



Glanzvolle Feier

Rund 2.400 Gäste erleben bei der Wiedereröffnung der Stadthalle ein vielfältiges Bühnenprogramm. [► Seite 7](#)

BAZ

BADISCHE ANZEIGEN-ZEITUNG
HEIDELBERG

AUSGABE 6721

WWW.BAZ-MEDIEN.DE

13./14. FEBRUAR 2026

IHRE WOCHENZEITUNG

Heute mit ALDI meine Woche

IN KÜRZE

Öffnungszeiten erweitert

Heidelberg. Die Verwaltung der Musik- und Singschule Heidelberg erweitert ihre Öffnungszeiten. An den bestehenden Unterrichtszeiten ändert sich nichts. Ab sofort ist die Verwaltung der Musik- und Singschule täglich erreichbar: montags bis donnerstags ist die Verwaltung von 10 bis 16.30 Uhr geöffnet, freitags von 10 bis 12 Uhr. Die Musik- und Singschule Heidelberg, Kirchstraße 2, ist telefonisch erreichbar unter der Nummer 06221/ 5 84 35 00 und per E-Mail unter musikschule@heidelberg.de. Informationen zu dem Kursangebot finden Interessierte im Internet unter musikschule.heidelberg.de. *red*

Rauch, Hitze, Verkehr

TUNNELBRANDBEKÄMPFUNG: Feuerwehr Heidelberg trainiert für den Ernstfall.

Heidelberg. Kürzlich nahmen insgesamt 24 Feuerwehrkräfte der Feuerwehr Heidelberg sowie umliegender Feuerwehren an einer praxisnahen Schulung zur Tunnelbrandbekämpfung an der International Fire Academy (IFA) in Balsthal in der Schweiz teil. Ziel der interkommunalen Fortbildung war es, 18 sogenannte Multiplikatoren auszubilden, die ihr Wissen künftig innerhalb der Feuerwehr Heidelberg weitergeben und so die Einsatzkompetenz für das besonders anspruchsvolle Szenario eines Tunnelbrandes stärken.

Brände in Straßentunneln stellen Einsatzkräfte vor außergewöhnliche Herausforderungen. Verkehrschaos, flüchtende Personen, starke Rauchentwicklung mit eingeschränkter Sicht sowie extreme Hitze erfordern ein präzises taktisches Vorgehen und eine hohe körperliche sowie mentale Belastbarkeit. In einem ersten theoretischen Teil vermittelten erfahrene Ausbilder aus der Schweiz grundlegendes Wissen zur Einsatztaktik sowie zum Einsatz spezieller Hilfsmittel. Dazu



Insgesamt 24 Feuerwehrkräfte der Feuerwehr Heidelberg und umliegender Feuerwehren haben an einer praxisnahen Schulung zur Tunnelbrandbekämpfung teilgenommen. BILD: FEUERWEHR HEIDELBERG

zählten unter anderem Suchstöcke und Markierungsleuchten, die der Orientierung und Sicherheit im Einsatzgebiet dienen.

Der praktische Teil der Ausbildung fand in einem eigens vorbereiteten Übungstunnel mit einer Länge von rund 300 Metern statt. Dort absolvierten die Teilnehmenden sechs physisch und psychisch fordernde Einsatzübungen. Nach einer ersten Erkundung

galt es, Brände zu bekämpfen und parallel nach vermissten Personen zu suchen sowie diese zu retten. Rund 50 Übungsfahrzeuge – vom Kleinwagen bis hin zum Schwertransporter – sorgten dabei für eine realitätsnahe Darstellung unterschiedlichster Brandszenarien.

Die Ausbildung in der Schweiz ist ein zentraler Baustein der derzeit laufenden Neukonzeptionierung des Ein-

satzkonzepts der Feuerwehr Heidelberg für Tunnelbrände. Insbesondere mit Blick auf den fast 920 Meter langen Schlossbergtunnel wird die bestehende Einsatzplanung aktuell vollständig überarbeitet und an moderne Einsatztaktiken angepasst. Die im Lehrgang gewonnenen Erkenntnisse geben die Heidelberger Teilnehmer nun als Multiplikatoren weiter, um die Feuerwehr gezielt auf die bevorstehenden Tunnelbrandübungen vorzubereiten.

Bereits im April sollen erste Elemente der neuen Einsatzplanung praktisch erprobt werden. Für Oktober 2026 ist zudem eine groß angelegte Übung im Schlossbergtunnel geplant, an der neben der Feuerwehr auch der Rettungsdienst, die Polizei sowie die Verkehrsbetriebe beteiligt sein werden. Ergänzend dazu wurde ein Austauschnetzwerk mit umliegenden Feuerwehren aufgebaut, die ebenfalls Tunnelanlagen betreuen. Über dieses Netzwerk wurde auch die gemeinsame Fortbildung an der International Fire Academy initiiert. *red*

Hier finden Sie uns:

Heidelberg Rohrbacher Str. 57
Heidelberg Karlsruher Str. 84
Dossenheim Bahnhofplatz 1
Weinheim Grundelbachstraße 25
Wiesloch Hauptstraße 132
www.hoerwelt-heeg.de

Hörwelt
Heeg

... wenn Sie den Unterschied hören wollen.

GÜNSTIGE MARKEN SCHUHE für Damen – Herren – Kinder

„CHANCES“

– AKTION – WINTERSCHLUSSVERKAUF –
NIMM 3 PAAR UND BEZAHLE NUR 2 PAAR
– das günstigste Paar schenken wir Ihnen –

Gültig bis 14.02.2026

DAS MARKEN-SCHUH-OUTLET

Öffnungszeiten: Dienstag – Samstag: 10.00 Uhr – 18.00 Uhr
Wo: 69123 Heidelberg, Grenzhöfer Weg 31, Tel. 06221/7968440
(Gewerbegebiet Wieblingen, neben Möbelum)

Lederprofi Sinsheim

LEDERPROBLEME? WIR HELFEN.

Wir restaurieren / reparieren
Fahrzeuge / Oldtimer / Sofa / Stühle

Lederprofi Sinsheim • Hinter der Mühle 1
Fon 07261 - 4330 • www.Lederprofi-Sinsheim.com
www.Ton-Stuhlundtisch.de

Neue Küche !

Zuverlässig preisbewusst in der Region

Geiß MÖBEL Ludwig Geiß GmbH & Co. KG

74927 Eschelbronn Industriestr. 32 06226/95060
Für Küchenplanung und Beratung empfehlen wir Terminvereinbarung
Sonntags **freie Umschau** 13.00 - 17.00 Uhr ohne Verkauf

BAZ

12. JANUAR – 27. MÄRZ 2026

WINTERWOCHEN

IMAX-Doku geschenkt
bei Kauf eines Museums-Pass

Technik Museen
Sinsheim Speyer

WIR KAUFEN AN:

Gold- & Silberschmuck	Zahngold (auch mit Zähnen)	Luxusuhren
Goldbarren	Goldmünzen	Silbermünzen & Barren
Silberbesteck	Zinn	Erbschaft

GUTER PREIS GARANTIERTE FAIRGELD SORTE

FAIR - SERIÖS - FREUNDLICH

Nutzen Sie den hohen Goldkurs zu Tages-Höchstpreisen...!

Gerne können Sie auch außerhalb der Geschäftszeiten einen Termin vereinbaren für eine kostenlose Bewertung ihrer Erb- oder Edelmetalle.

JUWELIER RITZHAUPT

Hauptstr. 12
69190 Walldorf

Tel.: 06227/3231
Mail: info@juwelier-ritzhaupt.de
www.juwelier-ritzhaupt.de

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 10 - 18 Uhr · Sa. 10 - 13 Uhr

ZUSTELL-SERVICE

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



NOTRUF

Polizei
110

Feuerwehr/Rettungsdienst
112

Einheitliche Behördennummer
115

Ärztlicher Notfalldienst
116 117

Kinderärztlicher Notdienst
Ortsvorwahl/192 92

Zahnärztlicher Notdienst
06221/ 354 4917

Universitätsklinikum Heidelberg 06221/ 560

Kinder-und Jugendtelefon
0800/ 111 0333

Opfernotruf
01803/ 343 434

Telefonseelsorge
0800/ 111 0111

Suchthilfe
06252/ 700 590

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



Christina Rink
Telefon: 0621/ 392 2814
E-Mail: crink@haas-publishing.de



Die Cellistin Alexandra Netzold und der Pianist Oliver Taupp verzaubern das Publikum mit einer einzigartigen Mischung aus klassischer Eleganz und jazziger Farbigkeit. Ihr Konzert „My Funny Valentine“ am 15. Februar in Heidelberg verspricht ein unvergessliches Valentins-Erlebnis.

BILD: ALEXANDRA NETZOLD

Cello und Klavier im Dialog der Liebe

KONZERT: Alexandra Netzold und Oliver Taupp spielen an diesem Sonntag in Heidelberg.

Heidelberg. Am Sonntag, 15. Februar, um 17 Uhr laden die Konzercellistin Alexandra Netzold und der Jazzpianist Oliver Taupp zu einem besonderen Konzert mit dem Titel „My Funny Valentine“ in das Auditorium der Musik Akademie Heidelberg in der Friedrich-Ebert-Anlage 26 ein. Der Eintritt ist frei.

Das als „kammermusikalisches Traumpaar“ bezeichnete Duo präsentiert ein romantisch-feinfühliges Programm mit einer eleganten Mischung aus klassischen und jazzigen Liebesliedern. Passend zum Valentinstagswochenende erwartet das Publikum ein Konzert voller Wärme, Intimität und zeitloser Romantik.

Die Musik entfaltet sich als sensibles Zwiegespräch zwischen Cello und Klavier und verbindet klassische Eleganz mit jazziger Farbigkeit.

Einen besonderen Akzent setzt die Veröffentlichung der internationalen Single „Ballade“ von Claude Bolling, die am 14. Februar, dem Valentinstag, erschienen ist. In der kammermusikalischen Interpretation von Alexandra Netzold und Oliver Taupp erhält das Werk einen lyrischen Charakter, der zwischen Klassik und Jazz vermittelt.

Bereits mit ihrem gemeinsamen Debütalbum „Cello Meets Jazz“ sorgten die beiden Künstler für große Aufmerksam-

keit. Das Album wurde unter anderem im SWR vorgestellt und vielfach begeistert rezensiert, etwa im Tonkünstlerforum. Auch beim Publikum findet das Duo großen Anklang, das Album wird auf Streaming-Plattformen wie Deezer und Spotify weltweit gehört.

Alexandra Netzold ist internationale Preisträgerin und blickt auf zahlreiche Rundfunk-, CD- und Fernsehaufnahmen zurück. Oliver Taupp zählt zu den gefragtesten Pianisten sowohl der klassischen als auch der Jazzszene und arbeitete bereits mit namhaften Musikern wie Konstantin Wecker sowie Mitgliedern der Berliner Philharmoniker zusammen.

red

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 Veran-

staltungshinweis mit allen notwendigen Angaben zu Veranstaltungsort, Datum und Zeitraum, Anlass sowie Veranstalter direkt an Ihre zuständige BAZ-Redakteurin.

Ich freue mich auf Ihre Nachricht!

Christina Rink
crink@haas-publishing.de

Fastnachtsumzug am 15. und 17. Februar

SPERRUNGEN UND UMLEITUNGEN BEACHTEN

Ziegelhausen/Heidelberg. Am Fastnachtswochenende finden in Heidelberg zwei große Fastnachtsumzüge statt. Den Auftakt macht der Fastnachtsumzug im Stadtteil Ziegelhausen am Sonntag, 15. Februar. Der Zug startet um 14.11 Uhr, die Aufstellung beginnt ab 13 Uhr im Bereich Peterstaler Straße/Wilhelmsfelder Straße am Einmündungsbereich Kreuzgrundweg. Der Umzug führt über die Peterstaler Straße in die Kleingemünder Straße auf Höhe Hausnummer 34, wo er aufgelöst wird. Für die Dauer des Umzugs sind der Straßenzug Kreuzgrundweg/Rainweg sowie die Durchfahrt in Richtung Wilhelmsfeld beziehungsweise Ziegelhausen von 13 bis 17 Uhr gesperrt.

Der 178. Heidelberger Fastnachtsumzug durch die Innenstadt findet am Fastnachtsdienstag, 17. Februar, ab 14.11 Uhr statt. Der Zug beginnt an der Ecke Kirchstraße/Bergheimer Straße in Berghheim, zieht über den Bismarckplatz durch die Haupt-

straße bis zum Karlsplatz in der Altstadt, wo im Anschluss die After-Umzugsparty stattfindet. Die Motivwagen fahren anschließend über die Mönchgasse in Richtung B 37 ab. Die Aufstellung erfolgt in der Fehrentzstraße, Bluntschlistraße und Kirchstraße jeweils zwischen den Kreuzungen mit Vangerowstraße und Bergheimer Straße sowie in der Vangerowstraße zwischen Kirch- und Fehrentzstraße.

Die Heidelberger Innenstadt ist wegen des Umzugs von etwa 12.30 Uhr bis 18 Uhr für den Verkehr gesperrt, wovon auch der ÖPNV betroffen ist. Ortskundigen Autofahrern wird empfohlen, den Veranstaltungsbereich zu umfahren. Auf dem Bismarckplatz wird ein Zuschauerbereich für Rollstuhlfahrende eingerichtet.

red

i Informationen zu Sperrungen und Umleitungen bietet die Rhein-Neckar-Verkehr GmbH zeitnah unter www.rnv-online.de/fastnacht

Küss deine Muse wach

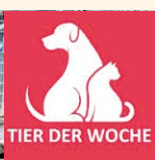
JOURNALING-WORKSHOP

Heidelberg. Vom 27. Februar bis 1. März findet an der Volkshochschule Heidelberg ein Journaling-Workshop mit Sandra Miriam Schneider, Gründerin der Literaturschneiderei Berlin, statt. Teilnehmende lernen kreative Methoden kennen, um Gedanken, Gefühle und Erleb-

nisse im Alltag festzuhalten. Der Workshop richtet sich an alle, die ihre Kreativität entfalten und Freude am Experimentieren haben.

Anmeldung bis 24. Februar unter der Telefonnummer 06221/ 91 19 11 oder online auf www.vhs-hd.de.

red



Sportliche Hündin sucht ein neues Zuhause

Odenwald/Bergstraße.. Der Verein Tiere in Not Odenwald sucht ein Zuhause für Mellowbee. Mellowbee ist eine sportliche Hündin und wurde im Dezember 2022 geboren. Sie wird sicherlich im neuen Zuhause ein Territorialverhalten entwickeln. Hilfreich wäre es, wenn die neuen Bezugspersonen eine Hundeschule aufsuchen. Dort kann dann auch das Laufen an der Leine geübt werden. Ansonsten ist die Hündin sehr verschmust.

red/BILD: TINO

Wer Mellowbee kennenlernen möchte, bekommt Infos unter der Telefonnummer 06063/ 93 98 48 oder auf www.tiere-in-not-odenwald.de

Zwei Ebenen, ein Konzept

AUSFLUGSTIPP: Die Ausstellung „Status quo“ kann noch bis 20. Februar im Walldorfer Rathaus besichtigt werden.

Walldorf. „Die Ausstellung ist als Auftakt zu verstehen“, sagt Dr. Kristina Hoge, die neue Kunstbeauftragte der Stadt Walldorf. Fragen wie „Was hat Walldorf zu bieten?“ und „Wie lässt sich Kunst noch sichtbar machen?“ stehen im Mittelpunkt ihrer Arbeit. Seit Mitte November zeigt das Rathaus unter dem Titel „Status quo“ eine Auswahl von Werken aus der städtischen Kunstsammlung, die über einen Zeitraum von rund 30 Jahren zusammengetragen wurde. Aufgrund des großen Interesses wurde die Ausstellung kurzfristig bis Freitag, 20. Februar, verlängert.

Bei der Konzeption ließ sich Kristina Hoge bewusst von der Architektur des Rathauses leiten. Im Erdgeschoss dominieren gegenständlich-figürliche Arbeiten, während das erste Obergeschoss strengere, reduzierte und abstraktere Werke bis hin zur Fotografie präsentiert.



Die städtische Kunstbeauftragte Dr. Kristina Hoge führte durch die Ausstellung „Status quo“, die noch bis zum 20. Februar im Rathaus zu sehen ist.

BILD: STADT WALLDORF

Besucher können dabei thematische Bezüge ebenso entdecken wie bewusste Kontraste zwischen den Arbeiten. Gleich im Foyer setzt Dirk Kломanns „Lustiger Gärtner“ einen markanten Akzent. Ergänzt wird er durch das kleinformatige Werk „Figur unter Baum 4“ sowie durch Helena Müllers Schnitz-

arbeit „Geburt 3“. Links davon stehen die beiden Terrakotta-Torsi „Corpus Pendens I + II“ von Tom Feritsch, die laut Hoge durch ihre Zerbrechlichkeit eine besondere Spannung erzeugen. Einen bewussten Kontrast bildet Robert Loos' großformatige Leinwand „Untitled (Wald)“, die sie als Beispiel junger, streetartig anmutender Kunst beschreibt und stehend in die Ausstellung integriert hat.

Natur, Materialität und Wahrnehmung

Weitere Blickfänge im Erdgeschoss sind Wolfgang Folmers großformatige Sperrholzarbeit „Ohne Titel“ sowie feine Blei- und Buntstiftzeichnungen von Barbara Bucher, die an Pflanzen und mikroskopische Strukturen erinnern. Mit Roswitha Josefine Papes Holzschnitt „Frei sein“ bleibt das Thema Natur präsent – zugleich würdigt Kristina Hoge das intensive Arbeiten mit

Material und das traditionsreiche Medium des Holzschnitts.

Im Obergeschoss begegnen die Besucher stärker abstrahierten Arbeiten. Elke Weickelts Werk „01-41“ weckt Assoziationen an Baumstämme und archaische Formen. Kazuyi Tokunagas „Ast-Wok“ verbindet auf humorvolle Weise Natur mit einem skurrilen Fundstück. Die Fotografien von Siegfried Reißing schlagen mit ihrer Farbästhetik eine Brücke zu diesen Arbeiten, obwohl sie reale Gebäude zeigen. Mit Felix Oehmanns Skulptur „Send it to me“ ist zudem eine mutige Position jüngerer Kunst vertreten, ergänzt durch eine präzise Sandstein-Skulptur von Vera Scholz von Reitzenstein mit architektonischem Charakter.

red

i Die Ausstellung „Status quo“ ist im Rathaus Walldorf noch bis Freitag, 20. Februar, zu sehen.

Internationale Fachkräfte verstärken Heidelberger Kitas

BETREUUNG: 14 Erzieher aus Kolumbien starten in städtischen und freien Einrichtungen.

Heidelberg. 14 pädagogische Fachkräfte aus Kolumbien unterstützen ab sofort Kindertageseinrichtungen in Heidelberg. Die Erzieher arbeiten in vier städtischen Kitas sowie in neun Einrichtungen freier Träger. Vor wenigen Tagen wurden sie im Rahmen eines Willkommensfests im Dezernat 16 von Bürgermeisterin Stefanie Jansen offiziell begrüßt.

„Sie bringen als neue Kollegen nicht nur ihre fachliche Kompetenz, sondern auch neue kulturelle Impulse in die Heidelberger Kitas. Ihre Mitarbeit ist ein weiterer wertvoller Baustein für eine verlässliche Kinderbetreuung in Heidelberg“, betonte Jansen. Die 14 Fachkräfte – 13 Frauen und ein Mann – verfügen über einen Hochschulabschluss in Frühpädagogik aus Kolumbien. Das Projekt wird von der Stadt Heidelberg gemeinsam mit sechs freien Trägern in Kooperation mit der Zentralen Auslands- und Fachvermittlung (ZAV) der Bundesagentur für Arbeit umgesetzt.

Mehr als 9.000 Kilometer trennen die neuen Erzieher von ihrem Heimatland. Um ihnen einen guten Start in Arbeit und Alltag zu ermöglichen, werden sie in den ersten Monaten intensiv begleitet. Die Heidelberger Dienste gGmbH organisieren unter anderem die erste Unterkunft im Fachkräftehaus in der Heidelberger Südstadt, unterstützen bei Behördengängen sowie bei Versicherungs- und



14 pädagogische Fachkräfte aus Kolumbien unterstützen künftig die Kindertageseinrichtungen in der Stadt. BILD: JOCHEN STEINMETZ / LICHT & SILBE

Vertragsfragen und bieten Ausflüge sowie weitere soziale Austauschformate an.

„Internationale Fachkräfte, die sich für einen beruflichen Neuanfang in Deutschland entscheiden, brauchen gerade zu Beginn verlässliche Unterstützung“, erklärt Nadine Hülten, Geschäftsführerin der Heidelberger Dienste gGmbH.

Vermittlung über Pilotprojekt der Bundesagentur für Arbeit
Die Vermittlung der Fachkräfte erfolgte im Rahmen des Pilotprojekts „Shaping the Future – EDUCO“ der Zentralen Auslands- und Fachvermittlung der Bundesagentur für Arbeit in Kooperation mit dem kolumbianischen Servicio Público de Empleo (SPE). Das Kinder- und Jugendamt der Stadt Heidelberg

ist regionaler Partner des Projekts. Für die Fachkräfte bietet die Tätigkeit in Deutschland die Möglichkeit, in stabilen Arbeitsstrukturen zu arbeiten und von besseren Fortbildungs- und Verdienstmöglichkeiten zu profitieren. Da die Stadt Heidelberg bei der Fachkräfterekrutierung eng mit den freien Trägern der Kinderbetreuung zusammenarbeitet, profitieren sowohl städtische als auch nichtstädtische Einrichtungen von dem Projekt.

Baustein zur Stabilisierung der Fachkräftesituation
Die Rekrutierung internationaler Fachkräfte ist Teil eines umfassenden Maßnahmenpakets zur Sicherung der Fachkräfteversorgung in den Heidelberger Kitas. Mittel- und langfristig bleibt es entscheidend, gut aus-

gebildete pädagogische Fachkräfte zu gewinnen, um vorhandene Betreuungsplätze vollständig belegen zu können.

Bereits seit 2023 verfolgt die Stadt Heidelberg gemeinsam mit über 40 freien und privatgewerblichen Trägern von Kindertageseinrichtungen eine abgestimmte Strategie zur Fachkräftegewinnung. Dazu zählen unter anderem eine gemeinsame Marketingkampagne für mehr als 130 Heidelberger Kitas, neue Ausbildungsangebote sowie Unterstützungsmaßnahmen für bestehende Fachkräfte in herausfordernden Situationen. Die Träger der Kinderbetreuung in Heidelberg bilden damit eine starke Allianz, die innerhalb der Stadt nicht im Wettbewerb steht, sondern gemeinsam handelt.

Hintergrund zur Kinderbetreuung
Im Stadtgebiet gibt es insgesamt 137 Kindertageseinrichtungen, die von 47 Trägern betrieben werden. Sie bieten Betreuungsplätze für rund 6.000 Kinder von der Geburt bis zum Schuleintritt. Laut Bedarfsplanung liegt die Versorgungsquote bei Kindern im Alter von eins bis unter drei Jahren bei 105 Prozent, bei Kindern ab drei Jahren bis zum Schuleintritt bei 115 Prozent.

Infos zur Kinderbetreuung in Heidelberg sind unter www.heidelberg.de/kinderbetreuung zu finden.



Die Sparkasse Heidelberg fördert die Festlichkeiten der Sängerrunde Dielheim mit 1.000 Euro – ein Grund mehr, das 100. Jubiläum gebührend zu feiern. BILD: SPARKASSE HEIDELBERG

100 Jahre Sängerrunde Dielheim

1000-EURO-SPENDE: Sparkasse Heidelberg unterstützt die Feier.

Dielheim/Heidelberg. Jünger denn je und engagiert wie stets zeigt sich der Chor der Sängerrunde Dielheim zu Beginn seines Jubiläumsjahres. Vor 100 Jahren gegründet, steht das Jahr 2026 ganz im Zeichen der Feier dieses besonderen Jubiläums. Zu den Vorbereitungen gehören unermüdliches Gesangstraining ebenso wie eine Vielzahl organisatorischer Aufgaben, die in den Wochen bis zum eigentlichen Fest im Früh-

jahr zu erledigen sind. In der Kulturhalle Dielheim fand nun der große Fototermin statt, zu dem sich die Sänger aufstellten. Eine große goldene Spendenscheck in Höhe von „100“ durfte auf den Bildern nicht fehlen. Im Rahmen der Feierlichkeiten werden die fertigen Fotos später zeigen, dass die Sängerrunde nicht nur mit großem Engagement, sondern auch mit viel Freude bei der Sache ist. „So ein Vereinsjubiläum

muss gefeiert werden“, betont Volker Lott, Regionalleiter der Sparkasse Heidelberg. Er überreichte an Vereinsvorständin Birgit Benz einen symbolischen Spendenscheck in Höhe von 1.000 Euro aus dem PS-Sparen als Beitrag zur Finanzierung der Festlichkeiten. „Wir freuen uns über diese Unterstützung“, bedankt sich Benz, die für die Geschäftsführung im Verein zuständig ist.

Mutmaßlicher Drogenverkauf aufgedeckt

Heidelberg. Auf Antrag der Staatsanwaltschaft Heidelberg hat das Amtsgericht Heidelberg Haftbefehle gegen zwei Männer im Alter von 28 und 31 Jahren erlassen. Ihnen wird gemeinschaftliches, unerlaubtes Handeln mit Betäubungsmitteln, Arzneimitteln sowie Cannabis vorgeworfen. Die Tatverdächtigen wurden am Freitag,

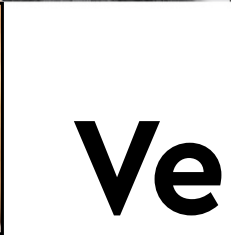
6. Februar, gegen 14 Uhr im Bereich der Kurfürstenanlage von der Polizei beobachtet. Dabei sollen sie an zwei Verstecken Drogen und verschreibungspflichtige Medikamente gelagert und diese in mehreren Fällen an Abnehmer verkauft haben. Nach der Festnahme stellten die Einsatzkräfte unter anderem Marihuana, Haschisch, an.

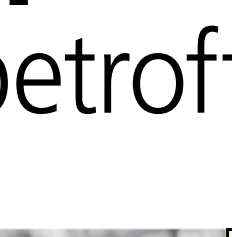
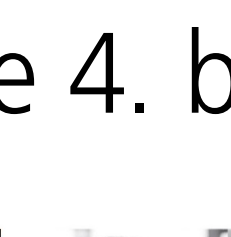
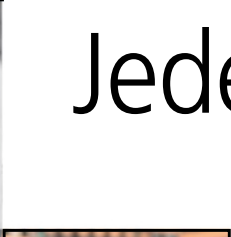
Kokain sowie die verschreibungspflichtigen Medikamente Pregabalin und Tramadol sicher. Am 7. Februar wurden die beiden Männer dem Ermittlungsrichter vorgeführt. Die Haftbefehle wurden in Vollzug gesetzt, die Beschuldigten in Justizvollzugsanstalten eingeliefert. Die Ermittlungen dauern pol



Verstopfung

Jede 4. betroffen









Sie können nicht regelmäßig auf die Toilette gehen, und wenn es doch mit dem Stuhlgang klappt, ist er schmerzhaft und langwierig? Mit der richtigen Ballaststoffkombination kann man gegensteuern.

Verstopfung zählt mittlerweile zu den häufigsten Verdauungsbeschwerden: Jede 4. Deutsche ist zumindest gelegentlich davon betroffen. Auf der Toilette geht dann oft gar nichts mehr. Und wenn doch, verursacht der harte Stuhl Schmerzen oder es bleibt das ständige Gefühl einer nicht vollständigen Darm-

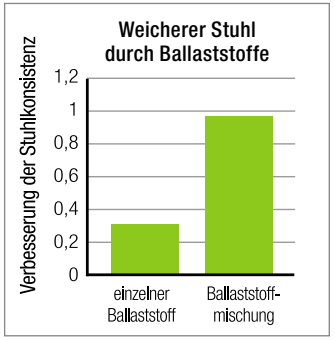
entleerung zurück. Was kann man tun, damit es gar nicht so weit kommt?

Harter Stuhl – rasch gegensteuern
Die Vorstufe einer Verstopfung ist in der Regel harter Stuhl. Auslöser dafür können ein mehrmaliges Aufschieben des Toilettengangs, etwa weil man bei der Arbeit aus Scham nicht das „stille Örtchen“ aufsuchen möchte sowie eine ballaststoffarme Ernährung sein. Gerade im stressigen Alltag ist es schwer, täglich ballaststoffreich zu kochen. In jedem Fall

lautet die Empfehlung, früh zu handeln, sodass es gar nicht erst zur Verstopfung kommt. Als schnelle und praktikable Lösung empfehlen medizinische Leitlinien die Einnahme eines Ballaststoff-Präparates. Geprüfte Qualitätsprodukte finden Sie in der Apotheke.

Wie helfen Ballaststoffe?
Anders, als der Name „Ballaststoffe“ vermuten lässt, sind sie keine „Last“. Im Gegenteil: bei ausreichender Zufuhr regen sie durch ihren Quelleffekt rasch die Darmbewegung an und sorgen gleichzeitig wieder

für eine normale Stuhlkonsistenz. Entscheidend ist hierbei, dass man sie schlau miteinander kombiniert. Denn während einzelne Ballaststoffe wie z. B.



Flohsamen, Guarkernmehl oder Papayamus bereits für sich allein genommen gut wirken, zeigen Studien, dass eine Kombination unterschiedlicher Ballaststoffe den weitaus besten Effekt bei hartem Stuhl erzielt.*

Pflanzliche Innovation aus der Apotheke
Das fruchtige Ballaststoff-Getränk Dr. Böhm® Darm aktiv enthält eine Kombination 5 verschiedener pflanzlicher Ballaststoffe (Flohsamen, Apfel, Pflaume, Gerstengras, Yaconwurzel). Diese unterstützt vor allem dank dem enthaltenen Flohsamen gleich dreifach:

1. Der Stuhl wird weicher und gleitfähiger
2. Die Darmaktivität wird angeregt
3. Die Darmentleerung wird erleichtert

Einen spürbaren Effekt merkt man bereits nach der Einnahme von 1–2 Sachets. Das bestätigt auch ein breit angelegter Produkttest unter Apothekenangestellten.**
Tipp: Lösen Sie das Trinkpulver einfach in ca. 0,25 Liter Wasser auf und trinken es je nach Bedarf ein- bis zweimal täglich (am besten morgens und abends). Wer gerne etwas Abwechslung hat: Die Ballaststoffmischung schmeckt auch hervorragend in Joghurt.

Gut zu wissen:
Wie alle Produkte der führenden österreichischen Apothekenmarke Dr. Böhm® wird auch Darm aktiv unter strengsten Qualitätsvorschriften mit hochwertigen Rohstoffen produziert. Bestehen Sie also auf das Original – falls noch nicht vorrätig, bestellt Ihre Apotheke Dr. Böhm® Darm aktiv für Sie.

*Christodoulides S et al. Systematic review with meta-analysis: effect of fibre supplementation on chronic idiopathic constipation in adults. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–16.
** PKA-Produkt-Test (PKAclub, 10/2023)



EMPFEHLUNG

aus der Apotheke



Unterstützt die Darmtätigkeit
Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und begünstigen eine normale Darmtätigkeit sowie Darmentleerung. Plus Gerstengras, Pflaume, Apfelpektin und Kümmel.
20 Sachets Trinkpulver | Nahrungsergänzungsmittel

PZN: 19251696 (6 Sachets)
PZN: 19105730 (20 Sachets)

Dr. Böhm® Darm aktiv

- ✓ Wohlschmeckende 5-fach Kombination aus pflanzlichen Ballaststoffen
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung dank Flohsamen
- ✓ Spürbarer Effekt schon nach einem Tag**

Gut zu wissen: Dr. Böhm® ist seit über 55 Jahren die führende Apothekenmarke Österreichs. Das Familienunternehmen produziert exklusiv in Deutschland und Österreich.

Nah dran an Musik sowie Künstler

HEIDELBERGER SINFONIKER: Öffentliche Generalprobe im Bürgersaal geglückt.

Emmertgrund. Die Heidelberger Sinfoniker waren wie jedes Jahr zu Gast im Bürgersaal auf dem Emmertsgrund bei der Öffentlichen Generalprobe ihres Neujahrskonzerts 2026 – und der Saal war bis auf den letzten Platz gefüllt. Schon auf dem Weg ins Bürgerhaus stießen die

Besucher auf Hinweise: „Die lassen keinen mehr rein!“ Die Veranstaltung musste wegen Überfüllung vor Beginn geschlossen werden – kein Wunder, denn das kostenlose Konzert hat sich längst als Geheimtipp in der Stadt etabliert. Möglich gemacht wird es durch das

städtische Kulturrat, den Kulturkreis Emmertsgrund-Boxberg und den Stadtteilverein Emmertsgrund, der im Anschluss traditionell zum Sekturntrunk einlädt.

Moderatorin Jutta Werbelow kündigte einen „leidenschaftlichen Nachmittag“ an: Von

Glück bis Puccini stand „La Passione“ im Mittelpunkt, ein „Grundbedürfnis der Heidelberger Sinfoniker“. Mit Humor und Fachkenntnis führte Werbelow durch das musikalische Programm, das von Mozarts „Don Giovanni“ über Salieris „La Passione“ bis zu Bizets „Carmen“ und Strauß' Walzer „Rosen aus dem Süden“ reichte.

Besonders nah dran waren die Zuschauer in den ersten Reihen – etwa beim Auftritt des jungen Schweizer Tenors Luca Gotti oder beim Dirigenten Sebastian Tewinkel, der eine kurze Probe einbaute und so die Musik lebendig machte. Als Zugabe durften die Gäste wählen: „Tschingerassabum“ oder etwas Besinnliches? Sie erhielten beides – den „Radetzky-Marsch“ sowie einen Part aus Mascagnis „Cavalleria rusticana“.

„So friedlich und schön wie diese Musik möge das neue Jahr werden“, wünschte Tewinkel zum Abschluss der gelungenen Veranstaltung. *red*



Radetzky-Marsch, Puccini und Mozart – die Heidelberger Sinfoniker machten den Bürgersaal zum musikalischen Erlebnis.

BILD: STADTTEILMANAGEMENT EMMERTSGRUND

Großer Erfolg bei „Jugend musiziert“

WETTBEWERB: 89 Schüler der Musik- und Singschule überzeugen.

Heidelberg. Beim 63. Regionalwettbewerb von Jugend musiziert in Heidelberg haben 89 Schülerinnen und Schüler der Musik- und Singschule Heidelberg teilgenommen. Alle Teilnehmenden erzielten sehr gute Ergebnisse. Insgesamt wurden 14 zweite Preise, 22 erste Preise sowie 53 erste Preise mit Weiterleitung zum Landeswettbewerb vergeben. Bewertet wurden die Solokategorien Klavier, Harfe und Gesang sowie die Ensembleskategorien Kammermusik für Blasinstrumente und Kammermusik für Streichinstrumente. Der Landeswettbewerb findet vom 18. bis 22. März in Ditzingen und Waldstetten statt.

Musik- und Singschule schickt mehrere Schüler zum Landeswettbewerb

Jugend musiziert ist eine von der Kultusministerkonferenz anerkannte Maßnahme der kulturellen Jugendbildung und im Kinder- und Jugendplan des

Bundes verankert. Der Wettbewerb wird seit 1964 jährlich durchgeführt und ist dreistufig aufgebaut: Auf den Regionalwettbewerb folgen die Landeswettbewerbe, bevor die qualifizierten Teilnehmenden zum Bundeswettbewerb weitergeleitet werden.

Beim Landeswettbewerb vertreten folgende Schülerinnen und Schüler die Musik- und Singschule Heidelberg: In der Kategorie Klavier sind dies Benjamin Fan, Yishi Huang, Yuxin Huang, Johann Niall Zining, Hanxi Lin, Duc Viet Nguyen, Yuheng Henry Pan, Emilia Pu-latova, Rin Sadoshima, Emilia Seitz, Felix Strissel, Borun Wang, Ellie Jin Wang, Leonie Yuning Zhang, Quancheng Zhao, Martin Zhu und Maximilian Hongcheng Zhu. In der Kategorie Harfe nehmen Maria-Elisabeth Glaser und Salome Henrich teil. Im Bereich Gesang haben sich Johann Holland, An-

na Messer und Thomas Schöberl qualifiziert.

In der Ensembleskategorie Kammermusik für Blasinstrumente vertreten Gabriel Aspen, Ales Kuni, Leopold Lehmann, Frederick Schieber und Valentin Seitz sowie Joel Benischek, Lieselott Spohr und Henriette

Staudigel die Musik- und Singschule. In der Kategorie Kammermusik für Streichinstrumente nehmen Valentin Maurilio, Aparicio Thomas und Frida Lehmann, Alma Belgart, Carl Richard Bergmann, Helena Diehl und Leif Schneider, Valeta Belgart, Leonore Detzel und Clara Schieber, Emilia Claire Knowles, Charlotte Menke, Joelle Min und Daniel Wei, Minwoo Cho, Eva Grishchuk, Lorenz Offringa und Samuel Rox, Sole Kabeya, Frieda Mendler, Josefina Mendler und Antonia Leonie Weilert sowie Benjamin Foethke und Nikolai Puppe am Landeswettbewerb teil. *red*

Schnäppchen entdecken und Gutes tun

PFENNIGBASAR DES DEUTSCH-AMERIKANISCHEN FRAUENCLUBS

Emmertgrund. Schnäppchen jagen und gleichzeitig Gutes tun – der Pfennigbasar des Deutsch-Amerikanischen Frauenclubs hat sich mittlerweile zu einer festen Tradition auf dem Emmertsgrund entwickelt. Der Name leitet sich vom früheren kleinen Wert „Pfennig“ ab und deutet darauf hin, dass die Waren oft schon für sehr wenig Geld erworben werden können. Der Bürgersaal (Forum 1) ist ein lebendiger Beweis für den Erfolg dieser wunderbaren Veranstaltung. Hier treffen sich Menschen aus der ganzen Region, um in herzlicher Atmosphäre nach kleinen Schätzen zu stöbern und gleichzeitig soziale Einrichtungen in Heidelberg und Umgebung zu unterstützen. Typisch für einen Pfennigbasar ist die große Vielfalt der angebotenen Artikel, die liebevoll sortiert und zu niedrigen Preisen angeboten werden.

Folgende Waren werden diesmal angenommen:

- Damen-, Herren- und Kinderkleidung
- Wäsche und Frottierwaren
- Bett- und Tischwäsche, Gardinen und sonstige Heimtextilien
- Hüte, Schals, Handschuhe, Gürtel
- Handtaschen
- Schuhe
- Kinderspielzeug und Spiele
- Bücher
- Schmuck
- Brillen
- Kunstgegenstände und Bilder
- Musikinstrumente
- Schallplatten, CDs und DVDs

Nicht angenommen werden:

- Geschirr, Porzellan, Gläser
- Vasen
- Töpfe, Pfannen, Besteck
- Plastik- und Holzartikel
- Sportartikel, Computer sowie

Kleinfurnituren
► Elektroartikel

Nur Waren in gutem Zustand werden angenommen, damit das Einkaufen Freude macht.

Die Sammelaktion für den Pfennigbasar findet am Donnerstag, 20. Februar, und Freitag, 21. Februar, jeweils von 10 bis 15 Uhr, statt. Die Verkaufstage sind am Mittwoch, 26. Februar, von 11 bis 17 Uhr, am Donnerstag, 27. Februar, von 10 bis 17 Uhr sowie am Freitag, 28. Februar, von 10 bis 14 Uhr. Während der Verkaufstage sorgt die Cafeteria mit Getränken, selbst gebackenem Kuchen und heißen Würstchen für das leibliche Wohl der Besucher.

Der Erlös des Pfennigbasars kommt sozialen Einrichtungen in Heidelberg und Umgebung zugute und unterstützt damit Projekte vor Ort. *red*

Martina Held
Mediaberaterin

Ihre Ansprechpartnerin für:
Altstadt, Weststadt, Bergheim, Kirchheim, Südstadt, Rohrbach, Boxberg, Bahnstadt, Emmertsgrund, Leimen, Sandhausen, St. Ilgen, Eppelheim, Wilhelmsfeld, Ziegelhausen, Schlierbach, Wieblingen, Pfaffengrund, Neuenheim, Handschuhsheim, Dossenheim, Schriesheim, Dilsberg, Neckargemünd, Mauer, Wiesenbach und Bammental

Kontakt:
Telefon: 0621 392-1249
m.held@haas-mediengruppe.de

BAZ

ANZEIGE

Positive Auswirkungen auf das Demenzrisiko untersucht. Neue Studie: Gutes Hörvermögen unterstützt die geistige Fitness.

Wussten Sie, dass gutes Hören mit einem geringeren Demenzrisiko verbunden ist? ¹Neueste Studien zeigen, dass bei älteren Erwachsenen eine Verbesserung des Hörvermögens einen positiven Einfluss auf die geistige Fitness haben kann. ^{2,3}

Julia Marschallek,
Hörakustikmeisterin

Hörgeräte können helfen.
Hörgeräte können bei frühzeitiger Anwendung den Hörverlust ausgleichen und somit die geistige Belastung reduzieren. Sie ermöglichen es dem Gehirn, Klänge und Gespräche besser zu verarbeiten, was die geistige Fitness unterstützen kann. ^{2,3}

„Viele Menschen unterschätzen die Auswirkungen eines Hörverlusts und halten ihn für ein reines Problem des Gehörs“, erklärt Julia Marschallek, Hörakustikmeisterin bei GEERS. Doch die Anstrengung, unvollständige Informationen zu verarbeiten, kann das Gehirn ermüden und stressen. ⁴ So fand eine Studie aus Dänemark heraus, dass Menschen mit unbehandeltem Hörverlust ein erhöhtes Demenzrisiko haben. ¹

Besuchen Sie uns in einem Fachgeschäft in Ihrer Nähe:

1. Heidelberger Straße 29,
69198 Schriesheim,
Tel.: 06203 956888

2. Sofienstraße 6–8,
69115 Heidelberg,
Tel.: 06221 337470

3. Wieblingen Straße 41,
69214 Eppelheim,
Tel.: 06221 755755

Oder vereinbaren Sie bequem Ihren Wunsch-Termin online auf geers.de/hoertest oder telefonisch über unsere gebührenfreie Service-Hotline 0800 724 000 222.

HAAS MEDIENGRUPPE

BAZ
BADISCHE ANZEIGEN-ZEITUNG
HEIDELBERG

„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

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.

Der Stolz der Region

VERLOSUNG

Mitmachen und gewinnen!

Bis 16. Februar 2026, 12 Uhr mailen und gewinnen!!!
Schreiben Sie uns eine Mail unter verlosung@haas-publishing.de mit Ihrer vollständigen Adresse und nennen das Lösungswort „Hoffenheim“. Gewinnen können Sie Eintrittskarten für das Spiel **TSG Hoffenheim gegen FC St. Pauli am 28.02.2026 um 15:30 Uhr**, in der PreZero Arena, Sinsheim.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, keine Barauszahlung. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Informationen zum Umgang mit Ihren personenbezogenen Daten finden Sie unter: baz-medien.de/datenschutz
Mitarbeiter der Badischen Anzeigen Verlags-GmbH sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

BAZ

BAZ

GEERS

Diese GEERS Fachgeschäfte werden betrieben von der Sonova Retail Deutschland GmbH, Otto-Hahn-Straße 35, 44227 Dortmund

Code für Fachgeschäft

¹ Cantuaria, et al. (2024). Hearing loss, hearing aid use, and risk of dementia in older adults. JAMA Otolaryngology–Head & Neck Surgery, 150(2), 157–164. ² Sarant et al. (2024). ENHANCE: a comparative prospective longitudinal study of cognitive outcomes after 3 years of hearing aid use in older adults. Frontiers in Aging Neuroscience, 15, 1302185. <https://audiology-blog.phonakpro.com/results-of-the-enhance-study-after-3-years-of-hearing-aid-use/> ³ Lin, et al. (2023). Hearing intervention versus health education control to reduce cognitive decline in older adults with hearing loss in the USA (ACHIEVE): a multicentre, randomised controlled trial. The Lancet, 402(10404), 786–797. <https://www.achievestudy.org/> ⁴ World Health Organization. (2021). World report on hearing. Geneva: World Health Organization. Retrieved March 8th, 2021. <https://www.who.int/publications/i/item/world-report-on-hearing>



Scheckübergabe auf der Reit- und Fahrvereins Rot: Regionalleiterin Barbara Vogel (links), Vorstand Christopher Krebs mit „Cavoico“, Julia Lang mit „Cappuccino“, Helena Balzer mit „Flip“ und die stellvertretende Vorsitzende Tanja Lang mit „Alex“. BILD: SPARKASSE HEIDELBERG

Gemeinsam für Sport und Nachwuchs

ZUM 60-JÄHRIGEN BESTEHEN: Sparkasse Heidelberg unterstützt Reit- und Fahrverein Rot.

Rot/Heidelberg. Der Reit- und Fahrverein Rot durfte sich über eine Spende in Höhe von 600 Euro der Sparkasse Heidelberg freuen. Regionalleiterin Barbara Vogel von der Filiale St. Leon-Rot überreichte auf der Vereinsanlage einen symbolischen Scheck an den Vorsitzenden Christopher Krebs sowie dessen Stellvertreterin Tanja Lang.

Die Mittel aus dem PS-Sparen der Sparkasse Heidelberg werden für das 60-jährige Bestehen des Vereins verwendet, das im Rahmen des großen

Dressur- und Springturniers vom 14. bis 16. August gefeiert wird. Der Reit- und Fahrverein verfügt auf seinem rund 21.600 Quadratmeter großen Gelände über eine Reitbahn, einen Springplatz, einen Dressurplatz sowie einen Vorbereitungsplatz.

Gegründet wurde der Verein am 7. Mai 1966, als sich rund 30 pferdesportbegeisterte Bürger im Gasthaus „Zur Sonne“ zur Vereinsgründung trafen. Viele der Anwesenden traten noch am selben Abend dem Reiterverein bei. Bei der kurz

darauf stattfindenden ersten Generalversammlung wurde Ludwig Fischer zum ersten Vorsitzenden gewählt, wie aus der Vereinschronik hervorgeht.

Ziel des Vereins ist es, den Pferdesport in allen Disziplinen – Springen, Dressur und Fahren – sowohl im Leistungs- als auch im Breitensport zu fördern und insbesondere Kinder und Jugendliche für den Reitsport zu begeistern.

Das Dressur- und Springturnier im August wird erstmals über drei Tage von Freitag bis Sonntag ausgetragen. Neben

sportlichen Wettbewerben ist ein familienfreundliches Rahmenprogramm mit Reiten für Kinder, Live-Musik sowie einem vielfältigen kulinarischen Angebot geplant.

Mit dem PS-Sparen der Sparkasse Heidelberg können Kunden gleichzeitig sparen, attraktive Preise gewinnen und gemeinnützige Projekte unterstützen. Von fünf Euro monatlich werden vier Euro angespart, ein Euro fließt als Los in die Auslosung. Ein Teil des Erlöses kommt gemeinnützigen Projekten in der Region zugute. *red*

Am Ende noch gezittert

USC BASCATS: Revanche nach Hinspiel-Niederlage gelingt mit 70:68.

Von Michael Rappe

Heidelberg. Revanche gelungen! Die USC BasCats Heidelberg gewannen in der 2. Damen-Basketball-Bundesliga Süd beim MTV Stuttgart mit 70:68, nachdem sie das Hinspiel mit 61:72 verloren hatten. Der direkte Vergleich ist zwar weg, er dürfte aber mit hoher Wahrscheinlichkeit keine Rolle spielen. Da Bad Homburg das Spitzenspiel gegen Jena in einer erstaunlich punktreichen Partie 85:82 gewann, sind die BasCats wieder Zweiter.

Bei den BasCats war Center Melanie Hoyt erstmals nach zwei Monaten wieder dabei, Kelly Moten spielte, obwohl sie die ganze Woche wegen Erkrankung nicht hatte trainieren können. Es fehlten Laurie Irthum, Lotta Simon, Carla Koch, Melina Karavassilis und Greta Gommann.

Stuttgart hatte den besseren Start. Selma Yesilova verwandelte bereits nach neun Sekunden ihren ersten Dreier, über 10:3 und 16:9 zogen die Gastgeberinnen erstmal davon. Es war vor allem Jayla Oden, die ihr Team im Spiel hielt, und Anne Zipser sorgte mit vier Punkten in Folge für den 18:18-Ausgleich.

Bis Mitte des zweiten Viertels blieb es ausgeglichen, dann übernahmen die USC BasCats das Kommando. Ein viertelübergreifender 10:0-Lauf brachte 16 Punkte Führung zu Beginn der zweiten Halbzeit. Mit Freiwürfen sorgten Kelly Moten und Anne Zipser für die 57:45-Führung nach dem dritten Vier-



Centerin Melanie Hoyt (Nr. 32) feierte in Stuttgart ein sehr gutes Comeback. BILD: NICOLE GIESER

tel. Nach einem Distanztreffer der starken Anna-Lisa Wuckel schien eigentlich alles klar, doch Stuttgart gab sich nicht geschlagen. Selma Yesilova lief total heiß und erzielte im Schlussviertel 15 Punkte, davon neun aus der Distanz. Wuckels zweiter Dreier 1:34 zum 69:59 für die BasCats schien 1:34 vor Schluss die endgültige Entscheidung, doch mit drei Dreibern von Yesilova schmolz der Vorsprung auf 69:68. Dann vergab Kelly Moten auch noch zwei Freiwürfe, aber Melanie Hoyt verwandelte einen von zwei und Stuttgart kam nicht mehr zum Wurf.

Beste Werferin war Melanie Hoyt mit 17 Punkten, Anna-Lisa Wuckel steuerte elf Punkte neun Rebounds bei. Jayla Oden hatte ebenfalls elf Punkte, Charisse Fairley zehn. „Es war großartig, wieder auf dem Spielfeld zu stehen“, sagte Melanie Hoyt.

Ein verdienter Sieg der USC BasCats Heidelberg, der am Schluss noch einmal in Gefahr geriet.

i Am Samstag kommt der Tabellendritte Qool Sharks Würzburg zum Spitzenspiel nach Heidelberg (17 Uhr, ISSW)

Gesundheit

ANZEIGE

NEU Neues „Schlafwunder“ Magnesium?

Experten klären auf, was dahintersteckt und warum ein neuartiger Magnesium-Komplex jetzt in Deutschland für Aufsehen sorgt!

Die Amerikaner machen es vor: Der Magnesium-Trend ist in aller Munde. Was viele hierzulande nicht wissen: Probleme im Schlaf können mit Magnesiummangel in Verbindung stehen. Logisch, dass nun auch zahllose Präparate auf den deutschen Markt schwimmen. Aber Vorsicht: Der Teufel steckt im Detail. Welches Präparat mit Magnesium dank einer speziellen Formel beim Einschlafen unterstützen kann, erfahren Sie hier.

Ob stressiger Alltag, Sorgen, schwierige Entscheidungen oder die Beziehung – welche Gründe Betroffene auch wachhalten, alle wünschen sich eine möglichst sanfte und zuverlässige Unterstützung. Der neue Schlaftrend aus den USA ist daher erstmal nicht verwunderlich. Statt auf Schlaftabletten setzen dort viele auf das Mineral Magnesium. Aber lässt sich auch wissenschaftlich ein Zusammenhang zwischen Schlaf und Magnesium-Versorgung herstellen?

Welche Rolle spielt Magnesium?

Vielen ist bekannt, dass Magnesium eine normale Muskelfunktion im Körper unterstützt.¹ Gerade Menschen, die im Schlaf durch Muskelkrämpfe gestört werden, sind auf eine ausrei-



chende Magnesiumzufuhr angewiesen. Magnesium trägt auch zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei¹, indem es die Reizweiterleitung zwischen Nervenzellen fördert und an der Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin beteiligt ist. Außerdem fördert Magnesium eine normale psychische Funktion.¹ Wenn der Körper unter Stress

viele Stresshormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies zu schlechterem Schlaf. Wer regelmäßig unter Schlafproblemen leidet, sollte also seinen Magnesiumspiegel im Blick behalten.

Magnesium ist nicht gleich Magnesium

Wer glaubt, ein einfaches Präparat aus dem Supermarkt könne

die nächtliche Erholung nachhaltig fördern, greift meist zur falschen Formel. Denn der Körper kann nicht jede Magnesiumverbindung gleich gut verwerten. Deshalb empfehlen Experten Magnesium-Komplexe – mehrere Magnesiumverbindungen, idealerweise ergänzt um Melatonin. Ein besonders wertvoller Baustein für den Abend ist

z. B. Magnesiumbisglycinat. Es enthält die Aminosäure Glycin, die als „beruhigende Aminosäure“ gilt. Zudem ist diese Verbindung besonders hochwertig und besticht mit einer hohen Bioverfügbarkeit.

Die Formel macht den Unterschied

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Magnesiumformen ist eine wichtige Grundlage. Aber das reicht nicht aus! Auf dem deutschen Markt gibt es jetzt ein spezielles, neues Power-Präparat – entwickelt von Baldriparan, dem Nr. 1² Schlafexperten für pflanzliche Schlafhilfen in deutschen Apotheken. Mit Baldriparan Magnesium PLUS hat der Schlafexperte den Megatrend aus den USA nach Deutschland geholt. Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. **Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.²** So wird das Power-Magnesium zum alltagstauglichen und wissenschaftlich fundierten Einschlafbeschleuniger, der unterstützt, ohne abhängig zu machen.

Magnesium – ein echtes Multitalent für den Körper

1. Regeneration durch Magnesium
Magnesium hat eine wichtige Funktion bei der Zellteilung,³ dem wichtigsten Prozess für die Regeneration unseres Körpers.

2. Ruhigere Nerven durch Magnesium
Magnesium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei¹ und ist somit an lebenswichtigen Prozessen wie Herzschlag, Atmung und Verdauung beteiligt.

3. Muskelentspannung durch Magnesium
Muskelkrämpfe oder Augenlidzuckungen – dahinter steckt oft Magnesiummangel. Die Unterstützung durch einen Magnesiumkomplex kann helfen, diese Muskelkrämpfe zu reduzieren¹.



Für Ihre Apotheke:

Baldriparan Magnesium PLUS
(PZN 19927389)



www.baldriparan.de



Besucher erlebten bei der großen Wiedereröffnung des Konzerthauses Stadthalle ein vielfältiges Bühnenprogramm. Musikalische Glanzpunkte im Wolfgang-Marguerre-Saal setzten unter anderem auch die Heidelberger Sinfoniker.

BILD: PHILIPP RÖTHE

Stadthalle feiert glanzvolle Wiedereröffnung

KONZERTHAUS: Rund 2.400 Gäste erleben Musik, Talks und Einblicke nach umfassender Sanierung.

Heidelberg. So schön war die Wiedereröffnung des Konzerthauses Stadthalle Heidelberg: Ein neuer Film unter www.stadthalle.heidelberg.de > Mediathek/Impressionen zeigt die Highlights vom großen Opening nach mehrjähriger, umfassender Sanierung. Der Film lässt sowohl Beteiligte als auch Besucher zu Wort kommen und vermittelt eindrucksvoll die besondere Atmosphäre dieses Tages.

2.400 Besucher feiern die „gute Stube“ Heidelbergs
Auf der Website www.stadthalle.heidelberg.de finden Interessierte außerdem weitere Informationen zur Sanierung

sowie eine Fotostrecke mit zahlreichen Eindrücken. Alle, die an der Wiedereröffnung nicht teilnehmen konnten, haben so die Möglichkeit, diesen besonderen Tag noch einmal nachzuerleben. Rund 2.400 Bürger nutzten am Eröffnungssonntag die Gelegenheit, die sanierte Stadthalle zu erkunden. Den ganzen Tag über erwartete sie ein abwechslungsreiches Programm mit hochklassiger Musik, informativen Talkformaten und Filmvorstellungen. So erhielten die Gäste einen umfassenden Eindruck davon, was das Konzerthaus Stadthalle nach der Sanierung auszeichnet.

Möglich wurde die umfassende Sanierung durch das En-

gagement des Heidelberger Ehrenbürgers Wolfgang Marguerre. Gemeinsam mit seiner Familie und seinem Unternehmen übernimmt er die Kosten in Höhe von 57 Millionen Euro vollständig.

Musikalische Höhepunkte und spannende Bühnenformate
Ein vielfältiges Bühnenprogramm sorgte für musikalische Glanzpunkte. Das Philharmonische Orchester Heidelberg, der Heidelberger Frühling, die Heidelberger Sinfoniker und das KlangForum begeisterten das Publikum mit ihren Beiträgen. In vier Bühnentalks gaben unter anderem die Architekten Sibylle und Prof. Felix Waechter,

Mathias Schiemer, Mino Marani, Johannes Klumpp, Thorsten Schmidt und Dominique Mayr spannende Einblicke in die Sanierung und künftige Nutzung der Stadthalle. Moderiert und konzipiert wurde das Bühnenprogramm von Holger Schultze, Intendant des Theaters und Orchesters Heidelberg.

Im Anschluss an das Bühnenprogramm erkundeten die Besucher die Stadthalle bei lebendigen Rundgängen und machten sich selbst ein Bild von der neu gestalteten Architektur.

Die Stadthalle als zentraler Veranstaltungsort
Wer die Stadthalle Heidelberg

erleben möchte, hat dazu bei zahlreichen kommenden Veranstaltungen Gelegenheit. Informationen finden sich unter www.heidelberg-congress.com/konzerthaus-stadthalle-heidelberg.

Ab sofort finden auch die Philharmonischen Konzerte des Theaters und Orchesters Heidelberg wieder in der Stadthalle statt (Tickets unter www.theaterheidelberg.de). Zudem kehrt das Musikfestival Heidelberger Frühling vom 14. März bis 19. April 2026 unter dem Motto „Zurück nach vorn“ in die Stadthalle zurück (Tickets unter www.heidelberg-fruehling.de).

Im Freiwilligendienst Erfahrungen sammeln

MALTESER LADEN ZUM INFOABEND EIN

Heidelberg/Wiesloch. Ein freiwilliges soziales Jahr bietet eine hervorragende Möglichkeit, nach der Schulzeit praktische Erfahrungen zu sammeln und gleichzeitig etwas Sinnvolles zu tun. Bei den Maltesern in Heidelberg und Wiesloch kann man einen Freiwilligendienst in der Erste-Hilfe-Ausbildung sowie im Schulsanitätsdienst absolvieren.

Während des Dienstes werden in mehrwöchigen Lehrgängen sowohl medizinisches Grundwissen als auch wichtige Kompetenzen vermittelt. Dazu gehören unter anderem das Vermitteln von Fachwissen, das

Referieren vor Gruppen und die Leitung von Teams. Der Freiwilligendienst wird zudem für einige Studiengänge und Ausbildungen anerkannt und eröffnet zukünftige Weiterbeschäftigungsmöglichkeiten.

Interessierte können sich bei einem Infoabend über Ablauf, Inhalte und Voraussetzungen des Freiwilligendienstes informieren.

i Der Infoabend findet am **Mittwoch, 4. März, um 18 Uhr** beim **Malteser Hilfsdienst, Mittermaierstraße 15, in 69115 Heidelberg, statt.**

Wo drückt der Schuh?

TELEFONISCHE BÜRGERSPRECHSTUNDE

Heidelberg. Am Montag, 16. Februar, bieten die Stadträtin Prof. Dr. Nicole Marmé und der ehemalige Stadtrat Werner Pfisterer ab 16 Uhr eine telefonische Bürgersprechstunde an. Dabei nehmen sie sich Zeit für Fragen, Anliegen und Anregungen, die den Stadtteil oder die Stadt betreffen.

Ein besonderes Augenmerk liegt darauf, zuzuhören und wahrzunehmen, wo es konkrete Probleme gibt. Der persönliche Austausch schafft Vertrauen und ermöglicht es häufig, gezielt Unterstützung zu leisten. Politik beginnt mit Zuhören – deshalb stehen Nicole Marmé und Werner Pfisterer für Gespräche zur Verfügung. Erreichbar ist Prof. Dr. Nicole

Marmé unter der Mobilnummer 0152/ 01 94 45 05 sowie Werner Pfisterer unter der Telefonnummer 0171/ 5 56 49 76. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, Anliegen per E-Mail an info@nicole-marme.de oder werner@pfisterer.net zu richten. Weitere Informationen sind auf den Internetseiten www.nicole-marme.de und www.pfisterer.net zu finden. Zusätzlich können jederzeit telefonische Anfragen über das sogenannte Kümmerer-Telefon gestellt werden. Dieses ist unter der Nummer 0152/ 01 94 45 05 bei Nicole Marmé sowie unter 30 26 67 bei Werner Pfisterer erreichbar.

Medizin

ANZEIGE

Sexuelle Schwäche

Die richtige Dosis für Ihr Liebesleben

Natürliche Hilfe bei sexueller Schwäche – dosierbar nach Ihren Bedürfnissen

Ob frisch verliebt, vor dem ersten Date oder seit vielen Jahren verbunden – manchmal macht der Körper nicht mit, wenn es drauf ankommt. Deseo Arzneitropfen bieten wirksame Hilfe bei sexueller Schwäche – individuell dosierbar, je nach Situation und persönlichem Empfinden.

Es gibt Momente, in denen man sich nach Intimität sehnt – doch Erektionsprobleme oder fehlendes Verlangen machen oft einen Strich durch die Rechnung. Mal ist es der Druck, funktionieren zu müssen, mal fehlt nach einer langen Belastungsphase schlicht die Energie. Deseo, zugelassen zur Behandlung von sexueller Schwäche, kann in solchen Phasen unterstützen. Die Tropfenform erlaubt – im Gegensatz zu Tabletten – eine individuelle Dosierung, angepasst an das persönliche Befinden und die jeweilige Situation.

Natürliche Hilfe bei sexueller Schwäche

Um die Leidenschaft und das sexuelle Verlangen zu steigern, enthält Deseo den natürlichen Arzneistoff *Turnera diffusa*, der



seit Langem als Aphrodisiakum verwendet wird. Laut Arzneimittelbild setzt dieser im Urogenitalsystem an und wird insbesondere bei sexueller Schwäche angewendet.

Voller Genuss – ohne bekannte Nebenwirkungen

Die Einnahme erfolgt unabhängig vom Geschlechtsakt und lässt Raum für Spontaneität. Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln oder Nebenwirkungen

sind nicht bekannt. Deseo ist zudem rezeptfrei erhältlich – diskret in jeder Apotheke oder online, ohne unangenehmen Arztbesuch.

Für Ihre Apotheke:
Deseo
(PZN 04884881)



www.deseo.net

Thema: Rheumatische Schmerzen

Natürliches Gel überzeugt bei Knieschmerzen

Dieses natürliche Schmerzgel begeistert Anwender

Lassen Sie sich von Schmerzen nicht ausbremsen! Zahlreiche Betroffene suchen heute nach einer natürlichen Alternative zu herkömmlichen Schmerzmitteln – und finden sie im Rubaxx Schmerzgel. Das Arzneimittel setzt konsequent auf einen kraftvollen pflanzlichen Wirkstoff und sorgt bei vielen für spürbare Erleichterung und mehr Bewegungsfreiheit im Alltag.

„Das Gel hat mir sehr gut geholfen. Schmerzlindernd und gut verträglich“, freut sich Eva K. über „die schnelle Hilfe“ bei ihren Gelenkschmerzen. Auch andere Verwender sind von der natürlichen Wirkkraft des Rubaxx Schmerzgels begeistert. So berichtet Heinz K.: „Ich habe Knieprobleme und nach längeren Wanderungen ist das Schmerzgel ein Muss. Es wirkt schmerzstillend und ist sehr zu empfehlen.“ Das Geheimnis hinter dem Gel? Der darin enthaltene natürliche Arzneistoff *Rhus toxicodendron*!

Stark bei Schmerzen

Rhus toxicodendron wirkt schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen. Auch bei



Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen verschafft der Wirkstoff Linderung. Rubaxx Schmerzgel bietet wirksame und gut verträgliche Hilfe aus der Natur. Es lässt sich gezielt auf den zu behandelnden Stellen auftragen und ist dank der guten Verträglichkeit auch zur Anwendung bei chronischen Schmerzen geeignet.

Überzeugen auch Sie sich von dem natürlichen Rubaxx Schmerzgel – rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Schmerzgel
(PZN 18709526)



RubaXX

Abbildung Betroffenen nachempfunden.
DESEO, Wirkstoff: *Turnera diffusa* Dtl., D4. DESEO wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Sexuelle Schwäche. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.

Abbildung Betroffenen nachempfunden, Namen geändert.
RUBAXX SCHMERZGEL, Wirkstoff: *Rhus toxicodendron* Dtl., D6. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing



NEUE SONDERPOSTEN EINGETROFFEN

stadler

Deutschlands größte Rad-Auswahl

**PRE SEASON
SALE**

bis zu
60%

LIMITED EDITION

ab 3 Jahren



superleicht!

PUKY

KINDERRAD 16"

Cyke 16 Alu
Limited Lite Edition
• Schutzbleche und Safety-Set
• Alurahmen- und Parts
• Made in Germany
Best-Nr.: 134517

UVP 359€

292€

ab 4 Jahren



superleicht!

PUKY

KINDERRAD 18"

Cyke 18 Alu
Limited Lite Edition
• Schutzbleche und Safety-Set
• Alurahmen- und Parts
• Made in Germany
Best-Nr.: 134518

UVP 379€

292€

KETTLER ALU-RAD E-Bike

1411€

SPAREN

Das smarte System

75 Nm Drehmoment
625 Wh



Bewährte Kettler
Top-Qualität zum
Schnäppchenpreis

TREKKING E-BIKE 28"

E-Traveller Gold P9

- schlanke und leichte Alu-Rahmenkonstruktion
 - besonders effizienter Bosch-Performance Sportmotor mit 625 Wh Akku
 - verschleißarme Shimano Cues E-Bike-Schaltung
 - zuverlässige Hydraulik-Scheibenbremsen,
 - stabiler MonkeyLoad Systemgepäckträger
- Best-Nr.: 134719 Grau, 134710 Rot

UVP 3399€

1988€

BULLS

Jubiläumsmodell



CARBON-GRAVELBIKE 28"

Machete RX-1

- Highend Vollcarbonrahmen modernster Ausprägung
 - semi-integrierte Zugführung für sauber Optik und Schutz
 - 12 Gang Shimano GRX Schaltung mit 11-51 Cassette
 - komfortabler Gravellenker mit dämpfendem 3mm Lenkerband
 - schnelle 45mm Schwalbe G-One RX-Bereifung
 - Steckachsen im neuen UHD-Standard
- Best-Nr.: 134499 Light-Purple, 134503 Grau

NEUHEIT

1999€

PreSeason-Extrarabatt

200 €

Gültig bei Kauf dieses Fahrrades.
Einlösbar in jeder Stadler Filiale bis
26. Februar 2026. Nur vor Ort.



Jetzt Filiale besuchen und sparen!

BULLS E-Bike

2400€

SPAREN

Das smarte System

85 Nm Drehmoment
750 Wh



Hammer Preis-
Leistungs-Verhältnis

E-FULLY 27.5/29"

Sonic EVO AM-1

- Superstabile Rahmenkonstruktion mit pat. Akkuentnahme
 - 150 mm Luftfahrwerk und moderne Geometrie
 - Mischbereifung für optimale Traktion und Lenkpräzision
 - Leistungsstarke 4-Kolben Bremsanlage
 - Effiziente 10 Gang Deore Widerange Schaltung
- Best. Nr. 126169

UVP 5399€

2999€

MANNHEIM Zweirad-Center Stadler Mannheim GmbH, Casterfeldstraße 40-44, 68199 Mannheim **Mo - Sa 10:00 - 19:00Uhr**

Irrtümer, Druckfehler, Preisänderungen und Liefermöglichkeiten vorbehalten. Teilweise keine Originalabbildungen. Angebote nur solange der Vorrat reicht. ** ehemalige UVP *** Preis entspricht unserem Markteinführungspreis der aktuellen Saison 1) Kaufpreis entspricht dem Nettodarlehensbetrag; Gebundener Sollzinssatz (jährlich) 0,0 %; effektiver Jahreszins 0,0 %; Beispiel: Finanzierungsbetrag 1.000,- Euro, 10 Monate 100,- €; Gesamtbetrag bei einer Laufzeit von 10 Monaten: 1.000,- €. Angaben zugleich repräsentatives Beispiel i. S. d. § 17 Abs. 4 PangV. Vermittlung erfolgt ausschließlich für den Kreditgeber BNP Paribas S.A. Niederlassung Deutschland, Standort München: Schwanthalerstr. 31, 80336 München. In Österreich erfolgt die Vermittlung für die BNP Paribas Personal Finance S.A. Niederlassung Österreich