

Schwetzingen Zeitung  
Höckheimer Tageszeitung

MANNHEIMER  
MORGEN

Bergstraßeer Anzeiger  
Vor Ort. Für Sie.

Adventskalender

Mitmachen und tolle Preise gewinnen!

mannheimer-morgen.de/adventskalender

# BAZ

BADISCHE ANZEIGEN-ZEITUNG

## SCHWETZINGEN HOCKENHEIM

AUSGABE 6704 WWW.BAZ-MEDIEN.DE 19./20. DEZEMBER 2025

SKODA

Unsere EBERT-Angebote  
verdrehen Ihnen den Kopf.  
www.skoda-angebote.de

Ebert Automobile GmbH  
info.ebert.automobile@autowelt-ebert.de  
www.autowelt-ebert.de

EBERT.AUTOMOBILE  
Ein Ebert. Ein Wort.

SCHWETZINGEN – BRÜHL – OFTERSHEIM – KETSCH – PLANKSTADT – HOCKENHEIM – ALTLUSSHEIM – NEULUSSHEIM – REILINGEN

**IN EIGENER SACHE**

**Nächste BAZ**

Die nächste Ausgabe Ihrer BAZ erscheint wieder am 16./17. Januar 2026.

UROLOGISCHE  
PRIVATPRAXIS  
DR. THOMAS DILL · DR. MARTIN LOHR

Auch in der  
Ferienzeit  
sind wir mit  
ganzheitlicher  
Männer-  
medizin für  
Sie da!

Bergheimer Straße 56a  
Telefon +49 (0) 6221 65085-20  
Neue Zweigstelle seit 1.2.24:  
ATOS Klinik Heidelberg  
Haus B, 1. OG, Bismarckstraße 9-15  
Telefon +49 (0) 6221 983-1710  
D-69115 Heidelberg  
www.urologische-privatpraxis-heidelberg.de

Die BAZ wünscht  
frohe Weihnachten  
& ein gutes neues  
Jahr 2026

## Weiterbilden im neuen Jahr

### VOLKSHOCHSCHULE SCHWETZINGEN

Schwetzingen. Das Programm der Volkshochschule (VHS) bietet ein breites Spektrum an Bildungs- und Weiterbildungsangeboten, das von Sprachkursen über digitale Kompetenzen bis hin zu Gesundheits- und Achtsamkeitsthemen reicht.

Den Auftakt bildet ein Polnischkurs auf Grundstufenniveau A1.1, der sich an Teilnehmende ohne Vorkenntnisse richtet und an zwei Samstagen ab Samstag, 10. Januar, in der VHS stattfindet; die Anmeldung ist bis Mittwoch, 7. Januar, möglich. Ebenfalls an diesem Wochenende werden Einsteiger in einem WordPress-Kurs an Samstag und Sonntag, 10. und 11. Januar, an die Gestaltung von Blogs und Websites herangeführt, auch hier endet die Anmeldefrist am 7. Januar.

Digitale Themen stehen zudem am Montag, 12. Januar, im Fokus, wenn ein Onlinekurs über Künstliche Intelligenz, Datenschutz und Compliance über das EU-Gesetz zur KI informiert; hierfür ist eine Anmeldung bis Freitag, 9. Januar, erforderlich. Am selben Tag bietet die VHS eine kostenpflichtige Digital-sprechstunde zur Beratung rund um PC, Tablet und Smartphone an, für die der 7. Januar als Anmeldeschluss gilt. Für Nutzer von Apple-Geräten beginnt am Dienstag, 13. Januar, ein zweitägiger Einsteigerkurs zum Umgang mit iPhone und iPad, mit Anmeldefrist bis Donnerstag, 8. Januar.

Fotografisch Interessierte können sich ab Dienstag, 13. Januar, in mehreren Abendterminen in Photoshop Lightroom Classic einarbeiten, wofür eine Anmeldung bis 9. Januar vorgesehen ist. Angebote zur persönlichen Weiterentwicklung folgen ab Mittwoch, 14. Januar, darunter der Kurs „Leben Sie Ihre Träume“ sowie ein Workshop zu Ayurveda für Teilnehmende mit Vorkenntnissen; hier enden die Anmeldefristen am 8. beziehungsweise 12. Januar.

zg

WINTERSCHLUSSVERKAUF

ab 30% RABATT

auf alle Wintertextilien!

\*gilt auf reguläre Ware

IN ALLEN  
BÖ  
Filialen!

GOLDANKAUF

Wir kaufen zu hohen Preisen an:

Goldschmuck

Bruch- & Altgold

Zahngold

Münzen & Barren

Altsilber

Luxus- & Golduhren

Edelsteine

Luxustaschen

Silberbesteck

Zinn

Ihre Vorteile:

> Sofortige Wertermittlung  
> Barauszahlung direkt vor Ort oder Echtzeitüberweisung  
> Transparente Abwicklung  
> Hoher Goldkurs  
> Kompetente Beratung

Die Goldwaage  
Rohrbacher Str. 44  
69115 Heidelberg

Google ★★★★★

Öffnungszeiten  
Mo – Fr: 11:00 – 18:00 Uhr  
Sa: 11:00 – 15:00 Uhr

T 06221 – 360 77 00  
www.goldwaage-heidelberg.de

die Goldwaage  
EDELMETALLHANDEL

Jetzt  
von hohen Kursen  
profitieren!

So geht's:

1 Wertgegenstände zu uns bringen.

2 Unverbindliches Angebot erhalten.

3 Betrag vor Ort auszahlen lassen.

ZUSTELL-SERVICE

06 21 / 3 92 23 47  
www.azp24.de/  
reklamation



NOTRUF

- Polizei**  
110
- Feuerwehr/Rettungsdienst**  
112
- Einheitliche Behördennummer**  
115
- Ärztlicher Bereitschaftsdienst**  
116 117
- Kinderärztlicher Notdienst**  
Ortsvorwahl/192 92
- Zahnärztlicher Notfalldienst**  
06221/ 354 4917
- Universitätsklinikum Heidelberg**  
06221/ 560
- GRN-Klinik Schwetzingen**  
06202/ 8430
- Kinder-und Jugendtelefon**  
0800/ 111 0333
- Opfernotruf**  
01803/ 343 434
- Suchthilfe**  
06252/ 700 590
- Telefonseelsorge**  
0800/ 111 0111

APOTHEKEN

Welche Apotheke hat an den Wochenenden und Feiertagen Notdienst?  
Über die Telefonnummer **08 00 / 00 22 833** kann jederzeit kostenlos die nächstgelegene Apotheke erfragt werden – Wegbeschreibung inklusive.

IHRE REDAKTION



**Katharina Schwindt**  
Telefon: 0621/ 392 2802  
E-Mail:kschwindt@haas-publishing.de



Wolfgang Trepper tritt im Februar in der Brühler Festhalle in der für ihn ungewöhnlichen Rolle des Buchautors ins Rampenlicht. BILD: JAGU AGENTUR

Dank an die Tante Henny

**FESTHALLE BRÜHL:** Wolfgang Trepper stellt am 11. Februar sein neues Buch vor.

Brühl. Man kennt ihn in Brühl als lauten und polternden Kabarettisten. Doch Wolfgang Trepper kann auch anders.  
Am Mittwoch, 11. Februar, wird er ab 19.30 Uhr in der Festhalle aus seinem eher ruhigen Buch „Nur mal eben Danke sagen“ lesen. Darin verrät er, was Tante Henny ihm über Mut, Vertrauen und das

Leben an sich beigebracht hat. Das Buch ist mehr als ein Danke an eine außergewöhnliche Frau, die ihm Werte, Mut und Vertrauen vermittelte. Es ist auch eine stellvertretende Liebeserklärung an all die großartigen Frauen, die ihr Umfeld im Leben prägen. Eine berührende Erzählung voller Witz und ungeahnter Tiefe – und

ein absolutes Muss für jeden eingefleischten Trepper-Fan. Und Mary Roos kommt natürlich auch vor. ras/zg

**Karten für diese Lesung gibt es im Vorverkauf für 18 bis 20 Euro an der Rathauspforte, Telefon 06202/ 2 00 30, sowie im Kundenforum der SZ, Telefon 06202/20 52 05.**



Im Zentrum der Konzerte in Heidelberg und Schwetzingen stehen leidenschaftliche Werke von Gluck bis Puccini. BILD: HEIDELBERGER SINFONIKER

Neujahrskonzerte voller Leidenschaft

HEIDELBERGER SINFONIKER

Heidelberg/Schwetzingen. Am 1. Januar um 17 Uhr im Heidelberg Congress Center und am 2. Januar um 17 Uhr im Rokokotheater Schwetzingen gestalten die Heidelberger Sinfoniker die Neujahrskonzerte „Passione“.  
Dabei steht eine Reise in die Welt der Emotionen im Mittelpunkt. Zusammen mit dem jungen und aufstrebenden Schweizer Tenor Luca Gotti möchte das Orchester seine musikalischen Leidenschaften ausleben.  
Im Zentrum des Programms stehen leidenschaftliche Werke von Gluck bis Puccini. Ergänzt wird das Konzert durch die charmante Moderation von Jutta Werbelow und die musikalische Leitung des bei den Heidelberger Sinfonikern sehr beliebten Dirigenten Sebastian Tewinkel. In der Konzertpause gibt es eine Einladung zum

Sekt. Luca Gotti übernimmt den Tenorpart, Jutta Werbelow führt durch das Programm, die Heidelberger Sinfoniker musizieren unter der Leitung von Sebastian Tewinkel.  
Die Eintrittspreise für das Konzert in Heidelberg mit Ermäßigungen liegen bei 76 Euro, 61 Euro, 47 Euro, 35 Euro und 28 Euro. Für das Konzert in Schwetzingen mit Ermäßigungen gelten Eintrittspreise von 70 Euro, 58 Euro, 46 Euro, 34 Euro und 23 Euro. red

**Karten sind bei den Heidelberger Sinfonikern per E-Mail unter info@heidelberger-sinfoniker.de, telefonisch unter 06221/ 80 90 80, über www.reservix.de sowie bei den bekannten Vorverkaufsstellen erhältlich.**

SERVICE

Sie haben eine Veranstaltung?

Sie planen eine Veranstaltung im Verbreitungsgebiet der BAZ und wollen diese bekanntmachen? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Gerne können Sie uns Ihre kostenfreie Veranstaltung melden – nach Möglichkeit platzieren wir eine entsprechende Ankündigung in den kommenden Ausgaben. Egal ob kleine Interessengemeinschaft oder großer Verein – senden Sie Ihren Veranstaltungshinweis mit allen notwendigen Angaben zu Veranstaltungsort, Datum und Zeitraum, Anlass sowie Veranstalter direkt an Ihre zuständige BAZ-Redakteurin.

Ich freue mich auf Ihre Nachricht!  
**Katharina Schwindt**  
kschwindt@haas-publishing.de



Beste Freunde suchen ein neues Zuhause

**Schwetzingen.** Toffee, eine etwa zwei Jahre alte cremefarbene Perserkätzin, und Viktor, ein etwa zehn Monate alter getigelter Kater, sind beste Freunde und suchen nur zusammen ein neues Zuhause.  
Gerne in der Wohnung, dann aber mit katzensicheren Balkon. Beide Katzen sind entwurmt, kastriert, ge-

chipt und neg. FIV/Leukose getestet. Nächste Woche bekommen sie noch die erste Impfung und dann steht ein Umzug in ein neues Zuhause fast nichts mehr im Weg. Wer möchte die beiden besuchen? **Mehr Infos gibt es beim Tierschutzverein Schwetzingen und Umgebung unter Telefon 06202/2 94 83 oder 0173/4 54 02 54.** tvs/BILD: TVS

Weihnachten früher und heute

**AUSFLUGSTIPP:** Eine historische Führung durch die Weinheimer Altstadt wird am 21. und 26. Dezember angeboten.

**Weinheim.** Die ideale Ergänzung zum Weihnachtsmarktbesuch: Im Zauber der weihnachtlichen Altstadt entführt Weinheims Stadtführer Franz Piva an den Adventswochenenden im Rahmen einer weihnachtlichen Stadtführung seine Begleiter in eine längst vergangene Zeit.  
Er berichtet anschaulich, wie die Menschen im Mittelalter Weihnachten in Weinheim und im Odenwald gefeiert haben.  
Das Weinheimer Stadtführer-Urgestein hat sich eigentlich in diesem Jahr aus Altersgründen zurückgezogen und leitet nur noch wenige spezielle Führungen – sie sind daher jedes Mal eine besondere Rarität.  
**Entstehung der heutigen Bräuche**  
Franz Piva erzählt unter anderem, wie es zum ersten Adventskranz und zum Adventskalender kam, wie aus Buchsbaum, Haselbaum und Zuckerbaum der heutige Christbaum entstand, dass das Christkind



Weihnachtliches Weinheim erleben: Die Stadt lädt zu einer besonderen Führung durch die festlich geschmückte Altstadt ein – mit spannenden Geschichten und alten Bräuchen. BILD: DANIEL SIELER

eine Erfindung Martin Luthers und wie Kurfürst Karl Theodor die Weihnachtslotterie erfand. In vielen alten Schriften und Büchern hat er geforscht und berichtet von der Winter- und sonnenwende sowie den geheimnisvollen „Zwölf Heiligen

Nächten“. Auch alte Weihnachtssagen sind

Thema der Führung. Den Abschluss bildet ein Vergleich zwischen „Weihnachten früher und heute“.  
Die Führung durch das weihnachtliche Weinheim findet am Sonntag, 21. Dezember, statt, an dem auf dem Marktplatz auch der Weihnachtsmarkt lockt, sowie noch einmal am zweiten Weihnachtsfeiertag, 26. Dezember. Beginn ist jeweils um 14 Uhr, Treffpunkt ist der Marktplatzbrunnen. Die Dauer der Führung beträgt etwa ein-einhalb Stunden.  
Die Kosten belaufen sich auf sechs Euro pro Person, eine rechtzeitige Anmeldung wird empfohlen. Die Führung kann auch für Gruppen gebucht werden. Anmeldung und weitere Informationen erhalten Interessierte bei der Tourist-Info am Marktplatz unter der Telefonnummer 06201 / 8 26 10 oder per E-Mail unter tourismus@weinheim.de. red





Matthias Ohlheiser (v.l.), Ramón Eck, Catrin Nähr, Till Schneyder, Lea Kraft, Lukas Wienke, Philipp Knapp und Matthias Steffan bei der Eröffnung der Mobilitätsstation.

BILD: NOAH ESCHWEY

# Mobilitätsstation eröffnet

## BAUPROJEKT SCHWETZINGER HÖFE

Von Noah Eschwey

**Schwetzingen.** „Wir haben festgestellt, dass die Käufer der Wohnungen teilweise gar keinen Autostellplatz mehr möchten, weil sie es nicht mehr für notwendig erachten, ein eigenes Fahrzeug zu besitzen“, erklärt Matthias Ohlheiser, Projektleiter der Firma Eppe Immobilien für das Bauprojekt Schwetzinger Höfe.

Für künftige Bewohner, die bewusst auf ein eigenes Auto verzichten möchten, bleibt die Mobilität dennoch gewährleistet: Gemeinsam mit dem Carsharing-Anbieter „stadtmobil“ haben Stadtverwaltung und Bauunternehmen an der Ecke Scheffelstraße/Pfandlerstraße den ersten „Mobility Hub“ eröffnet, an dem nun unter anderem das erste vollelektrische Carsharing-Auto Schwetzingens bereitsteht. Oberbürgermeister Matthias Steffan freute sich nun, „all diejenigen zu begrüßen, die an diesem weiteren Baustein innovativ gearbeitet haben“. Heute seien Superlative angebracht, betont er: „Es ist das erste Mal, dass bei einem solchen Quartier die Themen Carsharing und Elektromobilität gleich mitgedacht werden.“

Dass Carsharing und Elektromobilität zusammen umgesetzt werden, sei bislang ohnehin selten, erläutert Till Schneyder, Vertreter von „stadtmobil“. Ein Elektroantrieb sei für das Unternehmen normalerweise schwierig, „weil es die Kunden nicht sonderlich gerne buchen“. In Schwetzingen zeige sich allerdings das Gegenteil: „Seit gestern ist es möglich, das Fahrzeug zu buchen, und es war direkt den ganzen Tag ausgebucht.“ Die Gruppe applaudiert, woraufhin der OB scherzt, man könne froh sein, dass das Auto rechtzeitig zum Pressetermin verfügbar sei. Für Menschen, die sich bislang nicht an die Nutzung eines E-Fahrzeugs herantrauen, bietet „stadtmobil“

Anfang des kommenden Jahres eine Schulung an. Interessierte können sich per E-Mail an [rhein-neckar@stadtmobil.org](mailto:rhein-neckar@stadtmobil.org) anmelden. Rund 120 Kundinnen und Kunden nutzen das Angebot von „stadtmobil“ in Schwetzingen, etwa 80 weitere kommen aus Oftersheim und Plankstadt hinzu. Mittlerweile stehen sechs Fahrzeuge an fünf Standorten bereit. „Die Auslastung ist hoch, für uns ist das sehr gut“, sagt Schneyder, der betont, dass das Unternehmen auf Wachstumskurs sei. Das neue vollelektrische Fahrzeug verfügt über einen dauerhaft reservierten Ladeplatz; an einem zweiten Ladeplatz der Mobilitätsstation können Bewohnerinnen und Bewohner ihre privaten E-Autos laden. Die Versorgung der Ladesäule erfolgt über Strom der EnBW.

### Mit mehreren Bausteinen

„Da haben wir ein richtig dickes Brett zusammengebohrt“, sagt Matthias Ohlheiser. Bei diesem Termin gehe es nämlich nicht nur darum, das erste Carsharing-Elektroauto Schwetzingens zu begrüßen, sondern den gesamten „Mobility Hub“. Neben dem E-Fahrzeug gibt es einen weiteren Carsharing-Platz für ein nichtelektrisches Auto sowie eine VRN-Nextbike-Station. Laut Stadtverwaltung ist diese bereits seit Frühjahr 2025 in Betrieb und verzeichnet im Vergleich zu anderen Stationen in Schwetzingen eine Auslastung im oberen Mittelfeld.

Die Planung sei ein hartes Stück Arbeit gewesen, aber alle Beteiligten seien „am Ball geblieben“, freut sich Ohlheiser: „Nun haben wir den ersten Mobility Hub fertig.“ Ein Pendant zur Mobilitätsstation soll auf der gegenüberliegenden Seite der Schwetzinger Höfe entstehen, wie OB Steffan erklärt: „So gibt es bei beiden Ausgängen aus dem Wohnquartier ein Mobility Hub.“

# „Digitale Brücke schaffen“

## UNTERSTÜTZUNG FÜR NEUZUGEWANDERTE

**Kreis.** Ab sofort finden Zugewanderte im Rhein-Neckar-Kreis viele wichtige Informationen rund um Wohnen, Arbeiten, Ankommen und vieles mehr in der Integreat-App.

Dabei handelt es sich um eine mehrsprachige digitale Informationsplattform. Sie stellt eine zentrale, leicht zugängliche Anlaufstelle für alle wichtigen Informationen rund um das Ankommen und Leben im Landkreis dar.

Die Integreat-App unterstützt Menschen bei Bedarf bereits vor ihrer Ankunft und in den ersten Monaten danach. Sie umfasst zum Beispiel Informationen zum Aufenthalt, zu Behörden, Sprachkursen, Arbeit, Gesundheit, Bildung oder auch zu lokalen Beratungs- und Unterstützungsangeboten. Alle Inhalte sind verständlich aufbereitet, kostenlos und sogar offline nutzbar. Obwohl die Angebote vor allem auf die Bedürfnisse von Neuzugewanderten ausgerichtet sind, profitieren auch Personen, die schon länger in der Region leben, von den leicht zugänglichen und umfassenden Informationen. Diese niedrigschwellige Bereitstellung von Inhalten entlastet

zudem die hauptamtlichen Stellen, die sich dadurch stärker auf individuelle Beratungen konzentrieren können.

„Mit der Integreat-App schaffen wir eine digitale Brücke zu den wichtigsten Informationen, die neuzugewanderte Bürgerinnen und Bürger benötigen, um sich schnell zurechtzufinden und um gut anzukommen“, erklärt Landrat Stefan Dallinger und Integrationsbeauftragte des Kreises, Maria Theresia Brucker, ergänzt: „Wir freuen uns, Integreat als neuen Service anbieten zu können.“ Das Angebot stärke die Selbstständigkeit der neuzugezogenen Menschen und erleichtere zugleich die Arbeit aller Akteuren und Akteure im Integrationsbereich, so Brucker.

Die Inhalte werden vom Landratsamt Rhein-Neckar-Kreis gepflegt und regelmäßig aktualisiert. Neben allgemeinen Informationen enthält die App auch viele regionale Hinweise, Adressen und Kontakte zu Einrichtungen im Landkreis. Aktuell ist sie auf den Sprachen Deutsch, Englisch, Französisch, Türkisch, Arabisch, Ukrainisch, Russisch, Persisch und Paschtu verfügbar.

mk



**Julian Weßling**  
Mediaberater

**Ihr Ansprechpartner für:**  
Schwetzingen, Oftersheim, Plankstadt, Ketsch, Brühl, Speyer, Hockenheim, Neußheim, Altlüßheim, Reilingen, Oberhausen-Rheinhausen und Waghäusel

**Kontakt:**  
Telefon: 06202 205-338  
[j.wessling@haas-mediengruppe.de](mailto:j.wessling@haas-mediengruppe.de)

**BAZ**

*Freche Weihnachten und einen guten Start ins neue Jahr wünscht*



**Re-Vital**  
Mobile Fachkrankenpflege und Seniorenbetreuung

Schulstraße 12/1 • 68799 Reilingen • 06205-189904

Ihre BAZ erscheint wieder am 16. Januar 2026



*Fröhliche Weihnachten...*

...und ein glückliches neues Jahr 2026

**Badische Anzeigen Verlags-GmbH**

**80** JAHRE

**XXX Lutz**

**MEGATAGE**



KF 125 A 003

**25%**

**XXXL Taschen Aktion**

Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

AUF FAST **ALLE**

- ☒ Gardinen
- ☒ Leuchten
- ☒ Heimtextilien
- ☒ Teppiche

☒ Baby-Exklusivmarken- ☒ Haushaltswaren & Accessoires

**GESCHENKT**

EXKLUSIV FÜR FREUNDSCHAFTSKARTEN-INHABERINNEN UND -INHABER

1) + S)

**XXX Lutz** GUTSCHEIN

**250 €**

**BEI KAUF AB 1.000 €**

NUR IN DER FILIALE

Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

2) + S)

**XXX Lutz** GUTSCHEIN

**500 €**

**BEI KAUF AB 2.000 €**

NUR IN DER FILIALE

Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

2) + S)

**XXX Lutz** GUTSCHEIN

**1.000 €**

**BEI KAUF AB 4.000 €**

NUR IN DER FILIALE

Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

2) + S)

QR-Code scannen, Filiale auswählen und exklusive Aktionstage anzeigen lassen



**Verkaufsoffene Sonntage, Sonderöffnungszeiten & weitere Aktionstage**

in Ihrer Nähe

Für Druckfehler keine Haftung  
Die XXXLutz Möbelhäuser, Filialen der BPSK Handels GmbH & Co. KG, Mergentheimer Straße 59, 97084 Würzburg. Nähere Bedingungen: siehe XXXLutz Streifen 2. ILDES2-5-F

**Mein Möbelhaus. Mein xxxlutz.de**

**XXX Lutz**



Neben den Einzelstarts über fünf und zehn Kilometer gibt es wieder eine Teamwertung für die Fünf-Kilometer-Läufer.

BILD: SCHILLINGER

# Auf die Plätze – fertig – Spargellauf

**BELIEBTES SPORTEVENT:** Anmeldung ist ab 15. Januar im Internet möglich.

**Von Birgit Schillinger**

Schwetzingen. Motivation für das neue Jahr gefällig? Die Anmeldung zum Spargellauf ist ab Donnerstag, 15. Januar, über das Internet unter [www.spargellauf-schwetzingen.de](http://www.spargellauf-schwetzingen.de) möglich. Und am 29. März startet dann der beliebte Spargellauf in und um den Schwetzingen Schlossgarten.

Zum 15. Mal lockt der beliebte Lauf viele – vor allem regionale – Sportler in den

Schlosspark. Die Teilnehmerzahlen für den Fünf- sowie Zehnkilometer-Lauf sind jeweils auf 500 beschränkt. Für Schüler (Jahrgang 2013 und jünger) gibt es einen Schülerlauf über 1200 Meter, der Bambinilauf (2019 und jünger) führt über 500 Meter.

Der erste Startschuss fällt um 9.30 Uhr für die Schüler. Dann folgt der Bambinilauf um 10 Uhr. Wie gewohnt gehen um 10.20 Uhr die Fünf-Kilometer-Starter auf die Strecke, zehn Mi-

nuten später die Zehn-Kilometer-Läufer.

Neben den Einzelstarts über fünf und zehn Kilometer gibt es wieder eine Teamwertung für die Fünf-Kilometer-Läufer: Drei Teilnehmer starten gemeinsam und gleichzeitig. Die Zeiten werden addiert. Die Startgelder betragen drei Euro für den Kinder-, fünf Euro für den Schüler-, neun Euro für den Fünfer- und 14 Euro für den Zehnerlauf.

Neu ist dieses Jahr für die Läufe über fünf und zehn Kilo-

meter eine Netto-Zeitmessung: Das heißt, am Start liegt auch eine Matte, die die Startzeit beim Überschreiten registriert, wodurch die reine Laufzeit erfasst wird.

Wer sich als Helfer engagieren möchte, kann sich über die Homepage anmelden. Fortgeschrittene Läufer, die in Lauftreffs trainieren möchten, finden ebenfalls auf der Homepage die verschiedenen Angebote.

# ASG Tria lebt Triathlon als Teamsport

**JAHRESABSCHLUSSFEIER:** Mit über 100 Teilnehmern in der Grillhütte Neulußheim Zeichen für lebendige Vereinsgemeinschaft gesetzt und erfolgreiche Athleten geehrt.

Hockenheim. Die Ausdauer-sportgemeinschaft (ASG) Hockenheim hat ihre Jahresabschlussfeier in der voll besetzten Grillhütte in Neulußheim ausgerichtet. Mehr als 100 Mitglieder waren gekommen – ein starkes Zeichen für die lebendige Vereinsgemeinschaft. Den sportlichen Rückblick präsentierte der sportliche Leiter Henning Rudolph. Sein Fazit fiel rundum positiv aus. Der langjährige Vorsitzende Oskar Stephan eröffnete traditionell den Abend. Nach 25 Jahren im Amt gibt er im kommenden Jahr seinen Vorsitz ab, sodass seine Begrüßung die letzte in dieser Funktion war.

Die Trainingsbeteiligung habe sich weiter verbessert, viele Mitglieder seien sportlich wie persönlich gewachsen, berichtete Henning Rudolph. Das Jahr sei geprägt gewesen von einer starken Gemeinschaft, neuen Trainingsstrukturen und vielen persönlichen Bestleistungen. Besonders wichtig war dem Verein, Triathlon wieder als Teamsport zu leben. Gemeinsames Reisen zu Wettkämpfen und gemeinsames Bewältigen der Distanzen hätten den Zusammenhalt deutlich gestärkt. Zu den Höhepunkten zählten der 16-wöchige Marathonplan für Frankfurt, der interne ASG-Tria Cup sowie eine klar strukturierte Triathlon-Vorbereitung inklusive Trainingslager. Dazu

kamen traditionsreiche Ausfahrten wie die Tour in die Partnerstadt nach Commercy und eine anspruchsvolle achttägige Dolomiten-Tour.

**Birte Perner und Thomas Plautz als Triathlon-Vereinsmeister geehrt**

Ein zentrales Element des Abends waren die Ehrungen für besondere Leistungen im Jahr 2025. Christian Wilhelm verbesserte sich im Hamburg-Marathon auf starke 3:50:00 Stunden und erzielte über 10 Kilometer 44:48 Minuten. Frank Neuhaus glänzte mit einem Halbmarathon in 1:43:38 Stunden.

Besonders eindrucksvoll war die Entwicklung von Aaron Scheuler, der seine Bestzeiten gleich mehrfach steigerte: 5 Kilometer in 19:15 Minuten, 10 Kilometer in 39:53 Minuten und den Halbmarathon in 1:29:31 Stunden. Christian Klefenz überzeugte mit 3:04:14 Stunden beim Frankfurt-Marathon sowie einer starken Langdistanzzeit von 10:08:00 Stunden in Roth. Andris Rodewald unterbot mit 2:58:44 Stunden die Dreistunden-Marke im Marathon.

Bei den Triathlon-Vereinsmeisterschaften sicherte sich Birte Perner den Gesamtsieg bei den Frauen vor Katja Fey und Francesca Fragapane. Bei den Männern gewann Thomas Plautz, gefolgt von Goran Cicak und Christian Klefenz. Weitere

Top-Platzierungen erzielten Christian Klefenz als Dritter bei den baden-württembergischen Meisterschaften im Sprinttriathlon in Mühlacker sowie Calo Parisi und Thomas Plautz, die in Ettlingen jeweils den vierten Platz über die olympische Distanz in ihrer Altersklasse erreichten. Zudem errang Calo Parisi den zweiten Gesamtrang im Triathlon Rhein-Neckar Cup.

**ASG Tria Cup fördert den Teamgeist in Serie**

Der ASG Tria Cup, eine lokale Triathlonserie, spielte eine wichtige Rolle zur Förderung des Teamgeistes, um Triathlon bewusst als Gemeinschaftssport zu fördern. Gesamtsieger wurden hier bei den Frauen Ann Margit Hellmich, vor Birte Perner und Francesca Fragapane und bei den Männern Thomas Plautz, Calogero Parisi und Goran Cicak.

Den musikalischen Abschluss des Abends übernahm die vereinseigene Band mit Alfred Rokossa, Wolfgang Geier, Wolfgang Müller, Pascal Stephan und Ralf Krauß. Ihr engagierter Auftritt sorgte für eine ausgelassene Stimmung, die bis weit nach Mitternacht anhielt. Die Feier machte einmal mehr deutlich, wie eng sportliche Erfolge und der gelebte Gemeinschaftssinn bei der ASG Hockenheim verbunden sind.

*Holger Kischlat*

# Besondere Auszeichnung

**SC 08 REILINGEN:** Auf Adventsmarkt mit dem goldenen KLEEblatt ausgezeichnet.

Reilingen. Eine besondere Auszeichnung wurde dem SC 08 Reilingen kürzlich auf dem Reilinger Adventsmarkt zuteil. Der Verein erhielt das goldene KLEEblatt, das Qualitätssiegel des Badischen Fußballverbands.

Damit würdigt der Verband das herausragende und nachhaltige Engagement des Vereins in den Bereichen Kinder- und Jugendarbeit, Leistungsförderung, Ehrenamt sowie gesellschaftliches Engagement. Der SC 08 Reilingen erfüllt seit Jahr-

ren vorbildlich die hohen Anforderungen des KLEEblatt-Zertifizierungsprogramms, nahm aber zum 1. Mal beim Bewerbungsverfahren teil. Neben der sportlichen Ausbildung junger Fußballerinnen und Fußballer legt der Verein großen Wert auf eine ganzheitliche Förderung. Dazu zählen unter anderem Hausaufgabenbetreuung, Ausbildungskooperationen, Ferienangebote sowie vielfältige soziale Aktivitäten. Getragen wird dieses Angebot insbesondere

durch den Einsatz zahlreicher ehrenamtlicher Helferinnen und Helfer.

Überreicht wurde das goldene KLEEblatt von Harald Schäfer, Kreisvorsitzender des Badischen Fußballverbands. An der Feierstunde nahmen zudem Bürgermeister Stefan Weisbrod, Mike Supper von der Kultur- und Sportgemeinschaft, der 1. Vorsitzende des SC 08 Reilingen, Uli Kief, sowie Axel Minar, Martin Koschate und Markus Harder aus der Jugendleitung

teil. Umrahmt wurde die Übergabe von den D-Juniorinnen, begleitet von ihren Trainern Andreas Marx und Stefan Jarosch.

Die Auszeichnung mit dem goldenen KLEEblatt unterstreicht die Bedeutung des SC 08 Reilingen als wichtiger gesellschaftlicher Partner in der Gemeinde. Sie ist zugleich Anerkennung und Motivation, die erfolgreiche Kinder- und Jugendarbeit auch in Zukunft fortzuführen.



Viele Kilometer absolviert: Alle Geehrten versammelten sich zum Erinnerungsfoto in der Neulußheimer Grillhütte.

BILD: CHRISTIAN ZEIDLER



# FRED FUCHS

## FAMILIENGEGWINNSPIEL 2025



**1. Preis**

1 x Familienwochenende im **Disneyland, Paris**  
(Wert: 1.000 €)



**2. Preis**

1 x Familienwochenende im **Europa-Park, Rust**  
(Wert: 500 €)



**3. Preis**

4 x Saisonkarten für **Plopsaland, Haßloch**  
(Wert: ca. 250 €)



**JETZT SCANNEN UND GEWINNEN!**

Sichert Euch jetzt die Chance auf tolle Familienpreise!

**+10 Fred-Fuchs-Überraschungspakete.**

SZ [schwetzingen-zeitung.de/familiengewinnspiel](http://schwetzingen-zeitung.de/familiengewinnspiel)

Schwetzingen Zeitung  
Hockheimer Tageszeitung



## „Der perfekte Nebenjob! - Einmal pro Woche - flexible Zeiteinteilung jedes Wochenende“

Prospektzustellung für z.B. ALDI, Lidl, BAZ - um die Ecke, direkt im Wohnort.

Einfach melden - gerne direkt über WhatsApp



Mehr Informationen findest du unter: [www.azp24.de](http://www.azp24.de)



Die AZP GmbH ist ein Unternehmen der HAAS Mediengruppe:  
Mannheimer Morgen, Südhessen Morgen, Bergsträßer Anzeiger, Schwetzingen Zeitung, mannheimer-morgen.de, Mannheim24.de, Morgenpost.



Spatenstich für den zweiten Bauabschnitt (v.l.): Dr. Thomas Griemann, Marcus Wiesendanger, Matthias Ohlheiser, Daniela Reich und Matthias Steffan. BILD: DIRK JANSCH

# Auch beim zweiten Abschnitt den „Bauturbo“ gezündet

**SCHWETZINGER HÖFE:** Spatenstich für Projekt mit insgesamt 211 Wohneinheiten, Kindertagesstätte und Quartierspark.

Von Dirk Jansch

**Schwetzingen.** Mit der Hoffnung, ein weiteres urbanes Quartier in Schwetzingen zu entwickeln, haben Oberbürgermeister Matthias Steffan und die Projektverantwortlichen der Firmen Epple und Concepta plan den Spatenstich für den zweiten Bauabschnitt der Schwetzinger Höfe vorgenommen. „Wir brauchen diesen Wohnraum in unserer Stadt“, sagte der OB, der alle Beteiligten lobte: Gemeinsam habe man ein weiteres Mal den „Bauturbo Schwetzingen“ gezündet. „Ein weiteres Stück Urbanität wird Realität“, freute sich der Oberbürgermeister. Auch mit dem zweiten Bauabschnitt werde etwas geschaffen, das genau auf die Menschen passe. Steffan nahm hier vor allem Bezug auf das Wohnkonzept Elyse, bei dem 118 Servicewohnungen für Menschen ab 58 Jahren entstehen sollen. „25 Prozent der Bevölkerung in Schwetzingen ist über 65 Jahre alt“, sagte der OB. „Für die brauchen wir auch Wohnraum“. Mit der Errichtung einer neuen Kindertagesstätte spanne man gleichzeitig den Bogen zur jüngeren Generation. Epple-Geschäftsführerin Daniela Reich betonte: „Hier entsteht nicht nur ein Quartier, sondern ein neues Zuhause für die Menschen.“ Im zweiten Bauabschnitt gehe es um Alltag,

Begegnung und Lebensqualität. Geplant sei ein lebendiges Quartier für alle Generationen. Spielen, Bewegen, Begegnen – das Durchatmen in der grünen Mitte des neu entstehenden Quartiersparks stünden im Mittelpunkt. Mit Elyse gebe die Firma Epple ein Versprechen, dass Wohnen in jeder Lebensphase Qualität, Sicherheit, Versorgung und Gemeinschaft bieten könne. „Uns ist wichtig, dass das Ganze barrierefrei und offen ist“, betonte Reich den Inklusionsaspekt.

**Bereits mehr als 50 Wohnungen vor Baubeginn verkauft** Auch in Sachen Nachhaltigkeit wolle man ganz vorne mit dabei sein, sagte die Geschäftsführerin. Die sehr gute Quote von mehr als 50 Wohnungen, die bereits vor Baubeginn verkauft worden seien, zeige, dass man den richtigen Weg eingeschlagen habe. „Wir sehen das als Ansporn, dass wir dem Vertrauen, das man in uns setzt, auch gerecht werden müssen“, sagte Reich. Sie bedankte sich für die gute Zusammenarbeit mit der Stadt, dem Gemeinderat sowie allen Projektpartnern: „Ich freue mich auf jeden weiteren Spatenstich, den wir noch gemeinsam erleben können.“ Marcus Wiesendanger, Geschäftsführer von Concepta-

plan, hob die moderne Architektur und funktionelle Struktur des neu entstehenden Quartiers hervor. „Wir legen heute den Grundstein für ein Quartier, das die kommenden Generationen prägen wird“, sagte er. Wiesendanger hatte sich ein paar Fakten notiert: 30 Monate Bauzeit, 40.000 Kubikmeter bewegte Erde, 15.600 Quadratmeter Wohnfläche und 3.000 Tonnen Stahl. Er brachte die Hoffnung zum Ausdruck, dass für die künftigen Bauabschnitte die Freigabe ähnlich schnell vorliege.

Im zweiten Bauabschnitt entstehen insgesamt 211 moderne Wohneinheiten, davon 118 im Rahmen der Elyse-Servicewohnungen für Menschen ab 58 Jahren. Ergänzt wird dieses Konzept durch Serviceleistungen, die das Leben in dieser Lebensphase komfortabler machen. Gemeinschaftsräume stehen für gesellschaftliche, kulturelle und sportliche Aktivitäten zur Verfügung. Direkt am Quartierspark entstehen zudem 93 attraktive Eigentumswohnungen mit Blick ins Grüne. Eine neue Kindertagesstätte ermöglicht die wohnortnahe Betreuung für die jüngsten Bewohner des neuen Quartiers, das mit insgesamt 825 Wohneinheiten voraussichtlich bis Mitte der 2030er Jahre von rund 1.600 Menschen bewohnt sein soll. Mit rund 7.600 Quadratmetern

Grundfläche soll der Quartierspark einmal das grüne Herz der Schwetzinger Höfe bilden. Geplant sind auf dem Areal barrierefreie Wege, eine große Pflanzenvielfalt sowie Aufenthaltsbereiche, die zum Verweilen, Spielen und Erholen einladen.

**Fertigstellung ist für erstes Halbjahr 2028 geplant** „Nachhaltige Architektur, grüne Freiräume und soziale Infrastruktur machen die Schwetzinger Höfe zu einem Vorzeigeprojekt moderner Stadtentwicklung“, wirbt die Firma Epple. Aktuell klappt noch eine riesige Baugrube auf dem Gelände, aber die vorbereitenden Maßnahmen und Erdbauarbeiten sind in vollem Gange. Bereits ab Januar soll mit den Rohbauarbeiten begonnen werden, die voraussichtlich ein Jahr in Anspruch nehmen werden.

Im Anschluss erfolgt laut Bauplan der sukzessive Ausbau der einzelnen Bereiche. Wenn alles reibungslos klappt, geht man davon aus, dass der zweite Hof im ersten Halbjahr 2028 fertiggestellt und bezugsfertig sein wird. Erst kürzlich hat der Gemeinderat grünes Licht für den dritten Bauabschnitt gegeben.

Das Areal der Schwetzinger Höfe umfasst 6,9 Hektar. Geplant sind insgesamt sieben Höfe. Davon ist einer bereits fertiggestellt.

# Mehr als 100.000 Euro in 19 Jahren

**KINDERTRAUMBAUM:** In diesem Jahr können die Verantwortlichen 93 Kindern einen Wunsch erfüllen und eine besondere Marke knacken.

Von Noah Eschwey

**Schwetzingen.** „Es ist das Jahr der ersten Male“, scherzt Antonia Wettstein. Seit 19 Jahren organisiert sie gemeinsam mit ihrem Mann Tibor den Kindertraumbaum in Schwetzingen. In diesem Jahr seien erstmals alle Geschenke pünktlich zur Abgabe eingegangen, zudem habe man keine zusätzlichen Spendengelder benötigt, um Wünsche nachzukaufen. Doch das sei nicht die erfreulichste Nachricht an diesem Montagmorgen: „Seit 15 Jahren bieten wir auch die Möglichkeit, für den Kinderförderfonds südliche Kurpfalz von Diakonie und Caritas zu spenden. Nun haben wir die 100.000-Euro-Marke geknackt.“

In diesem Jahr wurden die Wünsche von 93 Kindern erfüllt und 5.160 Euro für den Fonds gesammelt. „Damit haben wir in 19 Jahren genau 3.714 Weihnachtsgeschenke und 100.583 Euro zusammengetragen“, bilanziert Antonia Wettstein. Mit den Geschenken werde den



Tibor (v. l.) und Antonia Wettstein mit Hansjörg Rapp, Manuela Schneider, Alexander Schweitzer, Alisse Pijevljak, Annemarie Zahn, Traudel Zahn und Bettina Heubach. BILD: NOAH ESCHWEY

Kindern direkt an Weihnachten geholfen, der Fonds unterstütze Familien hingegen über das ganze Jahr hinweg, ergänzt Tibor Wettstein. Dabei gehe es um Teilhabe: „Wenn ein Kind Klavierunterricht möchte, der 20 Euro kostet, die Familie aber nur 10 Euro aufbringen kann, springt der Fonds ein.“

**Unbürokratische Hilfe** „Der Vorteil bei der Diakonie ist, dass wir Familien aus unse-

rer Beratung unmittelbar unterstützen können“, erklärt Hansjörg Rapp. Ein zentraler Partner sei zudem die Sparkasse, betont Antonia Wettstein. Diese sammle nicht nur Geschenke, sondern habe in den Anfangsjahren auch logistisch geholfen. „Wenn die Geschenke bei uns abgegeben werden, entsteht eine besondere, weihnachtliche Atmosphäre“, sagt Manuela Schneider von der Sparkasse.

Allein über den Fonds sei in diesem Jahr 317 Mal geholfen worden, wofür 26.760 Euro benötigt wurden.

Dass diesmal „nur“ 93 Wünsche erfüllt wurden, habe nichts mit einer Entspannung der sozialen Lage zu tun, stellen die Organisatoren klar. Vielmehr böten inzwischen auch Umlandgemeinden eigene Aktionen an.

Was einst von den Rechtsanwälten Wettstein initiiert wurde, trage heute ein breites Netzwerk. Über die Tafel würden bedürftige Kinder identifiziert, ein Fahrer hole die Pakete ab, die Stadt stelle den Baum – in diesem Jahr an der Spargelfrau – und die Sparkasse übernehme das Sammeln.

Spenden an den Kinderförderfonds südliche Kurpfalz sind möglich über das Diakonische Werk der evangelischen Kirchenbezirke im Rhein-Neckar-Kreis bei der Sparkasse Heidelberg, IBAN: DE86 6725 0020 0009 1409 05.

# Küchentesterinnen und -tester gesucht!

80 JAHRE

XXX Lutz

NR.1 BEI KÜCHEN KEINER liefert und montiert mehr Küchen als wir!

bis mindestens 27.12.2025

Die **ersten 80 Küchenkäuferinnen und -käufer** erhalten ihre **frei geplante Küche** zum **halben Preis!** Im Auftrag unserer Küchen herstellenden Unternehmen suchen wir, an all unseren Standorten, für eine regionale Marktanalyse jeweils 80 Küchentesterinnen und -tester.

frei geplante **Küchen** zum



Jetzt Termin sichern!

0800/800 9119 xxxlutz.de/termin



XXXL AKTION

ZUSÄTZLICH

30%

AUF GEKENNZEICHNETE ABVERKAUFSARTIKEL

Für Druckfehler keine Haftung. Artikel im Online Shop immer zum Freundschaftskartenpreis - unabhängig jeglicher Rabattaktionen. Marktplatz-Verkäufer/Drittanbieter sind von allen Aktionen ausgenommen. 1) Exklusiv für Freundschaftskarteninhaberinnen und -inhaber. Gültig bei Neuaufträgen auf gekennzeichnete Artikel, die in die Tasche passen, aus den Abteilungen Haushaltswaren & Accessoires, Gardinen, Leuchten, Teppiche, Heimtextilien sowie für die Baby-Exklusivmarken Jimmy Lee, My Baby Lou, Avelia und Patinio. Ausgenommen: siehe S). Keine weiteren Konditionen möglich. Gültig bis 27.12.2025. Einkaufstasche „XXXL Shopping Bag“, ca. 53 x 40 x 22 cm (83500010) für 1,- € erhältlich. 2) Gültig bei Neuaufträgen auf gekennzeichnete Artikel der Abteilungen Möbel, Küchen, Matratzen, Teppiche und Babyzimmer. Ausgenommen: siehe S). Für Freundschaftskarteninhabernde: Soweit anwendbar, Kombination mit dem 35% Freundschaftskartenpreis möglich, darüber hinaus keine weiteren Konditionen möglich. Gutschein gilt nur in unseren Filialen. Pro Einkauf und Kunde nur ein Gutschein einlösbar. Gültig bis mindestens 27.12.2025. S) Gültig bei Neuaufträgen. Ausgenommen: Artikel in dieser Werbung, in der Ausstellung als „Bestpreis/„Bester Preis“ gekennzeichnete Artikel, Blomus, Boxxx, Depot, Elle Decoration, JAB, Joop!, Teppiche, Leifheit, Musterring, Paidi, Schöner Wohnen, Soehnle, Team 7, Tilo, Tom Tailor Teppiche und Vorwerk, bereits reduzierte Ware, Abverkaufsartikel, Saisonartikel, Badzubehör, Elektro-Kleingeräte, Gutscheinkauf und Bücher. Bei XXXLutz in Blankenburg keine Baby-Artikel platziert, aber bestellbar. Keine Barauszahlung. 3) Gültig bei Neuaufträgen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Gültig bis mindestens 27.12.2025. KT) Gültig bei Neuaufträgen. Ausgenommen: Artikel in dieser Werbung, in der Ausstellung als „Bestpreis/„Bester Preis“ und „Daueriefpreis“ gekennzeichnete Artikel, bereits reduzierte Ware und Gutscheinkauf. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. \* https://deutschlandtest.de/rankings/deutschlands-preissieger \*\* europaweit

Mein Möbelhaus. Mein xxxlutz.de

XXX Lutz

## STELLENMARKT

**1250 JAHRE**  
GEMEINDE OFTERSHEIM

**Oftersheim**  
IMMER MITTENDRIN

Die **Gemeinde Oftersheim** (12.200 Einwohner (m/w/d) im Rhein-Neckar-Kreis bietet in der kommunalen Albert-Schweitzer-Kindertagesstätte einen

**Praktikumsplatz für das Anerkennungsjahr im Kindergartenjahr 2026/2027**

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung bis zum **18.01.2026**.

Die detaillierte Stellenanzeige finden Sie unter dem nebenstehenden QR-Code oder unter:  
**https://www.oftersheim.de/3086084**



 WWW.OFTERSHEIM.DE

**PLANKSTADT**

Stellenausschreibung

Die Gemeinde Plankstadt (ca. 10.700 Einwohner) sucht **eine/n Mitarbeiter/in im Gebäudeservice (m/w/d)**.

Aufgabenbereiche sind insbesondere die fachgerechte Betriebsführung haustechnischer Anlagen, Kontrollgänge in gemeindlichen Gebäuden, Erkennung und Behebung technischer Störungen sowie die Sicherstellung der Gebäudefunktion sowie Überwachung der Gebäudepflege, uvm.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?  
Den vollständigen Ausschreibungstext finden Sie auf [www.plankstadt.de](http://www.plankstadt.de).

**STELLENANGEBOTE**

Für unseren Standort Heidelberg suchen wir ab sofort eine freundliche Telefonistin (m/w/d) mit PC-Kenntnissen. **job@it-mix.de**

Attraktive Frauen und Studentinnen! Wer hat Spaß am Massieren? Ungelernte auch gerne. Gute Verdienstmöglichkeiten, flexible Arbeitszeiten. [www.studioevita.de](http://www.studioevita.de)  
☎ 0176 / 81402355

## FLOHMARKT

**VERKÄUFE**

**Hallenflohmärkte** im Januar: • Sa., 03.01. & 24.01.: Sinsheim, Dr.-Sieber-Halle (Stadthalle) • Sa., 10.01.: Bad Rappenau, Mühlthalhalle • Sa., 17.01.: Eppingen, Hardwalddhalle. Jeweils von 9.00 - 16.00 Uhr, Aufbau ab 6.00 Uhr, Teilnahme mit Reservierung & Vorkasse, Besuchereintritt € 2,-, Kinder sind frei. Info/Reservierung: [www.flohmarkt-raebiger.de](http://www.flohmarkt-raebiger.de), Tel. / WhatsApp: 0171 - 202 48 57, @alexraebiger@gmx.de

**Riesen-Flohmarkt komplett überdacht!**  
Findet statt! Einfach vorbeikommen! Jeden Mittwoch, 8-15 Uhr, 68766 Hockenheim, Globus Warenhaus, überdachtes Parkdeck (Speyerer Str. 2), Aufbau ab 7 Uhr. Jeder kann ohne Anmeldung mitmachen! Standgebühr pauschal 25 € für 3m Standlänge!  
Info: [www.groszflohmarkt.de](http://www.groszflohmarkt.de) • TEL. 0172-7976002  
Besuche [www.groszflohmarkt.de](http://www.groszflohmarkt.de) und verkaufe kostenlos deine Sachen online!

**Suche** Teppiche, Bilder, Möbel, Porzellan, Näh-/Schreibmaschinen, Hausrat, Zinn, Gobeline, Kameras uvm. ☎ 0171/2937188

**1 A Ankauf** von Pelzen, sowie Schmuck, Münzen, Uhren, Zinn, Silberbesteck, Nämischine, Taschen, Puppen, Bernstein, Bilder, Kristall, Porzellan. Zahle bar vor Ort! Hausbesuche und Beratung sind **unverbindlich!** ☎ 0621 - 87754932

**25 Jahre seriöses Münzkabinett.**  
Kaufe Münzen jeder Art auch komplette Sammlungen sowie Tafelsilber, Uhren usw. zu fairen Preisen wie gewohnt. Sofortige Bezahlung. Mache auch Hausbesuche. Telefon 06205 / 2555372 od. 0162 / 6211090

**Su.** Stand-Wanduhren, Kamin-Kuckucks-Uhren, Pendeluhren, Armbanduhen aller Art - auch defekt uvm. ☎ 0171/2964194

## DIENSTLEISTUNGEN

**Flohmarkt, jeden Samstag, Speyer, Flugzeugwerke PFW, 8-16 Uhr. person Märkte, ☎ 06322 95 99 95**

## KAUFGESUCHE

**GOLDANKAUF**  
Gold + Brillantschmuck, alt + neu, auch defekt, Zahngold + Altgold, kauft und verkauft  
**Volker Stümpges**  
Schmuck, Juwelen, Antiquitäten  
**Kaufhaus Center (früher familia)**  
Hertzstraße 1, HD, Tel. 0 62 21/30 73 39

## VERSCHIEDENES

**8 schöne Weihnachtsbäume**, Normantannen, versch. Größen, sehr günstig zu erhalten. ☎ 0176/47290941

**HAAS MEDIENGRUPPE**

**„Dein erster Job! - 2 Stunden pro Woche - flexible Zeiteinteilung jedes Wochenende“**

Prospektzustellung für z.B. ALDI, Lidl, BAZ - um die Ecke, in deinem Wohnort.

Mindestalter 13 Jahre.

Einfach melden - gerne direkt über WhatsApp



Mehr Informationen findest du unter: [www.azp24.de](http://www.azp24.de)

**azp**  
AGENTUR FÜR ZEITUNGS- UND PROSPEKTZUSTELLUNG

Die AZP GmbH ist ein Unternehmen der **HAAS Mediengruppe**:  
Mannheimer Morgen, Südhessen Morgen, Bergsträßer Anzeiger, Schwetzingen Zeitung, mannheimer-morgen.de, Mannheim24.de, Morgenpost.

**Stellenanzeigen in Ihrer BAZ:**

**„Wir bringen Menschen zu Jobs und Jobs zu Menschen“** **BAZ**

**kleinanzeigen/Fließtext**

Buchen Sie jetzt auf unseren Flohmarktsseiten

**BAZ am Freitag** (Mindestberechnung 3 Zeilen)  
Anzeigenschluss: dienstags, 12.00 Uhr

Bergsträßer- und Badische Anzeigen-Zeitung (über 236.000 Exemplare)  
Ortspreis für 3 Zeilen 22,66 € jede weitere Zeile 5,67 €  
mit Bild zusätzlich 15,00 €

Information und Anzeigenaufnahme:  
+ 49 (0) 621 392-2360  
[baz.anzeigen@haas-mediengruppe.de](mailto:baz.anzeigen@haas-mediengruppe.de)

**BAZ**

## KRAFTFAHRZEUGE

## KAUFE AUTOS

PKW, Busse, LKW, Geländewagen, Wohnwagen/-mobile, Traktoren, Bagger, auch mit Mängeln. Zustand egal.  
Bitte alles anbieten, zahle bar und fair.  
**24 Stunden erreichbar!**  
**06157/9168006 und 0174/6004673**

**Kaufe alle Wohnwagen, Wohnmobile, Traktoren, Bagger, Anhänger, Baumaschinen, zahle bar und Höchstpreise!**  
**Tel.: 0151/71872306 • 06258/5089921**

**Kaufe Wohnmobile, Wohnwagen**  
Zustand egal, alles anbieten, zahle bar.  
Auch mit Mängeln und Schäden.  
**0177 - 3105303**

**SUCHE FAHRZEUGE**  
PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile etc. für Export, Zustand egal, zahle Höchstpreise – sofort Bargeld, bitte alles anbieten, jederzeit erreichbar.  
**0151/71872306 • Tel.: 06258/5089921**

## KONTAKTE-STUDIOS

**BIENENSTOCK**  
EROS CENTER

[www.bienenstock-heidelberg.de](http://www.bienenstock-heidelberg.de)

**Hilde (66) BH DD**  
☎ 01523 78 66 272

Feiertage alleine? Eva heizt ein! 09005-1068246 - 1,99€/Min aus allen deutschen Netzen.

**WWW.BAZ-MEDIEN.DE**

## KFZ-KAUFGESUCHE

**Kaufe PKW, Busse, Geländewagen, Wohnmobile, Wohnwagen**, auch mit Mängeln, bitte alles anbieten. Zahle bar und fair. 0177-3105303 und 06158-7488214

**Kaufe Motorräder** alle Marken, alle Modelle, Quad, UTV, Chopper, Enduro, Beiwagen, E-Roller oder E-Bikes. Alle auch mit Mängeln oder Unfall. Bitte alles anbieten. Zahle bar **Tel. 061 58 - 60 86 99 1, 0173 - 30 87 44 9**

**SOFORT BARZAHLUNG** für Ihren Gebrauchtwagen! Ankauf von PKWs, auch mit Unfall-Motorschaden und ohne TÜV! DÜLGER Automobile Wiesloch, 0176 / 23157167 od. 06222 / 6859041

**KFZ BAR ANKAUF**  
**Alle Fahrzeuge**  
PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile, Wohnwagen, Oldtimer, Traktoren, Bagger. Alles anbieten! (Baujahr, km, Zustand egal).  
Sofort Bargeld! Jederzeit erreichbar.  
**06158 - 6086988**  
**0173 - 3087449**

## CAMPING/WOHNWAGEN

Wir kaufen Wohnmobile+Wohnwagen  
☎ 03944-36160 - [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de) - Fa.

## MOTORRÄDER

Suche Mofa, Moped, Motorrad, auch reparaturbedürftig unter der Rufnummer 0157 57609007

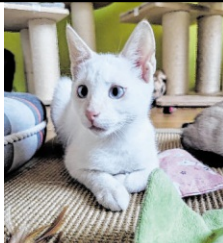
## IMMOBILIEN

## IMMOBILIENGESUCHE

Von Privat: Suche Eigentumswohnung in jedem Zustand  
Tel. 06 21 - 48 92 91 15

Suche Eigentumswohnung von privat.  
06205 3794315

## TIERE SUCHEN EIN ZUHAUSE



**Ganz dringend Pflegestellen** für Katzen gesucht. Wir sind immer auf der Suche nach tierliebenden Menschen, die sich vorstellen können Katzen oder Kätzchen bei sich zur Pflege aufzunehmen, bis wir ein liebevolles Zuhause für sie gefunden haben. Futter, Zubehör, Tierarztkosten etc. werden von uns übernommen. Wenn Sie Interesse haben bitte melden bei Katzen in Not Grenzenlos eV, ☎ 0178 4882158 oder 0177 4549720.



**Dringend Pflegestelle** für Katzen aus der Ukraine die in Deutschland ein Zuhause suchen gesucht. Helfen auch Sie Leben zu retten und seien Sie das Sprungbrett ins neue Leben. Werden auch Sie für ein paar Wochen Schutzengel für eine Samtpfote bis sie ihr neues Zuhause gefunden hat. Gerne auch rüstige Rentner als Pflegestelle gesucht. Die abgebildete Katze ist nur ein Beispiel für viele andere Katzen die auf ihre Chance warten. Wir freuen uns über Ihren an Anruf. Nähere Info ☎ 01578-809 54 10



**ZIPI & sein Bruder ZAPE**, 11J., 38cm, hatten bisher nur wenig Glück in ihrem Leben. Ein Wunder, dass sie trotzdem so super zutraulich, freundlich, gutmütig und lieb sind! Die süßen Brüder erkunden mit großer Freude ihre Welt und suchen jetzt eine Familie zum Liebhaben! Wer möchte diese zauberhaften Hunde künftig begleiten? Gerne gemeinsam aber auch eine Einzelvermittlung ist kein Problem! Mehr INFOS unter [www.archennoah.de/vermittlung](http://www.archennoah.de/vermittlung). Arche Noah Teneriffa e.V., ☎ 06251-66117, [info@archennoah.de](mailto:info@archennoah.de).

Weihnachtsaktion:  
**Premium-Abo oder E-Paper-Abo**  
**+ bis zu 180 € Bargeld + Raclette von Gourmetmaxx**  
Jetzt Ihre Tageszeitung bestellen!

**Premium-Abo:**  
Tageszeitung gedruckt und digital lesen!

- ✓ Printzeitung
- ✓ E-Paper
- ✓ E-Paper am Sonntag
- ✓ SZ+
- ✓ News-App
- ✓ SZ-Freizeit
- ✓ Wöchentliches digitales Rätselheft
- ✓ **180 € Bargeld**



Einfach hier einscannen:



oder

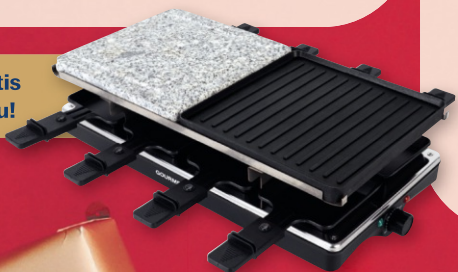
**E-Paper-Abo:**

- ✓ E-Paper
- ✓ E-Paper am Sonntag
- ✓ SZ+
- ✓ News-App
- ✓ SZ-Freizeit
- ✓ Wöchentliches digitales Rätselheft
- ✓ **150 € Bargeld**



Bis 31.12.2025 bestellen:  
[schwetzingen-zeitung.de/aktion](http://schwetzingen-zeitung.de/aktion)  
06202/205-224

Gratis dazu!



**SZ** [schwetzingen-zeitung.de/aktion](http://schwetzingen-zeitung.de/aktion)

Schwetzingen Zeitung  
Hockheimer Tageszeitung

# Volksleiden Reizdarm: Ist das die wahre Ursache?

Aktuelle Forschungsergebnisse könnten das Rätsel um das mysteriöse Volksleiden lösen

Es ist ein Rätsel, fast so alt wie die moderne Medizin selbst: Warum leiden so viele Erwachsene immer wieder unter Darmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen und Blähungen – ohne dass eine Ursache zu identifizieren ist? Bereits vor über 2000 Jahren beschrieb Hippokrates einen Patienten mit unerklärlichen Darmbeschwerden. Genau wie er tappten Ärzte und Wissenschaftler noch über Jahrhunderte, ja sogar Jahrtausende hinweg im Dunkeln – ohne herauszufinden, wodurch dieses mysteriöse Leiden ausgelöst wird.

Während die Medizin riesige Fortschritte machte und durch die Entdeckung von Antibiotika, Impfungen sowie immer neuen Wirkstoffen selbst seltene Krankheiten behandelbar wurden, blieb die Ursache dieser wiederkehrenden Darmbeschwerden weiterhin unentdeckt.

Mit der Zeit entwickelte sich für diese unerklärlichen Beschwerden das Bild des „gereizten Darms“, später formte sich der Begriff des Reizdarmsyndroms.

Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse werfen ein neues Licht auf mögliche Ursachen – und machen zugleich Millionen Reizdarm-Betroffenen Hoffnung.

### Was ist ein Reizdarm-syndrom?

Ein Reizdarmsyndrom äußert sich in wiederkehrenden Darmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen und Verstopfung, welche im Wechsel, in Kombination oder auch einzeln auftreten können und in ihrer Intensität, Häufigkeit und Dauer variieren. Für Betroffene stellt dies eine erhebliche Belastung im Alltag dar, die die Lebensqualität stark einschränken kann.



Die Ursache des Reizdarmsyndroms ist häufig eine geschädigte Darmbarriere. Durch sie können Erreger und Schadstoffe in die Darmwand eindringen und das enterische Nervensystem reizen.

Aktuelle Zahlen des Barmer Arztreports zeigen, dass sich dieses Beschwerdebild in den vergangenen Jahren zu einer echten Volkskrankheit entwickelt hat: Mittlerweile leiden schätzungsweise 11 Millionen Deutsche unter einem Reizdarm, Tendenz steigend.<sup>1</sup>

**Forschungsergebnisse zeigen mögliche Ursache**  
Aktuelle Studienergebnisse kommen nun zu dem Schluss, dass häufig eine geschädigte Darmbarriere die Ursache des Reizdarmsyndroms ist. So fanden amerikanische Forscher heraus, dass die Darmbarriere

einer Patientengruppe mit wiederkehrenden Darmbeschwerden ungewöhnlich durchlässig, geradezu löchrig war. Wissenschaftler betitelten dies im Englischen mit dem Schlagwort „Leaky Gut“, auf Deutsch „durchlässiger Darm“. Durch diese kleinsten Schädigungen der Darmbarriere können Erreger oder ungewünschte Stoffe in die Darmwand eindringen und das Darmnervensystem reizen – was zu den typischen Symptomen wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Blähungen führen kann.<sup>2</sup>

### Durchbruch in der Forschung

Auf Basis dieser Erkenntnisse begab man sich auf die Suche nach einer wirksamen Lösung. Dabei stießen italienische Wissenschaftler auf einen ganz speziellen Bifido-Bakterienstamm: *B. bifidum* MIMBb75. Das Besondere: Dieser Bakterienstamm besitzt die einzigartige Fähigkeit, sich physikalisch an die Darmepithelzellen anzulegen – ähnlich wie ein Pflaster über einer Wunde.

Das Forscherteam stellte sich die folgende Frage: Könnten durch das Anlegen der Bakterien an die Darmbarriere die Schädigungen wie unter einem Pflaster abklingen – und in der Folge auch wiederkehrende Beschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen und Blähungen zurückgehen?

Um eine Antwort auf diese Frage zu bekommen, führten sie eine wissenschaftliche Studie nach dem höchsten wissenschaftlichen Standard, dem sogenannten Goldstandard, durch. Das Ergebnis war ebenso beeindruckend wie eindeutig: Bei den Patienten mit einem Reizdarm, die den speziellen Bakterienstamm bekommen hatten, konnte eine um ein Vielfaches höhere Verbesserung der Beschwerden festgestellt werden



Ärzte-Odyssee: Laut eines deutschen Arztreports dauert es oftmals bis zu 8 Jahre, bis die Diagnose Reizdarm gestellt wird.

als in der Kontrollgruppe mit Placebo. Die Wirksamkeit des Bakterienstammes bei Reizdarmbeschwerden konnte demzufolge eindrucksvoll belegt werden.<sup>3</sup>

### Erfahrungen mit *B. bifidum* HI-MIMBb75

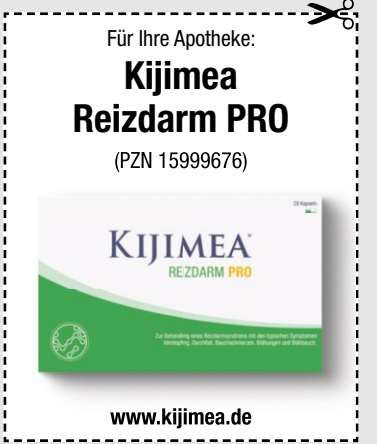
Der Bakterienstamm *B. bifidum* MIMBb75 ist in seiner nochmals weiterentwickelten hitzeinaktivierten Form exklusiv im Medizinprodukt Kijimea Reizdarm PRO enthalten, das mittlerweile zu den meistverkauften Präparaten gegen Reizdarmbeschwerden in ganz Europa gehört.<sup>4</sup> Dieser Erfolg

spiegelt sich auch in vielen Nutzerbewertungen wider. So schrieb Nutzer Hugo B.: „Es half mir mit meinem Reizdarm echt super. Die Beschwerden hatte ich seit Jahren. Jetzt habe ich zum ersten Mal für längere Zeit ‚Ruhe‘ im Darm!“

Der Bakterienstamm gilt zudem als gut verträglich, Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt. Kijimea Reizdarm PRO ist rezeptfrei in der Apotheke erhältlich, kann aber auch ganz bequem direkt beim Hersteller unter [www.kijimea.de](http://www.kijimea.de) erworben werden.

### Wie ein Pflaster für den gereizten Darm.

- ✓ Mit dem einzigartigen Bakterienstamm *B. bifidum* HI-MIMBb75
- ✓ Bei Reizdarmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Blähungen
- ✓ Wirksamkeit bei Reizdarm klinisch belegt<sup>5</sup>



<sup>1</sup>Straub C et al. Arztreport 2019 – Pressemappe. 2019. • <sup>2</sup>Wood JD. Effects of bacteria on the enteric nervous system: implications for the irritable bowel syndrome. Journal of clinical gastroenterology. May-Jun 2007; 41 Suppl 1, 7-19. • <sup>3</sup>Guglielmetti S et al. Randomised clinical trial: Bifidobacterium bifidum MIMBb75 significantly alleviates irritable bowel syndrome and improves quality of life – A double-blind, placebo-controlled study. Aliment Pharmacol Ther. 2011;33(10):1123-1132. • <sup>4</sup>Insight Health, MAT 12/2024, u. a. DE, AT, ES, IT. • <sup>5</sup>Andresen V et al. Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. Lancet Gastroenterol Hepatol. 2020 Jul; 5 (7), 658-666. Name und Abbildungen der Betroffenen geändert.

# KIJIMEA®

AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

NEU

## Kribbeln, Brennen, Spannung in den Beinen?

Immer mehr Anwender vertrauen auf ein neues Apotheken-Gel – entwickelt von Nervenspezialisten

Kribbeln, Brennen oder Spannungsgefühle, oft begleitet von trockener Haut. Solche Symptome deuten auf eine Überlastung des Nervensystems hin. Eine Pflege, die kühlt, beruhigt und die Hautbarriere stärkt, ist hier entscheidend – wie das neue **Restaxil Gel aus der Apotheke**.

### Inspiriert von Nobelpreis-Forschung

Der Feuchtigkeitstransport in der Haut erfolgt über sogenannte Aquaporine – winzige Wasserkanäle, deren Entdeckung mit

dem Nobelpreis ausgezeichnet wurde. **Hydagen Aquaporin** im Restaxil Gel aktiviert diese Strukturen und stärkt so Feuchtigkeit und Schutzfunktion der Haut. Denn eine intakte Hautbarriere ist wichtig, um äußere Reize abzuwehren.

Die im Restaxil Gel enthaltene Formulierung **Koko ML Plus** stimuliert Kälterezeptoren der Haut und erzeugt ein anhaltendes Frischeempfinden – besonders bei Missempfindungen oder schwerem Gefühl in den Beinen eine Wohltat.



Der pflanzliche Komplex **Legactif** aus Goldrute, Mäusedorn und Zitrone unterstützt die

Durchblutung, verringert Ödeme und regt die Mikrozirkulation an. Ergänzend dazu enthält

das Restaxil Gel **Johanniskraut**, das als Helfer bei nervenbedingten Beschwerden gilt. Der Extrakt entfaltet seine beruhigenden, regenerierenden Eigenschaften genau dort, wo die Haut besonders gestresst ist.

### Restaxil Gel – gezielte Pflege mit wissenschaftlichem Anspruch

Die Kombination aus biotechnologisch entwickelten Feuchtigkeitsspendern, physiologisch aktiven Pflanzenextrakten und neuartigem Menthol-Derivat macht Restaxil Gel zu

einer dermatologisch geprüften Pflege-Innovation. Das Gel zieht schnell ein und fettet nicht. Es ist ganz neu und in Ihrer Apotheke oder online erhältlich.



## Neulußheimer und Reilinger Retter bündeln ihre Kräfte

**FÜR DEN NOTFALL:** Die freiwilligen Feuerwehren der beiden Gemeinden bilden einen gemeinsamen Unwetterzug.

Neulußheim. Bei einem Unwetter zählt neben der Rettung von Menschen aus Notlagen die Technische Hilfeleistung wie das Abspumpen von Kellern oder das Beseitigen von Sturmschäden zu den Aufgaben der Feuerwehr.

In den vergangenen Jahren mussten ihre Rettungskräfte immer häufiger wegen sehr heftiger Regenfälle ausrücken, von denen einzelne Kommunen punktuell besonders betroffen waren. Der letzte größere Starkregen in Neulußheim und der Region ereignete sich am 13. August 2024. Er verursachte zahlreiche Schäden, die Neulußheimer Feuerwehr wurde zu über 52 Einsatzstellen auf dem Gemeindegebiet gerufen.

An der nahe gelegenen Wetterstation Waghäusel-Kirrlach wurden damals innerhalb von drei Stunden mehr als 60 Liter Niederschlag pro Quadratmeter gemessen. Unterstützung leisteten die anderen Horan-Feuerwehren, also die Kameraden aus Hockenheim, Altlußheim und Reilingen. Mit anderen Worten: Solche schweren Unwetter bescheren den Feuer-



Die beiden Kommandanten Markus Piperno (Reilingen, 9. von l.), Sascha Langlotz (Neulußheim (10. v. l.) und ihre beiden Mannschaften stellen einen gemeinsamen Unwetterzug.

BILD: FREIWILLIGE FEUERWEHR

wehren in kürzester Zeit immer wieder viele Einsätze. Um die örtlich betroffenen Wehren beim gleichzeitigen Bewältigen mehrerer Einsatzstellen zu unterstützen, wurden im Rhein-

Neckar-Kreis einheitliche Unwetterzüge zusammengestellt. Erkennt der örtliche Einsatzleiter, dass er die benötigt, kann er sie als Verstärkung anfordern. Nach aktuellem Stand sind im

Landkreis elf Unwetterzüge geplant. Der Unterkreis Schwetzingen stellt hierbei zwei Züge zur Verfügung, wobei die Feuerwehren Neulußheim und Reilingen einen dieser Züge bilden.

Der Unwetterzug besteht aus einem Löschfahrzeug (LF 8/6) aus Neulußheim, dem Gerätewagen (GW-L2) und Mannschaftstransportwagen (MTW) aus Reilingen sowie verschiedenen Rollcontainern und Personal aus beiden Gemeinden. Diese Zusammensetzung sorgt für schnelle und effektive Hilfe bei Unwettern.

Wesentlich für eine optimale Einsatzorganisation bei Unwettern ist eine gute Zusammenarbeit, die zwischen Neulußheim und Reilingen bereits bestens funktioniert. Momentan liegt der Fokus der beiden Wehren auf den organisatorischen Voraussetzungen, zum Beispiel dem Alarmierungskonzept.



Manuel Wamser (DRK-Kreisverband Mannheim, r.) und Regina Gitte (Tafel Walldorf, l.) informierten Alexandra Edinge über die Arbeit der Tafeln.

BILD: HOCKENHEIM-RING GMBH

## Hockenheimring unterstützt Tafeln

**SPENDEN:** 6.000 Euro durch Pfandflaschensammlung und Verlosung.

Hockenheim. Gasgeben für Gutes: Am Ende der Saison 2025 setzt der Hockenheimring Baden-Württemberg ein starkes Zeichen für soziales Engagement und regionale Verbundenheit. Die traditionsreiche Rennstrecke spendet insgesamt 6.000 Euro an gemeinnützige Organisationen – jeweils 3.000 Euro an die Tafel Hockenheim (DRK Kreisverband Mannheim) sowie an die Kinderhilfsaktion „Kinder unterm Regenbogen“ von Radio Regenbogen.

Möglich wurde die Spende dank der großen Unterstützung zahlreicher Fans und Besucher, die sich das ganze Jahr über an verschiedenen Charity-Aktionen beteiligt haben, heißt es in einer Pressemitteilung der Hockenheim-Ring GmbH. So konnten bei Veranstaltungen am Ring leere Pfandflaschen in die auf dem Gelände aufgestellten Behälter „PET Man“ – freundlicherweise von Coca-Cola Europacific Partners Deutschland bereitgestellt – geworfen werden. Die daraus erzielten Erlöse flossen vollständig in den Spendentopf.

Zusätzlich sammelte die Rennstrecke auf Messen, bei denen sie im Laufe des Jahres vertreten war, weiteres Geld durch den Verkauf klassischer Glückslose. Bei der Aktion, die auf breite Resonanz stieß, warteten auf die zahlreichen Gewinner Preise von Event-Tickets bis hin zu Merchandise-Artikeln, die die Hockenheim-Ring GmbH zur Verfügung gestellt hatte. „Wir freuen uns sehr über das großartige Engagement unserer Fans. Es ist uns ein besonderes Anliegen, Menschen in unserer Region zu helfen und Projekte zu fördern, die Kindern und Familien zugutekommen“, sagt Alexandra Edinge, Ver-

triebsmanagerin und Projektkoordinatorin Messen der Hockenheim-Ring GmbH. Viele kleine Beträge ergeben am Ende eine stattliche Summe. Ring-Geschäftsführer Jörn Teske ergänzt: „Unsere Aktionen zeigen eindrucksvoll, dass viele kleine Beiträge am Ende eine stattliche Summe ergeben, die ganz konkret etwas bewirken kann. Als Hockenheimring war es uns deshalb ein besonderes Anliegen, diesen Betrag noch etwas aufzustocken und so gemeinsam mit unseren Fans ein noch stärkeres Zeichen für den guten Zweck zu setzen.“

Mit der Spendenaktion unterstreicht der Hockenheimring sein Engagement für die Rhein-Neckar-Region und freut sich, mit der Tafel Hockenheim und der Kinderhilfsaktion „Kinder unterm Regenbogen“ zwei Organisationen zu unterstützen, die vor Ort wichtige Arbeit leisten und einen direkten Beitrag für Menschen in der Region erbringen. Der Tafelladen Hockenheim als Teil des Deutschen Roten Kreuzes im Kreisverband Mannheim unterstützt seit vielen Jahren Menschen mit geringem Einkommen, indem überschüssige, aber einwandfreie Lebensmittel gesammelt, sortiert und zu stark vergünstigten Preisen ausgegeben werden. Die Kinderhilfsaktion „Kinder unterm Regenbogen“ von Radio Regenbogen engagiert sich seit vielen Jahren für Kinder, die durch Krankheit, Behinderung oder soziale Umstände benachteiligt sind. Sie unterstützt gezielt Projekte, Einrichtungen und Familien in der Metropolregion Rhein-Neckar, um Therapieangebote, dringend benötigte Anschaffungen oder besondere Herzenswünsche zu ermöglichen.

zg

Topaktuelle Vorführmodelle **vorm Fest verfügbar!**

Entdecken Sie  
unsere besten  
**Inventur-  
schnäppchen!**

Jetzt starke  
**Vorteile**  
sichern!

**11%**

**Jetzt extra  
günstig!** auf alle  
**Neubestellungen!\***

Heiligabend, Mi. 24.12. geschlossen  
Silvester, Mi. 31.12. 10-16 Uhr

möbel · küchen  
**peeck**  
in Mannheim und Worms

\*Gültig bis 31.1.2026. Ausgenommen Werbe-, Aktions- und Abholware, als reduziert gekennzeichnete Ausstellungsstücke und bestehende Angebote und Kaufverträge.

Westfalia Möbel-Peeck GmbH

68309 **Mannheim**, Turbinenstr. 30-32, Tel. (06 21) 727 08-0

67547 **Worms**, Petrus-Dorn-Str. 9, Telefon (06 21) 910 11-0

Wir sind für Sie da von Mo. bis Fr. 10-19 und Sa. 10-18 Uhr

**moebel-peeck.de**

### IMPRESSUM

■ Badische Anzeigen Verlags-GmbH  
Dudenstraße 12-26  
68167 Mannheim  
Geschäftsführer:  
Florian Kranefuß  
Robert Schmidlein  
Bernd Masal

■ Mediaverkauf: Schwetzingen  
Zeitungsverlag GmbH & Co. KG  
Anzeigen: Michael Baudermann

■ Redaktion:  
HAAS Publishing GmbH  
Stefan Wagner (V.i.S.d.P.)  
Dudenstraße 12-26  
68167 Mannheim

■ Druck:  
HAAS Druck GmbH  
Dudenstraße 12-26  
68167 Mannheim



Bild: Peeck



Dirk Jansch (v. l.), Andreas Lin, Simon Abraham, Jens Rückert, Franziska Schulz, Rene Kolb, Klaus-Peter Deimann und Dieter Völker präsentieren den Kalender für das kommende Jahr.



Ein Auszug aus dem Kalender: Das Motiv für Dezember 2026.

BILDER: NOAH ESCHWEY

# Zu 100 Prozent „Made in Schwetzingen“

**IG VEREINE:** Ein Kalender soll an das Jubiläumsjahr der Interessengemeinschaft erinnern.

**Von Noah Eschwey**  
Schwetzingen. „Wir wollten etwas schaffen, das auch über unser Jubiläumsjahr hinausreicht“, sagt Simon Abraham, Vorstandsvorsitzender der Interessengemeinschaft Schwetzingener Vereine (IG Vereine). Anlässlich ihres 50-jährigen Bestehens, das die IG in diesem Jahr feiert, haben die Verantwortlichen einen Jubiläumskalender für 2026 vorgestellt. Dieser solle nicht nur Rückblick sein, sondern zugleich zeigen, wie lebendig und vielfältig das Vereinsleben in Schwetzingen ist. „Wir haben das Momentum unseres Jubiläumsjahres eingefangen“, ergänzt Vizevorsitzender Jens

Rückert. Der Kalender zeigt auf zwölf Seiten jeweils einen besonderen Moment aus dem Jubiläumsjahr, abgebildet werden verschiedene Vereine. „Es sind keine klassischen Gruppenbilder, sondern großformatige Momentaufnahmen voller Emotionen“, erklärt Abraham. Die Fotos sollen Einblicke in das Vereinsleben geben und Situationen festhalten, die sonst oft nur flüchtig wahrgenommen werden. Die Motive seien jeweils einem passenden Monat des Folgejahres zugeordnet, fügt Rückert hinzu, sodass Bildinhalt und Jahreszeit zueinander passen. Dass nicht alle mehr als 50 Mitgliedsvereine berücksich-

tigt werden konnten, sei allen Beteiligten bewusst gewesen. Die Auswahl habe man deshalb bewusst auf eine begrenzte Zahl beschränkt. **Fortsetzung denkbar** „Wenn der Kalender gut ankommt, können wir uns vorstellen, das im nächsten Jahr mit anderen Teilnehmern zu wiederholen“, sagt Abraham. Voraussetzung sei allerdings, dass die Vereine entsprechendes Bildmaterial liefern. Wichtig seien vor allem hoch aufgelöste Motive, die auch in großem Format und als Nahaufnahme ihre Wirkung entfalten können. Sollte es eine Fortset-

zung geben, möchte sich die IG künftig mehr Zeit für die Umsetzung nehmen. „Uns war klar, dass wir noch etwas Nachhaltiges schaffen wollen“, so Abraham. Die Idee zum Kalender sei allerdings erst vor rund vier Wochen entstanden, weshalb der Zeitplan entsprechend eng gewesen sei. Trotz dieser Herausforderung sei die Produktion vollständig lokal erfolgt. „Unser Kalender ist zu 100 Prozent ‚made in Schwetzingen‘“, betont Rückert. Das Design stammt von Klaus-Peter Deimann von Design Communication, der für die gestalterische Umsetzung verantwortlich war. Gedruckt

wurde der Kalender bei Dieter Völker von Printeria-Mediaexpress. „Das war schon eine Mammutaufgabe“, sagt Deimann rückblickend, zieht aber ein positives Fazit. Die Zusammenarbeit zwischen allen Beteiligten habe reibungslos funktioniert, das Ergebnis könne sich sehen lassen. „Der Kalender ist wie ein Tagebuch der Stadt Schwetzingen“, sagt er und hofft auf eine Wiederholung im kommenden Jahr. Auch Völker erinnert sich an den straffen Ablauf der Produktion: „Montags kamen die Bilder, dienstags wurde gedruckt, mittwochs geschnitten und donnerstags gebunden.“

Trotz des hohen Tempos sei die Qualität nicht zu kurz gekommen. Neben dem Kalender gibt es eine weitere Neuerung: Die IG Vereine hat ein neues Mitglied gewonnen. Die neu gegründete Carl-Theodor-Gesellschaft ist der Gemeinschaft direkt nach ihrer Eintragung beigetreten. Deren Vertreter Rene Kolb und Franziska Schulz, die bei Veranstaltungen als Kurfürstenpaar auftreten, erklären, Ziel des Vereins sei es, im Sinne Kurfürst Carl Theodors dessen Wirken fortzuführen und insbesondere Kunst und Kultur zu fördern. Der Verein zählt derzeit ausschließlich die acht Schwetzingen.

Gründungsmitglieder, ist im Kalender jedoch mehrfach präsent. „Der rote Faden, der sich durch die Seiten zieht, ist das Kurfürstenpaar“, sagt Rückert. „Wir haben sofort zugesagt, als uns die IG dafür angefragt hat, und hatten sehr viel Spaß“, erinnert sich Kolb. Insgesamt wurden 250 Kalender aufgelegt. Der Vorverkauf startete vergangene Woche bei Printeria-Mediaexpress, außerdem ist der Kalender nun auch im Kundenforum der Schwetzingener Zeitung erhältlich. Ein Exemplar kostet 15 Euro, davon gehen fünf Euro an die Notgemeinschaft Schwetzingen.

Gesundheit

ANZEIGE

## Mehr als ein Trend:

# Das Nr. 1 CBD Gel in Pharmaqualität

Was Sie über den Trendstoff wissen sollten und warum er Anwender begeistert

**Der wertvolle Wirkstoff Cannabidiol, kurz CBD, wird aus der Hanfpflanze gewonnen und beschäftigt Wissenschaftler auf der ganzen Welt, denn in dem Pflanzenstoff steckt enormes Potenzial, darüber sind sich die Fachleute einig. Aber wie können Millionen Menschen von dem Cannabisstoff profitieren? So viel sei verraten: Es hat mit einem hochdosierten CBD-Produkt aus der Apotheke zu tun.**

Der älteste Hanf-Fund in Europa liegt in Deutschland und wird auf 5500 v. Chr. datiert. Damals war jedoch noch nicht zu erahnen, dass insbesondere der Cannabisstoff CBD einmal einen Siegeszug in der Wissenschaft antreten würde. Heute ist ein regelrechter CBD-Boom ausgebrochen. Kein Wunder,

denn anders als der ebenfalls bekannte Cannabisstoff THC (Tetrahydrocannabinol), der für die berauschende Wirkung der Cannabisdroge verantwortlich ist, macht CBD weder „high“ noch abhängig. Sogar die WHO (Weltgesundheitsorganisation) stuft CBD als sichere Substanz mit einem geringen Risiko ein.<sup>1</sup> Zahlreiche Studiendaten deuten bereits darauf hin, dass CBD einen äußerst vielfältigen therapeutischen Nutzen haben könnte.

**Deutsche Forscher entwickelten erstes Gel mit höchstem CBD-Gehalt pro Tube**

Auch ein deutsches Forscherteam hat sich umfassend mit den vielfältigen Cannabissorten und Extraktionsverfahren beschäftigt. Dabei ist den Wissenschaftlern ein Mega-Erfolg gelungen:



Mittels eines speziellen CO<sub>2</sub>-Verfahrens konnten sie aus der besonderen Cannabissorte sativa L. hochwertiges, reines CBD isolieren und als Rubaxx Cannabis CBD Gel auf den Markt bringen. Kein Wunder, dass es inzwischen das meistverkaufte

CBD Gel in deutschen Apotheken ist. Die Experten machten damals nicht nur das erste Gel mit dem höchsten CBD-Gehalt pro Tube in deutschen Apotheken verfügbar, sondern stellten auch sicher, dass es unter strengen deutschen Pharmastandards mit neuester Technologie hergestellt wird.

Basierend auf ihrem Fachwissen über natürliche Pflanzen- und Inhaltsstoffe reicherten die Wissenschaftler das wertvolle Cannabis CBD Gel mit Menthol und Minzöl an. Dieses hochdosierte CBD Gel ist heute unter dem Namen Rubaxx Cannabis CBD Gel in der Apotheke vor Ort oder online erhältlich.

Im Netz findet man inzwischen zahlreiche positive Erfahrungen von begeisterten Anwendern. So berichtet eine Anwenderin über das CBD Gel: „Ein sehr gutes Produkt! Schon nach kurzer Anwendung hat sich ein beeindruckender Erfolg eingestellt. Durch die einfache Handhabung und praktische Verpackung kann man es immer dabei haben. Das Preis-Leistungs-Verhältnis ist sehr gut.“

Für Ihre Apotheke:  
**Rubaxx Cannabis CBD Gel**  
(PZN 16330053)



**Das Nr.1\* CBD GEL**

**RubaXX®**

Jetzt Rubaxx CBD Gel auf [rubaxx.de](https://rubaxx.de) bestellen und bis zu 17%\* sparen!

\*gilt beim Kauf von mehreren Packungen

<sup>1</sup>WHO Report Finds No Public Health Risks Or Abuse Potential For CBD. To date, there is no evidence of recreational use of CBD or any public health related problems associated with the use of pure CBD. • \*Quelle: von 250 Anwendern auf kjero.com getestet, 11/2022, n=219 • \*CBD Gele; Absatz nach Packungen, Quelle: Insight Health, MAT 01/2025 • Rubaxx Cannabis CBD Gel ist ein Kosmetikum und enthält CBD, kein THC. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden



Eine Holzskulptur von Bildhauerin Sabrina Ferwagner, die in der Brühler Villa Meixner zu sehen sein wird. BILD: SABRINA FERWAGNER

## Skulpturen und Malerei

**AUSSTELLUNG:** „Räume für das Jetzt“ in Villa Meixner zu sehen.

Brühl. Die nächste Ausstellung in der Villa Meixner in Brühl wird von den beiden Künstlerinnen Sabrina Ferwagner und Carmen Schlund gestaltet. Unter dem Titel „Räume für das Jetzt“ zeigen sie von Freitag, 30. Januar, bis Mittwoch, 1. März, Bildhauerei und Malerei. Die Vernissage ist am ersten Ausstellungstag ab 19 Uhr.

Sabrina Ferwagner ist Bildhauerin mit dem Schwerpunkt auf Holzskulpturen. Ihre Arbeiten entstehen überwiegend aus massiven Holzblöcken und werden durch Werke in Stein, Ton sowie ausgewählte Güsse in Bronze oder Eisen ergänzt. Inhaltlich beschäftigen sich ihre Skulpturen mit der menschlichen Figur, archetypischen Formen und dem Wechselspiel zwischen Verletzlichkeit, Ruhe und innerer Kraft, Carmen Monika Schlund schafft farbindensive, dynamische Acrylmalerei, die emotionale Tiefe mit visueller Kraft verbindet. Ihre „Glow Art“-Ar-

# Gewaltprävention als Leuchtturmprojekt

**KINDERBILDUNGSZENTRUM:** Das Projekt „Bärenstark!“ ist nach einem Jahr intensiver Vorbereitungen nun für die Schüler Realität geworden.

Von Ralf Strauch

Brühl. In einer Welt, in der Konflikte und Gewalt für Kinder leider alltäglich werden können, setzt das Kinderbildungszentrum Brühl ein starkes Zeichen. Das Gewaltpräventionsprojekt „Bärenstark!“ ist nach einem Jahr intensiver Vorbereitungen nun Realität und wird als Leuchtturmvorhaben gefeiert. Entwickelt von Wing-Tsun-Lehrer Andreas Klostermann aus Hockenheim, zielt das Programm darauf ab, Kinder, Lehrer und Erzieher fit für den Umgang mit Konflikten zu machen – bevor diese eskalieren.

Gewaltprävention ist entscheidend, um ein sicheres und harmonisches Miteinander in der Gesellschaft zu gewährleisten. Gelingen kann dies durch verschiedene Strategien und Maßnahmen. Es ist wichtig, dass Menschen aus dem sozialen Umfeld Anzeichen und Warnsignale von Gewalt erkennen und wissen, wie sie sich verhalten und wie sie eingreifen können – zum Schutz der Betroffenen, aber auch zum Umgang mit potenziellen Tätern. Gewaltprävention trägt dazu bei, das Sicherheitsgefühl der Menschen in ihrer Umgebung zu stärken. Neben dem individuellen Wohl leistet Gewaltprävention einen wichtigen Beitrag zum sozialen Frieden. Durch gezielte Maßnahmen können Konflikte frühzeitig erkannt und entschärft werden, bevor sie eskalieren. Dies führt zu einem harmonischeren Miteinander und stärkt den sozialen Zusammenhalt innerhalb von Gemeinschaften.

**Kinderbildungszentrum ist ein Modellstandort**

Darüber hinaus verhindert Gewaltprävention die langfristigen negativen Auswirkungen von Gewalt. Psychische und physische Traumata, die durch Gewalterfahrungen entstehen, können das Leben der Betroffenen nachhaltig beeinträchtigen. Präventive Maßnahmen reduzieren das Risiko solcher Erlebnisse und schützen somit die psychische Gesundheit. Gewaltprävention fußt auf der Überzeugung, den Erfahrungen und Erkenntnissen, dass es Handlungsmöglichkeiten gegen Gewalt gibt, die der Anwendung von Gewalt vorbeugen.

Das Kinderbildungszentrum Brühl, das die Schillerschule



Das Basistraining mit Schülern einer zweiten Klasse der Schillerschule im Leuchtturmprojekt gegen Gewalt und Mobbing im Brühler Kinderbildungszentrum zeigt rasch Erfolge. BILD: THOMAS RODRIGUEZ

Brühl, deren Außenstelle in Rohrhof, den Sonnenschein-Hort und den Sonnenschein-Kindergarten umfasst, ist einer von 19 Modellstandorten in Baden-Württemberg, die vom Land gefördert wurden, um den Übergang von Kita zur Schule zu optimieren. Gefördert vom Land Baden-Württemberg, zielte die Initiative darauf ab, den nahtlosen Übergang von der Kita zur Schule zu erleichtern. Die Deutsche Kinder- und Jugendstiftung (DKJS) koordinierte das Programm, das vom Ministerium für Kultus, Jugend und Sport unterstützt wird und enge Kooperationen, gemeinsame Einrichtungen sowie integrierte Bildungskonzepte fördert. Brühl erhielt die Auswahl dank des enormen Engagements und der Umsetzungsideen der Leitungsteams von Schule, Hort und Kindergarten.

Ergänzend wirkt dabei das Projekt „Bärenstark!“ als kreative Maßnahme zur Förderung von Selbstbehauptung und Umgang mit Gefahren. Die Initiative ging von Tanja Schmitt aus, einer engagierten Mutter, deren Kinder bereits bei Andreas Klostermann in der Wing-Tsun-Schule in Hockenheim trainierten. Sie sprach den Förderverein auf das Thema Gewaltprävention an und weckte damit Interesse.

Der zweite Vorsitzende des Vereins, Thomas Rodriguez, fand den Ansatz spannend, sah jedoch die hohen Kosten als Herausforderung. Unabhängig davon führte Neugierde zu einem ersten Austausch und Kennenlernen mit Klostermann. Nach knapp zwei Stunden sei klar gewesen: „Mit seiner langjährigen Erfahrung in Gewaltprävention, Trainings an Schu-

len und Kindergärten seit rund drei Jahrzehnten ist Klostermann der ideale Partner.“ Der Förderverein wurde zum Dreh- und Angelpunkt des Projekts. In vielen Gesprächen und Austauschrunden wurden alle daran Beteiligten – von Schulleitung über Lehrer bis zu Erziehern – mitgenommen. Parallel trieb der Verein das Spendensammeln voran, da Mitgliedsbeiträge allein nicht ausreichten. „Die Ausgangssituation war bislang geprägt von isolierten Maßnahmen: Diverse externe Anbieter boten punktuelle Kurse zu Mobbing und Gewaltprävention an, die jedoch nicht aufeinander aufbauten“, berichtet Rodriguez. Hinzu kamen häufige Anfragen aus Schule, Hort und Kindergarten an den Förderverein um finanzielle Unterstützung für neue Initiativen. „Aus dem ersten Gespräch mit Klostermann entstand die Vision“, erinnert sich der zweite Vorsitzende des Fördervereins. Die Idee, ein einheitliches Gesamtkonzept für Gewaltprävention langfristig im gesamten Kinderbildungszentrum zu etablieren.

„Der Weg ist das Ziel“, betont Rodriguez. Erster Schritt war eine Präsentation der Maßnahmen vor der Schulleitung und dem Lehrerkollegium, bei der Klostermann reale Szenarien durchspielte und überzeugte. Dann folgte die Absicherung einer Finanzierung. Dank einer großzügigen Spende der UniCredit Foundation – dem Arbeitgeber von Rodriguez – sowie weiterer Spenden vom Gasthaus „Zum Goldenen Löwen“ in Eppelheim und der Firma Mehr-Bau aus Plankstadt konnte die Basis für die geplanten Gewaltpräventionstrainings

gelegt werden.

Im November fanden die Basis-Trainings für alle Schüler der Schillerschule Brühl und Rohrhof statt. Für die Vorschüler des Sonnenschein Kindergartens sind im nächsten Jahr maßgeschneiderte Module in Vorbereitung auf die Schule geplant. Um ein gemeinsames Verständnis für das gesamte Kinderbildungszentrum herbeizuführen, soll es auch Einweisungen für Lehrer, Erzieher des Hortes und des Kindergartens geben. Vor wenigen Tagen absolvierten über 30 Erzieher des Sonnenschein-Hortes ihr Training – mit viel Engagement und Herzblut.

**Finanzierung gelingt durch breite Unterstützung**

Klostermann zeigte bei den Kindern sein Einfühlungsvermögen: Auf Augenhöhe sprechend, vermittelte er Werte wie Selbstbehauptung und Konfliktvermeidung spielerisch um. Bei den Bären, die zentrale Identifikationsfigur des Programms. Schon jetzt gibt es Überlegungen für weitere Module.

Für die ersten und zweiten Klassen soll es Themen wie Ansprache durch Fremde oder Tipps für sichere Schulwege geben, für die dritten und vierten Klassen Mobbingprävention. „Die Dynamik ist spürbar – nur fehlende finanzielle Ressourcen könnten sie bremsen“, meinen alle Beteiligten.

Eine Einnahmequelle ist auch die „Glückssterne-Aktion“ des Gewerbevereins. In dieser vorweihnachtlichen Gewinnaktion können Sterne als Lose gekauft werden, deren Erlös dem Förderverein des Kinderbildungszentrums geht, um Projekte wie „Bärenstark!“ zu unterstützen.

## Erfolgsmodell auf zwei Rädern

**FREIZEIT:** RadGuides Rhein-Neckar starten Ausbildungsrunde – jetzt für 2026 bewerben.

Sinsheim/Kreis. Naturerlebnis, Gemeinschaft – und als Bonus: Bewegung. Im Frühjahr 2026 beginnt die nächste Ausbildungsrunde für die RadGuides Rhein-Neckar – und damit für alle, die die Freude am Radfahren, Interesse an Natur- und Kulturthemen sowie Lust auf ehrenamtliches Engagement mitbringen. Seit dem Start des Programms im Jahr 2021 haben sich die RadGuides im Freizeitangebot der Region etabliert.

Und der Bedarf wächst weiter: „Unsere Touren zeigen, wie groß das Interesse an qualitativ hochwertigen, geführten Radausflügen ist. Zugleich erleben wir jedes Jahr aufs Neue, wie erfüllend es für die RadGuides selbst ist, ihr Wissen zu teilen und Menschen für unsere Region zu begeistern“, sagt Beate Otto, Tourismusbeauftragte des Rhein-Neckar-Kreises. Wer sich

für die Tätigkeit als RadGuide interessiert, sollte vor allem Begeisterung für die Region, eine gute Portion Neugier und Freude am Umgang mit Gruppen mitbringen. Fachliches Wissen zu Natur, Landschaft, Geschichte oder Kultur wird im Rahmen der umfangreichen Ausbildung vermittelt. Ergänzend begleiten erfahrene Rad-Guides aus der ersten Ausbildungsrunde den neuen Jahrgang mit Exkursionen, Praxisübungen und persönlichen Tipps. „Die Gemeinschaft ist ein großer Pluspunkt unseres Projekts – wir lernen miteinander und voneinander“, betont Otto.

Rückblickend war das vergangene Jahr eines der erfolgreichsten seit dem Start: 2025 fanden mit 12 aktiven RadGuides insgesamt 29 öffentliche Touren statt, häufig mit Warte-

liste. Pro Jahr werden inzwischen rund 35 bis 40 Touren durch den Kraichgau, die Rheinebene oder den Odenwald angeboten. Die Gruppengröße liegt bewusst bei maximal 15 Personen, um eine persönliche, hochwertige Wissensvermittlung zu ermöglichen. Neben öffentlichen Terminen führen die RadGuides auch Touren für Firmen, Vereine, Hotels oder Reisegruppen durch – einige davon buchen bereits im Jahresrhythmus. Auffällig ist zudem, dass die RadGuides mittlerweile kein rein regionales Angebot mehr sind: Teilnehmende reisen auch aus einem Radius von bis zu 100 Kilometern an. Manche begleiten gleich mehrere verschiedene Touren im Jahresverlauf.

Ein besonderes Novum in diesem Jahr: Die ersten Bu-

chungen gingen bereits pünktlich am 1. Januar ein. „Ob das nur die guten Vorsätze waren...“ spekuliert Otto mit einem Augenzwinkern. „Fest steht: Die Buchungen blieben bestehen.“

Die Ausbildungsinformationen für 2026 sind bereits online abrufbar; der vollständige Ausbildungsplan wird voraussichtlich noch vor Weihnachten veröffentlicht. Die Rad-Guides treffen sich zudem viermal im Jahr für Austausch- und Weiterbildungsangebote – es ist eine aktive Gemeinschaft, die neue Mitglieder herzlich willkommen heißt. *mk*

**i** Interessierte finden alle Details unter [www.deinefreizeit.com/radtouren/radguide-ausbildung-2026](http://www.deinefreizeit.com/radtouren/radguide-ausbildung-2026). Anmeldeschluss ist der 16. Januar 2026.

**SALAMANDER**

**TOTALE  
LAGERRÄUMUNG**

**PREISKNALLER ENTDECKEN & SPAREN**



**FINDEN SIE  
IHRE FILIALE!**

**ALLES MUSS RAUS!**

**BIS ZU  
50%  
RABATT**

SIE FINDEN UNSERE FILIALEN IN HEIDELBERG & SCHWETZINGEN (SALAMANDER BY HOLLENBACH - HAUPTSTR. 73 - 69117 HEIDELBERG & SALAMANDER - MANNHEIMER STR. 10 - 68723 SCHWETZINGEN).

# Neuer Entwurf zur Windkraft

**ERNEUERBARE ENERGIEN:** Regionalparlament bringt überarbeiteten Vorschlag zu Vorrangflächen für Windräder auf den Weg.

**Von Bernhard Zinke**  
Rhein-Neckar. Das Thema Windkraft sorgt in der Metropolregion noch immer für stürmische Debatten. Bis zuletzt seien E-Mails mit Protesten gegen Windräder eingegangen, berichtete CDU-Fraktionschef Dietmar Seefeldt in der Verbandsversammlung des Verbands Region Rhein-Neckar (VRRN). Und stellte klar: Es geht hier nicht um ein Pro oder Contra zum Thema Windkraft grundsätzlich. „Planungssicherheit und eine geordnete Steuerung der Windenergie sind der Maßstab unseres Handelns“, bekräftigte der Landrat des Kreises Südliche Weinstraße die Zustimmung seiner Fraktion. Weil mit Ausnahme der AfD und einer Enthaltung alle anderen Fraktionen in der Verbandsversammlung einmütig zustimmten, wird der überarbeitete Entwurf des Teilregionalplans öffentlich zur Diskussion gestellt. Die Zeit drängt.

Der erste Vorschlag der regionalen Planer darüber, wo sich künftig in der Region theoretisch Windräder bevorzugt drehen dürfen, hatte für Unmengen von Einsprüchen gesorgt. „Das ist für die Verwaltung in dieser Menge noch nie dagewesen“, sagte die Leitende Direktorin Petra Schelkmann vor der Verbandsversammlung. Neben 230 Kommentaren von Verbänden, Versorgern und anderen sogenannten Trägern öffentlicher Belange hatten sich 1856 Privatpersonen zu den Vorschlägen geäußert. Da viele jedoch mehrere unterschiedliche

Argumente vorgebracht hatten, mussten die Einwendungen aufgefächert werden. Unterm Strich wurden es 11.500 Einwendungen. „Wir haben jede einzelne Stellungnahme bewertet und abgewogen“, versicherte Schelkmann. Dazu musste das Team allerdings die Arbeit am parallel laufenden Regionalplan zur Photovoltaik auf die Seite legen. Trotzdem dauerte die Arbeit ein ganzes Jahr.

**Synopse zu Einwendungen auf knapp 32.000 Seiten**  
Die Menge an Einwendungen – in der überwiegenden Mehrheit formulierte sich hier der Protest gegen Windräder aus unterschiedlichen Gründen – führte zu einem Konvolut von mehr als 31.904 Seiten. Was wiederum den AfD-Politiker Tobias Eckert zu einer Einzelstellungnahme veranlasste. Er lehne den Beschlussvorschlag nicht aus grundsätzlichem Widerstand gegen die Windenergie ab, sondern weil die Zeit viel zu kurz gewesen sei, um die Synopse zu lesen.

Die Zustimmung des Regionalparlaments ist für die Verbandsverwaltung deshalb wichtig, weil die Zeit drängt. Schon jetzt ist der VRRN deutlich im Verzug. Hat das Land Baden-Württemberg doch eigentlich schon im vergangenen September einen Teilregionalplan mit 1,8 Prozent des Landes als Vorrangfläche für Windenergie eingefordert. Doch ist die Region in guter Gesellschaft. Das Ziel hat kein anderer Regionalverband des Landes geschafft. Deshalb



Windräder drehen sich bei Frankenthal. Ein Teilregionalplan räumt der Windkraft künftig mehr Raum ein.

BILD: BERNHARD ZINKE

drückt der Verband jetzt auf die Tube. Ziel ist es, das Verfahren möglichst ohne eine dritte Offenlage bis zum Ende nächsten Jahres abzuschließen. Aber ob das zu schaffen ist, sei frühestens nach Sichtung der Stellungnahmen aus der zweiten Offenlage abzuschätzen, so die Verbandsverwaltung.

**Bei Scheitern des Zeitplans droht Wildwuchs**  
Schafft es der Verband nicht rechtzeitig, seinen Teilregional-

plan für die Windenergie aufzulegen, dann droht eine sogenannte Superprivilegierung der Windkraft. Dann dürfen Windräder überall im Land errichtet werden, wo sie nicht gegen Abstands- und Naturschutzregeln verstoßen. Der Teilregionalplan hat dagegen das Ziel, eben keinen Wildwuchs zuzulassen, sondern die potenziellen Windradflächen an geeigneten Stellen zu bündeln. Nach dem aktuellen Stand

schafft es die Region, die gesetzlichen Flächenziele zu erreichen. Auf baden-württembergischen Gebiet werden 1,8 Prozent gefordert. Im Plan stehen mit 2,15 Prozent so etwas mehr Flächen drin. In ihrem rheinland-pfälzischen Bereich schafft es die Metropolregion knapp auf die geforderten 2,01 Prozent. „Wir haben einen Spielraum von gerade einmal drei Hektar“, machte die Verbandsdirektorin deutlich. Die hessi-

schen Zahlen sind unerheblich, da das Land die Flächenbilanz nicht auf die einzelnen Regionen herunterbricht. Da es in Nord- und Mittelhessen bereits genügend Flächen für Windräder gibt, ist der Kreis Bergstraße als südhessisches Teilgebiet der Metropolregion raus aus der Rechnung.

Noch einmal forderten die Grünen die Aufnahme des Lammerskopf bei Heidelberg als Vorrangfläche in den Regio-

nalplan. Sie konnten sich damit jedoch nicht durchsetzen. Weil ein kleiner Teil des Zuwegs aus Naturschutz-Sicht als kritisch bewertet wird, hatte der Verband die Fläche aus der Planung herausgenommen. Aber der Heidelberger Oberbürgermeister Eckart Würzner hat bereits angekündigt, die Windenergie auf dem Höhenzug über dem Neckartal über eine lokale Planung weiterzuverfolgen.

Gesundheit

ANZEIGE



## Volksleiden versteckter Magnesiummangel?

Schlechter Schlaf, Reizbarkeit, Erschöpfung – was wie Stress aussieht, ist oft ein versteckter Magnesiummangel

Wer sich tagsüber erschöpft, ausgelaugt und antriebslos fühlt und auch nachts keinen erholsamen Schlaf findet, sucht die Ursache meist im stressigen Alltag. Doch manchmal fehlt dem Körper ein wichtiges Puzzlestück – Magnesium! Ist der Körper nicht ausreichend versorgt, reagieren Nerven empfindlicher, Muskeln verspannen leichter und der Körper findet nachts schwer zur Ruhe – ein echter Teufelskreis! Gleichzeitig liefern verarbeitete Lebensmittel weniger Magnesium, während Stress, Koffein oder bestimmte Medikamente den Bedarf erhöhen. So kommt es laut aktueller Forschung bei rund 10 bis 30 % der Menschen zu einer Unterversorgung.

**Magnesium – Basis für Ruhe, Entspannung und Regeneration**

Gerade deshalb lohnt sich ein Blick darauf, wie wichtig Magnesium für unsere Erholung ist – tagsüber wie nachts: Magnesium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei und bildet damit die Grundlage dafür, Stressreaktionen besser zu regulieren und innerlich zur Ruhe zu kommen.



men. Gleichzeitig unterstützt das Mineral eine normale Muskelfunktion, was nächtliche Unruhe durch Verspannungen reduzieren kann. Magnesium trägt außerdem zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung sowie zu einer normalen psychischen Funktion bei. Ist der Magnesiumspiegel im Gleichgewicht, fällt es vielen Menschen leichter, nachts besser zu regenerieren und am Morgen frischer in den Tag zu starten.

**Auf die richtige Kombination kommt es an**

Kein Wunder also, dass Magnesium heute so gefragt ist wie

nie. Doch Magnesium ist nicht gleich Magnesium. Besonders empfehlenswert sind Kombinationen verschiedener Verbindun-

gen, die Muskeln, Nerven und Psyche umfassend unterstützen. Hochwertiges Magnesiumbisglycinat überzeugt beispielsweise durch eine hohe Bioverfügbarkeit, wird also vom Körper besonders gut aufgenommen.

**Baldriparan Magnesium Plus – mit dem Plus für eine verkürzte Einschlafzeit**

Im neuen Baldriparan Magnesium Plus (Apotheke) wurden Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid gezielt kombiniert – ergänzt um das gewisse Plus in Form von Melatonin, das dazu beiträgt, die Einschlafzeit zu verkürzen. So entsteht eine ausgewogene Formel, die den Körper dabei unterstützt, abends besser zur Ruhe zu finden und erholter in den neuen Tag zu starten.



**Magnesium: Kraftspender für jede Zelle**

Magnesium steckt in nahezu jeder Körperzelle und ist unverzichtbar für die Energiegewinnung – so bleiben wir leistungsfähig und konzentriert. Ein Mangel kann sich durch Probleme im Schlaf, Muskelkrämpfe oder Unruhe zeigen. Da der Körper Magnesium nicht selbst bildet, ist eine ausreichende Zufuhr über Ernährung oder Ergänzung wichtig – für einen ausgeglichenen Tag und eine entspannte Nacht.

Für Ihre Apotheke:

**Baldriparan  
Magnesium PLUS**  
(PZN 19927389)

[www.baldriparan.de](http://www.baldriparan.de)



## Christbaumaktion am 10. Januar

CDU

Plankstadt. Der CDU-Gemeindeverband führt traditionell am Samstag nach Dreikönig, am 10. Januar, die Christbaumaktion durch, bei der die ausgedienten Weihnachtsbäume am Straßenrand abgeholt werden.

Schon lange bleiben die eingesammelten Gelder im Ort und werden 1:1 an die Kinder- und Jugendeinrichtungen verteilt. Über 4.400 Euro kamen so für den guten Zweck bei der letzten Aktion zusammen.

### Unterstützer gesucht – Helfer ab 14 Jahren willkommen

„Bei dieser Aktion sind wir wieder auf tatkräftige Unterstützung von freiwilligen Helfern angewiesen und laden alle Mitbürgerinnen und Mitbürger ab 14 Jahren zur Teilnahme ein. Wir treffen uns am Samstagsmorgen um 9 Uhr auf dem Messplatz zur Gruppeneinteilung, Ende der Aktion ist gegen 13 Uhr geplant, bei einem gemeinsamen Helferessen auf dem Spanferkelhof Helmling.

Informieren und anmelden können Sie sich bei Andreas Wolf telefonisch unter 06202/2 38 85 oder 0172/7 42 24 74 sowie schriftlich per Mail an kontakt@cdu-plankstadt.de Bitte kein Bargeld an den Bäumen befestigen, sondern bei den Sammlern persönlich abgeben. Alternativ können Sie auch einen Betrag auf das Konto der CDUGemeindeverband Plankstadt, IBAN DE42 6725 0020 0022 5018 95, überwiesen werden“, heißt es in der Pressemeldung. *sb*

# Ein halbes Jahrhundert für den weißen Sport

**TC PLANKSTADT:** Elf Veranstaltungen, zahlreiche Erfolge und soziales Engagement prägen 50-jähriges Bestehen.

Von Connie Lorenz-Aichele

Plankstadt. Der Tennisclub Plankstadt (TCP) blickt auf ein ganz besonderes Jahr zurück: Sein 50-jähriges Bestehen feierte der Verein nicht nur am Jubiläumsabend, sondern mit insgesamt elf sportlichen und gesellschaftlichen Veranstaltungen über das gesamte Jahr hinweg, so teilen die Vereinsverantwortlichen mit.

Den feierlichen Höhepunkt bildete nun der offizielle Festabend im festlich geschmückten Wintergarten des Vereinslokals. Liebevoll dekorierte Tische und nahezu 100 Gäste – Mitglieder, Freunde und Unterstützer – sorgten für einen würdigen Rahmen.

### Festreden im Wintergarten

Der Vorsitzende des Tennisclubs, Roland Wahl, eröffnete den Abend und begrüßte die Anwesenden sehr herzlich. Unter den Gästen befanden sich zahlreiche Persönlichkeiten, die dem Verein seit vielen Jahren verbunden sind: Bürgermeister Nils Drescher, Stefan Bitenc, Präsident des Badischen Tennisverbandes, Kurt Herschmann, stellvertretender Vorsitzender des Sportkreises Mannheim, Gottfried Sauter von der IG Vereine Plankstadt und Andreas Sturm, Mitglied des Landtags.

In ihren Grußworten würdigten die Redner das beeindruckende Engagement des Ver-

eins und die erfolgreiche Entwicklung seit der Gründung. Neben anerkennenden Worten überreichten sie Urkunden, finanzielle Unterstützungen sowie – von Bürgermeister Drescher – einen guten Tropfen für die nächste Vorstandssitzung.

Gastredner Andreas Sturm, MdL Baden-Württemberg, bildungspolitischer Sprecher und Ehrenamtsbeauftragter seiner Fraktion, bereicherte den Abend mit einer Ansprache zur Bedeutung des Ehrenamts im Zusammenspiel von Sport, Bildung und sozialem Miteinander. Er lobte besonders den neuen Jugendraum als wichtigen Rückzugs- und Lernort für junge Mitglieder und würdigte das Engagement als vorbildlichen Beitrag zur Jugendförderung und Stärkung der Gemeinschaft im Verein.

In seiner Jubiläumsrede blickte dann Roland Wahl auf wichtige Meilensteine der Vereinsgeschichte zurück. Der offizielle Gründungstag des TCP ist der 18. November 1975. Was damals mit sechs Plätzen und einer kleinen, hochmotivierten Gruppe von Gründungsmitgliedern begann, ist heute der zweitgrößte Verein der Gemeinde.

Wahl dankte allen bisherigen Vorsitzenden und ihren Vorstandsteams, die den Verein über Jahrzehnte hinweg geprägt und weiterentwickelt haben:



Die geehrten Gründungsmitglieder erhielten von Bernhard Hülsebusch und Roland Wahl eine Urkunde, die goldene Ehrennadel sowie einen Blumenstrauß.

BILD: JULYTE RENVO

Bernhard Hülsebusch, Initiator und Gründungsvorsitzender, baute mit großem Weitblick die ersten zehn Freiplätze und die Clubhütte auf. Er führte den Verein zehn Jahre und ist heute Ehrenratsvorsitzender.

### Körperlich und sozial bewegt

Horst Waber, elf Jahre Vorsitzender, war Initiator und Projektleiter für das größte Bauprojekt der Vereinsgeschichte: das Tennis Center mit Vierfeldhalle, zwei Squashcourts, Sauna, Wohnhaus und Restaurant, eröffnet am 21. August 1983.

Horst Mühlhäuser, als vierter Vorsitzender 13 Jahre im Amt, verwirklichte bedeutende Zukunftsprojekte wie die Tiefbrunnenanlage, den Pavillon, die Photovoltaikanlage auf dem Hallendach sowie die moderne Heizungsanlage. Heute zählt der Tennisclub über 500 Mit-

glieder, allein 80 neue Mitglieder im laufenden Jahr, überwiegend Kinder und Jugendliche. Der Verein verfolgt eine moderne, zukunftsorientierte Sportstrategie – vom Breitensport über leistungsorientierte Mannschaften bis hin zu attraktiven gesellschaftlichen Angeboten.

Das Jubiläumsjahr war geprägt von insgesamt elf besonderen Veranstaltungen. Zu den Höhepunkten zählten die baden-württembergischen Jugendmannschaftsmeisterschaften mit hochklassigen Nachwuchsspielern sowie das große Sommerfest mit Live-Musik und rund 200 Gästen.

Auch sportlich sieht sich der TCP sehr gut aufgestellt, wie es in der Pressemeldung heißt: Der Verein verfügt über eine starke Jugendarbeit, unterstützt durch den neuen Jugendraum,

der mit 50.000 Euro von der Hopp Stiftung gefördert wurde.

Hinzu kommen aktive Mannschaften von der Regionalliga bis zur 1. Bezirksliga, eine deutsche Meisterin bei den Damen 30, die zudem die Bronzemedaille bei der Weltmeisterschaft gewann, sowie insgesamt 29 Teams, die an den Medenspielen teilnahmen.

Darüber hinaus übernimmt der Verein auch gesellschaftliche Verantwortung. Im Projekt „Kids in Bewegung“ trainieren Kinder aus der Ukraine, aus Nigeria sowie aus sozial benachteiligten Familien – ein wichtiger Beitrag zu Integration und Teilhabe. Zudem bietet der Verein regelmäßig Sportstunden für Kindergärten auf seiner Anlage an.

### Der Blick nach vorn

Mit einem engagierten Vorstandsteam und einer nachhaltigen Zukunftsstrategie ist der Tennisclub bestens aufgestellt. Aktuell laufen Vorstudien für mögliche Erweiterungen – unter anderem eine Padel-Anlage, um den Trendsport auch in Plankstadt zu etablieren.

DJ Patrik sorgte für die musikalische Begleitung und beste Stimmung. Es wurde getanzt, gelacht und gefeiert – ein wunderschöner, harmonischer Jubiläumsabend, der erst weit nach Mitternacht ausklang, so teilen es die Verantwortlichen mit.

## IN KÜRZE

### TSG sammelt Altpapier

Plankstadt. Am Samstag, 10. Januar, führt die TSG Eintracht Plankstadt wieder ihre beliebte Altpapiersammlung durch. Zwischen 9 und 13 Uhr können Papier und Kartonen auf dem Festplatz in Plankstadt abgegeben werden. Gesammelt werden ausschließlich: Zeitungen, Zeitschriften, Prospekte, Telefonbücher, Bücher, Kalender, Kataloge sowie saubere Kartons. Wichtig: „Bitte achten Sie darauf, kein verschmutztes oder ungeeignetes Material abzugeben. Nicht angenommen werden: Geschreddertes Papier, Tapeten (auch keine Rollen), Klarsichthüllen, Folien, Plastik, Metall oder sonstige Fremdstoffe. Mit Ihrer Papier-Spende tun Sie nicht nur der Umwelt etwas Gutes – auch der Verein profitiert direkt davon. Also: Packen Sie's an, bringen Sie's vorbei – die TSG Eintracht Plankstadt freut sich auf Ihren „Papierkram“, heißt es in der Pressemeldung. *red*

### Vincent Kilian kandidiert

Plankstadt. Nachdem der bisherige Vizepräsident des Landtags seine Kandidatur zurückgezogen hat, hat sich Vincent Kilian entschlossen, Verantwortung zu übernehmen und ohne Absicherung über die Landesliste im Wahlkreis anzutreten. Um mit den Bürgerinnen und Bürgern ins Gespräch zu kommen, entstand eine kreative Idee: Schokoladenstücke mit dem Porträt von Vincent Kilian auf der Vorderseite sollten nicht nur eine kleine Freude bereiten, sondern auch als sympathischer Gesprächsanlass dienen. Der SPD-Ortsverein Plankstadt freut sich über die gelungene Aktion und wünscht Vincent Kilian sowie seinem Mitkandidaten Moses Ruppert ein gutes Wahlergebnis, heißt es in einer Pressemeldung. *cl/zg*

Gesundheit

ANZEIGE

# Das Geheimnis des Model-Glows? Eva Padberg verrät es!

Für schöne Haut, Haare und Nägel empfiehlt Topmodel Eva Padberg das Nr. 1\* Kollagenpulver aus der Apotheke

**Kollagen ist längst mehr als ein Hollywood-Hype – auch hierzulande setzen Millionen auf das Schönheitsprotein, darunter Supermodel Eva Padberg. Denn: Ein Löffel Kollagenpulver täglich soll der langersehnte Ausweg für viele Beauty-Probleme sein. Aber funktioniert das wirklich?**

Der Blick in den Spiegel und endlich zufrieden sein – für viele scheint dieser Wunsch dank Kollagen wahr geworden zu sein. Im Netz findet man zahlreiche positive Rezensionen wie diese: „Meine Haut sieht hervorragend aus und es wachsen mehr Haare nach.“ Das sind erstaunliche individuelle Aussagen. Doch wie viel Wahrheit

steckt dahinter? Und was sagt die Wissenschaft?

Fakt ist: Die sichtbaren Zeichen des Alterns sind oft das Ergebnis eines natürlichen Prozesses. Der Körper produziert ab dem 25. Lebensjahr immer weniger Kollagen. Dieses wichtige Protein verleiht Haut, Haaren und Nägeln ihre jugendliche Vitalität und Strahlkraft. Tatsächlich lässt sich die Kollagenaufnahme gezielt unterstützen. Man sollte jedoch auf ein hochwertiges Präparat achten, welches der Körper optimal verwerten kann.

### Die Nr. 1\* aus der Apotheke: pureSGP Kollagen Peptide

Genau hier setzt der pharmazeutische Hersteller von pureSGP Kollagen Peptide an. Er verwendet für sein Kollagenpulver ausschließlich hochreines Premium-



Kollagenhydrolysat, das aus natürlichen und kollagenreichen Materialien und durch ein streng

kontrolliertes Verfahren gewonnen wird. Das Besondere: Durch eine enzymatische Verarbeitung entste-

hen kleine, bioaktive Peptide, die vom Körper leicht aufgenommen und effektiv verwertet werden können. Zusätzlich enthält es Vitamin C, was der Körper für die Kollagensynthese benötigt.<sup>1</sup> Biotin, Zink und Kupfer unterstützen zusätzlich Haut, Haare, Nägel und Bindegewebe.“

### Geschmacksneutral und hervorragende Löslichkeit

Das geschmacksneutrale Pulver lässt sich unkompliziert in Tee, Kaffee oder Mahlzeiten einrühren und ist dank des beigelegten Dosierlöffels einfach anzuwenden. Verbraucher berichten von unterschiedlich schnellen Erfolgen und bestätigen, dass ein regelmäßiger täglicher Verzehr wichtig ist. Es wird ein Verzehr von mindestens 12 Wochen empfohlen.

Erworben werden kann das Präparat in der Apotheke oder online. Sollte Ihre Apotheke das Produkt nicht vorrätig haben, kann es innerhalb weniger Stunden bestellt werden.

Ein schöner Geschenk-Tipp zu Weihnachten

Für Ihre Apotheke:

**pureSGP Kollagen Peptide**  
(PZN 19120155)



**Reinstes Kollagen in Apothekenqualität**

Online Shop:  
[www.pureSGP.de](http://www.pureSGP.de)



**Mein Beauty-Geheimnis?**  
*Jeden Morgen pureSGP Kollagen – weil meine Haut und Haare das Beste verdienen.“*

Eva Padberg

<sup>1</sup>Pullar JM et al. The Roles of Vitamin C in Skin Health. Nutrients. 2017 Aug 12;9(8):866 • \*Kollagenpulver, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 06/2025 • \*\*Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße, Haut, Knochen und Knorpel bei, Zink trägt zum Erhalt normaler Knochen, Haut und Nägel bei, Biotin trägt zum Erhalt normaler Haut und Haare bei, Vitamin D trägt zum Erhalt einer normalen Muskelfunktion bei, Kupfer trägt zum Erhalt von normalem Bindegewebe bei.