

Schweizer Zeitung
Höckenheimer Tageszeitung
MORGEN
BA Bergsträsser Anzeiger
Vor Ort. Für Sie.

Adventskalender

Mitmachen und tolle Preise gewinnen!

mannheimer-morgen.de/adventskalender

BAZ

BERGSTRÄSSER ANZEIGEN-ZEITUNG

BERGSTRASSE

AUSGABE 6723

WWW.BAZ-MEDIEN.DE

19./20. DEZEMBER 2025

WEINHEIM – HEPPENHEIM – HEMSBACH – LAUDENBACH – HIRSCHBERG

IN EIGENER SACHE

Nächste BAZ

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



**Die BAZ wünscht
frohe Weihnachten
& ein gutes
neues Jahr 2026**

„Das Geschenk mit dem Lächeln“

AKTION: Seit 16 Jahren werden Wünsche von Kindern aus bedürftigen Familien wahr. Auch in diesem Jahr bleibt kein Wunsch offen.

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

ZUSTELL-SERVICE

0621 / 392 23 47
www.azp24.de/
reklamation



NOTRUF

Polizei
110
Feuerwehr/Rettungsdienst
112
Ärztlicher Notfalldienst
116 117
Kinderärztlicher Notdienst
Ortsvorwahl/192 92
Zahnärztlicher Notdienst
06221/ 354 4917
Augenärztlicher Notdienst
0180/ 606 2211
Giftnotruf Freiburg
0761/ 192 40
Kinder- und Jugendtelefon
0800/ 111 0333
Opfernotruf
01803/ 343 434
Telefonseelsorge
0800/ 111 0111
GRN-Klinik Weinheim
06201/ 890
Stadtwerke Weinheim
06201/ 1060

APOTHEKEN

Welche Apotheke hat an den Wochenenden und Feiertagen Notdienst?

Über die Telefonnummer **0800/0022833** kann jederzeit kostenlos die nächstgelegene Apotheke erfragt werden – Wegbeschreibung inklusive.

IHRE REDAKTION



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



Erstmals in Weinheim: Das preisgekrönte Poiesis Quartet präsentiert ein Konzert voller Energie, Tiefe und musikalischer Entdeckungen. BILD: EDEN DAVIS

Musikalisches Schaffen auf höchstem Niveau

KONZERT: Poiesis Quartett gastiert am 27. Januar in der Weinheimer Stadthalle.

Weinheim. Technische Präzision, musikalische Tiefe und eine innovative Programmgestaltung zeichnen das Poiesis Quartett aus den USA aus und machen es zu einem der vielversprechendsten Streichquartette seiner Generation mit internationalem Ruf. Am Dienstag, 27. Januar, um 19.30 Uhr gastieren Sarah Ying Ma und Max Ball (Violinen), Jasper de Boor (Viola) sowie Drew Dansby (Cello) erstmals in Weinheim. Auf Einladung des Kulturbüros treten sie in der Stadthalle Weinheim auf. Das Poiesis Quartett ist aktueller Gewinner der renommierten Banff International String Quartet Competition 2025. Als Graduate Quartet-in-Residence am College-Conservatory of Music in Cincinnati begeisterte das Ensemble bereits weltweit Publikum und Fachpresse gleichermaßen.

Das Poiesis Quartet, vom Hyde Park Herald als „Ensemble, das man im Auge behalten sollte“ bezeichnet, wurde 2023 mit dem Grand Prize des Fischoff National Chamber Music Competition sowie mit der Goldmedaille und dem BIPOC-Preis der St. Paul String Quartet Competition ausgezeichnet. In Europa war das junge Quartett im Rahmen von Wettbewerbspreisen unter anderem bei der Biennale in Amsterdam, dem Lucerne Festival, in der Wigmore Hall in London, im Schloss Esterházy sowie beim Deutschlandsradio in Köln zu hören.

Der Name Poiesis stammt aus dem Altgriechischen und bedeutet „schaffen“, insbesondere etwas hervorzubringen, das zuvor noch nicht existierte. Mit dem Anspruch, das Repertoire für Streichquartette durch Werke aufstrebender Komponistinnen und Komponisten zu erweitern, verleiht das Poiesis Quartet jeder Aufführung eine besondere Lebendigkeit und Intensität des Zusammenspiels. Das Debüt-

album „as we are“ wurde bereits für die „unermessliche Tiefe“ des Ensembles gelobt.

Konzertprojekte führten das Poiesis Quartett unter anderem zum Emilia Romagna Festival in Italien, an die Lumburg Academy of Music and Performance in Nova Scotia, an die University of Victoria in British Columbia, nach Uruguay sowie zum Festival d'Aix-en-Provence in Frankreich. Ende Januar macht das Ensemble nun Station in Deutschland und gastiert in Weinheim. Das Konzert in der Stadthalle wird von einem Team des Deutschlandfunk Kultur begleitet; Kulturjournalisten des renommierten Senders moderieren den Abend. red

i Karten sind im Vorverkauf bei der Tourist-Information Weinheim, in allen Reservix-Vorverkaufsstellen sowie unter www.reservix.de erhältlich

i Die Teilnahme ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Das Veranstalter-Trio empfiehlt wetterfeste Kleidung.

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.

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 eine Erfindung Martin Luthers war und wie Kurfürst Karl Theodor die Weihnachtslotterie er-



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

fand. In vielen alten Schriften sonnenwende sowie den gebräuchen und über Jahrhunderten hat er geforscht heimnisvollen „Zwölf Heiligen hunderte erhaltene Wein- und berichtet von der Winter-Nächten“. Auch alte Weih-heimer 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 bis 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

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

MGV Liederkranz stimmt auf Weihnachten ein

Hemsbach. Der Männergesangsverein Liederkranz Hemsbach weist die Bevölkerung sowie alle Einwohner von Hemsbach darauf hin, dass auch in diesem Jahr am Heiligen Abend um 15 Uhr vor der Friedhofskapelle auf dem Friedhof der Stadt Hemsbach das seit vielen Jahren traditionelle Friedhofssingen zur Einstimmung auf den Weihnachtsfest einzustimmen.

Zu diesem vorweihnachtlichen Friedhofssingen als besinnliche Einstimmung auf den Heiligen Abend und das Weihnachtsfest lädt der MGV Liederkranz Hemsbach herzlich ein.

Unter der Leitung seiner Dirigentin, Chordirektorin Edith Schmitt, wird der Männergesangverein Liederkranz Hemsbach vorweihnachtliche Lieder gemeinsam zum Friedhof. red

Heilig-Nacht-Gebete unter freiem Himmel

Heppenheim. In einer lauten schen als laut und beunruhigend erleben. Die Heilig-Nacht-Gebete greifen diese Spannung auf und laden dazu ein, Weihnachten in der Stille der Nacht neu zu bedenken.

Gestaltet werden die Andachten von der katholischen Pastoralreferentin Janina Adler sowie vom evangelischen Pfarrer und Dekan i.R. Arno Kreh gemeinsam mit Annette Claar-Kreh. Die Gebete sind bewusst kurz gehalten und richten sich an alle, die an Heiligabend einen Moment der Besinnung suchen. red

Über dem Leitgedanken der Einladung steht bewusst ein Fragezeichen: „Stille? Nacht.“ Das bekannte Weihnachtslied „Stille Nacht“ weckt die Sehnsucht nach Frieden, zugleich steht es im Kontrast zu einer Wirklichkeit, die viele Men-

Pflegestelle für 12-jährige Lisa gesucht

Odenwald/Bergstraße.. Der Verein Tiere in Not Odenwald e.V. sucht ein Zuhause für Lisa. Die Hündin wurde im Mai 2013 geboren und kam mit 54 Kilogramm Gewicht ins Tierheim – als Notfall, weil ihr Frauchen in die Klinik kam und sich zukünftig nicht mehr um sie kümmern kann. Der Verein wünscht sich, dass Lisa auf ihre alten Tage in eine Pflegestelle umziehen darf, in der Nähe des Tierheims – mit viel Liebe, dem Willen, ihren Dienstplan einzuhalten und moderater Bewegung. Viele Treppen kann Lisa nicht gehen – ein direkter Gartenzugang wäre also nötig. Für die medizinische Betreuung wird die Tierheim-Tierärztin sorgen. red/BILD: TINO Wer Lisa kennenlernen möchte, bekommt Infos unter der Telefonnummer 06063/ 93 98 48 oder auf www.tiere-in-not-odenwald.de

Dieser Ausgabe liegt in Teilbereichen unser Lidl-Prospekt für Sie bei. Alle Angebote finden Sie auch unter www.lidl.de



Lidl lohnt sich.



Dr. Ute Grünhagen (links), Marion Kuchenny, Dr. Sabina Toldo, Dr. Cristina Ricca und Bürgermeister Jürgen Kirchner bei der Verleihung.

Anerkennung für großartiges Engagement

VERLEIHUNG: „Tafel der Menschenrechte“ für die VHS Badische Bergstraße.

Weinheim. In einer feierlichen Veranstaltung in der Ehemaligen Synagoge hat der Soroptimist-Club Weinheim/Bergstraße der Volkshochschule Badische Bergstraße die „Tafel der Menschenrechte“ verliehen. Die Auszeichnung wird traditionell am 10. Dezember, dem Tag der Menschenrechte, vergeben und würdigt Menschen und Institutionen, die sich in besonderer Weise für demokratische Werte und gesellschaftliche Zusammenhalt einsetzen.

In diesem Jahr erhielt die VHS-Außenseite Hemsbach die Ehrung für ihr Demokratieprojekt „Miteinander reden“, das 2025 mit mehreren Aktionen vor Ort umgesetzt wurde.

Die Präsidentin des Soroptimist-Clubs, Dr. Ute Grünhagen, betonte in ihrer Rede die Bedeutung der Auszeichnung: „Wir möchten sichtbar machen, was im pädagogischen und sozialen Umfeld hier geleistet wird. Das Einstehen für die

Menschenrechte verdient Wert- schätzung und Aufmerksamkeit.“ Auf der überreichten Tafel sind die ersten drei Artikel des Grundgesetzes eingraviert – ein Symbol dafür, dass Menschenwürde, Gleichheit und Freiheit die Basis des Zusammenlebens bilden. „Im Namen unseres Clubs danke ich für die fantastische Arbeit hier in der VHS vor Ort“, so Grünhagen weiter.

Bildung als Fundament demokratischer Gesellschaft
VHS-Leiterin Dr. Cristina Ricca verwies auf die zentrale Rolle von Bildung für ein demokratisches Gemeinwesen: „Bildung prägt und stärkt unser gemeinsames Menschsein. Sie ist weit

mehr als Wissensammlung – sie ist der Schlüssel zu Freiheit, Selbstbestimmung und sozialem Zusammenhalt.“ Ricca erinnerte an das Humboldt’sche Bildungsideal, das den Menschen als aktiv Lernenden versteht, der sich kritisch und krea-

tiv mit seiner Umwelt auseinandersetzt. „Bildung bedeutet eine innere Freiheit, die sich im Außen durch verantwortungsvolles Handeln zeigt“, betonte sie.

„Gelebte Demokratie“ in Hemsbach

Bürgermeister Jürgen Kirchner würdigte das Engagement der VHS als wichtigen Beitrag zur lokalen Demokratiearbeit: „Ihre Arbeit ist nicht nur Bildung im klassischen Sinne, sie ist eigentlich gelebte Demokratie.“ Projekte wie „Miteinander reden“ seien notwendig, um Austausch, Verständigung und gesellschaftliche Teilhabe zu ermöglichen. „Hemsbach ist eine vielfältige Stadt – diese Vielfalt ist ein großer Schatz, aber kein Selbstläufer. Sie braucht Räume der Begegnung. Dieses Projekt hat gezeigt, wie Menschen zusammenfinden, wenn man ihnen solche Räume bietet.“

Demokratie braucht Dialog

Die Journalistin Marion Ku-

chenhy, die das Projekt bereits im Sommer moderativ begleitet hatte, unterstrich die Bedeutung einer offenen Gesprächskultur: „Wir sehen Dinge unterschiedlich, und dennoch können wir gemeinsame Nenner finden. Das ist die Stärke einer demokratischen Gesellschaft.“ Demokratie sei immer auch ein Prozess des Zuhörens und des Interessenausgleichs. „Ein Kompromiss ist kein Scheitern, er ist die Essenz einer demokratischen Gesellschaft.“

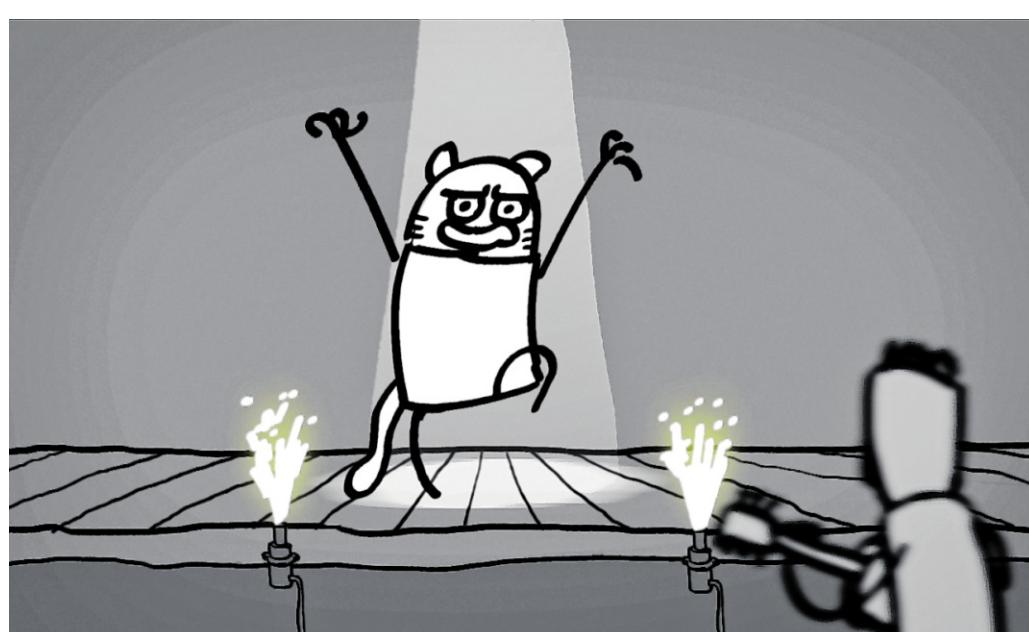
Die VHS Badische Bergstraße betrachtet die Auszeichnung als Anerkennung für ihre Arbeit, sieht darin aber zugleich den Auftrag, den Einsatz für Dialog, gesellschaftliche Teilhabe und demokratische Bildung fortzusetzen. Das Projekt „Miteinander reden“ wird somit als Beispielhaft für gelebte Demokratie und die Förderung von Verständigung und Zusammenhalt in der Stadt hervorgehoben. red

Acht Filme über Aufbruch und Neuanfang

OLYMPIA-KINO: Kurzfilm-Programm am kürzesten Tag des Jahres.

Hirschberg/Lauterhausen. Am 21. Dezember, dem kürzesten Tag des Jahres, wird europaweit der Kurzfilm in seiner ganzen Vielfalt und Kreativität gefeiert. Auch das Olympia-Kino beteiligt sich an diesem besonderen Aktionstag und zeigt eine abwechslungsreiche Auswahl an Kurzfilmen, die in den vergangenen Jahren an der Filmakademie Baden-Württemberg entstanden sind.

Unter dem Titel „Auf ins Jetzt“ widmen sich die gezeigten Animations-, Spiel- und Dokumentarfilme dem Thema Aufbruch in ganz unterschiedlichen Facetten. So feiert Helmut seinen 60. Geburtstag, obwohl er erst 57 Jahre alt ist. Die Postkartenfigur Ernst begibt sich auf eine skurrile Reise durch die bunte Welt der Postkarten und findet dabei zu sich selbst. Ein Blutkörperchen macht sich auf den Weg zum Gehirn, um es davon zu überzeugen, den Körper zum Wassertrinken zu bewegen. Eine lange Autofahrt zu einer Lesung wird für eine Mutter und ihren Sohn zur Gelegenheit, sich neu zu begegnen. Für



Am 21. Dezember zeigt das Olympia-Kino acht besondere Kurzfilme aus der Filmakademie Baden-Württemberg – kreativ, berührend und überraschend.

BILD: OLYMPIA-KINO

die demenzkranke Greta erfüllt

nes frivolen Frankfurter Alten- sich der Wunsch, noch einmal heims. Insgesamt werden acht zu verreisen. Dass auch im Kurzfilme mit einer Gesamt- Herbst des Lebens noch Früh- laufzeit von 91 Minuten präsen- lingsgefühle entstehen können, zieren zudem die Bewohner ei-

deutschen Untertiteln zu sehen, andere kommen ganz ohne Sprache aus. Die Vorstellung findet am Sonntag, 21. Dezember, um 20.15 Uhr im Olympia- Kino statt. red

80 JAHRE

XXXLutz

MEGATAGE

25%

KF125A003

Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

AUF ALLE

GARDINEN
LEUCHTEN
HEIMTEXTILIEN
TEPPICHE

BABY-EXKLUSIV-MARKEN
HAUHTSWAREN & ACCESSOIRES

GESCHENKT

EXKLUSIV FÜR FREUNDNSCHAFTSKARTEN-INHABERINNEN UND -INHABER

xxxLutz GUTSCHEIN

250€

BEI KAUF AB 1.000 €

NUR IN DER FILIALE

Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

xxxLutz GUTSCHEIN

500€

BEI KAUF AB 2.000 €

NUR IN DER FILIALE

Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

xxxLutz GUTSCHEIN

1.000€

BEI KAUF AB 4.000 €

NUR IN DER FILIALE

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



Verkaufsoffene Sonntage,
Sonderöffnungszeiten
& weitere Aktionstage
in Ihrer Nähe

Mein Möbelhaus.
Mein xxxlutz.de

XXXLutz



Susanne Schütz
Mediaberaterin

BAZ

Ihre Ansprechpartnerin für gewerbliche Unternehmen:
Weinheim mit allen Stadtteilen, Hemsbach,
Laudenbach, Hirschberg, Görheimertal
und Heppenheim

Kontakt:
Telefon: 06252 9667940
Handy: 0172 6061911
susanne.schuetz@baz-verlag.de

Großer Geschmack zum kleinen Preis.
Unsere TOP Angebote
22.12. bis 27.12.2025

Kammspießbraten gerollt und gewürzt	1000 g	11,50 €
Unterschiedlich gefüllt, der Abwechslung zuliebe.		
Schweinelende	1000 g	15,90 €
Naturbelassen oder mit Mett gefüllt, stets ein Genuss.		
Würstchen nach Wiener Art	100 g	1,29 €
Zu Heiligabend mit Kartoffelsalat und Senf.		
Pikante Crumbacher	100 g	1,25 €
Paprika verleiht der Wurst die Schärfe.		
Nusschinken roh geräuchert	100 g	1,49 €
Mager, zart und fein so muss er sein.		
Kochschinken, mager	100 g	1,49 €
Zart im Biss, saftig im Geschmack.		

Odenwälder Metzgerei
www.odenwaelder-metzgerei.de

DE
HE-10145
EG

64673 Zwingenberg | Darmstädter Str. 15 – 17 | Tel. 06251 703770
64646 Heppenheim | Friedrichstr. 26 | Tel. 06252 2202



Mit gutem Gefühl unterwegs – auch unterm Weihnachtsbaum.

Wir wünschen Ihnen frohe Festtage!

www.rnv-online.de/weihnachten



„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, Schwetzinger Zeitung, mannheimer-morgen.de, Mannheim24.de, Morgenpost.



Weinheim investiert in Sport, Infrastruktur und Nachhaltigkeit

GEMEINDERAT: Sanierungsmaßnahmen und Förderprogramme verbessern die Nutzungsmöglichkeiten.

Weinheim. In seiner aktuellen Sitzung hat der Gemeinderat der Stadt Weinheim eine Reihe wichtiger Beschlüsse gefasst, die maßgeblich die Infrastruktur- und Entwicklungsplanung der kommenden Jahre prägen werden. Ein Schwerpunkt der Sitzung war die Modernisierung der Beleuchtung in mehreren städtischen und denkmalgeschützten Gebäuden. Der Rat bestätigte die vom ATUS empfohlene Umrüstung auf moderne LED-Technik, darunter im Weinheimer Schloss und in der Volkshochschule. Die Investition von rund 130.000 Euro wird den Stromverbrauch deutlich senken, CO₂-Emissionen verringern und die laufenden Betriebskosten reduzieren.

Der Gemeinderat genehmigte die Anschaffung von acht neuen Fahrgastunterständen für bereits barrierefreie Bushaltestellen. Mit einer Investition von rund 100.000 Euro werden Komfort und Erreichbarkeit des ÖPNV verbessert. Gleichzeitig setzt die Maßnahme die laufende Modernisierung des städti-

chen Busnetzes fort und trägt die Neuregelung der Kostenbeiteiligung an der Regionalbahnlinie, darunter der OEG-Strecke. Durch die neue Landes- und Kreisfinanzierung wird der städtische Haushalt erheblich entlastet: Für 2025 wird eine Reduktion der Kosten von rund 740.000 Euro erwartet, ab 2026 sinken die Belastungen auf etwa 1,8 Euro pro Einwohner. Ohne die neue Förderkulisse wären jährliche Aufwendungen von circa 2,5 Millionen Euro entstanden.

Die turnusgemäße Kalkulation der Abwassergebühren führt zu moderaten Anpassungen, die der Gemeinderat beschlossen hat. Die Schmutzwassergebühr wird ab 2026 1,95 Euro pro Kubikmeter betragen, eine Erhöhung um vier Cent. Für einen Vier-Personen-Haushalt bedeutet dies rund 6,40 Euro Mehrbelastung pro Jahr. Die Niederschlagswassergebühr steigt auf 0,92 Euro pro Quadratmeter versiegelter Fläche, also um zwei Cent. Ein Einfamilienhaus mit etwa 100 Quadratmetern versiegelter Fläche zahlt damit etwa zwei Euro zusätzlich pro Jahr. Die Anpassungen dienen einer verursachergerechten und nachhaltigen Finanzierung der Abwasserbeseitigung.

Fördermittel für Leichtathletikbereich

Der Gemeinderat gab grünes Licht für die Beantragung von Fördermitteln aus dem Bundesprogramm „Sanierung kommunaler Sportstätten“ für das Sepp-Herberger-Stadion. Beangtragen wird die Sanierung des gesamten Leichtathletikbereichs, der unter anderem Rund- und Kurzstreckenlaufbahnen, Speerwurf-, Diskuswurf-, Weit- und Dreisprunganlagen sowie Hoch- und Stabhochsprung umfasst. Zudem sollen Zugang zur Tribüne und angrenzende Übergangsbereiche barrierefrei ausgebaut werden. Die Gesamtkosten des Projekts werden auf rund 3,3 Millionen Euro geschätzt, bei maximaler Förderquote von 45 Prozent könnte Weinheim bis zu 1,485 Millionen Euro Zuschuss erhalten. Die Umsetzung ist für 2027 bis

Ergänzt wird dies durch organisatorische Verbesserungen im Bauverwaltungsprozess: klarere Zuständigkeiten zwischen Gemeinderat und ATUS, optimierte Vorprüfung von Bauanträgen sowie abgestimmte Abläufe zwischen Stadtplanung, Liegenschaftsverwaltung und technischen Bereichen. Ziel ist es, Entscheidungsprozesse zu vereinheitlichen, bürgerfreundlicher zu gestalten und Genehmigungszeiten zu verkürzen.

red

Entdeckungsreise in der Natur

KREISVOLKSHOCHSCHULE BERGSTRÄßE: Kurs am 9. Januar.

Heppenheim. Wer gerne draußen unterwegs ist und wissen möchte, was in der Natur im Winter alles passiert und welche Geheimnisse sie bereithält, ist bei dieser Entdeckungsreise genau richtig. In einem Kurs der Kreisvolkshochschule Bergstraße erkunden Kinder und Jugendliche gemeinsam Wald

und Wiesen und lernen die winterliche Natur mit allen Sinnen kennen. Neben spannenden Beobachtungen steht auch ein kleines Naturhandwerk-Projekt auf dem Programm, das gemeinsam umgesetzt wird.

Der Kurs richtet sich an Kin-

der und Jugendliche im Alter

von acht bis 14 Jahren und fin-

det am Freitag, 9. Januar, von

9.30 bis 12.30 Uhr statt. Treff-

punkt ist der Parkplatz an der

Starkenburg in Heppenheim.

Die Kreisvolkshochschule Berg-

straße bittet um vorherige An-

meldung, telefonisch unter der

Nummer 06251/ 17 29 60 oder

online über die Homepage

www.kvhs-bergstrasse.de

Öffnungszeiten angepasst

RATHAUS, BÜRGERBÜRO, ORDNUNGSAKT

Hemsbach. Weihnachten und das Rathaus und die Außenstellen geschlossen. Für absolut unaufschubbare Anliegen, wie beispielsweise aktuelle Sterbefälle, wird im Friedhofs- und Standesamt an diesen beiden Tagen jeweils von 10 bis 12 Uhr ein Notdienst eingerichtet. Das Bürgerbüro und das Ordnungsamt sind am 2. und 5. Januar ebenfalls von 8 bis 12 Uhr besetzt, allerdings ohne durchgehenden Empfang. Die Eingangstür in der Grabenstraße 2 bleibt verschlossen, ein Aushang mit Rufnummer ermöglicht es jedoch, die Tür bei Bedarf öffnen zu lassen.

An den Werktagen Montag, 29. Dezember, und Dienstag, 30. Dezember, sind die Mitarbeiter des Rathauses zu den regulären Öffnungszeiten erreichbar. Um längere Wartezeiten zu vermeiden, wird jedoch empfohlen, für notwendige Rathausbesuche vorher einen Termin zu vereinbaren.

Auch in der ersten Januarwoche gelten besondere Regelungen: Am Freitag, 2. Januar, und Montag, 5. Januar, bleiben die Stellen in Verbindung zu

red

„Denn es ist uns ein Kind geboren“

EVANGELISCHE KIRCHENGEMEINDE HEPPENHEIM LÄDT EIN

Heppenheim. Unter dem Titel von Georg Friedrich Händel „Denn es ist uns ein Kind geboren“ (1685–1759). Auszüge aus dem weltberühmten Werk sind in die Liturgie eingebettet, auch das bekannte „Halleluja“ darf dabei nicht fehlen.

Der Gottesdienst verbindet die Weihnachtsbotschaft mit weihnachtlich-festlicher Musik aus dem Oratorium „Messias“

begeistert mit glockenklarem Sopran, Jeanette Giese verleiht den Altpartien emotionale Ausdrucks Kraft, Christian Nungesser überzeugt als Bariton mit wundervollem Timbre, und Volker Schrewe beeindruckt mit kraftvoller Bassstimme. Begleitet werden sie von Kirchenmusikerin Theresia Gerlach, die die Auszüge aus Händels „Messias“ meisterhaft an der Orgel interpretiert.

red



Partnerschaft erleben: Weihnachten verbindet Weinheim mit Eisleben und Cavaillon – Begegnungen, Gespräche und festliche Stimmung inklusive.

BILD: STADT WEINHEIM

Weihnachtsmärkte als Plattform der Freundschaft

BEGEGNUNG: OB und Delegation in Eisleben und Cavaillon zu Gast.

Weinheim. Weihnachtszeit bedeutet auch, Freunde zu besuchen und gemeinsam wertvolle Zeit zu verbringen. Nach diesem Motto pflegt die Stadt Weinheim ihre Partnerschaften mit den Städten Eisleben in Sachsen-Anhalt und Cavaillon in der südfranzösischen Provinz.

Oberbürgermeister Manuel Just reiste zum traditionellen Weihnachtsmarkt in der Lutherstadt Eisleben, der neben weihnachtlicher Stimmung auch durch historische Programm-

punkte geprägt ist. Dort traf er bereits seit mehreren Jahren ein sich mit seinem Amtskollegen Carsten Staub zum Austausch und mit Ute Klopfeisch, die als Reiseziel zu werben. Im Föderverein der Gertrudkirche leitet und als frühere Mitarbeiterin der Eisleber Stadtverwaltung auch in Weinheim keine Unbekannte ist. Der Eisleber Weihnachtsmarkt zählt zu den größten Märkten der Region.

Parallel dazu reiste eine Delegation aus Weinheim erneut zum Weihnachtsmarkt nach Cavaillon. Dort nutzt die Stadt Renner wurden.

Weihnachtsbäume voller Kinderfreude

KREISKRANKENHAUS HEPPENHEIM: Erstmals „Segen to go“ kurz vor den Festtagen.

Heppenheim. Im Kreiskrankenhaus Heppenheim beginnt die Advents- und Weihnachtszeit mit zahlreichen Aktionen für Patienten, Angehörige sowie Mitarbeitende. Festlicher Schmuck prägt in diesen Wochen das gesamte Haus. Die Haustechnik bringt Adventskränze in der Krankenhauskapelle, im Eingangsbereich und in der Cafeteria an. Zusätzlich werden sechs liebevoll geschmückte Weihnachtsbäume auf den Stationen und in weiteren Bereichen des Gebäudes aufgestellt.

Gestaltet werden die Weihnachtsbäume von rund 60 Kindern aus Kindertagesstätten in Heppenheim und Einhausen. Die Kinder basteln ihren eigenen Weihnachtsschmuck, bringen ihn mit ins Krankenhaus und singen anschließend gemeinsam mit der Krankenhausseelsorge. Für eine kleine Stärkung sorgt die Küche mit Mandarinen, Plätzchen und Getränken. Diese Tradition besteht seit vielen Jahren und gehört für viele Beteiligte fest zur Adventszeit im Kreiskrankenhaus.

Erstmals ist für den 23. Dezember ein „Segen to go“ geplant. An einem Weihnachtsbaum können sich Mitarbeitende, Patienten sowie Angehörige einen persönlichen Segen zu-



Die geschmückten Weihnachtsbäume der Kita-Kinder sind ein Highlight der Adventszeit und ein Zeichen der Gemeinschaft und Fürsorge.

BILD: STEFFI BECKMANN

sche Krankenhausseelsorge bei Am Heiligabend findet um gleitet Menschen während ihres 15 Uhr eine ökumenische Aufenthalts im Kreiskrankenhaus Bergstraße und steht für Christvesper statt. Am 26. Dezember bringen musikalische persönliche Gespräche, Gebet Andachten auf den Stationen sowie die Feier von Sakramen- weihnachtliche Stimmung zu den Menschen, die die Feiertage im Krankenhaus verbringen

müssen. Den Abschluss des Jahres bildet am 31. Dezember um 15 Uhr ein evangelischer Gottesdienst. Alle Feiern finden in der Krankenhauskapelle im Erdgeschoss statt.

Die Seelsorger Steffi Beckmann und Johannes Stauder betonen die besondere Bedeutung dieser Angebote. Advent und Weihnachten im Krankenhaus seien eine Zeit, die Gemeinschaft stärke und Halt gebe. Die evangelische Seelsorge wird von Pfarrerin Steffi Beckmann, die katholische Seelsorge von Pfarrer Johannes Stauder betreut. Beide laden alle ein, die während ihrer Behandlung Zuspruch, Trost oder ein offenes Ohr suchen.

Wer Kontakt zur Krankenhausseelsorge aufnehmen möchte, kann sich jederzeit direkt an das Seelsorgeteam wenden. Auf Wunsch vermitteln auch Mitarbeitende des Krankenhauses den Kontakt. Zudem sind alle Interessierten herzlich zu den Gottesdiensten in der Krankenhauskapelle im Erdgeschoss eingeladen. Die Termine sind auf den Aushängen der Stationen zu finden. Mit ihrem ökumenischen Angebot möchten die Seelsorger Patientinnen und Patienten eine heilige und stärkende Zeit ermöglichen.

red



Malteser
...weil Nähe zählt.

Malteser Hausnotruf - Sprechstunde

Beratung zur Sicherheit im Alter

Termine für die Sprechstunde:

- Dienstag, 13.01.2026
10 bis 14 Uhr
- Dienstag, 03.02.2026
10 bis 14 Uhr
- Dienstag, 03.03.2026
10 bis 14 Uhr

Weitere Termine sind auch nach Absprache möglich.



Malteser Hilfsdienst gGmbH

Ludwigstraße 42, 64646 Heppenheim
E-Mail: hausnotruf.bergstrasse@malteser.org

Bei Fragen sind wir für Sie vor Ort da:

0160 93604956

Kai-Uwe Niedermayer, Key Account Manager
E-Mail: kai-uwe.niedermayer@malteser.org

Sie möchten mehr über den Hausnotruf erfahren?

Wir beraten Sie individuell zu Sicherheit und Unterstützung im Alltag, beantworten Ihre Fragen zu Technik und Zuschüssen und Pflegegrad.



Auch online sind wir für Sie erreichbar: malteser-hausnotruf.de

SALAMANDER

TOTALE LAGERRÄUMUNG

PREISKNALLER ENTDECKEN & SPAREN



ALLES MUSS RAUS!

BIS ZU
50%
RABATT

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



IMPRESSUM

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

■ Media:
HAAS Media GmbH
Franziska Jaster

■ 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



Wiener Charme und sprühende Musik

OPERETTE: „Fledermaus“ von Johann Strauß in Weinheim erleben.

Weinheim. Die „Fledermaus“ von Johann Strauß gilt als eine der genialsten Schöpfungen des dicken Galopp am Ende des Komponisten und wird häufig zweiten Aktes „Im Feuersturm als der Gipfelpunkt der Operette der Reben“, der vor Lebensfreude überhaupt bezeichnet. Mit ihrer weltberühmten Musik, den unvergesslichen Figuren und den sprühenden Lebenslust-Momenten hat die Operette seit ihrer Entstehung unzählige Menschen begeistert. Nun kommt die „Fledermaus“ an die Bergstraße: Das Ensemble der „Neuen Operette Wien“ bringt die Inszenierung, die dem Original sehr nahekommt, am Donnerstag, den 22. Januar, um 19.30 Uhr in die Stadthalle Tanzszenen lassen die Champagnerkorken knallen und ma-

chen die „Fledermaus“ zu einem besonderen Operettenerlebnis.

Die Beliebtheit dieser Operette verdankt sich sowohl ihrem sehr wienerischen als auch leicht pariserischen Flair der Jahrhundertwende. Besucherinnen und Besucher dürfen sich auf eine stimmungsvolle Aufführung freuen, die Humor, Musik und Lebensfreude perfekt miteinander verbindet.

Karten sind im Vorverkauf in Weinheim in der Tourist-Information sowie in allen Reservix-Vorverkaufsstellen und online unter www.reservix.de erhältlich.

red



Ehrenamt und Treue im Fokus: Mit Urkunden dankt der Verein seinen Mitgliedern für jahrzehntelanges Engagement.

BILD: ARMIN SCHIMKAT



Regisseur Alexander M. Helmer und musikalischer Leiter Laszlo Gyürker präsentieren die „Fledermaus“ nahe am Original – charmant, elegant und mitreißend.

BILD: CLAUDIO SCHUTTE

Festlicher Abend mit Dank und Besinnlichkeit

WEIHNACHTSFEIER DES TTC: Langjährige Mitgliedschaften gewürdigt.

Weinheim. Ein ereignisreiches und einem Glühweinempfang und erfolgreiches Jahr resümierte Christian Säger, Vorsitzender des TTC 46 Weinheim, vor über 90 Mitgliedern und Freunden des Vereins im kleinen Saal des Rolf-Engelbrecht-Hauses. Er bedankte sich dabei besonders bei den Organisatoren der Feier, Florian Zumsteg und Markus Stückler.

Nach dem Begrüßungswort

stimmung sorgten zwischen- und zeitlich die „Wasserheissler“, die die Lieder mit Gitarre und meisten Fragen richtig beantworteten und freute sich über einen der Preise.

Abschließend beschenkte Ju-vereinszugehörigkeit, Bernd hepunkt der Feier war die Tom- Bauch wurde für 50 Jahre Mit- bola mit attraktiven Preisen so- gleichschaft mit einer Urkunde wie das vom Helmut Holland und einem Gutschein ausge- bevor man die gelungene Feier und gestaltete Quiz mit anspruchs- in besinnlicher Atmosphäre zeichnet. Für weihnachtliche vollen Fragen rund um Tisch- ausklingen ließ.

red

Gesundheit

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.

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

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

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

Auch ein deutsches Forscher- team hat sich umfassend mit den vielfältigen Cannabissorten und Extraktionsverfahren beschäftigt. Dabei ist den Wissenschaftlern ein Mega-Erfolg gelun-



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.“

**Das Nr. 1^{*}
CBD GEL**



Rubaxx[®]

Jetzt Rubaxx CBD Gel auf rubaxx.de bestellen und bis zu 17%** sparen!



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

**gilt beim Kauf von mehreren Packungen

Produkttest zeigt: 98%² der Anwender sind von diesem hochdosierten CBD Gel überzeugt

In einem Produkttest² hat das Rubaxx Cannabis CBD Gel hervorragende Ergebnisse erzielt. 3 Wochen lang testeten Anwender das Produkt. Die Ergebnisse sprechen für sich: Die Weiterempfehlungsrate der Tester lag bei 98%, die Zufriedenheit mit dem Produkt sogar bei 99%! 95% finden, dass das Gel schnell einzieht.



gen: Mittels eines speziellen CO₂-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 machen 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.

Zeichen von Solidarität

STADT UND DRK: Bürger gewürdigt, die mit ihren Blutspenden Leben retten und gelebte Nächstenliebe zeigen.

Weinheim. Prof. Dr. Rudolf Motto, so Large, passte perfekt durch Ihre Blutspende einen zu den zahlreichen und ausgezeichneten Blutspendern: „Bei ihnen heißt es nicht ‚hätte, soll leistet‘, würdigte Large das außerordentliche Engagement der Geehrten. Oberbürgermeister Manuel Just unterstrich in

tatkräftigen und sehr persönlichen Beitrag zur Humanität geblieben.“ Er betonte, dass Blutspenden nicht durch Technik ersetzt werden können: „Das Spenden von Blut bleibt ein Geschenk von Mensch zu Mensch – ehrlich, körperlich – und ganz unmittelbar.“

Vielelleicht macht gerade das den Wert aus: Dass wir uns bewusst werden, wie sehr wir auf-

einander angewiesen sind.“

Ehrungen für langjähriges Engagement

Bei der feierlichen Veranstaltung wurden fünf Personen für zehnmaliges Spenden ausgezeichnet, drei für 25 Mal, drei für 50 Mal und eine Person, Michael Seeger, für 75 Mal. Die Geehrten nahmen ihre Auszeichnungen persönlich im Rathaus entgegen, darunter auch Günter Rotter (25 Spenden), David Kunerth und Patrick Zöller (jeweils 50 Spenden). Weitere Ausgezeichnete für zehn Spenden waren Mareike Finger, Nadja Grittman, Luca Gumb, Qusi Saed-Aldeen und Tobias Schumacher. Für 25 Spenden geehrt wurden Anna Böhml und Dirk Röske, für 50 Spenden Constanze Klump.

Prof. Dr. Large zog eine eindrucksvolle Bilanz der Leistungen der Geehrten: „Aus den rund 350 Spenden, die gemeinsam geleistet wurden, konnten etwa 1000 Menschen in Notsituationen geholfen und einigen von ihnen sogar das Leben gerettet werden.“ Damit unterstrich die Veranstaltung nicht nur den persönlichen Einsatz der Blutspender, sondern auch die zentrale Bedeutung von freiwilligem Engagement für das Gemeinwohl.

red Auf der ohnehin nur für Anlie-

red ger freigegebenen Straße wer-

den bis einschließlich Mittwoch, 31. Dezember, kann es im geschnittenen, die den sogenannten Mühlweg auf dem Abschnitt zwischen dem Abzweig zum Oberen Mühlweg und dem Watzenhof beziehungsweise den Lichtraum einschränken. Für Anlieger des Schafhofs sowie des Stadtteils Balzenbach ist die Durchfahrt ermöglicht, dennoch ist mit Wartezeiten zu rechnen. Verkehrsteilnehmer werden um Verständnis gebeten.

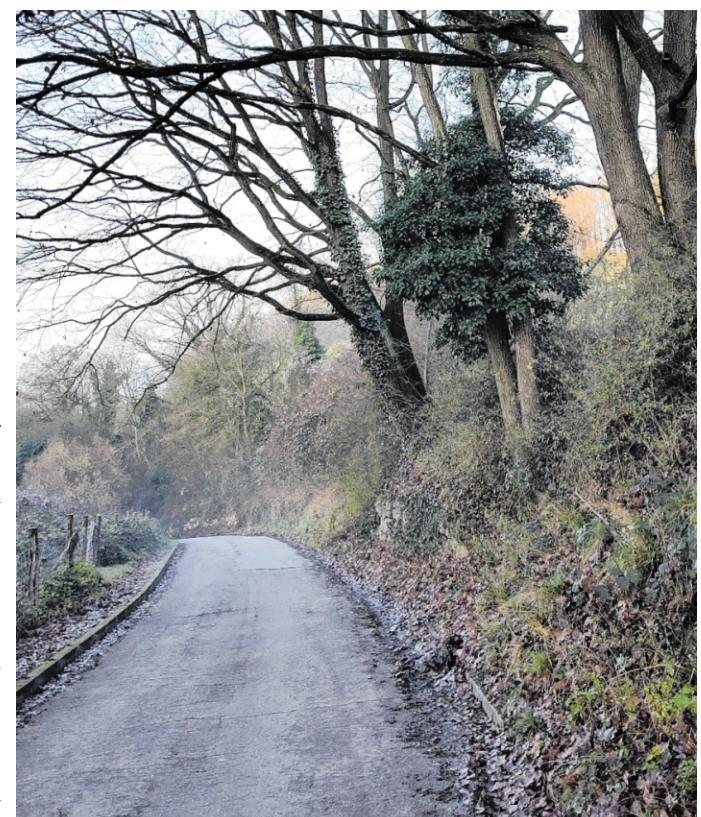
Sperrungen möglich

RÜCKSCHNITTARBEITEN AM MÜHLWEG



Von zehn bis 75 Spenden – beeindruckendes Engagement. Die geehrten Weinheimer haben durch ihre Blutspenden etwa 1000 Menschen unterstützt und teilweise Leben gerettet.

BILD: STADT WEINHEIM



Im Mühlweg kommt es wegen Rückschnittarbeiten zu Verkehrsbehinderungen.

BILD: STADT HEMSBACH

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, Hardwaldhalle. Jeweils von 9.00 - 16.00 Uhr. Aufbau ab 6.00 Uhr. Teilnahme mit Reservierung & Vorräume, Besuchereintritt € 2,-; Kinder sind frei. Info/Reservierung: www.flohmarkt-raebiger.de, Tel. / WhatsApp: 0171 - 202 457, alexraebiger@gmx.de

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

KAUFGESUCHE

25 Jahre seriöses Münzkabinett. Kauft Münzen jeder Art auch komplett Sammlungen sowie Tafelsilber, Uhren usw. zu fairen Preisen wie gewohnt. Sofortige Bezahlung. Mache auch Hausbesuch. Telefon 06205 / 2555372 oder 0162 / 621090

Su. Stand-Wanduhren, Kamin-Kuckucks-Uhren, Pendeluhr, Armbanduhren aller Art - auch defekt uvm. ☎ 0171/2964194

Suche Teppiche, Bilder, Möbel, Porzellan, Näh-/Schreibmaschinen, Hause, Zinn, Gobeline, Kameras usw. ☎ 0171/2937188

1 A Ankauf von Pelzen, sowie Schmuck, Münzen, Uhren, Zinn, Silberbesteck, Nähmaschine, Taschen, Puppen, Bernstein, Bilder, Kristall, Porzellan. Zahle bar vor Ort! Hausbesuch und Beratung sind unverbindlich! ☎ 0621-8774932

GOLDANKAUF Gold + Brillantschmuck, alt + neu, auch defekt, Zahngold + Altgold, kaufen und verkaufen Volker Stimpfes Schmuck, Juwelen, Antiquitäten Kaufhaus Center (früher famila) Herzstraße 1, HD, Tel. 0 62 21/30 73 39

DIENSTLEISTUNGEN

Stefi's Umzüge-Haushaltssäuberung! ☎ 06227 / 3847703, Handy 0174 / 5427618, Fax 06227 / 3847704

Dachdecker, Altbau, Neubau, Garage, Dachdeckung, Naturschiefer, Isolierung, ☎ 0175 / 7116917

VERSCHIEDENES

8 schöne Weihnachtsbäume, Normannen, versch. Größen, sehr günstig zu erhalten! ☎ 0176 / 47290941

KONTAKTE

Hilde (66)
BH DD
01523 7866272

Kleinanzeigen/Fließtext

Buchen Sie jetzt auf unseren Flohmarktseiten

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

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

KFZ-KAUFGESUCHE

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 - 6086998
0173 - 3087449**

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. 06158 - 6086991,
0173 - 3087449**

SOFORT BARZAHLUNG für Ihren Gebrauchtwagen! Ankauf von PKWs, auch mit Unfall-Motorschaden und ohne TÜV! DÜLGER Automobile Wiesloch, 0176 / 23151767 od. 06222 / 6859041

WWW.BAZ-MEDIEN.DE

STELLENMARKT

PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE

GERLACH-SCHWIRSCH

Wir suchen ab sofort

Bürokraft (m/w/d)
in Teilzeit für 12 Std. wöchentlich

Bewerbung bitte schriftlich unter: Rita Gerlach-Schwirsch
Darmstädterstr. 69 • 64646 Heppenheim • Tel: 06252-5667

STELLENMARKT

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

azp
AGENTUR FÜR ZEITUNGS- UND PROSPEKTZUSTELLUNG

Die AZP GmbH ist ein Unternehmen der HAAS Mediengruppe:

Mannheimer Morgen, Südhessen Morgen, Bergsträßer Anzeiger, Schwetzinger Zeitung, mannheimer-morgen.de, Mannheim24.de, Morgenpost.

STELLENANGEBOTE

Attraktive Frauen und Studentinnen!

Wer hat Spaß am Massieren? Ungelernte

auch gerne. Gute Verdienstmöglichkeiten, flexible Arbeitszeiten. www.studioevita.de

0176 / 81402355

IMMOBILIEN

IMMOBILIENGESUCHE

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

Suche Eigentumswohnung von privat 06205 3794315

KONTAKTE-STUDIOS

BIENENSTOCK EROS CENTER
HEIDELBERG

www.bienenstock-heidelberg.de



Wärmender Wintervorrat: Gepoltertes Brennholz aus Buche, Esche, Eiche und Hainbuche ist ab sofort verfügbar.

BILD: STADT WEINHEIM

Brennholz aus dem Weinheimer Wald

AB SOFORT ONLINE VERFÜGBAR

Weinheim. Ab sofort steht im Lagerort, Baumart, Webshop unter www. Länge, Durchmesser und Festholzfnder.de Brennholz aus metern sind im Webshop ein-

dem Weinheimer Wald zum sehbar. Verkauf bereit. Das Holz stammt aus dem Wintereinschlag 2024/25 und liegt mit 69 Euro pro Festmeter preislich unter dem Frischholzniveau.

Das angebotene Brennholz lagert in langer Form als gepolterte Baumstämme im Bereich Weinheim-Lützelsachsen und ist über die Wintergasse gut erreichbar. Es handelt sich größtenteils um gemischte Polter aus Buche und Esche, vereinzelt ergänzt durch Eiche und Hainbuche. Alle wichtigen Informa-

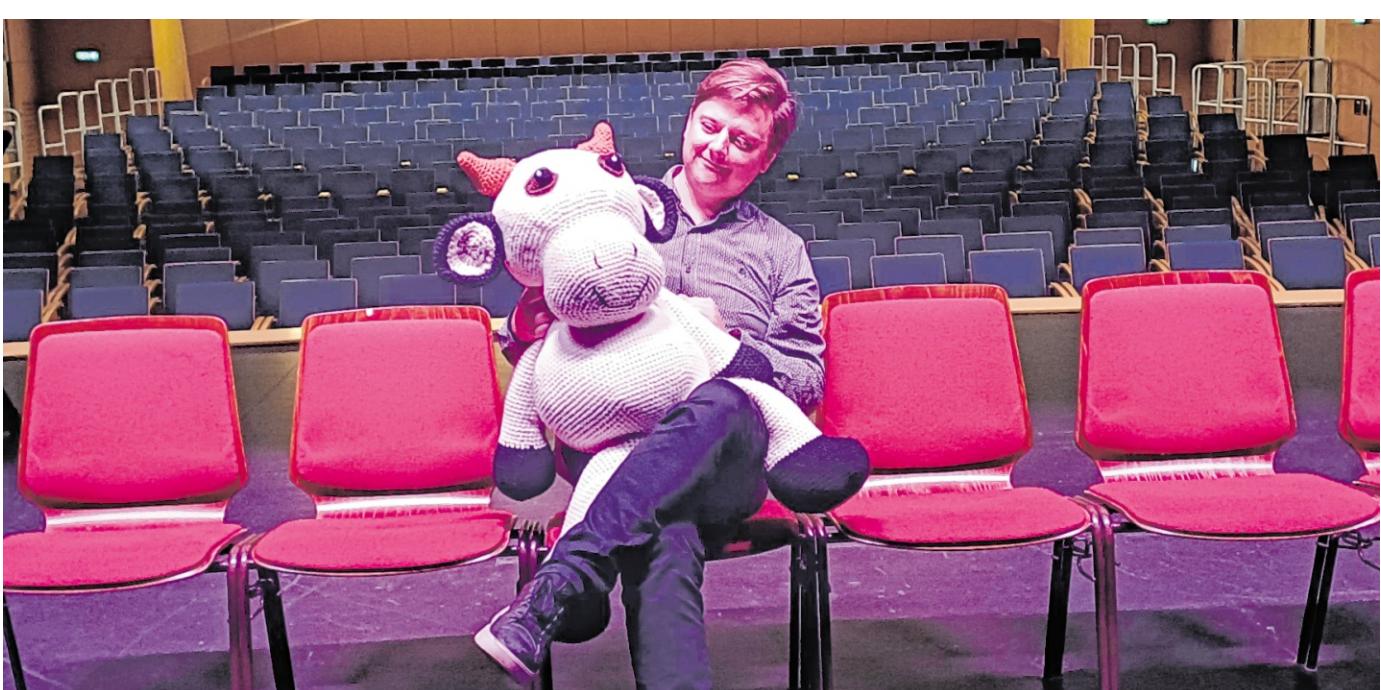
i Bei Fragen steht der zuständige Revierleiter, Herr Schierk, unter der Telefonnummer 0162/ 2 64 64 19 zur Verfügung.

Die Kinderkulturkuh bringt Theaterzauber nach Weinheim

GROÙE NACHFRAGE: Drei liebevoll inszenierte Stücke laden Vier- bis Sechsjährige zum Entdecken ein.

Weinheim. Sie ist weich und kuschelig, hat große neugierige Kulleraugen und ist schon jetzt der Liebling vieler Weinheimer Kinder: Die gehäkelte „Kinderkulturkuh“ steht sinnbildlich für eine neue Idee des Weinheimer Kulturbüros, mit der Kinder und Familien einen spielerischen, familiengerechten und kostengünstigen Zugang zum Theater erhalten sollen. Als origineller Hingucker stammt die Kulturkuh aus der bekannten Weinheimer Häkelgruppe, die bereits mit „Woinem in Mache“ auf sich aufmerksam gemacht hat.

Im Frühjahr 2026 erwarten junge Theaterbesucher im Alter von vier bis sechs Jahren in der gemütlichen Atmosphäre der Studioebühne in der Weinheimer Stadthalle ein ganz besonderes Theatererlebnis. Drei fantasievolle und liebevoll inszenierte Stücke laden dazu ein, in die Welt des Theaters einzutreten. Kulturbüro-Leiter Tobias Schindler stellte die neue Theaterreihe kürzlich vor. Die Resonanz war so groß, dass sich das Kulturbüro entschied, zusätzliche Vorstellungen anzubieten. In diesem Zusammenhang werden weitere 20 Karten zum sogenannten Kinderkuh-Tarif bereitgestellt. Die Vorstellungen finden jeweils um 14 Uhr und um 16 Uhr statt, wobei zusätzliche frühere Termine



Kulturbüro-Leiter Tobias Schindler mit der Kinderkulturkuh haben Theatererlebnisse für die ganze Familie im Gepäck.

BILD: STADT WEINHEIM

ergänzt wurden. Karten sind in der Tourist-Information sowie das Weihnachtsmärchen 2026 per E-Mail unter „Die Bremer Stadtmusikanten“ kulturbuero@weinheim.de erhältlich.

Mit der KinderKulturKarte erhalten Kinder Zugang zu allen drei Vorstellungen. Sie kostet 20 Euro für sämtliche Termine. Als besonderes Extra gibt es für jeden Theaterbesuch einen Stempel in der Karte. Wer alle drei Stücke gesehen hat, erhält drei

im Kulturbüro eine Freikarte für 11. März um 16 Uhr folgt „Murmel Reise“, ein fantasievolles Theaterstück über eine kleine Murmel, die sich neugierig aufmacht, die Welt zu entdecken. Mit Musik und poetischen Bildern wird eine Geschichte über Mut, Neugier und das Staunen über das Unbekannte erzählt. Den Abschluss bildet am 22. April um 16 Uhr „Tranquilla Trampeltreu“ nach der bekannten Fabel von Michael Ende. red

Die beharrliche Schildkröte Tranquilla zeigt auf ihrem Weg zur Hochzeit des Sultans, dass Durchhaltevermögen und Selbstvertrauen zum Ziel führen.

„Ein kulturelles Highlight für kleine Theaterfans – kindgerecht, kreativ und unvergesslich“, fasst Kulturbüro-Leiter Tobias Schindler das neue Angebot zusammen.

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 Puzzleteil – 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 kom-



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

Baldriparan®
Magnesium **+**

NEU



Tradition trifft Kreativität: Wagen, Fußgruppen und die beliebten Sommertagsstecken sorgen für einen farbenfrohen und frhligen Auftakt in den Frhling.

BILD: STADT WEINHEIM

Sommertag wirft seine Stecken voraus

JETZT ANMELDEN: Festlicher Umzug mit Wagen und Fußgruppen am Sonntag, 15. März.

Weinheim. Der nächste Weinheimer Sommertagszug kommt so sicher wie Weihnachten: Der Termin für das Jahr 2026 steht bereits fest. Gefeiert wird am Sonntag, 15. März, traditionell am Laetare-Sonntag. Auch diesmal ziehen wieder festlich geschmückte Wagen und zahlreiche Fußgruppen durch die Stadt. Vor allem Schulen und Kindergärten beteiligen sich jedes Jahr mit viel Engagement und kreativ gestalteten Som-

Wie in jedem Jahr werden für den Umzug geschmückt zudem wieder Sommertags- werden. Wer Stecken abgeben zugstecken benötigt. Dabei möchte, kann dies per E-Mail handelt es sich um mindestens an thomas.neitzel@freenet.de 1,10 Meter lange Ruten aus Weiden- anmelden oder die Gehölze di- oder Haselnussholz, die rekt am Lieferanteneingang der sich besonders gut im vegetati- Weinheimer Stadthalle ablegen. onsfreien Winter schneiden las- Alternativ steht auch die Adres- sen. Thomas Neitzel nimmt die se sommertag@weinheim.de gesammelten Stecken im neuen zur Verfügung.

- weiteren Gruppen endet am Freitag, 13. Februar 2026 red

Weihnachtsmarkt biegt auf Zielgerade ein

21. DEZEMBER: Feierlicher Ausklang mit Musik, Ansprache von OB.

Weinheim. Mit dem vierten Adventwochenende biegt der Weinheimer Weihnachtsmarkt-platz auf die Zielgerade ein. Auch an diesem Wochenende erwartet die Besucher ein abwechslungsreiches musikalisches und literarisches Programm, ergänzt durch das feierliche gemeinsame Weihnachtstliedersingen. Dazu laden die stimmgewaltigen Organisatoren des Weihnachtsmarktes herzlich die Bevölkerung ein.

Badische Bergstraße für weihnachtliche Klänge und festliche Stimmung. Am Schlusstag des Weihnachtsmarktes, Sonntag, 21. Dezember, beginnt um 17.30 Uhr ein Auftritt des Posaunenchors Viernheim, der vom Balkon der Laurentiuskirche herab spielt. Im Anschluss hält Oberbürgermeister Manuel Just um 18 Uhr seine traditionelle Weihnachtsschau im Parkhaus Burgenpassage. Der Weihnachtsmarkt wird von 12.30 bis 21.30 Uhr geöffnet. Unter der Woche ist das Parkhaus während der Adventszeit von Montag bis Samstag täglich von 12.30 bis 21.30 Uhr erreichbar, sodass ausreichend Parkmöglichkeiten zur Verfügung stehen.

...just um 18 Uhr seine traditionelle Weihnachtsansprache, die anschließend feierlich mit einem gemeinsamen Singen bei Kerzenschein endet.

Für Besucher bietet sich eine bequeme Anreise: Das zentrale Kerzenschein endet. bestimmter Stimmung, Musik und festlichem Miteinander ein.

[View Details](#) | [Edit](#) | [Delete](#)



Die Stadt und die Marktplatzwirte haben Hand in Hand zusammengearbeitet, um den Besuchern vergnügliche Stunden zu bieten.

BILD. STADT WEINHEIM



Guck Papa, die haben unser Baumaterial geliefert!



WEBAU
Webau Baustoffe
Gewerbestraße 3
69469 Weinheim
Tel. 06201/99420

Boyerstraße 16
68526 Ladenburg
Tel. 06203/5031



Liebe Mitbürgerinnen,
liebe Mitbürger,
ich wünsche
Ihnen Frohe
Weihnachten
und alles Gute
für 2026!

Ihre Fadime Tuncer
Landtagsabgeordnete



"Rhythm of the Dance Tour 2026" wünscht

Am 18.01.2026 Live in der Stadthalle Weinheim / Einlass: 18 Uhr / Beginn: 19 Uhr

The national Dance Company of Ireland

Nach dem unglaublichen Erfolg der Jubiläumstournee 2025 mit ausverkauften Shows in ganz Deutschland wird Rhythm of the Dance auch 2026 das Publikum wieder in seinen Bann ziehen! Dieses elektrisierende irische Tanz- und Musikspektakel lässt die irische Kultur neu aufleben und verbindet die raue Schönheit ihrer Ursprünge mit einer zeitgemäßen Vision der Zukunft. „Dies ist das neue Zeitalter der irischen Musik und des irischen Tanzes“, sagt Choreograph James Greenan. „Wir bewahren nicht nur unser Erbe - wir entwickeln es weiter und bringen frische Energie und kraftvolle Geschichten auf die Bühne, die das Publikum tief berühren.“

GITARENSTUDIO WEINHEIM
Wieder freie Unterrichtsplätze für Anfänger bis Fortgeschritten Alle Altersklassen
Das perfekte (Weihnachts-)Geschenk Gutscheine für Gitarrunterricht bei studierter und erfahrener Lehrkraft.
Weitere Infos unter www.gitarenstudio-weinheim.de david.heintz@t-online.de 0177 2766835

Rhythm of the Dance ist mehr als nur eine Tanzshow und nimmt das Publikum mit auf eine Reise durch die irische Kulturgeschichte, die durch lebendige Choreografien, dynamische Inszenierungen und Live-Musik erzählt wird. Die Show ehrt die tief verwurzelten Traditionen der irischen Performance, überschreitet aber auch Grenzen und bietet eine moderne Perspektive, die Emotionen hervorruft, zum Nachdenken anregt und einen bleibenden Eindruck hinterlässt.

Über 7 Millionen Fans weltweit stehen für über 25 Jahre Rhythm of the Dance. Wie ein Blitz, hat Rhythm of the Dance mit seinen pulsierenden Rhythmen, purer Energie und melodischen irischen Klängen in 50 Ländern rund um den Globus eingeschlagen. Fans auf der ganzen Welt können in über 200 Shows pro Jahr über 2000 Jahre Tanz, Musik und Kultur aus vorkeltischen Zeiten bis zu modernen Sounds von heute erleben, alles vereint in einer zweistündigen Show. Flinke Füße, die in einer atemberaubenden Geschwindigkeit, faszinierend synchron über das Parkett tanzen, aufwändige und sensationelle Licht- und Sounardeffekte, fantasievolle Kostüme und fantastische Musik kennzeichnen eine der weltweit TOP 3 Irischen Steptanzshows.



Neben der unglaublichen Meisterleistung der athletischen Tänzer, die zu den Besten auf ihrem Gebiet gehören, hat Rhythm of the Dance überragende Sänger und Musiker der traditionellen Irischen Musik zu bieten. Diese Kombination aus der Crème de la Crème an Tänzern, Sängern und Musikern verknüpft mit der neusten Technologie ist es, die die Zuschauer auf eine aufregende und energievolle 2-Stunden-Reise durch die Zeiten entführt und für Begeisterung sorgt.

Mit Blitzgeschwindigkeit absolvieren die begabten Tänzer unzählige Kostümwechsel während der Show. Die Live-Band besteht aus Top Klasse Musikern, die eine Bandbreite an teilweise außergewöhnlichen Instrumenten in Perfection beherrschen, dazu gehören die traditionellen Uilleann Pipes (Irischer Dudelsack), der Bodhran (Irische Rahmentrommel), Geigen, Flöten, Ziehharmonikas, Harfe und Banjo. Beim Tanzen gibt es keine Sprachbarrieren,

einer der Gründe, warum Rhythm of the Dance ein internationaler Erfolg ist. In China erlebten 50.000 Zuschauer die irische Tanz-Show live und für insgesamt 750 Millionen Zuschauer wurde die Show im Chinesischen National TV übertragen. In Polen wurde Rhythm of the Dance der Preis für „The Best Irish Dance Show“ verliehen, vom renommierten IQ Magazine gab es die Nominierung als „Beste Tanzshow“. In den USA spielte die Show für 2 Monate in Dolly Parton's Themenpark, Dollywood in der Nähe von Tennessee, 2015 war die Show bei der Schlusszeremonie der Europaspiele in Aserbaidschan aufgetreten, um nur einige der zahlreichen Auftritte und Auszeichnungen zu nennen.

red/DeMi Promotion

Tickets ab sofort erhältlich unter:
[www.reservix.de; 0180 6700733](http://www.reservix.de)
[www.eventim.de; 0180 65 700 70](http://www.eventim.de),
sowie an allen bekannten Vorverkaufsstellen.

Aktuelle Infos unter www.demi.de

Ihre BAZ erscheint wieder
am 16. Januar 2026



Fröhliche Weihnachten...
... und ein glückliches neues Jahr 2026

Bergsträßer Anzeigen Verlags-GmbH

Frohe Weihnachten wünscht...

Ein friedliches Fest für alle

Tipps für Weihnachten: Missverständnisse lassen sich oft ganz einfach vermeiden

Weihnachten ist das Fest der Vorstellung. Doch längst nicht Familie, der Liebe und des Mit- für jeden verlaufen die festlichen einanders – so weit die Wunsch- Tage so erfreulich. Rund 15 Pro-



Mit etwas Rücksichtnahme und Verständnis füreinander verläuft Weihnachten harmonisch. Bild: djd/KRINNER/marcin jucha - stock.adobe.com

zent der Menschen in Deutschland verbinden mit Weihnachten vor allem Stress, acht Prozent berichten laut Statista sogar von häufigen Familienstreitigkeiten. Mögliche Gründe: Unterschiedliche Erwartungen, alte Verhaltensmuster oder verschiedene Interessen der Generationen bergen Konfliktpotenzial, das an den ruhigen Tagen aufbricht. Während die einen auf ein festliches Programm mit Traditionen bestehen, wünschen sich andere entspannte Feiertage ohne starre Abläufe. Hinzu kommen kleine Missverständnisse, die im Trubel der Festtage schnell größer werden, als sie eigentlich sind.

Mit Respekt und Rücksicht verläuft Weihnachten harmonisch

Damit die Feiertage friedlich und harmonisch verlaufen, ist gegenseitiger Respekt die wichtigste Grundlage. Wer sich auf die unterschiedlichen Bedürfnisse der Familienmitglieder einlässt, kann Spannungen entschärfen. Dazu gehört etwa, gemeinsame Rituale nicht als Zwang zu verstehen – sondern als Möglichkeit, Nähe zu schaffen. Wichtig ist zudem, Rücksicht aufeinander zu nehmen. Besonders wenn mehrere Generationen zusammenkommen, prallen oft unterschiedliche Gewohnheiten aufeinander. Ein Beispiel: Viele ältere Menschen hören schlechter und drehen daher den Fernseher so laut auf,

dass es für die übrigen Anwesenden zur Belastung wird. Gerade in der gemütlichen Runde kann das für Unmut sorgen – wenn Dialoge im Film für den einen immer noch zu leise und für den anderen schon schmerhaft laut sind. Solche Situationen wirken banal, sind aber typisch für Missverständnisse zwischen den Generationen, die das gemeinsame Fest stören können.

Verständliche Sprache ohne dröhrende Lautstärke

Dabei lässt sich mit technischen Lösungen oft auf einfache Weise Abhilfe schaffen. So dienen etwa Sprachverstärker dazu, beim Fernsehen das gesprochene Wort klar und verständlicher wiederzugeben, ohne die Gesamtlautstärke in die Höhe zu treiben. Dazu werden Hintergrundgeräusche herausgefiltert, während Dialoge gezielt hervorgehoben werden. So können auch Menschen mit Hörproblemen wieder mühelos folgen – und die Familie muss unterm Weihnachtsbaum nicht über die Einstellung der Lautstärke diskutieren. Das Gerät lässt sich flexibel im Raum aufstellen, etwa direkt neben dem Sofa. Egal, ob „Der kleine Lord“ oder „Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“: Mit gut verständlicher Sprache wird das Ansehen eines klassischen Weihnachtsfilms zu einem Erlebnis, das alle Generationen verbindet.

djd



Tierisch frohe Weihnachten und vielen Dank für das vergangene Jahr wünscht

Pico Bello



HUNDESALON ANGELA DÖRR

Im Brühl 17 | 69502 Hemsbach | Tel. 0 15 73-641 47 66
Termin nach Vereinbarung

Rechtsberatung rund um die Immobilie?
Dafür habe ich jemanden!

Haus & Grund®
Eigenamt. Schutz. Gemeinschaft.
Haus-, Wohnungs- und Grundeigentümerverein Weinheim und Umgebung e.V.
Luisenstr. 22 · 69469 Weinheim · Tel. 06201 / 13040 · hug-weinheim@t-online.de

J. ZULEGER GMBH
GLASEREI - METALLBAU
SPIEGEL
DUSCHTRENNWÄNDE
Glasbau, Spiegel und viel mehr!
69469 Weinheim TEL. 06201 / 14066

J. ZULEGER GMBH
GLASEREI - METALLBAU
SCHAUFENSTER
FENSTER u. TÜREN
Glasbau, Spiegel und viel mehr!
69469 Weinheim TEL. 06201 / 14066

Fliesen Fliesen Fliesen
Inh. Alfred Stephan
Pflästerer
FLIESEN · BAUSTOFFE
Nördl. Hauptstraße 68, 69469 Weinheim
Tel. 06201 / 12495, Fax 12794, E-Mail: fliesen-pflae sterer@t-online.de
Riesig die Großauswahl

Seit 1992 ... weil wir noch reparieren!
Hausgeräte Pflästerer
Als Ihr Fachhändler vor Ort bieten wir Ihnen:
✓ Lieferung und Anschluss ✓ Preiswerte Reparaturen
✓ Entsorgung des Altergerätes ✓ Persönliche Beratung
Große Auswahl an preiswerter B-Ware!
hausgeraete-pflae sterer.de
Daimlerstraße 9 69469 Weinheim Tel.: 06201 - 962520
Rheinstraße 36 64625 Bensheim Tel.: 06251 - 7057721

Wir wünschen allen Kunden, Freunden und Bekannten fröhliche Festtage!

ZIMMEREI · HOLZBAU
Stadler Holzbau
GMBH
Ihr Partner für die energetische Sanierung von Dach und Wand!
• Holzhausbau • Dachausbau
• Dachsanierungen komplett • Aufstockungen
• Fassaden • Vordächer
• Wintergärten in Alu/Holz • Pergolen
• Balkone

Opelstraße 4 · 64646 Heppenheim · Telefon 06252/787710
www.stadler-holzbau.de · info@stadler-holzbau.de

Zimmerer und Dachdecker (m/w/d)
ab sofort gesucht!

Mehr FREUDE am GARTEN

Holzfachhandel
GSCHWANDER

Mit Holz-Produkten von GSCHWANDER wird Ihr Garten zum kleinen PARADIES!
68542 Heddeshem · Industriestraße 8
Tel. 06203-6986-0
Terrassen & Zäune · Gartenhäuser
Außen-Saunen · Kinderspielgeräte
Mehr Information über Holz im Garten:
www.gschwander-holz.com



Kulinarische Höhepunkte des Heiligabends

So gelingt ein unvergessliches Festtagsmenü

Das Weihnachtssessen ist für viele Familien einer der zentralen Höhepunkte der Feiertage. Wenn der Duft von Braten, Gewürzen und frisch zubereiteten Beilagen durch das Haus zieht, entsteht eine festive Atmosphäre, die Wärme und Geborgenheit ausstrahlt. Ob klassisch mit Gänsebraten und Rotkohl, gemütlich mit Fondue oder Raclette oder modern mit vegetarischen und veganen Alternativen – das

Weihnachtsdinner bietet unzählige Möglichkeiten, den Abend kulinarisch zu einem besonderen Erlebnis zu machen. Schon die Planung kann zu einem liebevollen Ritual werden. Viele überlegen sich Wochen zuvor, welche Speisen den festlichen Rahmen am besten widerspiegeln. Besonders beliebt sind mehrgängige Menüs, die mit einer leichten Vorspeise beginnen, gefolgt von einem



Mit unseren Tipps verwandeln Sie Ihr Weihnachtsdinner in ein besonderes Erlebnis.

Bild: pixabay

herhaften Hauptgang und einem süßen Dessert, das den Abend abrundet. Alternativ können auch gemeinsame Gerichte wie ein Buffet, ein winterliches Ofengemüse oder ein großer Festtagstopf für entspanntes Zusammensein sorgen. Wichtig ist vor allem, dass sich alle am Tisch wohl fühlen und das Essen gemeinsam genießen können.

Eine entscheidende Rolle spielt auch die Tischdecoration, denn sie verleiht dem Weihnachtssessen den passenden Rahmen. Mit Naturmaterialien wie Tannenzweigen, Zapfen oder getrockneten Orangenscheiben lässt sich eine warme, winterliche Stimmung schaffen. Festliche Servietten, feines Geschirr und ein harmonisches Farbkonzept – etwa in Gold, Rot oder gedeckten

Baumschmuck: modern, minimalistisch, skandinavisch und glamourös

Der Weihnachtsbaum ist seit jeher ein zentrales Symbol der Advents- und Weihnachtszeit, und sein Schmuck spiegelt nicht nur persönliche Vorlieben, sondern auch aktuelle Trends und gesellschaftliche Stimmungen wider. Klassischer Baumschmuck mit roten und goldenen Kugeln, Strohsternen, Lametta und warmweißem Kerzenlicht steht für Tradition und Geborgenheit. Diese zeitlosen Elemente erinnern an Kindheitserinnerungen und schaffen eine festliche, vertraute Atmosphäre, die in vielen Haushalten nach wie vor geschätzt wird. In den letzten Jahren haben sich jedoch zunehmend moderne und minimalistische Stilrichtungen etabliert. Besonders beliebt sind reduzierte Farbkonzepte, etwa in Weiß, Silber

oder Schwarz, kombiniert mit matten Oberflächen und klaren Formen. Skandinavisch inspirierter Baumschmuck aus Holz, Papier oder Filz wirkt schlüssig, natürlich und harmonisch und passt gut zu hellen Wohnräumen und einem bewussten, nachhaltigen Lebensstil. Dazu gehören handgefertigte Anhänger, schlichte Lichterketten und dezent Naturmaterialien wie Tannenzapfen oder getrocknete Orangenscheiben.

Ein weiterer Trend ist der sogenannte Themenbaum, bei dem der gesamte Schmuck auf ein bestimmtes Motto abgestimmt ist. Das kann ein Farbschema wie Pastelltöne oder Erdtönen sein, aber auch ein inhaltsliches Thema, etwa „Vintage“, „Natur“, „Glamour“ oder „Rustikal“. Besonders glamouröse



Ob klassisch oder modern: Der schönste Weihnachtsbaum ist der, der Persönlichkeit und Freude widerspiegelt.

Bild: pixabay

WIR KAUFEN AN:



Gold- & Silberschmuck



Zahngold (auch mit Zähnen)



Luxusuhrn



Goldbarren



Goldmünzen



Silbermünzen & Barren



Silberbesteck



Zinn



Erbsschafft



FAIR - SERIÖS - FREUNDLICH

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

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



Juwelier Seiler

Hauptstraße 65 · 69469 Weinheim
Telefon: 06201/12100

Öffnungszeiten:
Mo.–Fr. 10 bis 18 Uhr
Sa. 10–16 Uhr

www.juwelier-seiler.de

Frohe Weihnachten wünscht...

Der Zauber der Bescherung

Warum Schenken an Weihnachten verbindet

Die Bescherung bildet für viele Familien den Höhepunkt des Weihnachtsabends. Wenn das Zimmer sanft vom Licht des geschmückten

Baumes erhellt wird und leise Weihnachtsmusik im Hintergrund spielt, entsteht eine Atmosphäre, die selbst Erwachsene wieder in ihre Kindheit

zurückversetzt. Der Moment, in dem die Geschenke unter dem Baum entdeckt werden, ist oft von gespannter Erwartung und strahlenden Augen geprägt. Für Kinder bedeutet die Bescherung magische Vorfreude, für Erwachsene hingegen die Freude darüber, anderen eine liebevolle Aufmerksamkeit zu schenken.

Weihnachtsgeschenke sind weit mehr als materielle Gegenstände. Sie stehen für Wertschätzung, Zusammenhalt und das Bedürfnis, einem anderen Menschen eine Freude zu machen. Oft wird schon Wochen vor den Feiertagen überlegt, welches Geschenk besonders gut zu einer Person passt, welches Bedürfnis es erfüllt oder welches Lächeln es hervorrufen könnte. So wird die Auswahl der Geschenke zu einem lieblichen Prozess, der eng mit der Vorstellung vom perfekten Weihnachtsabend verbunden ist. Wenn schließlich alle beisammensitzen, die Päckchen geöffnet werden und die ersten überraschten Ausrufe durch das Zimmer klingen,

zeigt sich der eigentliche Zauber der Bescherung. Es ist ein Moment des Innehalten, in dem sich die Hektik der vorangegangenen Wochen auflöst und Platz macht für Nähe und Dankbarkeit. Ob selbst gebastelte Kleinigkeiten, sorgfältig ausgewählte Präsente oder traditionelle Geschenke – sie alle tragen dazu bei, dass Weihnachten für viele Menschen eines der emotionalsten Feste des Jahres bleibt.

Red



Wenn sich das Wohnzimmer in einen Ort voller Vorfreude verwandelt und Geschenke zu kleinen Wundern werden, beginnt der schönste Moment des Weihnachtsabends.

Bild: pixabay



Frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr wünscht



Gorxheimertal • Tel. 06201/872068 • Mobil: 0173 7196647
eMail: info@bernert-bau.de • Internet: www.bernert-bau.de



Wir sind voller Energie.

Stadtwerke
Weinheim

SCHREINEREI
VF
FRIDERICH GmbH

- Markisen, Insektenschutz
- Rollläden
- Haustüren + Fenster in Aluminium, Holz und Kunststoff
- Kompletter Innenausbau: Einbauschränke, Massivmöbel, Holzdecken, Fertigparkett- und Laminatböden, Innentüren und Ganzglas türen

Hermann-Staudinger-Str. 8 · 68519 Viernheim
Telefon (0 6204) 87 64 · Telefax (0 6204) 91 24 66
www.VFriderich.de

ZOLLER

Inh.
Frank Zoller
Meister für Estrich & Belag
Estrich-Sachverständiger
Bergstraße 223 · 69469 Weinheim
Tel.: (06201) 1 33 01
Fax: (06201) 1 61 01
E-Mail: info@zoller-estrich.com
www.zoller-estrich.de

- Estrichbau
- Parkett
- Bodenbeläge
- Beschichtungen
- Bautrocknungen

Ein frohes, friedvolles Weihnachtsfest und alles Gute zum neuen Jahr wünscht:
DIREKT VOM ERZIEGER!

OBST HOF VOLK

BRENNEREI & WEINBAU
In den Langen, 69493 Leutershausen, ☎ 06201/5 16 39
Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 9–12 Uhr und 15–18.30 Uhr, Sa. 9–14 Uhr
www.obsthof-volk.de • mail@obsthof-volk.de

Geschenk-Tipp zu Weihnachten:
prämierte Edelbrände,
Bergsträßer Gin und feinschmeckende
Liköre in großer Auswahl!



Kein Fest ohne Kevin und Aschenbrödel

Warum Weihnachtsfilme für viele unverzichtbare Rituale sind

Wenn in Deutschland die Lichterketten erstrahlen, der Geruch von Plätzchen durchs Haus zieht und die Familie sich an den Feiertagen zusammenfindet, gehören für viele Menschen nicht nur Geschenke und gutes Essen dazu – sondern auch vertraute Fernsehklassiker. Jahr für Jahr werden „Kevin – Allein zu Haus“, „Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“ und am Silvesterabend natürlich „Dinner for One“ zu treuen Begleitern, die fest im kulturellen Gedächtnis verankert sind. Eine aktuelle Umfrage zeigt deutlich, wie wichtig diese Filme im weihnachtlichen Ritual sind: „Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“ und „Kevin – Allein zu Haus“ führen die Liste der beliebtesten Weihnachtsfilme bei Erwachsenen in Deutschland an. Nur etwa jede fünfte Person verzichtet ganz auf Weihnachtsfilme – für die große Mehrheit sind sie fester Bestandteil eines gemütlichen Abends im Kreise der Liebsten.

Weihnachtsfilme erfüllen dabei weit mehr als nur eine unterhaltende Funktion. Sie schaffen gemeinsame Erinnerungen, verbinden Generationen und bieten ein Gefühl der Verlässlichkeit in einer oft hektischen Zeit. Viele von ihnen

werden zum emotionalen Anker – man weiß, was einen erwartet, und gerade diese Vertrautheit macht ihren Zauber aus. Ob die märchenhafte Schneelandschaft bei Aschenbrödel, die chaotischen Streiche des kleinen Kevin oder die britische Gelassenheit von Miss Sophie und Butler James: Diese Geschichten vermitteln Wärme, Humor und ein kleines bisschen Magie.

Zu den schönsten und meistgesenen Weihnachtsfilmen zählen neben den erwähnten Klassikern auch internationale Favoriten wie „Der kleine Lord“, „Der Grinch“, „Schöne Bescherung“ oder moderne Liebeskomödien wie „Tatsächlich... Liebe“. Sie alle tragen dazu bei, die besondere Stimmung der Feiertage einzufangen – mal mit Humor, mal mit Herz, mal mit nostalgischer Märchenhaftigkeit.

Am Jahresende setzt sich dieses Ritual fort: Zum Silvesterabend gehört für viele Menschen der legendäre Sketch „Dinner for One“ einfach dazu. Rund ein Drittel der Bevölkerung schaltet jedes Jahr ein, bei den über 60-Jährigen sogar fast die Hälfte. Auch hier zeigt sich: Traditionen schaffen Gemeinschaft – selbst wenn man sie Millionenfach teilt. So wird deutlich: Weihnachts- und Silvesterfilme sind weit mehr als

nur Programm im Fernsehen. Sie erlebbar wird. Ohne Kevin, Aschenbrödel oder Miss Sophie wäre für viele das Fest einfach nicht kompletts. djd/red



Zu Weihnachten kommen alle Generationen zusammen. Das gemeinsame Fernsehen gehört in vielen Familien zu den Feiertagsritualen dazu.

Bild: djd/Sonoro/Jacob Lund - stock.adobe.com

„Friede ist nicht Abwesenheit von Krieg.
Friede ist eine Tugend,
ein Geisteszustand, eine Neigung
zu Güte, Vertrauen und Gerechtigkeit.“

(Baruch de Spinoza)

Zum Ende eines bewegten Jahres kehrt mit der Weihnachtszeit wieder jene besondere Ruhe ein, die uns innewahnt lässt. Inmitten von Alltag, Hektik und Herausforderungen schenkt sie uns Gelegenheit, das Wesentliche in den Blick zu nehmen: Menschlichkeit, Zusammenhalt und die Hoffnung auf ein gutes, wertschätzendes Miteinander.

Gerade in Zeiten, in denen Unsicherheit, Konflikte und gesellschaftliche Spannungen spürbar sind, ist es wichtiger denn je, dass wir uns auf unsere gemeinsamen Werte besinnen: Respekt, Solidarität und das Streben nach einem gerechten, friedlichen Zusammenleben.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien von Herzen ein frohes und gesegnetes Weihnachtsfest, erholsame Feiertage und einen hoffnungsvollen Start ins neue Jahr.

Lassen Sie uns auch 2026 gemeinsam mit Zuversicht und Verantwortungsbewusstsein gestalten.

Jürgen Kirchner
Bürgermeister der Stadt Hemsbach



Friedliche Weihnachten wünschen
Alexa Mistler und das Team der:



Für Sie setzen wir
alle Hebel in Bewegung!

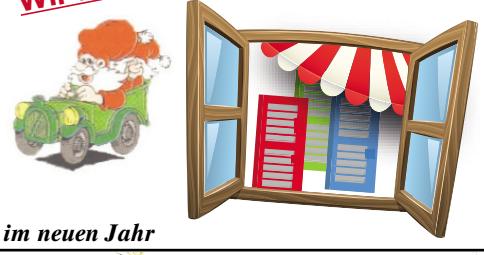
Giselherstraße 53b • 69502 Hemsbach
www.hebel-apotheke.com



Bernhard Brandt e. K.
Georg-Bickel-Str. 2 • 69514 Laudenbach
Tel. 0 62 01 - 44 9 55
www.rolladenbau-brandt.de

Unseren Kunden,
Freunden
und Bekannten
wünschen wir
ein frohes und
besinnliches
Weihnachtsfest
sowie Glück
und Gesundheit im neuen Jahr

Wir beraten sie gerne



Wir wünschen frohe Weihnachten und
einen guten Start ins neue Jahr!

HUNDESALON
Die Fellstube

Inh. Sina Batta



Großachsener Straße 17
69469 Weinheim-Oberflockenbach
Mobil 0176 61322379

☆☆ Frohe Weihnachten und einen guten
☆☆ Rutsch ins neue Jahr wünscht: ☆☆

IHR FACHMANN
ALLE ABDICHTUNGEN VOM KELLER BIS ZUM DACH

FEUCHTIGKEITS-ISOLIERUNGEN
DEHNUNGSFUGEN
BETON-SANIERUNG
RISSE-VERPRESSUNG
BALKON- UND TERRASSEN-SANIERUNG
S
SKOKO BAUTENSCHUTZ GmbH

Olbrichtstr. 9 • 69469 Weinheim • Tel. 06201/16371
Fax 64483 • info@skoko-gmbh.de

Frohe Weihnachten wünscht...

Tradition im Takt

Die zeitlose Bedeutung klassischer Weihnachtslieder



Gemeinsames Singen in der Kirche gehört für viele zum Heiligabend dazu – ein Moment, in dem Tradition und Besinnlichkeit aufeinander treffen.

Bild: Pixabay

Weihnachtslieder gehören zu den stärksten und schönsten Traditionen der Advents- und Festtage. Kaum ein anderer Bestandteil der Weihnachtszeit besitzt eine vergleichbare Kraft, Stimmung zu erzeugen, Erinnerungen zu wecken und Menschen miteinander zu verbinden. Ob klassische Lieder wie „Stille Nacht“, „O du fröhliche“ oder „Leise rieselt der Schnee“ oder moderne Hits wie „Last Christmas“, „All I Want for Christmas Is You“ und aktuelle deutsche Weihnachts-Pop-Songs – jeder Klang trägt auf seine Weise dazu bei, das Gefühl von Weihnachten lebendig werden zu lassen.

Die Bedeutung von Weihnachtsliedern reicht weit über ihre Melodie hinaus. Viele von ihnen begleiten Menschen seit frühes-

ter Kindheit und sind fest in der eigenen Erinnerung verankert. Ein einziges Lied kann ganze Bilder hervorrufen: die funkelnden Lichter des Weihnachtsbaums, das gemeinsame Singen mit der Familie oder die Vorfreude auf die Bescherung. Diese Lieder bieten ein Gefühl von Vertrautheit und Geborgenheit, das in der hektischen Vorweihnachtszeit oft besonders wertvoll ist. Gleichzeitig sind Weihnachtslieder Ausdruck eines kulturellen Miteinanders. Sie werden in Kirchen gesungen, auf Weihnachtsmärkten gespielt, im Radio raus und runter gehört und in vielen Haushalten bewusst als musikalischer Hintergrund für Backstage, Bastelstunden oder festliche Abende ausgewählt. Moderne Weihnachtslieder tragen dabei genauso zum Fest bei wie die alten, traditionellen Melodien. Während klassische Lieder vor allem Ruhe, Besinnlichkeit und Tradition vermitteln, bringen moderne Songs oft fröhliche Leichtigkeit und neue Impulse in die Weihnachtszeit.

So entsteht ein musikalisches Mosaik, das jedes Jahr aufs Neue die besondere Atmosphäre des Festes formt. Weihnachtslieder schaffen Momente der Nähe, des Innehaltens und der Freude. Sie lassen uns den Zauber dieser besonderen Tage fühlen – und erinnern uns daran, dass Weihnachten nicht nur ein Fest der Lichter und Geschenke, sondern vor allem ein Fest der Herzen und der gemeinsamen Augenblicke ist.



Neu- und Gebrauchtwagen aller Fabrikate
REPARATUR · UNFALLSERVICE · LACKIERUNG

AUTOHAUS MAY

HEDDESHEIM · EDEKASTRASSE 4
0 62 03/40 42 00 · autohaus-may.net



Movement that inspires

Reparatur und Service aller Fabrikate
Radeinlagerungen

**Wir wünschen frohe Weihnachten
und ein gutes neues Jahr!**



KFZ-MEISTERSERVICE
CHRISTIAN UND PATRICK BAUER GBR

GEWERBESTRABE 1
69469 WEINHEIM
TEL. 06201 50 76 60
KFZ-MEISTERSERVICE-BAUER@T-ONLINE.DE



Reifen- & Fahrzeugservice
Heppenheim

**Wir wünschen
unseren Kunden
frohe Weihnachten!**

Briefelstraße 36 · 64646 Heppenheim
Tel. 0 62 52 - 96 66 41 · www.reifen-hp.de



Ihre Kfz-Sachverständigen im Rhein-Neckar-Dreieck
Weinheim | Viernheim | Mannheim

Seit 50 Jahren!

- Unfallgutachten
- Kfz-Bewertungen
- Hauptuntersuchung
- Abgasuntersuchung
- Ein- und Anbauabnahmen

muk
Martin u. Karch
Kfz-Sachverständige

E-Mail: info@martin-karch.de www.martin-karch.de

TÜV SÜD Auto Partner

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 Reizdarmsyndrom?

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.¹



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.¹

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 lösrig 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.²

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: Konnten 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 Bakterienstamms bei Reizdarmbeschwerden konnte demzufolge eindrucksvoll belegt werden.³

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.⁴ 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 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 belegt⁵



¹Straub C et al. Arztreport 2019 – Pressemappe, 2019. • 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. • 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. • Insight Health, MAT 12/2024, u. a. DE, AT, ES, IT. • Andreassen 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. Namen und Abbildungen der Betroffenen geändert.

KIJIMEA®

AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

NEU

Ein Gefühl von

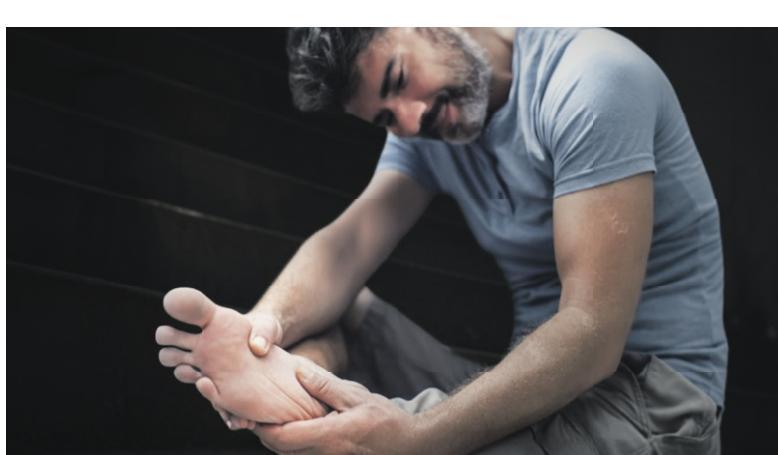
Kribbeln, Brennen, Spannung in den Beinen?

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 kühl, beruhigt und die Hautbarriere stärkt, ist hier entscheidend – wie das neue Restaxil Gel aus der Apotheke.

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 Missemmpfindungen 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

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

Restaxil Gel – gezielte Pflege mit wissenschaftlichem Anspruch

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



Restaxil®



Jan Weiler steht am 25. Januar auf der Bühne.



Suanda tritt am 11. April in der Ehemaligen Synagoge auf.



Alice Köfer ist am 8. Februar in Hemsbach zu Gast.

BILD: HARALD HOFFMANN

Jahresauftakt voller Kontraste, Witz und musikalischer Highlights

STÄDTISCHES KULTURPROGRAMM: Bekannte Bühnenstars und spannende Neuentdeckungen eröffnen die Saison im Januar und Februar.

Hemsbach. Mit einem prall ge- sein Publikum ihn kennt und füllten Programm aus Humor, liebt. Musik und inspirierenden Ge- schichten startet die Kulturbühne Max in das Jahr 2026. Be- kannte Bühnenpersönlichkeiten, preisgekrönte Comedians sowie herausragende Musikerinnen und Musiker sorgen für abwechslungsreiche Abende – ergänzt sie um neue Geschichten. Warmherzig, pointiert und voller kleiner Katastrophen aus dem Familienalltag sorgt der Abend für viele Wiedererkennungsmomente.

Am 8. Februar folgt mit „Alice auf Anfang“ ein durch und durch musikalischer Abend. Alice Kofer, bekannt als Sängerin von „Vocal Recall“, steht diesmal solo auf der Bühne. Charmant berlinernd, mitreißend und überraschend bewegt sie sich zwischen Liebeslyrik und Stadion-Pop. Mitsingen ist ausdrücklich erlaubt.

Karl-Valentin-Fans kommen am 22. Februar auf ihre Kosten. Unter dem Titel „Die Ver(w)irrungen des Nepermuk Semmelmeyer“ präsentieren der Schauspieler Martin Müller-Reisinger und der Cellist Nenad Uskokovic skurrilen Humor im Stil Valentins. Schauspiel, Musik und Absurdität verschmelzen zu einem außergewöhnlichen Duo-Abend.



Jonas Greiner wird Comedy-Fans am 10. Mai begeistern.

BILD: ENRICO MEYER

Am 8. März nimmt Annette Kruhl ihr Publikum mit auf einen witzigen Streifzug durch die Coaching-Welt. In „Vom Karma-Coach ins Kuschel-Camp“ verbindet sie Selbstironie, Klugheit und Zeitgeist – inspirierend, ohne belehrend zu wirken, und eine echte Alternative zu einem Fernsehabend.

Interaktiv und unterhaltsam wird es am 15. März mit Sebastian Klusmann, bekannt als „Der Besserwisser“ aus der ARD-Quizshow „Gefragt – Gejagt“. In „Merken Sie sich was“

– zeitlos, unverwechselbar und voller Entertainment-Juwelen. Mit Robert Kreis ist am 19. April einer der profiliertesten Interpreten der Weimarer Zeit zu Gast. In „Ein Abend mit Robert Kreis“ präsentiert er Elefant, Witz und musikalische Brillanz vergangener Jahrzehnte –

– unverwechselbar und voller Entertainment-Juwelen. Ein weiteres Highlight erwartet Gitarrenfans am 26. April in der Ehemaligen Synagoge. Im

echter Hirn-Turbo. Jazzliebhaber sowie Neuentdecker kommen am 22. März auf ihre Kosten. Das Trio „Trio-vision“ spielt ausgewählte Arrangements, bei denen Melodie und Groove stets im Mittelpunkt stehen und die auch Menschen ansprechen, die sonst wenig Berührung mit Jazz haben.

Besondere Klangwelten und große Bühnenkunst

Am 11. April ist die Ehemalige Synagoge Schauplatz eines besonderen musikalischen Abends. Das Trio Suanda, bestehend aus Geige, Akkordeon und Schlagwerk, spielt traditionelle Musik Osteuropas und Kleinasiens. „Von Augenblick zu Augenblick“ verspricht kostbare Klangmomente und intensive musikalische Begegnungen.

Rahmen der „Hemsbacher Gitarrenkonzerte“ treffen mit Jule Malischke und Don Ross zwei Ausnahmekünstler aufeinander, die mit Intensität, Leidenschaft und virtuoser Technik begeistern.

Junge Stimmen und intime Konzerte

Am 10. Mai steht der preisgekrönte Stand-up-Comedian Jonas Greiner auf der Bühne. In seinem Programm „Auf Augenhöhe“ verbindet er Alltags- und Weltirrsinn mit scharfem Humor. Der Titel bekommt eine besondere Note, wenn man weiß, dass der Künstler über zwei Meter groß ist.

Sascha Bendiks, in Hemsbach bestens bekannt, ist am 13. Juni mit „Leichtem Gepäck“ in der Ehemaligen Synagoge zu erleben. Solo, intim und intensiv singt er poetisch-verruchte Lieder voller Geschichten, Schnulzen und Heldengesänge für Verlierer.

Ausblick auf das zweite Halbjahr 2026

Auch nach der Sommerpause setzt sich das Kulturjahr mit einer bewährten Mischung aus bekannter und neuer Klein-

kunst fort. Nach Lisa Fitz im September folgen unter anderem Patrick Nederkoorn mit „Orangene Gefahr“, Kabarettklassiker Thomas Freitag sowie der Gewinner des Lorscher Abts 2025, Matthias Ningel. Eine Hommage an Bertolt Brecht, ein Auftritt von Max Goldt und ein Märchenabend auf Kurpfälzisch mit Dr. Markus Weber runden das Jahr ab, bevor es mit Gitarrenmusik in der Ehemaligen Synagoge endet.

Infos und Tickets

Alle Veranstaltungen finden in der Kulturbühne Max, Hüttfelder Straße 44, sowie in der Ehemaligen Synagoge, Mittelgasse 16, in Hemsbach statt. Beginn ist jeweils um 19.30 Uhr, Einlass und Catering starten um 18.30 Uhr. Karten im Vorverkauf und Gutscheine sind im Bürgerbüro der Stadt Hemsbach, telefonisch unter 0761/ 88 49 99, online unter hemsbach.reservix.de sowie an allen Reservix-Vorverkaufsstellen erhältlich.

red/mss
i Weitere Informationen gibt es unter www.kulturbuehne-max.de und auf Facebook unter [www.facebook.com/Kulturbuehne-Max](https://facebook.com/Kulturbuehne-Max)

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

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

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

Google ★★★★

Jetzt von hohen Kursen profitieren!

So geht's:

- Wertgegenstände zu uns bringen.
- Unverbindliches Angebot erhalten.
- Betrag vor Ort auszahlen lassen.

die Goldwaage
EDelmetallhandel

Erfolgsmodell auf zwei Rädern

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

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

Ein Angebot mit wachsender Nachfrage

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.

RadGuide werden

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 Jahr-

Werde RadGuide Rhein-Neckar



Bewirb dich bis 16.01.2026

Rhein-Neckar
Im Leben ganz oben

Im Frühjahr 2026 startet die nächste Ausbildungsrunde.

BILD: LANDRATSAMT RHEIN-NECKAR-KREIS

gang 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

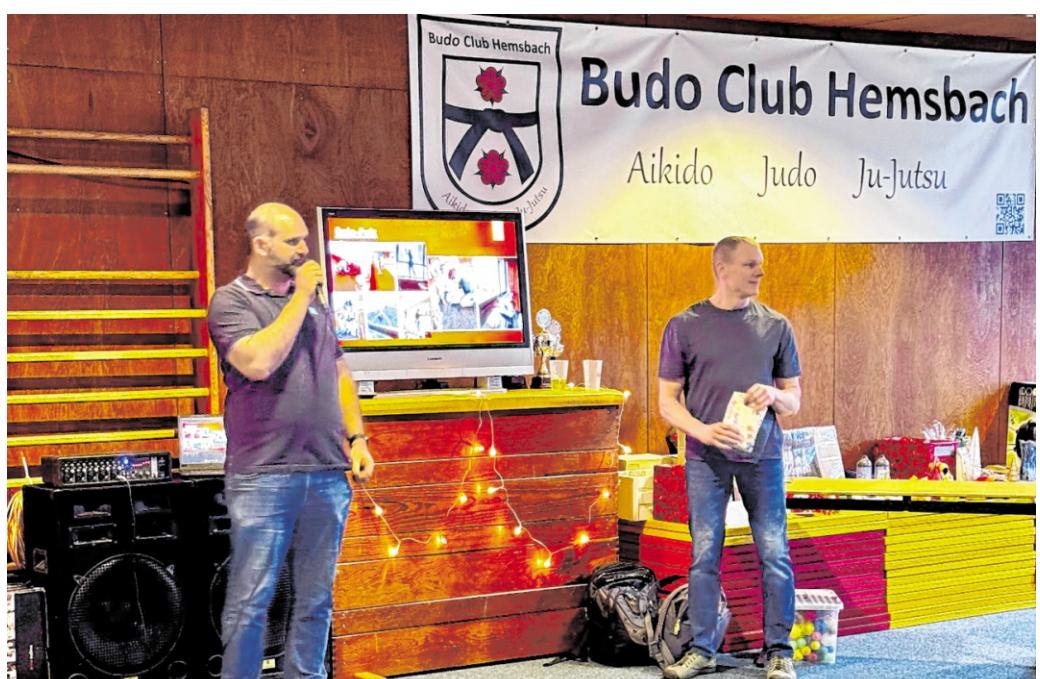
Touren statt, häufig mit Wartelisten und persönlichen Angebote. Pro Jahr werden inzwischen rund 35 bis 40 Touren durch den Kraichgau, die Rheinebene oder den Odenwald angeboten. Die Gruppengröße liegt bewusst bei maximal 15 Personen, um eine persönliche, hochwertige Wissensvermittlung zu ermöglichen. 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.

Früh gebucht – früh begeistert

Ein besonderes Novum in diesem Jahr: Die ersten Buchungen 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.

i Interessierte finden alle Details unter www.deinefreizeit.com/radtouren/radguide-ausbildung-2026. Anmeldeschluss ist der 16. Januar 2026.



Abteilungsleiter, Michael Matt (links), und stellvertretender Vorsitzender, Robert Heberlein (rechts), hießen alle Gäste willkommen.

BILD: ROBERT HEBERLEIN

Judo-Kindergruppe begeistert mit Vorführung

BC HEMSBACH: Top-Athleten bei Weihnachtsfeier geehrt.

Hemsbach. Kürzlich feierte der Budo Club Hemsbach e.V. seine alljährliche Weihnachtsfeier. Um kurz nach 15 Uhr begann das Fest mit der Eröffnung des Weihnachtsbuffets, das durch Spenden von Eltern und Mitgliedern zusammengetragen und vom Verein mit Kaffee, Säften und Kinderpunsch ergänzt wurde.

Nach ein paar Begrüßungsworten von BCH-Judo-Abteilungsleiter Michael Matt an die anwesenden Eltern, Trainer sowie Vorstandsmitglieder ging es mit einer Vorführung der Judo-Kindergruppe unter Leitung von Maraike Schädler weiter.

Anschließend wurde die mittlerweile schon berühmte

BCH-Weihnachtstombola eröffnet. Das Orga-Team um Svenja Kaiser und Corinna Riedel hatte dicht gefolgt von ihren Vereinskolleginnen Lorena Augustin auf Platz zwei und Feo Schönfelder auf dem dritten Rang. Für Tombola mit attraktiven Gewinnen stattfinden konnte. Selbst die Nichten erhielten einen kleinen Trostpreis.

Bis zum Ausklang der Feier ließen die Erwachsenen das vergangene Jahr entspannt Revue passieren, während die Kinder sich noch auf der Matte ausprobieren konnten. Die Weihnachtsfeier des Budo Clubs Hemsbach e.V. bot damit einen gelungenen Jahresabschluss für Mitglieder, Familien und das gesamte Team.

red

TAGESANGEBOT VON MO. 22.12. - BIS MI. 24.12.2025

Schinken wie gewachsen 1 kg ANGEBOT 3,69	Schweinezunge 1 kg ANGEBOT 3,99	Hinterhaxe vom Schwein 1 kg ANGEBOT 3,29
Rinderbraten aus dem Bug 1 kg ANGEBOT 13,49	Rinderbeinscheiben 1 kg ANGEBOT 8,49	Putenoberkeule ohne Haut und Knochen frisch, 1 kg ANGEBOT 7,69
Geflügel - Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung Lachsforellen frisch 1 kg ANGEBOT 7,99	Stör, 1 kg ANGEBOT 10,99	Amurkarpfen, frisch 1 kg ANGEBOT 5,99
Fisch - Fanggebiet: laut Auszeichnung Trauben versch. Sorten, 1 kg ANGEBOT 3,99	Kartoffeln rot, 5 kg, 1 kg = 0,74 ANGEBOT 3,69	
Obst / Gemüse - Herkunft, Kl.: laut Auszeichnung		

Schaumwein aus Litauen, weiß, halbtrocken / weiß, mild 11,5% vol. 0,75 L Fl., 1 L = 7,99 5,99	„CHITO GVRITO“ Alasanskaya Dolina Weiss- oder Rotwein aus Georgien, lieblich je 0,75 L Fl., 1 L = 6,66 4,99	Armenischer Brandy „Mans“ 8 Jahre alt 40% vol. 0,5 L Fl., 1 L = 28,58 14,29
Bier „Pilsner Urquell“ 4,4% vol. 0,5 L Dose, 1 L = 2,58 zzgl. Pfand 0,25 1,29	Vodka „GREEN MARK traditional“, 40% vol. 1 L Fl. 12,69	Brühwurst „Doktorskaja“ feinzerkleinert mit Raucharama verfeinert, 600 g St., 1 kg = 6,49 3,89
Mazani Valley „White Caviar“ 100g 1,49	Gezuckerte Kondensmilch „Slavyanka“, wärmebehandelt 8 % Fett, 397 g Dose, 1 kg = 3,76 1,49	Teigtaschen mit Schweinefleisch- und Rindfleischfüllung „Masha and The Bear“ „Pelmeschi Maljutki“ 500 g Pack, 1 kg = 6,78 3,39
Pilsner Urquell „White Caviar“ 100g 1,49	Napoleony“ Zieheteiggebäck mit Cremefüllung (46%), tiefgefroren, 300 g Pack, 1 kg = 13,84 4,15	Teigtaschen „RETRO - Pelmeni“ 1000g“ mit Schweinefleisch- und Rindfleischfüllung, tiefgefroren, 1 kg Pack 5,45

MIX Markt

Frohe Weihnachten

Gültig von Mo. 22.12. bis Sa. 27.12.2025*

Buttermakrele-Stücke, kaltergeräuchert. Fanggebiet: Gefangen im Westlichen Pazifischen Ozean. 100 g 1 kg = 19,49 1,95	Ketakaviar 250 g Gl. 1 kg = 16,76 29,19	Keta-Lachskaviar „Bering“ 250 g Dose, 1 kg = 149,00 37,25
Ketakaviar 250 g Gl. 1 kg = 16,76 1,89	„IKROFF“ Störkaviar Premium Line 50 g Gl, 1 kg = 835,80 41,79	GANZE Kaninchen küchenfertig, tiefgefroren 1 kg 10,69
Surimstäbchen, Fischzubereitung aus Fischmuskeleiweiß 200 g Pack, 1 kg = 6,25 1,25		
„VICKI“ KRAPOVYE PALOCHKI 50 g Gl, 1 kg = 835,80 41,79		

* Preise inkl. MwSt., pfandpflichtige Artikel zzgl. Pfand. Abgabe nur in haushaltüblichen Mengen. Abbildungen ähnlich. Angebote gültig nur im angegebenen Zeitraum und in teilnehmenden Märkten. Solange Vorrat reicht. Irrtümer vorbehalten!

Kostenlose Kundenhotline: 0800 – 325 325 325 www.mixmarkt.eu

Mo - Fr 09:00 - 20:00
Sa 09:00 - 20:00
06204 6087238

Mix Markt 90 OHG
Mannheimer Str. 129
68519 Viernheim