

Weilheimer Blättle

www.gewerbeverein-weilheim-teck.de

Auflage 12 000 · Kostenlose Verteilung in: Aichelberg, Bissingen, Hepsisau, Holzmaden, Nabern, Neidlingen, Ochsenwang, Ohmden, Weilheim a. d. Teck, Zell u. A. · Herausgeber: Gewerbeverein Weilheim-Teck. Druck: GO Druck Media, Kirchheim unter Teck · 55. Jahrgang

Mai 2024



**Zum Reigen herbei
im fröhlichen Mai!
Mit Blüten und Zweigen
bekrönt euch zum Reigen!
Im fröhlichen Mai,
zum Reigen herbei!
Zum Reigen herbei!
Mit Jubelgeschrei,
die Vögel sich schwingen,
sie rufen und singen
mit Jubelgeschrei
zum Reigen herbei!
Hoffmann von Fallersleben**

Liebe Leserinnen und Leser,



„Alles neu macht der Mai“, und auch in unserer Maiausgabe gibt es wieder einiges zu entdecken. In der Kürze liegt die Würze, deshalb gleich unsere Themen für Sie in der Übersicht:

- SV Sparkassenversicherung Grispino spendet an das Soziale Netz
- Schmerz und Hypnose – Version II
- Allerlei Mundart – Künstler aus der Region
- Mit Kindern ins Ferienabenteuer

- Welttag des Buches – Bücher überreicht von DAS BUCH
- Hits for kids: Das große Buch von Billy Backe, Murmeltiere, Sudoku
- Soziales Netz Raum Weilheim – Gemeinsam geht's besser!
- „Weingebiete – ihre Rebsorten – ihre Weine, Teil 3 „Rheinessen“
- Arzneipflanze des Jahres 2024 – Blutwurz
- Neuer Mountainbike-Trail im Weilheimer Stadtwald
- Die Alb – Wasser und Kalk
- Museum der Alltagskultur – Sonderausstellung „We are Family“
- Zwei neue Lernort-Bauernhöfe

- „Offene Gärten“ – Kleine Paradiese Besuchern öffnen
- Wildkräuter und Wildfrüchte aus der heimischen Natur
- Wenn Tiere reden könnten, Teil 2 – Regenwurm
- Wonnemonat Mai
- Namibia-Reisebericht, Teil 3 – von Solitaire bis Swakopmund
- Leseprobe – Königreich der Knochen von James Rollins
- Rezepte
- Freibad am Scholderplatz – Saisonstart 2024
- Kult-Ur Open-Air unter der Limburg
- Löwenzahngelee
- Kulturprogramm der Ziegelhütte, Teil I
- Seniorenforum-Radlergruppe – Fit durch Radeln
- Büsche und Bäume im Garten – der Flieder



Gemeinsam stark für die Zukunft.

Systemkompetenz von Buderus bedeutet weit mehr als effektive Wärmeerzeugung: Sie ist zukunftsweisende Heiz-, Klima- und Lüftungstechnik der neuesten Gerätegeneration. Erfahren Sie mehr unter buderus.de oder direkt bei unserem Partner Kanarya.

- persönliche Beratung vor Ort
 - zukunftsfähige Heizsystemlösungen
 - Wärmepumpen und Hybridsysteme
 - aktuelle Fördermöglichkeiten
- Unser Systempartner berät Sie gerne!



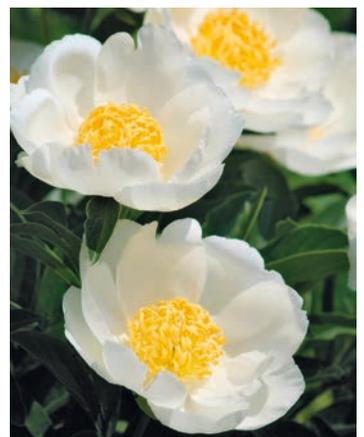
Ihr kompetenter Buderus Systempartner vor Ort:

Kanarya Wärme- und Energietechnik
 Obere Mühlstr. 24, 73235 Weilheim a. d. Teck
 Telefon: 07023 209388
info@kanarya.eu, www.kanarya.eu

Informatives Lesevergnügen wünscht Ihnen

Renate Kuck

Renate Kuck



Spendenübergabe von SV Sparkassenversicherung Generalagentur Grispino an Rosemarie Bühler vom Sozialen Netz Raum Weilheim

Am Freitag, 12. Januar 2024, fand in der Limburghalle in Weilheim ein außergewöhnliches Beer-Pong-Turnier statt, das von der SV Sparkassenversicherung Generalagentur Grispino organisiert wurde, um Unterstützung für die Senioren der Region zu generieren.



(Von links nach rechts: Francesco Magno, Joni Martins, Santana Marcak, Vincenzo Grispino, Jessica Huber und Rosemarie Bühler)

Die Initiatoren des Events, Anna Kleinbach und Isabelle Nowak, organisierten nicht nur die Werbepлакate und die Location, sondern wollten dadurch eine Plattform schaffen, die aufzeigt, wie junge Menschen mit einer „Sportart“ ihrer Generation der älteren Generation aus Weilheim helfen kann.

Das Turnier zog insgesamt 40 Teilnehmer in zweier Teams an und begeisterte zahlreiche Zuschauer mit seiner dynamischen Atmosphäre. Der Wettbewerb zielte auch darauf ab, junge Kunden für die Generalagentur zu gewinnen und gleichzeitig das soziale Miteinander in der Stadt zu stärken. Den Turniersieg sicherten sich das Duo Taake & Kontermann, die sich gegen starke Konkurrenz durchsetzen konnten.

Ein besonderer Höhepunkt des Abends war das kostenlose Angebot von Pizza und Musik, was die Stimmung unter den Teilnehmern und Gästen weiter anhub. Dank der Einnahmen aus dem Getränkeverkauf kann nun eine bedeutende Spende an das „Soziale Netzwerk Weilheim“ übergeben werden. Diese Organisation engagiert sich ehrenamtlich für Senioren in Weilheim und Umgebung und wird durch das gesammelte Geld in ihrer wichtigen Arbeit unterstützt.

Die Resonanz auf das Turnier war durchweg positiv. Viele Teilnehmer lobten die hervorragende Organisation sowie den sauberen und fairen Ablauf des Wettbewerbs.

Der Hausmeister der Limburghalle, Herr Polzer, lobte ausdrücklich, wie sauber und ordentlich in der Halle während der Veranstaltung und nach der Veranstaltung gefeiert und anschließend aufgeräumt worden ist – ein herzliches Dankeschön an Herrn Polzer an der Stelle.

Angesichts der großen Begeisterung und des Erfolgs der Veranstaltung plant das Versicherungsbüro bereits eine Fortset-

zung des Events, diesmal mit noch mehr Teilnehmern und hoffentlich ähnlichem Erfolg. Dieses Turnier zeigt einmal mehr, wie sportliche Events dazu beitragen können, Gemeinschaftssinn zu fördern und gleichzeitig soziale Projekte zu unterstützen. Weilheim beweist, dass Gemeinschaftsgeist und Unternehmergeist Hand in Hand gehen können.

Für weitere Informationen zum Event und zukünftigen Veranstaltungen können sich Interessierte gerne an die Organisatorinnen Anna Kleinbach und Isabelle Nowak wenden. Auf dem Foto fehlen die beiden, da sie zu der Zeit in der Berufsschule waren.

Kontakt: Anna Kleinbach & Isabelle Nowak
 E-Mail: anna.kleinbach@sparkassenversicherung.de
isabelle.nowak@sparkassenversicherung.de
 Telefon der SV Generalvertretung Grispino 070 23/28 11

Moderner Look




Für alle Anlässe – trendig und chic

- ✓ kostenloser Änderungsservice
- ✓ kompetente Beratung
- ✓ kostenlose Parkplätze direkt vor dem Haus

seit 1929

MÄNNLICH-MODISCH-MARKANT

KAUTTER KLEIDUNG

Weilheim-Teck
 Untere Grabenstraße 28
 Telefon 07023 2910
www.kautter-kleidung.de

Schmerz und Hypnose – Version II

Einleitung:

Die Daten über Schmerzprävalenz in Deutschland sind alarmierend: Etwa 20 Millionen Menschen leiden an chronischen oder wiederkehrenden Schmerzen, wobei Rücken-, Nacken- und Schulterschmerzen sowie Muskel- und Gelenkschmerzen zu den häufigsten Beschwerden gehören. Eine Studie aus dem Jahr 2008 ergab, dass im Durchschnitt pro Kopf und Jahr 52 standardisierte Einheiten Analgetika eingenommen wurden, wobei nicht einmal spezifische Schmerzmittel wie Migränearzneien berücksichtigt wurden. Diese hohe Rate an Analgetikakonsum, vor allem durch Selbstmedikation, kann langfristig zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen wie Magenproblemen, Gefäßproblemen und Nierenfunktionsstörungen führen.

Die Problematik von chronischen Schmerzen ist, dass es wichtig ist, diese von akutem Schmerz zu unterscheiden. Akuter Schmerz signalisiert in der Regel eine potenzielle Gewebeschädigung und erfüllt damit eine wichtige biologische Warnfunktion. Im Gegensatz dazu besteht chronischer Schmerz länger als sechs Monate oder tritt wiederholt auf, ohne dass eine klare Verbindung zur ursprünglichen Schädigung erkennbar ist. Rund sechs Millionen Menschen in Deutschland leiden an chronischen Schmerzen, von denen 500 000 bis 600 000 ein schwer therapierbares Schmerzsyndrom haben. Dies beeinträchtigt nicht nur die Lebensqualität der Betroffenen erheblich, sondern kann auch psychosoziale Folgen wie Vereinsamung und Depressionen haben, von denen nicht selten auch ihre Angehörigen betroffen sein können.

In der hypnotherapeutischen Praxis begegnen wir oft Menschen, die ausschließlich symptomorientiert behandelt wurden. Eine ganzheitliche Schmerztherapie erfordert allerdings mehr als nur die medikamentöse oder operative Bekämpfung des Schmerzes. So sind vor allem ursachenorientierte Ansätze, wie z. B. die psychotherapeutische Behandlung der emotionalen Ursachen, die zum Schmerz beitragen und ihn verstärken, oft unerlässlich für einen langfristigen Therapieerfolg.

Die Schmerzkontrolle gehört sogar zu den ältesten Einsatzgebieten der Hypnose. Im Zustand der hypnotischen Trance ist es möglich, die Schmerzempfindlichkeit stark herabzusetzen oder den Schmerz gar gänzlich auszuschalten. Lange vor Einführung von Chloroform und Äther (Mitte des 19. Jhs.) wurde die Hypnose zur Einleitung einer Analgesie angewandt. Schmerz ist durch psychologische Interventionen sehr gut beeinflussbar – so kann Hypnose z. B. die Art, wie ein Mensch Schmerzen wahrnimmt, deutlich verändern. Der hohe Stellenwert der Hypnose, respektive der Hypnosetherapie als klinische Technik zur Schmerzbehandlung, ist zudem gut dokumentiert.

Die moderne Hypnosetherapie kann Schmerzpatienten häufig einen überaus effektiven Zugang zur Kontrolle des Schmerzes bieten. So hat sich die hypnotherapeutische Praxis als wirksame Ergänzung zu konventionellen, schmerzlindernden Methoden erwiesen und bietet eine ganzheitliche Herangehensweise an die Therapie von Schmerzsyndromen. Durch die Anwendung von Hypnose können zudem nicht nur die Symptome des Schmerzes gelindert, sondern auch die zugrunde liegenden emotionalen Ursachen aufgedeckt und adressiert werden, was zu einer umfassenden und langfristigen und nachhaltigen Verbesserung des Wohlbefindens des Patienten führen kann.

In den letzten Jahren hat die Verwendung von Hypnose als alternative Methode zur Schmerzbehandlung zunehmend an Bedeutung gewonnen. Im Gegensatz zu herkömmlichen Ansätzen, die oft mit Nebenwirkungen und Abhängigkeiten verbunden sind, bietet die Hypnose eine nichtinvasive und natürliche Möglichkeit, mit Schmerzen umzugehen. Doch wie genau funktioniert das?

Hypnose ist ein Zustand tiefer Entspannung und erhöhter Konzentration, in dem das Unterbewusstsein besonders zugänglich ist. Während einer hypnotischen Sitzung wird der Patient durch suggestive Techniken unterstützt, in einen Trance-Zustand zu gelangen. Hier können dann negative Gedanken und Empfindungen neu interpretiert und idealerweise angepasst werden, um eine positive Veränderung im Organismus zu bewirken.

In Bezug auf die Schmerzbehandlung kann die Hypnose auf mehreren Ebenen wirken. Zum einen kann sie helfen, die Wahrnehmung von Schmerzen zu verändern. Indem der Fokus des Patienten neu ausgerichtet wird, kann die Intensität und Qualität des Schmerzes reduziert werden. Darüber hinaus kann Hypnose auch dazu beitragen, die physiologischen Reaktionen auf Schmerzen zu beeinflussen. Durch gezielte Interventionen können beispielsweise Entspannungsreaktionen wie die Freisetzung von Endorphinen verstärkt werden. Diese wirken als natürliche Schmerzmittel im Körper.

Was diese Methode besonders attraktiv macht, ist ihre Vielseitigkeit und Sicherheit. Hypnose kann als eigenständige Behandlungsmethode oder als Ergänzung zu anderen schmerzlindernden Techniken eingesetzt werden. Darüber hinaus sind die Risiken und Nebenwirkungen im Vergleich zu vielen pharmazeutischen Optionen minimal, was sie für eine breite Palette von Menschen zugänglich macht.

Ein typischer Behandlungsverlauf umfasst zumeist mehrere Sitzungen, in denen der Patient durch verschiedene Techniken geführt wird, um den Schmerz zu lindern und die individuellen Bewältigungsfähigkeiten zu verbessern. Diese Techniken können Visualisierungen, Entspannungsübungen, positive Affirmationen und evtl. auch das Erlernen von Selbsthypnose umfassen. So kann der Patient in die Lage versetzt werden, seine eigenen Schmerzen zu kontrollieren.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Rolle des Patienten. Es erfordert eine gewisse Offenheit und Bereitschaft, sich auf den Prozess einzulassen und den Anweisungen des Therapeuten zu folgen. Obwohl nicht jeder gleichermaßen empfänglich für Hypnose ist, haben viele Menschen positive Erfahrungen gemacht und konnten eine signifikante Verbesserung ihrer Schmerzsymptome erreichen.

Die Anwendung von Hypnose zur Schmerzbehandlung ist keineswegs neu, aber ihr Potenzial und ihre Wirksamkeit werden zunehmend anerkannt und erforscht. Eine wachsende Zahl von medizinischen Einrichtungen und Praktizierenden integrieren diese alternative Methode in ihre Behandlungspläne, um ihren Patienten eine ganzheitliche und wirkungsvolle Schmerztherapie anzubieten.

Anwendungsgebiete

In den letzten Jahren hat die Forschung gezeigt, dass Hypnose bei einer Vielzahl von Schmerzzuständen wirksam sein kann. Dazu gehören chronische Schmerzen wie Rückenschmerzen, Arthritis, Fibromyalgie und Kopfschmerzen sowie akute Schmerzen nach Operationen oder Verletzungen. Einige Studien haben sogar gezeigt, dass Hypnose die Notwendigkeit von Schmerzmedikamenten reduzieren kann, was besonders für Menschen wichtig ist, die anfällig für Nebenwirkungen oder Abhängigkeiten sind. Ein interessantes Phänomen ist auch die Fähigkeit der Hypnose, Schmerzen zu lindern, die mit psychischen Zuständen wie Angst, Stress oder Depression verbunden sind. Indem sie die zugrunde liegenden emotionalen Belastungen anspricht, kann die Hypnose nicht nur den Schmerz selbst reduzieren, sondern auch die psychische Gesundheit des Patienten verbessern.

Trotz dieser vielversprechenden Ergebnisse bleibt die Hypnose in der Schmerztherapie oft noch unterbewertet und wird von einigen als esoterische Praktik angesehen. Es ist jedoch wichtig zu betonen, dass Hypnose eine wissenschaftlich fundierte Me-

thode ist, die auf einem fundierten Verständnis der menschlichen Psyche und des Geistes basiert.

Wann ist es sinnvoll, den Schmerz durch Hypnose suggestiv auszublenden – und wann nicht? Um diese Frage zu beantworten, müssen wir zwei Hauptbehandlungsfelder der Schmerztherapie klar voneinander unterscheiden: Geht es um einen akuten Schmerz, den es zu verringern oder zu beseitigen gilt, ODER handelt es sich um eine chronische Schmerzerkrankung? Im Falle akuter Schmerzereignisse, also im Kontext von Operationen, akuten körperlichen Traumata oder Geburten, ist das Ausblenden von Schmerzen bedenkenlos möglich, sofern eine adäquate medizinische Versorgung gewährleistet ist. Hat der Schmerz eine wichtige Signalwirkung, wird ein komplettes Ausschalten des Schmerzes vom Körper meist nicht toleriert. Auch hier gilt, dass eine medizinische (Notfall-)Intervention von größter Wichtigkeit ist! Bei chronischen Schmerzerkrankungen, die auf eine normalerweise wirksame, konventionelle Behandlung nicht ansprechen, hat sich die Hypnose sehr bewährt:

- Schmerzreduktion
- Neuronale Entspannung
- Schmerzdissoziation
- Aktivierung von Selbstheilungspotenzialen
- Konfliktlösung und seelische Entlastung
- Bearbeitung von Schuldgefühlen und Selbstzweifeln
- Aufdeckung und Transformation von Sekundärgewinnen

Wie jede andere Methode ist auch die Hypnosetherapie kein Wundermittel. Eine Problemlösung oder Heilung kann und darf von keinem Therapeuten und für keine Problemstellung zugesichert werden, da der Behandlungserfolg von verschiedenen Faktoren abhängt. Hierzu gehören die Komplexität und Dauer des Bestehens der Problematik, die Bereitschaft des Klienten zum Verändern der Grundlagen des Problems sowie zur aktiven Mitarbeit. Dennoch zeigen Studien und Erfahrungsberichte, dass die Hypnosetherapie eine überaus effiziente und oft rasch wirksame Therapieform darstellt, die in vielen Fällen bedeutende Durchbrüche bewirken kann.

Insgesamt bietet die Hypnosetherapie eine ganzheitliche und effektive Möglichkeit, Schmerzen zu behandeln und das Wohlbefinden der Patienten zu fördern. Durch gezielte hypnotische Interventionen können nicht nur die Schmerzen selbst gelindert, sondern auch die zugrunde liegenden psychischen Ursachen bearbeitet werden.

Zeitaufwand und Kosten:

Die Anzahl der benötigten Hypnosesitzungen kann je nach individuellem Fall variieren und hängt von verschiedenen Faktoren ab, wie zum Beispiel der Art und Schwere des Problems, der Reaktionsfähigkeit des Klienten auf Hypnose und der Komplexität der zugrunde liegenden Ursachen. In einigen Fällen können bereits wenige Sitzungen ausreichen, um spürbare Verbesserungen zu erzielen, während andere Probleme eine längere Behandlung erfordern können. Es ist wichtig, dass der Therapeut und der Klient gemeinsam die optimale Behandlungsstrategie festlegen. Die Kosten für Hypnosesitzungen variieren ebenfalls stark und hängen von verschiedenen Faktoren ab, einschließlich des Standorts, der Erfahrung des Therapeuten und der Dauer der Sitzung. Im Allgemeinen kann eine einzelne Hypnosesitzung zwischen 80 € und 200 € kosten. Es ist ratsam, sich vor Beginn der Behandlung über die Kosten zu informieren und sich möglicherweise auch nach möglichen Versicherungsleistungen oder Erstattungsmöglichkeiten zu erkundigen.

Zusammenfassung

Die Hypnosetherapie hat sich als vielseitige und effektive Me-

thode zur Behandlung von Schmerzen erwiesen. Sie bietet eine reiche Vielfalt an Ansätzen, um Schmerzen zu reduzieren, die Schmerzwahrnehmung zu verändern und die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern. Von der Schmerzkontrolle über die Schmerzreduktion bis hin zur Bearbeitung psychischer Ursachen und der Aktivierung körpereigener Selbstheilungspotenziale bietet die Hypnose zahlreiche Möglichkeiten.

Die Anwendung der Hypnose bei Schmerzen ist jedoch nicht ohne Grenzen. Einige Krankheitsbilder können die Fähigkeit der Patienten beeinträchtigen, den Anweisungen des Therapeuten zu folgen oder sich in einen entspannten Zustand zu versetzen. Zudem kann Hypnose oft keine vollständige Schmerzfreiheit erreichen, sondern nur eine Linderung oder vorübergehende Befreiung von Schmerzen bewirken. Es ist wichtig, realistische Erwartungen zu haben und eine aktive Mitarbeit seitens des Patienten zu fördern.

Insgesamt bietet die Hypnosetherapie ein breites Spektrum an Möglichkeiten zur Schmerzbehandlung und kann bei einer Vielzahl von Schmerzerkrankungen eingesetzt werden. Durch gezielte Interventionen können nicht nur die Schmerzen selbst gelindert, sondern auch die zugrunde liegenden psychischen Ursachen bearbeitet und körpereigene Selbstheilungsprozesse aktiviert werden.

Studien:

Hier sind einige Studien zur Hypnose und Schmerztherapie:

1. Patterson, David R., und Mark P. Jensen. "Hypnosis and clinical pain." *Psychological bulletin* 129.4 (2003): 495.
2. Elkins, Gary, et al. "Pain and medical utilization of health care resources in patients with fibromyalgia after hypnosis: a 12-month follow-up study." *The Journal of Alternative and Complementary Medicine* 12.4 (2006): 389-394.
3. Montgomery, Guy H., et al. "Randomized controlled trial of a cognitive-behavioral therapy plus hypnosis intervention to control fatigue in patients undergoing radiotherapy for breast cancer." *Journal of Clinical Oncology* 32.6 (2014): 557-563.
4. Jensen, Mark P., et al. "Hypnotic analgesia for chronic pain in persons with disabilities: A case series." *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* 56.2 (2008): 156-169.
5. Milling, Leonard S., et al. "The effects of hypnosis on the induction of pain: The role of suggestions for relaxation, control, and spontaneous coping." *Journal of Behavioral Medicine* 25.3 (2002): 291-307.
6. Jensen, Mark P., et al. "New insights into the psychology of pain: Can emotional, cognitive, and interpersonal factors drive pain and promote health?." *Psychological Science in the Public Interest* 15.3 (2014): 1-12.
7. Lang, Elvira V., et al. "Adjunctive non-pharmacological analgesia for invasive medical procedures: a randomised trial." *The Lancet* 355.9214 (2000): 1486-1490.
8. Faymonville, Marie-Elisabeth, et al. "Hypnosis as adjunct therapy in conscious sedation for plastic surgery." *Regional anesthesia and pain medicine* 25.2 (2000): 171-178.
9. Schnur, Julie B., et al. "Hypnosis decreases presurgical distress in excisional breast biopsy patients." *Anesthesia & Analgesia* 106.2 (2008): 440-444.
10. Hammond, D. Corydon. "Review of the efficacy of clinical hypnosis with headaches and migraines." *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* 49.2 (2001): 163-198.
11. Montgomery, Guy H., et al. "The effectiveness of adjunctive hypnosis with surgical patients: A meta-analysis." *Anesthesia & Analgesia* 94.6 (2002): 1639-1645.
12. Elkins, Gary, et al. "Clinical hypnosis in the treatment of postmenopausal hot flashes: A randomized controlled trial." *Menopause* 19.8 (2012): 886-893.
13. Patterson, David R., et al. "Hypnosis delivered through im-

mersive virtual reality for burn pain: A clinical case series." International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis 66.1 (2018): 69-80.

- 14. Jensen, Mark P., et al. "Effects of self-hypnosis training and cognitive restructuring on daily pain intensity and catastrophizing in individuals with multiple sclerosis and chronic pain." International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis 56.2 (2008): 199-221.

- 15. Chaves, José Fernando Pereira, et al. "Hypnosis adjunctive therapy in the management of erectile dysfunction: A prospective, randomized controlled study." International Journal of Impotence Research 27.5 (2015): 179-183.

Claus Jahn Naturheilpraxis
<https://naturheilpraxis-jahn.de>

Allerlei Mundart – Künstler aus der Region: Petra Zwerenz

Biografie

Petra Zwerenz aus Reutlingen, geb. 1961, schreibt seit mehr als 40 Jahren Kurzprosa und Lyrik in schwäbischer Mundart. Ihre Bücher „Alb ond Älbler“, „A bissle onderwegs“, „Fascht wia drhoim“ und „Do henda kommt's blau“ sind beim Theiss- und beim Silberburg-Verlag erschienen, das Kinderbuch „An Fraind auf vier Pfoda“ im Selbstverlag (leider vergriffen).

Lesungen der Autorin

Die Autorin bietet Lesungen für verschiedenste Adressatengruppen an, unter anderem Büchereien, Vereine, kirchliche Gruppen oder Schulen, falls gewünscht aber auch private Feiern oder Jubiläen. Kontakt: petra.zwerenz@posteo.de

Ebbes mo ma emmer braucha ka

I sieh ebbes, was du et siehst. Ebbes, was ma praktisch emmer braucha ka. Ond des isch rot.

Genauer gsait isch's bloß halba rot, nämlich onda, ond des muaß au et überall so sei. Weil manche send au weiß onda oder schwarz ond ma hot au scho sodde gseah mo onda silbrich send. Dia aus Edelstahl send des.

Wega dem ka-n-e au et saga, dass des, was do rot ischt, ällaweil aus Plastik ischt, weil selbst do geits also scho de erste Variationa. Dregega oba sieht dui Sach scho wieder a bissle anderst aus, weil oba send noh doch no de meiste silbrich. Bis auf a paar oinzelne en Schwarz, mo-n-e jetzt manchsmol en de Läda au scho gfonda hann.

Aber etzt nemma mr, damit's et glei zua kompliziert wird, oifach amol dia, mo onda tatsächlich rot ond oba tatsächlich silbrich

send. Weil, dia mo onda rot send, send einglich meistens onda au aus Plastik. Descht ebbes, do ka ma sich dra heba, fürs Erste. Übrigens sogar em doppleda Senn: Des Rote aus Plastik isch nämlich dr Griff. Den nemmt ma en d'Hand also.

Aus dem Griff, wenn-e des jetzt amol so saga derf, kommet aber oba jetzt lauter Dräht raus. Et ganz so denn wia an Bluamad-raht velleicht, sondern scho a bissle dicker, aber Dräht send's oinaweg.

Dia Dräht machet an Boga ond ganget anschließend auf dr andra Seit wieder nei en da Griff. Also, aber et dass-e me jetzt falsch verstandet: Bewega dent se sich an für sich edda. Sondern wenn-e sag, se machet an Boga, noh moine do drmit, dass-e d'Form vomma Boga hent.

Wer will, derf's au a Hoornodelkurv hoißa.

Ond jetzt kommt's:

Am höchste Punkt, also en dr Kehre voddr Kurv, überkreuzet se sich älle, was en dr Praxis hoißt, dass oinzelne vo denne Dräht a Muggaseggale kürzer sei miaßet wia de andre, damit se sich do, mo se sich überkreuzet, et verheddra oder gar verkeila kenet. Desch sicher ganz genau ausgerechnet, en denne Fabrika, mo se gmacht werdet.

Des mit dem Muggaseggale, moine.

Ansonsta isch's so, au des wär no erwähnenswert, dass dia Dräht, mo do aus dem Griff rauskommet, sich überkreuzet ond auf dr andra Seit wieder neiganget, emmer a bissle frei schwinget ond gern so a bissle vor sich nohzittret, wenn ma dranakommt.

Ond des miaßet se au, wenn se ihr Funktion ordnungsgemäß erfüllla wellet.

Was jetzt einglich denne ihr Funktion sei, froget Se? Zu was des jetzt guat sei, wenn ma so a Gerät häb, so an Griff aus Plastik oder Metall, en Rot, Schwarz, Weiß oder Silbrich, mo oba so Dräht rauskommet, mo sich überkreuzet ond schwinget ond zittret gern so bissle vor sich noh?

Ha, zom Romrühra, en dr Küche, wenn ma grad am Kocha ischt. En ra Supp zom Beispiel. Dass koine Bolla geit.

Petra Zwerenz

Copyright Petra Zwerenz
 Frau Zwerenz hat uns fürs Blättle eine Auswahl ihrer Gedichte zur Veröffentlichung zur Verfügung gestellt. Es ist nicht erlaubt, diese ohne die Erlaubnis der Autorin zu verwenden.



Wir starten
NEU

... und bedanken uns für Ihre Geduld und Ihr Verständnis.

**KLEINBACH
 KÜCHENHAUS
 & SCHREINEREI**

Bissinger Straße 30 73235 Weilheim 07023 900 96-0 www.kleinbach.de

Mit den Kindern ins Ferienabenteuer

Spannende Natur- und Erlebniscamps für Familien

Zusammen Höhlen erforschen, Tierspuren verfolgen, Schätze suchen und die Geheimnisse der Natur entdecken: Zwischen Job, Schule und anderen Verpflichtungen bleibt Eltern und Kindern oft wenig Gelegenheit, um solche unvergesslichen gemeinsamen Erinnerungen zu schaffen. Umso schöner, wenn man dann die Chance in den Ferien nutzen kann. Diese Möglichkeit bieten beispielsweise die verschiedenen Erlebniscamps des World Wide Fund For Nature (WWF), bei deren buntem Programm für alle Kids etwas dabei ist. Dieses Jahr haben sich die Organisatoren etwas Besonderes fürs Programm überlegt. So gibt es vier Familiencamps, in denen Mama, Papa, Oma, Opa, Tante oder Onkel die Ferienerlebnisse mit ihren Kindern teilen können.



Wenn Eltern und Kinder gemeinsam die Natur neu entdecken, stärkt das auch die Familienbande.

Foto: djd/WWF Deutschland/Ronja Bachofer

Auf Expedition mit Mama und Papa

Dabei ist den großen und kleinen Teilnehmern eine aufregende Zeit in der Natur sicher: Im Fläming in Brandenburg wandeln 7- bis 13-Jährige mit ihrer Familie auf den Pfaden der Waldtiere und lernen, wie man Feuer macht, einen Unterschlupf im Wald baut oder Pfeil und Bogen schnitzt. Im Schlaubetal geht es bei Moorexpeditionen auf die Suche nach Deutschlands einziger wildlebenden fleischfressenden Pflanze oder bei einer Nachtwanderung zu den Verstecken der Fledermäuse. Wer gerne werkelt und bastelt, kann im Familiencamp in Thüringen mit Holz und Lehm kreativ werden und den Umgang mit verschiedenen Werkzeugen üben. Entspannung gibt es beim anschließenden Ausflug ins Waldfreibad. Infos und Anmeldeöglichkeiten finden sich unter www.wwf-junior.de/camps. Und auch für die Wanderbegeisterten ist etwas dabei: Im Familiencamp auf der Schwäbischen Alb geht es hoch hinauf und tief bergab. Hier warten Kinder und Eltern gemeinsam durch unterirdische Bäche und erkunden wilde Wasserhöhlen und Wasserfälle. Außerdem wartet eine Schatzsuche auf der Burg Hohenurach.

Familienbande und Zusammengehörigkeit stärken

Solche Unternehmungen und Abenteuer miteinander zu teilen, macht nicht nur Spaß, sondern stärkt auch die Familienbande und das Zusammengehörigkeitsgefühl. Das meint auch Programmleiterin Nicole Barth: „Man findet Zeit füreinander, die der Alltag selten lässt.“ Gerade in einer Welt, die oft von Hektik und digitaler Ablenkung geprägt ist, bringt die Natur die Menschen einander wieder näher. Ganz nebenbei schließt man etwa am Lagerfeuer, beim Herumtoben oder anderen Camp-Aktivitäten viele neue Freundschaften. Schöner können Ferien eigentlich kaum sein. djd

Welttag des Buches – Ich schenk dir eine Geschichte



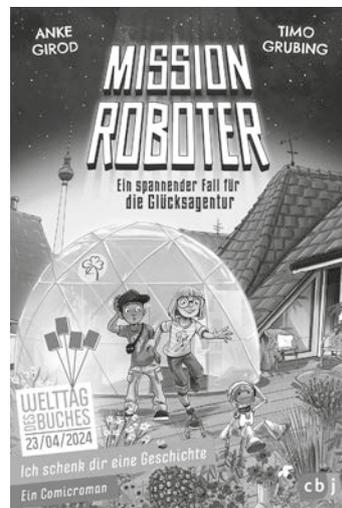
Schüler und Schülerinnen der Klasse 4 aus Weilheim und Neidlingen freuten sich schon seit Wochen auf ihre Exemplare, die im BUCH bei Yvonne Peter für sie bereitgestellt wurden.

Am 23. April 2024 war es endlich wieder so weit: Deutschlandweit feierten Buchhandlungen, Verlage, Bibliotheken, Schulen und Lesebegeisterte am UNESCO-Welttag des Buches ein großes Lesefest.

Die Buch-Gutschein-Aktion ist eine deutschlandweite Kampagne zur Leseförderung.

Bereits zum 27. Mal haben Buchhandlungen rund um diesen Tag das Welttagsbuch „Ich schenk dir eine Geschichte“ an eine Million Schüler/-innen verschenkt.

DAS BUCH Yvonne Peter in Weilheim beteiligt sich seit Beginn an der Aktion. Frau Peter freut sich jedes Mal über die glücklichen Kindergesichter, wenn sie ihnen persönlich das Welttagsbuch überreicht.



In diesem Jahr war es ein Comicroman von Anke Girod und Timo Grubing, erschienen bei cbj, mit dem Titel: Mission Roboter – Ein spannender Fall für die Glücksagentur.

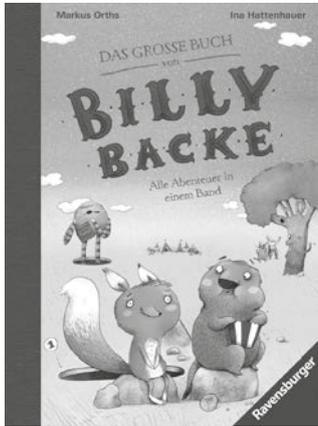
„Ich schenk dir eine Geschichte“ ist eine Kooperation von Stiftung Lesen, Stiftung Buchkultur und Leseförderung des Börsenvereins des Deutschen Buchhandels, cbj Verlag, Deutsche Post DHL und ZDF und steht unter der Schirmherrschaft der Kultusministerien.

Quelle: www.welttag-des-buches.de

HITS FOR KIDS

DIE JUNGE SEITE

DAS GROSSE BUCH VON BILLY BACKE



Von Markus Orths, illustriert von Ina Hattenhauer, Ravensburger Verlag GmbH

Alle Abenteuer in einem Band - Ab 5 Jahre

Das schlaue Murmeltier Billy Backe schlittert zusammen mit seinen Freunden Polly Posthörnchen, dem geheimnisvollen Schröck und Billy the Kid von einem irrwitzigen Abenteuer ins nächste: Mit knapper

Not entkommen sie den Klapperkrokodilen, treffen auf lachwütige Wackelriesen und müssen dem kleinen Murmeltier Mini Murrel helfen, das mutterseelenallein in einem Heißluftballon auf dem Murmelhügel gelandet ist. Dabei wollen sie doch eigentlich nur eines herausfinden: Was zur Hacke ist ein Schröck?!

Die Vorlesebücher rund um das Murmeltier Billy Backe und seine tierischen Freunde stecken voller Humor und Wortwitz und sorgen für Vorlesespaß in der ganzen Familie – auch perfekt geeignet als Gutenachtgeschichten. Farbige Illustrationen auf jeder Seite laden zum Staunen und Entdecken ein.

Blick ins Buch: Ein Ballon mit Haselnuss

Walle Wacke! Alte Hacke! Endlich ist der öde, blöde, schöne Winterschlaf vorbei! Wie immer weckte uns der Club der Wilden Glühwürmchen. Der Trompetenfrosch spielte ein schiefes Lied dazu. Wir waren sofort walle-wacke-wach und krochen aus unseren Erdlöchern: ich Billy Backe, berühmtes Murmeltier im Walle-Wacke-Land, samt neununddreißig Freunden und Verwandten, dazu Polly, das Posthörnchen, und natürlich unser Schröck. Was ein Schröck genau ist? Wenn ihr meine früheren Abenteuer kennt, wisst ihr Bescheid: Der Schröck ist ein Walle-Wacke-Flohzirkusdirektor-Riesenmurmel-Pferd-Trampolin-Schranken-Bagger-Mathematikgenie-Hubschrauber. Jedenfalls bis jetzt! Aber er hat bestimmt noch viel mehr drauf. Auf alle Fälle ist der Schröck der beste Freund, den man sich vorstellen kann. „Ich hab Hunger“, brummte der Schröck. Ja, Hunger hatten wir auch! Murmeltierischen Hunger! Nach so einem Winterschlaf hingen uns die Mägen immer bis unter die Fußsohlen. Wir brauchten Haselnüsse! Sofort! Deshalb brachen wir gleich auf: zum bunten Wald. Doch kaum waren wir ein paar Schritte gelaufen, hielt Polly inne. „Schaut mal! Was ist das denn?“, rief sie und zeigte nach oben. Fli-Fla-Flocke! Über unseren Köpfen, dort, in der Luft, da schwebte ein ... ein Ballon! Ja! Ein Heißluftballon! Knallrot! Und unten am Ballon, da hing ... Nein! Kein Korb! Das sah aus wie eine Haselnuss! Eine Riesenhaselnuss! So groß wie Polly! Die meisten Haselnüsse malen wir bunt an. Und spielen mit ihnen. Wie mit Murmeln. Des-

halb nennt man uns Murmeltiere. Aber die übrigen Nüsse, also alle Nüsse, mit denen wir nicht spielen, die werden von uns verputzt, verspeist, verspachtelt, da bleibt kein Auge trocken. Und daher lief uns die Suppe auf der Zunge zusammen, als wir die gigantische Haselnuss sahen. Die mussten wir haben! Unbedingt! „Sieht saulecker aus“, flötet Polly. „Mein Magen brummt wie ein Wackelriese!“, rief ich. „Nichts wie hin!“ Und los ging's! Doch wie sollten wir die Nuss samt knallrotem Ballon vom Himmel holen? Für solche Fälle ist es immer toll, den Schröck dabeizuhaben. Der hat nicht nur einen dicken, kugelrunden Bierbauchkopf, sondern auch zwei lange Arme und zwei lange Beine. Er nahm Anlauf, sprang in die Luft, packte die Nuss und ließ sie nicht mehr los. „Hurra“, jubelte Polly. „Du hast sie!“ – „Yippi-ya-yeah!“, rief ich und piff durch die Zähne. Ich dachte: Der Schröck, der ist so stark und so schwer, der zieht die Nuss samt Ballon zu uns nach unten, auf die Erde. Aber Pustebume! Nichts da! Im Gegenteil! Unser Schröck wurde vom Ballon nach oben gezogen! In die Höhe! Er flog davon! Was tun? „Der Schröck!“, rief ich zu Polly. „Halt ihn fest!“

„Hippel-di-hipp!“, jauchzte Polly. Sie nahm Anlauf, sprang hoch und packte mit ihren Pfoten die Füße vom Schröck. Alte Schabracke! Die beiden waren immer noch zu leicht! Ich spurtete hinter ihnen her, hüpfte hoch und schnappte mir Pollys Hinterpfoten! Schon hing auch ich dran: Das war die reinste Riesenhaselnussballon-Schröck-Polly-Billy-Kette. Und jetzt? Was soll ich sagen! Pi-Pa-Pech! Statt nach unten zu gondeln, schwebten wir weiter durch die Luft! Nach oben. Alter Häuptling Hüpf-Perücke! Das neue Jahr fing ja echt gut an. Kurz nach dem Aufstehen schon das erste Abenteuer! Wir flogen über den Fliederfluss, näherten uns der M-Brücke, und dann das: Oben auf der M-Brücke lungerten fünf Igel-Indianer. Igel-Indianer haben immer eine Menge Pfeile in ihren Köchern, also, in ihren Rücken. Denn als Pfeile benutzen sie ihre Stacheln. Und sie sind ständig auf Randalde aus!

Jetzt sahen sie uns am Riesenhaselnussballon, jodelten ihr Kampfgeschrei, schnappten sich die Bögen und schossen einen Pfeil nach dem anderen in unsere Richtung. Zisch und Zacke! Die haben nur Unsinn im Kopf, die Igel-Indianer! Die reinsten Stachelschweine sind das doch! Und schon traf einer der Pfeile unseren Ballon. Wir hörten ein Pfffffffft, und die Luft flötete langsam heraus. Die Igel-Indianer jubelten. Und wir? Wir sanken! Trudelten immer tiefer hinab! Und landeten am Rand des Halli-Galli-Dschungels. Zuerst ich selbst – krawumm! Dann Polly – knuff!

Jetzt der Schröck – schalupp! Und schließlich die Riesenhaselnuss – rumms!

Auch der rote Ballonstopp fiedelte zu Boden – plieeeeeff!

Die Abenteuer von Billy und seinen Freunden sind erhältlich im örtlichen Fachhandel!

DIE JUNGE SEITE HITS FOR KIDS

MURMELTIERE – STECKBRIEF

- Murmeltiere sind Nagetiere und gehören zur Familie der Hörnchen.
- Sie sind für Nagetiere recht groß, mit einem plumpen, gedrungenen Körperbau, können eine Länge von 30 bis 60 cm erreichen und ihr Gewicht kann bis zu 7 kg betragen.
- Ihre Beine sind kurz, ihr Schwanz kurz und buschig.
- Das ziemlich harte Fell der Murmeltiere ist dicht und weist verschiedene Brauntöne auf.
- Sie leben gerne in kühleren Regionen und in Grassteppen. Man findet sie in weiten Gebieten Mitteleuropas, Mittel- und Nordasiens sowie Nordamerikas.
- Nur eine Art, das nordamerikanische Waldmurmeltier, bevorzugt als Wohnort den Wald.
- Murmeltiere leben gesellig in Kolonien in weitläufigen, geräumigen, großzügig angelegten Erdbauten, die oft mehrere Meter unter der Erde liegen.
- Sie sind tagaktiv, und verbringen ihre Tage mit der Nahrungssuche oder in der Sonne dösend in der Nähe ihres Höhleneingangs.
- Wittern die Tiere Gefahr, stoßen sie zur Warnung einen schrillen Pfiff aus, und alle Tiere verschwinden dann blitzschnell in ihrem Bau.



- Die Murmeltiere graben sich mithilfe ihrer kräftigen Vorderbeine selbst ihre Höhlen. Ein Hinweis auf eine ihrer Behausungen ist häufig ein großer aufgeworfener Erdhügel vor dem Eingang.
- Bevor sie sich zu ihrem Winterschlaf zurückziehen, verschließen sie den Eingang der Höhle mit Erde.
- Sie halten einen langen und tiefen, bis zu sechs Monaten andauernden Winterschlaf. Währenddessen haben sie eine niedrige Körpertemperatur und einen langsamen Herzschlag. Die Schlafdauer ist abhängig vom Klima und den örtlichen Gegebenheiten.
- Murmeltiere sind Vegetarier. Im Sommer fressen sie vorwiegend frisches Grünfutter. Im Herbst legen sie sich eine dicke Schicht Winterspeck an und bringen einen Vorrat an Sämereien und Heu in ihre Höhle.
- Im Frühjahr, nach ihrem Winterschlaf, kommen sie wieder zum Vorschein und bald darauf findet die Paarung statt.
- Nur ungefähr sechs Wochen dauert es, bis die Weibchen zwei bis vier Junge zur Welt bringen. Diese wachsen ziemlich langsam heran und sind erst mit zwei bis drei Jahren vollkommen erwachsen.

SUDOKU ZAHLENRÄTSEL MAI

	4	7	9		6			
6			4			9	7	
2						4		1
1		3		5				
	6						1	
				3		8		5
3		2						9
	5	6			8			4
			3	5	2	8		

AUFLÖSUNG APRIL

7	5	4	6	2	3	1	8	9
1	8	9	5	4	7	3	2	6
3	2	6	9	8	1	5	7	4
6	7	1	4	5	8	2	9	3
4	3	8	7	9	2	6	1	5
2	9	5	1	3	6	8	4	7
5	6	7	8	1	4	9	3	2
8	4	3	2	6	9	7	5	1
9	1	2	3	7	5	4	6	8

Bildquelle: wikipedia, Alpenmurmeltier

Soziales Netz Raum Weilheim

Information – Beratung – Unterstützung für Weilheim – Holzmaden – Neidlingen – Ohmden

Gemeinsam geht's besser!

Der gemeinnützige Verein Soziales Netz Raum Weilheim bietet nicht nur umfassende Beratung für hilfe- und pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige, sondern auch Unterstützung für ältere Menschen und Menschen mit Behinderungen.

Die verschiedenen Angebote tragen dazu bei, möglichst lange im vertrauten Zuhause leben zu können. Gleichzeitig werden die pflegenden und betreuenden Angehörigen entlastet.

- Pflegebedürftig, was nun? Die Beratungsstelle bietet neutrale, vertrauliche, unverbindliche und kostenfreie Beratung auch schon im Vorfeld der Pflege.
- „Betreutes Wohnen zu Hause“ – Die Menschen, die dieses Angebot in Anspruch nehmen, genießen zum einen die Sicherheit, im Bedarfsfall eine vertraute Anlaufstelle zu haben, die zuverlässig nach ihren Wünschen tätig werden kann. Zum anderen freuen sie sich über die regelmäßigen Besuche der ehrenamtlichen Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, mit denen sie schöne Stunden verbringen. Auch wenn es Kinder oder andere Verwandte gibt, die sich gerne kümmern: Oft leben diese nicht in der Nähe oder sind dankbar, entlastet zu werden.
- Wie funktioniert betreutes Wohnen zu Hause? Am Anfang einer jeden Begleitung steht immer ein ausführliches Erstgespräch, um die persönliche Lebenslage der Betroffenen kennenzulernen und Versorgungswünsche abzuklären. Die hauptamtlichen Fachkräfte stehen jedem Klienten als persönlicher Ansprechpartner zur Verfügung. Sicherheit im Krisen- oder Krankheitsfall ist damit gewährleistet. Ein Bestandteil sind die regelmäßigen Besuche der ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Sie sind eine Bereicherung und Hilfe im Alltag und haben ein offenes Ohr für die Sorgen und Wünsche.
- Es werden aber noch verschiedene andere Leistungen angeboten, z.B. zusätzliche Besuche, ein „bewegender Hausbesuch“, Fahr- und Begleitdienste, Hilfe beim Einkaufen und Ähnliches. Weitere Hilfen können bei Bedarf organisiert werden.
- „Schöner Nachmittag“ nennt sich das Angebot, das sich an hilfebedürftige Menschen richtet, die noch gerne Kontakte „außer Haus“ pflegen. Der schöne Nachmittag findet einmal im Monat statt.
- Das „Café Lebenslust“ bietet jeden Donnerstag individuelle Betreuung von Menschen mit demenziellen Veränderungen in einer kleinen Gruppe.
- Eine „Wohnberatung“ durch geschulte Ehrenamtliche findet oft einfach umzusetzende Lösungen für barrierearmes Wohnen.
- B.U.S. steht für die Initiative: Bewegen – Unterhalten – Spaß haben

und ist ein Bewegungsangebot für ältere Menschen. Es ist auch für diejenigen geeignet, die sich bisher zu „unsportlich“ fühlten und deshalb an bestehenden Angeboten nicht



teilgenommen haben. Anmeldung, Sportkleidung oder besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Auch wer körperliche Einschränkungen hat, kann teilnehmen. Die Teilnahme ist kostenfrei. Interessierte treffen sich immer montags um 9.30 Uhr am Marktplatz in Weilheim.

Alle kostenpflichtigen Angebote sind als „Unterstützung im Alltag“ anerkannt. Damit können die Kosten bei Vorliegen eines Pflegegrades von der Pflegekasse erstattet werden.

Eine Fördermitgliedschaft im Verein oder eine Spende tragen dazu bei, dass auch weiterhin eine kompetente, individuelle und kostenfreie Beratung angeboten werden kann. Sie ermöglicht außerdem, die Aktivitäten und Angebote auszubauen und die zahlreichen ehrenamtlich Engagierten qualifiziert zu schulen und zu begleiten.

Eine Fördermitgliedschaft ist schon ab einem Jahresbeitrag von 25 Euro möglich. Neue Engagierte sind jederzeit willkommen!

Die „Offene Sprechstunde“ findet jeden Montag von 10 bis 12 Uhr im Bürgerhaus, Marktplatz 4, statt. Telefonische Erreichbarkeit für individuelle Termine: Montag bis Freitag unter der Nummer 070 23/743 3077.

Jederzeit per E-Mail: info@soziales-netz-weilheim.de oder über das Kontaktformular unserer Homepage: www.soziales-netz-weilheim.de

Neuigkeiten von der Koordinationsstelle



Anne-K. Gottwald (im Bild rechts), die seit 2019 die Koordinatorin Rosemarie Bühler (Mitte) unterstützt, ist seit Februar auch Ansprechpartnerin in der Seniorenwohnanlage „Haus Albblick“.

Neu dabei ist Corinna Gienger (im Bild links), sie übernahm im Februar den Aufgabenbereich Abrechnung und Buchhaltung.

Weingebiete – ihre Rebsorten – ihre Weine, Teil 3

Deutschlands größtes Weinanbaugebiet „Rheinhessen“

Jährlich werden hier ca. 2,9 Mio. hl Wein (71% Weißwein) hergestellt. Die ca. 27 000 ha Rebflächen, welche von 3000 Weinbaubetriebe bewirtschaftet werden, liegen zwischen Alzey, Worms, Mainz und Bingen, im Norden und Osten vom großen Rheinbogen umschlossen.

Schon die Römer haben auf dem linksrheinischen Gebiet Wein angebaut, und auch die älteste Urkunde über eine deutsche Weinbergslage – die Niersteiner Glöck – betrifft Rheinhessen.

Rheinhessen bietet ideales Weinbauklima: Die Gebirgszüge im Westen schützen das Weinland, hat die meisten Sonnenstunden, die meisten Hügel, die meisten Rebstöcke und dabei den geringsten Niederschlag.

Auf den Rheinterrassen rund um den Ort Nierstein befinden sich nicht nur einige der ältesten Weinlagen Deutschlands, das kühle Gebiet steht auch für einige der körperreichsten Riesling-Weine des Landes (Tipp Weingut Eimermann „Riesling Oelberg“ oder „Goldene Luft“).



Weingut Eimermann „Roter Hang“

Eines der bedeutendsten Terroirs ist der „Rote Hang“ in Nierstein – außergewöhnliche Weine, einmalig schöne Ausblicke, entstanden vor ca. 280 Mio. Jahren. Jeder Weinberg dort hat sein eigenes Mikroklima. In Rheinnähe werden die Sonnenstrahlen gleich doppelt an den Hang geworfen, da die Wasseroberfläche wie ein großer Spiegel arbeitet. Windoffene und windgeschützte Lagen wechseln sich an den Einschnitten ab, und der rote Boden zeigt ganz unterschiedliche Verwitterungsspuren. An heißen Sommertagen flimmert die Luft über den roten Felsen, wenn es anschließend regnet, riecht der ganze Hang nach Schiefer und der Boden kühlt ab.



Weingut Eimermann „Roter Hang“ – Boden

Rheinhessen ist vor allem für die deutschen Klassiker unter den Weißweinen bekannt. Die meistangebauten Rebsorten sind Riesling, Müller-Thurgau und der traditionelle Silvaner. Doch sind es die weißen Burgundersorten, die sich derzeit auf dem Vormarsch befinden. Alle Sorten der Burgunderfamilie mögen die kalkreichen, fruchtbaren Böden. So schmecken dann

auch die Weine. Fruchtig, dicht und mit viel Schmelz (Tipp Weingut St. Antony oder Weingut Knewitz).

Bei Rotwein stehen der Dornfelder, Spätburgunder und auch Portugieser im Vordergrund. Auch internationale Rebsorten wie Merlot finden immer mehr Freunde in der Region (Tipp Weingut Karl May „Blutsbruder“).

Der Dornfelder, der hauptsächlich hier und in der Pfalz angebaut wird, ist eine robuste, wenig anfällige Rebsorte. Sie neigt, lässt man ihrem Wachstumsdrang freien Lauf, zu hohen Erträgen. Die Sorte wird vermehrt als trockener Rotwein, teilweise aber auch als halbtrockener ausgebaut. Es gibt zwei unterschiedliche Ausbaustile. Der erste betont die intensiven Fruchtaromen, wie Sauerkirsche, Brombeere und Holunder, und wird jung auf den Markt gebracht. Andere Winzer bauen den Dornfelder im großen oder kleinen Holzfass aus, betonen mehr die Gerbstoffe und Struktur des Weins und nehmen die Fruchtaromen zurück. Meist handelt es sich dabei um gehaltvolle, geschmeidige und harmonische Weine. Unschwer ist der Dornfelder bereits an seiner tiefdunklen Farbe zu erkennen. Ideal für die kühle Jahreszeit – passt gut zu kräftigen Braten, Wild und Käse. Der fruchtige Stil im Sommer, leicht gekühlt, bietet maximalen Trinkgenuss.

Seit 2008 ist Mainz-Rheinhessen ein exklusives Mitglied bei „Great Wine Capitals Network“, einem Netzwerk, in dem lediglich eine Stadt bzw. Region aufgenommen wird, die als besonders charakteristisch für den dortigen Weinbau angesehen wird. Weitere Mitglieder sind z. B. Bilbao-Rioja, Bordeaux und Porto. Ziel ist es, Reise, Bildung und Wirtschaftskontakte zwischen den bisher neun Mitgliedsgrößtstädten zu fördern.

Der Weg zu Spitzenweinen war geprägt von einer längeren Durststrecke von der Mitte des letzten Jahrhunderts bis zum Anfang dieses Jahrtausends. Während Weine aus Rheinhessen vor dem Ersten Weltkrieg noch internationales Renommee besaßen und auf Versteigerungen zu Spitzenpreisen verkauft wurden, legte man ab den 50er-Jahren vermehrt ein Augenmerk auf Masse statt Klasse, was dem Image vom deutschen Wein nachhaltig schadete. Doch spätestens seit den 90er-Jahren weiß auch die neue Winzergeneration die idealen Arbeitsbedingungen zu schätzen und hat durch klasse Weine auf sich aufmerksam gemacht. So spielen rheinhessische Weine längst wieder an der internationalen Spitze mit (Tipp Sekthaus Raumland – für den besonderen Genuss, Weingut Wittmann – für erstklassige Rieslinge).

Die wunderschönen Hügellandschaften lassen sich bestens auch zu Fuß oder bei einer Radtour erkunden. Für Weinwanderungen locken insgesamt 290 km an ausgeschilderten Wanderwegen, darunter die berühmten Hiwweltouren oder der Rhein-Terrassen-Weg.

Immer ein Besuch wert ist der 1405 erbaute „Bremer Ratskeller“ mit seiner traditionsreichen Gaststätte und seinem Weinhandel. Er gehört zu den ältesten Weinkellern Deutschlands und beherbergt den ältesten Fasswein aus dem Jahr 1653.

Nadine Bahr

Sommelière und Restaurantleiterin, Restaurant Reuschwald, Kirchheim/Nabern

Studienkreis Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzenkunde

Blutwurz ist die Arzneipflanze des Jahres 2024

Die Blutwurz, auch als Tormentill bekannt, ist eine an Gerbstoffen reiche Arzneipflanze, die heute traditionell vor allem bei leichten Durchfallerkrankungen sowie in Mundwässern eingesetzt wird. Gerbstoffe verschiedener Pflanzen werden beim Gerben von Leder benutzt, um Eiweiße auszufällen und zu stabilisieren. Bei gereizter, entzündeter und nässender Schleimhaut bzw. Haut bildet sich mit Gerbstoffen eine Schutzschicht. Gerbstoffe sind derzeit wegen ihrer antimikrobiellen und antiviralen Eigenschaften im Fokus der Grundlagen-Forschung.

Aufgrund ihrer reichhaltigen Nutzung in der Geschichte bis heute und ihrem Potenzial für weitere Forschung wählt der interdisziplinäre Studienkreis Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzenkunde die Blutwurz zur Arzneipflanze des Jahres 2024.

Botanik

Die Blutwurz (*Potentilla erecta*) ist eine ausdauernde, krautige Pflanze aus der Familie der Rosengewächse (Rosaceae) mit einer typischen Wuchshöhe von 10 bis 30 Zentimetern. Sie findet sich auf Wiesen, Heiden und in Wäldern mit mäßig saurem Boden.

Charakteristisch ist der kräftige, knollige Wurzelstock (botanisch Rhizom), der mehrere Zentimeter Durchmesser erreichen kann. Namensgebend ist die schnelle Rotfärbung, die sich an Bruch- und Schnittstellen des Wurzelstockes durch Oxidation der enthaltenen Gerbstoffe bildet. Aus dem Wurzelstock führen die eigentlichen Wurzeln bis zu 50 Zentimeter in den Boden.

Die Grundblätter sind dreizählig, sie besitzen an den Stängeln jedoch zwei Nebenblätter, was eine fünfzählige Erscheinung vermittelt. In der Blütezeit von Mai bis Oktober entspringen auf langen Stielen einzeln in den Blattachsen die gelben Blüten mit zumeist vier Kronblättern. Dies unterscheidet die Blutwurz von anderen Vertretern der Gattung *Potentilla* mit charakteristisch fünf Kronblättern.

Geschichte

Die medizinische Verwendung der Fingerkräuter (*Potentilla*) in Europa reicht bis ins Altertum zurück. Weite Verwendung in der griechisch-römischen Antike fand das im Mittelmeerraum heimische Kriechende Fingerkraut (*Potentilla reptans*), früher häufig Fünffingerkraut genannt. Dieses wurde ab dem Mittelalter parallel zur Blutwurz



genannt und verschwand erst in der Neuzeit langsam aus dem Arzneischatz. Die Anwendungsgebiete der beiden Pflanzen überschneiden sich.

Ebenfalls seit dem Mittelalter wird das Gänsefingerkraut (*Argentina anserina*, früher *Potentilla anserina*) erwähnt, das nach langen Diskussionen nun seit einigen Jahren einer anderen Gattung zugeordnet wird. Im Gegensatz zu den beiden vorgenannten Pflanzen wird vom Gänsefingerkraut vorrangig das Kraut kurz vor und während der Blüte verwendet und nicht der Wurzelstock. Trotz ähnlicher Inhaltsstoffe haben sich für das Gänsefingerkraut etwas unterschiedliche Anwendungen herausgebildet.

Bereits Hildegard von Bingen nennt Mitte des 12. Jahrhunderts in ihrer Naturkunde alle drei Pflanzen. Blutwurz („dornella“) und Kriechendes Fingerkraut (bei ihr „funfblat“) empfiehlt sie als Mittel bei Fieber, das Kriechende Fingerkraut zudem bei Augenleiden und Gelbsucht. Das Gänsefingerkraut („grensinc“) hat nach Hildegard keinen Nutzen, schadet aber auch nicht.

Die großen gedruckten Kräuterbücher des 15. bis 18. Jahrhunderts nennen ebenfalls alle drei Pflanzen. Hieronymus Bock empfiehlt in seinem Kräuterbuch von 1551 die Blutwurz innerlich bei Vergiftungen und Pestilenz (was damals alle ansteckenden Krankheiten umfasste), für Lunge und Leber (Gelbsucht), bei Schweißsucht und Fieber, bei Durchfallerkrankungen und Erbrechen. Äußerlich nennt er Wunden, Nasenbluten, Menstruationsbeschwerden, Augenleiden und Feigwarzen. Insbesondere die äußerlichen Anwendungen gleichen hier weitgehend dem Kriechenden Fingerkraut seit der Antike. Dieses findet sich bei Bock direkt danach, das Kapitel ist unter Verweis auf die Blutwurz entsprechend kompakt gehalten.

Moderne

Im frühen 20. Jahrhundert hatte sich für die Blutwurz vor allem die Verwendung bei allen Formen von Durchfall erhalten, Gerhard Madaus nennt 1938 in seinem Lehrbuch auch Darmblutungen, Brechdurchfall, Magenschwäche und Appetitlosigkeit. Äußerlich führt er Entzündungen im Bereich der Mund- und Rachenhöhle sowie Wunden, nässende Ekzeme, Quetschungen und Blutergerisse an.

In der heutigen, naturwissenschaftlich fundierten Pflanzenheilkunde (Phytotherapie) sind Zubereitungen aus dem

Wurzelstock der Blutwurz innerlich bei unspezifischen, akuten Durchfallerkrankungen und unterstützend bei akuter und chronischer Darmentzündung sowie äußerlich bei leichten Entzündungen im Mund- und Rachenraum anerkannt (ESCOF 2013, HMPC der EMA 2019) – mit der Einschränkung als „traditionelles pflanzliches Arzneimittel“.

Die Blutwurz enthält als wirksamkeitsbestimmende Inhaltsstoffe 15 bis 22 Prozent Gerbstoffe, ferner Flavonoide wie Campherol, Phenolcarbonsäuren wie Kaffee- und Gallussäure sowie Triterpensäuren. Die Gerbstoffe sind bei entsprechenden Mundwässern deutlich zu schmecken und zu spüren.

Leider sind die jahrhundertealten Erfahrungen in Gefahr, verlorenzugehen, da seit Jahrzehnten keinerlei neue klinische Studien, das heißt Studien an entsprechend erkrankten Menschen, durchgeführt werden. Immerhin gibt es gute Hinweise aus experimentellen Arbeiten, dass die Blutwurz mit ihren Gerbstoffen zur Hemmung von Viren und Bakterien beitragen könnte, so unter anderem von Bakterien der Gattung *Campylobacter*, die die gesunde Verdauung im Darm beeinträchtigen.

Angesichts der Häufigkeit von chronischen Verdauungsstörungen von bis zu 30 Prozent der mitteleuropäischen Bevölkerung sollte dies eigentlich Anlass genug sein, entsprechende Entwicklungen zu fördern. Arzneipflanzen bleiben jedoch wegen ihrer allgemeinen Verfügbarkeit und der sehr eingeschränkten Möglichkeit zur Patentierung leider in Europa weiterhin Stiefkinder der Forschung.

Der Studienkreis

Der interdisziplinäre Studienkreis Entwicklungsgeschichte

der Arzneipflanzenkunde kürt seit 1999 die Arzneipflanze des Jahres. Vorrangiges Ziel ist es, an die lange und gut dokumentierte Geschichte von Pflanzen in der europäischen Medizin zu erinnern. Aus dieser Geschichte können wichtige Hinweise für eine pharmazeutische und medizinische Nutzung altbekannter Heilpflanzen extrahiert werden.

Gegründet wurde der Studienkreis 1999 an der Universität Würzburg unter maßgeblicher Beteiligung von Prof. Franz-Christian Czygan († 2012) und Dr. Johannes Gottfried Mayer († 2019). Heute gehören der Jury Mediziner, Pharmazeuten, Biologen und Historiker verschiedener Hochschulen und Institutionen an.

Bisherige Arzneipflanzen des Jahres:

2023: Echter Salbei, 2022: Mönchspfeffer, 2021: Myrrhe, 2020: Echter Lavendel, 2019: Weißdorn, 2018: Andorn, 2017: Saat-Hafer, 2016: Echter Kümmel, 2015: Echtes Johanniskraut, 2014: Spitzwegerich, 2013: Große Kapuzinerkresse, 2012: Süßhölzer, 2011: Passionsblume, 2010: Gemeiner Efeu, 2009: Fenchel, 2008: Gewöhnliche Rosskastanie, 2007: Echter Hopfen, 2006: Echter Thymian, 2005: Gartenkürbis, 2004: Pfefferminze, 2003: Artischocke, 2002: Stechender Mäusedorn, 2001: Echte Arnika, 1999/2000: Buchweizen.

Weiterführender Link:

HMPC der EMA zu *Tormentillae rhizoma* www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/tormentillae-rhizoma

Für den Studienkreis,

Prof. Dr. Dr. Bernhard Uehleke, Berlin
Tobias Niedenthal, Würzburg

Im „Flow“ durch den Wald: Mountainbike-Trail im Weilheimer Stadtwald eingeweiht

Über 800 Meter führt der sogenannte „Flowtrail“ durch den noch lichten Wald über altes Laub und freigelegte Erdhügel. Den Verlauf der neu ausgewiesenen Mountainbike-Strecke im Gebiet Egenfirst haben der Forst, die untere Naturschutzbehörde, das Referat Radsport des TSV Weilheim, der Schwäbische Albverein und die Jagdpächter gemeinsam mit der Stadtverwaltung Weilheim festgelegt. Nun wurde der MTB-Trail offiziell eingeweiht.



Zur offiziellen Einweihung des Trails machten die Organisatoren und Helfer eine obligatorische Erstbefahrung.

Seit Jahren schon haben Mountainbikefahrer mit Begeisterung den Albtrauf für sich entdeckt – auch auf Weilheimer Gemarkung. Aus forst-, naturschutz- und jagdlicher Sicht ist

die Zunahme der illegalen Trails mit Blick auf die Entwicklung des Waldes und der Tiere nicht erfreulich, jedoch landesweit festzustellen. Um die zahlreichen freien Routen einzudämmen und die Trailfahrer zu leiten, konnte nach einigen Abstimmungsschleifen endlich ein offizieller Trail ausgewiesen werden. Er soll jedoch nicht zur Steigerung der Attraktivität des Waldes dienen, sondern lediglich als Lenkungsmaßnahme verstanden werden.

Der Trail ist ein schmaler Pfad, der in gemeinschaftlicher Arbeit durch die Mitglieder der Abteilung Radsport des TSV Weilheim und freiwilligen Helfern im Wald von Gehölz freigelegt und mit Hinweisschildern ausgestattet wurde. Alle Hindernisse sind maximal kniehoch und abrollbar, Sprünge über Schanzen sind nicht möglich. Ansonsten erfolgten weder bauliche Eingriffe noch Befestigungen. Der Trail mit Ausgangspunkt an der Grillstelle Egenfirst soll vorrangig für den TSV Weilheim eine Trainingsstrecke darstellen – im Vordergrund steht die Jugendarbeit durch den Verein.

Das Vergnügen ist kurzweilig und lohnenswert – so das Resümee der Erstbefahrer und Organisatoren. Unter ihnen waren neben der Amtsleiterin des Forstamts Cordula Samuleit und Revierförsterin Julia Usenbenz sowie Sachgebietsleiter Liegenschaften Andreas Kling auch viele Mountainbiker des Sportvereins, die sich über die Neuheit auf ihrem Trainingsplan freuen.

Die Alb – Wasser und Kalk

Landschaft und Mensch im Biosphärengebiet

Von Roland Krämer, Jürgen Mauch, Wolfgang Roser,
GO Verlag

Im März 2008 wurde das „Biosphärengebiet Schwäbische Alb“ nach baden-württembergischem Recht begründet. Die im Mai 2009 erfolgte Anerkennung zum „Unesco Biosphärenreservat“ ist eine internationale Würdigung dieser einmaligen Kulturlandschaft und ihrer Naturschätze.

Mit zwölf Entdeckungstouren in das Biosphärengebiet und vertiefenden Fachinformationen zum Thema „Wasser und Kalk“ eröffnet das vorliegende Buch einen neuen Zugang zu geologischen und landschaftlichen Attraktionen der Schwäbischen Alb.

Kreislauf des Kalks

„Weg mit dem Kalk!“ So lautet ein beliebter Werbeslogan. Der Kalk hat ein schlechtes Image, er wird oft als störend empfunden. Beispielsweise in Wasch- und Küchenmaschinen, in Wasserleitungsrohren, aber auch in verkalkenden Arterien oder als Zahnstein auf den Zähnen.

Was aber wäre, wenn der Kalk nicht wäre? Die Antwort ist einfach. Wir würden gar nicht leben, denn wir hätten auf der ganzen Erde einen absolut lebensfeindlichen Zustand wie zur Zeit der Entstehung unseres Planeten.

Die Ur-Atmosphäre der Erde enthielt etwa 10 % Kohlendioxid und viel Wasserdampf, aber noch keinen Sauerstoff. In den Ur-Meeren löste sich Kohlendioxid auf, es entstand Kohlensäure. Diese reagierte mit im Meerwasser gelösten Calciumverbindungen zu unlöslichem Calciumcarbonat, eben dem Kalk, der sich am Meeresgrund ablagerte.

Mit der Entstehung der grünen Pflanzen im Meer und ihrer späteren Ausbreitung an Land setzte ein neuer Prozess ein: die Photosynthese. Mithilfe von Chlorophyll und Sonnenlicht wurden aus Kohlendioxid und Wasser Kohlenhydrate hergestellt; als Abfallprodukt entstand Sauerstoff – die Lebensgrundlage für alle atmenden Lebewesen. Der CO₂-Verbrauch durch die Photosynthese ließ den Anteil dieses Gases in der Atmosphäre nach und nach auf seinen heutigen Wert von unter 0,1% sinken. Meeresbewohnende Mikroorganismen, Algen und Tiere bauten den im Meerwasser gelösten Kalk in ihre Körper ein, daraus entstanden gewaltige Sedimente von festem Kalk.

Kalk schützt unser Leben

Der CO₂-Gehalt der Luft ist für uns Menschen von existenzieller Bedeutung: Ein Gehalt von 8% und mehr wie z.B. in der Ur-Atmosphäre ist tödlich. Deshalb ist es für die Menschheit überlebenswichtig, dass das Kohlendioxid von der Erde festgehalten wird: hauptsächlich als gelöstes Gas und im gelösten Kalk in den Ozeanen sowie in Form des festen Kalkes in den zahlreichen Kalkgebirgen. Diese CO₂-Speicher sichern das irdische Leben vor dem Ersticken. Das Schicksal des Kalks – und des darin enthaltenen Kohlenstoffs – wird von mehreren ineinander verflochtenen Kreisläufen bestimmt.

Der **geochemische Kreislauf** nimmt Jahrtausende in Anspruch und wird von uns Menschen kaum wahrgenommen. Die Kalksedimente am Meeresboden werden zu Gesteinspaketen zusammengedrückt und verfestigt. Wenn die Platten, aus denen die Erdkruste besteht, sich aufeinander zubewegen, passiert zweierlei: In der Kollisionszone werden Gesteinsschichten aus



dem Meer gehoben und zu Gebirgen aufgetürmt – so entstehen die großen Faltengebirge der Erde. Andere Teile des festen Meeresbodens werden in die Tiefe gedrückt, tauchen in die heißen Zonen des Erdmantels hinab und werden eingeschmolzen und zersetzt. Wenn das glutflüssige Magma Wege an die Erdoberfläche sucht, entstehen Vulkane, die wieder Kohlendioxid an die Luft abgeben.

Die entstandenen Gebirge unterliegen der Erosion durch die abtragenden Kräfte: Niederschläge und das Gewässernetz, Frostsprengung, Bergstürze sorgen dafür, dass die festen

Gesteine zerrüttet bzw. aufgelöst werden. So gelangt in den Flüssen gelöster Kalk wieder in den Ozean, um dort erneut von Organismen in festes Calciumcarbonat umgesetzt zu werden, das neue Sedimente bildet.

Der **Kreislauf des Kalks im Karst** spielt sich in kürzeren Zeiträumen ab. Das kohlenstoffhaltige Regenwasser löst Kalk auf und hinterlässt die typischen Karsterscheinungen in den Kalkgebieten der feuchten Zonen: Höhlen, Karren, Dolinen, Karstwannen, Trockentäler. Gelöster Kalk kann auch wieder zum festen Kalk werden – aus altem Meereskalk wird junger Süßwasserkalk: Tropfsteine, Kalktuff, Sinterterrassen. Der größte Teil des gelösten Kalks landet jedoch in den Ozeanen.

Der **biologische Kohlenstoffkreislauf** ist von Natur aus ausgeglichen: Grüne Pflanzen verbrauchen Kohlendioxid und setzen Sauerstoff frei. Atmende Lebewesen besorgen die Umkehrung: Sie verbrauchen Sauerstoff und setzen Kohlendioxid frei.

Die grünen Pflanzen produzieren mit ihrer Photosynthese einen Zuwachs der Biomasse, von dem alle Lebewesen einschließlich der Menschen zehren.

Wir Menschen haben einen **technischen Kreislauf** des Kalks erfunden, der die Gesamtbilanz ebenfalls nicht durcheinanderbringt: Wir brechen Kalk aus Steinbrüchen, brennen ihn zu gebranntem Kalk, wobei Kohlendioxid freigesetzt wird, löschen ihn mit Wasser ab, verwenden ihn als Mörtel bzw. Betonbestandteil für Straßen und Bauwerke und lassen ihn abbinden, wofür er sich das Kohlendioxid aus der Luft zurückholt. Aus Kalk ist wieder fester Kalk geworden – freilich wird jedes Mal ein Stück Natur versiegt.

Klimawandler CO₂

Vor Beginn der Industrialisierung war der CO₂-Gehalt in der Atmosphäre 0,03%. Heute liegt er bei 0,05% mit steigender Tendenz. Die Mehrzahl der Experten hält diesen Anstieg für dramatisch und macht ihn für die Erwärmung der Erdatmosphäre und den damit zusammenhängenden Klimawandel verantwortlich. Ursachen dafür sind vor allem die Verbrennung von kohlenstoffhaltigen Energieträgern, wie Kohle, Erdöl und Erdgas, sowie das Abholzen von Wäldern, die sich nicht alle erneuern.

Das Buch „Die Alb – Wasser und Kalk“ ist erhältlich bei: GO Verlag Kirchheim, Buchbestellung.

Telefonische Bestellung zur Abholung oder Lieferung unter 0 70 21/97 50 10 (Melanie Frommer) oder 0 70 21/97 50 43 (Margret Meyer) oder über die Website: www.teckbote.de -> Menü -> Service -> Buchbestellung.

Sonderausstellung im Museum der Alltagskultur – Schloss Waldenbuch – We are Family vom 16. Mai 2024 bis 27. April 2025



„We are Family“ – unter diesem Titel nähert sich das Museum der Alltagskultur – Schloss Waldenbuch – einem Thema, mit dem fast jede/-r unzählige persönliche Erfahrungen verbindet: der Familie. Aber lässt sich diese überhaupt eindeutig definieren? Familie wird heute auf ganz vielfältige Weise gelebt und ist alles andere als selbstverständlich. Familie befindet sich ständig im Wandel. Das zeigt ab 16. Mai 2024 die Mitmachausstellung in Waldenbuch (Kreis Böblingen).

Was erzählt ein Kleid über die Beziehung zwischen einer Mutter und ihrer Tochter, welche Bedeutung hat ein Kassettenrekorder für den Alltag einer Familie, und was für Erinnerungen werden über einen Zirkuswagen geweckt? Rund 30 Objekte aus den Sammlungen des Landesmuseums Württemberg und aus sagekräftige Leihgaben erzählen von Beziehungen zwischen Familienmitgliedern, Alltagsritualen und geteiltem Familienwissen. Zudem geben sechs Familien Einblicke, wie sie innerhalb ihrer Familien in Verbindung bleiben, wie sie ihren Alltag organisieren oder wie und worüber sie an ihre Familie erinnern.

Gerahmt wird die Ausstellung von zwei Werken der Künstlerin Anna Gohmert. In ihren Arbeiten setzt sich die Stuttgarter Künstlerin multiperspektivisch mit den Themen Feminismus, Elternschaft und Familie auseinander. Das Medium und die Form ihrer künstlerischen Ausdrucksweise orientieren sich dabei an den jeweiligen Themen. Dafür eignet sich Anna Gohmert stets neue Techniken an. Im Fall der gezeigten Werke ist es das Quilten beziehungsweise die Herstellung von Glasobjekten.

Die Besucher/-innen werden in der Ausstellung als Alltagsexpertinnen und -experten für Familienangelegenheiten zum Mitspielen eingeladen: Ausgestattet mit Würfeln und Spielfiguren können sie Aufgaben lösen und Familie mit allen Sinnen erleben. Sie sind eingeladen zu diskutieren, und wer Lust hat, kann eigene Familiengeschichten oder -rezepte hinterlassen. „We are Family“ ist eine Ausstellung, in der Familie sein darf, wer Familie sein möchte.

Eröffnungssonntag ist der 19. Mai 2024, von 10 bis 18 Uhr
Zur Eröffnung der Mitmachausstellung „We are Family“ gibt es am Sonntag, 19. Mai, dem Internationalen Museumstag, im Museum der Alltagskultur ein buntes Programm für die ganze Familie.

Der Eintritt in die neue Ausstellung und ins gesamte Museum ist an diesem Sonntag frei. Neben einem offenen Workshop und Spielangeboten in der Family-Lounge präsentiert das Figurentheater Martinshof 11 um 15 Uhr das Stück „Die Krumpflinge – Egon zieht ein“. Die Handlung nach dem gleich-

namigen Kinderbuch von Annette Roeder wird mit lustigen Klappmaul-Puppen umgesetzt (Eintritt für Kinder frei, für Erwachsene kostenpflichtig).

Ausstellungsort:
Museum der Alltagskultur – Schloss Waldenbuch,
Kirchgasse 3, 71111 Waldenbuch
www.museum-der-alltagskultur.de

Bilder:

- **Ausstellungsplakat** – Herkunft/Rechte: Landesmuseum Württemberg, Foto: Jonathan Leliveldt, Alexander Lohmann
- **Medaillon mit Foto**, Museum der Alltagskultur – Herkunft/Rechte: Landesmuseum Württemberg, Jonathan Leliveldt, Alexander Lohmann, CC BY-SA 4.0
- **Puppenhaus**, Laupheim, 2. Hälfte 20. Jh., Museum der Alltagskultur – Herkunft/Rechte: Landesmuseum Württemberg, Jonathan Leliveldt, Alexander Lohmann, CC BY-SA 4.0
- **Zirkuswagen**, Stuttgart, 1950er-Jahre, Museum der Alltagskultur – Herkunft/Rechte: Landesmuseum Württemberg, Jonathan Leliveldt, Alexander Lohmann, CC BY-SA 4.0

Der Handwerker Ihres Vertrauens in der Region

LUTZ

Schreinerei & Innenausbau

Unser Service für Sie:

Möbel und Küchen, Terrassenbeläge und Balkongeländer, Parkett und Laminat, Bad- und Küchen- renovierung, Türen aus Holz & Ganzglas, Haustüren mit Gefahrschutz, Decken, Reparaturen aller Art, Insektenschutz

**Energie sparen & Einbruchschutz:
Fenster + Haustüren erneuern!**

Ohmder Straße 10
73119 Zell u. A.
Inhaber Giuseppe Leo
Telefon 07164 902800
www.schreinerei-lutz.com

wir suchen
Verstärkung
Schreiner/ Tischler
& Auszubildende
(M/W/D)

Zwei neue Lernort-Bauernhof-Betriebe im Landkreis Esslingen

Mit den landwirtschaftlichen Betriebe GeSa Beck in Oberboihingen und Stark's Höfle in Frickenhausen hat der Landkreis Esslingen zwei weitere qualifizierte „Lernorte Bauernhof“. Insgesamt bieten jetzt kreisweit 23 „Lernorte Bauernhof“ Schulklassen ein Informationsangebot rund um die Landwirtschaft an. Das Landesprojekt „Lernort Bauernhof in Baden-Württemberg“ (LoB) hat das Ziel, Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Rahmen des Schulunterrichts die Landwirtschaft wieder näherzubringen, ein Verständnis für die regionale Erzeugung von Lebensmitteln zu wecken und die vielfältigen Leistungen der Landwirtinnen und Landwirte bewusst zu machen.

Auf dem Betrieb GeSa Beck können Kinder und Jugendliche der Klassen eins bis sechs alles rund um die Streuobstwiese, den Ackerbau und die Weidetierhaltung von Rindern, Schafen und Legehennen kennenlernen. Bei Stark's Höfle können Kinder und Jugendliche aller Klassenstufen im Herbst bei der Apfelsaftherstellung mithelfen, bei der Versorgung der Hühner, Gänse und Schafe mit anpacken und Eindrucksvolles zum Thema Landschaftspflege und Biodiversität erleben.

Um sich zum „Lernort Bauernhof (LoB)-Betrieb“ zu qualifizieren, bietet die Zentrale Koordination in Bad Waldsee Landwirtinnen und Landwirten eine zweitägige Grundlagenschulung und eine Fachexkursion an wechselnden Standorten in Baden-Württemberg. Hierbei geht es um Pädagogik und Methodik zur altersgerechten Vermittlung vielfältiger landwirtschaftlicher Themen wie beispielsweise „Vom Korn zum Brot“ oder „Von der Milch zur Butter“. Erlebnisreiche, interaktive Lernstationen werden entwickelt und abgestimmt auf den jeweiligen Hof der Teilnehmenden. Bei der Fachexkursion wird darüber hinaus ein aktiver Lernort Bauernhof-Betrieb für den Einblick in die Praxis besucht. Die Qualifizierung umfasst außerdem Themen wie Prävention und Kindersicherheit, Lebensmittelhygiene, versicherungsrechtliche Aspekte sowie Finanzierungsmöglichkeiten. Qualifizierte Lernort-

Bauernhof-Betriebe sind Teil eines landesweiten Netzwerkes und erhalten regelmäßig aktuelle Informationen und Schulungsangebote.

Die beiden neuen Lernort-Bauernhöfe haben die Fachexkursion zum Thema „Lebensmittel WERT-schätzen vom Acker bis zum Teller – Einblicke in die regionale Landwirtschaft“ übrigens auf die Alpakafarm von Ulrich Schaber in Nürtingen gemacht. Hierbei hat Familie Schaber den neuen und auch den erfahrenen Teilnehmenden ihren Betrieb und ihre pädagogische Arbeit vorgestellt. Unter Anleitung von Agrarpädagogin Ann-Kathrin Schmider konnten die Teilnehmenden verschiedene Konzepte zum Thema für die eigenen Höfe entwickeln. Von Meike Surmann vom Landwirtschaftsamt des Landkreises Esslingen und Ann-Kathrin Schmider von der Zentrale Koordination Lernort Bauernhof haben beide Betriebe ein Hofschild erhalten, das sie künftig als qualifizierten Lernort-Bauernhof-Betrieb ausweist.

Weitere Informationen zur Qualifizierung als Lernort-Bauernhof und zur Buchung eines Besuchs mit der Schulklasse oder Jugendgruppe dieser und bereits bestehender Lernort-Bauernhöfe gibt es auf der Webseite von Lernort-Bauernhof Baden-Württemberg unter www.lob-bw.de oder per E-Mail: lernortbauernhof@lbv-bw.de. Mit Klick auf die Karte/Landkreis werden die landwirtschaftlichen Betriebe angezeigt.

Quelle: www.landkreis-esslingen.de

Lernort-Bauernhöfe in nächster Nähe sind zum Beispiel:

- Marion und Stefan Gözl – Nabern
- Hartmut und Caroline Hepperle/Hepperle-Hof – Kirchheim
- Alpakafarm Ulrich Schaber – Nürtingen
- Hopfenhof David Traub – Nürtingen
- Angelika, Bernhard und Michael Kuch – Lenningen
- Jörg und Betina Schmid – Owen

Quelle und weitere Informationen:

www.lob-bw.de/betriebe/esslingen-es.html

Veranstaltungstipp: „Offene Gärten“ – Kleine Paradiese für Besucher geöffnet am Sonntag, 9. Juni 2024, ab 11.00 Uhr

Gärten eröffnen individuelle Gestaltungsmöglichkeiten und sind Rückzugsgebiete, sie bieten Entspannung und erlauben es, Abstand vom Alltag zu gewinnen und sich eine Weile aus der Welt auszuklinken. Sie geben die Möglichkeit zu Bewegung und Umgang mit der Natur. Oft sind Gärten kleine Paradiese, die dem Gestalter in einer stark regulierten Gesellschaft Gestaltungsfreiheit gewähren und so auch entsprechend von seiner Handschrift geprägt sind.

Nach dem Ende der gemischten Dorfstruktur mit Bauernhöfen und Handwerksbetrieben mit ihren romantischen Winkeln, Bandsägen, Schleifsteinen und Güllepumpen sind heute unsere Gärten das verbindende Element zwischen der Bausubstanz geworden und laden den Betrachter zum Entdecken ein. In unserer zunehmend besiedelten Umgebung sind Gärten ein wichtiges Rückzugsgebiet für einheimische Flora und Fauna.

„Offene Gärten“ ist eine Veranstaltung von Gartenbesitzern, die ihre mit Herzblut gestalteten Gärten an ausgewählten Tagen für Besucher öffnen. Gärten aller Art, die für eine gute halbe Stunde Besichtigungsmöglichkeit oder Gesprächsstoff bieten, sind dafür ebenso geeignet wie Dachgärten oder „geheime“ Gärten der Innenstadt.



Garten Kerner-Jungfleisch in Dettingen unter Teck

Quelle und nähere Informationen zu den Teilnehmern unter: <https://offenegaerten-esslingen.de>

Wildkräuter und Wildfrüchte aus der heimischen Natur – Buchtipps

Mit dem Frühling beginnt wieder die Gartensaison, und auch so manche Wiesenkräuter finden ihren Weg in die heimische Küche. So das eine oder andere kennt man schon selber, hat das Wissen von Eltern und Großeltern übernommen. Wer sich bis jetzt noch nicht getraut hat, Wildkräuter und Wildfrüchte in den Speiseplan einzubinden, dem fehlt oft das Wissen und der Mut zum Experimentieren. Denn fundierte Kenntnisse, um welches Kraut oder welche Früchte es sich handelt, sind eine wichtige Voraussetzung dafür.

Der örtliche Buchhandel hilft gerne mit sachkundiger Literatur und Ratgebern weiter, und auch Wildkräuterführungen, zum Beispiel mit Frau Karin Sawicki (VHS) oder mit Simone Kerner-Jungfleisch, Dozentin für Wildkräuter aus Dettlingen unter Teck, die auch im Naturschutzzentrum Schopfloch als „zertifizierte Natur- und Landschaftsführerin Schwäbische Alb“ ehrenamtlich für die Natur und Landschaftsführer unterwegs ist, sind hilfreich. Oder einfach an einem Kochkurs mit Wildkräutern teilnehmen, der zum Beispiel im August im Freilichtmuseum Beuren angeboten wird.

Wildes im Glas Wildkräuter & Wildfrüchte haltbar machen. Mit 111 Rezepten

Claudia Ritter,
Verlag Eugen Ulmer
Beschreibung

Essbares aus Wald und Wiese konservieren – so kommt auch im Winter Abwechslung auf den Teller! Ob Dörren, Fermentieren, in Alkohol, Essig oder Öl einlegen, Einsalzen oder Einkochen – finden Sie die optimale Methode für Ihre gesammelten wilden Schätze. Heilpraktikerin Claudia Ritter stellt Methoden zum Haltbarmachen und ausgewählte Wildpflanzen mit 111 Rezepten aus Küche und Heilpflanzenkunde vor, wie nussiges Bärlauchpesto, prickelnden Löwenzahnsekt, köstlichen Holunderblütensirup, duftenden Rosenblütenzucker oder Hagebuttenbalsamessig. Regional, saisonal, selbst gemacht und für wenig Geld Gesundes genießen und Verpackungsmüll vermeiden – so geht Nachhaltigkeit! Ein Must-have der wilden Küche.



Blick ins Buch: Sammeln und Ernten – saisonal und regional
Essbare Wildkräuter und -früchte gibt's nicht nur im Frühling und Sommer. Fast das ganze Jahr über gibt's was zu sammeln: im Wald, auf Wiesen, entlang von Bachläufen, auf Brachland und Ackerrainen. Die klassischen Hundegassi-Routen, gedüngte Wiesen und Weiden sollte man jedoch meiden.

Sammeln, aber richtig! Grundsätzlich ist es erlaubt, Wildkräuter und -früchte für den Eigenbedarf zu sammeln. Eine Ausnahme bilden Naturschutzgebiete oder geschützte Pflanzen (siehe auch Hinweis auf Seite 115, Wacholder). Beim Pflücken von wilden Pflanzen, gilt die sogenannte „Handstraußregel“. Diese besagt, dass jeder Bürger wildwachsende Pflanzen für den privaten Gebrauch ernten darf. Bei Pilzen gelten je nach Bundesland Obergrenzen zwischen 1 kg und 2 kg pro Person. Vielfach sind die Mengen jedoch nicht exakt geregelt. Um Vergiftungen zu vermeiden, ist es wichtig, die Pflanzen sicher zu erkennen.

Im Zweifel helfen geführte Kräuterwanderungen, gegebenenfalls auch Bestimmungsbücher oder Apps. Auch in unseren Breiten gibt es einige Giftpflanzen, die zu starken oder tödlichen Vergiftungen führen können: die Tollkirsche, der Blaue Eisenhut, der Rote Fingerhut, das Bilsenkraut, das Maiglöckchen, die Herbstzeitlose oder die Einbeere. Es versteht sich von selbst, die Natur zu respektieren, Orte mit reichem Pflanzenbestand zu bevorzugen und immer mindestens ein Drittel der Pflanzen stehen zu lassen. Einige Kommunen haben auch öffentliche Flächen, auf denen die Bürger Stein- und Kernobst, Beeren und Nüsse ernten dürfen.

Megalästig – megalecker – megagesund 30 Unkraut-Rezepte mit und gegen Brennnessel, Löwenzahn und Giersch

Janine Hissel, Verlag Eugen Ulmer
Beschreibung

Wer braucht schon teures Superfood oder künstliche Beauty-Cremes? Niemand. Niemand, der Löwenzahn, Giersch und Brennnessel erkennen kann. Und das kann mit diesem Buch: jeder. Die drei Superunkräuter sind megalästig, aber statt dich zu ärgern, solltest du sie lieber aufessen, in Deko verwandeln oder dir in die Haare schmieren. Diese drei Superunkräuter liefern dir Superfood, leckeres Umsonst-Gemüse, natürliche Beauty-Produkte und machen dazu noch dein Zuhause schöner. 30 solcher megaguten Ideen hat Autorin Janine Hissel für dich zusammengetragen: Brennnessel-Pancakes, grüne Haarspülung, Giersch-Salbe, Wiesen-Limonade, Löwenzahn-Gelee, Pustebumen-Deko – verpasse Unkraut das ultimative Upgrade!



Der Giersch muss weg! 28 Unkräuter bekämpfen oder einfach aufessen – 50 frische Wildkräuter-Rezepte

Susanne Hansch, Elke Schwarzer,
Verlag Eugen Ulmer
Beschreibung

Sie nisten sich ungefragt in den Garten ein, machen sich unverschämt breit und kosten viel Zeit und Nerven – Unkräuter. Dieses Buch zeigt auf amüsante Weise, wie Sie die ungebetenen Gäste auf natürlichem Weg loswerden oder einfach aufessen können. Denn: Erstaunlich viele Pflanzen eignen sich vorzüglich als leckere Wildkräuter. Und mal ehrlich: Wenn die lästigen Wucherer schon da sind, können sie sich auch gleich in der Küche nützlich machen. Von Brennnessel-Buletten bis zum Wegrauke-Taboulé mit Cranberrys ist in den über 50 Rezepten für jeden Geschmack das passende Kraut gewachsen. Und wer weiß, vielleicht bezeichnen Sie sie nach dem Kochen doch nicht mehr als Unkraut?



Weitere interessante Bücher zum Thema sind im örtlichen Fachhandel erhältlich.

Wenn Tiere reden könnten: 150 000 und ich – Der Regenwurm, Teil 2

Kindermund: Regenwürmer können nicht beißen, weil sie vorne und hinten nur Schwanz haben!

Meine Wenigkeit

Nun wird es aber Zeit, noch etwas zu meiner Person zu sagen: Ich bin jetzt etwa ein Jahr alt und 20 Zentimeter lang. Manche aus meiner Familie können sogar zehn Jahre alt werden. Unsere größten Verwandten leben in Australien. Sie schaffen es, bei einem Durchmesser von drei Zentimetern auf eine Länge von drei Metern zu kommen. – Gewaltig, nicht wahr?

Über meinem Schlund sitzt mein Gehirn. Es ist zwar kleiner als Ihres, funktioniert im Prinzip aber genauso. Oder meinen Sie, ich brauche das nicht? Dann erklären Sie doch mal, wie das gehen soll, dass drei Verkürzungs- und Verdickungswellen gleichzeitig über meinen Körper laufen, wenn ich es eilig habe! Mein Auge ist nur eine lichtempfindliche Stelle an meinem Vorderende. Mein Schöpfer wusste, dass ich nicht mehr brauche. Was hätte ich auch mit einem komplizierteren Auge anfangen sollen? Ich brauche ja nur zu erkennen, wenn ich zur Erdoberfläche durchgestoßen bin und wenn ich mich wieder in die Tiefe graben muss. Sonnenlicht ist für mich gefährlich, es kann mich sogar töten. Trotzdem kann ich eine Austrocknung meines Körpers bis zu 70 % meines Gewichts ertragen und andererseits 100 Tage unter Wasser überleben. Das machen Sie mir erst nach!

Meine Feinde

Über meine Feinde schweige ich am liebsten. Doch wenn Sie mich richtig verstehen wollen, müssen Sie auch das hören, denn es hängt mit einer meiner wunderbarsten Eigenschaften zusammen. Sie können mich nicht dadurch töten, wenn Sie ein Stück von mir abreißen. Unter bestimmten Bedingungen kann ich nämlich fehlende Gliedmaßen wieder nachbilden. Mein Schöpfer hat meine Gene so programmiert, dass zum Beispiel mein Hinterteil wieder nachwächst, wenn es durch einen Unfall abgerissen wurde. Nun staunen Sie aber einmal: Sogar mein Kopf mit allem, was da dran ist, kann wieder neu entstehen. – Bitte, ich erzähle Ihnen keine Drachensmärchen! Es ist wahr! Leider machen sich das auch meine Feinde, die Maulwürfe, zunutze. Sie fangen mich, wenn ich in einen ihrer Gänge gerate. Dann beißen sie mir den Kopf mit drei oder vier Segmenten ab, wodurch ich bewegungsunfähig werde, und kleben mich in ihrer Vorratskammer an die Wand. Ein polnischer Biologe hat einmal 1200 Regenwürmer in solch einer Schreckenskammer gezählt. Wenn es mir allerdings gelingt, der maulwürfischen Gefräßigkeit im Winter zu entgehen, dann habe ich noch eine Chance davonzukommen. Ist inzwischen mein Kopfteil nachgewachsen, dann kann ich den gefährlichen Ort schleunigst wieder verlassen. Leider ist der Maulwurf nicht mein einziger Feind. Ich könnte Ihnen noch manches von grässlichen Verfolgungen und Quälereien berichten, an denen auch Sie ... Doch da schweigt des Regenwurms Höflichkeit.

Wissen Sie, dass wir auch unter dem Sündenfall zu leiden haben? Was Ihr Vorfahr verbrochen hat, hängt uns allen an. Deshalb warten wir sehnsüchtig darauf, dass die ganze Schöpfung von der „Knechtschaft der Vergänglichkeit“ freigemacht werden wird. Lesen Sie einmal in Ihrer Bibel Römer 8,19–23!

Meine Nahrung

Doch vorläufig habe ich in dieser Welt eine Aufgabe zu erfüllen. Der Schöpfer hat mich dazu beauftragt, den Erdboden aufzulockern und zu düngen. Darum durchziehen meine Gänge den Mutterboden. Wenn er irgendwo so hart ist, dass ich keinen Spalt zum Durchzwängen finde, dann „spucke“ ich

die Erde vor mir einfach an. Wenn sie dann aufgeweicht ist, fresse ich sie kurzerhand auf. Das ist überhaupt meine Methode, in tiefere Erdschichten einzudringen. Auf diese Weise kann ich auch Laub und andere organische Stoffe fressen. – Was glauben Sie wohl, was alles durch meinen Darm wandert! Die Reste davon finden Sie als kleine Kothäufchen auf der Erdoberfläche. – Sie brauchen sich nicht davor zu eckeln! Das ist bester Humusboden.

Meine Leistungen

Wissenschaftler haben errechnet, dass wir unter einem Hektar guten Bodens in 24 Stunden mehr als zwei Zentner Humus erzeugen. Das sind pro Jahr gute 40 Tonnen, die wir gleichmäßig über die Oberfläche verteilen. Natürlich schaffe ich das nicht alleine. Mit mir zusammen leben noch etwa 150 000 andere Regenwürmer unter der Fläche von der Größe eines Fußballfeldes. Unter einer fetten Wiese können es sogar mehrere Millionen sein. Wenn Sie uns alle zusammen wiegen wollten, kämen Sie bestimmt in Schwierigkeiten. Wir bräuchten nämlich mindestens zehn Zentner auf die Waage. Das ist genauso viel Fleisch, wie Sie auf der gleichen Fläche Großvieh ernähren könnten. Jedenfalls loben uns Fachleute wegen unserer „ungeheuren Umschichtungs- und Verarbeitungsleistung“ sehr. Wenn Sie uns ein bisschen Zeit lassen, sagen wir 300 bis 400 Jahre, können Sie sicher sein, dass die gesamte Erdmasse bis zu einer Tiefe von 40 Zentimetern durch unseren Darm gewandert ist. So erfüllen wir den Auftrag, den uns der Schöpfer gegeben hat. Unser Dasein, so unscheinbar es Ihnen auch vorkommen mag, dient zu seiner Verherrlichung.

Aus: *Wenn Tiere reden könnten ...*
von Werner Gitt/Karl-Heinz Vanheiden,
Weitere Informationen: www.clv.de

➤ Zwei Wurmfrauen treffen sich im Garten. Sagt die eine zur anderen: „Wo steckt denn heute dein Mann?“ Darauf die andere: „Ach, der ist beim Angeln!“

Ein Regenwurm kriecht aus seinem Loch, sieht einen anderen Regenwurm und meint höflich: „Wunderbares Wetter heute, nicht wahr?“ Er bekommt keine Antwort. Er versucht es weiter: „Hoffentlich bleibt es auch so schön!“ Wieder keine Reaktion. Der Regenwurm kriecht in sein Loch zurück und brummt ärgerlich: „Man wird älter! Jetzt habe ich schon wieder mit meinem Schwanz gesprochen!“

➤ Ein Wurm sagt zu seiner Verlobten: „Wenn du mich nicht sofort heiratest, werfe ich mich vor ein Huhn!“
„Angeln Sie hier? – „Nee, ich bade nur meinen Regenwurm!“

Nächster Erscheinungstermin

13. Juni 2024

Anzeigen-Annahme bis **3. Juni 2024** an:

GO Verlag GmbH und Co. KG
Alleestraße 158 · Kirchheim
Tel. 07021 9750-47 · Mobil 0172 4981839
E-Mail: nicole.mueck@teckbote.de



Wonnemonat Mai

Warum wird ausgerechnet der Monat Mai als Wonnemonat bezeichnet?

„Wonne“ ist das Synonym, aber auch Steigerung zu „Freude“. Zu beidem bietet der Frühling in ausreichendem Maß Anlass. Obwohl das Frühjahr rein kalendarisch im März beginnt, konzentrieren sich im allgemeinen Bewusstsein die positiven Elemente des Frühlings auf den Mai. Veilchen und Vergissmeinnicht blühen, alles erneuert sich und erwacht zu neuem Leben. Zahlreiche Volksbräuche wie die Walpurgisnacht, der Maibaum, Maisingen, Mairitte feiern dieses Gefühl der Erneuerung und das Erwachen neuen Lebens.

Am 1. Mai wird in vielen Gegenden, besonders in Baden-Württemberg und Bayern, traditionell ein Maibaum aufgestellt, was oft mit Tanz und einem zünftigen Vesper gefeiert wird. Der geschmückte Maibaum überragt Dorf oder Stadtteil und heißt den nahenden Frühling willkommen.

Dass die Menschen durchaus für die Mai-„Wonne“ empfänglich sind, ist bekannt. Dichter, Sänger und Liedermacher besingen seit jeher den Mai als Wonnemonat, in dem es endlich Frühling wird. Das Wort „Wonnemonat“ sucht man darin freilich vergebens, und es kommt in der Lyrik, nicht einmal der romantischen – aber auch im Volkslied –, kaum vor.

In der Natur bilden Pflanzen und Bäume Knospen und Triebe, und auch die Säugetiere, Insekten, Vögel, das ganze Tierreich befasst sich eifrig schon teilweise seit Ende April mit der Fortpflanzung. Dass das Tierreich dabei schneller ist, hat seinen guten Grund, denn wenn die Jungtiere schon Ende April geboren sind, kommt ihnen das reichliche Futterangebot im Mai zugute und die Überlebenschancen der Art sind dadurch höher.

Hier ist jetzt ein Zusammenhang zu erkennen.

Der Begriff „Wonnemonat“ geht zurück auf das althochdeutsche „wunnimanod“ oder „winnimanod winni“ und bedeutete Weide. Der Mai war und ist Weidemonat. Durch die Veränderung im Sprachgebrauch wurde winni zu wunni und nachfolgend Wonne – also Wonnemonat.

Maiglöckchen

Volksnamen: Augenkraut, Maiblume, Glasblümli, Marienglöckchen, Schneetropfen

Die Maiglöckchen gehören zu den Liliengewächsen (Familie Liliaceae) und mit zu einer der größten Pflanzenfamilien mit über 3500 weltweit verbreiteten Arten.

So gut es riecht, so tödlich ist das Maiglöckchen und zwar die ganze Pflanze, einschließlich der roten kugeligen Beerenfrüchte, die sich im Sommer herausbilden. Die geschützte Pflanze wird 15 bis 25 cm hoch, wächst häufig in Laubwäldern, bevorzugt auf Lehmböden, wird aber auch gerne in Gärten ange-



pflanzt. Ihre Blütezeit liegt zwischen Mai und Juni. Die glockenförmigen nickenden Blüten sind ca. 8 mm groß, weiß und angenehm süß duftend. 6 bis 12 Blüten sind einseitig als überhängende Traube an einem glatten aufrechten Stengel angeordnet. Die breiten, elliptischen, kahlen Blätter wachsen paarweise aus einem kriechenden Wurzelstock.

(Gefährlich ist hier die Verwechslung mit den Blättern des Bärlauchs, da auch dieser in Laubmischwäldern wächst und im Gegenteil zu Maiglöckchen, die sehr giftig sind, gerne in der Küche Verwendung findet.)

Der Winter ist vorüber (L'inverno è passato)

Frühlingslied aus dem Tessin und Norditalien, übersetzt von Hans Baumann

Der Winter ist vorüber, vorbei ist der April, im Maien heimgekommen, der Kuckuck bleibt nicht still. Kuckuck, Kuckuck, vorbei ist der April, im Maien heimgekommen, der Kuckuck bleibt nicht still.

Da droben im Gebirge ist aller Schnee zertaut, der alte Schelm, der Kuckuck, schaut, wo ein Nest gebaut. Kuckuck, Kuckuck, ist aller Schnee ...

Die Schöne hinterm Fenster, schaut sich die Augen aus und hofft, dass ihr der Kuckuck den Liebsten bringt nach Haus. Kuckuck, Kuckuck, schaut sich die Augen aus ...

Der Mai, der liebe Maien, das ist die beste Zeit, er lässt die Liebe blühen, sobald der Kuckuck schreit. Kuckuck, Kuckuck, das ist die beste Zeit ...

Aus:

Unser Liederbuch Band II, 1968 – für das 5. bis 7. Schuljahr

Bauernregeln im Mai

- Donner und Fröste im Wonnemonat, Müh' und Arbeit wenig lohnt.
- Das Jahr fruchtbar sei, wenn's viel donnert im Mai.
- Ist der Mai recht heiß und trocken, kriegt der Bauer kleine Brocken.
- Ist der Mai kühl und nass, füllt's dem Bauern Scheun' und Fass.
- Wenn im Mai die Wichteln schlagen, läuten sie von Regentagen.
- Regen im Mai bringt fürs ganze Jahr Brot und Heu.
- Gewitter im Mai bringen Früchte herbei.
- Ein Bienenschwarm im Mai ist wert ein Fuder Heu.
- Mairegen bringt Segen.
- Ein nasser Mai schafft Milch herbei.
- Ein kühler Mai wird hochgeacht', hat stets ein gutes Jahr gebracht.

Quelle: wikipedia

Namibia – unendliche Weite und ein Land voller Formen und Farben

Reiseerlebnisbericht von Othmar Kuck – Teil 3, von Solitaire bis Swakopmund

Wir haben den 8. März und sind unterwegs vom Sossusvlei nach Swakopmund. Nach einer Pause in Solitaire machen wir uns wieder auf den Weg, von hier sind es noch 260 Kilometer bis zu unserem Ziel. Eigentlich klingt das nicht nach einer sehr langen Fahrt. Die Strecke hat es aber in sich! Die nächsten Stunden verbringen wir auf einer „Wellblechpiste“, die uns richtig schön durchschüttelt. Am Straßenrand sind Schilder aufgestellt, dass man hier nur 100 km/h fahren darf, wir schonen unsere Reifen und Stoßdämpfer und fahren maximal 70 km/h. Die Sonne scheint erbarmungslos, während wir Kilometer für Kilometer vorwärts rollen. Ein voller Tank und eine funktionierende Klimaanlage sind hier unbedingt notwendig.

Viele Autos begegnen uns auf dieser Strecke nicht. Auf unserer Etappe durchfahren wir auf der C14 das zweite Mal den südlichen Wendekreis, „Tropic of Capricorn“, zu Deutsch den „Wendekreis des Steinbocks“. Dies ist die südlichste Stelle unseres Planeten, an dem die Sonne zum Mittag des Tages im Zenit steht. Es ist sozusagen die letzte Möglichkeit, senkrecht, ohne einen nach links oder rechts abweichenden, sonnenbedingten Schatten, direkt unter der Sonne zu stehen. Wir halten für einen Fotostopp kurz an.

Wir nähern uns nun dem Kuiseb-Pass. Der Pass ist eine ausgewaschene Schlucht, die meist jahrelang trocken liegt. Der Weg schlängelt sich weitgehend ungesichert in Serpentina durch den Pass. Lediglich an manchen Stellen befinden sich kurze Teile einer Leitplanke. Eine zerklüftete, bizarre „Mondlandschaft“ erwartet uns, als wir den Gipfel erreichen. Hier machen wir eine kurze Pause, um uns die Füße zu vertreten und die Landschaft auf uns wirken zu lassen. Den Rastplatz haben wir wieder mal, wie so oft, für uns alleine.



Nachdem wir den Pass hinter uns gelassen haben, geht es auf ebener Strecke nur noch geradeaus, durch eine trostlose, riesige, sandige Ebene. Nichts, einfach nichts. Extreme Hitze, die Trockenheit und Einsamkeit. Kaum vorzustellen, wie es wohl ist, hier draußen auf fremde Hilfe angewiesen zu sein.

Nach weiteren 1 ½ Stunden durch die Wüste sind wir froh, endlich in Walvis Bay angekommen zu sein. Zu unserem Ziel, dem „Driftwood Guesthouse“ in Swakopmund, ist es nun nicht mehr weit, dort werden wir die nächsten drei Nächte bleiben. Als wir dort ankommen, beträgt die Temperatur knapp über 20 Grad, direkt kalt gegenüber den 38 Grad, die wir noch vor wenigen Stunden hatten.

Nach dem Check-in fahren wir zum Abendessen ins „Blue-Grass“, das uns im Guesthouse empfohlen wurde, wo wir für knapp 30 Euro eine Fischplatte und ein Steak mit Getränken bekommen.

Für den nächsten Tag haben wir bereits von zu Hause aus eine Tour bei „Mola Mola Safaris“ in Walvis Bay gebucht, die „Marine Dune Experience“. Nach etwa 40 Minuten Fahrt von Swakopmund nach Walvis Bay starten wir gegen 9.00 Uhr mit dem



Katamaran in Richtung Pelican Point, einer Halbinsel, die der Hafenstadt Walvis Bay vorgelagert ist. Unterwegs sehen wir Flamingos, einen Mola Mola, die wohl relativ selten zu sehen sind. Der Mondfisch gilt als einer der schwersten Knochenfische der Welt. Wenn er an die Oberfläche kommt, legt er sich flach auf die Seite. Er kann eine Länge von 3,30 Metern und eine Masse von 2,3 Tonnen erreichen. Unserer ist etwas kleiner, aber immer noch ein ordentlicher Brocken.

Wir bekommen Besuch an Bord unseres Bootes von einem Seelöwen und Pelikanen, die sich sogar anfassen lassen. Bei dem Wrack eines Kutters verlässt uns der Seelöwe, um auf Kormoranjagd zu gehen. Erfolgreich schnappt er sich einen im Flug, der sich zu dicht an die Wasseroberfläche traut. Zum Picknick unterwegs gibt es frische Austern und Champagner. Man gönnt sich ja sonst nichts.

Hunderte von Seelöwen begleiten das Boot, und an der Spitze von Pelican Point sehen wir Robbenkolonien am Strand – mit mehreren Tausend Tieren ein imposanter Anblick, aber nichts für eine empfindliche Nase. Eigentlich hatten wir noch einen Ausflug nach Cape Cross geplant, einer Robbenkolonie, in der bis zu 200 000 Tiere leben. Aber bei dem intensiven Geruch, den wir hier mit ein paar Tausend Tieren haben, verzichten wir auf das, was uns dort wohl erwartet.



Wieder im Hafen angekommen, bleibt nur kurze Zeit, bevor es weitergeht. Der zweite Teil der Tour führt uns mit dem Allradfahrzeug in die Dünen nach Sandwich Harbour. Der auf die Portugiesen zurückgehende Sandfischhafen wurde 1884 Teil von Deutsch-Südwestafrika und kurzzeitig Anlaufstelle der Schiffe für die Kolonie. 1889 war er Versorgungshafen der Deutschen – die in direkter Nachbarschaft liegende Walvisbuchth gehörte den Engländern und durfte von deutschen Schiffen nicht genutzt werden. Der Hafen in Sandwich Harbour ist jedoch 1893 in seiner Funktion durch den Hafen von Swakopmund abgelöst worden, da es nicht möglich war, ihn dauerhaft sandfrei zu halten, damit die Schiffe anlegen konnten.

Mittlerweile reichen die Dünen bis ans Meer und haben alle Überreste der damaligen Siedlungsversuche mit Sand bedeckt. Durch Verschiebung der Sandmassen ist die ehemalige Bucht jetzt eine Lagune und eine riesige Vogelkolonie, die unzähligen Seevögeln einen optimalen Lebensraum bietet.

Kurz nach der Abfahrt in die Dünen zieht Nebel auf und wir haben Bedenken, ob wir die Fahrt überhaupt durchführen können. Nach einiger Zeit lichtet sich dieser und wir haben wieder herrlichen Sonnenschein.



Unser Guide kann uns mit vielen Informationen versorgen und auf jede Frage eine Antwort liefern. Bei einem kurzen Halt gräbt er einen Wüstengecko aus, den wir auf der Hand halten, an einer anderen Stelle wird uns gezeigt, warum der Sand eine gräuliche Farbe hat. Nachdem der Sand mit einem Magnet in Berührung kommt, sondern sich Eisenteilchen ab, die dem Sand seine Farbe geben.



Die Fahrt mit dem Geländewagen, die zunächst am Strand entlangführt, wo sich die Dünen und das Meer treffen, ist ein echtes Erlebnis. In den Dünen selbst fahren die Fahrzeuge sicherheitshalber immer in der Gruppe. Wir haben die Tour durch die Dünen unglaublich genossen!



Auf dem Weg zurück nach Walvis Bay sehen wir große Gruppen Flamingos, bis zu 50 000 sollen es um diese Jahreszeit sein. In ein paar Wochen werden viele von ihnen zu ihren Brutplätzen in den Etosha-Nationalpark und nach Botswana fliegen. Sie und Scharen anderer Seevögel finden hier im seichten Gewässer ein reiches Nahrungsangebot.



Wir fahren vorbei am Pink Lake, einem See, der tatsächlich rosa ist. Die Farbe bekommt er durch Mikroorganismen, die durch die Fotosynthese Beta-Carotin freisetzen. Der See ist ein Teil der Salzproduktion. In den 3500 Hektar großen Salinen von Salt Works in Walvis Bay werden jährlich 400 000 Tonnen hochwertiges Salz gewonnen – 90 Prozent des Salzes, das im südlichen Afrika produziert wird, kommt von hier. Schon von Weitem sieht man schneeweiße Berge Salz in den blauen Himmel ragen. Dieses ist allerdings weniger für den Teller, sondern mehr für die Industrie bestimmt.

Morgen ist unser letzter Tag in Swakopmund. Wir wollen in Richtung Skeleton Coast fahren und uns auch noch Swakopmund näher ansehen.

Fortsetzung folgt!

Königreich der Knochen: SIGMA Force

von James Rollins übersetzt von Norbert Stöbe

Im Kongo wird ein humanitäres Hilfscamp von Tieren angegriffen. Doch nicht nur von einer einzigen Spezies, sondern von allen auf einmal. Alle Tiere der Wildnis haben sich gegen die Menschen verbündet. Commander Grayson Pierce und sein Team vom wissenschaftlichen Geheimdienst Sigma Force werden zur Hilfe gerufen. Doch auch korrupte Militärangehörige sowie der skrupellose Multimilliardär Nolan De Coster sind bereits vor Ort. Was kann diesen Amoklauf der Natur ausgelöst haben? Und wie kann man es aufhalten? Die Antwort findet sich im Königreich der Knochen!



Leseprobe: 23. April, 7:23 CAT

Provinz Tshopo, Demokratische Republik Kongo
Ein schmerzhafter Stich versetzte Charlotte Girard unvermittelt in die harte Realität zurück. Sie hatte geträumt, sie schwimme nackt im eiskalten Pool des Familienlandsitzes an der französischen Riviera. Sie klatschte sich mit der Hand auf den Hals und setzte sich im aufgeheizten Zelt auf. Die Luft war erstickend. Sie wurde erneut gestochen, diesmal am Handrücken. Erschrocken schüttelte sie den Arm und verfiel sich im Moskitonetz. Sie fluchte auf Französisch und befreite den Arm. Sie senkte den Blick in der Erwartung, eine der schwarzen Fliegen zu sehen, unter denen die Bewohner des Flüchtlingslagers litten. Stattdessen saß eine rot-schwarze Ameise auf ihrem Handgelenk. Die Mandibeln hatten sich tief ins Fleisch gegraben. Angewidert schnippte sie sie weg. Das Insekt landete im Netz und kletterte daran hoch. Mit klopfendem Herzen trat Charlotte unter dem Netz hervor, das ihre Pritsche umhüllte. Ameisenstraßen verliefen im Zickzack über Boden und Wände.

Wo kommen die alle her?

Sie schlüpfte in die Sandalen, von denen ein paar verirrte Ameisen abfielen. Dann tappte sie auf Zehenspitzen über die wimmelnde Landkarte auf dem Boden. Zum Glück war sie mit blauem Kittel und weißer Weste bekleidet. Sie musterte sich im Standspiegel und erschrak. Sie war Ende zwanzig, wirkte aber um zehn Jahre gealtert. Das tiefschwarze Haar hatte sie zum Pferdeschwanz gebunden, doch da sie darauf geschlafen hatte, war er zerzaust. Ihr Gesicht wirkte aufgedunsen, und sie hatte dunkle Augenringe. Nach dem langen Aufenthalt in der Sonne schälte sich die Haut. Ihr Hautarzt in Montmartre wäre entsetzt gewesen, doch hier draußen im Busch hatte sie keine Zeit für einen solchen Luxus wie Sonnenschutzmittel und Feuchtigkeitscreme. Am Abend zuvor hatte sie sich weit nach Mitternacht erschöpft auf die Pritsche gelegt. Sie war die Jüngste des vierköpfigen Einsatzteams der Médecins Sans Frontières, der Ärzte ohne Grenzen. Sie waren unterbesetzt, denn da der Dschungel im Osten aufgrund der anhaltenden Regenfälle überschwemmt war, strömten ständig neue Flüchtlinge ins Dorflager. Vor acht Tagen hatte sie ein Helikopter von der Stadt Kisangani hergefliegen, wo sie für das Programm Gesunde Dörfer der UNICEF gearbeitet hatte. Schon kurz nach der Ankunft fühlte sie sich überfordert. Vor zwei Jahren hatte sie die Facharztausbildung in Kinderheilkunde an der USPC – der Université Sorbonne-Paris-Cité – abgeschlossen und sich für ein Jahr bei den MSF verpflichtet, da sie etwas zurückgeben wollte. Damals war ihr das vorgekommen wie ein großes Abenteuer, das sie unbedingt mitnehmen wollte, bevor die Routine in einem Krankenhaus begann. Außerdem hatte sie einen Teil ihrer Kindheit in Brazzaville verbracht, der

Hauptstadt der angrenzenden Republik Kongo. Seitdem hatte sie sich gewünscht, irgendwann in den afrikanischen Dschungel zurückzukehren. Allerdings stellte sich heraus, dass sie die Kongoregion durch eine rosarote Brille betrachtet hatte. Auf die Beschwerden im ländlichen Buschgebiet war sie nicht vorbereitet gewesen. *Als versuchte hier alles, einen zu fressen, zu stechen, zu vergiften oder zu bescheißen.*

Sie ging zur Eingangsklappe des Schlafzelts, schob sie mit der Schulter beiseite und trat in den dunstigen morgendlichen Sonnenschein hinaus. Sie blinzelte und beschattete die Augen mit der Hand. Zur Rechten lagen mit Stroh oder Blech gedeckte Hütten. Ein großer Teil der Behausungen war bereits vom angeschwol-

lenen Tshopo weggeschwemmt worden. Zur Linken breiteten sich Zelte und provisorische Unterkünfte bis zum Wald aus. Darin waren Flüchtlinge aus anderen Dörfern untergebracht, die vor den Wasserfluten geflohen waren. Und täglich kamen weitere Menschen an und vergrößerten die Probleme. Der Rauch der zahlreichen Lagerfeuer vermochte den Gestank der Abwässergräben nicht zu überdecken. Die Zahl der Cholerafälle stieg, und es mangelte an Infusionslösung und Doxycyclin. Gestern hatte sie außerdem noch Dutzende Malariafälle behandelt. Das war nicht die ländliche Idylle, von der sie in Paris geträumt hatte. Um das zu unterstreichen, grollte in der Ferne bedrohlich der Donner. In den vergangenen zwei Monaten war in der Gegend Unwetter auf Unwetter gefolgt. Die überfluteten Gebiete verwandelten sich in Sümpfe, obwohl eigentlich Trockenzeit war. Die Regenfälle waren die schlimmsten seit hundert Jahren – und es waren weitere Unwetter angekündigt. Die Fluten bedrohten den ganzen Zentralkongo, und aufgrund von Korruption und bürokratischer Hemmnisse tat sich die Katastrophenhilfe schwer. Sie hoffte, dass die UN Nachschub liefern würden, bevor die Situation sich weiter verschlechterte. Auf dem Weg zum Behandlungszelt beobachtete sie, wie ein Kind sich hinhockte und mit einem Schwall flüssigen Stuhls erleichterte. Ameisen liefen dem kleinen Mädchen über die Füße und krabbelten an den Beinen hoch. Sie schrie vor Schmerzen, bis eine Frau, vermutlich ihre Mutter, sie hochhob und die Ameisen von Beinen und Füßen abstreifte. Charlotte eilte hinüber und half dabei, die letzten Ameisen abzuklauben. Sie zeigte zum Behandlungszelt. Ihr Swahili war ziemlich bescheiden. „Dawa“, sagte sie und geleitete Frau und Kind hinüber. „Deine Tochter braucht Medizin.“ Ein Kind konnte binnen eines Tages an Dehydrierung sterben, ganz gleich, ob Cholera oder irgendeine andere Krankheit die Ursache war. „Kuza, Kuza“, drängte Charlotte die Frau zur Eile und ging voran. Überall eilten Einheimische umher. Viele versuchten, die Ameisenhorde mit Palmwedeln abzuwehren. Charlotte schloss sich einem Luba an, der den Weg zum Behandlungszelt fegte. In seinem Gefolge erreichte sie unbeschadet die Eingangsplane. Der Geruch von Desinfektionsmitteln und Jod überlagerte vorübergehend den Gestank im Lager. Cort Jameson, ein grauhaariger Kinderarzt aus New York, bemerkte sie. „Was haben Sie da, Dr. Girard?“, fragte er auf Englisch, der Umgangssprache der Ärzte. „Einen weiteren Fall von Diarrhö“, antwortete sie und trat hinter der Frau mit dem Kind ins Zelt. „Ich kümmer mich drum.“ Er reichte ihr einen dampfenden Becher Kaffee. „Trinken Sie erst mal. Sie sehen aus, als könnten Sie kaum die Augen offen halten. Wir können auch noch ein paar Minuten länger hierbleiben.“ Sie lächelte dankbar, fasste den Becher mit beiden

Händen und atmete den Kaffeeduft ein. Allein schon vom Geruch bekam sie Herzklopfen. Der Kaffee war hier so dick wie Sirup, ganz anders als der köstliche petit café in ihrem Pariser Lieblingsrestaurant. Inzwischen waren alle von dem Gebrauh abhängig und erörterten halb im Scherz, ob sie es sich nicht besser intravenös verabreichen sollten. Sie trat beiseite, um die kurze Pause und das dunkle, bittere Elixier zu genießen. Ihr Blick fiel auf den stämmigen Benjamin Frey, einen dreiundzwanzigjährigen Biologiestudenten, der gerade seine Doktorarbeit schrieb. Der junge Mann mit dem kastanienbraunen Haar war mit Kakisachen und Schlapphut bekleidet. Außerdem trug er Turnschuhe, die unerklärlicherweise noch immer makellos weiß waren. Aufgrund seines schroffen Verhaltens und seiner Tics vermutete sie, dass er Autist war, allerdings ein hochfunktionaler. Außerdem verbiss er sich immer wieder in esoterische Themen, ohne Rücksicht auf das Interesse – oder Desinteresse – seiner Zuhörer. Als er in der Nähe einer Ameisenstraße in die Hocke ging und eins der Insekten mit einer Pinzette hochhob, ging sie zu ihm. Die Ameisenschwemme, die neueste Plage im Lager, weckte ihre Neugier. Frey blickte sich zu ihr um. „Dorylus wilverthi“, sagte er und reckte das gefangene Exemplar in die Höhe. „Die afrikanische Treiberameise. Auch sifau genannt. Einer der größten Vertreter der Treiberameisen. Soldaten wie dieser können bis zu eins Komma drei Zentimeter groß werden, die Königin sogar fünf Zentimeter. Die Mandibeln sind so kräftig, dass die Eingeborenenstämme damit Wunden verschließen.“ Bevor er zu einem längeren Diskurs ausholen konnte, kam sie ihm zuvor. „Aber woher kommen sie auf einmal?“ – „Ach das sind Flüchtlinge wie alle anderen auch.“ Er setzte die Ameise wieder ab und richtete sich auf. Mit der Pinzette zeigte er auf die wogenden Fluten des Tshopo. „Sieht so aus, als wären sie aus ihren Siedlungsgebieten vertrieben worden.“ Es dauerte einen Moment, bis sie begriff, dass die in der Strömung treibenden schwarzen Inseln keine Trümmer waren, sondern große Flöße dunkelroter, miteinander verbundener Ameisen. „Wieso sind sie nicht ertrunken?“, fragte sie. „Nur weil sie ein bisschen nass geworden sind? Das stellt für sie kein Problem dar. Sie können unter Wasser einen ganzen Tag lang überleben. Ameisen sind widerstandsfähige kleine Soldaten. Es gab sie schon zu Zeiten der Dinosaurier, und sie haben sämtliche Kontinente besiedelt. Mit Ausnahme der Antarktis natürlich.“ Angewidert beobachtete sie, wie eines der Flöße ans Ufer stieß und sich die Ameisenhorde landeinwärts bewegte. Die Eindringliche agierten im Einklang, als hätten sie den Vorstoß im Voraus geplant. „Das sind schlaue Viecher“, setzte Frey hinzu, als hätte auch er die Aktion bemerkt. „Jede Ameise verfügt über zweihundertfünfzigtausend Gehirnzellen. Damit sind sie die intelligentesten Insekten des Planeten. Und das bezieht sich auf gerade mal eine. Nimmt man vierzigtausend Exemplare, entspricht deren Gehirnkapazität der unseren. Dabei wurden Superkolonien von Dorylus mit mehr als fünfzig Millionen Individuen gefunden. Können Sie sich das vorstellen? Angeführt von einer Königin, die dreißig Jahre alt werden kann, älter als jedes andere Insekt. Man sollte sie nicht unterschätzen.“ Auf einmal wünschte sich Charlotte, sie hätte sich auf keine Unterhaltung mit dem Biologen eingelassen. „Es wird eine Menge Bissverletzungen geben, bevor diese Armee weiterzieht“, sagte Frey, als sie sich zum Gehen wandte. „Treiberameisen sind nicht nur intelligent, sondern auch reizbar und äußerst wehrhaft. Die Mandibeln sind so fest wie Stahl und messerscharf. Wenn sie unterwegs sind, verzehren sie alles, was ihnen in die Quere kommt. Sie töten sogar angeleinte Pferde und skelettieren sie. Oder Hunde, die im Haus eingesperrt sind. Manchmal auch Säuglinge.“ Charlotte schluckte beklommen. Als hätten wir nicht schon genug Probleme.

„Wie lange dürfte es dauern, bis sie weiterziehen?“ Frey runzelte die Stirn und stemmte die Hände in die Hüften. Er betrachtete die Ameisenstraßen, die sich vom Fluss ausgehend durchs Lager zogen. „Das ist schon seltsam. Ein solches Verhalten ist ungewöhnlich. Normalerweise meiden die Treiberameisen Gebiete, wo es so unruhig zugeht wie hier im Lager. Sie bevorzugen den Schatten des Dschungels.“ Er zuckte mit den Schultern. „Die Überflutung ist jedenfalls atypisch. Vielleicht hat das die Ameisen so aggressiv gemacht. Aber irgendwann sollten sie sich beruhigen und weiterziehen.“ „Ich hoffe, Sie haben recht.“ Er nickte, den Blick auf die sich ausbreitende Ameisenhorde gerichtet. „Ich auch.“

Dieses und weitere spannende Bücher sind im örtlichen Fachhandel erhältlich!

Süßkartoffelchili für 3 – 4 Personen

Zutaten:

- 1 Zwiebel
- 1–2 Knoblauchzehen
- 1 große Süßkartoffel (500 g)
- 1–2 Karotten
- 1 Paprikaschote
- 1 Dose Kidneybohnen
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL Kreuzkümmelpulver
- 1 TL Cayennepfeffer
- 1 TL Paprikapulver, edelsüß
- Salz, Oregano, Chilipulver
- ca. 150 ml Gemüsebrühe
- (wer mag, noch Mais)



Zubereitung:

Zwiebel würfeln, Knoblauch durchpressen. Süßkartoffeln und Karotten schälen und in Würfel schneiden. Paprika waschen, entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Anschließend die Zwiebel in Öl glasig dünsten, Süßkartoffeln, Karotten, Paprika und Knoblauch dazugeben und alles einige Minuten dünsten. Tomatenmark und Paprika edelsüß kurz mitdünsten, dann die Tomaten, die abgetropften Bohnen und die restlichen Gewürze zugeben. Gut umrühren und die Gemüsebrühe angießen. Auf kleiner Flamme köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist. Noch einmal abschmecken und frisches Fladen- oder Vollkornbrot dazu reichen.

Forellenfiletcreme

Zutaten:

- 1 Pck. geräuchertes Forellenfilet (125 g)
- 150 g Frischkäse Natur
- 3–4 gehäufte TL Sahnemeerrettich
- Pfeffer, Knoblauchpulver
- (Salatgurke, Salat)



Zubereitung:

Forellenfilet zerpflücken, mit Frischkäse und Meerrettich in einem hohen Gefäß pürieren, mit Pfeffer und Knoblauchpulver würzen. Circa eine Stunde in den Kühlschrank stellen. Mit Gurkenscheiben und/oder Salat anrichten. Dazu kräftiges Brot servieren.

Freibad am Scholderplatz in Weilheim – Saisonstart 2024

Wo sich jetzt jeden Sommer viele Sonnen- und Wasserhungrige tummeln, war noch bis zum Anfang des 19. Jahrhunderts ein beliebter Festplatz und Treffpunkt im Garten der Stibermühle. Der riesige Garten war, auch durch seine Lage und die zahlreichen Obstbäume, die angenehmen Schatten spendeten, der ideale Ort für Feste aller Art. Anfang der 30er-Jahre konnten der Garten und die Stibermühle von der Stadt erworben werden. Damit konnte der Plan, mitten in der Stadt für die Bevölkerung ein geräumiges Freibad zu schaffen, in die Tat umgesetzt werden.

Die Obstbäume mussten zu einem großen Teil gefällt werden, um für die Freibadanlage Platz zu schaffen. Von vielen tatkräftigen Händen wurde die Grube teilweise in Handarbeit, später mit Unterstützung eines Baggers, ausgehoben. Nach aufwändigen und mühsamen Bauarbeiten und unter Zeitdruck konnte das Weilheimer Freibad noch vor der Badesaison im Juni 1938 fertiggestellt und unter großem Jubel eingeweiht werden.

Um dringend notwendige Parkplätze zu erhalten, wurde 1960 die traditionsreiche Stibermühle abgebrochen und der Eingangsbereich des Bades neu gestaltet. Die Schwimmbadanlage wurde modernisiert und eine Fußrinne eingebaut. 1965 folgte dann eine zusätzliche Filteranlage. Laufende Baumaßnahmen, wie der Bau einer Überlauftrinne und eines Schwallbeckens 1990/1991, einer neuen Filteranlage 2001, neue Bodenbeläge im Umkleidebereich Damen und Herren 2007/2008, neue WC-Anlagen bei Damen und Herren, eine Fassadensanierung der Holzverkleidung am Bademeisterhaus und der Umkleideräume sowie modernste Technik, in der 2011 die gesamten Pumpen überholt und teilweise erneuert wurden, machten einen modernen, qualitativ hochwertigen Badebetrieb möglich.

Auch der Begrenzungszaun war in die Jahre gekommen, deshalb wurde in der Saisonpause 2012/2013 um das gesamte Freibadareal ein neuer Zaun angebracht.

Ab Herbst 2018 begann die komplette Sanierung des Freibades, und im August 2019 ging das neu sanierte Freibad in Betrieb mit einem komplett neuen Gebäude mit Duschen/WCs, Umkleidekabinen, Bademeisterraum, Personalraum, Personalumkleiden und -duschen. Außerdem:

- Schließfächer für Wertsachen für eine Ein-Euro-Münze.
- Neue Technikräume mit neuer Technik
- Umstellung auf Chlorgranulat
- Neue Edelstahlbecken, zusätzlich ein Planschbecken mit Sonnensegel für die ganz Kleinen
- Holzliegedeck
- Neuer Spielplatz
- Neuer Eingang mit Ticketautomat, Kinderwagenschleuse und großem Ausgangedrehkreuz



Das familiäre Bad ist bei Einwohnern und Gästen gleichermaßen beliebt, das belegen an sich schon die enormen Besucherzahlen. Es sind viele Dinge, die das Weilheimer Freibad für seine Gäste so anziehend macht. Der alte Baumbestand der großen Liegewiese sorgt an heißen Sommertagen für angenehmen Schatten. Eltern mit Kleinkindern finden direkt am Nichtschwimmerbecken genügend Platz, um ihre Kinder immer im Auge zu behalten. Neue Liegestühle mit Pfandsystem für Zwei-Euro-Münzen stehen zur freien Verfügung für die Gäste im hinteren Bereich bereit.

Das Wasser in den Becken ist beheizt und so temperiert, dass es auch bei sehr heißen Außentemperaturen Erfrischung bringt. Es ist sowohl ein Schwimmer- als auch Nichtschwimmerbecken vorhanden. Im Nichtschwimmerbecken sorgen eine Wasserrutsche und Wasserspiele für jede Menge Spaß und gute Laune.

Bei einer Schwimmpause muss es nicht langweilig werden. Ein Beachvolleyballfeld, Tischfußball und Tischtennisplatten sorgen für die nötige Kurzweil.

Wie im vergangenen Jahr wird Frau Teresa Martino mit Pizza, Pommes und Roter Wurst vor Ort sein (außer bei schlechtem Wetter). Außerdem gibt es zusätzlich Automaten, die die Besucher mit Kaffee, Eis, kühlen Getränken und Snacks versorgen.

Im Einsatz für die Stadt sind der langjährige Betriebsleiter Herr Buck und Herr Ebner. Weitere eigene Aufsichtskräfte sind in diesem Jahr Herr Bösen und Herr Schneider.



Um haftungsrechtlichen Aspekten und dem Arbeitsschutz für die Mitarbeiter gerecht zu werden, unterstützt eine externe Firma – Schwimmbadservice Moritz Heitel – Herr Buck und Herr Ebner bei ihren Aufgaben.

Vor der laufenden Saison 2024 wurden wie immer die verschiedenen Unterhaltsmaßnahmen durchgeführt, um für die Besucher einen sicheren und entspannten Aufenthalt im Freibad zu gewährleisten. Dafür sind, bevor die ersten Gäste kommen, fleißige Hände notwendig, um die Außenanlagen und das Freibad für die Besucher herzurichten. Viele dieser Aufgaben übernehmen die Mitarbeiter des Städtischen Bauhofs sowie Herr Buck und Herr Ebner vor und auch während der Saison. Bereits in den Wintermonaten wird durch eine Spezialfirma der alte Baumbestand von abgestorbenen Ästen befreit und ausgelichtet, sodass auch Sonnenhungrige zu ihrem Recht kommen. Vor der Saisonöffnung müssen Zäune kontrolliert, Platten gerichtet, Hecken geschnitten, Rasen gemäht und die Ballfangnetze repariert werden. Während der Saison sind neben den Beschäftigten des Freibades die Bauhofmit-

arbeiter die Heinzelmännchen, die im Stillen wirken und die Außenanlage in Schuss halten – es wird gemäht, gekehrt und der Müll entsorgt.

Mit einer Spende des „Fördervereins Weilheimer Freibad“ in diesem Jahr konnten nochmals zehn neue Liegen beschafft werden.

All das kann der Besucher zu ausgesprochen familienfreundlichen Preisen nutzen. Und: Dauerkarten machen den Badespaß noch günstiger.

Neu: Am Ticketautomat gibt es Einzelkarten, Zehnerkarten und Familientageskarten, die mit Bargeld oder EC-Karte direkt am Automaten oder vorab alternativ online erworben werden können. Der Link ist auf der Homepage der Stadt zu

finden. Dauerkarten gibt es weiterhin im Bürgerbüro auf dem Rathaus. Zur Erstellung wird einmalig ein Lichtbild benötigt. Die Dauerkarte kann dann in den folgenden Jahren einfach im Bürgerbüro aufgeladen werden.

Die Saison **beginnt am 11. Mai und endet am 8. September**. Die täglichen Öffnungszeiten sind **durchgängig von 9.00 – 20.00 Uhr**.

Wir hoffen auf viele lange Sonnentage in dieser Freibadsaison, damit unser schönes Bad von vielen treuen und neuen Gästen genutzt werden kann.

Saison-Preise finden Sie auf der Homepage der Stadt Weilheim unter: www.weilheim-teck.de

28. Kult-Ur Open-Air unter der Limburg

Immer an Pfingsten lockt das Festival Kult-Ur Open-Air Musikbegeisterte unter die Limburg in Weilheim – dieses Jahr werden vom 17. bis zum 19. Mai drei Tage lang ausgelassene Live-Musik und Festivalstimmung geboten, mit allem, was dazugehört: Zeltplatz, Lagerfeuer und Bewirtung von früh am Morgen bis spät in die Nacht. Das Festival, das sich selbst als das „kultigste im Süden“ bezeichnet, legt traditionell auf eine ausgewogene Auswahl an lokalen und überregional bekannten Künstlern wert. Über das gesamte Pfingstwochenende hinweg werden Bands aus den Genres Rock, Metal, Punk, Folk und Ska die Bühne am „Wanderparkplatz Lindenbrücke“ unterhalb der Limburg erobern und für unvergessliche Momente sorgen. Dem „Open-Air“ im Namen zum Trotz ist das Festival auf jedes Wetter vorbereitet, dank eines großen Festzeltes, in dem die Konzerte stattfinden.

Freitagabend – Auftritt der bei Stammgästen hoch geschätzten und in der Region wohl bekannten Punkrocker Solle Vöhne, gefolgt von der international erfolgreichen Dark-Metal-Band Lacrimas Profundere, die mit ihrem dunklen, emotionalen und zugleich harten Sound das Publikum in ihren Bann zu ziehen wissen.

Samstagabend – Jack Pott bringt feinsten deutschsprachigen Punk aus dem hohen Norden der Republik mit auf die Bühne, gefolgt von Europas erfolgreichster Horrorpunk-Band The Other, die den Abend mit ihrer Show krönen.

Am Sonntag folgt das alljährliche Weißwurstfrühstück – Kulturanka spielen dazu klassische Blasmusik – mit dem einen oder anderen modernen Einfluss.

Die dreitägige Dauerparty findet dieses Jahr ihren Abschluss in der Tanzwut auslösenden Show von Dr. Aleks & the Fuckers aus Sindelfingen, die ihre Kombination aus Balkan-Brass und Punk selbst „Sexy Gipsy Balkan Action“ nennen.

Neben diesen Bands dürfen sich die Gäste außerdem auf die Musik von x², Hans Crvst, The Wasn't Me's, The Worm Reducer, Empathy Problem, No-Brainer, Samarah, GCU, Roadstring Army, Call Me Brutus und Shoreline freuen – bei dieser Vielfalt wird jeder auf seine Kosten kommen.

Das Drei-Tages-Ticket sowie Tickets für die einzelnen Tage können online unter www.kultur-openair.de und im Kirchheimer Mehrgenerationenhaus Linde, das als Einrichtung des Kreisjugendrings Esslingen e. V. zusammen mit der Kulturinitiative Teck auch als Veranstalter des Open Airs auftritt, erworben werden.

Für Spontane gibt es auch eine Abendkasse – da viele Besucher erwartet werden und die Kapazitäten des Zeltes nur begrenzt sind, empfiehlt es sich jedoch, Karten im Vorverkauf zu erwerben. Die Tickets enthalten den Eintritt für alle drei Tage inklusive Zutritt zum Campingplatz. Der Zutritt zum Festival ist ab 16 Jahren erlaubt. Camping ist erst ab 18 Jahren oder im Beisein eines Erziehungsberechtigten gestattet.

Web: www.kultur-openair.de

Facebook: www.facebook.com/kulturopenair

Instagram: www.instagram.com/kulturopenair

Löwenzahngelee

Zutaten:

3 Handvoll gelbe Blüten vom Löwenzahn (abgezupft, ohne Grün)
1 Liter Wasser
2 große Zitronen
500 g Gelierzucker 2:1



Zubereitung:

Löwenzahnblüten zur Mittagszeit sammeln und die gelben Blütenblätter vom Grünen entfernen. Die gelben Blüten mit kaltem Wasser und einer in Scheiben geschnittenen Zitrone in einen Kochtopf geben und zwei Stunden zugedeckt stehen lassen, dann aufkochen und fünf Minuten kochen. Über Nacht zugedeckt ruhen lassen. Jetzt alles durch ein mit einem Mulltuch oder einer doppelten Lage Zewa ausgelegten Sieb in einen hohen Topf gießen und die Blüten in dem Tuch gut ausdrücken. Zu dem gewonnenen Saft den Saft einer Zitrone und den Gelierzucker geben, unter Rühren aufkochen lassen und vier Minuten sprudelnd kochen, heiß in Gläser füllen und sofort verschließen. Hält circa ein Jahr.

Kulturprogramm der Ziegelhütte anlässlich der Eröffnung des neuen „Alten Schafstalls Randeck“ bis zum 23. Juni 2024

Im März 2015 startete das Vorhaben „Sanierung alter Schafstall“ als Projekt zur Berufsorientierung. Zum Entsetzen aller brannte das Gebäude jedoch aus unbekanntem Grund kurz vor Ende der Restaurierungsarbeiten Anfang November 2017 mitten in einer Nacht ab. Nach einer erneuten, längeren Planungsphase konnten ab 2022 die Arbeiten am Neubau beginnen, wobei die äußere Form und die Fachwerkbauweise des ehemaligen Ensembles soweit als möglich beibehalten werden sollten, aus Natur- und Denkmalschutzgründen. So ist nur unweit der ehemaligen Burgstelle Randeck ein neues modernes Gebäude in alter Form entstanden das, an den ehemaligen Wirtschaftshof der Burg Randeck an neuem Ort und in neuer Nutzung erinnert und weiterleben lässt.

Programm ab:

Freitag, 24.5., 18.00 Uhr:

Vom Hohenneuffen bis zum Randecker Maar

Eine literarisch-musikalische Alb-Reise mit Bernd Löffler und Texten von Gustav Schwab, Friedrich Hölderlin und Eduard Mörike. Musik vom Lenninger Folkduo bestehend aus Gudrun Walther (Geige und Gesang) und Jürgen Treyz (Gitarre). Zu hören sind Lieder, Tänze usw. mit Bezug zur Schwäbischen Alb und zu unserer Heimatregion.

Ausstellungen von 14–17 Uhr und Bistro von 14–18 Uhr geöffnet.

Sonntag, 26.5., nachmittags:

(Ausstellungen und Bistro von 10–17 Uhr geöffnet)

Livemusik mit „Charly's music 4 you“

Donnerstag, 30.5., Fronleichnam, 11.00–14.00 Uhr: Ein Outdoorseminar in der Bewegung „Mensch und Natur – die moderne Stressforschung trifft auf die regenerative Wirkung der Natur“

Der Alte Schafstall liegt inmitten von Weidewiesen, Streuobstwiesen, Wachholderheiden und Buchenwäldern – dies sind „wertvolle Gesundheitsressourcen“ des Biosphärengebietes Schwäbische Alb. Doch wie genau beeinflusst die Natur unsere physische und psychische Gesundheit? Wie wirkt der Blick ins Grüne auf unser autonomes Nervensystem?

Nach einer kurzen Einführung im Alten Schafstall geht es hinaus. Während des Seminars wird in gemütlichem Tempo eine Strecke von zwei bis drei Kilometern zurückgelegt.

Es sollte witterungsentsprechende Kleidung und festes Schuhwerk getragen werden. Sollte es an diesem Tag stark regnen, wird das gesamte Seminar im Alten Schafstall stattfinden. Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl von 20 Personen ist eine Anmeldung erforderlich: info-zh@mh-zh.de

Zur Referentin: Karin Beilharz arbeitet seit 15 Jahren im Bereich der „psychosozialen Gesundheit“. Sie betreibt im Schwarzwald eine Praxis mit Seminarhaus. Gleichzeitig bewirtschaftet sie einen Waldbauernhof mit 49 Hektar Plenterwald. Nähere Informationen unter www.karinbeilharz.de

15.00 Uhr: (Ausstellungen und Bistro von 10–17 Uhr geöffnet)

Führung durch die Ausstellung mit Ulrike Heinzlmann

Samstag, 1.6., 18.30 Uhr: Kulinarisch-musikalische Theateraufführung von Dein Theater, Stuttgart

50 Jahr blondes Haar – fünf Jahrzehnte Politik und Schlager Deutscher Schlager, das war der gesungene Alltag der Deut-

schen, von der Demokratie zur Diktatur zur Demokratie; die Sehnsucht nach Liebe, Freiheit und fernen Ländern, mit vielen fremdländischen Sprachbausteinen, Bella Bella Donna, Sugar Sugar Baby und am liebsten mit ein bisschen ausländischem Akzent, Caterina

Valente, Vico Torriani, Bill Ramsey, Daliah Lavi, Nana Mouskouri, Chris Howland, Ivan Rebhoff.

Salat zur Eröffnung – Suppe und Seele in der Pause – Süßspeise zum Ausklang

Anmeldung erbeten unter: info-zh@mh-zh.de

Sonntag, 2.6., musikalischer Nachmittag mit dem Liederkranz Schopfloch, Offenes Volksliedsingen

15.00 Uhr: (Ausstellungen und Bistro von 10–17 Uhr geöffnet)
Führung durch die Ausstellung mit Ulrike Heinzlmann

Samstag, 8.6., 18.00 Uhr: Fünf-Gänge-Charity-Dinner mit den Holzmadian Harmonists

Mit einem bunten Strauss von A-cappella-Melodien nehmen die Holzmadian Harmonists aus der Urweltgemeinde ihr Publikum mit auf eine Reise rund um die Welt und machen dabei ihren Namenspaten, den in den 30er-Jahren bekannt gewordenen „Comedian Harmonists“ (Mein kleiner grüner Kaktus), alle Ehre. Als Vokalensemble mit mehrstimmigem Gesang ohne unterstützende Instrumente schöpfen sie dabei aus einem reichhaltigen Repertoire mit Stücken von Mozart, Silcher und den Comedian Harmonists, aber auch aus Liedern der amerikanischen „Barber Shop“-Tradition und eigenen Arrangements mit schwäbischen Texten.

Das Fünf-Gänge Dinner mit den Jugendlichen aus dem Ziegelhütten-Küchenteam:

1. Fruchtig-frischer Albsalat als Vorspeise
2. Würzige Sommersuppe mit schwäbischen Seelen aus dem Backhaus der Ziegelhütte
3. Zarter Braten von Bio-Rindern aus dem Biosphärengebiet mit frischem Gemüse und Beilagen oder eine vegane/vegetarische

Alternative

4. Käseauswahl aus der Käserei der Ziegelhütte
 5. Exotisches Schichtdessert mit einem Überraschungsgebäck aus der eigenen Backstube
- Getränke sind zusätzlich zu erwerben.

Für diese besondere Veranstaltung ist ein Gutschein ein schönes Geschenk! Anmeldung erbeten und Gutscheine erhältlich unter info-zh@mh-zh.de

Eintritt gegen eine Spende von mind. 100 Euro pro Person zugunsten des Innenausbaus vom „Alten Schafstall“.



Sonntag, 9. 6., 11.00 Uhr:

Workshop mit Reinhard Büchner Gemeinwohl-Ökonomie – ein Wirtschaftsmodell mit Zukunft

Aufgabe der Wirtschaft ist es, Grundbedürfnisse der Menschen zu befriedigen, Wohlstand für alle zu schaffen. Die realen Entwicklungen aber zeigen, dass dies nicht gelingt. Das Geld steht im Fokus, nicht „das gute Leben“.

Konzept und Praxis der Gemeinwohl-Ökonomie (GWÖ) zeigen: Eine andere Wirtschaft ist möglich. Wie eine ethische Marktwirtschaft, geprägt von Solidarität, sozialer Gerechtigkeit und ökologischer Verantwortung entwickelt werden kann, darum geht es in der Veranstaltung.

Reinhard Büchner, Koordinator der GWÖ Regionalgruppe Göppingen, wird in einem Impulsreferat Ideen, Konzept und bisherige Entwicklung darlegen und sich der Diskussion stellen.

15.00 Uhr: (Ausstellungen und Bistro von 10 – 17 Uhr geöffnet)

Livemusik mit Liedermacher Frank Stöckle

Freitag, 14. 6., 9.30 – 16.30 Uhr:

Fachtag in Kooperation mit fobi-aktiv, Geschlechtsdysphorie bei Kindern und Jugendlichen

Immer häufiger berichten Kinder und Jugendliche, dass ihre subjektiv empfundene Geschlechtsidentität von ihrem körperlichen Geschlecht abweicht. Den Vortrag hält der Ober-

arzt Dr. Florian Daxer. Passend zum Thema wird der Film 20 000 Bienen gezeigt.

Kosten: 70 Euro inkl. Verpflegung. Zielgruppe: Fachkräfte in der Kinder- und Jugendhilfe, Lehrkräfte, Soziale Dienste
Anmeldung: www.fobi-aktiv.de/kurse-seminare/geschlechtsdysphorie-bei-kindern-und-jugendlichen-2

Samstag, 15. 6., 12 – 17 Uhr:

Ausstellungen und Bistro im „Alten Schafstall“ geöffnet

Sonntag, 16. 6., nachmittags:

Livemusik mit „DAS kleine HAMMERORCHESTER“ mit Axel Schäfer und Nils Hemmen

15.00 Uhr: (Ausstellungen und Bistro von 10 – 17 Uhr geöffnet)

Führung durch die Ausstellung mit Roman Hermann und Kathrin Münzenmaier

Öffnungszeiten der Ausstellungen und Bistro:

Donnerstag und Freitag: 14.00 – 17.00 Uhr

Samstag: 12.00 – 17.00 Uhr

Sonn- und Feiertage: 10.00 – 17.00 Uhr

Weitere Infos unter: Ziegelhütte Ochsenwang,

Ziegelhütte 1, 73266 Bissingen-Ochsenwang,
Telefon 070 23/7 46 70, info-zh@mh-zh.de

Seniorenforum-Radlergruppe – Fit durch Radeln



Schwarzwaldhöhen – Kaiserstuhl – Stockerkahnfahrt

Sigges Abschlussfahrt von Montag, 23., bis Donnerstag, 26. September 2024

Radeln und Wandern!

Radlertour: Ab Oberbreggenbach rollt es hinunter ins Hexenloch mit der Hexenmühle zur Pause in Simonswald und weiter über Waldkirch-Emmendingen ins Weingebiet Kaiserstuhl zum Hotel in Endingen.

Am zweiten und dritten Tag wird im und um den Kaiserstuhl nach Colmar, Breisach oder Freiburg geradelt mit einer gemütlichen Einkehr in Bahlinger oder Endinger Weinlokalen. Am letzten Tag geht es nach Sasbach zum Limberg am Rhein. Beendet wird der Besuch am Kaiserstuhl mit einer „Stockerkahnfahrt“ im Naturschutzgebiet Tauberwiesen bei Rust.

Die Wandergruppe wandert am ersten Tag von Gutach sieben Kilometer nach Simonswald (Pause am P) und fährt mit dem Bus weiter ins Weinstädtchen Endingen zum Hotel. Mit der Schwarzwald-Gästekarte fahren sie mit dem Zug oder Linienbus am zweiten und dritten Tag selbstständig und in kleinen Gruppen und je nach Interesse, Lust und Laune zum Beispiel nach Freiburg, nach Breisach, Colmar, Ihringen und Vogtburg.

Am letzten Tag wird nach Sasbach zur alten Limburg und zur Burgruine Limberg mit dem Rundblick zum Kaiserstuhl, Rhein und hinüber nach Frankreich gewandert. Danach geht die Fahrt mit Matthias zur Stockerkahnfahrt, wo sie die Radlergruppe zum Räderverladen treffen.

Auch hier sind wir aus Kostengründen zwei Tage für die Radler ohne Busbegleitung.

Ob noch Plätze frei sind, kann man bei Sigge unter der Telefonnummer 8618 erfahren.

Zusätzlich wird jeden Monat im Sommer von Weilheim aus eine Fahrt in die nähere Umgebung mit Burgen, Höhlen, Sehenswertem mit günstigen Einkehrmöglichkeiten angeboten.

Die Radlergruppe sucht einen Nachfolger für Siegfried Lehmann, der die Organisation der Gruppe ab Sommer 2024 gerne abgeben möchte. Wer Interesse hat, spricht ihn bitte einfach direkt an.

Büsche und Bäume im Garten – der Flieder

Heimweh!

Dass ich einmal doch zu Haus
Läg im Grase wieder!
Bienenschwarm beim Honigschmaus
Summt am blauen Flieder,
Zwitscherton vorüber mir
Aus der Amsel Kehle
Leichte Wölkchen über mir
Hoffnung in der Seele!

Von Ricarda Huch

Der Flieder gehört zur Familie der Ölbaumgewächse und zählt zu unseren beliebtesten Gartensträuchern.

Der gewöhnliche Flieder „Syrina vulgaris“ ist die Ausgangsart für unseren Gartenflieder. Ursprünglich in den Gebirgen Osteuropas heimisch, ist er schon seit dem 16. Jahrhundert in Mitteleuropa bekannt. Flieder hat keine hohen Ansprüche an seinen Standort und liebt Sonne. Der gewöhnliche Flieder und seine Verwandten sind Großsträucher und brauchen Platz. Blütezeit ist das späte Frühjahr, und der Duft der Fliederblüte zählt zu den ausgeprägtesten Pflanzenaromen. Flieder blüht schon als Jungpflanzen, hat jedoch in den ersten Jahren noch recht kleine Blütenstände. Ihre Blütezeit ist verhältnismäßig kurz und die Pflanze das restliche Jahr eher unauffällig. Was wäre jedoch ein Frühling ohne den speziellen Duft und die Schönheit der Fliederblüte. Als sommergrüner Großstrauch oder kleiner Baum von 2 bis 6 m verliert er im Winter sein Laub. Die Blätter sind herzförmig, glänzend grün. Die Blüten stehen in dichten Rispen in Violett, Blau, Weiß oder rötlich. Flieder schneidet man unmittelbar nach der Blüte, indem man die abgeblühten Blütentriebe vorsichtig kürzt. Alte Fliedersträucher lassen sich durch Schnitt verjüngen. Dazu sollte man sich am besten den Rat eines erfahrenen Gartenspezialisten einholen.

Wenn der weiße Flieder wieder blüht

Volkslied – Schlager,

bekannt auch durch den gleichnamigen Musikfilm von 1953

Wenn der weiße Flieder wieder blüht
sing' ich dir mein schönstes Liebeslied
Immer, immer wieder
knie ich vor dir nieder
trink mit dir den Duft vom weißen Flieder

Wenn der weiße Flieder wieder blüht
küß' ich deine roten Lippen müd
Wie im Land der Märchen
werden wir ein Pärchen
wenn der weiße Flieder wieder blüht

Frühling, Frühling, Frühling
wer dich liebt wie ich.

Frühling, Frühling, Frühling
voll Glück erwart' ich dich!

Oh schein in mein Stübchen recht bald nur hinein
mein Schatz hat schon Sehnsucht nach dir
Er sagt: Ich brauch' Sonne, um glücklich zu sein
dann wünsche dir alles von mir

Text: Fritz Rotter
Musik: Franz Doelle



Fliederbeeren = Holunderbeeren

Holunder (Sambucus) trägt im Deutschen mehrere Namen und wird je nach Region Flieder, Fleder (seltener auch „Fleder“ oder Fliederbeere genannt. Die Bezeichnungen „Fleder“ oder „Flieder“ für Holunder findet man vor allem in Gegenden, in denen Platt oder Niederdeutsch gesprochen wird.

Holunderbeeren oder eben Fliederbeeren sind kleine schwarze (Sambucus nigra) oder rote (Sambucus racemosa) Steinfrüchte und sollten nicht roh verzehrt werden. Sie enthalten nämlich ein schwaches Gift namens Sambucin, das zu unangenehmen Verdauungsbeschwerden führt. Die roten Beeren enthalten dabei eine höhere Konzentration als die schwarzen. Durch Erhitzen lässt sich das Gift aber ganz einfach entfernen und die Holunderbeeren lassen sich zu schmackhafter Marmelade, Gelee, Sirup, Saft, Kompott oder Likör verarbeiten. Fliederbeeren sind sogar sehr gesund und enthalten die Vitamine A, B und C sowie Kalium und sogenannte Anthocyane, sekundäre Pflanzenstoffe, die als natürliche Antioxidantien sehr wertvoll für den menschlichen Körper sind.

Quelle: www.mein-schoener-garten.de/lifestyle/natur-tiere/fliederbeeren-was-ist-das-eigentlich-35156

Blumensprache – Flieder

Flieder steht in der Blumensprache für Freundschaft, Treue und Liebe und wird oft bei Liebe auf den ersten Blick oder einer neuen Beziehung verschenkt.

Wofür steht die Farbe Violett?

In ihrem Ursprung stand Violett für Demut, Tugend und Buße. Die Farbe Violett ist aber bedeutend vielschichtiger und symbolisiert das Geheimnisvolle und Mystische, das Innehalten, verbunden mit tiefer Ruhe, eine königliche Opulenz, Macht und Extravaganz.

IMPRESSUM

Herausgeber

Gewerbeverein Weilheim

Redaktion

Renate Kuck, Tel. 07023 8346
othmar_kuck@t-online.de

Layout

GO Verlag GmbH & Co. KG,
Melina Pohl

Titelbild

Renate Kuck

Anzeigen

GO Verlag GmbH & Co. KG
Alleenstr. 158, Kirchheim/Teck,
Nicole Mück, Tel. 07021 9750-47,
E-Mail: nicole.mueck@teckbote.de

Auflage

12.000 Exemplare

Druck

GO Druck Media GmbH & Co. KG
Einsteinstraße 12 – 14,
Kirchheim/Teck

Gewerbeverein online:

www.gewerbeverein-weilheim.de

Martin Ulmer GmbH
 Obere Grabenstraße 10
 73235 Weilheim
 Tel. 07023 6748
www.auto-ulmer.de



Renault-Service
 Neu- und Gebrauchtwagen
 Reparaturen aller Fabrikate
 Wartung aller Fabrikate
 TÜV- und AU-Prüfungen

Auto Velten
 Typenoffene Werkstatt – alle Marken willkommen
 Neu-, Jahres- u. Gebrauchtwagen,
 Leasing und Finanzierung,
 Reparatur und Wartung,
 Unfallinstandsetzung,
 Reifen- und Autoglasservice

73235 Weilheim
 Im Stockach 5
 Telefon 07023 2117
www.auto-velten.eu
info@auto-velten.eu



Banken



www.ksk-es.de • 0711 398-5000

Nähe ist einfach.

Wenn man die größte Finanzgruppe Deutschlands zu Fuß erreichen kann:
 Ihre Filialen Weilheim, Bissingen und Neidlingen.



Auto-Service



Hans-Dieter Bötzel, Amtgasse 10, 73344 Gruibingen
 Telefon 07335 6785, boetzel@boetzel-kfz.de, www.boetzel-kfz.de

werk13
 Autoservice Faustmann

Talstraße 13 · 73235 Weilheim · Telefon 07023 900699

mit unseren Leistungen sind wir für Sie da...

Reparaturen aller Art • Inspektion n. Herstellervorgabe •
 Haupt- u. Abgasuntersuchung • Reifenservice •
 Glasreparaturen • Klimageservice • Achsvermessung u. v. m.

**Wir hören erst zu.
 Und beraten dann.**

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.



Ehrlich, verständlich und glaubwürdig.
 Lassen Sie sich in unseren Filialen in Weilheim
 und Bissingen genossenschaftlich beraten.
 Verwirklichen Sie Ihre Wünsche mit uns an
 Ihrer Seite – jetzt anrufen: 0711 3909-0

Volksbank
 Mittlerer Neckar eG 

Bausparkasse

Versicherungsbüro Toni Ladavac
 Hofstraße 14 · Weilheim · Telefon 07023 2210

 **württembergische**
 Partner von Wüstenrot

- versichern
- vorsorgen
- bausparen
- finanzieren

Bauunternehmen

Hans Hepperle, Bauunternehmung
 73272 Neidlingen, Vogtacker 17, Telefon 07023 2620

**Bauunternehmung
 Neugebauer GmbH**

Weilheim-Teck, Talstr. 3, Tel. 07023 5996, Fax 07023 71822

Hier könnte
 Ihre Anzeige
 stehen!

RENKE
 BAUNTERNEHMUNG

Talstraße 9
 73235 Weilheim-Teck
 Telefon 07023 8380
 Telefax 07023 3081
www.renke-bau.de
 E-Mail: info@renke-bau.de



Bausachverständige



BASTIAN TREIBER LEISTUNGEN
-BAUSACHVERSTÄNDIGER-

UNTERE RAINSTRASSE 25
73235 WEILHEIM/TECK

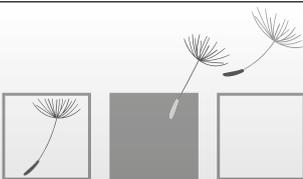
TEL: 07023 / 7492710
E-MAIL: INFO@BSV-TREIBER.DE
WEB: WWW.BSV-TREIBER.DE

- > BEWEISSICHERUNG
- > BAUSCHÄDEN
- > BAUMÄNGEL
- > ABNAHMEN
- > QUALITÄTSSICHERUNG IM HOCHBAU / BAUBEGLEITUNG
- > SCHADENSGUTACHTEN
- > VERSICHERUNGSGUTACHTEN
- > KAUFBERATUNG

Bäckereien

Jürgen Hörner, Brot- und Feinbäckerei, Weilheim
Neidlinger Straße 33, Telefon 07023 2954

Bestattungsunternehmen



JÄCK
bestattungshaus

Wir sind für Sie da – in Weilheim und Umgebung
Inh.: Stefan Jäck · Tobelwasenweg 36 · 73235 Weilheim a. d. Teck
Telefon: 07023-20 92 500 · Fax: 07023-20 92 525
info@jaeck-bestattungshaus.de · www.jaek-bestattungshaus.de

Blumenfachgeschäfte/Seidenblumen



BLUMEN ULMER
INH. MICHAEL LIEBRICH
UNTERE GRABENSTRASSE 11
73235 WEILHEIM/TECK
TEL. 07023 6882
FAX 07023 6897
E-MAIL: INFO@BLUMEN-ULMER.DE
WEB: WWW.BLUMEN-ULMER.DE



Monika Woihte
Am Friedhof Weinsteige
73235 Weilheim/Teck
Telefon 07023/4871
Telefax 07023/740616

Floristmeisterbetrieb

Mo-Fr 9.00 - 12.30 Uhr
14.00 - 18.00 Uhr
Sa 9.00 - 13.30 Uhr
So 11.00 - 12.00 Uhr





Bodenleger



HOLZERLEBEN.
PATRYK KUBLIN
PARKETT · DIELEN · DESIGNBÖDEN

Jurastraße 2 • 73119 Zell u. A.
Telefon 07164 796935
info@holz-erleben.com
www.holz-erleben.com

Buchhandlungen



Das Buch – Ihre Buchhandlung in Weilheim
Yvonne Peter, Buchhändlerin, Obere Mühlstraße 10
Weilheim/Teck, Tel. 07023 5122, Fax 07023 5941

Containerdienste

Nichts als  im Kopf!

Männer
DEM KREISLAUF VERPFLICHTET

CONTAINERDIENST · RECYCLING
ENTSORGUNG · TRANSPORTE

Männer GmbH & Co. KG · 73266 Bissingen/Teck · Fabrikstraße 27
Tel.: +49 (0)7023 / 900 33-0 · www.maenner-containerdienst.de

Computer/Zubehör

clever-pc
pc-service und webdesign 

finkenweg 8
73235 weilheim-teck
fon: 07023 7459489
info@clever-pc.de
www.clever-pc.de

- pc-service
- webdesign
- hardware
- internet/dsl
- telefonkostenoptimierung
- pc-reparaturen
- webbetreuung
- software
- einzelschulung

Datenverarbeitung

data7 **JÜRGEN RIEK**
DATENSERVICE

73101 AICHELBERG
E-Mail: jr@data7.de

TEL.: 07164 91251-11
FAX: 07164 91251-29



Elektro



MANFRED BERNAUER
ELEKTROTECHNIK

BERATUNG – PLANUNG – AUSFÜHRUNG

30 Jahre

KOMPLETTE GEBÄUDETECHNIK
PHOTOVOLTAIK · ELEKTROINSTALLATION
INDUSTRIESERVICE · MSR-TECHNIK

Carl-Benz-Str.10 · 73235 Weilheim · Tel. 07023 909727 · Fax 07023 909728
info@bernauer-elektrotechnik.de · www.bernauer-elektrotechnik.de

Knayer ELEKTRO

Inh. Joachim Geier
Häinger Straße 8
73235 Weilheim/Teck

Installation
Verkauf von
Elektrogeräten
Kundendienst

Tel. 07023 9099-27 · Mobil 0174 6391151
Reparatur von Elektrogeräten

Jetzt auch Vermietung von Gewerbespülmaschinen!

Elektro-Fahrzeuge



*Weil unsere Heimat
schützenswert ist!
Nachhaltigkeit erfahren
mit Elektro-Leichtfahrzeugen*

Molls e-Kärrele UG
(haftungsbeschränkt)
Pfarrstr. 12
73266 Bissingen
Tel.: 07023/909274
info@molls-eKaerrele.de
www.molls-eKaerrele.de

- Elektroroller
- Elektromotorräder
- Elektrokabinenroller
- Elektronutzfahrzeuge

Fabriken

Bachofer GmbH & Co., Metall- und Verzinkwerk
Weilheim/Teck, Carl-Benz-Straße 2, Telefon 90031-0
www.bachofer.de

cellcentric

A Daimler Truck & Volvo Group Company

We power sustainable life

Brennstoffzellenlieferant

Neue Straße 95 | 73230 Kirchheim/Teck-Nabern
www.cellcentric.net | www.klimawerk-weilheim.de



KACHELE
VIBRASTOP

Wilhelm Kächele, Elastomertechnik
73235 Weilheim, Jahnstraße 9
Telefon 07023 103-0, Fax 07023 103-188
www.w-kaechele.de, vibrastop@w-kaechele.de

Fahrräder



Otto-Hahn-Straße 20-22
73235 Weilheim / Teck
T. 07023 / 3500

RÄDER UND MEHR!



- www.heilenmann.de
- 75 Jahre in Weilheim/Teck
- Fahrräder und E-Bikes
- Kinderräder
- Werkstatt-Service
- Testbikes

Farben

farb-spektrum Weissinger Inh. Roland Weissinger
Farben · Deko- & Büroartikel · Reinigungsannahme · Postfiliale
Brunnenstraße 44, 73235 Weilheim Tel. 07023 2870 od. 6904

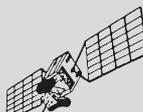
Fenster



Brunnenstr. 27
73235 Weilheim/Teck
Tel. 07023 72278, Fax 73496
www.bau-pflueger.de

- Fenster / Dachfenster
- Insektenschutz
- Rollläden/Reparaturen
- Türen, Antriebe
- Aluverkleidungen für Holzfenster

Fernsehen – Kabel

TV – Video  HiFi – Sat

Sat Service Holder GmbH

- Ihr Spezialist für Satellitenempfangssysteme
- BK-Anschluss
- Eigene Fachwerkstatt
- Kostenlose @ am Haus

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. durchgehend 9.00 – 18.30 Uhr
Sa. 9.00 – 13.00 Uhr

Untere Grabenstr. 10 – 12 sat.service@t-online.de
73235 Weilheim/Teck Telefon 07023 6059

Flaschnerei

„D'r Städt'les Flaschner“



Rufen Sie doch einfach an!
Telefon
07023 6155

Inh. Rolf Peter Kaufmann e. K.
Marktstr. 9, 73235 Weilheim
info@sanitaer-kaufmann.de



Fliesen

www.rolf-bauer-gmbh.de



ROLF BAUER
FLIESEN,
NATURSTEINE &
DESIGNBÖDEN

73272 Neidlingen
Tel. 0 70 23 - 74 91 10

Friseur



ART OF HAIR

· LA BIOTHETIQUE
· HAAR
· KOSMETIK

BY ANNEROSE KAUFMANN
SCHULSTR. 9 · 73235 WEILHEIM
TELEFON 070 23/74 4770
INFO@ANNEROSE-KAUFMANN.DE
WWW.ANNEROSE-KAUFMANN.DE

Fußpflege

MILLEPIEDI FUßPFLEGE WEILHEIM
by Boriana



www.millepiedi-weilheim.de · boriana@millepiedi-weilheim.de
0179 3229855 · Otto-Hahn-Straße 4 · 73235 Weilheim/Teck



**Praxis für Podologie
und medizinische Fußpflege**

Hirschstraße 5
73235 Weilheim/Teck
Tel.: 07023 746545

Iris-M. Schmid | Sabine Theel Termine nach Vereinbarung

Garagentore

BOFFENMAYER TORSERVICE
www.service-rund-ums-garagentor.info

- Garagentore
- Tiefgaragentore
- Torantriebe
- Funk
- Beratung & Verkauf
- Montage & Elektroinstallation
- Reparatur & Ersatzteile
- Wartung & Prüfung



Fabrikstraße 2
73275 Ohmden

Tel. 07023 90788-0
Fax 07023 90788-8

www.boffenmayer.de
info@boffenmayer.de

Gartengestaltung – Gartenbausteine



**Prenzel
Gärten**

Uwe Stiefelmeyer

Hans Prenzel GmbH
Johannes-Rau-Straße 12
73235 Weilheim
Telefon 07023 5838

Gaststätte



**Ristorante · Pizzeria
Dolce Vita**

Fam. Giovane, Weilheim-Teck,
Egelsbergstr. 1, Tel. 07023 740274

Öffnungszeiten:
Di. – So. 11.30 bis 14 und 17 bis 23 Uhr



ZUR RATSSTUBE
GASTHAUS · GÄSTEZIMMER · PARTYSERVICE
FAM. SOMMER

MARKTPLATZ 7
73235 WEILHEIM/TECK
TELEFON 07023-6746

WWW.SOMMER-WEILHEIM.DE
INFO@SOMMER-WEILHEIM.DE



**RESTAURANT
REUSCHWALD**
RESTAURANT – EVENTLOCATION – BIERGARTEN

DONNERSTAG, FREITAG & SAMSTAG:
17 Uhr – 22 Uhr (warme Küche bis 21 Uhr)

SONNTAG:
11.30 Uhr – 14 Uhr und 17 Uhr – 22 Uhr (warme Küche bis 20 Uhr)

BIERGARTEN:
Mai – September täglich ab 11.30 Uhr

www.reuschwald.de · Telefon 07021 4050372



**Restaurant
Schäferhof**
ZELL UNTER AICHELBERG

Küche geöffnet:
Montag, Donnerstag, Freitag 11 – 14 und 17.30 – 22 Uhr
Samstag 16 – 22 Uhr
Sonntag 11 – 14 und 17 – 21 Uhr
Dienstag & Mittwoch Ruhetag

Restaurant Schäferhof • Inh.: Tino Knoof
Boller Straße 4 • 73119 Zell u. A.

Infos & Reservierungen: 07164 14367 • info@schaeferhof-zell.de

Getränkevertrieb



Getränke Ernst

des Service wegen...

Brunnenstrasse 4 · 73235 Weilheim/Teck · Telefon 07023/2801



**Schumis
GETRÄNKE-SERVICE**

Neidlinger Str. 7 · Weilheim · Tel. 0 70 23 / 35 90 · www.schumis-gs.de



Gipser

Kirsamer

Vogtäcker 14 · Neidlingen **STUCKATEURBETRIEB**
Tel. 07023 744644
Fax 07023 744645

Putz · Fassade · Farbe · Innenausbau

Ihr Partner für Qualität, Sorgfalt und Zuverlässigkeit!



SCHAUFLE
AUSBAU | FASSADE

Holger Schaufler
Kirchheimer Straße 127
73235 Weilheim/Teck
Tel. 07023 3861
Fax 07023 71004

info@stuckateur-schaufler.de · www.stuckateur-schaufler.de

Grabdenkmale

HARALD FISCHER BILDHAUERMEISTER

ZELLER STR. 10/1 73271 HOLZMADEN TELEFON 07023 6786
WWW.FISCHER-HOLZMADEN.DE



Manfred Kirschmann

Steinmetz- und Bildhauermeister
Neue Weilheimer Straße 112 · 73230 Kirchheim/Jesingen
Telefon 07023 71708 · Telefax 07023 909615

Heilpraktiker

Privatpraxis

Maierhöfe 41
73235 Weilheim an der Teck
Telefon (07023) 82 88
Tel.-Fax (07023) 74 19 43
praxis-treiber@t-online.de



eva treiber
Heilpraktikerin für Physiotherapie

Heizungsbau – Regelanlagen – Sanitär

Moderne Heizungen - sparen Energie

Solar · Wärmepumpen · Pelletsheizung
Öl-/Gas Heizungen · Sanitär-Installation · Photovoltaik



HEAT
Wärmesysteme

Beratung · Planung · günstige Festpreise
Ausstellung geöffnet:
Mo. - Fr. 8.00 - 17.00 Uhr
oder nach Terminvereinbarung

HEAT Wärmesysteme GmbH, Eisenbahnstr. 36
73235 Weilheim/T., Tel. 07023 9498-0



KANARYA
Wärme- & Energietechnik

Obere Mühlstraße 24
73235 Weilheim a. d. Teck
Telefon: 07023 209388
www.kanarya.eu



JOACHIM NAASZ

HEIZUNG · SANITÄR
HEIZUNGS- UND LÜFTUNGSANLAGEN
SOLARANLAGEN · ALTBAUSANIERUNG · KESSELERNEUERUNG
SANITÄR · KUNDEN- UND NOTDIENST

Joachim Naasz · Bissinger Str. 25 · 73235 Weilheim/Teck · Tel. 07023 743635-0



Holzbau Fink

Aus Überzeugung Holz
...und das seit 1951.

Holzbau Fink GmbH
Neidlinger Straße 74
73235 Weilheim an der Teck
www.holzbau-fink.de

Telefon: +49 (0) 70 23 / 29 47
Telefax: +49 (0) 70 23 / 7 14 70
E-Mail: info@holzbau-fink.de

Immobilien

Petersen Immobilien

Für Ihren Verkauf holen Sie sich eine unverbindliche und kostenfreie Beratung ein. Wir sind für Sie da!

Ruth Petersen
Bahnhofstraße 4
73235 Weilheim/Teck
Mobil: 0160 7435430
Tel.: 07023 2094-825
info@immo-petersen.de
www.Petersen-Immobilien-Weilheim.de



Kanal und Rohrreinigung



Aktiv im Dienste der Umwelt
www.mall-entsorgung.de

Wenn der Abfluss mal verstopft ist ...

- Kanal- und Rohrreinigung
- TV-Kanaluntersuchung
- Saugwagenbetrieb
- Containerdienst
- Industriemüllentsorgung
- Sondermüllentsorgung

Ein Unternehmen der ELM Recycling Group

Hans Mall GmbH · Austraße 54 - 60 · 73252 Lenningen · Tel. 07026 2064




Karosserie

STRAUB'S
Autowerkstatt GmbH



Karosseriearbeiten aller Marken

73101 Aichelberg · Steigstraße 65 · 07164 2494



Kosmetik



bellcura

Naturkosmetik Studio am Markt

Marktstraße 1 · 73235 Weilheim/T. · Tel. 0176 111 11 422
WhatsApp, Signal, Threema · www.bellcura-weilheim.de

bellcura ist eine Marke der  adlerapotheke



Krankengymnastik

die
THERAPEUTEN
PHYSIO > ERGO > LOGO *Weilheim*

Physiotherapie Frank Greuling
Ostermayerstraße 11 | 73235 Weilheim
— **Telefon 07023-6979** —
info@physiotherapie-greuling.de
www.physiotherapie-greuling.de

Körperwerk

training · therapie

Körperwerk Weilheim, Carl-Benz-Straße 48
73235 Weilheim/Teck, Telefon 07023 / 957500
weilheim@koerperwerk.com www.koerperwerk.com

PHYSIO-CENTER

WEILHEIM

Physio- und Manuelle Therapie & Training

Untere Grabenstraße 17 · 73235 Weilheim an der Teck
Telefon: 07023 7419989 · Fax: 07023 7490939

Besuchen Sie uns unter
www.physio-center-weilheim.de

PHYSIOTHERAPIE

Holzmadener Straße 12
73235 Weilheim an der Teck
07023/749500

HÖLZEL DIETMAR
Therapie und Prävention

Behandlungstermine je nach Wochentag und vorheriger
Vereinbarung zwischen 8.00 und 22.00 Uhr!
www.physio-hoelzel.de

• Manuelle Therapie • Schmerztherapie • Kniegelenk-Behandlung • Krankengymnastik •
• KG nach Bobath • Skoliosebehandlung n. Lehnert-Schroth • Massage •

PhysioMed

Praxis für Physiotherapie & Physiofitness

- Manuelle Therapie
- Krankengymnastik
- Lymphdrainage
- Naturmoorfango
- Fachfußpflege
- Massagetherapie
- Krankengymnastik am Gerät
- Bobath-Therapie
- Kniegelenksbehandlung CMD
- Fitness

Obere Grabenstraße 18, 73235 Weilheim a. d. Teck
Tel. 07023 9479999 www.physiomed-weilheim.de



PHYSIOWERKSTATT

angelika höger

Lindachstraße 51
73235 Weilheim

Tel. : 07023 . 72 203
E-Mail: info@physiowerkstatt-hoeger.de
Web: www.physiowerkstatt-hoeger.de

Küchen-Spezialgeschäfte

KLEINBACH

Design mit Genuß

Bissinger Straße 30 • 73235 Weilheim an der Teck
Telefon 07023/90096-0 • **Telefax** 07023/90096-30
E-Mail info@kleinbach.de • **Web** www.kleinbach.de



MOHRING

**SCHREINEREI
TÜRENSTUDIO** **KÜCHENSTUDIO
RAUMDESIGN**

Weilheim an der Teck
Otto-Hahn-Str. 18 www.mohring.info

07023 909601 fax
07023 909600 fon

Lärmschutz



NOISE | block[®]

Lärmschutzsysteme

für Industrie, Schießanlagen, Privatbereich

Handel & Mack GmbH & Co. KG, Hauptstraße 119, D-73235 Weilheim / Hepsisau
Telefon: 07023 7005-0 · E-Mail: info@handel-mack.de · www.handel-mack.de



Lebensmitteleinzelhandel

REWE Dein Markt Familie Seper

73235 Weilheim a. d. Teck • Kirchheimer Str. 84
Für dich geöffnet: Montag – Samstag von 7 bis 21 Uhr



SANDRA BURKHARDT

Maler · Farbe · Gestaltung

- Farbberatung
- Maler- & Tapezierarbeiten
- Kreative Raumgestaltung
- Fassadengestaltung
- Bodenbelegarbeiten
- Beschriftungen

Sandra Burkhardt GmbH · Carl-Benz-Str. 59 · 73235 Weilheim/Teck
Tel.: 07023 9571244 · Fax: 07023 9571245 · www.sandra-burkhardt.de

burkhardt Malerfachbetrieb

Moderne Maler- und Tapezierarbeiten
Sanieren und Gestalten von Fassaden

Burkhardt GmbH · Forststraße 4 · 73235 Weilheim/Teck
Tel 07023 6540 · Fax 73919 · www.burkhardt-weilheim.de

Beratung | Planung | Ausführung

hartmann

malerei und innenausstattung

bahnhofstraße 37 | 73271 holzmaden
telefon 07023 909690 | www.hartmann-th.de

Massagen



Thai-Yoga-Massage
Wandern und Yoga

Regine Pfeifer
DTB-Yogalehrerin/Thai-Yoga-Masseurin

Steingau 6 · 73272 Neidlingen · 07023 942190
regine.pfeifer@gmx.de · www.reginepfeifer.de

Hier könnte Ihre Anzeige stehen!

Mechanische Werkstätte

Frasch GmbH & Co. KG Motormäher, Motorhacken, Motorsägen
Rasenmäher, Reparaturen, Kundendienst
Untere Rainstraße 22
D-73235 Weilheim
Telefon 07023 74586-0, Telefax 74586-99
E-Mail: frasch@frasch-online.de

Metal



QUALITÄTS
HOLZVERBINDER
Made in
Germany

GH
www.holzverbinder.de
GH Baubeschläge GmbH

Metallverarbeitung



Unsere Leistungen

- Programmierung
- Stanzen
- Laserschneiden
- Biegen
- Schweißen

Häußler Blechverarbeitung GmbH
Austraße 9, 73235 Weilheim an der Teck
Tel.: 07023 158940, E-Mail: info@haeuessler-blech.de

HANDEL & MACK METALL IN PERFEKTION

 Blechbearbeitung  Indachsysteme  Lärmschutz-Lösungen  Konstruktion

Handel & Mack GmbH & Co. KG, Hauptstraße 119, D-73235 Weilheim / Hepsisau
Telefon: 07023 7005-0 · E-Mail: info@handel-mack.de · www.handel-mack.de

Metzgerei

LANDMETZGEREI FAUSER & GÖLZ



Unsere Hauptfiliale: 73119 Zell u. A. · Raubisstraße 2 · 07164 5310 · metzgerei-fauser-goelz.de

73110 Hattenhofen Hauptstraße 30 07164 3156
73278 Schlierbach Gaiserstraße 27 07021 46780
73035 Faurndau Im Freihof 2 07161 21190
73235 Weilheim/Teck Marktplatz 7 07023 749656
73230 Kirchheim / Teck Schlierbacherstraße 30 07021 2275



Mode und Bekleidung

MÄNNLICH-MODISCH-MARKANT
**KAUTTER
KLEIDUNG**

73235 Weilheim/Teck
Untere Grabenstraße 28
Telefon 07023 2910
www.kautter-kleidung.de

MODE MACK

WEILHEIM by Holl

Mode Mack · Brunnenstraße 2
Telefon 07023 6752 · www.mode-mack.de

Fachgeschäft für Baby-, Kinder-, und Damenmode. Große Auswahl an Bio-Bekleidung



Brunnenstraße 23 | 73235 Weilheim an der Teck | Tel.: 07023 2942 | www.werner-natur.de

Omnibusverkehr

...wenn's um Bus- & Radreisen geht!

FRANZ BUCK

Reisen & Radeln



Carl-Benz-Str. 49 · 73235 Weilheim/Teck
Tel. **07023 957084-0** · Fax 07023 957084-19
E-Mail: info@reisen-radeln.de · www.reisen-radeln.de

burkhardt

GmbH reisen



Rainer Burkhardt
Michael-Becker-Straße 16
73235 Weilheim/Teck
Telefon 07023 6116
Telefax 07023 71188

Fischer

seit 1937



Fischer Omnibusreisen GmbH & Co. KG
Am Wasserrain 4 | 73235 Weilheim/Teck
Tel. 07023 9521-0 | www.fischer-omnibus.de
Facebook: FISCHER.Omnibusreisen
Instagram: @fischeromnibus



Pflegeeinrichtung

Das Pflageteam

Weilheim



Schulstraße 15 | 73235 Weilheim/Teck
Telefon 07023/72699

www.das-pflage-team-weilheim.de
Das-pflage-team-weilheim@t-online.de

GUTEZEIT

rundum gut versorgt

Betreuung und Unterstützung zu Hause
Hauswirtschaftliche Hilfe
Demenzbetreuung
Beratung – auch für die Pflegekasse

Rufen Sie uns an: 07023 908886

Gute Zeit GmbH, Schloßstr. 147, 73272 Neidlingen

Psychologische Beratung



Melanie Griebhaber
Psychologische Beratung & Coaching

Hohenneuffenweg 15
73235 Weilheim
01573 5498000
www.griesshaber-coaching.de



Rohrreinigung

Familienunternehmen seit 1958

Wenn im Abfluss was nicht stimmt! Unser Service für Sie:

- » Kostenlose Beratung
- » Rohrreinigung, Beseitigung von Verstopfungen und Hindernissen in allen Abwasserleitungen
- » TV-Untersuchungen und Dokumentationen
- » Entleeren und Reinigen von Gruben, Zierteichen und Zystemen
- » Zuverlässigkeit, schnell und preiswert

Haben Sie Fragen? Rufen Sie uns an!



SCHAUFLE
KANAL- UND ROHRREINIGUNG · SCHLÄMMERHANDLUNG
73235 Weilheim / Teck
07023 900800
www.schaufle-embh.de

Rollladen

BAU AUS STAT TUNG Pflüger

Brunnenstr. 27
73235 Weilheim/Teck
Tel. 07023 72278, Fax 73496
www.bau-pflueger.de

- Rollläden/Reparaturen
- Insektenschutz
- Türen, Antriebe
- Aluverkleidungen für Holzfenster
- Fenster/Dachfenster

Zuverlässig und genau!

- 🏠 Rollläden Alt- und Neubau
- 🏠 Elektroinstallationen
- 🏠 Markisen, Tuchwechsel
- 🏠 Torwartungen
- 🏠 Insektenschutz
- 🏠 Torantriebe
- 🏠 Haustüren
- 🏠 Reparatur-Service



ALEX SCHÖPS
ROLLLÄDEN · MARKISEN · ELEKTRIK
MEISTERBETRIEB

Alex Schöps
Schluchtweg 11
73235 Weilheim/Teck
Telefon 07023 74495-0
www.alex-schoeps.de

Sängerin



Sandra Manuela Schöne
Sängerin aus Leidenschaft

0179 - 233 60 01
info@sandraschoene.de
sandraschoene.de

Wenn ich singe, atmet meine Seele.

Sanitär



**Andrade
Sanitärtechnik**

Kelterstraße 11
73235 Weilheim/Teck
Tel. 0 70 23 / 95 70 07 - 0
Fax 0 70 23 / 95 70 07 - 77
info@andrade-sanitaertechnik.de

Sanitär – Bauflaschnerei – Kundendienst – Altbausanierung



- Treppen – Kipptore – Gartenzäune
- Geländer – Schiebetore – Edelstahlarbeiten
- Vordächer – FH- und FB-Türen – Stahlträger- u. Stützen

Weilheim/Teck • Mozartstraße 2 • Telefon 07023 6177

Stahl- und Metallbau  **SCHMID**

Weilheim/Teck · Tobelwasenweg 40 · Tel. 07023/900410 GmbH

**Treppen · Geländer · Konstruktionen
Kreativ und meisterhaft aus Stahl und Edelstahl**

E-Mail: metall@stahlbau-schmid.de · www.stahlbau-schmid.de

**D'r Städt'les Flaschner,
Ihr Spezialist für:**

- SANITÄRE EINRICHTUNG
- KUNDENDIENSTARBEITEN
- FLASCHNERARBEITEN
- TRINKWASSER-CHECK
- MODERNES HEIZEN
- SENIOREN- UND
- KOMPLETTBÄDER

Telefon
07023 6155



**SANITÄR
KAUFMANN**

Inh. Rolf Peter Kaufmann e.K., Marktstr. 9, 73235 Weilheim, info@sanitaer-kaufmann.de

Schuhgeschäfte



GEMINI[®]
EIN GUTES GE(H)FÜHL

Besuchen Sie unsere Onlineshops

www.gemini-schuhe.de

www.schuhe.de/gemini

Wir haben immer geöffnet !

SCHUH OUTLET

Industriegebiet Tobelwasen

Zeppelinstraße 12

73235 Weilheim

Telefon 07023-7456-56

Öffnungszeiten: Mo - Do 9.00 - 12.30 Uhr 14.00 - 18.00 Uhr · Fr 9.00 - 18.00 Uhr durchgehend · Sa 9.00 - 13.00 Uhr



Obere Mühlstraße 24
73235 Weilheim a. d. Teck
Telefon: 07023 209388
www.kanarya.eu



HEIZUNG · SANITÄR

HEIZUNGS- UND LÜFTUNGSANLAGEN
SOLARANLAGEN · ALTBAUSANIERUNG · KESSELERNEUERUNG
SANITÄR · KUNDEN- UND NOTDIENST

Joachim Naasz · Bissingen Str. 25 · 73235 Weilheim/Teck · Tel. 07023 743635-0

Schlosserei – Metallbau

metallbau böhringer

Edle Lösungen aus Glas & Metall.

Andreas Böhringer | Siemensstraße 18 | 73235 Weilheim/Teck
Telefon 07023 744341 | Telefax 07023 744342
info@metallbau-boehringer.de | www.metallbau-boehringer.de

Schreibwaren

Ihr Fachgeschäft



ACHIM GÖTZ

Schreib-, Spielwaren u. Bastelbedarf

U. Grabenstr. 13

Tel. 07023/2194 · Fax 07023/71253

73235 Weilheim/T.

Ihr Weilheimer HERMES-Shop

Hier könnte
Ihre Anzeige
stehen!



Schreinereiwerkstätten und Möbelhandel



Möbel · Küchengestaltung
 Bad- und Küchenrenovierung
 Parkett und Laminat
 Türen aus Holz und Ganzglas · Haustüren
 Decken- und Wandschalungen

Inh. Giuseppe Leo · Ohmder Str. 10 · 73119 Zell u. A.
 Telefon 07164 902800 · Telefax 07164 3315
 E-Mail: info@schreinerei-lutz.com · www.schreinerei-lutz.com

Carl-Benz-Straße 42
 73235 Weilheim/Teck
 Telefon 07023 909555
 www.schreinerei-faustmann.de

Design in Sachen Holz

schreinerei faustmann



Allianz 



Hauptvertretung
Michael Gürsch
 Untere Grabenstraße 24
 73235 Weilheim an der Teck
 Telefon 07023 6357
 Mobil 0151 58160200
 agentur.guersch@allianz.de
 www.allianz-guersch.de

Generalagentur Vincenzo Grispino

Obere Grabenstr. 8 · 73235 Weilheim
 Tel. 07023 2811 · E-Mail: sv-grispino@
 sparkassenversicherung.de



**Hier könnte Ihre
 Anzeige stehen!**

WAGNER GmbH

Versicherungs & Finanzmakler

Unabhängig. Flexibel. Immer für Sie da.

360° Beratung

Weilheimer Straße 34 · 73119 Zell · ☎ 07164 9441-300
 info@wagner-vfm.de · wagner-vfm.de Partner im vfm-Verbund



Sicherheitstechnik

Schützen Sie Ihr Eigentum

- Alarmanlagen (Busverdrahtung und Funksystem)
- Gefahrenmeldesysteme (Rauch, Hitze, CO, Gas, Wasser)
- Videoüberwachung (mit App-Unterstützung)
- Zutrittslösung (mit Fingerscanner, Transponder, Smartphone)

Moll-electronic

Pfarrstr. 12 73266 Bissingen
 Telefon 07023 909274 www.moll-electronic.de
 E-Mail: info@moll-electronic.de

Versicherungsbüro Toni Ladavac

Hofstraße 14 · Weilheim · Telefon 07023 2210



- versichern
- vorsorgen
- bausparen
- finanzieren

Werbung



| i'de:punkt |

Werbetechnik | Werbeagentur

Fahrzeugbeschriftungen
 Car-Wrapping | Schilder
 Digitaldrucke in XXL
 Drucksachen | Internet
 Textilien

Ideepunkt GmbH
 73101 Aichelberg
 Fon 07164/1484 19
 www.ideepunkt.de

Sportartikel

**SPORT-HOLL
 WEILHEIM-TECK**

www.sport-holl.de · Tel. 07023 2875

Versicherungen



Allfinanz
 Deutsche Vermögensberatung

Regionaldirektion Gerhard Rauscher

Wermeltswiesenweg 155 · 73235 Weilheim · Tel. 07023 909244 · Fax 909245
 E-Mail: gerhard.rauscher@allfinanz-dvag.de
 www.allfinanz-dvag.de/gerhard.rauscher

Wohn- und Industriebau

Neugebauer
 WOHNBAU GMBH
 73235 WEILHEIM/TECK

Rufen Sie an – wir fahren Sie gern
FAHR-Service Filip

e.f.car-service@gmx.de 73235 Weilheim



Telefon 07023 94 29 00
Handy 0176 42 555 777

Flughafentransfer

Chauffeurdienste
Kurierfahrten

Hol- u. Bring-Service

Chemo- und
Bestrahlungsfahrten

Arzt- und Dialysefahrten

Wir haben vom
20.05. bis 02.06.24
Betriebsurlaub



8. Juni
Spargelmenü

4 Gänge inkl. Weintasting mit italienischen
Weinen p. P. 60,- €

Suchen Service-Aushilfe (m/w/d) 520-€-Basis ab 16 Jahre

Restaurant Schäferhof • Inh.: Tino Knoof • Boller Straße 4 • 73119 Zell u. A.
Telefon: 07164 14367 • Fax: 07164 14368 • info@schaeferhof-zell.de

Wir verkaufen oder vermieten
Ihre Immobilie zum Höchstpreis.



Marktgerechte Wertermittlung vom Profi

Immobilienmanagement Wagner

Gutachter und Sachverständiger für Immobilienbewertung
in 73119 Zell u. A., wagner@wagner-immobilien.de,
www.wagner-immobilien.de, Mobil 0172 8054180

Mobile Fußpflege

SYBILLE ULMER

Untere Grabenstraße 8 · 73235 Weilheim
Tel.: 07023 957943 · Mobil: 0170 4747577
info@mobilefusspflege-calla.de
www.mobilefusspflege-calla.de



FENSTERSANIERUNG
ALUVERKLEIDUNG FÜR HOLZFENSTER

**Alte Fenster? – Wir
renovieren nach Maß!**

Zeit für neue Werte, für mehr Behaglichkeit. Wir verbinden beim Austausch Ihrer Fenster attraktives Fensterdesign mit moderner Bedienfreundlichkeit.

Alternativ bieten wir für Holzfenster eine perfekte Aluverkleidung an. Sie müssen nie wieder streichen und erhalten eine zusätzliche Dichtungsebene.

Glasermeister Uli Pflüger berät und plant persönlich!



• Insektenschutz • Fenster
• Sonnenschutz • Türen

SONNENSCHUTZ
ROLLLÄDEN
INSEKTENSCHUTZ

**BAU
AUS
STAT
TUNG**

Glasermeister

Pflüger

Brunnenstr. 27
73235 Weilheim/Teck
Telefon (0 70 23) 7 22 78
www.bau-pflueger.de



JETZT **TRÄUME** VERWIRKLICHEN!

ZUSTELLER (M/W/D)
GESUCHT

FÜR DEN **TECKBOTEN**.

Unser Zustellteam braucht ab sofort
Verstärkung in
WEILHEIM.

Sie arbeiten in der Zeit vor 6.00 Uhr morgens.
Die tägliche Arbeitsdauer ist abhängig
von der Bezirksgröße und beträgt
ca. 1,5 Stunden.



Jetzt
bewerben!



TECKBOTE

ZSK

Zustell-Service Kirchheim GmbH & Co. KG
Alleenstraße 158 · 73230 Kirchheim/Teck
Telefon 07021 9750-41 · zsk@teckbote.de