

Experten *in Heidelberg*

- **Neubauprojekte**
Heidelberg Innovation Park wächst am südlichen Stadteingang weiter
- **Alternative Heilmethoden**
Experten erklären Chancen sanfter Behandlungen
- **Energetische Sanierung**
Wohnkomfort steigern, Energiekosten senken, Förderungen nutzen





Intensiv- Ausbildungen

zum
**Heilpraktiker
&
Heilpraktiker
für
Psycho-
therapie -
HPG**

Zertifizierte Fachaus- bildungen

- Klassische Homöopathie
- Akupunktur/TCM
- Gesundheits- & Wellnessberater
- Moderne Hypnose-therapie
- Naturheil-studium

Info
06221 - 40 45 07

www.akademie-fuer-ganzheitsmedizin.de

heidelberg WÄRME verbindet zuverlässige Wärmeversorgung mit einem wachsenden Anteil erneuerbarer Energien.

Fernwärme als komfortable Lösung für Heidelberg und Eppelheim

Ein behaglich warmes Zuhause und eine möglichst klimafreundliche Versorgung müssen kein Widerspruch sein. Mit heidelberg WÄRME steht in Heidelberg und Eppelheim eine Fernwärmelösung bereit, die bereits heute zu 50 Prozent aus erneuerbaren Energien und Abwärme erzeugt wird.

Dieser Anteil soll bis zum Jahr 2030 weiter deutlich steigen. Der Ausbau der klimafreundlichen Erzeugung befindet sich bereits in Arbeit. Aufgrund des hohen Anteils erneuerbarer Energien wird der Wechsel zur Fernwärme zudem durch den Bund gefördert.

WENIG TECHNIK UND MEHR PLATZ IM HAUS

Die Fernwärme-Station benötigt nur wenig Raum. Zusätzliche Flächen für Brennstoffe entfallen ebenso wie Brenner, Kessel und Kamin. In den Wohnräumen bleiben Abgase und Lärm außen vor.

Auch im laufenden Betrieb gilt Fernwärme als komfortabel: Der technische Aufwand ist gering, ebenso die Kosten für Betrieb und Wartung. Damit bietet das System eine schlanke Alternative zu herkömmlichen Heizungsanlagen.

ANSCHLUSS MEIST ZÜGIG MÖGLICH

Liegt die Fernwärmeleitung bereits vor dem Gebäude, kann ein Hausanschluss in den meisten Fällen schnell umgesetzt werden. Über die zunehmende Eigenerzeugung aus erneuerbaren Energien soll zugleich eine verlässliche Wärmeversorgung auch in langen, kalten Wintern gewährleistet bleiben. Ob die Fernwärme am jeweiligen Standort verfügbar ist,



Fernwärme-Hauptzuleitung von Mannheim nach Heidelberg

BILD: STADTWERKE HEIDELBERG

lässt sich vor einer Anfrage zum Hausanschluss prüfen. Anschließend kann ein Angebot eingeholt werden.

VORGABEN UND FÖRDERMÖGLICHKEITEN IM BLICK

Bei Neubauten und Sanierungen unterstützt heidelberg WÄRME dabei, die rechtlichen Anforderungen zum Einsatz erneuerbarer Energien zu erfüllen. Der

günstige Primärenergiefaktor und der Anteil erneuerbarer Energien eröffnen bei einer Sanierung oder Heizungsumstellung zudem den Zugang zur Bundesförderung für effiziente Gebäude.

Fragen zur Fernwärme, zum Ausbau oder zu Anschlussmöglichkeiten beantwortet das Fachpersonal von heidelberg WÄRME telefonisch unter 06221/ 5 13 50 50 sowie per E-Mail. *red/cr*



Zentrum für individuelle Erziehungshilfen

Wir suchen **Pflegefamilien**,
die Kinder und Jugendliche kurz- oder
längerfristig bei sich aufnehmen können.

Rufen Sie uns an: **07 21 / 96 60 41 – 14 • Christine Heinrich**

E-Mail: christine.heinrich@zefie.de

Weitere Infos unter www.zefie.de

BAZ Badische Anzeigen- Verlags- GmbH IMPRESSUM

Geschäftsführer:
Florian Kranefuß
Robert Schmidlein
Bernd Masal

Redaktion:
HAAS Publishing GmbH
Geschäftsführer:
Stefan Wagner (V.i.S.d.P.)

Vermarktung:
HAAS Media GmbH
Geschäftsführerin:
Franziska Jaster

Druck:
HAAS Druck GmbH
Geschäftsführer:
Guido Moch

**Anschrift Verlag, Redaktion,
Vermarktung und Druck:**
Dudenstraße 12-26
68167 Mannheim

Flächendeckender Fernwärmeausbau in Neuenheim

Nachhaltige Wärmeversorgung für mehr Haushalte

Die Stadtwerke Heidelberg intensivieren den Ausbau der Fernwärme mit dem Ziel, immer mehr Haushalten den Anschluss an diese klimafreundliche Wärmeversorgung zu ermöglichen. Dies ist ein weiterer Schritt hin zu einer klimaneutralen Stadt.

Die Umsetzung erfolgt in Etappen. Gemäß dem kommunalen Wärmeplan konzentriert sich der Ausbau vor allem auf die ebenen Stadtbereiche. Im Stadtteil Neuenheim hat der forcierte Ausbau bereits 2024 begonnen und wird voraussichtlich drei Jahre dauern.

Eine interaktive Karte auf der Website der Stadtwerke Heidelberg zeigt, in welchen Straßen der Ausbau stattfindet. Eigentümerinnen und Eigen-

tümer von Immobilien im Ausbaugebiet können dort bereits jetzt ein unverbindliches Angebot für einen Fernwärmeanschluss anfordern.

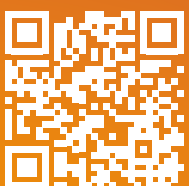
Parallel zum Fernwärmeausbau werden der Abwasserzweckverband die Abwasserkanäle und die Stadt Heidelberg die Straßenoberflächen erneuern.

Interessierte können sich zudem für einen Newsletter anmelden, um regelmäßig über den Fortschritt informiert zu werden.

Weitere Informationen unter
www.swhd.de/fernwaerme-verfuegbarkeit

Was macht die Bude warm und Heidelberg grün?

Fernwärme.
Ganz einfach.



Gemeinsam die Wärmewende meistern –
mit heidelberg WÄRME. Jetzt informieren!

swhd.de/einfachwaerme

**stadtwerke
heidelberg**



In Heidelberg und weiteren Städten informiert die GfBK über komplementäre Therapien und Hilfsangebote.

BILD: DJD/DR. KLEIN PRIVATKUNDEN/GETTY IMAGES/ROCKAA

Die Gesellschaft für Biologische Krebsheilkunde bietet seit 1982 Unterstützung für Betroffene, Angehörige und Therapeuten.

Unabhängige Beratung bei Krebs

Eine Krebsdiagnose geht häufig mit Unsicherheit und Ängsten einher. Die Gesellschaft für Biologische Krebsheilkunde e. V. (GfBK) begleitet Betroffene und deren Angehörige seit mehr als 40 Jahren mit unabhängigen Beratungs- und Informationsangeboten.

Bei individuellen Anliegen können Termine für ärztliche oder psychoonkologische Beratungen vereinbart werden – persönlich oder telefonisch. Im Mittelpunkt stehen Fragen zu naturheilkundlichen und ergänzenden Behandlungsmöglichkeiten, verlässlichen Informationsquellen sowie weiteren Hilfsangeboten. Auch Auskünfte zu Mitgliedschaft und Spenden gehören zum Angebot.

GRÖßTE ANLAUFSTELLE IM DEUTSCHSPRACHIGEN RAUM

Mit mehr als 14.000 Mitgliedern, Fördernden und Spendern bezeichnet sich die GfBK als größte Anlaufstelle für ganzheitliche Krebsmedizin im deutschsprachigen Raum. Als unabhängiger gemeinnütziger Verein unterstützt sie Krebspatienten, Angehörige sowie therapeutisch Tätige. Die zentrale Beratungsstelle befindet sich in Heidelberg. Weitere regionale Standorte bestehen in Berlin, Hamburg, München und Wiesbaden. Einen



Die GfBK bietet Betroffenen und Angehörigen persönliche sowie telefonische Beratung bei Krebsfragen.

BILD: DJD/HÖRLUCHS HEARING/ERIC CIMBAL

besonderen Stellenwert nehmen komplementäre Therapien und naturheilkundliche Verfahren ein. Dabei stehen Selbstbestimmung und Eigenverantwortung im Rahmen der Beratungen im Vordergrund. Die Arbeit der GfBK wird aus-

schließlich aus Mitgliedsbeiträgen und Spenden finanziert. Staatliche Förderungen sowie finanzielle Unterstützung durch die pharmazeutische Industrie werden nicht in Anspruch genommen. Damit soll die Unabhängigkeit der Beratung erhalten bleiben.

Zur Transparenz und Integrität hat die Gesellschaft die Selbstverpflichtungserklärung der Initiative Transparente Zivilgesellschaft unterzeichnet. Spenden tragen dazu bei, Informationsangebote sowie ärztliche und ganzheitliche Beratungen dauerhaft bereitzustellen.

Spenden per Überweisung sind möglich an: GfBK – Gesellschaft für Biologische Krebsheilkunde e. V. Volksbank Kurpfalz eG IBAN: DE17 6709 2300 0033 2384 01 BIC: GENODE61WNM *red*

Beratungsstelle

Heidelberg
Voßstraße 3
69115 Heidelberg
Telefon: 06221/ 13 80 20 Fax:
06221/ 1 38 02 20
E-Mail: information@biokrebs.de

Sie haben Krebs und viele Fragen?

Wir beraten Sie individuell und ganzheitlich.

Was wir für Sie tun:

- Ärztliche Beratung – unabhängig und individuell
- Psychoonkologische Begleitung – für mehr innere Stabilität
- Ernährungsberatung – unterstützend im Therapieprozess
- Verständliche Informationen zu Therapien
- Orientierung im Dschungel der Möglichkeiten
- Wir nehmen uns Zeit für Ihre individuelle Situation.

Ganzheitlich denken – den Menschen im Blick

Krebs betrifft nicht nur den Körper, sondern den ganzen Menschen. Deshalb verbinden wir:

- Schulmedizinische Therapien
- Naturheilkundliche und komplementäre Ansätze
- Ernährung, Bewegung und seelische Stärkung

Wir hören zu. Wir erklären. Wir begleiten.

Seit 1982 an der Seite von Menschen mit Krebs und ihren Angehörigen in unseren Beratungsstellen in Heidelberg, Berlin, Hamburg, München und Wiesbaden.

Jetzt Beratung anfragen:

GfBK – Gesellschaft für Biologische Krebsheilkunde e. V.
Voßstr. 3
69115 Heidelberg



Infotelefon: 06221 138020
information@biokrebs.de
www.biokrebs.de



Patienten-Informationstag Heidelberg

Neue Perspektiven für das Leben bei Krebs

Informieren – Inspirieren – Unterstützen:

Ihre Veranstaltung für mehr Lebensqualität

Sonntag, 18. Oktober 2026 | 09:15-17:00 Uhr

Veranstaltungsort: NH-Hotel, Bergheimer Str. 91, 69115 Heidelberg

Veranstalter: Gesellschaft für Biologische Krebsheilkunde e. V.

09:15 Uhr-12:00 Vorträge + Gesprächsinseln

09:15 Uhr
Lachend den Tag begrüßen
Dr. med. György Irmey, Heidelberg

09:30–10:00 Uhr
Mehr Leben als geplant
Annette Merklin, Berlin

10:00–10:45 Uhr
Was ich als Arzt und Patient gelernt habe
Dr. med. Achim Zinggrebe, Heilbronn

10:45–11:00 Uhr Pause

11:00–11:15 Uhr
Paddeln im Drachenboot mit und nach Brustkrebs
Pink Phönix Heidelberg

11:15–12:00 Uhr
**So macht gesundes Essen Spaß
(mit Gruß aus der Küche der Naturärztin)**
Dr. med. Susanne Bihlmaier, Tübingen

12:00–12:30 Uhr: Gesprächsinseln im Foyer
Zeit für Austausch und Begegnung

13:00-14:30 GfBK-Mitgliederversammlung

15:00-17:00 Vorträge + Podiumsdiskussion

15:00–15:45 Uhr
Leichter leben mit schwerer Diagnose
Marlene Assmann-Khoueiry, Berlin

15:45–16:15 Uhr
Stimme als Kraftquelle
Christine Schmid, Rheinfelden

16:15–16:45 Uhr
Podiumsdiskussion mit Patienten und Mitarbeitern der GfBK

16:45–17:00 Uhr
Mit Zuversicht in den Abend
Gemeinsamer Ausklang

Teilnahmegebühr: 70 €/GfBK-Mitglied 60 €
Wir freuen uns über Ihre Anmeldung im Vorfeld – die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Information und Anmeldung:

GfBK – Gesellschaft für Biologische Krebsheilkunde e. V.
www.biokrebs.de
anmeldung@biokrebs.de
Tel. 06221 13802-11 oder -28

Mehr Informationen:
<https://www.biokrebs.de/veranstaltungen/veranstaltungen-timeline/563-patienten-informationstag>



Die Volksbank Heidelberg-Neckartal.

Ihr kompetenter Partner in Sachen Baufinanzierung

Seit über 160 Jahren ist die Volksbank Heidelberg-Neckartal eG fest in der Region verwurzelt und ein verlässlicher Partner für Menschen, Unternehmen, Kommunen und Institutionen. Mit 620 Mitarbeitenden, 54 Auszubildenden, 39 Filialen, fast 150.000 Kundinnen und Kunden sowie über 68.000 Mitgliedern zählen wir zu den großen regionalen Finanzdienstleistern. Eine Bilanzsumme von 4,75 Milliarden Euro und ein Spendenvolumen von 734.700 Euro im Jahr 2026 unterstreichen unsere wirtschaftliche Stärke und unser gesellschaftliches Engagement.

Heute verbinden wir digitale Flexibilität mit gelebter Nähe. Moderne Technologien ermöglichen es uns, noch effizienter und individueller auf die Bedürfnisse unserer Mitglieder sowie unserer Kundinnen und Kunden einzugehen, ohne dabei das aus den Augen zu verlieren, was uns seit jeher auszeichnet: persönliche Beziehungen, Vertrauen und regionale Verbundenheit.

Gerade wenn es um die eigenen vier Wände geht, sind diese Werte von besonderer Bedeutung. Denn eine Immobilie ist meist die größte Investition im Leben. Mit unserer langjährigen Erfahrung und umfassenden Kompetenz in der Baufinanzierung begleiten wir Sie auf dem Weg zu Ihrem Wohnraum. Wir kennen die Region, nehmen uns Zeit für Ihr Anliegen und entwickeln Finanzierungslösungen, die zu Ihrem Leben passen. Egal ob Kauf, Renovierung, Modernisierung oder Immobilienrente – wir begleiten Sie zuverlässig von Anfang an:



Das Team der Volksbank Heidelberg-Neckartal gibt gerne eine kostenlose Erstberatung zur energetischen Sanierung.

BILD: KEVIN ELISSER/DZ PRIVATBANK AG

fair, individuell und ohne Umwege.

ENERGETISCHE SANIERUNG: WOHNKOMFORT STEIGERN, ENERGIEKOSTEN SENKEN UND FÖRDERUNGEN NUTZEN

■ Zukunftssicher wohnen

Eine energetische Sanierung ist mehr als eine Investition in die Immobilie. Sie ist eine Investition in dauerhaft niedrigere Energiekosten, mehr Wohnqualität und den langfristigen Werterhalt beziehungsweise die Wertsteigerung der Immobilie. Wer frühzeitig plant und sich professionell beraten lässt, kann von attraktiven Förderungen profitieren und die richtigen Entscheidungen für die Zukunft treffen.

■ Die Energieberatung als wichtiger erster Schritt

Bevor konkrete Maßnahmen umgesetzt werden, sollte die Immobilie ganzheitlich betrachtet werden. Ein qualifizierter Energieberater analysiert den energetischen Zustand des Gebäudes und zeigt auf, welche Sanierungsschritte wirtschaftlich sinnvoll sind und welche Förderungen in Anspruch genommen werden können.

Wir arbeiten hierfür eng mit einem erfahrenen Energieberater zusammen. Dadurch erhalten unsere Kunden eine fundierte Einschätzung ihrer individuellen Möglichkeiten und können ihre Sanierungsmaßnahmen langfristig planen.

Ein besonderer Vorteil: Das telefoni-

sche Erstgespräch mit einem Energieberater unseres Partnerunternehmens ist für unsere Kunden kostenfrei. In diesem unverbindlichen Gespräch können erste Fragen geklärt und mögliche Handlungsoptionen besprochen werden.

■ Wo beginnt eine energetische Sanierung?

Eine energetische Sanierung muss nicht zwangsläufig eine Komplettmodernisierung sein. Welche Maßnahmen im Einzelfall sinnvoll sind, hängt vom Zustand der Immobilie, dem Baujahr und den individuellen Wünschen der Eigentümer ab. Eine professionelle Bestandsaufnahme schafft hier die notwendige Grundlage für die richtigen Entscheidungen.

■ Von staatlichen Förderungen profitieren

Viele Eigentümer können bei energetischen Sanierungen durch staatliche Förderprogramme unterstützt werden. Je nach Maßnahme stehen Zuschüsse oder zinsgünstige Finanzierungsmöglichkeiten zur Verfügung. Dadurch können die Investitionskosten deutlich reduziert werden.

Bereits vor Beginn der Sanierung ist eine qualifizierte Beratung wichtig, denn nur so können Fördermöglichkeiten optimal ausgeschöpft und notwendige Anträge rechtzeitig gestellt werden.

Sie möchten wissen, welche Möglichkeiten Ihre Immobilie bietet? Sprechen Sie uns an. Gemeinsam mit unserem Partnerunternehmen unterstützen wir Sie auf dem Weg zu einem energieeffizienten und zukunftssicheren Zuhause.

red

Interview mit Michael Hosbein, Immobilienexperte der Volksbank Heidelberg-Neckartal.

Immobilienvermögen nutzen, im eigenen Zuhause bleiben

Ob energetische Sanierung, barrierefreier Umbau, die Unterstützung der Familie oder einfach mehr finanzieller Spielraum im Ruhestand: Viele Immobilieneigentümer verfügen über Vermögenswerte, die jedoch oftmals im eigenen Haus gebunden sind. Eine sogenannte Immobilienrente kann eine Möglichkeit sein, dieses Vermögen nutzbar zu machen, ohne das Eigentum aufzugeben.

Herr Hosbein, viele Menschen besitzen eine schuldenfreie Immobilie, verfügen im Ruhestand aber nur über begrenzte liquide Mittel. Welche Möglichkeiten gibt es?

Michael Hosbein: Häufig steckt ein großer Teil des Vermögens in der eigenen Immobilie. Gleichzeitig entstehen mit zunehmendem Alter neue finanzielle Anforderungen, etwa für Modernisierungsmaßnahmen, energetische Sanie-

rungen oder die persönliche Lebensplanung. Eine Möglichkeit besteht darin, das in der Immobilie gebundene Vermögen über eine Immobilienrente nutzbar zu machen. Gemeinsam mit unserem Partner DZ PRIVATBANK AG bieten wir hierfür eine Finanzierungslösung an, bei der die Eigentümer weiterhin zu 100 Prozent Eigentümer ihrer Immobilie bleiben. Ein Verkauf oder Teilverkauf ist nicht erforderlich.

Wie funktioniert dieses Modell in der Praxis?

Michael Hosbein: Die Ausgestaltung kann individuell erfolgen. Die Auszahlung des Darlehens ist sowohl als Einmalbetrag als auch in mehreren Teilbeträgen oder als regelmäßiger monatlicher Abruf möglich. Zinsen fallen ausschließlich auf bereits ausgezahlte Beträge an. Dadurch lässt sich die Finanzie-

rung flexibel an den jeweiligen Bedarf anpassen.

Und wie erfolgt die Rückzahlung?

Michael Hosbein: Auch hier bestehen verschiedene Möglichkeiten. Kunden können eine regelmäßige Tilgung vereinbaren, Sondertilgungen leisten oder auf eine laufende Tilgung verzichten. Wird das Darlehen zu Lebzeiten nicht vollständig zurückgeführt, haben die Erben die Möglichkeit, den Vertrag weiterzuführen oder abzulösen. So bleibt genügend Flexibilität für unterschiedliche Lebenssituationen und persönliche Planungen.

Für wen kann eine Immobilienrente interessant sein?

Michael Hosbein: Insbesondere für Eigentümer, die den Wert ihrer Immobilie nutzen möchten, ohne ihr Zuhause aufzugeben. Das kann beispielsweise bei

Sanierungsmaßnahmen, altersgerechten Umbauten oder dem Wunsch nach zusätzlichem finanziellem Spielraum im Ruhestand interessant sein. Gleichzeitig bleibt die Immobilie im Familienbesitz und die Eigentümer behalten die volle Entscheidungsfreiheit über ihr Eigentum.

Was raten Sie Interessierten?

Michael Hosbein: Jede persönliche Situation ist anders. Deshalb empfiehlt sich eine individuelle Beratung, um die verschiedenen Möglichkeiten zu prüfen und die passende Lösung zu finden. In einem persönlichen Gespräch erläutern wir gerne die Voraussetzungen und zeigen auf, welche Optionen im Einzelfall infrage kommen. Vereinbaren Sie einfach einen Termin mit uns, wir freuen uns auf Sie.



Ein Zuhause voller Geschichten

Bereit für die nächsten.

Renovieren. Modernisieren. Werte erhalten.
Mit der passenden Finanzierung für Ihr Zuhause.



VOLKSBANK
HEIDELBERG-NECKARTAL

Der Heidelberg Innovation Park wächst am südlichen Stadteingang weiter und verbindet Forschung, Technologie und Aufenthaltsqualität.

Innovationsquartier mit grünen Treffpunkten

An der Speyerer Straße entwickelt sich auf dem früheren US-Areal Patton Barracks der Heidelberg Innovation Park, kurz hip, zu einem zentralen Standort für IT, Künstliche Intelligenz, digitale Anwendungen und Life Sciences. Auf einer Fläche von 150.000 Quadratmetern arbeiten bereits rund 1.000 Beschäftigte an neuen Lösungen – von Implantaten zur möglichen Verhinderung epileptischer Anfälle bis zur Forschung für Demenztherapien.

Dort wächst also ein Wirtschaftsquartier, in dem Unternehmen, Forschung und Wissenschaft zusammenkommen. Der Standort richtet sich an Start-ups ebenso wie an etablierte Betriebe aus den Bereichen Künstliche Intelligenz, Informationstechnologie und Lebenswissenschaften. Perspektivisch sollen bis zu 4.000 Menschen auf dem Gelände tätig sein.

HOHE AUSLASTUNG DER GEBÄUDE

Mehr als 100 Unternehmen haben sich bereits am hip angesiedelt. Die fertiggestellten oder sanierten Bestandsgebäude sind nahezu vollständig belegt. Auch das speziell für Forschungs- und Entwicklungsarbeiten ausgelegte Laborgebäude LAB22 ist bereits zur Hälfte ausgelastet.

Zu den angesiedelten Einrichtungen und Unternehmen gehören das iWerk der Höpfner Stiftung, die Heidelberger Energiegenossenschaft, ERNW und Onapsis. Mit BioLabs ist außerdem ein international bekannter Anbieter gemeinschaftlich genutzter Laborflächen aus den USA nach Heidelberg gekommen. Seit mehr als zwei Jahren begleitet BioLabs vor Ort sowohl junge Gründungen als auch etablierte Unternehmen.

Eine offene Campusstruktur mit Treffpunkten und Community-Management soll die Zusammenarbeit zwischen Wirtschaft, Industrie und Forschung fördern. Im Mittelpunkt steht dabei der Austausch von Ideen, Projekten und fachlichem Wissen.

MARY-SOMERVILLE-PLATZ WIRD ZENTRALER TREFFPUNKT

Eine wichtige Rolle im neuen Quartier übernimmt der 4.500 Quadratmeter große Mary-Somerville-Platz. Unter zahlreichen Bäumen sind schattige Aufenthaltsbereiche entstanden. Geplant sind außerdem eine Calisthenics-Anlage und Tischtennisplatten für sportliche Aktivitäten.

Die befestigten Bereiche des Platzes können für Außengastronomie, kleinere Veranstaltungen und Märkte genutzt



Die hip-Freianlagen ziehen sich wie ein Band von Nord nach Süd durch den westlichen hip und schaffen eine neue Verbindung für den Fuß- und Radverkehr.

BILD/VISUALISIERUNG: SINAI GESELLSCHAFT VON LANDSCHAFTSARCHITEKTEN MBH

werden. Damit soll neben Arbeitsorten und Forschungsflächen auch ein lebendiger öffentlicher Raum entstehen.

Nordöstlich schließt der Landschaftspark Süd an. Auf 2.100 Quadratmetern bietet eine große Rasenfläche verschiedene Möglichkeiten zum Aufenthalt. Ein barrierefrei erreichbares Holzdeck mit Bäumen und unterschiedlichen Sitzgelegenheiten ergänzt die Anlage.

GRÜNFLÄCHE DIENT AUCH DEM STARKREGENSCHUTZ

Der Landschaftspark Süd übernimmt zugleich eine funktionale Aufgabe: Die Rasenfläche ist als Überflutungsbereich für Starkregen vorgesehen. Ergänzend ist eine Versickerungsmulde geplant, über die Regenwasser vom Mary-Somerville-Platz aufgenommen werden kann. Im Anschluss an den zentralen Platz soll zu-

dem der Gartenplatz entstehen. Die 1.900 Quadratmeter große Fläche wird von Blütenesseln geprägt und erhält unterschiedliche Aufenthaltsnischen mit Tischen, Sitzgelegenheiten und Stehtischen. Der Bereich soll Raum für Arbeit und Begegnung schaffen.

Eine neue Radverbindung führt künftig vom Carl-Friedrich-Gauß-Ring über den Gartenplatz zum bestehenden Radweg in Richtung Bahnstadt sowie nach Weststadt und Südstadt.

BAUPROJEKT PROXY SOLL 2027 FERTIG SEIN

Auch der bauliche Ausbau des hip schreitet voran. Mit dem ersten Spatenstich hat das Projekt „Proxy“ begonnen. Vorgesehen ist ein Gebäude mit modernen Büroflächen im Passivhausstandard, einer Kindertagesstätte, digitalen Dienst-

leistungsangeboten, einem Café und Serviced Apartments. „Mit PROXY entsteht ein innovativer Ort, der Arbeiten, modernste Infrastruktur und urbane Lebensqualität auf zukunftsweisende Art verbindet“, erklärte Erster Bürgermeister Jürgen Odszuck beim offiziellen Auftakt. Das Vorhaben passe zum hip als Quartier für IT, KI und Life Sciences und verbinde flexible Arbeitsflächen mit Angeboten für Alltag und Aufenthalt.

Kolb + Partner entwickelt das Projekt als Eigentümer, die architektonische Planung übernimmt das Büro Kolb/Hofmann. Die Fertigstellung ist für das erste Quartal 2027 vorgesehen. Kolb + Partner haben auf dem Gelände bereits weitere Projekte realisiert, darunter das Bestandsgebäude, in das Ameria als erstes Unternehmen am hip eingezogen war.

redcri

Chinesische Medizin gegen den Zelltod durch Diabetes, Alkohol und Chemotherapie.

Volksleiden Polyneuropathie

Die Polyneuropathie (PNP) ist eine immer häufiger werdende Erkrankung. Sie geht meist mit tauben Händen und Füßen, schwer heilenden Wunden und einem Verlust der Muskelkraft einher. In vielen Fällen entsteht sie durch Diabetes, Alkohol oder Chemotherapie, und bei einem Drittel der Patienten kann die Ursache nicht einmal ermittelt werden. Eine in Heidelberg entwickelte spezielle Form der Akupunktur kann diese Krankheit erfolgreich behandeln, wie sechs wissenschaftliche Studien bereits belegen konnten.

Die Polyneuropathie ist ein Stiefkind der westlichen Medizin, und Neurologen und Internisten sind vielfach machtlos. Infusionen mit Alpha-Liponsäure stehen zur Verfügung, helfen aber häufig nicht wirklich. Auch die Behandlung mit Hochfrequenzen hält in ihrer Wirkung meist nicht an. „Betroffen ist ein recht großer Anteil der Bevölkerung, und die individuelle Ursachenerforschung ist meist schwierig“, erklärt Henry Johannes Greten. Er ist westlicher Arzt und erforscht auch mit molekularbiologischen Methoden, was man gegen die PNP tun könnte. Gleichzeitig gilt er als Europas Experte in Sachen Chinesischer Medizin und anderer naturheilkundlicher Methoden. „Die Ursachen der Polyneuro-

pathie können sehr unterschiedlich sein. In vielen Fällen kann man sie nicht einmal ermitteln. Stoffwechselleiden wie Diabetes sind häufig. Manchmal ist die PNP auch Folge chronischer Entzündungen oder Vergiftungen oder wird durch Alkohol oder Arzneimittel erzeugt. Sehr gefürchtet ist die Erkrankung dann, wenn lebensrettende Arzneien wie die Chemotherapie nicht mehr gegeben werden können, weil die Nerven nicht mehr mitspielen.“ Offenbar spielen die kleinen Gefäße und Haargefäße, die mit den Nerven verlaufen, eine wichtige Rolle bei der Entstehung. Stockt die Blutversorgung durch diese Gefäße, leidet die Funktion der Nerven, schließlich gibt die Nervenzelle auf und stirbt ab.

„Wir haben eine spezielle Akupunkturform entwickelt, die in mehreren Studien zu ermutigenden Ergebnissen geführt hat“, erklärt Greten weiter. Bereits im Jahr 2006 hat die Arbeitsgruppe Greten gemeinsam mit der Universität Hamburg und dem dortigen TCM-Zentrum eine Studie veröffentlicht. Nach diesen Daten können allein durch den Einsatz der feinen Nadeln etwa drei Viertel der Patienten messbar gebessert werden. Diese erste Studie untersuchte vor allem Fälle, bei denen die Ursache nicht der Diabetes oder die Chemotherapie

war. Deshalb war nicht klar, ob die Heidelberger Behandlungsstrategie nicht auch bei anderen Formen der PNP eingesetzt werden könnte. Inzwischen aber liegen neue Daten vor.

Die gemeinsam mit anderen Forschern erhobenen Daten zeigen, dass auch die Nervenschädigungen bei Diabetes oder durch Chemotherapie gut beeinflussbar sind.

„Wir behandeln hier in Heidelberg täglich auch Patienten, die während der Gabe der Chemotherapie die typischen Symptome von Taubheit und Schmerzen entwickeln. So kann die Gabe dieser Medikamente häufig fortgesetzt werden, und die Therapie kann den Patienten weiterhelfen.“ Auch Heilpflanzen werden bei dieser Erkrankung erfolgreich eingesetzt. Einige Wirkungen der Heilpflanzen konnten in der Zwischenzeit auch molekularbiologisch dargestellt werden. „Die Beeinträchtigung der Nervenzellen steht im Zusammenhang mit den Mitochondrien, den Kraftwerken



Henry Johannes Greten Professor an der IBA University of Cooperative Education DA Dr. med., Facharzt für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren, Akupunktur BILD: DGTTCM

der Zellen. Gemeinsam mit unseren Partnern aus der Universität Heidelberg konnten wir zeigen, dass ein Jahrhundert alter Heiltee das Sterben der Mitochondrien durch Zellgifte weitgehend verhindern kann. Eine wirksame Therapie auf der Grundlage uralten Heilwissens wird auf diese Weise mit modernen Forschungsmethoden bestätigt.“

Inzwischen setzen sich Forscher der westlichen Medizin und des traditionellen Heilwissens zusammen, um durch eine Kombination der Methoden bessere Heilungschancen zu erzielen. „Das Beste aus zwei Welten“, so fasst es der Heidelberger Experte zusammen, „muss für unsere Patienten sinnvoll kombiniert werden. Offenheit für den Dialog, Prüfung der Methoden und Integration des Guten und Wirksamen in die Medizin der Gegenwart, das ist die Philosophie, die hinter solchen Projekten steht.“

red

DGTTCM e.V.

Karlsruher Straße 12

69126 Heidelberg

Tel.: 06221/ 37 45 46

info@dgtdcm.de

www.dgtdcm.de



Haus der
Chinesischen Medizin

Prof. Dr. med. H. J. Greten
& Kollegen

Professor an der IBA

University of Cooperative Education DA

Lehrpraxis der Deutschen
Gesellschaft für TCM

Heidelberg School of
Chinese Medicine

Heidelberg-Rohrbach
Karlsruher Str. 12

www.dgtdcm.de

Das Beste aus zwei Welten

Westliche und Chinesische Heilkunst auf Augenhöhe



Wir behandeln mit Methoden, die schon 2000 Jahre gewirkt haben.

Nur die gezielte Kombination beider Heilsysteme erfüllt die Erwartungen an Sicherheit und Wirksamkeit. Alle unsere Ärzte haben ergänzend zum westlichen Medizinstudium eine mindestens fünfjährige Zusatzausbildung nach internationalem Standard.

Unser Ärzteteam ist von 08:00 – 20:00 Uhr für Sie da.

Tel. 0 62 21 / 99 87 37-0

Die AWO Heidelberg als Wegbereiterin der Kinder- und Jugendhilfe.

Wo Expertise auf ganz viel Herz trifft

Die Soziale Dienste gmbH setzt sich als einer der sechs Spitzenverbände der Freien Wohlfahrtspflege seit mehr als 100 Jahren für Freiheit, Gleichheit, Gerechtigkeit, Solidarität und Toleranz ein. Mit mehr als 180 hauptamtlichen Mitarbeitern und ehrenamtlicher Unterstützung ist der Wohlfahrtsverband anerkannter Träger sozialer Einrichtungen in der Kinder- und Jugendhilfe sowie der Seniorenarbeit.

Die AWO Heidelberg ist in der Kinder- und Jugendhilfe in zahlreichen Bereichen tätig. Sie ist Trägerin des Psychologischen Zentrums, der Elternberatung an Kindertageseinrichtungen sowie des Kinderschutz-Zentrums in der Erziehungsberatung.

ANGEBOTE IN DEN STADTTEILEN

In den Stadtteilen Pfaffengrund und Wieblingen betreibt die AWO zwei offene Kinder- und Jugendhäuser. Darüber hinaus unterhält sie im gesamten Stadtgebiet sechs Kindertageseinrichtungen. Ein strukturelles heilpädagogisches Förderangebot unterstützt dort Kinder in besonderem Maß in ihrer Entwicklung.

Für Kinder, Jugendliche und Familien mit erzieherischem und inklusivem Unterstützungsbedarf hält die AWO dank ihres Heilpädagogischen Zentrums ambulante und teilstationäre Angebote in unterschiedlicher Ausgestaltung bereit. In der Seniorenarbeit bietet die AWO Heidelberg eine Seniorenbegegnungsstätte an. Zudem gibt es im Bereich der sozialen Einzelfallhilfe eine Allgemeine Sozialberatung.

Die Vielfalt der Angebote macht die AWO Heidelberg nach eigenen Angaben



Solidarität, Toleranz und Gerechtigkeit prägen die soziale Arbeit der Arbeiterwohlfahrt.

BILD: PIXABAY

zu einer Zukunftsgestalterin für die ebenso wie die niedrigschwellige Beratung im Kinderschutz-Zentrum sowie in den offenen Kinder- und Jugendhäusern. Wo Standardlösungen an ihre Grenzen stoßen, setzt das Heidelberger Expertenteam an. Mit fachlicher Kompetenz und Bindung fördern die Mitarbeiter die individuellen Potenziale von Kindern und Jugendlichen. So verbindet die AWO Heidelberg eine mehr als 100-jährige Tradition mit moderner Sozialpädagogik.

red

ZUKUNFTSGESTALTER. WEGBEREITER. POTENZIALENTFALTER.

Heidelberg
Soziale Dienste
gmbH

Sozialpädagogik hat viele Namen. Welchen wirst Du ihr geben?
Werde Teil unserer Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe in Heidelberg.



Bewirb Dich jetzt unter
awo-heidelberg.de/jobs

ELKA verbindet Sprachkurse für Menschen ab 50 mit Austausch, praxisnahen Materialien und flexiblen Lernformen.

Lernen für Reisen und Begegnungen

Für den nächsten Urlaub, für neue Perspektiven und für Begegnungen: ELKA widmet sich seit Jahren dem Lernen im Alter. An knapp 140 Lernstandorten in ganz Deutschland gestalten rund 400 Dozenten Kurse für Menschen ab 50. Dabei steht nicht allein der Unterricht im Mittelpunkt. Die Angebote schaffen zugleich Raum für Austausch, gemeinsame Erfahrungen und neue Kontakte. Der Blick über den eigenen Horizont gehört bei ELKA zum Konzept. Bildung soll unabhängig vom Lebensalter möglich sein – aus dieser Überzeugung heraus entstand das Unternehmen im Jahr 2007 in Oldenburg.

VON OLDENBURG IN DIE GANZE BUNDESREPUBLIK

Gegründet wurde ELKA von Albert Neteler und Jürgen Schmidt. Bereits zwei Jahre später starteten in Oldenburg die ersten analogen Sprachkurse. Im Jahr 2012 begann die Entwicklung zum Franchise-System: Zunächst gingen fünf Franchise-Partner an den Start.

Inzwischen wird die Idee bundesweit von rund 60 Partnerbetrieben getragen. Seit 2013 gehören zudem eigene Lehrmaterialien zum Angebot. Mit dem Lehrbuch „Welcome on Board“ erschien damals das erste Werk aus dem eigenen Verlag.

Ein weiterer Schritt folgte 2016 mit der Fertigstellung der Online-Kursbe-



Mit wenig Grammatik und viel Praxis sollen Teilnehmer entspannt sprechen und verstehen lernen.

BILD: ELKA

gleitung. Sie ergänzt die Präsenzkurse Kursteilnahme werden die weiteren Kapitel freigeschaltet. Im Jahr 2024 übernahm 22 Ventures das Unternehmen. Lektionen der ersten zwei Kapitel stehen Damit verbunden war auch die Geschäftsführer-Nachfolge mit Andreas

Kiefer und Ben von Hoyer.

LERNEN OHNE UNNÖTIGEN DRUCK

Die Kurse richten sich an unterschiedliche Sprachniveaus und setzen auf ein angemessenes Lerntempo. Im Vordergrund stehen Sprechen und Hören, während Grammatik nur einen begrenzten Raum einnimmt. Flexible Teilnahmebedingungen und kurze Kündigungsfristen ergänzen das Konzept.

Die Lehrbücher erscheinen seit mehr als zehn Jahren im eigenen Verlag und sind auf die Lebenswelt von Menschen ab 50 zugeschnitten. Klar gegliederte Inhalte, anschauliche Beispiele und ein schrittweiser Aufbau sollen den Lernprozess erleichtern.

ANALOG UND DIGITAL MITEINANDER VERBINDEN

Neben Lehrbüchern und Vokabeltrainern stehen digitale Formate zur Verfügung. Dazu zählen interaktive Übungen, ein Newsletter mit dem „Song of the Month“ sowie die Online-Kursbegleitung. So lassen sich klassische Unterrichtsmaterialien und digitale Angebote miteinander kombinieren.

ELKA versteht Lernen damit als mehr als reinen Wissenserwerb: als Gelegenheit, Sprachkenntnisse zu erweitern, Erfahrungen auszutauschen und gemeinsam Neues zu entdecken.

red

Brush up your English

Die besonderen Sprachkurse in Heidelberg mit netten Menschen ab 50 starten wieder



Gemeinsam mit viel Spaß und in kleinen Gruppen Englisch lernen.

BILD: ELKA

Sie wollen...

- ...ein paar Worte Englisch mit Ihren Enkeln sprechen?
- ...englische Begriffe verstehen, die uns täglich begegnen?
- ...sich auf Reisen verständigen?
- ...in Gesellschaft aktiv sein und geistig am Ball bleiben?

- einmal pro Woche
- tagsüber
- in kleinen Gruppen
- keine Vorkenntnisse erforderlich
- viel sprechen, wenig Grammatik
- Mindestalter: **50 Jahre**
- **kostenlose Schnupperstunde**

Über die besonderen Sprachkurse informiert Sie:
Frau Vanessa Neu
☎ 06221 – 599 09 16
ELKA®
Erfolgreich lernen. Konzepte im Alter
www.elka-lernen.de

Yes, we can! Brush up your English

Sprachkurse für aktive Menschen über 50 seit 5 Jahren in Heidelberg

Die Nachrichten im Fernsehen oder in der Tageszeitung, ein Spaziergang durch die Einkaufstraßen, ein Blick ins Drogeriemarktregal oder das Internet zeigt, dass die englische Sprache in unserem Alltag sehr präsent ist – „sale“, „we are closed“, „anti-aging“, „repair-care“, „link“ oder „getaway“ sind nur einige Beispiele. Während das Verständnis von englischen Begriffen für jüngere Leute normal ist, kann es für ältere zum Problem werden; sei es, weil sie nie Englisch lernen konnten oder weil das Gelernte tief vergraben ist. Dank ELKA behalten Menschen über 50 den Anschluss. Mit den besonderen Sprachkursen bleiben Menschen jenseits der 50, „up to date“ (also auf dem Laufenden) und können überall mitreden.

Übung in Kleingruppen. Das ELKA-Konzept verbindet das Erlernen einer neuen Sprache mit Spaß und einem Erfolgskonzept, das exakt auf die Lernbedürfnisse von Senioren zugeschnitten ist. Schon die Rahmenbedingungen sind optimal: Unter 50-Jährige kommen bei ELKA gar nicht in einen Kurs. Außerdem ist bei maximal zehn Teilnehmern Schluss. Das Lernen ist unkompliziert, es herrscht eine persönliche und lockere Atmosphäre, Pausen sind obligatorisch, für Gebäck, Kaffee und Tee ist immer gesorgt.

„Am wichtigsten ist das Einüben und Wiederholen von Alltagsdialogen“

Im Gespräch. Bei ELKA wird berücksichtigt, dass ältere Menschen anders lernen als junge. Sprechen, sprechen und nochmals sprechen hilft, um möglichst schnell die Grundlagen einer Sprache zu beherrschen. Grammatik wird zunächst nur am Rande behandelt. Viel wichtiger sind das Wiederholen und Einüben von Dialogen und Floskeln. Diese kann jeder Teilnehmer auch im Internet über den Vokabeltrainer und die Online-Kursbegleitung üben.

Kostenlose „Schnupperstunde“ zu Beginn. Bevor neue Kurse starten, werden alle Interessierten vor Ort zu einer kostenlosen Schnupperstunde eingeladen. Diese hilft bei der Orientierung und bei der Entscheidung. Die Besonderheiten der Kurse werden erläutert, Interessierte lernen das Konzept, Bücher sowie mögliche Mitstreiter kennen und die Kurstermine werden vorgestellt. Interessenten mit Vorkenntnissen können nach Absprache einen unverbindlichen Schnuppertermin in einem Kurs vereinbaren. Weitere Informationen zu den Veranstaltungen gibt es telefonisch bei Frau Vanessa Neu im ELKA-Heidelberg Tel.: 06221 – 5 99 09 16
www.elka-lernen.de

Pilotprojekt mit 36 Wohneinheiten am Harbigweg soll Anfang 2027 bezugsfertig sein.

Innovativer Wohnraum auf kleinem Raum

Im Stadtteil Kirchheim schreiten die Arbeiten für den neuen Tiny Wohnpark Heidelberg am Harbigweg voran. Die wesentlichen Erschließungsarbeiten für das Ensemble aus Wohnhäusern und Gemeinschaftseinrichtungen wurden im Sommer 2026 abgeschlossen. Mittlerweile sind 19 hochwertig ausgestattete Wohnmodule per Lastwagen angeliefert und mit einem Mobilkran auf die zuvor unbebaute städtische Fläche gehoben worden. Damit ist mehr als die Hälfte der insgesamt 36 geplanten Wohneinheiten vor Ort.

Bei einem Pressetermin gaben Oberbürgermeister Eckart Würzner, Projektentwickler Fabian Müller und Achim Pätzold einen Einblick in die Wohnmodule. Zwei-Zimmer-Wohnungen in zwei unterschiedlichen Größen mit 26 und 33 Quadratmetern sowie ein Winkelbungalow mit 41 Quadratmetern vermitteln bereits einen Eindruck davon, wie das Leben im Tiny Wohnpark künftig aussehen kann.

Im November sollen die weiteren Wohnmodule folgen, darunter auch Einheiten für zwei Wohngemeinschaften. Der Bezug der Tiny Houses mit hohem Wohnkomfort auf kleinem Raum ist ab Januar 2027 vorgesehen. Die Außenanlagen mit Grün- und Gemeinschaftsflächen, einem Mitmach-Garten, einer Dachterrasse und einem großen überdachten Quartierstisch sollen im Frühjahr entstehen.

„Ich freue mich, dass der Tiny Wohnpark mehr und mehr Gestalt annimmt und schon bald die ersten Bewohner dieses neue und innovative Wohnkonzept mitten in Heidelberg ausprobieren können“, betonte Oberbürgermeister Eckart Würzner: „Gemeinsam mit den Projektentwicklern ermöglichen wir im Tiny Wohnpark modernes und hochwertiges Wohnen auf begrenztem Raum in zentraler Lage. Das Pilotprojekt zeigt, wie auch auf kleinen innerstädtischen Flächen mit kreativen und intelligenten Lösungen attraktiver Wohnraum für unterschiedliche Zielgruppen für eine Übergangszeit von mehreren Jahren geschaffen werden kann. Diesen Weg wollen wir auch an anderen Stellen in Heidelberg fortsetzen.“ „Die Bauarbeiten gehen planmäßig voran. Wir stimmen uns dabei eng mit den Beteiligten der Stadt sowie den weiteren Behörden und Partnern ab und freuen uns darauf, Anfang des kommenden Jahres die ersten Bewohner im Tiny Wohnpark Heidelberg begrüßen zu dürfen“, erklärte Projektentwickler Fabian Müller. Auf dem Areal entstehen insgesamt 36 Wohneinheiten



Die Visualisierung verdeutlicht, wie es inmitten des Tiny Wohnparks am Harbigweg nach Fertigstellung aussehen soll. Über Treppen und einen Steg erfolgt der Zugang zu den oberen Wohnmodulen.

BILD: TINY PARK GBR



Beim Besuch auf der Baustelle des Tiny Wohnparks am Harbigweg in Kirchheim: Projektentwickler Fabian Müller (links), Nicola Hammerstein (Amt für Liegenschaften), Oberbürgermeister Eckart Würzner und Dörthe Nobili (Leiterin Amt für Liegenschaften). Der Zugang zu den Wohnmodulen erfolgt nach der Fertigstellung ebenerdig. BILD: TOBIAS DITTMER

sowie Gemeinschaftsbereiche. Geplant sind zudem Lagerplätze, Fahrradabstellflächen und Stellplätze für Autos. Dabei steht die Rückbaubarkeit der Anlage im Mittelpunkt. Die Wohnmodule werden ein- und zweigeschossig aufgestellt.

Vorgesehen sind 20 Zwei-Zimmer-Wohnungen mit Küchenzeile und Badmodul auf 26 Quadratmetern sowie sechs Zwei-Zimmer-Wohnungen mit Küchenzeile und Badmodul auf 33 Quadratmetern. Hinzu kommen sechs voll ausgestattete Wohngemeinschaftseinheiten mit jeweils zwischen 12 und 18 Quadratmetern sowie vier Winkelbungalows mit Küchenzeile, Badmodul und eigenem Garten auf jeweils 41 Quadratmetern.

Die Projektentwickler orientieren sich bei der Vermietung an den ortsüblichen Mieten für kleinere Apartments, die alle Altersgruppen ansprechen sollen. Die Warmmiete einschließlich Strom, Wärme, Wasser, Abwasser und Wartungskosten liegt zwischen rund 900 Euro für eine Wohngemeinschaftseinheit und rund 1.600 Euro für einen Winkelbungalow mit eigenem Garten. Darin enthalten ist auch die Nutzung der Gemeinschaftsflächen, darunter Gemeinschaftsgarten, Dachterrasse, Quartiers-Waschraum, Kräuterhochbeete und überdachter Quartierstisch.

Die Stadt Heidelberg vermietet die rund 2.800 Quadratmeter große Fläche, die etwas weniger als einem halben Fußballfeld entspricht, für zehn Jahre an die Projektentwickler. Anschließend kann die Fläche vollständig zurückgebaut werden.

NACHHALTIGE MODULBAUWEISE

Der Tiny Wohnpark entsteht mit energiesparenden Modulhäusern des baden-württembergischen Fertighausherstellers Schwörer, die alle Gebäudestandards erfüllen. Durch die Modulbauweise und eine durchdachte Infrastruktur soll temporär hochwertiger Wohnraum entstehen. Besonderer Wert liegt auf Nachhaltigkeit, Rückbaubarkeit und sozialer Integration.

Die Module werden nach dem aktuellen Gebäudeenergiegesetz entwickelt und sind energieeffizient sowie uneingeschränkt ganzjährig nutzbar. Sie erfüllen alle die KfW-55-Norm. Um den ökologischen Fußabdruck möglichst gering zu halten, bleibt ein bestehender vitaler Baum erhalten und wird in die Planung einbezogen. Zusätzliche Bäume sollen neben den Gründächern zur Durchgrünung des Quartiers beitragen.

red

Bestattungsvorsorge hält persönliche Wünsche fest und kann Angehörige finanziell entlasten.

Selbstbestimmung über den Abschied hinaus

Über das eigene Lebensende nachzudenken, gehört für viele Menschen zu den besonders schweren Themen. Dennoch kann eine rechtzeitig getroffene Bestattungsvorsorge ein Ausdruck von Selbstbestimmung und Fürsorge sein. Sie ermöglicht es, Vorstellungen für den letzten Abschied verbindlich festzuhalten und Hinterbliebenen in einer emotional belastenden Situation von weitreichenden Entscheidungen zu entlasten.

Geregelt werden können beispielsweise die Form der Zeremonie, Musikstücke, religiöse oder weltliche Rituale sowie die Gestaltung der Grabstätte. Sind diese Punkte frühzeitig geklärt, bleibt Angehörigen im Todesfall mehr Raum für Trauer und Erinnerung.

Besonders wichtig wird eine Vorsorge bei sehr persönlichen oder außergewöhnlichen Vorstellungen zur Bestattung. Das betrifft etwa alternative Formen, die über ein klassisches Erd- oder Urnengrab hinausgehen. Wer beispiels-

weise einen Erinnerungsdiamanten wünscht, kann bereits zu Lebzeiten Größe, Anzahl und Schliff des Steins bestimmen. Bei diesem Verfahren entsteht aus Kremationsasche oder Haaren ein Diamant. Nach dem Todesfall wird der Erinnerungsdiamant über das Bestattungsunternehmen beauftragt und später an die Hinterbliebenen übergeben. Eine Fassung als Ring oder Anhänger ist ebenfalls möglich. In einem Vorsorgevertrag lassen sich solche Einzelheiten verbindlich dokumentieren.

FINANZIELLE FRAGEN FRÜHZEITIG KLÄREN

Eine Bestattungsvorsorge kann die Finanzierung des Abschieds absichern. Der vollständige Betrag für die gewünschte Bestattung kann bei Vertragsabschluss auf ein gesondertes Treuhandkonto eingezahlt werden. In der Regel ist auch eine Anzahlung von 50 Prozent möglich. Die dort hinterlegten Mittel sind zweckgebunden und aus-

drücklich für die spätere Beisetzung vorgesehen. Zudem zählt die Bestattungsvorsorge in der Regel zum sogenannten Schonvermögen und ist vor dem Zugriff Dritter geschützt.

WICHTIGE UNTERLAGEN AN EINEM ORT SAMMELN

Die schriftliche Willenserklärung sollte gemeinsam mit wesentlichen Personendokumenten wie Geburts- und Heiratsurkunde in einer zentralen Unterlagenmappe aufbewahrt werden. Auf diese Papiere greift ein Bestattungsunternehmen im Todesfall häufig zuerst zurück. Eine Regelung allein im Testament gilt dagegen als wenig sinnvoll. Testamente werden oft erst einige Wochen nach dem Todesfall oder sogar erst nach der Beisetzung eröffnet. Persönliche Wünsche für die Trauerfeier könnten dann zu spät bekannt werden.

Ein Todesfall bringt neben der Trauer zahlreiche organisatorische Aufgaben mit sich. Hinzu kommen erhebliche

Kosten: Nach Angaben der Stiftung Warentest kostet eine Bestattung im Durchschnitt mindestens 6.000 bis 8.000 Euro. Ausgaben für die Trauerfeier kommen zusätzlich hinzu. Eine Sterbegeldversicherung kann dabei helfen, Angehörige finanziell zu entlasten. Gerade für junge Familien kann es eine spürbare Hilfe sein, wenn Eltern oder Großeltern auf diese Weise vorgesorgt haben.

WICHTIGE WÜNSCHE FESTHALTEN

Zu den möglichen Festlegungen gehören der Ort der Feier, die Gästeliste, eine Trauerrede, der letzte Gruß oder ein Lied, das mit gemeinsamen Erinnerungen verbunden ist. Hilfreich sind Leitfäden für den Trauerfall und Checklisten für letzte Wünsche. Gemeinsam mit Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Nachlassregelung sollten die Unterlagen an einem zentralen Ort liegen, auf den eine oder mehrere Vertrauenspersonen im Ernstfall zugreifen können. *red*



Bestattungshaus
KURZ-
FEUERSTEIN



Tag und Nacht für
Sie erreichbar
06221 13120



Michael Reichbauer
steht Ihnen in schweren
Zeiten bei.

Das Bestattungshaus
Kurz-Feuerstein ist
Ihr Ansprechpartner
im Trauerfall.



Alle Bestattungs-
arten möglich



Bestattungs-
vorsorge



persönliche
Abschiednahme

Abwechslung und Jagdspiele helfen Stubentigern, fit, aufmerksam und ausgeglichen zu bleiben.

Spielerisch zum Katzenglück

Eben noch liegt die Hauskatze entspannt auf dem Sofa, im nächsten Moment genügt eine rollende Papierkugel, um ihren Jagdinstinkt zu wecken. Der Blick richtet sich auf das vermeintliche Beutetier, der Körper spannt sich an, dann folgt der Sprung.

Für Katzen ist das Spiel weit mehr als ein kurzweiliger Zeitvertreib: Es hält Körper und Geist in Bewegung, fördert natürliche Fähigkeiten und kann die Beziehung zwischen Mensch und Tier festigen.

DER JAGDTRIEB BLEIBT ERHALTEN

Schon junge Kätzchen üben beim Spielen wichtige Abläufe für die spätere Jagd. Anschleichen, lauern, zuspringen, greifen und bewegliche Dinge verfolgen – all das gehört zum natürlichen Verhalten. Auch erwachsene Katzen behalten diesen Trieb, selbst wenn der Futternapf regelmäßig gefüllt ist.

„Hinter jedem Stubentiger steckt ein Jäger mit scharfen Sinnen und blitzschnellen Reflexen. Spielen ist gelebtes Jagdverhalten und damit ein wichtiger Baustein für die Gesundheit und Fitness einer Katze“, erklärt Expertin Ricarda Gürne. Beim Toben werden Muskeln beansprucht, Koordination und Gleichgewicht geschult sowie überschüssige Energie abgebaut. Gleichzeitig ist Konzentration gefragt, denn Katzen beobachten genau und warten auf den passenden Augenblick.

Besonders Wohnungskatzen können von regelmäßigen Spieleinheiten profitieren. Ihnen fehlen zahlreiche Eindrücke, die Freigänger außerhalb der eige-

nen vier Wände ganz selbstverständlich sammeln. Wie viel Beschäftigung notwendig ist, hängt allerdings von Alter, Gesundheit und Charakter des Tieres ab.

Als Orientierung gelten mehrere kurze Einheiten über den Tag verteilt, jeweils etwa fünf bis 15 Minuten. Junge Katzen zeigen meist deutlich mehr Bewegungs- und Spielbedarf als ältere Tiere.

BESCHÄFTIGUNG GEGEN LANGEWEILE

Bleibt der Spieltrieb über längere Zeit unbeachtet, kann sich Langeweile bemerkbar machen. Manche Katzen wirken dann lustlos, andere zeigen unerwünschte Verhaltensweisen. Zerkratzte Möbel, das Auflauern vorbeigehender Menschen oder eine auffällig intensive Fellpflege können mögliche Anzeichen sein.

Solche Veränderungen können jedoch verschiedene Ursachen haben und sollten nicht vorschnell ausschließlich auf fehlende Beschäftigung zurückgeführt werden. Dennoch gehört ausreichende Abwechslung zu einer verantwortungsvollen Katzenhaltung. Passendes Spielzeug und individuelle Beratung gibt es im Fachhandel beispielsweise bei ZOO & Co. in Heidelberg.

Spielangeln eignen sich beispielsweise gut, weil ihre Bewegungen flüchtende Beute nachahmen. Entscheidend ist dabei der Abschluss der Jagd: Nach dem Lauern und Springen sollte die Katze ihre Beute auch fangen und festhalten dürfen.



Auf 575 Quadratmetern finden Tierhalter Produkte für unterschiedliche Bedürfnisse und Haltungsformen.

BILDER (2): ZOO & CO. HEIDELBERG

Zoo & Co. Heidelberg

Heimtierbedarf auf 575 Quadratmetern

Seit 2004 zählt ZOO & Co. Heidelberg zu den Fachgeschäften für den Heimtierbedarf in der Stadt. Auf rund 575 Quadratmetern Verkaufsfläche findet sich ein umfangreiches Sortiment für Hunde, Katzen, Vögel, Nager und weitere tierische Begleiter. Im Angebot stehen ausgewählte Artikel für die tägliche Versorgung ebenso wie Produkte für Haltung und Pflege. Der Verkauf lebender Tiere ist bei ZOO & Co. Heidelberg nicht vorgesehen.

Das Fachgeschäft richtet sein Angebot an den unterschiedlichen Bedürfnissen verschiedener Heimtierarten aus. Futter spielt dabei ebenso eine zentrale Rolle wie Zubehör für eine artgerechte Unterbringung, Pflege und Beschäftigung. Die Auswahl reicht von Produkten für den alltäglichen Bedarf bis zu Artikeln, die besondere Anforderungen berücksichtigen.

BREITES ANGEBOT FÜR HUNDE UND KATZEN

Einen großen Teil des Sortiments nimmt die Abteilung für Hunde und Katzen ein. Für die beiden besonders beliebten Haustierarten stehen zahlreiche Produkte bereit. Dazu gehören Nass- und Trockenfutter für Tiere in verschiedenen Altersstufen, von jungen bis zu älteren Tieren. Bei der Auswahl des Futters können auch individuelle Bedürfnisse eine Rolle

spielen. Das Angebot umfasst daher Produkte für besondere Ernährungsanforderungen, beispielsweise im Rahmen einer Diät oder bei Erkrankungen. Ergänzend stehen verschiedene Zubehörartikel zur Verfügung, die die Haltung und Pflege von Hunden und Katzen unterstützen.

ZUBEHÖR FÜRHALTUNG UND PFLEGE

Neben dem Futterangebot bildet das Zubehör einen weiteren Schwerpunkt der Hunde- und Katzenabteilung. Artikel für die tägliche Pflege und die artgerechte Haltung ergänzen die Produktpalette. Damit deckt das Sortiment verschiedene Bereiche des Zusammenlebens mit Hund oder Katze ab.

Die Mitarbeitenden stehen bei Fragen zur Produktauswahl zur Verfügung. Fachliche Beratung gehört insbesondere dann zum Angebot, wenn Futter auf das Alter oder besondere Bedürfnisse eines Tieres abgestimmt werden soll.

GROSSE AUSWAHL FÜR VÖGEL UND NAGER

Auch für Vögel und Nager hält ZOO & Co. Heidelberg ein umfangreiches Sortiment bereit. Käfige und Gehege gehören ebenso zur Auswahl wie Futtermittel und zahlreiche Zubehörartikel. Damit umfasst die Abteilung wesentliche Produkte für Unterbringung, Versorgung und Pflege.

Bei Vögeln und Nagern unterscheiden sich die Anforderungen an Haltung und Platzbedarf je nach Tierart. Die Mitarbeitenden informieren über Herkunft, Pflegebedürfnisse und räumliche Voraussetzungen. Auf diese Weise verbindet das Fachgeschäft seine Produktvielfalt mit Orientierung rund um die Versorgung und Haltung von Heimtieren.

red/cr



Tom's Tierwelt

DENKEN SIE JETZT SCHON AN FLOH- + ZECKENSCHUTZ
Hautprobleme?
Wir beraten Sie gerne und kompetent

24/7-Futterservice am Futter- und Frostfleischautomaten in Baiertal

Gleich 2x in Ihrer Nähe
ZOO & Co. Mannheim
Sonderburger Straße 8
68307 Mannheim
Tel. 0621 7896444
Öffnungszeiten:
Mo. - Sa. 10.00 - 18.30 Uhr

ZOO & Co. Heidelberg
Grenzhofer Weg 31
69123 Heidelberg
Tel. 06221 166173
Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 9.30 - 19.00 Uhr
Sa. 9.30 - 18.00 Uhr

www.toms-tierwelt.de

Biometrische Brillengläser können das Sehen im Alltag klarer und entspannter machen.

Wellness für die Augen

Straßenschilder wirken trotz Brille für einen Moment verschwommen, die Arbeit am Bildschirm verlangt mehr Konzentration oder bei wechselnden Lichtverhältnissen braucht der Blick auffällig lange, um sich neu einzustellen: Solche Beobachtungen können darauf hindeuten, dass Brillengläser und Augen nicht optimal aufeinander abgestimmt sind. Ein Besuch beim Fachoptiker kann Klarheit schaffen und zugleich zeigen, welchen Unterschied biometrische Brillengläser im Alltag bewirken können.

PRÄZISE MESSUNG STATT STÄRKENBESTIMMUNG

Wenn das Sehen zunehmend anstrengend wird oder die Augen rasch ermüden, bietet sich ein Sehtest an. Beim

Fachoptiker geht es dabei nicht allein um die Ermittlung der Sehstärke. Eine umfassende Beratung berücksichtigt auch persönliche Sehgewohnheiten und beruht auf präzisen Messungen.

Denn das Sehen ist nicht ausschließlich eine Leistung der Augen. Erst das Gehirn verarbeitet die aufgenommenen Reize zu einem Bild. Je deutlicher die Umgebung wahrgenommen wird, desto weniger Informationen muss das Gehirn ergänzen. Das kann zu einem entspannteren Seheindruck beitragen.

INDIVIDUELLE ANPASSUNG FÜR MEHR SEHKOMFORT

Genau dieses Ziel verfolgen biometrische Brillengläser. Sie werden präzise auf die jeweiligen Augen abgestimmt, denn jedes Auge weist individuelle Merkmale



Eine Brille, die nicht nur optisch zu einem passt, sondern auch perfekt zu den eigenen Augen: Das geht mit biometrischen Brillengläsern.

BILD: DJD/RODENSTOCK

auf. Viele herkömmliche Brillengläser beruhen dagegen auf standardisierten

Augenmodellen. Biometrische Gläser basieren auf einem individuellen biometrischen Augenmodell und beziehen die persönliche Wahrnehmung von Seheindrücken ein. Das Ergebnis kann eine klarere Sicht, eine bessere Orientierung beim Wechsel zwischen nahen und fernen Blickzielen sowie ein insgesamt angenehmeres Seherlebnis sein – etwa beim Kochen, im Kino oder im Fußballstadion.

Wer häufiger die Augen zusammenkneift, schneller müde wird oder beim Wechsel unterschiedlicher Sehentfernungen mehr Zeit zum Scharfstellen benötigt, kann beim nächsten Termin im Fachgeschäft gezielt nach biometrischen Brillengläsern fragen. Ziel ist ein Sehkraft, der den Alltag spürbar erleichtert. *red*

Grüner Star schädigt den Sehnerv

Der Grüne Star entwickelt sich meist unbemerkt und schreitet schleichend voran. Das Gesichtsfeld wird enger, Konturen erscheinen weniger deutlich; Schmerzen treten in der Regel nicht auf. Oft wird die Erkrankung erst erkannt, wenn sie bereits fortgeschritten ist. In Deutschland sind rund 980.000 Menschen betroffen.

Ein erhöhter Augeninnendruck kann den Sehnerv schädigen, doch auch Glaukomformen ohne Druckerhöhung kommen vor. Weitere Risiken sind höheres Alter, familiäre Vorbelastung, starke Kurzsichtigkeit und Durchblutungsstörungen. Meist wird der Druck mit Augentropfen gesenkt, bei Bedarf kommen Laserbehandlungen oder Operationen infrage.

SCHUTZ VON NERVENZELLEN

Auch der Schutz von Nervenzellen rückt in den Fokus der Forschung. Erste Untersuchungen deuten darauf hin, dass Citicolin und Coenzym Q10 den Abbau von Nervenzellen verlangsamen könnten. Solche Präparate können die ärztlich verordnete drucksenkende Therapie aber nicht ersetzen. Entscheidend bleibt die Früherkennung: Augenärzte empfehlen Kontrollen ab etwa 40 Jahren, bei familiärer Belastung gegebenenfalls früher. Ein gut eingestellter Blutdruck, Bewegung und der Verzicht auf Rauchen fördern zudem die Versorgung des Sehnervs. Sehstörungen oder ein eingeschränktes Gesichtsfeld sollten zeitnah ärztlich abgeklärt werden. Für den Erhalt der Sehkraft sind die regelmäßige Anwendung verordneter Tropfen und Kontrolltermine wichtig. *red*



STUDIENPATIENTEN/INNEN GESUCHT

Müssen Sie am Grauen Star (Katarakt) operiert werden oder möchten Sie durch einen Linsenaustausch Brillenunabhängigkeit in Ferne und Nähe erreichen?

Wir suchen Studienpatienten/Innen für die Implantation von Speziallinsen, die für Sie kostenlos sind.

Wesentlich Teilnahmebedingungen:

Alter ≥ 45 Jahre, Alterssichtigkeit oder Katarakt, sonst keine Erkrankungen.

Weitere Informationen unter dem Stichwort „MIOLStudie“ erhalten Sie in der Forschungsabteilung der Universitäts-Augenklinik Heidelberg

unter Telefon: 06221 56-6624

oder per E-Mail:

lvrc.heidelberg@med.uni-heidelberg.de



Was Eigentümer gegen Silberfischchen und Bettwanzen tun können.

Haus & Grund berät: Ungebetene Mitbewohner

Gerade in den Sommermonaten häufen sich Beschwerden über kleine Krabbeltiere in Wohnungen. Besonders häufig sorgen Silberfischchen und Bettwanzen für Ärger. Auch wenn beide Schädlinge warme Wohnräume bevorzugen, unterscheiden sie sich erheblich in ihrer Bedeutung und den erforderlichen Gegenmaßnahmen.

Silberfischchen gehören zu den häufigsten Gästen in Badezimmern und gelegentlich auch in Küchen. Die licht-scheuen Insekten fühlen sich vor allem dort wohl, wo es warm und feucht ist. Sie ernähren sich unter anderem von Hautschuppen, Haaren sowie stärke- und zuckerhaltigen Rückständen.

Für die Gesundheit stellen Silberfischchen grundsätzlich keine Gefahr dar. Sie übertragen keine Krankheiten und sind nicht giftig. Dennoch sollten Eigentümer und Bewohner ihr Auftreten nicht ignorieren. Ein stärkerer Befall kann auf eine dauerhaft erhöhte Luftfeuchtigkeit oder sogar auf versteckte Schimmelp Probleme hinweisen. Wer regelmäßig mehrere Tiere entdeckt, sollte

daher zunächst nach den Ursachen suchen. Häufig verbergen sich Feuchtigkeitsquellen hinter Fußleisten, in Fugen, an Rohrdurchführungen oder in schlecht belüfteten Badezimmern. Besonders in der Heizperiode kann unzureichendes Lüften die Entstehung solcher Problemzonen begünstigen.

Die wirksamste Maßnahme gegen Silberfischchen ist deshalb nicht die Bekämpfung der Tiere selbst, sondern die Beseitigung der Feuchtigkeit. Regelmäßiges Stoßlüften, ausreichendes Heizen sowie die Reparatur tropfender Leitungen entziehen den Insekten ihre Lebensgrundlage. Gleichzeitig wird das Risiko von Schimmelbildung reduziert. Auch eine sorgfältige Reinigung von Bad und Küche trägt dazu bei, Nahrungsquellen zu beseitigen.

Deutlich problematischer sind Bettwanzen. Zwar übertragen auch sie nach heutigem Kenntnisstand keine Krankheiten, ihre Bisse können jedoch erheblichen Juckreiz, Hautreizungen und allergische Reaktionen verursachen. Darüber hinaus ist ein Befall für die Betroffe-

nen häufig mit erheblichem psychischem Stress verbunden.

Bettwanzen werden meist von Reisen mitgebracht. Die nur wenige Millimeter großen Parasiten verstecken sich in Koffern, Taschen oder Kleidung und gelangen so unbemerkt in die Wohnung. Dort siedeln sie sich bevorzugt im Schlafzimmer an. Tagsüber verstecken sie sich in Ritzen, hinter Fußleisten, Tapeten oder an Matratzen. Nachts werden sie aktiv und suchen ihre Wirte auf.

Hinweise auf einen Befall können kleine Blutspuren auf Bettwäsche, dunkle Kotpunkte oder wiederkehrende juckende Hautstellen nach dem Schlafen sein. Da sich Bettwanzen äußerst schnell vermehren und schwer zu beseitigen sind, empfiehlt sich bei einem Verdacht eine rasche professionelle Schädlingsbekämpfung.

In vielen Fällen setzen Fachbetriebe auf spezielle Wärmebehandlungen. Dabei werden die betroffenen Räume über mehrere Stunden stark erhitzt, sodass sowohl die ausgewachsenen Tiere als auch deren Eier absterben. Ergänzend

können weitere Bekämpfungsverfahren erforderlich sein.

Wichtig ist außerdem die Behandlung von Textilien. Kleidung, Bettwäsche und andere waschbare Stoffe sollten möglichst bei 60 Grad gereinigt werden. Empfindliche Gegenstände können teilweise auch durch längere Lagerung bei sehr niedrigen Temperaturen behandelt werden.

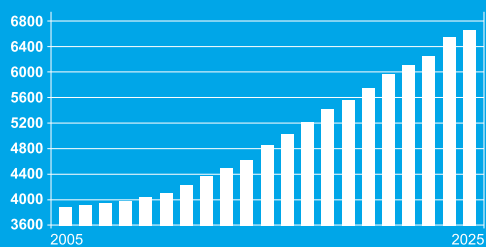
Besonders wirksam ist jedoch die Vorsorge. Reisende sollten Hotelzimmer vor dem Einzug kurz kontrollieren, Koffer möglichst geschlossen halten und die mitgebrachte Wäsche nach der Rückkehr unmittelbar waschen.

Für Eigentümer gilt insgesamt: Silberfischchen sind oft ein Warnsignal für Feuchtigkeit und möglichen Schimmel. Bettwanzen dagegen erfordern schnelles und konsequentes Handeln. Wer frühzeitig reagiert, kann größere Schäden und hohe Folgekosten vermeiden.

Haus & Grund Heidelberg berät seine Mitglieder bei Fragen rund um Schimmel, Schädlingsbefall und die Erhaltung von Wohnraum. *red*



Über 6.600 zufriedene Mitglieder – und jedes Jahr werden es mehr.



Haus & Grund Heidelberg
die Interessenvertretung für Immobilieneigentümer und Vermieter seit 1905
Rohrbacher Str. 43 • 69115 Heidelberg • Tel. 0 62 21 - 16 60 21
www.hug-hd.de



Immobilienverkauf mit Weitblick – für das beste Ergebnis. Erfahren, diskret und immer an Ihrer Seite.

Haus & Grund Immobilien GmbH Heidelberg
Rohrbacher Str. 43 • 69115 Heidelberg • Tel. 0 62 21 - 16 85 52
www.hug-hd.de