

SKODA

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

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

EBERT.AUTOMOBILE
Ein Ebert. Ein Wort.

BAZ

BADISCHE ANZEIGEN-ZEITUNG
SINSHEIM – KRAICHGAU

AUSGABE 6725 WWW.BAZ-MEDIEN.DE 19./20. DEZEMBER 2025

AUTOVERWERTUNG NEUMANN GmbH & Co. KG

GUTSCHEIN FÜR PKW-ENTSORGUNG*

* Bei Anlieferung des kompletten Pkws erhalten Sie bei Vorlage der Anzeige 150,- Euro Aktion gültig bis 31.12.2025

Frohe Weihnachten

Ihr zertifizierter Partner in der PKW + LKW Entsorgung
Ziegelstr. 9-11 • 75050 Gemmingen • Tel. (07267) 1819 • Fax: (07267) 911132
E-Mail: info@autoverwertung-gemmingen.de
WWW.AUTOVERWERTUNG-GEMMINGEN.DE

SINSHEIM – EPPINGEN – ANGELBACHTAL – MECKESHEIM



IN EIGENER SACHE

Nächste BAZ

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

INHALT

Freizeittipps	2
Lokales	3-14
Weihnachtsgrüße	8-11

DIGITAL LESEN

Alle Ausgaben der BAZ gibt es unter
www.baz-mediens.de/?p=E-Paper



AUSVERKAUF AUSVERKAUF

30-50% Rabatt

Presenta-Spielzeugmarkt
Gutenbergstr. 5 • Sinsheim • 07261-4330

50 Jahre Kosmetik Kimberger

Sie haben noch keine Geschenkidee?
Wir sind auch am 23.12.2025 für Sie da!

Geschäftszeiten:
Di., Mi. + Fr. 8.30 – 18 Uhr · Sa. 8.30 – 13 Uhr
Zwingergasse 10 · 74889 Sinsheim · 072614391

Spatziergang mit Geschmack

„WINTERGLÜHEN“ IN ANGELBACHTAL: Dieses Mal an zwei Tagen, 17. und 18. Januar.

Angelbachtal. Auch in diesem Jahr laden die Angelbachtaler Winzer Weingut Gmelin, Weingut Nägele und Winzer von Baden sowie Bender Edelbrände und Mooes 10FT Burger wieder zum inzwischen traditionellen Winterglühen ein.

In diesem Jahr erstmals schon an zwei Tagen: Samstag, 17. Januar von 17 bis 22 Uhr und sonntags, 18. Januar von 11 bis 17 Uhr. Bei einem Winter-spaziergang durch Angelbachtal auf einer rund drei Kilometer langen, gut begehbarer Wegstrecke dürfen Besucher und Einheimische schöne, gemütli-



Bei leckeren Speisen und Getränken können sich die Wanderfreunde beim Winterglühen durch Angelbachtal aufwärmen.

BILD: URSULA GROSS

che Stunden in der kalten Jahreszeit genießen. Heißer Winzerglühwein und weitere edle Tropfen aus den Angelbachtaler Weinbergen sowie Gin und Liköre, Handmade in Angelbachtal, wärmen Gaumen und Kehle. Die leckeren Burger in unterschiedlichen Ausführungen von Mooes 10FT Burger sorgen für das leibliche Wohl. In der Mittagspause oder als krönender Abschluss kann man sich dann noch beim „Geißepeter“ aufwärmen.

ug

i Nähere Infos und Details in der BAZ-Sonderveröffentlichung am Freitag, 16. Januar.

Schweizer Zeitung
Hockheimer Tageszeitung

MANNHEIMER MORGEN

Adventskalender

Mitmachen und tolle Preise gewinnen!

mannheimer-morgen.de/adventskalender

GOLDANKAUF

Wir kaufen zu hohen Preisen an:



Goldschmuck



Bruch- & Altgold



Zahngold



Münzen & Barren



Altsilber



> Rolex®
> Patek Philippe
> Audemars Piguet®
> OMEGA® uvm.

Luxus- & Golduhren



Edelsteine



Luxustaschen



Silberbesteck



Zinn

So geht's:

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

Jetzt von hohen Kursen profitieren!



Die Goldwaage
Rohrbacher Str. 44
69115 Heidelberg

Google ★★★★

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

T 06221 – 360 77 00

www.goldwaage-heidelberg.de

die Goldwaage
EDELMETALLHANDEL

ZUSTELL-SERVICE

0621/ 3922347
www.azp24.de/
reklamation



NOTRUF

Polizei
110
Feuerwehr/Rettungsdienst
112
Einheitliche Behördenummer
115
Kinder- und Jugendtelefon
0800/ 111 0333
Kinderärztlicher Notdienst
Ortsvorwahl/19 292
Zahnärztlicher Notdienst
06221/ 254 4917
Kreiskrankenhaus Sinsheim
07261/ 66-0
Opfernotruf
01803/ 343 434
Telefonseelsorge
0800/111 0111
Suchthilfe
06252/ 700 590
Tierklinik
07261/ 135 95
Pflegestützpunkt
06221/ 522 2622
Wasserversorgung
07261/ 404 881
Baubetriebshof
07261/ 404 880
AVR Zentrale Auftragsannahme
07261/ 9310
Frauen in Not
08000/ 116 016

APOTHEKEN

Welche Apotheke hat an den Wochenenden und Feiertagen Notdienst?
Über die Telefonnummer **0800/ 00 22 833** kann jederzeit kostenlos die nächstgelegene Apotheke erfragt werden – Wegbeschreibung inklusive.

IHRE REDAKTION



Ursula Gross
Telefon: 07261/ 976 386
E-Mail:
ugross-redaktion@t-online.de



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

Dank an die Tante Henny

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

Brühl. Man kennt ihn in Brühl als lauten und polternden Kabarettisten. Doch Wolfgang Trepper kann auch anders.

Am Mittwoch, 11. Februar, wird er ab 19.30 Uhr in der Festhalle aus seinem eher ruhigen Buch „Nur mal eben Danke sagen“ lesen. Darin verrät er, was Tante Henny ihm über Mut, Vertrauen und das

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

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

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

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 zu-ständige BAZ-Redakteurin.

Ich freue mich auf Ihre Nachricht!

Nicole Holzhaeuser
nholzhaeuser@haas-publishing.de

Vier Stimmen, ein Klavier

NEUJAHRSKONZERT MIT SINSHARMONICS

Bad Rappenau. Vier talentierte mehrstimmige Sängerinnen und ein virtuoser Salonpianist – die Sinsharmonics begrüßen das neue Jahr mit einem festlichen Neujahrskonzert im Evangelischen Gemeindehaus Bad Rappenau. Am Sonntag, 18. Januar 2026, um 18 Uhr erwartet das Publikum ein musikalischer Abend der besonderen Art.

Das Ensemble präsentiert ein abwechslungsreiches Programm mit bekannten Pop-Highlights der letzten 50 Jahre, neu arrangiert und überraschend interpretiert. Raffinierte

Der Eintritt ist frei, Spenden zur Unterstützung der musikalischen Arbeit sind herzlich willkommen.

Weitere Informationen zum Ensemble sind unter www.sinsharmonics.webnode.page zu finden.

red



Vier ausdrucksstarke Sängerinnen, ein Salonpianist und Popmusik, die berührt. Bekannte Hits der letzten 50 Jahre erklingen in außergewöhnlichen Arrangements und schaffen eine stimmungsvolle Konzertatmosphäre.

BILD: SINSHARMONICS

Weihnachten früher und heute

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

Weinheim. Die ideale Ergänzung zum Weihnachtsmarktbesuch: Im Zauber der weihnachtlichen Altstadt entführt Weinheims Stadtführer Franz Piva an den Adventswochenenden im Rahmen einer weihnachtlichen Stadtführung seine Begleiter in eine längst vergangene Zeit.

Er berichtet anschaulich, wie die Menschen im Mittelalter Weihnachten in Weinheim und im Odenwald gefeiert haben.

Das Weinheimer Stadtführer-Urgestein hat sich eigentlich in diesem Jahr aus Altersgründen zurückgezogen und leitet nur noch wenige spezielle Führungen – sie sind daher jedes Mal eine besondere Rarität.

Entstehung der heutigen Bräuche

Franz Piva erzählt unter anderem, wie es zum ersten Adventskranz und zum Adventskalender kam, wie aus Buchsbaum, Haselbaum und Zuckerbaum der heutige Christbaum entstand, dass das Christkind



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

BILD: DANIEL SIELER

eine Erfindung Martin Luthers und Büchern hat er geforscht Nächten“. Auch alte Weihwur und wie Kurfürst Karl Theo- und berichtet von der Winter- nachtsbräuche und über Jahr- dor die Weihnachtslotterie er- sonnenwende sowie den ge- hunderte erhaltene Wein- entstand, dass das Christkind fand. In vielen alten Schriften heimnisvollen „Zwölf Heiligen heimlicher 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 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

Verschmuste Hündin sucht Familie

Sinsheim. Susi ist eine am 26. August 2023 geborene, kastrierte Mischlingshündin mit einer Größe von etwa 40 Zentimetern und einem Gewicht von rund 12 Kilogramm. Die junge Hündin zeigt einen sehr angenehmen Charakter und lernt außergewöhnlich schnell.

Beim ersten Gassigehen war sie noch etwas unsicher, doch inzwischen wird sie von Spaziergang zu Spazier-



gang selbstbewusster. Susi liebt es zu kuscheln, versteht sich gut mit anderen Hunden und gilt insgesamt als sehr pflegeleicht – damit ist sie auch für Hundeanfänger bestens geeignet. Ein persönliches Kennenlernen ist zu den Öffnungszeiten des Tierheims möglich. red/BILD: TS

Öffnungszeiten des Tierheims:
Dienstag und Donnerstag von 15 bis 17 Uhr und Samstag von 14 bis 16 Uhr.



„Besonnenheit, Zusammenhalt und ein klarer Blick nach vorne“

Der Tischkalender zeigt jeden Monat die Vielfalt der Region und eignet sich ideal als Andenken an einen Aufenthalt oder als Inspiration für kommende Ausflüge.

BILD: STADT SINSHEIM

Sinsheim im Blick

TISCHKALENDER

Sinsheim. Die Tourist-Info Sinsheim präsentiert ihren neuen Tischkalender für 2026 mit stimmungsvollen Aufnahmen aus der Sinsheimer Erlebnisregion. Die Motive laden dazu ein, Sinsheim und die umliegenden Kooperationsgemeinden aus einer neuen Perspektive kennenzulernen - mit bekannten Sehenswürdigkeiten, historischen Ortskernen und besonderen Blickpunkten, die Lust auf einen Besuch machen. „Hinter jedem Hügel ein neuer Ausblick.“ Dieser Gedanke zieht sich durch den gesamten Kalender und spiegelt die landschaftliche Vielfalt und den besonderen Reiz der Region wider.

Jeden Monat ein neuer Ausblick auf die Region

Der Tischkalender zeigt jeden Monat die Vielfalt der Region und eignet sich ideal als Andenken an einen Aufenthalt oder als Inspiration für kommende Ausflüge. Er ist damit ein attraktives Geschenk für Gäste ebenso wie für alle, die die Region schätzen und immer wieder neu entdecken möchten. Erhältlich ausschließlich in der Tourist-Info Sinsheim, Hauptstraße 92, 74889 Sinsheim. Öffnungszeiten Tourist-Info: Montag bis Freitag, 10 bis 17 Uhr, Samstag, 10 bis 13 Uhr. red

i Infos unter der Telefonnummer 07261/ 40 41 09 oder E-Mail tourismus@sinsheim.de.

GRUßWORT ZUM JAHRESWECHSEL: Sinsheims Oberbürgermeister Marco Siesing über Haushaltssorgen, aber auch Hoffnung.

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

die Weihnachtszeit und die ruhigen Tage bis zum Jahreswechsel schenken uns Momente des Innehalteins - um Rückschau zu halten, neue Perspektiven zu gewinnen und mit Zuversicht nach vorn zu schauen.

In bewegten Zeiten ist es nur natürlich, dass auch Zweifel ihren Raum finden. 2025 war ein bewegendes Jahr. Kommunal-, bundes- und weltpolitisch stehen wir weiterhin vor immensen Herausforderungen. Globale Entwicklungen und gesellschaftliche Veränderungen haben uns herausgefordert, manchmal vielleicht auch verwirrt.

Doch gerade aus solchen Zeiten lernen wir, wie wichtig Besonnenheit, Zusammenhalt und ein klarer Blick nach vorne sind. Lassen Sie uns dabei ganz im Sinne von Weihnachten mit Vorfreude auf das blicken, was kommt; nicht betrübt und hoffnungslos, sondern erwartungsvoll und voller Tatendrang. Zeigen wir Zuversicht und Mut, Durchhaltevermögen und ein gewissenes Vertrauen.

Im zurückliegenden Jahr haben wir wegweisende Projekte auf den Weg gebracht und Begegnungen zielstrebig vorangetrieben. Erwähnenswert möchte ich an dieser Stelle den Neubau unseres Feuerwehrgerätehauses, die Fertigstellung der Kraichgau-Realschule und den wichtigen Beschluss für die Nordanbindung, dem wichtigsten und zentralen Baustein zur verkehrlichen Entlastung der Innenstadt. Wir treiben die Digitalisierung der Verwaltung aktiv voran und sind in der gesamten öffentlichen Kommunikation digitaler und bürgernäher geworden. Gerne weise ich an dieser Stelle noch einmal auf

unsere Bürgerapp hin. Alle Infos hierzu finden Sie unter www.sinsheim.de/app.

Ich danke dem Gemeinderat für die vertraulose Zusammenarbeit und wünsche mir für die Zukunft, dass wir Diskussionen auch weiterhin mit der gebotenen Sachlichkeit und in gegenseitigem Respekt führen.

Was kommt im nächsten Jahr auf die Stadt Sinsheim zu? Unser Haushalt führt zentrale, bereits auf dem Weg gebrachte Projekte verlässlich weiter, setzt neue Akzente und behält zugleich die unsichere wirtschaftliche und politische Lage fest im Blick. Die Finanzlage der Kommunen bleibt angespannt. Vor diesem Hintergrund geben wir kein Geld aus, von dem wir nicht wissen, dass es dringend notwendig investiert werden muss.

Im Haushalt 2026 sind nach der Beschlussfassung der Haushaltssatzung in der Gemeinderatssitzung vom 12. Dezember 2024 folgende Investitionsmaßnahmen vorgesehen:

Für die Investitionsmaßnahmen sind insgesamt Haushaltssmittel in Höhe von 32,7 Millionen Euro bereitgestellt.

Die Einzahlungen aus Investitionstätigkeiten (unter anderem Landes-/Bundeszuweisungen, Veräußerungserlöse aus Grundstücks- und Gebäudeveräußerungen) sind in Höhe von 16,0 Millionen € veranschlagt.

Zur teilweisen Finanzierung des investiven Bereichs des Finanzhaushalts ist eine Kreditaufnahme in Höhe von 14,5 Millionen Euro notwendig.

Die Schwerpunkte dieser Investitionskosten liegen in folgenden Aufgabenbereichen:

■ Feuer-, Bevölkerungs-/ Katastrophenschutz 6.939.900 Euro

■ Schulen 3.243.800 Euro

■ Tageseinrichtungen für Kinder 97.800 Euro

■ Investitionskostenzuschüsse zur Förderung von konfessionellen Kindergärten 3.750.800 Euro

■ Stadt- und Ortssanierung 5.525.000 Euro

■ Ausbau Breitbandinfrastruktur 544.800 Euro

■ Straßen, Wege, Plätze, Brücken 2.501.000 Euro

■ Umstufung der Bundesstraße (B 39) zur Landesstraße (L533), Straßenausbau 2.925.000 Euro

■ Parkierungsanlagen 110.000 Euro

■ Spielplätze und Anlagen 450.000 Euro

■ Hochwasserschutz 560.000 Euro

■ Marktweisen 120.000 Euro



Sinsheims Oberbürgermeister Marco Siesing wünscht allen Lesern ein friedvolles Weihnachtsfest - mit Zeit zum Innehalten, zum Besinnen und zum Kraftschöpfen.

BILD: URSLA GROSS

- Städ. Bauhof 1.530.700 Euro
- Grundstücksverkehr 2.600.000 Euro, Erwerb von bebauten Grundstücken
- 500.000 Euro, Erwerb von unbebauten Grundstücken
- 2.100.000 Euro

Im Bereich der Stadtwerke haben wir folgende Investitionen vorgesehen:

- Wasserversorgung**
- Bewegliche Anlagegüter 610.000 Euro
- Neuordnung und Sicherung der Wasserversorgung 6.186.000 Euro
- Erneuerung und Erweiterung des Versorgungsnetzes 4.105.000 Euro

- Abwasserbeseitigung**
- Bewegliche Anlagegüter 175.000 Euro
- Kläranlagen (Kläranlagen und RÜB) 4.610.000 Euro
- Kanäle 6.715.000 Euro

Freibad

- Bewegliche Anlagegüter 35.000 Euro
- Neubau/Umgestaltung Beibebauanlagen 1.100.000 Euro

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger, wir haben auch weiterhin vieles zu bewältigen. Mit Engagement und Einsatzbereitschaft kann uns das gelingen.

Mittelfristig müssen die Kommunen von Aufgaben entlastet werden. Hier steht der Gesetzgeber in der Verantwortung - wie es auch unser Gemeindetagspräsident Steffen Jäger in seinem offenen Brief im September, den ich ausdrücklich unterstütze, eindrucksvoll hervorgehoben hat. Untrennbar damit verbunden ist die Fortwendung nach einem konsequenten Abbau von Bürokratie.

Sinsheim ist ein starker Wirtschaftsstandort, das wollen wir weiter ausbauen. Unsere Kom-

mune ist zugleich ländlich berauschaudlich und städtisch betriebsam - das zeichnet uns aus, stellt uns mitunter vor ganz eigene Herausforderungen und bietet dabei eine Menge Potenzial. Wenn wir einander zuhören, miteinander statt gegeneinander arbeiten und uns mit Verständnis und Offenheit begegnen, können wir gemeinsam Großes bewegen und unsere Stadt zukunftsweisend gestalten.

Ich möchte hier - zugleich im Namen des Gemeinderats und der Verwaltung - meinen herzlichen Dank an all jene richten, die sich im Laufe des Jahres mit großem Engagement für unsere Stadt und ihre Bürgerinnen und Bürger eingesetzt haben. Besonders würdig möchte ich die vielen Ehrenamtlichen in Vereinen sowie im kirchlichen und sozialen Bereich, die in ihrer Freizeit unverzichtbare Beiträge zum Gemeinwohl leisten. Sie alle sorgen dafür, dass Sinsheim eine lebendige, lebens- und liebenswerte Stadt ist und bleibt.

Ich wünsche Ihnen allen von Herzen ein friedvolles Weihnachtsfest - mit Zeit zum Innehalten, zum Besinnen und zum Kraftschöpfen. Kommen Sie gut und freudig ins neue Jahr, und mögen Gesundheit und Erfolg Sie durch 2026 begleiten. red

Herzlichst,
Marco Siesing
Oberbürgermeister,
mit den Ortsvorstehern Matthias Höver, Adersbach, Alexander Speer, Dühren, Frank Winterle, Ehrtädt, Peter Trost, Eschelbach, Holger Söhner, Hasselbach, Martin Gund, Hilsbach, Marc Heinlein, Hoffenheim, Patrick Bräuning, Reihen, Andreas Münkel, Rohrbach, Rüdiger Pyck, Steinsfurt, Timo Müller, Waldangeloch, Manfred Wiedl, Weiler

Tradition im Takt

MUSIK ALS ERINNERUNG: Die zeitlose Bedeutung klassischer Weihnachtslieder.

Sinsheim/Eppingen. 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 frühester Kindheit und sind fest in der eigenen Erinnerung verankert. Ein einziges Lied kann ganze Bilder hervorrufen: die funkelnenden 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.

Gemeinsames Singen verbindet Generationen

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.

Musikalischer Zauber für Herz und Seele

So entsteht ein musikalisches Mosaik, das jedes Jahr aufs Neue die besondere Atmosphäre des Festes formt. Weihnachtslieder schaffen Momente der Nähe, des Innehalteins 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. red



Weihnachtslieder verbinden Generationen, wecken Erinnerungen und schaffen Jahr für Jahr den besonderen Zauber der Advents- und Festtage.

BILD: PIXABAY.COM



Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie besinnliche Weihnachtsfeiertage und einen erfolgreichen Start in ein glückliches und gesundes neues Jahr.

Für die vertraulose und gute Zusammenarbeit im Jahr 2025 bedanken wir uns recht herzlich. Als Ihre verlässliche Finanzpartnerin sind wir auch 2026 gerne für Sie da!

Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Sparkasse Kraichgau



Sparkasse
Kraichgau

Hier im Kraichgau. Da für die Menschen.

Zwischen Mammuts und dem Grund des Meeres

STADTMUSEUM SINSHEIM: Rundgang durch die Fossiliensammlung mit der Stiftung Urmensch von Mauer.

Sinsheim. Kürzlich waren die Mineralogin Dr. Cornelia Süssieck und der Diplom-Geologe Dieter Schreiber von der Stiftung Urmensch von Mauer im Stadtmuseum Sinsheim. Zwei Stunden lang halfen die beiden dabei, die verschiedenen Fossilien und Gesteine im Bestand des Museums einzurunden.

Gesteine sowie Mineralien unter der Lupe

Cornelia Süssieck, die der Stiftung aus Mauer vorsteht, erklärte etwa die Herkunft und Entstehung verschiedener Gesteine und Mineralien wie Gipskristalle und Aragonit. Dieter Schreiber konzentrierte sich dagegen auf die Fossilien. Dutzende Innenskelette von tintenfischartigen Belemniten, ein ganzer Sack voll Brachiopoden und die allgegenwärtigen Ammoniten zeugen von einer Zeit, als der Kraichgau unter Wasser lag.

Ein faszinierender Unterschied

Bei den Brachiopoden handelt es sich um muschelähnliche Schalentiere, die es seit etwa einer halben Milliarde Jahre gibt und die wie die Muscheln das Artensterben vor 66 Millionen Jahren überlebt haben. Schreiber erklärte den Unterschied zwischen Muscheln und Brachiopoden (zu Deutsch: Armfüßer): Bei Letzteren liegt die Symmetriearchse nicht entlang der Spalte zwischen den beiden Durchmesser von bis zu einem



Fossiliensammlung mit Diplom-Geologe Dieter Schreiber von der Stiftung Urmensch von Mauer.

BILD: STADTMUSEUM SINSHEIM

Schalen, sondern geht im halben Meter ausgestellt, daneben finden sich aber auch Nau-90-Grad-Winkel mitten durch die Schalen hindurch. Anders als die Brachiopoden haben die Ammoniten mit ih- ren spiralförmigen Gehäusen nicht überlebt. Im Museum sind Exemplare mit einem Durchmesser von bis zu einem

nur zwei nahezu vollständigen Skeletten der urzeitlichen Kreatur dar.

Riesige Dickhäuter der Eiszeit

Viele Millionen Jahre später, als Europa beinahe die heutige Form hatte, lebten große, von dichtem Fell geschützte Dickhäuter an den Randzonen der großen Eisschilde. Zu ihnen gehörten die berühmtesten Vertreter der sogenannten Megafauna: die Mammuts. Überraschend war dagegen die Identifikation eines Knochens als Teil eines Wollhaarnashorns, das seit etwa 400.000 Jahren im Oberrheingebiet nachweisbar ist. Dieter Schreiber, der auch ehrenamtlicher Mitarbeiter des Naturkundemuseums Karlsruhe ist, befand sich hier ganz in seinem Element. Mühelos konnte er dem Museumspersonal den Unterschied zwischen Wollhaarmammut und Wald-elefant erläutern und zeigte auch, dass es sich bei dem Nasenhornknochen um den unteren Teil des rechten Oberarmknochens handelte.

Einblick in die vorzeitliche Tierwelt der Region

Die Fossilien im Stadtmuseum zeigen laut Schreiber den typischen Querschnitt der vorzeitlichen Tierwelt in der Region. Sie können montags bis sonntags im Stadtmuseum Sinsheim zu den üblichen Öffnungszeiten bestaunt werden.



Ein kurzer Blick in den Himmel genügt – und plötzlich formt sich aus Wolken ein Tannenbaum, an dessen Spitze sich ein geheimnisvolles Gesicht abzeichnet.

BILD: JUAN ZELKO

Ein Tannenbaum aus Wolken

BLICKWINKEL: Von Juan Zelko.

Reichartshausen. Manchmal reicht ein kurzer Blick in den Himmel, um ins Staunen zu geraten. Passend zur Weihnachtszeit formt sich über den Dächern aus Wolken ein Bild, das einen Tannenbaum erinnert – filigran, fast schwebend, wie aus Licht gemalt. Die Natur scheint für einen Moment den Pinsel selbst geführt zu haben.

Und wer genauer hinsieht, entdeckt mehr als nur Wolken: Am oberen Ende des „Baumgipfels“ zeichnet sich ein Gesicht ab, geheimnisvoll und flüchtig. Zufall oder Einbildung? Vielleicht beides. Gerade darin liegt der Reiz dieses Augenblicks – im Spiel zwischen Wahrnehmung und Fantasie. red

i Einfach ein Bild zusenden an die Redaktion: nholzhaeuser@haas-publishing.de

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 Cannabissdroge 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%!³ 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 machten damals nicht nur das erste Gel mit dem höchsten CBD-Gehalt pro Tube in deutschen Apotheken verfügbar, sondern stellten auch sicher, dass es unter strengen deutschen Pharmastandards mit neuester Technologie hergestellt wird.

AUS DER GESCHÄFTSWELT



Tamara Scheurer (aktionkinderschutz e.V.), Timo Krause, Cornelia Bruno (aktionkinderschutz e.V.) und Denise Reichert (Konrektorin Schönbornschule) (v. l.) bei der symbolischen Scheckübergabe an der Schönbornschule in Karlsdorf-Neuthard.

ANZEIGE

SPARKASSE KRAICHGAU-STIFTUNG UNTERSTÜTZT AKTION KINDERSCHUTZ

Mit Wissen und Mut gegen Missbrauch

Bruchsal/Sinsheim. Wenn Kinder lernen, wie sie sich selbst in Bruchsal, die Schönbornschule in Karlsdorf-Neuthard und die Carl-Orff-Schule in Sinsheim – verteilt. Ziel der Prävention. Genau hier setzt die Sparkasse Kraichgau-Stiftung nun mit einem neuen Projekt an: Mit einer Spende von mehr als 330 Exemplaren kinderfreundlicher Bücher und Lehrmaterialien rund um das Thema Prävention unterstützt sie gezielt die pädagogische Arbeit gegen Gewalt und Missbrauch an Kindern. Die Materialien wurden Ende November an drei Schulen in der Region

– die Konrad-Adenauer-Schule in Karlsdorf-Neuthard. Mit dieser Spende leisten wir einen wertvollen Beitrag zu einer besseren Prävention. Bücher und Lehrmaterialien ist unserer Region", sagte Timo Krause, Referent für gesellschaftliches Engagement der Sparkasse Kraichgau-Stiftung. „Es ist von größter Bedeutung, dass wir Kindern die Mut zu geben, ihre Rechte durchzusetzen. Insgesamt beträgt die Spendensumme knapp 4.800 Euro.

„Es ist von größter Bedeutung, dass wir Kindern die Mut zu geben, ihre Rechte durchzusetzen. Insgesamt beträgt die Spendensumme knapp 4.800 Euro.

Die Bücher und Materialien sollen als präventive Werkzeuge an die Hand geben, um sich selbst zu schützen und in schwierigen Situationen wie Gewalt und Missbrauch zu sensibilisieren und den Lehrkräften wertvolle Werkzeuge für eine offene und unterstützende Kommunikation mit den Schülerinnen und Schülern zu bieten.

Die Aktion Kinderschutz e.V. setzt sich seit Jahren intensiv für den Schutz von Kindern und Jugendlichen ein. Auf seiner Website www.aktionkinderschutz.de informiert der Verein über Präventionsarbeit und bietet Unterstützung für Schulen und pädagogische Einrichtungen. pr/ug

IN KÜRZE

Gottesdienst für die ganze Familie

Sinsheim. Die Kirche im Forum in Sinsheim lädt am Heiligabend, 24. Dezember, um 15.30 Uhr zu einem festlichen und zugleich modernen Gottesdienst ein. In stimmungsvoller Atmosphäre erwartet die Besucher ein vielseitig gestaltetes Programm für die ganze Familie. Ein Projektchor, ein berührendes Anspiel, neue und traditionelle Weihnachtslieder sowie ein Poetry-Slam lassen die Weihnachtsbotschaft auf kreative und unterschiedliche Weise lebendig werden. Im Mittelpunkt steht eine starke, hoffnungsvolle Botschaft, die Mut macht und Zuversicht schenkt. Das liebevoll und festlich hergerichtete Forum bietet Raum zum Innehalten, Mitfeiern und Begegnen. Der Gottesdienst versteht sich als offenes Angebot für alle Generationen – ein Heiligabend, der Gemeinschaft spürbar werden lässt und an ein großes Familientreffen erinnert. Weitere Informationen finden sich unter www.kirche-im-forum.de. red

Neue Liniennummern

Kreis. Seit dem Fahrplanwechsel am Sonntag, 14. Dezember, haben die S-Bahnen im Elsenz- und Schwarzbachtal ihre Liniennummern gewechselt. Die bisherige S 5 Heidelberg – Meckesheim – Eppingen wird zur S 7. Teilweise als Express verkehrende Züge von Eppingen nach Neckargemünd/Heidelberg sowie von Heidelberg/Neckargemünd Richtung Sinsheim – Bad Rappenau erhalten die Bezeichnung RE 7. Die bisherige S 51 Heidelberg – Meckesheim – Aglasterhausen wird zur eigenständigen S 8. Die Umbenennungen erfolgen aufgrund neuer Linienführungen im Rheintal und zur Vermeidung von Verwechslungen mit gleichnamigen Linien in Städten wie Karlsruhe und Mainz. Abgesehen von den Nummern ändert sich im Elsenz- und Schwarzbachtal nichts. Einzige Ausnahme: Die beiden bisherigen Durchbindungen gegen 17 Uhr von/nach Mannheim entfallen. Reisende müssen hier künftig in Heidelberg Hbf umsteigen. Informationen: Verkehrsforum2000@gmx.de. red

 SALAMANDER

TOTALE LAGERRÄUMUNG

PREISKNALLER ENTDECKEN & SPAREN



ALLES MUSS RAUS!

BIS ZU

50%

RABATT

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

80 JAHRE

XXXLutz

MEGATAGE

25%

KF125A003

XXL Taschen Aktion

AUFLISTE ALLE GESCHENKT

Gardinen
 Leuchten
 Heimtextilien
 Teppiche

Baby-Exklusivmarken
 Haushaltswaren & Accessoires

EXKLUSIV FÜR FREUNDNSCHAFTSKARTEN-INHABERINNEN UND -INHABER

XXXLutz GUTSCHEIN

250€

BEI KAUF AB 1.000 €

2) + S

XXXLutz GUTSCHEIN

500€

BEI KAUF AB 2.000 €

2) + S

XXXLutz GUTSCHEIN

1.000€

BEI KAUF AB 4.000 €

2) + S

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



Verkaufsoffene Sonntage,
Sonderöffnungszeiten
& weitere Aktionstage
in Ihrer Nähe

Für Druckfehler keine Haftung.
Die XXXLutz Möbelhäuser
Filialen der BDSK Handels GmbH & Co. KG,
Mannheimer Straße 59
97089 Würzburg. Nähere Bedingungen:
siehe XXXLutz Streifen 2.
ILDE52-5-f

Mein Möbelhaus.
Mein xxxlutz.de

XXXLutz



Der Startschuss für die Wasserballer aus Gemmingen für die kommende Spielrunde fällt am Samstag, 10. Januar, um 20.20 Uhr.

BILDER (2): SÖNKE BRENNER



Ein richtungsweisender Auftakt für die Kraichgau-Wasserballer.

WIEDERAUFTIEG IM VISIER: Wasserfreunde Gemmingen starten doppelt in die neue Saison.

Sönke Brenner

Gemmingen. Nach einer schwierigen vergangenen Spielzeit schlagen die Wasserfreunde Gemmingen in diesem Winter es, parallel in der Bezirksliga Gemmingen in diesem Winter ein neues Kapitel auf. Am Samstag, 10. Januar, um 20.20 Uhr, fällt im Ludwigsburger Campusbad der Startschuss für die Saison in der Bezirksliga Mittlerer Neckar. Gegner zum Auftakt: die Oberligareserve des SV Bietigheim II.

Für die Kraichgau-Wasserballer markiert der Jahresbeginn gleich mehrere Neuausrichtungen. Nach dem Abstieg aus der Verbandsliga Baden-Württemberg wollen sie gleich zweigleisig angehen – mit der Herrenmannschaft in der Badenliga sowie zusätzlich außer Konkurrenz in der Bezirksliga. „In der Badenliga haben wir ein klares nicht konkurrenzfähig und ha-

Ziel: Wir wollen Meister werden und zurück in die Verbandsliga“, betont Spielertrainer Daniel Haag. Der breite Kader ermöglicht es, parallel in der Bezirksliga anzutreten und dort vor allem den jüngeren Spielern wertvolle Einsatzminuten zu verschaffen.

Erinnerung an eine Saison zum Vergessen

Die Ausgangslage könnte klarer kaum sein: Nur ein Sieg aus 16 Partien, dazu ein Torverhältnis von 142:397 – die zurückliegende Verbandsligasaison war für die WfG ein schmerzhafter Lehrgang. Immerhin gelang mit dem 10:8-Erfolg in Kirchheim/Teck zum Abschluss noch ein kleiner Lichtblick. Doch Haag bringt es nüchtern auf den Punkt: „Eigentlich waren wir an diesem Tag nicht konkurrenzfähig und ha-

ben fast alle Spiele deutlich verloren.“ In der neuen Spielklasse treffen die Gemminger auf viele alte Bekannte. Die SGW Leimen/Mannheim II, SGW Durlach/Ettlingen II und der SSV Freiburg II waren zuletzt ebenfalls Bestandteil der Verbandsliga. Die SSG Weil am Rhein und der SV Nikar Heidelberg erinnern die Gemminger ebenfalls an frühere Duelle – beide Teams kennen den Weg zwischen Verbands- und Bezirksliga nur zu gut. Außer Konkurrenz geht es in der Bezirksliga Mittlerer Neckar gegen die Reserveteams aus Bietigheim, Stuttgart, Heilbronn, Ludwigsburg und Zuffenhausen. Hier wollen die Wasserfreunde vor allem an Spielstärke gewinnen und den Nachwuchs behutsam an höhere Aufgaben heranführen. Das langfristige Ziel bleibt

klar: der Wiederaufstieg aus der Badenliga in die Verbandsliga.

Vorbereitung läuft auf Hochtouren

Seit Oktober wird wieder zweimal wöchentlich trainiert, ergänzt durch ein Trockentraining am Samstag. Ein Testspiel gegen die TSG Backnang im Dezember soll weiteren Feinschliff bringen. Der Kader ist gegenüber der letzten Spielzeit unverändert – ein Vorteil, denn die Abläufe sitzen, und die Mannschaft ist eingespielt. Besonders am Herzen liegt dem Verein der eigene Unterbau. Das Jugendtraining für acht- bis 15-Jährige sonntags im Hallenbad Eppingen ist gut besucht – neue Gesichter sind jederzeit willkommen. Darüber hinaus hat der Verein das Projekt „Ball-Kids“ gestartet: Ein wö-

chentliches Bewegungs- und Balltraining für Vor- und Grundschulkinder, das in der Kraichgauhalle auf spielerische Weise Technik, Koordination und Teamgeist fördert. Wenn es wärmer wird, zieht es die Mannschaft wieder ins Imrengut-Freibad, wo sämtliche Heimspiele ausgetragen werden. Vereinsvorsitzender Lars Friedel blickt der neuen Spielzeit optimistisch entgegen: „Wir hoffen auf viele packende Partien – zu Hause wie auswärts.“ Mit frischem Mut, klaren Zielen und großem Einsatzwillen wollen die Gemminger nun beweisen, dass der Weg aus dem Tief bereits eingeschlagen ist. Die erste Gelegenheit dafür wartet am 10. Januar im Campusbad – der Start in eine Saison, die für die Wasserfreunde richtungsweisend werden dürfte.

„Wir wollen Meister werden“

„Wir wollen Meister werden“

Sportschützen treffen den Geschmack

WEIHNACHTSMARKT REICHARTSHAUSEN

Reichartshausen.

Beim ersten zufrieden mit dem gelungenen Auftritt. Oberschützenmeister Jochen Groß und von seiner genussvollen Seite. Schützenmeister Dirk Schilling dankten den zahlreichen freien, herzhaften Maultaschen und Helles sowie Winzerglühwein und einen vielfältigen Getränkeangebot traf der Verein den Geschmack der zahlreichen Besucherinnen und Besucher.

Rund um den festlich geschmückten Stand herrschte reger Andrang. Viele Gäste nutzten die Gelegenheit, sich mit einer warmen Mahlzeit oder ei-

nen heißen Getränk zu stärken. Die Veranstaltungen, bei denen die vorweihnachtliche Atmosphäre zu genießen. Der Vereinsvorstand zeigte sich äu-



Mit Winzerbraten, Glühwein und viel Engagement war der Sportschützenverein ein Publikumsmagnet auf dem Reichartshausener Weihnachtsmarkt.

BILD: JUAN ZEKO

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 +

Erfolgsmodell auf zwei Rädern

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

Sinsheim/Kreis. Naturerlebnis, Gemeinschaft – und als Bonus: Bewegung. Im Frühjahr 2026 beginnt die nächste Ausbildungsrunde für die RadGuides Rhein-Neckar – und damit für alle, die 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 Regi-



Im Frühjahr 2026 startet die nächste Ausbildungsrunde.

BILD: LANDRATSAMT RHEIN-NECKAR-KREIS

on, eine gute Portion Neugier und Freude am Umgang mit Gruppen mitbringen. Fachliches Wissen zu Natur, Landschaft, Geschichte oder Kultur wird im Rahmen der umfangreichen Ausbildung vermittelt. Ergänzend begleiten erfahrene

Rad-Guides aus der ersten Ausbildungsrunde den neuen Jahrgang mit Exkursionen, Praxisübungen und persönlichen Tipps. „Die Gemeinschaft ist ein großer Pluspunkt unseres Projekts – wir lernen miteinander und voneinander“, betont Otto.

Rückblickend war das vergangene Jahr eines der erfolgreichsten seit dem Start: 2025 fanden mit 12 aktiven RadGuides insgesamt 29 öffentliche Touren statt, häufig mit Warteliste. Pro Jahr werden inzwischen rund 35 bis 40 Touren

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.

rnk

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

„Eiskaltes“ Ambiente, heiße Party

TV WAIBSTADT: Eisbärenfest in der Stadthalle. DJ Philipp heizt der Eishöhle erstmals ein.

Waibstadt. Bereits zum 27. Mal lädt sich das Eisbärenfest und läutet die Veranstaltungssaison im neuen Jahr ein. Am Samstag, 10. Januar 2026, verwandeln die Volleyballer des TV Waibstadt wieder die hiesige Stadthalle in

einen Winterwunderland, das Besucher aus nah und fern zum ausgelassenen Feiern anzieht.

Mit Liebe zum Detail gestaltet

Die Vorbereitungen und Bastelarbeiten der Volleyballer laufen

bereits auf Hochtouren, um ihren Gästen ein „eiskaltes“ Ambiente zu bieten – die kreativen Ballspieler schaffen es nun bereits seit 1999, die Location mit viel Liebe zum Detail in eine Eisbärenhöhle zu verwandeln. Dabei lassen sie sich wie jedes Jahr die eine oder andere Überraschung einfallen, um ihren Gästen etwas Neues zu bieten.

Musik, Bar und eisige Klassiker

Dieses Mal wird erstmals DJ Philipp auflegen und die Halle trotz des „eisigen“ Ambiente zum Kochen bringen. Wie in jedem Jahr werden Cocktails, kühle Getränke und das traditionelle Bärenblut an der legendären, über 20 Meter langen Bar

angeboten. Auch die Destille im Foyer darf selbstverständlich nicht fehlen. Zu der über 25-jährigen Tradition gehören seit jeher auch maßvolle Getränkepreise. Vor allem bei den alkoholfreien Getränken legen die Volleyballer viel Wert auf eine moderate Preisgestaltung. Von 20 bis 22 Uhr findet die Happy Hour mit vergünstigten Preisen statt.

Die Eishöhle öffnet ihre Pforte am Samstag, 10. Januar, um 20 Uhr. Eintrittskarten für acht Euro können ausschließlich an der Abendkasse erworben werden. Den besonders jung aussehenden Partygästen wird empfohlen, einen Ausweis mit sich zu führen, denn seit 27 Jahren gilt: Einlass ab 18 Jahren. red



Das 27. Eisbärenfest des TV Waibstadt steigt am Samstag, 10. Januar 2026, in der Stadthalle Waibstadt.

BILD: PRIVAT

Sabine Schirra
Mediaberaterin

BAZ

Ihre Ansprechpartnerin für: Sinsheim, Angelbachtal, Zuzenhausen, Kirchardt, Waibstadt, Eppingen, Neckarbischofsheim, Gemmingen, Sulzfeld, Ittlingen, Oberderdingen, Kürnbach, Zaisenhausen, Meckesheim

Kontakt:
Telefon: 07261 86276-10
s.schirra@haas-mediengruppe.de



„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.asp24.de

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



Bild: Pauls

Küchentesterinnen und -tester gesucht!

80 JAHRE

XXXLutz

NR.1
BEI KÜCHEN

KEINER liefert und montiert mehr Küchen als wir!

bis mindestens 27.12.2025

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

frei geplante Küchen zum

1/2
PREIS



Ausgenommen: siehe KT sowie in dieser Werbung angebotene Ware

Jetzt Termin sichern!

0800/800 9119 xxxlutz.de/termin



XXL AKTION

ZUSÄTZLICH
30%
AUF GEKENNZEICHNETE ABVERKAUFSARTIKEL

Für Druckfehler keine Haftung. Artikel im Online Shop immer zum Freundschaftskartenpreis – unabhängig jeglicher Rabattaktionen. Marktplatzverkäufer/Drittspieler sind von allen Aktionen ausgenommen. 1) Exklusiv für Freundschaftskarteninhaberinnen und -inhaber. Gültig bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Artikel, die in die Tasche passen, aus den Abteilungen Haushaltswaren & Accessoires, Gardinen, Leuchten, Teppiche, Heimtextilien sowie für die Baby-Exklusivmarken Jimmy Lee, My Baby Lou, Avelia und Patrizio. Ausgenommen: siehe S1. Keine weiteren Konditionen möglich. Gültig bis 27.12.2025. Einkaufstasche „XXXL Shopping Bag“ ca. 53 x 40 x 22 cm (83500010) für 1,- € erhältlich. 2) Gültig bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Artikel der Abteilungen Möbel, Küchen, Matratzen, Teppiche und Babyzimmer. Ausgenommen: siehe S1. Für Freundschaftskarteninhabende: Soweit anwendbar Kombination mit dem 35% Freundschaftskartenpreis möglich, darüber hinaus keine weiteren Konditionen möglich. Gutschein gilt nur in unseren Filialen. Pro Einkauf und Kunde nur ein Gutschein einlösbar. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 3) Gültig bei Neuaufräumen: Ausgenommen: Artikel in dieser Werbung, in der Ausstellung als „Bestpreis“, „Bester Preis“ gekennzeichnet. Preis-Leistungs-Verhältnis. Gültig bis 27.12.2025. 4) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 5) Gültig bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 6) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 7) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 8) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 9) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 10) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 11) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 12) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 13) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 14) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 15) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 16) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 17) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 18) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 19) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 20) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 21) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 22) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 23) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 24) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 25) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 26) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 27) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 28) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 29) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 30) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 31) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 32) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 33) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 34) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 35) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 36) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 37) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 38) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 39) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 40) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 41) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 42) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 43) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 44) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 45) Gültig bis 27.12.2025. Bei Neuaufräumen auf gekennzeichnete Abverkaufsartikel. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 27.12.2025. 46) Gültig bis



Volksbank Kraichgau Stiftung unterstützt regionale Projekte

150.000 Euro für die Region gespendet



Mit rund 150.000 Euro unterstützte die Volksbank Kraichgau Stiftung zahlreiche regionale Vereine und gemeinnützige Einrichtungen in 2025

Bild: ug-giersch



Bruchsal/Sinsheim/Wiesloch. Ideen lebendig machen und Einrichtungen zu einer gemeinsamen Spendenübergabe im Barockschor in Bruchsal. In feierlicher Atmosphäre würdigte die Volksbank Kraichgau Stiftung das Engagement und Ehrenamt in der Region. Nach der Eröffnung der Veranstaltung durch Stiftungsvorstand Dimitrios Meletoudis, folgte die Vorstellung der einzelnen Projekte und ein Umtrunk, der zum Austausch und Vernetzen anregte. Besonders war in diesem Jahr wieder die Vielfalt der einzelnen Projekte und Vorhaben:

riegen geförderten Vereine und Einrichtungen zu einer gemeinsamen Spendenübergabe im Barockschor in Bruchsal. In feierlicher Atmosphäre würdigte die Volksbank Kraichgau Stiftung das Engagement und Ehrenamt in der Region. Nach der Eröffnung der Veranstaltung durch Stiftungsvorstand Dimitrios Meletoudis, folgte die Vorstellung der einzelnen Projekte und ein Umtrunk, der zum Austausch und Vernetzen anregte. Besonders war in diesem Jahr wieder die Vielfalt der einzelnen Projekte und Vorhaben:

Vom Zirkusprojekt, einer Zirkusfreizeit und einer Kinderferienwoche, einem Literatur- und Lesefest, Förderheften und Büchern, über die Sanierung von Denkmälern und die Errichtung von Skulpturen, einem Song Writing Festival, bis hin zu einem Gerätewagen für den Sanitätsdienst sowie einem Trauerkoffer, hätten die Projekte und deren Initiatoren vielseitiger und individueller nicht sein können. Die Volksbank Kraichgau Stiftung legt jedes Jahr großen Wert auf die finanzielle Unterstützung der regionalen Vereine und Institutionen und leistet damit

gesellschaftliches Engagement in der Region. Neben der Förderung von Vereinen und gemeinnützigen Einrichtungen, initiiert die Stiftung auch eigene Projekte, wie beispielsweise im Rahmen der finanziellen Allgemeinbildung von Kindern und Jugendlichen sowie eigene Wettbewerbe zu aktuellen gesellschaftlichen Schwerpunktthemen mit dem Ziel, regionale Verantwortung zu übernehmen und Ehrenamt zu fördern. Alle Informationen zur Volksbank Kraichgau Stiftung sind unter stiftung.vb-kraichgau.de zu finden.

pr-ug-vb





Weihnachten für Barcs: Freundeskreis sammelte rund 700 Weihnachtspakete

Strahlende Kinderaugen in der ungarischen Partnerstadt



Alle Päckchen wurden von den Mitgliedern des Freundeskreises und den Auszubildenden der Stadt kontrolliert. Rund 700 Päckchen machten sich auf den Weg in die ungarische Partnerstadt. Alle Päckchen wurden von den Mitgliedern des Freundeskreises und den Auszubildenden der Stadt kontrolliert. Rund 700 Päckchen machen sich auf den Weg in die ungarische Partnerstadt.

Sinsheim. Bei der nun zum achten Mal stattfindenden Aktion „Weihnachten für Barcs“ sammelte der Freundeskreis Barcs bis Ende November rund 700 Geschenkkästen für die ungarischen Schüler der Sinsheimer Partnerstadt Barcs. Noch nie sind bei der Aktion Weihnachten für Barcs so viele Päckchen zusammengekommen.

Erfreulicherweise sind dem Spendenaufruf für die Weihnachtspakete neben Kindergärten und Schulen auch viele Einzelpersonen und Familien gefolgt. Neben den Sinsheimer Schulen beteiligte sich die Grundschule Ittlingen bereits zum dritten Mal.

Oberbürgermeister Marco Siesing bedankt sich bei allen Spendern und teilnehmenden Schulen für die liebevoll und ideenreich gestalteten Geschenkpakete.

Ein besonderer Dank gilt auch dem Freundeskreis Barcs für die Organisation und Durchführung dieser tollen Aktion. Bevor die Vorsitzenden des Freundeskreises Barcs die Weihnachtsumschüsse höchstpersönlich nach Barcs fuhren, wurde deren Inhalt nochmal gründlich kontrolliert und anschließend nach Geschlecht, Alter und den jeweiligen Schulen sortiert. Bei dieser umfangreichen und zeitaufwändigen Arbeit halfen neben den Mitgliedern des Freundeskreises auch Auszubildende der Sinsheimer Stadtverwaltung mit, an welche ebenfalls ein besonderer Dank geht.

Durch die hohe Anzahl an gespendeten Päckchen musste kurzfristig ein zweites Fahrzeug organisiert werden, damit auch alle Päckchen mit nach Barcs genommen werden konnten. Nachdem die Päckchen

am Mittwoch, 3. Dezember in den städtischen Fahrzeugen verstaut waren, machten sich die Mitglieder des Freundeskreises Barcs Frank Hochmuth, Michael Riedlberger und Martin Ziegler am Donnerstag, 4. Dezember auf die zwölfstündige Reise.

Unglücklicherweise kam es zu einem Fahrzeugschaden, so dass eine Weiterfahrt kurzfristig nicht mehr möglich war. Dank der freundlichen Verbundenheit und Zusammenarbeit zwischen den beiden Städten gelang es, schnelle Hilfe aus Barcs zu organisieren, sodass die Päckchen doch noch am selben Tag in den Schulen abgeladen werden und eine Übergabe an die Schüler von Barcs am Freitag, 5. Dezember erfolgen konnte.

Bei der feierlichen Übergabe dankten ihnen die Kinder und Jugendlichen dabei mit eigens einstudierten Lied- und Tanzbeiträgen und leuchtenden Augen bei der Geschenkübergabe.

Die Vorfreude auf die Überraschungen aus Sinsheim war in jeder Schule deutlich zu spüren, und das Lächeln in den Gesichtern der Kinder bestätigte, wie wichtig diese jährliche Aktion ist; von den knapp 1.000 Schülern der Stadt Barcs stammen mehr als die Hälfte aus ärmlichen Verhältnissen. Für viele dieser Kinder ist wahrscheinlich der Weihnachtsgruß aus Sinsheim auch in diesem Jahr das einzige Geschenk unter ihrem Weihnachtsbaum.

Erika Anderné Rösler, Bürgermeisterin von Barcs, bedankte sich herzlich für dieses Zeichen der städt-

tepartnerschaftlichen Verbundenheit und die große Unterstützung durch die Partnerstadt.

Das Jahresthema von Rotary lautet dieses Jahr Unite for Good. Und so passt es ideal, dass der Rotary Club Sinsheim den Freundeskreis Barcs mit einer Geldspende in Höhe von 1.000 Euro unterstützte und 20 Blutdruckmessgeräte im Wert von 800 Euro zur Verfügung stellte und vor Ort ausliefern ließ. Der Kiwanis-Club Sinsheim spendete dem Freundeskreis 500 Kinderwarnwesten. Die Sparkasse Kraichgau stellte Auffüllmaterial für die Päckchen wie zum Stifte, Spielsachen und ähnliches zur Verfügung.

Hierfür danken der Freundeskreis Barcs sowie die Stadtverwaltung Sinsheim dem Rotary Club Sinsheim, dem Kiwanis-Club und der Sparkasse Kraichgau sehr herzlich. Ein großer Dank gilt natürlich auch allen engagierten Bürgern und Helfern - denn ohne deren Mitwirken wäre die Aktion Weihnachten für Barcs nicht möglich.

ug-sts



Am 3. Dezember wurden die Päckchen in den städtischen Transporter verladen.

Ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes neues Jahr

www.dietzholzbau.de

seit über 230 Jahren



DIETZ
HOLZBAU

ZIMMEREI - BEDACHUNGEN

07266 1435
Industriestraße 1-3
74912 Kirchardt



Frohe Weihnachten
UND EIN GLÜCKLICHES
NEUES JAHR!

TINES OPTIKUM
seit 2001

Wir danken all unseren Kunden,
Freunden und Bekannten
für das Vertrauen.

Wir haben vom 24.12.2025
bis einschl. 06.01.2026 geschlossen.

Christiane Winkler -Augenoptikermeisterin und Team
Rosengasse 1 • 74889 Sinsheim • Tel: 07261 - 65 69 77 - 0 • www.tines-optikum.de

autostahl
Wiesenstr. 12 • 74889 Sinsheim-Reihen

Mo.-Fr. 8-17 Uhr, Sa. 8-12 Uhr
E-Mail: post@autostahl24.de
Tel. 0 72 61 / 6 19 36
www.autostahl24.de

KFZ-Reparaturen schnell und fair
seit über 50 Jahren

Pkw-Reparaturen
aller Fabrikate und Baujahre

- Inspektionen nach Hersellervorgabe
- Karosserie-, Schweiß- und Lackarbeiten
- Unfallinstandsetzung
- Smart Repair

Wir wünschen Frohe Weihnachten,
einen guten Start ins neue Jahr und 2026 stets gute Fahrt



Öffnungszeiten Weihnachten bis Jahreswechsel

Wochenmarkt auf dem Burgplatz

Sinsheim. Auf dem Burgplatz in Sinsheim bietet sich gleich zwei Mal in der Woche, immer mittwochs und samstags, jeweils von 7 bis 13 Uhr die Gelegenheit für einen Einkauf auf dem Wochenmarkt.

Die letzten frischen Waren vor dem Weihnachtsfest können noch am 24. Dezember erworben werden. An diesem Tag steht ein kleineres Warenangebot zur Verfügung. Am 27. Dezember findet kein Wochenmarkt statt. Am 31. Dezember bietet der Wochenmarkt ein reduziertes Angebot. Der Wochenmarkt am Samstag, 3. Januar findet regulär statt.

Das Sortiment ist breit gefächert. Von Obst und Gemüse über Teig- und Backwaren bis hin zu Wurst, Fleisch, Käse und mediterranen Spezialitäten bietet sich eine große Auswahl an Köstlichkeiten. Der Einkauf auf dem Wochenmarkt ist die ideale Gelegenheit, sich mit frischen und regionalen Waren zu versorgen. Alle Informationen zu Marktzeiten und Warenangebot gibt es online unter www.sinsheim.de/wochenmarkt.

ug-sts

Die letzten frischen Waren vor dem Weihnachtsfest können noch am 24. Dezember auf dem Wochenmarkt in Sinsheim erworben werden.

Bild: ug-sts



Am 1. Januar auf dem Eppinger Marktplatz

20. Neujahrsansprache des Oberbürgermeisters

Eppingen. Ein starkes neues Jahr beginnt mit einem Wir - Unter diesem Leitgedanken findet die traditionelle 20. Neujahrsansprache von Oberbürgermeister Klaus Holaschke am 1. Januar um 17 Uhr auf dem Marktplatz Eppingen statt. Kommunalpolitische Entwicklungen, zentrale Projekte und Perspektiven stehen in der Ansprache im Fokus. Sinnbildlich für den Leitspruch sorgen Eppinger Vereine für den passenden Veranstaltungsräumen: neben der Stadtkapelle Eppingen begleitet die Schützengesellschaft 1590 Eppingen mit Salutschüssen die Ansprache, die

neue Vorstandsschaft des Handels- und Gewerbevereins wird seine CityCard-Weihnachtsaktion auslösen und die Hexenzunft Eppingen sorgt für die Bewirtung. Die Stadtverwaltung Eppingen lädt die gesamte Bürgerschaft und alle Interessierten herzlich zu dieser öffentlichen Veranstaltung ein. ug

Die Neujahrsansprache des Oberbürgermeisters ist in Eppingen Tradition. Auch im kommenden Jahr blickt man am 1. Januar ab 17 Uhr auf dem Eppinger Marktplatz gemeinsam mit dem Stadtoberhaupt zurück.

Bild: ug-stev



Erholsame Weihnachten und einen guten Start ins Jahr 2026

Dentz
Heizungsbau Sanitär GmbH
Meisterfachbetrieb

Rathausstraße 2 · 74934 Reichartshausen
Tel. 0 62 62 / 40 03 · Fax 0 62 62 / 40 04
www.dentz-heizungsbau.de · info@dentz-heizungsbau.de

Frohe Weihnachten und ein gesundes neues Jahr.

Vielen Dank für Ihr Vertrauen.

ASB Seniorenhaus am Pfaffenbergl Eppingen
ASB Seniorenzentrum am Elzpark Mosbach
ASB Seniorenzentrum Kapplersgärten
Neckarbischofsheim
ASB Zentrum für Altenhilfe am Ilvesbach Sinsheim

Wir sind für Sie da!
Tel. 07131 97 39-0
www.asb-heilbronn.de

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund
Baden-Württemberg e.V.
Region Heilbronn-Franken

Ihre Schönheit ist unsere Leidenschaft

50 Jahre
Kosmetik Kimberger

Wir wünschen eine Frohe Weihnacht und einen guten Start ins neue Jahr

Kimberger Kosmetikinstitut
Geschäftszeiten: Di., Mi. + Fr. 8.30 Uhr - 18.00 Uhr
Sa., 8.30 - 13 Uhr, Montag und Donnerstag Ruhetag
Zwingergasse 10 | 74889 Sinsheim
Tel.: 07261-4391 | www.kimberger-kosmetik.de

RITTER
Reifen & Felgen

Frohes Fest!
Viel Glück und immer gute Fahrt im neuen Jahr.

Industriestr. 6
74933 Neidenstein
Telefon 0 72 63-40 07 80
Fax 0 72 63-40 07 81
www.Ritter-Reifen.de
RitterReifen@t-online.de

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.



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

Für Ihre Apotheke:
Kijimea
Reizdarm PRO
(PZN 15999676)



www.kijimea.de

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 kühlt, 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

Für Ihre Apotheke:
Restaxil Gel
(PZN 19649387)



www.restaxil.de



Restaxil®

