt im Freien quasi ein Muss. So kann die Bewegung an der frischen Luft die positive Wirkung der Lebensmittel noch zusätzlich stärken. Licht und Luft halten das Schlafhormon Melatonin in Schach.

Ernährungswissenschaftler warnen davor, sein Winterglück allein im Essen zu suchen. Wer im Winter meint, er müsse seiner Seele bei all der Kälte und Dunkelheit stets was Gutes tun, indem er auf duftendes Weihnachtsgebäck und deftige Speisen zurück greift, tut sich keinen Gefallen. Schweres Essen liegt auch schwer im Magen. Der Körper ist dann so sehr mit der Verdauung beschäftigt, dass man sich wieder müde und schlapp fühlt. Nüsse, Mandeln, Orangen und Apfelsinen sind die weitaus bessere Seelennahrung und kleben später nicht an den Hüften. Sonst folgt auf die Novemberdepression automatisch der Frühjahrsblues.

(65

Woody Allen

Das Geheimnis des Erfolgs? – Anders sein als die anderen!



Leidenschaft und Fachkompetenz stehen bei uns an erster Stelle!

Feiern Sie mit uns, unseren 1. Platz von Donnerstag, 7. bis Samstag, 9. Dezember 2017 (Do. u. Fr. 10-20 Uhr, Sa. 10-14 Uhr)

In unserer Modeabteilung erhalten Sie an diesen Tagen auf alles **20% Rabatt** — weiter haben wir Rotstiftpreise von bis zu **70% Rabatt**.

medical cosmetics
Ulrike Schaaf-Deege

67454 Haßloch • Wilhelm-Busch-Str. 3

Tel. 0 63 24 / 97 95 66 • Mobil 01 70 / 2 99 10 94 E-Mail: ulrike.deege@gmx.de

ezepte Wintersuppen

Selleriesuppe mit Esskastanien

für vier Personen

450 g Knollensellerie Staudensellerie 300 g Zwiebel 300 g Kartoffel 2 EL + 1 TL Butter

800 ml Gemüsebrühe

Salz, Pfeffer, Muskatnuss 200 g vorgegarte Esskastanien

1 TL Zucker 100 g Schlagsahne 1/2 Bund Schnittlauch

Sellerie putzen, waschen und in Stücke schneiden. Vom Staudensellerie 1/4 in Scheiben schneiden. Selleriescheiben und -blättchen zum Garnieren beiseitelegen. Zwiebel und Kartoffeln schälen und in Stücke schneiden. 2 EL Butter in einem weiten Topf erhitzen. Zwiebel, Sellerie und Kartoffel zugeben und unter ständigem Rühren farblos andünsten. Brühe zugießen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Aufkochen und bei mittlerer Hitze 20 Minuten köcheln lassen. Die vorgegarten Esskastanien grob hacken. 1 TL Butter mit Zucker in einer Pfanne schmelzen. Die Esskastanien vorsichtig rühren und wenden, in etwa zwei Minuten karamellisieren. Auf einen flachen Teller geben. Sahne zur Suppe gießen und die Suppe fein pürieren. Die Selleriescheiben zugeben und in etwa fünf Minuten gar ziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Schnittlauch waschen, trocken schütteln in feine Röllchen schneiden. Suppe mit Maronen anrichten. Mit Schnittlauchröllchen bestreuen und mit Sellerieblättchen garnieren.

Blumenkohl-Apfel Suppe mit Schinken

für vier Personen

Blumenkohl

2 Lauchzwiebeln

Äpfel

3 EL

Currypulver, Salz, Pfeffer

Gemüsebrühe (instant) 2 TL

100 g Parmaschinken

Blumenkohl putzen, waschen und in Röschen schneiden. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Äpfel schälen, entkernen, 2/3 klein schneiden. Alles in 2 EL Öl andünsten. Mit 2 TL Curry bestäuben und anschwitzen. Milch, 1/2 | Wasser und die Instantbrühe zugeben, aufkochen. In 15 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Schinken in 1 EL Öl anbraten, herausnehmen und in Stücke brechen. Den restlichen Apfel in Spalten schneiden und im Bratfett in zwei Minuten andünsten. Die Suppe pürieren, abschmecken und mit Schinken und Apfel anrichten.



Haut verstehen!

- Comutergesteuerte Hautanalyse

Gezielte Impulse setzen!

- Mikrodermabrasion
- Micro Needling
- Ultraschallbehandlungen

Aktiv werden bei:

- Anti Aging
- Unreine Haut
- Gerötete Haut (Couperose)

Süßkartoffel-Limetten-Suppe mit Kokos

Für 4 Portionen

1 Dose Kichererbsen, (klein, 240 g)

0,5 TL Currypulver

Salz

1 EL ÖL

450 g Süßkartoffeln1 Knoblauchzehe

4 EL Olivenöl

100 ml Portwein, (hell)

400 ml Gemüsefond

Salz, Pfeffer

2 Limetten, (Bio) 400 ml Kokosmilch

1 Rote Bete, (klein, 100 g)

6 g Ingwer, (frisch)

Fleur de sel

0,5 TL Orangenschale, (Bio; fein abgerieben)

1 EL Orange, Saft 1 El Olivenöl

Kichererbsen im Sieb abspülen und sehr gut abtropfen lassen. Kichererbsen sorgfältig mit Curry, 1/2 TL Salz und Öl vermengen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2-3, Umluft 160 Grad) auf der zweiten Schiene von unten 35 bis 40 Minuten knusprig backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Inzwischen für die Suppe Süßkartoffeln schälen und in 2 cm große Stücke schneiden. Zwiebeln in Würfel schneiden, Knoblauch grob hacken. 1 El Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten, mit Portwein auffüllen und auf die Hälfte einkochen lassen. Fond zugießen, Kartoffeln zugeben und mit wenig Salz und Pfeffer würzen. Suppe bei mittlerer Hitze 15 Minuten kochen.

In der Zwischenzeit für das Relish Rote Bete schälen und in ca. 1 mm dünne Scheiben hobeln (mit Küchenhandschuhen arbeiten!), Scheiben in feine Streifen schneiden. Ingwer in feine Würfel schneiden. Rote Bete mit Ingwer, Orangenschale und -saft, und Öl 3 Minuten mit den Händen weich kneten (mit Küchenhandschuhen arbeiten!).

Für die Suppe Limetten waschen, trocken tupfen, Schale fein abreiben und 5 El Saft auspressen. Kokosmilch und Limettenschale zur Suppe geben und kurz aufkochen lassen. Suppe mit dem Schneidstab sehr fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.

Suppe mit dem Schneidstab kurz aufmixen und in vorgewärmten Schalen anrichten. Mit je 1 El Kichererbsen und Relish garnieren und mit je 1/2 El Olivenöl beträufeln. Restliche Kichererbsen und restliches Relish dazu servieren.

GUDRUN GRENZ

Made in Germany



Business Festivität Freizeit

Größen 36 - 54

eigene Produktionsstätte Made in Germany





Shop Speyer
Korngasse 28 · 67346 Speyer
Telefon: 06232 - 6079970

Shop Überlingen
Hofstatt 2 · 88662 Überlingen
Telefon: 07551-94 88 19

Shop Düsseldorf
Oststraße 105 · 40210 Düsseldorf
Telefon: 0211 - 327231

...oder Partnergeschäfte in z.B. New York, Moskau, Zürich uvm. ... www.gudrun-grenz.com

Der neue

Winzersnack



Man kennt das: Zu einem wunderbaren Essen wird ein Wein empfohlen, dessen Aufgabe es ist, die geschmacklichen Noten der kulinarischen Kreation zu unterstreichen. Doch manchmal soll es nur ein Glas Wein sein, zu dem ein kleiner Snack gereicht wird. Wenn dieser dann die feinen Nuancen des Weines hervorhebt, dann ist der Genuss perfekt. Seit der Antike kennt man die Kombination von Wein und Nüssen, denn schließlich finden sich Nussaromen auch in mehreren Weinsorten wieder. So kam Jaroslaw Sojnikow auf die Idee, bestimmte Nusssorten beliebten Weinen zuzuordnen und sie mit einer Würze aus eigener Rezeptur zu versehen, die den Weinaromen schmeichelt, sogar mit ihnen spielt, und damit den Weingenuss verlängert.





Er fand wunderbare Nüsse, veredelte diese auf das Feinste mit einer geschmacklichen Note, die jeweils den spezifischen Ton der bevorzugten Weinsorte unterstreichen sollte. Sojnikow ist vom Fach. Er handelt mit Naturkost-Produkten, mit Bio-Ware von höchster Qualität, darunter auch Nüsse. Sein Firmensitz ist in Frankeneck, wo er in Verwaltung und Produktion elf Mitarbeiter beschäftigt. Schnell war seine Wahl auf Mandeln und auf Cashewkerne gefallen. Für die Rezepturen sprach er mit Jean-Philippe Aiguier. Der Deutsch-Franzose kochte in Michelin-besternten Restaurants, bis er sich mit dem Hofgut Ruppertsberg selbständig machte. Qualität ist sein Konzept. Er war begeistert von der Idee Sojnikows und entwickelte exklusive Gewürzkreationen, die Mandeln und Cashewkerne köstlich veredeln. Feinste Zutaten, die harmonisch auf

den Eigenschmack der Nüsse abgestimmt sind und dabei die Weinaromen harmonisch ergänzen, fanden in einer Vielzahl von Versuchen zueinander. Zwei Gewürzvarianten dienen zum Genuss von Sauvignon Blanc und von Riesling. Die zarten Currynoten puffern die Säure und betonen gleichzeitig den mineralischen Charakter dieser Weine. Die süsslich-nussigen Mandeln mit ihrer dezenten Geschmacksnote harmonieren wunderbar mit den kräftigen Nuancen feiner Rotweine wie Cabernet Sauvignon und Merlot. Sie mildern die austrocknende Wirkung der Tannine und passen perfekt zu den dunklen Beerenfruchtaromen von Merlot und Cabernet. Eine intensivere Mandelwürze eignet sich hervorragend zur Kombination mit kräftigen, gerbstoffbetonten und komplexen Rotweinen – selbst die rauchig-würzigen Aromen der Barrique-ausgebauten Weine profitieren davon. Zwei neue Sorten sind gerade zur Produktionsreife gelangt: Macadamia zum Sekt und eine neue Würze für Mandeln, die sich bestens zum Genuss von Pinot Noir eignet.

Peter Sorg ist Diplom-Sommelier. Er sagt, dass durch das Unterstreichen der Weinarmonen mit den würzigen Nüssen ein ganz neues Geschmackserlebnis entstehe. Sein Wissen und seine Erfahrung erfüllten einen wichtigen Part in der Entwicklungsphase des Winzersnacks. Mit Sorgs Hilfe erreichte man die Feinheiten für den perfekten Genuss.

Die Nüsse, die in Bioqualität und vegan in Frankeneck mit Akribie und viel Handarbeit produziert und veredelt werden, können sowohl in der Gastronomie als auch zu Hause beim Wein genossen werden. Wer den Winzersnack einmal probieren möchte, findet ihn unter anderem auch auf dem Weihnachtsmarkt der Kunigunde in Neustadt an der Weinstraße und im kommenden Jahr auf dem Mandelblütenfest in Gimmeldingen.

Übrigens: Gerade zu Weihnachten ist ein Weinpräsent mit einem Winzersnack eine neue und schöne Geschenkidee. Auch für Firmenkunden.



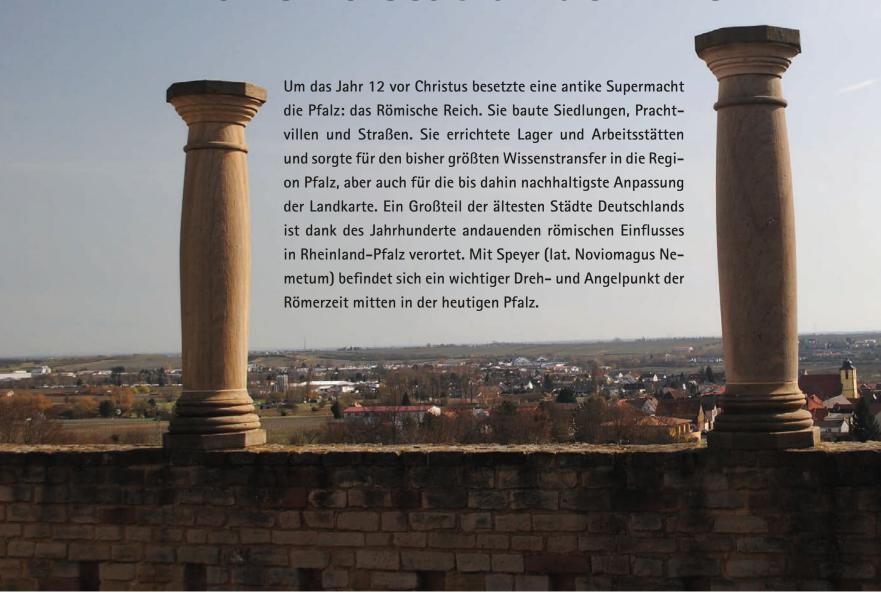


Info:

Winzersnack Talstraße 50 67468 Frankeneck 06325-9894530 www.winzersnack.de

(69





Strategiewechsel - Varus sei Dank

Nach zahlreichen Überfällen der Germanen auf das römische Reichsgebiet und aufgrund der weiterhin anhaltenden Expansionspolitik des Reiches, entschloss sich Kaiser Augustus im Jahr 12 vor Christus an den Rhein vorzurücken. Die Feldlager Vetera (Xanten) im Norden und Moguntiacum (Mainz) im Süden dienten als Brückenköpfe für den rechtsrheinischen Vorstoß, den Kaiser Augustus seinen Stiefsöhnen Tiberius und Drusus überließ.

Nach kurzzeitigen Erfolgen im Felde änderten die römischen Machthaber ihre Strategie grundlegend. Das ursprüngliche Ziel, ganz Germanien zu unterwerfen, wurde spätestens im Jahr 9 nach Christus, im Nachgang der römischen Niederlage in der Varusschlacht, beerdigt. Anstatt die Expansion des Reiches weiterhin verlustreich voranzutreiben, galt es nun aus römischer Sicht, die bisherige Reichsgrenze am Rhein zu sichern. Als imposante Landmarke jener Sicherung gilt bis heute die massive Grenzbefestigung des Limes, der rechtsrheinisch verlief.

Unter römischer Hoheit gehörte der saarpfälzische Raum in kleinen Teilen zur römischen Provinz Gallia Belgica mit der Hauptstadt Trier und zu großen Teilen zur unter der Regierung Domitians abgesteckten Provinz Obergermanien (Germania Superior) mit der Hauptstadt Mainz. Zu letzterer Provinz gehörte auch die Vorderund Nordwestpfalz. Ende des 3. Jahrhunderts wurde im Rahmen einer Verwaltungsreform die Provinz Obergermanien durch die Provinz Germania Prima ersetzt.

Nach der Festigung der römischen Herrschaft jenseits des Limes erlebte der Mittel- und Oberrhein im zweiten Jahrhundert eine weitestgehend ununterbrochene Friedensperiode, einhergehend mit wirtschaftlicher und politischer Stabilität. Erst einhundert Jahre später sollte das römische Reich gezwungen werden, auf Druck vereinigter germanischer Stämme hin,



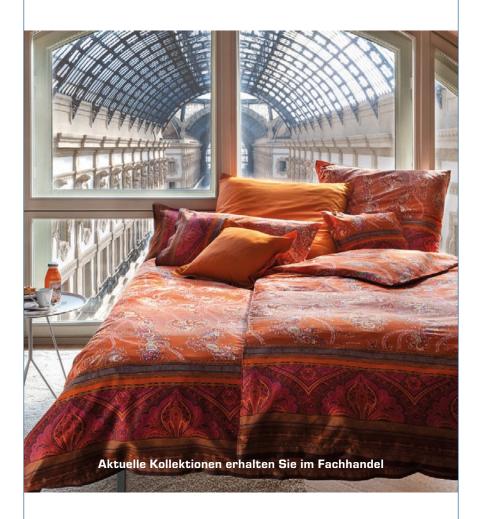
die sich die innen- und außenpolitische Krise des Römischen Reiches zunutze machten, die rechtsrheinischen Gebiete aufzugeben. Linksrheinisch setzte das Reich seine Herrschaft aber noch bis ins fünfte Jahrhundert fort.

Römische Organisation

Die einheimischen Stämme vereinten sich unter römischer Kontrolle in Bürgerverbänden, so genannten civitates, die je nach Größe in Gaue, so genannte pagi unterteilt wurden. Daneben

71

bassetti



Nennen Sie uns das

Kennwort "Chili" und Sie erhalten
bis 30. Dezember 2017

20% Rabatt auf Ihren Einkauf*

*Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar

Bassetti Factory Outlet Mutterstadt

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

Unsere Öffnungszeiten:

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



ZEIT FÜR VERÄNDERUNG WOHNAMBIENTE EVENTS BERATUNG IDEE REALISIERUNG

Schenken kann so einfach sein



SCHÖNE **GESCHENK** IDEEN

Flodec Style Sabine Uhl 0172-40 00 34 41

Showroom Luitpoldstraße 21 Edenkoben info@flodec-style.de www.flodec-style.de

Öffnungszeiten Fr. 10 - 18 Uhr Sa. 10 - 13 Uhr strahlten die römischen Zentren Mainz und Trier, die von vici, Siedlungen von kleinstädtischem Charakter, wie Speyer und Worms, aber auch frühindustrielle Zentren wie zum Beispiel Eisenberg funktional ergänzt wurden. Die großgrundbesitzende Oberschicht und Aristokratie residierte mitsamt Gesinde und Sklaven in Villen.

Jene Villen, deren Überreste noch heute in der Pfalz zu bestaunen sind, ließen sich grob in zwei Typen unterscheiden: die Prachtvilla (villa urbana), ein großflächiger Repräsentationsbau, mit aufwendigen Malereien und Bodenmosaiken, und Landgute (villae rusticae), die primär landwirtschaftlich genutzt wurden. Mischformen aus beiden Villentypen sind ebenfalls anzutreffen und zeugen davon, dass erfolgreiche Landgute sich im Laufe der Zeit zu Prachtvillen entwickelten. Allerdings, und das war definitiv neu in der Pfalz des ersten Jahrhunderts nach Christus, waren auch einfachste Behausungen wenigstens in Teilen mit einer ausgeklügelten Fußbodenheizung ausgestattet. Ebenfalls Teil von bedeutenden Siedlungen und Villen waren Heiligtümer zur Verehrung der Götter.

Römische Infrastruktur: Unbewusst unterwegs auf römischen Straßen

Das römische Straßennetz bildete den Grundstein der römischen Verwaltung und war das entscheidende Element der voranschreitenden wirtschaftlichen Entwicklung des Römischen Imperiums. Nach dem Untergang Roms wurde das Straßennetz übrigens durch das Mittelalter hinweg bis hin zur Moderne weitergenutzt. Mehr noch: Auch heute orientiert man sich beim Bau moderner Straßen noch an der Trassenführung der Römer. Ähnlichkeiten zwischen dem römischen und dem modernen Verkehrswegenetz lassen sich übrigens mit vergleichendem Blick auf die frühere und heutige Trassenführung nach wie vor ausmachen.

Römer und Wein – da war doch was

Der Wirtschaftszweig der unter römischer Herrschaft in der Pfalz am schnellsten wuchs, war die Landwirtschaft. Ausgedehnte Getreide- und Gemüsefelder sowie großflächig angelegte Weinberge zeichneten das Land. "Nach der Sicherung des Gebiets im Schatten des Limes waren die Voraussetzungen für eine umfangreiche Besiedlung und damit für die endgültige Ausbreitung mediterraner Kultur und Lebensart gegeben, wobei die Mehrheit der damaligen *Pfälzer* nicht aus mediterranen Römern, sondern nach wie vor aus Kelto-Germanen bestand. (...)" So stellt es der Autor Bernhard in seinem Werk *Römische Geschichte der Pfalz* dar.

"Anfang des dritten Jahrhunderts importierten die Römer wichtige Rebsorten aus südlicheren Gefilden, wie den Elbling oder die Vorläufer von Riesling, Burgunder und Traminer. Die Weinberge deckten zu dieser Zeit ein Areal von bis zu 30 Hektar ab. Neben Acker- und Weinbau setzten die damaligen Gehöfte auf Viehzucht als weitere Einnahmequelle. "wie die Fachliteratur erklärt. Dass Weintrinken in Rheinland-Pfalz eine jahrtausendealte Geschichte hat, ist bekannt. Weniger bekannt ist jedoch, dass bereits vor den Römern die Kelten selbst erzeugte Tropfen genossen. Wie weit hingegen deren Kenntnisse in Sachen Kultivierung und Veredlung von Weinreben reichten, ist nach wie vor nicht bekannt. Die Weinmacherkunst der Römer jedoch stellt niemand in Frage, weshalb man nach wie vor und guten Gewissens die Römer als Wegbereiter der heutigen Weinregion Pfalz betiteln kann.

Quellen:

- www.pfalz.de
- Pfalz Geschichte Die Zeit vor den Römern, Geschrieben von Dr. Andrea Zeeb-Lanz, Archäologin, Gebietsreferentin GDKE, Speyer
- www.pfalzgeschichte.de, Christian Decker
- www.wikipedia.org

Wenn bei einer Naturkatastrophe die Stromversorgung aufrechterhalten bleibt, können die Menschen schneller wieder zur Normalität zurückkehren.



Bei einer Naturkatastrophe verschlimmert der Ausfall der Stromversorgung die Lage zusätzlich, da wir heutzutage so abhängig von Elektrizität sind. Um dieses Problem zu lösen, haben wir dazu beigetragen extrem robuste, ultraleichte Strommasten zu entwickeln. Sie sind um ein Vielfaches haltbarer als normale Masten und können sehr starken Belastungen standhalten.

Wenn die Stromversorgung in Katastrophengebieten aufrecht erhalten bleibt, dann geschieht dies, weil bei BASF Chemie verbindet.

Um mehr über unsere Ideen zu erfahren, besuchen Sie wecreatechemistry.com



Ausflugtipps Winter



Museum Rheinzabern

Was der Volksmund in Rheinzabern Römerscherwe nennt, sind nicht nur allgegenwärtige Bruchstücke aus der Vergangenheit. Sie sind Fenster, die Einblicke verschaffen in das Leben eines römischen Industriestandortes vor fast 2.000 Jahren. Rotglänzendes Geschirr aus den größten Terra Sigillata Manufakturen im zweiten und dritten Jahrhundert und Baukeramik aus vier Jahrhunderten Römerzeit zeugen von frühen industriellen Produktionsformen und weitreichenden Handelsbeziehungen.

Viele kostbare Fundstücke des täglichen Lebens machen die hohe Kultur und die damalige Lebensart in Tabernae, dem heutigen Rheinzabern, lebendig. Das Terra Sigillata Museum umfasst neben der Ausstellung römischer Fundstücke in verschiedenen Themenräumen auch eine Außenstelle mit Brennöfen aus der Römerzeit. Ergänzt wird das Angebot von mehreren Sonderausstellungen über das Jahr hinweg.

Das Museum hat ganzjährig von Mittwoch bis Samstag, 11 bis 16 Uhr geöffnet. Ein Einlass ist bis spätestens 15.30 Uhr möglich. An Sonn- und Feiertagen öffnet das Museum von 11 bis 17 Uhr (Einlass bis 16.30 Uhr). Karfreitag, Heiligabend, 1. und 2. Weihnachtsfeiertag, Silvester und am Neujahrstag ist das Museum geschlossen. Einzel- und Gruppenführungen können genauso wie eine museumspädagogische Betreuung auf Anfrage gebucht werden.

Weitere Informationen/Kontakt: Museum Rheinzabern 07272-95 58 93 info@terra-sigillata-museum.de www.terra-sigillata-museum.de



Römisches Weingut Weilberg bei Ungstein (Bad Dürkheim)

Mitten im Rebenmeer über dem Bad Dürkheimer Stadtteil Ungstein wurden 1981 eine Römische Villa mit Tretkelteranlage als Teile des größten römischen Herrenhauskomplexes der Pfalz freigelegt und teilweise restauriert. Das Haupthaus soll vor fast 2.000 Jahren eine gewaltige Frontlänge von 150 Meter gehabt haben. Beim Blick durch die drei imposanten rekonstruierten Säulen öffnet sich das Panorama auf Weinberge, Pfälzerwald, Stadt und Rheinebene. Bei schönem Wetter reicht der Blick bis zum Schwarzwald. Unterhalb der Villa ist eine funktionsfähige römische Tretkelteranlage erhalten, in der auch heute noch Wein mit Füßen getreten wird.

Neben der Kelter lieferte ein weiterer Fund den finalen Nachweis für Weinbau während der Antike in der Bad Dürkheimer Gegend. In einem stark verformten, ehemals glockenförmigen Bleigefäß aus dem Schutt eines großen Nebenbaus, fanden sich in einer dicken Bleioxidschicht zahlreiche Rebkerne. Die wissenschaftliche Untersuchung ergab, dass es sich neben Wildreben schon um frühe Formen der Riesling-, Traminer- oder Burgunder-Trauben handelte. Gezeigt werden auch sichelförmige Rebmesser oder zweizinkige Rotthacken.

Die Außenanlage des Römischen Weingut Weilberg ist frei zugänglich. Die Innenräume sind nur mit Gästeführer im Rahmen einer Führung betretbar.

Weitere Informationen:

Tourist Information Bad Dürkheim 06322-935140 info@bad-duerkheim.de www.bad-duerkheim.com/sehenswuerdigkeiten/roemisches-weingut-weilberg.html



Auf den Spuren der Römer in der Pfalz ...

Villa Rustica - Römervilla bei Wachenheim

Zwischen Wachenheim und Friedelsheim wurde 1980 im Rahmen der Flurbereinigung ein römischer Gutshof, eine villa rustica, entdeckt. Herzstück der größtenteils ausgegrabenen und restaurierten Anlage ist ein 60 Meter langes Herrenhaus, das ursprünglich mit einer Säulenfront geschmückt war. Von den vier umgebenden Wirtschaftsgebäuden sind drei für den Besucher sichtbar. Die villa rustica spiegelt sehr anschaulich die Geschichte der Römer und das breite Spektrum landwirtschaftlicher Produktion wider, vom Getreideanbau über den Weinanbau bis zur Viehzucht.

Eine Besichtigung der Römervilla ist jederzeit möglich. Von März bis Oktober bietet die Tourist-Information Wachenheim im Rahmen ihres Gästeprogramms zu feststehenden Terminen Führungen an. Detaillierte Erläuterungen zur Ausgrabungsstätte sind bei der Tourist-Information Wachenheim erhältlich.

Weitere Informationen:

Tourist-Information Wachenheim 06322-958032 touristinfo@vg-wachenheim.de www.villa-rustica-wachenheim.de

75

Besser leben - ohne Plagegeister



Rabatt^{*}

auf Fliegengitter und Lichtschachtabdeckungen



Insektenschutz vom Fachmann - immer die passende Lösung



ab 999 € Warenwert** gibt's Ihrer Weihnachtsbaum von uns

Mußbacher Landstraße 19 · 67433 Neustadt Tel. 06321 4807456 • info@sonflie.de • www.sonflie.de (*bis 28.02.2018 **bis 24.12.2017)

Effektive Pressearbeit ist gar nicht so einfach. Oder doch?

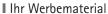
In unseren Seminaren und Workshops vermitteln wir Ihnen sowohl Grundlagen als auch gezielte Vertiefungen rund um das Thema Umgang mit der Presse.

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

Marketing:

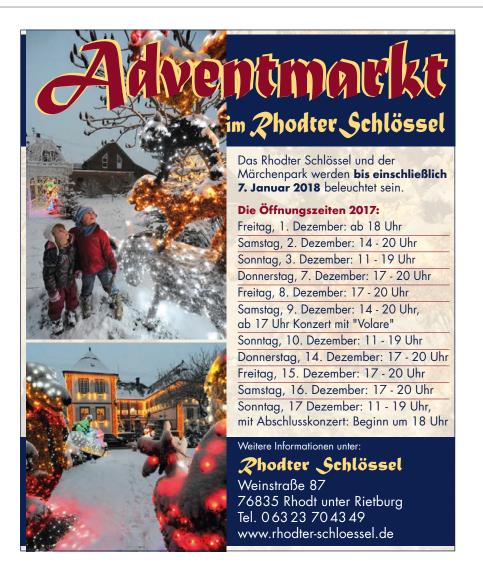
Keine Werbung kostet Sie ein Vermögen!

■ PR Konzepte für Einsteiger und Fortgeschrittene





0 63 21 - 890 09 00 www.chili-dasmagazin.de





Weihnachtszauber im Park - Nikolausmarkt **Bellheim**

Vom 8. bis 10. Dezember 2017 laden die Gemeinde Bellheim, der Gewerbeverband Bellheim und die Gemeinschaft der Bellheimer Vereine zum Nikolausmarkt in den Bellheimer Spiegelbachpark ein. Erleuchtete Tannenbäume und dekorative Lichtobjekte lassen den Park in weihnachtlichem Glanz erstrahlen. Rund 50 Stände bieten weihnachtliche Waren wie Weihnachtsschmuck, Holzspielzeug, Geschenkartikel und vieles mehr sowie eine große Auswahl an Speisen und Getränke an. Weihnachtliche Musik begleitet die Besucher beim Bummeln durch den liebevoll geschmückten Park. Während sich die Erwachsenen bei einem schönen heißen Glühwein oder am Feuer aufwärmen, können sich die Kinder im Märchenzelt auf die nächste Weihnachtsgeschichte freuen. Auch für die Großen gibt es ein umfangreiches Rahmenprogramm mit musikalischen Höhepunkten und vielem mehr.

Weitere Informationen:

Gemeinde Bellheim 07272-7008-103 www.gemeinde-bellheim.de



Waldweihnacht im Franzosental bei Weidenthal

Im Franzosental, dem idyllischen Seitental der Langentalstraße mit der Musikranch, findet am zweiten Adventswochenende (9. und 10. Dezember 2017) die 14. romantische Weidenthaler Waldweihnacht statt. Dazu lädt das Kuratorium der Weidenthaler Vereine ein. Am Waldrand gelegen werden die weihnachtlich hübsch geschmückten Hütten und ein kleines Tiergehege aufgebaut. Dazwischen lodert ein großes Lagerfeuer.

Weitere Informationen:

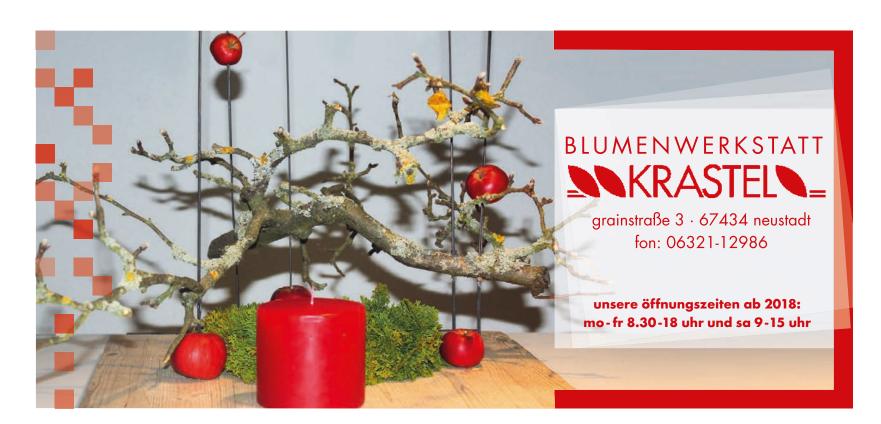
Kuratorium Weidenthaler Vereine 06329-1860 kuratorium-weidenthal@t-online.de



Elmsteiner Krippenpfad

In Anlehnung an den alten alpenländischen Brauch, sich in der Vorweihnachtszeit zu treffen und in heimeliger Atmosphäre Krippen anzuschauen, veranstaltet die Gemeinde Elmstein am Freitag, den 15. Dezember dieses weihnachtliche Ereignis der stillen Art. Alle zwei Jahre öffnen dazu Privatpersonen und Institutionen im Zeitraum von 16.30 bis 21.30 Uhr ihre Wohnzimmer, Höfe und Räume und laden ein, verschiedene Arten von Krippen sowie verschiedene weihnachtliche Szenen zu betrachten und sich so auf die Geburt Jesu vorzubereiten. 2017 steht der Krippenpfad unter dem Thema Jakobsweg und Lutherjahr. Der Krippenpfad beginnt in der Bahnhofstraße 47, 67474 Elmstein.

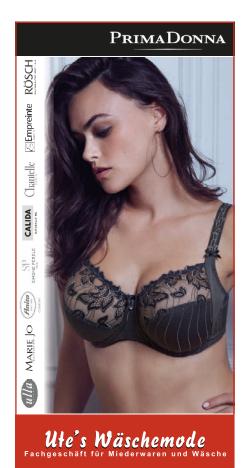
77





LANDAU • FUSSGÄNGERZONE

2 0 63 41 / 91 91 10



Kellereistraße 16 · 67433 Neustadt/Wstr.

Mo.-Fr. 9.30-18 Uhr · Sa. 9.30-14 Uhr

Telefon 06321/399 56 99

Öffnungszeiten:

Ausflugtipps Winter



Glühweinduft und Lichterglanz – Weihnachtsmarkt St. Martin

An den ersten drei Adventswochenenden findet jeweils samstags und sonntags der Weihnachtsmarkt in St. Martin rund um die *Alte Kellerei* (Kellereistraße) statt. Die Gäste erwarten Aussteller mit Kunsthandwerk, kulinarischen Spezialitäten, Glühwein und Waffeln. Der Ort wird mit Tannenbäumen geschmückt und die Anwohner stellen in den Gassen Kerzen auf, um die Weihnachtsstimmung perfekt zu machen. Zu den besonderen Highlights zählen neben dem Besuch des Weihnachtsmannes auch die Musikdarbietungen der Blaskapelle der Katholischen Arbeiterbewegung (KAB) und des gemischten Chors Arche Musica. Diese finden jeweils an den Sonntagnachmittagen gegen 15 Uhr statt. Für die Kleinsten wird eine betreute Kinderbackstube angeboten.

Öffnungszeiten: An den ersten drei Adventswochenenden immer Samstag, 13 bis 20 Uhr und Sonntag, 12 bis 20 Uhr.

Weitere Informationen:

Tourist-Info St. Martin 06323 – 5300 www.sankt-martin.de

Planung der nächsten Wanderung zum Nulltarif

In der Herbstausgabe haben wir für Sie kostenpflichtige Wander-Apps getestet und verglichen. In dieser Ausgabe möchten wir nun kostenfreie Alternativen unter die Lupe nehmen, die vordergründig denselben Zweck wie die kostenpflichtigen Vergleichsangebote erfüllen, aber – so viel sei vorweggenommen – ein wenig mehr Mühe für den Nutzer bereiten. Eine Mühe, die sich aber durchaus lohnen kann.

Bei der allgemeinen Suche nach kostenfreien Werkzeugen zur Navigation durch den Wald stolpert der Suchende über viele Stöcke und Steine im Angebot der App-Anbieter, kommt aber an zwei kostenfreien Angeboten nicht vorbei:

Mit dem Alpenverein über Stock und Stein: App und Internetplattform europäischer Alpenvereine

Das Portal Alpenvereinaktiv.com ist ein gemeinsames Portal des Deutschen Alpenvereins (DAV), des Österreichischen Alpenvereins (ÖAV) und des Alpenvereins Südtirol (AVS) und bietet Touren aller Art, von alpinen Hochtouren, bis hin zu Bergwanderungen, Klettersteigen, Mountainbike- und Rennradtouren sowie Skitouren an. Neben der Route erhalten die Nutzer der App zusätzliche Auskünfte, zum Beispiel über Unterkünfte entlang des Weges und Informationen zu den aktuellen Wegbedingungen. Wanderer haben ähnlich wie bei den in der Herbstausgabe vorgestellten kostenpflich-

tigen Apps Zugriff auf ein riesiges Tourenarchiv, das teilweise durch den Alpenverein beziehungsweise die Alpenvereine, aber auch von registrierten Mitgliedern mit Inhalt gefüllt wird. Da es der Community frei steht, wie detailliert eine veröffentlichte Route beschrieben wird, kann der Umfang der dargestellten Informationen für die Route der Wahl unterschiedlich ausfallen. In unserem Test hatten wir das Glück, auf gewissenhaft erstellte Routenvorschläge in der Pfalz zurückgreifen zu können. Neben der Länge der Tour und Angaben zu zurückzulegenden Höhenmetern, sowie zur Gestalt des Höhenprofils bietet die App auch die Möglichkeit, die komplette Tour lokal zu speichern (Formate: GPX und KML).

Info:

Keyhole Markup Language (KML) - Dateien enthalten Geodaten und können zum Beispiel in Google Earth angezeigt werden.









Jetzt ganz einfach downloaden!

Kostenfrei bei

Google Play + App Store





Die Info-App für die Pfalz - wissen was läuft.

www.chili-dasmagazin.de

Karten:

www.openandromaps.org

Zur Kartendarstellung:

Oruxmaps: www.oruxmaps.com/cs/en/ Locus Map Free: Google Play, Suche nach Locus Map Free

Wer keine Inspiration für den anstehenden Wandertag benötigt, der kann selbstverständlich auch komplett losgelöst von den Tourenvorschlägen des Vereins und der Community seine Tour planen. Möglich wird das durch die Tourenplanung direkt in der App, aber auch auf der zugehörigen Internetseite. Will man die Tour in aller Ruhe planen, dann bietet es sich an, den kleinen Bildschirm des Smartphones gegen den grö-Beren Computermonitor zu tauschen. Registriert man sich (ebenfalls kostenfrei) auf der Seite der Alpenvereine, dann ist es nämlich möglich, die auf dem PC geplante Tour zu speichern und später über das Smartphone abzurufen. Die erstellte Route, inklusive Karte und Navigation, ist dann auch offline nutzbar. Diese Möglichkeit besteht übrigens zusätzlich zum oben genannten Export der geplanten Route in Form einer GPX- oder KML-Datei, was dem Anwender alle Möglichkeiten lässt, die geplante Tour anzeigen zu lassen – in der Alpenverein-App, aber auch in anderen Apps, die das Dateiformat unterstützen.

Zu finden ist die App bei Google Play. Einfach das Suchwort "Alpenverein" eingeben. Das erste Ergebnis ist zugleich die beschriebene App.

Viel Freiheiten für Geduldige, technisch Interessierte und Tüftler: www.openandromaps.org in Verbindung mit Oruxmaps oder Locus Map Free

Die Internetplattform www.openandromaps.org bietet kostenloses topographisches Kartenmaterial, das vom geneigten Wanderfan, der bereit ist, sich geduldig mit dem Bearbeiten und Anpassen der Kartengrundlagen auseinanderzusetzen, für die eigene Wanderroutenplanung genutzt werden kann.

Der Anbieter kombiniert die Kartendaten der Quelle Openstreetmaps mit den Höhenlinien des Online-Diensts Viewfinder-Panorama. Zur besseren Darstellung (Karten enthalten schließlich meist mehr Informationen, als man später benötigt!) stehen spezielle Themen (engl.: Themes) zur Verfügung. Diese ermöglichen eine individualisierte und damit auf die spätere Nutzung der Karte als Wanderkarte, Karte für die Mountainbike-Tour oder ein Sighteeing-Ausflug zugeschnittene Ansicht.

Über das Themen-Paket Elevate (dt.: heben, erheben, hochheben) ist es beispielsweise





- Pilates in systematisch angeleiteten Kleingruppen
- Kurse f
 ür alle Altersgruppen, ohne Vorkenntnisse
- Personal Training
- Pilates Training für Schwangere und Rückbildungsgymnastik
- Rundum Fit mit Kathrin Baßler
- Movedo und Rücken Qi Gong mit Jens Dewald
- Tanz DICH! mit Annette Franz
- Massagen, Bowtech®, Naturheilkunde, Beckenbodentraining mit Linda Bielfeld
- NEU: Malworkshops mit Elke Michels

verschiedene Workshop-Angebote • Vermietung der Räumlichkeit Mobil: 0178-5366684 · E-Mail: alte-pflanzschule@gmx.de

möglich, eigens für Wanderungen und Kletterausflüge (Elevate), Mountainbike-Touren (Elevelo) und für Sightseeing (Elegant) bestimmte Karteninhalte hervorzuheben. Damit man sich bei der Karte, die man für seine Tour erstellt, nicht durch abertausende von Informationen kämpfen muss, die für die eigene Tour keine Rolle spielen, sollte man zwingend mit den angebotenen Themen arbeiten. Diese verkürzen die dargestellten Informationen auf die Inhalte, die man selbst für wichtig erachtet. Wählt man zum Beispiel das Thema Elevate, dann fallen die Informationen für Sightseeing und Mountainbike-Routen weg und werden nicht im gewählten Kartenausschnitt dargestellt. Das wiederum ermöglicht eine Übersicht ohne ein Zuviel an Informationen.

Die Kartengrundlagen auf www.openandromaps. org liegen als Vektorgrafiken vor. Im Gegensatz zu Rastergrafiken ist es bei Vektorgrafiken möglich, unabhängig von der Größe des Kartenausschnittes und nur begrenzt von der Auflösung des Anzeigegerätes, ohne Qualitätsverlust in den gewählten Kartenausschnitt zu zoomen. Da die Karten auf dem Endgerät, das letztendlich zur Navigation genutzt wird, gespeichert werden können, ist eine Offline-Anzeige jederzeit möglich. Eine Offline-Navigation ebenso, was das limitierte Datenvolumen von Smartphones nachhaltig schont. Dadurch, dass die Karte nicht ständig online aktualisiert werden muss, wird der Akku des Anzeigegerätes geschont. Einziger Stromfresser bleibt - wie übrigens bei allen Angeboten in diesem Bereich - die ständige Standortbestimmung mittels GPS.

Um die Vektordaten der Kartengrundlagen auf dem Smartphone (oder Tablet) ansehen und bearbeiten zu können, ist es notwendig, eine App zur kostenfreien Kartendarstellung zu installieren. Empfohlen werden die Apps Locus Map Free - Outdoor GPS, und/oder Oruxmaps.

Jens Wacker

Quelle:

www.pc-magazin.de/ratgeber/outdoor-apps



HYPNOSE & BEWEGUNG Gabriele Baust



Mit Leichtigkeit zum Wohlfühlgewicht!



Eröffnen Sie sich mit Hypnose einen Weg, mit Leichtigkeit langfristig Ihr Gewicht zu regulieren.

Ernährungs- und Bewegungspläne können hypnotisch verankert werden. Ihre Abnehmphase erstreckt sich über ein halbes Jahr. Wir machen nur für Sie ein vorher-nacher Fotoshooting.

Neue Kurse zur Gewichtsreduktion im Januar und Februar 2018

Neue Termine Kurse Meditatives Malen 2018 Geschenkgutscheine bitte rechtzeitig bestellen.

Näheres dazu finden Sie unter: www.gabriele-baust.com facebook: Hypnose und Bewegung Telefon: 06353 9152451









Wohnprojekt Gäuhof mit südlichem Lebensgefühl

Info:

Anfragen zu Exposé und weitere Informationen

Conservatum GmbH
Gesellschaft zur Bewahrung und Erhaltung
historischer denkmalgeschützter Gebäude
Marktstraße 68
67487 Maikammer
06321 – 95 96 551
0172 – 82 58 099
p-a.schmid@t-online.de

In Geinsheim entsteht ein Wohnprojekt mit außergewöhnlichem Konzept: Wohnen in einer Anlage, die Tradition und Moderne verbindet, die Möglichkeiten zum Rückzug und zur Gemeinsamkeit ermöglicht, in exklusiven großzügigen Appartements nachhaltiger und wertiger Bausubstanz. Die Pfälzer Hofanlage vereint modernes Lebensgefühl mit dem Charme südlichen Flairs und der Tradition Pfälzer Hofhäuser. Die Geschichte des Gäuhofs in Geinsheim reicht bis 1878 zurück. Er war immer ein zentraler Ort für die Menschen als Poststation, Schule, Dorfkneipe, Bäckerei, Ballund Tanzsaal.

Peter Schmid ist Inhaber der Firma Conservatum. Er entwickelt im Gäuhof die hochmoderne Wohnanlage nach Wohnmodellen südlicher Länder. Inspiriert von seinen Aufenthalten in Spanien und Frankreich, wo er viele Jahre tätig war, lässt er hier ein gemeinschaftliches Wohngefühl entstehen. Der Innenhof spielt eine zentrale Rolle und die Idee der Mikrogärten erfüllt den Wunsch nach Grün ohne zwanghafte Gartensklaverei. Die Sommerküche ist der ideale Treffpunkt für alle, die gerne im angenehmen Pfälzer Klima in netter Gesellschaft genießen. Ein Gemeinschaftsraum lädt zu zwanglosen Treffen, Gesprächen und zu Feiern außerhalb der eigenen vier Wände ein oder auch für Gäste zum Übernachten.

Ein Wohnkonzept, realisiert von Peter Schmid, in der Barrierefreiheit genauso selbstverständlich ist wie nachhaltiges, ökologisches und gesundes Bauen. Er achtet auf eine sehr gehobene Qualität mit bester Ausstattung nach den Gesichtspunkten einer jungen, ansprechenden und auch erlebbaren Architektur mit offenen Grundrissen und lichtdurchfluteten Räumen. Das Konzept kommt an. Bereits jetzt ist die Hälfte der Wohnungen verkauft.

Das Projekt ist ideal für offene, gesellige und tolerante Menschen, die jedoch jenseits der studentischen Wohngemeinschaft einen individuellen Rückzugsraum bevorzugen, der ihren Ansprüchen entspricht.

Für die Wohnungen liegen einkommensabhängige Förderungen durch die KfW, ISB-Bank und durch Conservatum vor. Sie eignen sich auch in besonderem Maße für junge Familien.





Eichhörnchen

Eichhörnchen gehören zu den bekanntesten und auch beliebtesten Nagetieren – nicht zuletzt wegen ihres niedlichen Äußeren und ihrer flinken Kletterkünste. Gerade das koboldhafte Aussehen und Verhalten der Tiere macht sie zu einem Sympathieträger unter den Nagetieren. Insgesamt gehören 190 verschiedene Arten zur Gattung der Eichhörnchen, in Europa jedoch ist ursprünglich nur das Europäische Eichhörnchen (Sciurus vulgaris) heimisch. In Deutschland und vielen anderen europäischen Ländern hat sich das Eichhörnchen zum Kulturfolger entwickelt, das heißt: Es folgt dem Menschen in die Städte, vorzugsweise in die Parks, Gärten und auf die Friedhöfe, da es dort ein großes Nahrungsangebot findet. Immer noch sind Eichhörnchen natürlich auch im Wald beheimatet.

Die Fellfarbe der Eichhörnchen ist je nach Region und Jahreszeit sehr unterschiedlich. Sie kann von fuchsrot bis braunschwarz variieren, manche Eichhörnchen können am Bauch sogar richtig weiß werden. Im Sommer ist das Fell recht dünn und meist hell. Das Winterfell dagegen ist länger und buschiger. Auch die Fellbüschel an den Ohren wachsen in der kalten Jahreszeit. Das amerikanische Grauhörnchen ist vom heimischen Eichhörnchen nicht nur farblich zu unterscheiden – sie sind dunkler und komplett grau. Außerdem verhalten sich Grauhörnchen deutlich aggressiver und sind den Eichhörnchen auch in der Größe überlegen. Eindeutig wird es jedoch beim Blick auf die Ohren: Dem Grauhörnchen fehlen die typischen Fellbüschel an den Ohren.

Eichhörnchen sind sehr flinke Kletterer und ihr ganzer Körperbau ist perfekt an ein Leben in den Bäumen angepasst. Die langen Hinterbeine mit der starken Muskulatur machen das schnelle Klettern und Springen möglich. An den Vorderpfoten hat das Eichhörnchen vier, an den Hinterpfoten fünf lange Finger und Zehen – so genannte Greifzehen – mit scharfen Krallen. Dank ihnen können sie auch an glatten Baumstämmen mühelos hoch- und herunterklettern. Typischstes Merkmal aber ist ihr langer, meist buschiger Schwanz, der mit 15 bis 20 Zentimetern fast so lang wie ihr Rumpf ist. Eichhörnchen setzen ihn beim Weitspringen und Klettern ähnlich wie eine Lenkoder Balancierstange ein. Beim Herabspringen dient er als Fallschirm, im Winter wird er als Kuscheldecke und in der Hitze als Schattenspender genutzt.

Der Geruchssinn der Eichhörnchen ist sehr fein – sie können mit ihm noch Nüsse, die 30 Zentimeter unter dem Schnee liegen, aufspüren. Beim Fühlen und Tasten helfen die so genannten Vibrissen (Tasthaare), die bei den Eichhörnchen an der Schnauze, über den Augen, an den Beinen, am Bauch und über der Schwanzwurzel sitzen – so können sie sich auch nachts recht gut orientieren.

Eichhörnchen haben ganz erstaunliche Fähigkeiten. Viele davon sind angeboren, einige erlernt. Wie man Fressbares findet oder was Gefahr bedeutet, lernen die Jungtiere von ihrer Mutter. Eichhörnchen erweisen sich als besonders lernfähig und erfinderisch, wenn es darum geht, an Nahrung zu kommen. Forscher haben nachgewiesen, dass sich die Tiere an ihre Vorratsverstecke erinnern und auch

Zusammenhänge begreifen können. Mithilfe von regelrechten Hindernisparcours versuchte man die Tiere davon abzuhalten, an das begehrte Futter zu kommen. Dabei zeigte sich, dass die Hörnchen nach wenigen Versuchen aus Misserfolgen lernten und eine andere Methode anwendeten. Die Speisekarte der Eichhörnchen ist recht vielfältig, denn Eichhörnchen sind Allesfresser. Kleintiere wie Insekten oder Schnecken, Jungvögel, Vogeleier und Pilze werden genauso wie Walnüsse, Haselnüsse, Bucheckern, Kastanien, Eicheln, Fichtenzapfen, Obst und frische Triebe verzehrt.

Eichhörnchen halten keinen richtigen Winterschlaf, sie benötigen auch in der kalten Jahreszeit Futter. Im Herbst beginnen sie deshalb damit, sich Vorräte anzulegen. Sie sammeln Bucheckern, Nüsse, Samen und vieles mehr, was sie vergraben oder in Verstecke, wie zum Beispiel Astgabeln, Baumhöhlen oder Rinden, ablegen. Indem sie im Winter systematisch alle Verstecke ablaufen und die Nahrung dank ihres Geruchssinns wiederfinden, kommen sie wieder an ihre angelegten Vorräte.

Eichhörnchen sind Einzelgänger – nur in der Paarungszeit im Frühjahr finden sie zusammen. Oben in den Baumkronen bauen sie ihre Nester, so genannte Kobel. Sie sind von innen mit Moos und Gras gepolstert und dienen als Schlafplatz und Nest. Nach vier Wochen kommen etwa fünf Junge nackt und blind zur Welt. Acht Wochen lang werden sie gesäugt. Die Jungtiere bleiben noch einige Monate in der Nähe der Mutter. Leider überleben nur etwa 20 Prozent der Jungtiere das erste Jahr, dann aber können sie bis zu zwölf Jahre alt werden.

Die kleinen Eichhörnchen haben eine Menge natürlicher Feinde. Baummarder, Wiesel, Wild- oder Hauskatzen sowie Habichte, Mäusebussarde und Eulen haben es auf die Nager abgesehen. Doch keiner der Räuber hat es je vermocht, dem Eichhörnchen-Bestand wirklich gefährlich zu werden. Zu flink bewegen sich die Nager durch die Bäume. Greifvögel werden irritiert, wenn Eichhörnchen in kreisenden Bewegungen um die Baumstämme sausen. Viel bedrohlicher ist für die roten Flitzer in den vergangenen Jahrzehnten ein Artgenosse geworden: das Grauhörnchen. Dieser kommt jedoch nahezu ausschließlich in Großbritannien und Italien vor. In Deutschland ist das Grauhörnchen – noch – kein Problem.



Südliche Weinstrasse



MEDITERRANE LEBENSART IN HISTORISCHEM **AMBIENTE**

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



VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS bis Dez. 2017:

Gruseldinner "Dr. Jekyll & Mr. Hyde"

randneue Teil der legendären idinnerreihe "Der Teufel der Rennbahn"

ember 2017 "Barocke Silvestergala"

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

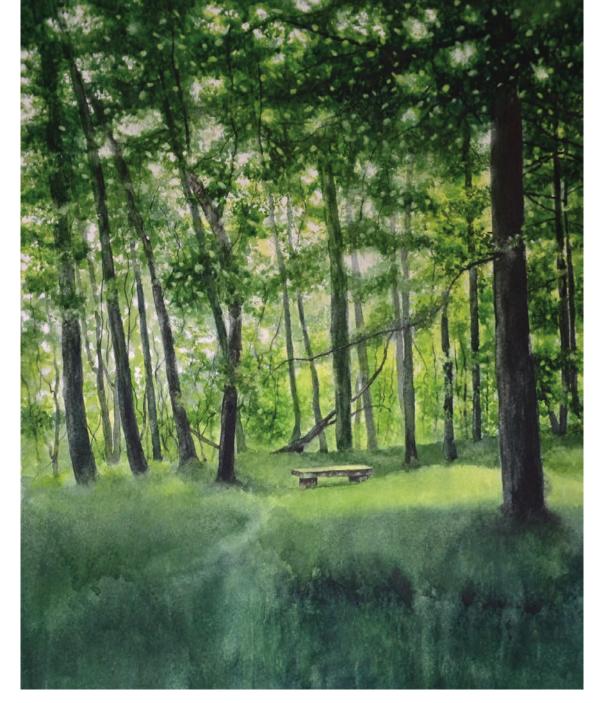
Komplementäre Malwelten im Zusammenspiel

"komplementär" nennen Birgit Weinerth und Detlev Bucks ihre Ausstellung im GDA Wohnstift in Neustadt an der Weinstraße. Vom 1. Dezember 2017 bis Ende Februar 2018 zeigen die beiden Freizeitmaler im Erdgeschoss des Wohnstifts rund 40 Arbeiten. Kennengelernt haben sie sich vor zwei Jahren beim Gimmeldinger Künstlernetz, wo sie bei der Jahresausstellung des etablierten Kunstvereins regelmäßig vertreten sind.



Für Birgit Weinerth war und ist die Kunst ständiger Begleiter. Schon seit frühen Kindertagen wurde sie von ihrem Großvater an die Malerei herangeführt. Sie ist Mitglied des Neustadter Kunstvereins und hat bereits umfangreiche Ausstellungserfahrungen gesammelt. Bereits seit Mitte der Neunziger Jahre zeigt sie ihre Werke regelmäßig in der Öffentlichkeit. Zurzeit sind von ihr Werke im Neustadter Saalbau zu betrachten. Ihre Fertigkeiten erweitert die gebürtige Böhl-Iggelheimerin, die als IT-Spezialistin bei der BASF beschäftigt ist, regelmäßig in Seminaren und Workshops bei renommierten Künstlern. Ihre ausdruckstarken, großformatigen Acrylbilder versprühen eine immense Dynamik – sowohl in der Komposition als auch bei der Wahl der Farben. Viele Werke entstehen frei und spontan, sozusagen aus dem Augenblick heraus. Birgit Weinerth beherrscht dabei nicht nur die reine Malerei, sondern bearbeitet die Leinwand mit verschiedenen Techniken, die ihren Bildern Dreidimensionalität und visuelle Tiefe verleihen, wodurch äußerst kraftvolle Sujets im eigenen Atelier entstehen.





Fast komplementär, wie ein ergänzender Gegensatz, erscheinen dagegen die Bilder von Detlev Bucks. Sein Thema ist die Natur, die der gebürtige Neustadter in Aquarellfarben darstellt. Dabei überraschen seine grünen Motive durch eine eigenständige Auffassung des Mediums, die kaum der leichten, transparent anmutenden, klassischen Aquarellmalerei entspricht. Vielmehr lotet der diplomierte Grafik-Designer die darstellenden Möglichkeiten mit Aquarellfarben aus. Seine zurzeit dominierende grüne Phase entspringt nach eigenen Angaben aus der Herausforderung, die diese Farbe für den Künstler bereit hält. Bucks bezeichnet sich nur ungern selbst als Künstler, obwohl seine Werke dies durchaus zuließen. Er lässt Raum für eigene Interpretationen des Betrachters. Die in der Ausstellung gezeigten Exponate zeigen eine Natur, in der der Mensch zwar gänzlich fehlt, ihr aber oft seinen Stempel aufgedrückt hat. Auf den ersten Blick harmonisch, zerteilen Weinberge und Wege das Panorama, fügen sich Brücken, Ruhebänke oder Stauwehre in die ruhigen Motive ein.

Eröffnet wird die Ausstellung am 30. November um 18.30 Uhr mit einer Vernissage. Nach Grußworten von Stiftsdirektor Christian Schneider und der Kulturreferentin des GDA Wohnstifts, Claudia Martens, folgt die Laudatio von Rainer Böhm, dem ehemaligen Kulturreferenten von Böhl-Iggelheim. Für die musikalische Begleitung konnte *Avanzamento* aus Pforzheim unter der Leitung von Frank Förschler (Gesang) gewonnen werden. Zusammen mit Tanja Renate Müller (Gesang) und Marie-Christine Logerot-Satine (Klavier) verleiht das Trio der Vernissage den würdigen musikalischen Rahmen.

Info:

Ausstellung "komplementär" GDA Wohnstift Haardter Straße 6, 67433 Neustadt 30. November 2017 bis 24. Februar 2018 täglich von 8 bis 22 Uhr Vernissage am 30. November um 18.30 Uhr



Klassik im Barrique

Wie klingt klassische Musik im ehemaligen Fassweinkeller des Weinhauses Henninger? Dieser Frage gingen 30 geladene Gäste und ihr Gastgeber und Inhaber des Weinhauses Henninger in Kallstadt, Jochen Lampert, nach. Um die Akustik des Raums beurteilen zu können, hatte Lampert für seine Gäste eine kleine Sensation vorbereitet. Gemeinsam mit dem Intendanten der Deutschen Staatsphilharmonie Rheinland-Pfalz, Professor Michael Kaufmann, konnte er das Gürzenicher Streicherquartett und zudem Generalmusikdirektor Karl-Heinz Steffens an der Klarinette für dieses Kleinkonzert gewinnen. Das Gürzenicher Streicherquartett entwickelte sich aus dem Streicherensemble des Kölner Symphonieorchesters. Die Mitglieder des Ensembles sind heute Torsten Janicke (1. Konzertmeister des Gürzenich Orchesters), Rose Kaufmann, Mechthild Sommer und Joachim Griesheimer.

Im Tonnengewölbe des ehemaligen Fassweinkellers spielten die Musiker von internationalem Rang in unmittelbarer Nähe zum Publikum. Die erste Reihe war kaum einen Meter von den Musikern entfernt. Die Intensität der Musik, das Können der Streicher, jeder Ton, jeder Atemzug, jede Bewegung waren

hörbar, fühlbar, erlebbar. Das Publikum war von Anfang an fasziniert. Nach zwei Sätzen von Mendelssohn Bartholdys Hochzeitsreise waren die Gäste angehalten, die Stühle zu rücken. In diesem Testlauf sollte sich herausstellen, wo die besten Plätze im Raum für die Musiker und das Publikum sind. Also



Werte schützen, Zuhause sichern!

KFW-Förderung nutzen!

- Funkalarmsysteme
- . Einbruchmeldeanlagen
- . Brandmeldetechnik
- . Videoüberwachungen

etealarm

etealarm GmbH Binger Straße 50 67549 Worms kontakt@etealarm.de Fon 06241.760 68 www.etealarm.de



standen alle auf, wurden angewiesen von Professor Kaufmann und bauten die Sitzordnung von frontal auf Halbkreis um 90 Grad gedreht im Raum um. Die Gäste und die Musiker hatten ihre Freude an dem gemeinsamen Testlauf und bewegten sich ganz selbstverständlich und ohne jegliche Berührungsempfindlichkeiten umeinander. Schnell nahmen alle wieder ihre Plätze ein. Fortgeführt wurde das intime Konzert mit dem dritten Satz von Mendelssohn.

Zu Mozarts Musik, die er einst für Anton Paul Stadler – ein Star seiner Zeit – geschrieben hatte, kam Karl-Heinz Steffens als Klarinettist hinzu. Steffens ist seit neun Jahren Generalmusikdirektor der Rheinland-Pfälzischen Staatsphilharmonie. Es ist seine letzte Saison in Ludwigshafen. Er hat die Staatsphilharmonie in den letzten Jahren zu einem deutschen Spitzenorchester mit einer bemerkenswerten künstlerischen Entwicklung geleitet. Mit zahlreichen internationalen Engagements ist er ein gefeierter Dirigent und Mu-

siker. Steffens hat sich als Musiker an der Klarinette großes Ansehen erarbeitet. Dabei liegt ihm nicht nur die Klassik, sondern auch Jazz und Swing am Herzen.

Nach weiterem Stühlerücken von Musikern und Gästen gab Steffens gemeinsam mit dem Gürzenich Quartett eine Kostprobe mit Duke Ellingtons *The Smooth One*.

Im Anschluss an den musikalischen Genuss lud Lampert seine Gäste in das Restaurant des Traditionshauses Weinhaus Henninger. Dort fand man sich gemeinsam mit den Musikern an großen Tischen zusammen. Die Gäste wurden von der hervorragenden Küche des Hauses verwöhnt, von den korrespondierenden Weinen verführt und waren begeistert von den interessanten Gesprächen mit den Musikern, den anderen Gästen und der Besonderheit des Abends.

Das Besondere: Der Abend an sich mit seiner bemerkenswerten Location, seinen virtuosen Musikern, der Auswahl der Musik, dem gemeinsamen Ausprobieren, der Nähe zur Darbietung und nicht zuletzt dem kulinarischen Abschluss. Ein sehr gelungener Auftakt zu einer Reihe, die lange währen solle.

Info:

Termine und Anmeldung unter Weinhaus Henninger www.weinhaus-henninger.de oder telefonisch unter 06322-2277 Weinstraße 93 67169 Kallstadt

Zum Vormerken:

Die nächsten Termine der Soiree-Reihe im Weinhaus Henninger 23. November 2017 12. Januar 2018

21 Februar 2018

(89



HÖHENFLÜGE GANZ DICHT AM BODEN.



UNSER FINANZIERUNGSANGEBOT: MINI ONE 3-TÜRER

Chili Red, Stoff Firework Carbon Black, Sitzhzg, vorne, Klima, Intelligenter Notruf, Freisprechen Bluetooth mit USB, John Cooper Works Exterieur Paket inklusive 17" LM Räder Track Spoke schwarz, Perf., Heckspoiler, John Cooper Works Aerodynamic Kit, Weiße Blinkleuchten u.v.m.

Kraftstoffverbrauch innerorts: 5,8 l/100 km, außerorts: 4,0 l/100 km, komb.: 4,7 l/100 km, CO $_2$ -Emission komb.: 109 g/km, Energieeffizienzklasse: B.

Fahrzeugpreis inkl. Überführung und Zulassung mit Wunschkennzeichen

22.830,00 EUR

Finanzierungsbeispiel* Laufzeit: Nettodarlehensbetrag: Sollzinssatz p.a.**: Effektiver Jahreszins:

Zielrate:

36 Monate 18.383,39 EUR 2,46 % 2,49 % Anzahlung: Darlehensgesamtbetrag: 0,00 EUR 19.527,80 EUR

12.562,79 EUR Mtl. Rate:

199,00 EUR

Finanzierungsbeispiel zzgl. 790,00 EUR Überführung und Zulassung mit Wunschkennzeichen.

- * Angebot der BMW Bank GmbH, Heidemannstr. 164, 80939 München, Stand 10/2017.
- ** Gebunden für die gesamte Vertragslaufzeit. Abbildungen ähnlich.



VOGEL Autohäuser GmbH & Co. KG

76829 Landau Am Schänzel 5 Tel. 06341 94840 64673 Zwingenberg Gießer Weg 16 Tel. 06251 70990



Oma lässt grüßen und sagt, es tut ihr leid

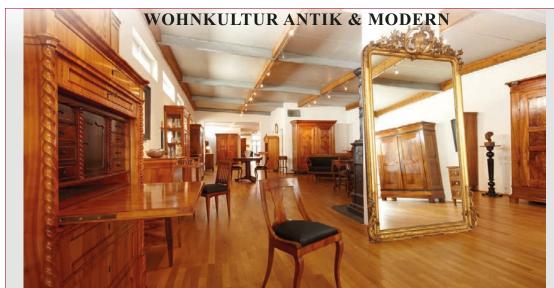
Oma ist 77, Ärztin, Chaotin und treibt die Nachbarn in den Wahnsinn. Elsa ist 7, liebt Wikipedia und Superhelden und hat nur einen einzigen Freund: nämlich Oma. In Omas Märchen erlebt Elsa die aufregendsten Abenteuer. Bis Oma sie eines Tages auf die größte Suche ihres Lebens schickt – und zwar in der wirklichen Welt. Soweit der Klappentext.

Oma lässt grüßen und sagt, es tut ihr leid.

Frederik Backmann Fischer-Verlag ISBN: 978-3810504814 Es ist ein einzigartiges Buch, das Frederik Backmann nach seinem Bestseller Ein Mann namens Ove geschrieben hat. Aus der Sicht eines frühreifen und dadurch etwas komplizierten und sehr nachdenklichen Kindes entwickelt sich die Geschichte entlang eines roten Fadens, der sich in Schlangenlinien windet. Als Leser benötigt man etwas Geduld, um in die Geschichte hineinzufinden. Aber es lohnt sich.

Oma ist eine außergewöhnliche Frau, die mit Vorschriften nicht sehr viel am Hut hat. Sie bürstet ihre Mitmenschen ständig gegen den Strich und übersieht dabei jedoch nicht, wer tatsächlich vor ihr steht. Oma erfindet für ihre Enkelin Elsa eine Traumwelt, die ihr hilft, ihre Ängste zu überwinden und die reale Welt zu verstehen. Allerdings ist für den Leser die Begegnung mit Oma nur von kurzer Dauer. Sie stirbt und hinterlässt ihrer Enkelin eine Aufgabe, die zunächst so bizarr anmutet, dass weder Elsa noch der Leser den Sinn erkennen können. Im Laufe der Geschichte wird deutlich, wie warmherzig, wenngleich schräg, dieser Auftrag tatsächlich ist. Über jede Zweifel, Vorurteile und Selbstbezogenheit setzt sich die Geschichte hinweg und zwingt dazu, genauer seine Mitmenschen und auch sich selbst zu betrachten. Es ist ein Buch voller Wärme und Menschlichkeit, voller Vertrauen, Ehrlichkeit und auch Gefühlswirren, die jeden von uns im täglichen Allerlei umgeben.

Unbedingt lesenswert.





Ready Player One

Wir schreiben das Jahr 2044. Die natürlichen Ressourcen der Erde sind längst aufgebraucht und um die letzten verbleibenden Überbleibsel fossiler Rohstoffe werden Kriege geführt. Hungersnöte, ein verrücktspielendes Weltklima, überbevölkerte Megastädte, sowie Armut und Krankheit bestimmen das Lebensumfeld der Menschen der Zukunft. In dieser aus der Achse gehobenen Welt wächst Wade Watts, der Protagonist der Handlung, als Mitglied einer jungen Generation auf, die ihr Heil abseits der realen Probleme in einer virtuellen Welt sucht, der Ontologically Anthropocentric Sensory Immersive Simulation, kurz: OASIS. Die OASIS, ein virtuelles Utopia, ist gleichsam Spiel- und Ersatzwelt, aber auch Fluchtraum der realen Welt. In sie einwählen kann sich jeder, der ein eigenes VR-Interface besitzt oder eines der unzähligen und speziell dafür vorgesehenen Terminals in der realen Welt nutzt.

Ready Player One startet mit dem Tod des milliardenschweren Erfinders und Mehrheitseigners der OASIS, James Halliday. Kurz vor seinem Ableben hat der Schöpfer des weltumspannenden virtuellen Netzwerkes ein Easteregg im Quellcode seiner OASIS versteckt und in Form eines Videos und einer Datenbank (Hallidays Almanach) erste Hinweise für die Suche danach hinterlassen. Jene Hinweise umfassen insbesondere einen riesigen Katalog an Trivia aus den 1980iger Jahren, dem Jahrzehnt, in dem der Entwickler der OASIS seine Jugend verlebte.

Eine Art virtueller Goldrausch beginnt und Millionen machen sich auf die Suche nach Hinweisen zu dem Versteck von Hallidays Easteregg innerhalb der OASIS. Immerhin winkt dem Finder das komplette Erbe des OASIS-Schöpfers in Höhe von 220 Milliarden Dollar und das Recht zu bestimmen, wie es mit der virtuellen Welt zukünftig weiter geht. Doch alle Versuche, dem Versteck näher zu kommen, bleiben erfolglos. Viele Jahre vergehen. Bis auf wenige Hartgesottene hat die Welt die Suche nach der virtuellen Schatzkam-

mer aufgegeben. Doch dann eines Tages gelingt Wade Watts, Spielername Parcival, einem Jugendlichen aus Oklahoma City und glühender Anhänger Hallidays ein entscheidender Durchbruch, der nicht unbemerkt bleiben sollte.

Der erste Roman des amerikanischen Autors Ernest Cline landete im Jahr 2011 in vielen Ländern auf Platz eins der Bestseller-Listen. Der Mix aus Science-Fiction-Elementen und Bekanntem sorgt dafür, dass sich der Leser schnell in der virtuellen Umgebung des Buches heimisch fühlt. Mehr noch: Folgt man dem 18-jährigen Ich-Erzähler Watts auf der fast durchgehend spannend gehaltenen Suche nach Hallidays Vermächtnis, dann verschwimmt nach und nach auch vor dem geistigen Auge des Lesers die reale Welt des Romans und verblasst schließlich wie selbstverständlich hinter der Spannung in der virtuellen Umgebung der OASIS. Für Kenner der 80iger Jahre ist das Buch ein wahres Fest. 2018 erscheint die Verfilmung des Buches auf der Leinwand. Regie führt Steven Spielberg. Das Drehbuch liefert der Autor der Buchvorlage, Ernest Cline.



Ready Player One

Ernest Cline Fischer TOR Verlag, 2012 ISBN-13: 978-3596296590



Morgen, Kinder, wirds was geben, morgen werden wir uns freun! Welch ein Jubel, welch ein Leben wird in unsrem Hause sein! Einmal werden wir noch wach, heißa, dann ist Weihnachtstag!

Wie wird dann die Stube glänzen von der großen Lichterzahl! Schöner als bei frohen Tänzen ein geputzter Kronensaal. Wisst ihr noch wie vor`ges Jahr es am Heil'gen Abend war?

Wisst ihr noch mein Räderpferdchen,

Malchens nette Schäferin, Jettchens Küche mit den Herden und dem blankgeputzten Zinn? Heinrichs bunten Harlekin mit der gelben Violin?

Welch ein schöner Tag ist morgen! Viele Freunde hoffen wir! Uns`re lieben Eltern sorgen lange, lange schon dafür. O gewiss, wer sie nicht ehrt, ist der ganzen Lust nicht wert! Es war der Tag vor Weihnachten. Dieser Tag ähnelte eher einem Großkampftag als einem beschaulichen Adventvorabendweihnachtstag. Von Entspannung keine Spur. "Aber morgen, Kinder, das wird was geben, wenn wir heute nicht Gas geben!", murmelte Anna und schaute sich ein wenig verzweifelt in der Küche um. Es war noch einiges vorzubereiten, zu kochen und auch noch in den Backofen zu schieben. Außerdem mussten die Gästezimmer noch hergerichtet und die Bäder gewischt werden. Denn für morgen hatte sich Weihnachtsbesuch angekündigt. Die Kinder jubelten natürlich jetzt schon, dass so viel Leben im Haus sein würde. Und es war nur noch ein Tag. Einmal werden wir noch wach, dann standen die Gäste und der Heiligen Abend gemeinsam vor der Tür.

Glücklicherweise hatte sie schon vor einiger Zeit dekoriert und auch der Weihnachtsbaum war bereits fertig geschmückt und in voller Pracht. Die Kerzenhalter waren neu bestückt und Ersatz bereit gelegt. Auf den Einfall mit der indirekten Beleuchtung durch die vielen schönen Lichterketten mit kleinen Birnchen war sie besonders stolz. Es sah toll aus. Anna hatte heute Morgen frische Blumen besorgt und das Wohnzimmer und den Flur fast

schon fertig hergerichtet. Dann würde die gute Stube glänzen vor lauter Lichter, Kerzen und Schmuck. Und damit alles glänzen konnte, würde sie sicherheitshalber noch einmal akribisch mit dem Wischlappen durch. Ihr graute schon davor, dass ihr Schwager nach einigen Gläsern Wein sicher wieder tanzen und zu diesem Zwecke das Wohnzimmer umräumen wollte. Sie hatte ihren Mann schon vorgewarnt, dass sie das dieses Jahr nicht

mitmachen würde. Denn schließlich sah das Wohnzimmer so, wie sie es hergerichtet hatte, schöner und weihnachtlicher aus als jeder Tanzsaal mit hochherrschaftlichem Kronleuchter.

Aber sie beruhigte sich, denn sie erinnerte sich auch daran, wie viel Spaß die Kinder im letzten Jahr hatten. Alle hatten sich darauf geeinigt, dass es Spielzeug geben sollte, das nicht mit einem Stecker ausgestattet war. Sie hatten noch ein Räderpferdchen gefunden, das der kleine Tom hinter sich herziehen konnte. Für Mala war die Schäferin, die nun auf dem Bauernhof aus Holz ihren Dienst tat und zusammen mit den kleinen Tieren heftig bespielt wurde. Jette war immer noch glücklich mit ihrer Puppenküche, die tatsächlich funktionierte, was zur Folge hatte, dass Jette nun immer mit ihr gemeinsam kochen wollte. Und Hein wurde von dem Regal über sei-

nem Bett aus von dem bunten Harlekin nachts bewacht, der mit seiner gelben Violine alle bösen Träume einfach in die Flucht spielte.

Anna atmete durch. Genau dafür machte sie es. Und alle anderen auch. Für die Kinder, die sich darauf freuten, dass alle zusammen kamen und Spaß hatten. Für die Liebe und Freude. Genau dafür bereiteten sie alles vor und machten sich Gedanken. Auch ihre Gäste, das wusste sie genau, hatten sich viele Gedanken gemacht und kamen gut vorbereitet, mit wirklich guter Laune und dem Willen, Weihnachten zu einem schönen Fest zu machen.

Und dieser Wille und die Zuneigung zueinander würden wieder im Vordergrund stehen. Denn nur damit ergab Weihnachten – und der gesamte Stress im Vorfeld – wirklich einen Sinn.



Öffnungszeiten

Di. bis Fr. 10 - 18 Uhr · Sa. 10 - 14 Uhr oder nach telefonischer Vereinbarung

Munter + Entspannt Altdorfer Matratzengeschäft \cdot Warenhandelsgesellschaft mbH Raiffeisenstraße 1 \cdot 67482 Altdorf \cdot Telefon 0 63 27 / 96 19 20 \cdot Fax 0 63 27 / 16 99 www.matratzenlager.com

Wir beraten
Sie ausführlich
und nehmen
uns viel Zeit
dafür.
Auf Wunsch
auch bei Ihnen

Zuhause.

Wir haben natürlich auch die richtige Matratze für Sie!

Bei Neukauf entsorgen wir Ihr altes Bett

Lieferung und Montage ohne Aufpreis

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

Aaugen-Blick-Mal

Energietipp der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz

Warmes Wasser doppelt teuer

Heißes Wasser aus dem Hahn ohne zu Warten – die Zirkulation macht's möglich. Dieser Luxus kostet allerdings Geld, denn in zentralen Trinkwassersystemen geht für die ständige Bereithaltung oft mehr Energie verloren als für das tatsächlich gezapfte Warmwasser.

Da dieser Aufwand nicht gesondert erfasst wird, wird er oft unterschätzt. In älteren Zirkulationsleitungen kreist das warme Wasser nach dem Schwerkraftprinzip ohne elektrische Pumpe. Das funktioniert nur, weil das Warmwasser im Kreislauf ständig deutlich abkühlt.

Bei neueren Systemen werden zwar gut gedämmte Leitungen eingesetzt, dafür müssen dann aber elektrische Pumpen den Kreislauf antreiben. Das schlägt mit rund 30 Euro Stromverbrauch jährlich zu Buche. Die Wärmeverluste sind hier zwar niedriger als bei ungedämmten Rohren mit Schwerkraftzirkulation; trotzdem sollte man sie im Auge behalten und die Laufzeit der Pumpe auf die Hauptbedarfszeiten einstellen.

Im Einfamilienhaus-Neubau ist es am besten, die Warmwasserleitung ganz ohne Zirkulation zu planen. Das spart Strom und Wärme ein, führt nicht zu nennenswerten Wartezeiten und die Kosten für ungenutzt ablaufendes Kaltwasser sind gering. Typischerweise sind das etwa zwei Kubikmeter im Jahr.

Kann im Altbau auf eine Zirkulationsleitung nicht verzichtet werden, weil durch überdimensionierte Leitungen Wartezeiten und Wasservergeudung zu groß sind, so lohnt doch eine Optimierung durch den Fachmann. Dafür ist eine Hocheffizienzpumpe Pflicht, deren Einsatz nach Zeit oder Wassertemperatur bedarfsweise gesteuert wird. Begrenzt werden diese Sparmöglichkeiten, wenn Mindesttemperaturen aus hygienischen Gründen geboten sind.

Der Ersatz von Warmwasser-Zirkulationspumpen und Heizungspumpen durch neue hocheffiziente Pumpen sowie Maßnahmen zur Heizungsoptimierung wird von der KfW bezuschusst. Die Förderhöhe liegt bei 30 Prozent der Nettoinvestitionskosten. Die Anträge sind vor Maßnahmenbeginn online zu stellen beim Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA).

Bei Fragen zur Warmwasserbereitung, dem Einsatz effizienter Pumpen in privaten Haushalten und zu Fördermitteln für Energiesparmaßnahmen hilft die Energieberatung der Verbraucherzentrale.

Augen-Blick-Mal

Die Energieberatungen finden in der Vorder- und Südpfalz regelmäßig wie folgt statt:

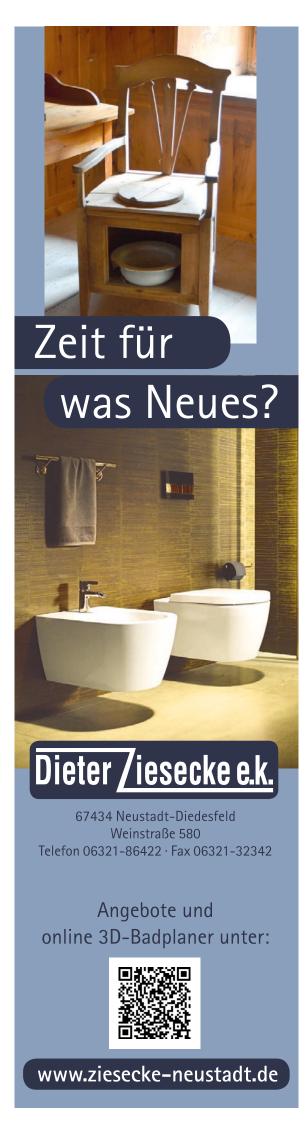
- In Ludwigshafen, jeden Dienstag im Wechsel von 9.30 bis 12.30 Uhr oder von 13 bis 16.45 Uhr in der Verbraucherzentrale.
- In Bad Dürkheim, jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat von 14 bis 18 Uhr in der Kreisverwaltung.
- In Speyer, jeden ersten und dritten Freitag im Monat von 16 bis 20.30 Uhr im Historischen Rathaus.
- In Neustadt an der Weinstraße, jeden zweiten und vierten Dienstag im Monat von 15 bis 18 Uhr im Bauberatungszentrum.
- In Germersheim, jeden ersten und dritten Freitag im Monat von 8.30 bis 13 Uhr in der Kreisverwaltung.
- In Landau, jeden ersten und dritten Mittwoch im Monat von 12.15 bis 16 Uhr in der Verbandsgemeindeverwaltung.
- In Kandel, jeden zweiten und vierten Mittwoch im Monat von 16 bis 18.15 Uhr in der Verbandsgemeindeverwaltung.
- In Wörth, jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat von 14 bis 17.45 Uhr in der Stadtverwaltung.
- In Dahn, jeden zweiten und vierten Dienstag im Monat von 13.30 bis 16.30 Uhr im Rathaus.

Info:

Für weitere Informationen und einen kostenlosen Beratungstermin:

Energietelefon Rheinland-Pfalz: 0800-6075600 (kostenfrei)

montags von 9 bis 13 und 14 bis 18 Uhr, dienstags und donnerstags von 10 bis 13 und 14 bis 17 Uhr.



Augen-Blick-Mal

Gewinnspiel

Mir sinn Pfälzer

Die Gewinnfrage lautet: Wie heißt der Song auf der CD, mit dem ein Video-Clip produziert wurde?

Die Antwort bitte mailen an: steffen.boiselle@agiro.de.

Aus den richtigen Antworten werden 3 CD's verlost und verschickt. Daher bitte Name und Anschrift in der email vermerken.

Bernd Wittmann Raiffeisenstrasse 9 67454 Hassloch 06324-81228



Landau wird Fairtrade-Stadt

Frohe Kunde für die Stadt Landau in der Pfalz: Das zuständige Prüfgremium des in Köln ansässigen Vereins TransFair hat die erfolgreiche Bewerbung der südpfälzischen Kommune als Fairtrade-Stadt bestätigt. In einem Brief an Oberbürgermeister Thomas Hirsch heißt es, man freue sich, Landau schon bald in der internationalen Familie der Fairtrade-Städte willkommen zu heißen. Der Landauer Stadtvorstand zeigt sich erfreut über die Bestätigung der Bewerbung. "Weltweit setzen sich mehr als 2.000 Fairtrade-Städte in 25 Ländern für gerechte Löhne sowie soziale und umweltschonende Herstellungs- und Handelsstrukturen ein", erklärt OB Hirsch gemeinsam mit Bürgermeister Dr. Maximilian Ingenthron und Beigeordnetem Rudi Klemm. "Ich begrüße ausdrücklich, dass auch die Stadt Landau künftig öffentlich ein Zeichen für fairen Handel setzt", so der Stadtchef. Auch die Mitglieder der lokalen Steuerungsgruppe, die den Prozess zur Verleihung des Fairtrade-Siegels begleiten, freuen sich über den positiven Bescheid und sind erleichtert, dass es gelungen ist, alle Kriterien zu erfüllen, um Fairtrade-Stadt zu werden. Der Steuerungsgruppe gehören unter anderem die Lokale Agenda Landau, die Unternehmensgruppe Kissel, der Verein Partnerschaft Faire Welt, die protestantische Stiftskirchengemeinde und die katholischen Kirchengemeinde Mariä Himmelfahrt an.

Das Elektrofahrrad kosten- und steuerfrei aufladen. Geht das?

Erfolgsgeschichte Elektro-Rad: Rund drei Millionen dieser Fortbewegungsmittel sind aktuell in Deutschland unterwegs, wie der Zweirad-Industrie-Verband e.V. (ZIV) schätzt. Da stellen sich viele die Frage: Wo finde ich vorteilhafte Auflade-Möglichkeiten für mein Gefährt? Der Lohnsteuerhilfeverein Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V. (VLH) liefert Antworten.

Arbeitnehmer, die mit ihrem Elektrofahrrad ins Büro oder in den Betrieb radeln und dort ihren fahrbaren Untersatz kosten- und steuerfrei aufladen: ein Wunschtraum? Keineswegs: Unter bestimmten Bedingungen geht das, wie die VLH-Steuerexperten betonen. Schließlich hat die Bundesregierung ein ganzes Maßnahmenbündel zur Förderung der Elektromobilität auf den Weg gebracht. Dazu zählen auch einige steuerliche Regelungen, die es erlauben, bestimmte Elektro-Räder kosten- und steuerfrei aufzuladen. Dafür müssen allerdings zwei Voraussetzungen erfüllt sein:

- 1. Der Arbeitgeber muss bereit sein, seinen Arbeitnehmern das kostenlose Aufladen an einer so genannten ortsfesten betriebseigenen Ladestation zu ermöglichen. Dieser Vorteil muss laut VLH-Profis zusätzlich zum normalen Arbeitslohn zur Verfügung gestellt werden. Indem Arbeitgeber solche Möglichkeiten schaffen, beteiligen sie sich - ganz im Sinne des Gesetzgebers - am bundesweiten Ausbau der Ladeinfrastruktur. Alle Kosten, die dem Arbeitgeber durch die Bereitstellung eines solchen Angebots entstehen, kann er als Betriebsausgaben angeben: Das gilt also zum Beispiel für die Aufbau- und Betriebskosten der Ladestation oder die Ausgaben für den bereitgestellten Strom.
- 2. Der Arbeitnehmer muss den VLH-Fachleuten zufolge eine ganz bestimmte Art von Elektrofahrrad nutzen. Konkret: Es muss sich um ein so genanntes S-Pedelec handeln, wobei Pedelec für Pedal Electric Cycle steht. S-Pedelecs sind Elektro-Räder, deren Motoren nur die Trittleistung unterstützen, dabei schaltet sich der Antrieb ab einer Geschwindigkeit von 45 Kilometern pro Stunde ab. S-Pedelecs unterscheiden
 - a) von Pedelecs, deren Motoren zwar auch nur die Trittleistung unterstützen, sich aber bereits ab einer Geschwindigkeit von 25 Kilometern pro Stunde abschalten.
 - b) von so genannten E-Bikes, deren Motorunterstützung unabhängig von der Trittleistung ist. Sie können in der Regel auch ohne eigene Anstrengung in Bewegung gesetzt werden.

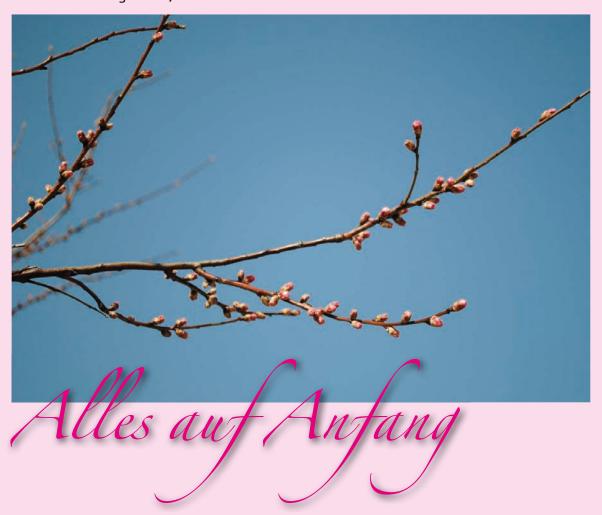
Sind die beiden genannten Bedingungen erfüllt, dann greift laut VLH-Experten ein besonderer steuerlicher Vorteil: Anders als bei anderen Arbeitgeber-Vergünstigungen - etwa bei Essens- oder Tankgutscheinen - wird das Gratis-Aufladen von S-Pedelecs in der Regel nicht wie sonstige geldwerte Vorteile mit Steuern und Sozialabgaben belegt. Somit ist ein solches Auflade-Verfahren nicht nur kosten-, sondern auch steuer- und sozialabgabenfrei.

Quelle und Weitere Informationen:

Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V., Fritz-Voigt-Straße 13, 67433 Neustadt www.vlh.de

In der nächsten Ausgabe:

Der Redaktionsschluss für die Ausgabe Februar/März 2018 ist der 15. Januar. Ab dem 7. Februar 2018 liegt Ihr *Chili* wieder an allen bekannten Verteilerstellen. Eine Liste unserer Verteilerstellen finden Sie unter www.chili-dasmagazin.de/verteilerstellen



(97



Anzeigenleitung

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

in//ull@nicht

Thamar Wendler grafik@chili-dasmagazin.de

Titelbild Fotolia © doris oberfrank-list

Fotos

Ira Schreck Karl Jotter

S. 4, 64 Fotolia © Andrey Kiselev S. 5, 84 Fotolia © hannurama S. 15 Fotolia © alex.pin S. 24 Fotolia © Jelena Jovic S. 26 Fotolia © Kerim S. 34, 37 Fotolia © slash_01_94 S. 39, 40 Fotolia © magdal3na

S. 43 © pixabay

S. 44 Fotolia © cherezoff
S. 46 Fotolia © GooDAura
S. 58 Fotolia © curto

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:

Eine wahrhaft schwierige Aufgabe

Ich beschäftige mich nur noch mit Wahrhaftigem, war die Aussage, die mir eine Bekannte entgegenhielt. Bei genauerem Nachdenken, stellte sich mir die Frage, womit sie sich denn konkret beschäftigt. Nicht ohne größere Mühe versuchte ich dem Begriff der Wahrhaftigkeit auf den Grund zu gehen. Das Internet ist voll von Definitionen, die sich der Bestimmung des sperrigen Wortes nähern wollen.

Das allwissende Wikipedia weiß dazu: "Wahrhaftigkeit ist eine Denkhaltung, die das Streben nach Wahrheit beinhaltet. Wahrhaftigkeit ist keine Eigenschaft von Aussagen, sondern bringt das Verhältnis eines Menschen zur Wahrheit oder Falschheit von Aussagen zum Ausdruck. Die Wahrhaftigkeit kann falsche Aussagen nur durch einen Irrtum hervorbringen. Zur Wahrhaftigkeit gehört die Bereitschaft für wahr Gehaltenes zu überprüfen."

Weiter heißt es: "Sie bedeutet die innere Durchsichtigkeit und das freie Einstehen des Menschen für sich selbst. Eine ehrliche Lüge ist etwas anderes als eine Unwahrhaftigkeit. Die Unwahrhaftigkeit aber setzt da ein, wo der Mensch sich selbst etwas vormacht, wo er auch sich selbst gegenüber nicht zugibt, dass er lügt, wo er sich die Verhältnisse vielmehr so zurecht legt, dass er sich selbst gegenüber den Schein der Ehrlichkeit wahrt. Viel gefährlicher aber wird es, wenn er sich die Verhältnisse so zurecht legt, dass er seine Aussage und sein Verhalten verantworten zu können glaubt."

Huch, da war sie. Die Untiefe zwischen Anspruch und Wirklichkeit. Zwischen neu ent-

stehendem Modewort und begründeter Lebenshaltung. Wie viele Menschen leben in dieser Zeit in Wahrhaftigkeit oder bemühen sich darum? In einer Zeit, in der der aufrecht erhaltene Schein wertvoller und gesellschaftsfähiger ist als eine unbequeme Wahrheit, ist die Auseinandersetzung mit sich, den Dingen und Zuständen ein äußerst mühevolles Unterfangen, das darüber hinaus zudem bei den Mitmenschen auf wenig Gegenliebe stößt. Die Suche nach Wahrhaftigkeit ist eine nach innen gerichtete, die sich selbst als Sinn versteht.

Wenn sich also nun jemand nur noch mit Wahrhaftigem beschäftigt, dann ist der Anspruch an sich selbst enorm hoch, oder aber schließt sich als Person sogar aus. Denn die Beschäftigung mit Wahrhaftigem ist nicht gleichzusetzen mit der Suche nach der eigenen Übereinstimmung von der Verstandeserkenntnis mit dem erkannten Ding.

Die sich mit Wahrhaftigkeit auseinandersetzende Person ist im besten Fall eine Suchende. Sie ist nach innen gerichtet, im Bestreben nach Balance von äußerer und innerer Welt. Ich war voll des Respekts. Und leider auch des Zweifels.



Ihr Hotel in Landau

Restaurant | Weinlounge | Cafe Events | Tagungen



Ihr modernes Tagungshotel in Landau

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





Goldberg kocht:

Die Kochschulz im Soho Catering

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



Noch keine Geschenke im Sack?



... die besten Geschenkideen auf einen Klick!

Mit einem ausführlichen Einkaufsführer für die Pfalz und die Metropolregion Rhein-Neckar und natürlich tagesaktuelle Meldungen, Hintergrundberichte und Top-Angeboten aus Handel & Wirtschaft.



