



Sanierung abgeschlossen

Das Konzerthaus Stadthalle Heidelberg erstrahlt in neuem Glanz und wird am 1. Februar feierlich eröffnet. **► Seite 4**

BAZ

BADISCHE ANZEIGEN-ZEITUNG HEIDELBERG

AUSGABE 6721

WWW.BAZ-MEDIEN.DE

16./17. JANUAR 2026

IHRE WOCHENZEITUNG



Heute mit ALDI meine Woche

INHALT	
Freizeit	2
Lokales	3-7
Sport	8

DIGITAL LESEN

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

zefie
Zentrum für individuelle Erziehungshilfen

Zentrum für individuelle Erziehungshilfen

Wir suchen **Pflegefamilien**, die Kinder und Jugendliche kurz- oder längerfristig bei sich aufnehmen können. Rufen Sie uns an: **07 21 / 96 60 41 – 14 Christine Heinrich**
E-Mail: christine.heinrich@zefie.de
Weitere Infos unter www.zefie.de

Mit internationalem Flair

„KULTUR IM KREIS“ STARTET

Dilsberg. Das neue Programmheft 2026 für „Kultur im Kreis 2026“ ist erschienen und lädt Kulturinteressierte zum Stöbern und Entdecken ein. Landrat Stefan Dallinger betont: „Ich freue mich sehr, dass wir mit Kultur im Kreis 2026 wieder ein so buntes und hochwertiges Programm vorstellen dürfen, das von nationalen sowie internationalen Künstlern geprägt ist.“

Das erste Halbjahr hält eine vielfältige Mischung aus Musik, Kunst, Poesie und Literatur bereit. Den Auftakt ins Konzertjahr 2026 bildet am Freitag, 6. Februar, das „Bernstein Duo“ im Kommandantenhaus auf dem Dilsberg, das mit seinem Programm „Anfängerglück?“ durch drei Jahrhunderte Musikgeschichte führt. Tags darauf starten die Sunnisheimer Klavertage in die 14. Runde und präsentieren herausragende Klavierskunst auf internationalem Niveau. „Spielversprechend“ kündigt sich der gleichnamige Abend am 20. Februar mit der Klaviersolistin Anne Folger an, die mit Humor und virtuoser Technik am Flügel durch den Abend führt. Ende Februar präsentieren Peter Hock und Nadja Schöll-

hammer im Rahmen der Künstlerresidenz Dilsberg ihre Abschlussausstellung. María Elísabet Bragadóttir aus Reykjavík wird von April bis Juli im Kommandantenhaus wohnen und arbeiten. Am 6. Mai lädt die Kulturstiftung Rhein-Neckar-Kreis zu einer Lesung mit der isländischen Schriftstellerin ein.

Internationales Flair bringen vier Ausnahmemusiker mit Natálie Schwamová, Leo de María und dem Sevilla Guitar Duo in die Region. Vorfreude verspricht auch das Preisträgerkonzert in Zusammenarbeit mit den Schwetzingen SWR Festspielen und SWR2, bei dem hochvirtuose Kammermusikwerke aus Romantik und Moderne erklingen. Ein besonderes Highlight ist das Sommer-Special „Kultur im Hof“ mit einem ganzen Wochenende voller Poesie und Musik, inklusive eines Konzertabends mit „Borsch4Breakfast“. Den musikalischen Abschluss der ersten Jahreshälfte bildet die traditionelle Klassik-Open-Air-Veranstaltung, die Schlossparkserenade in Angelbachta. **rnk**

i Das Programm steht unter www.kultur-im-kreis.net zur Verfügung.

Mehr Service, weniger Wartezeit

FÜR BAUBERATUNGEN: Stadt Heidelberg führt Online-Terminbuchung ein.

Heidelberg. Die Stadt Heidelberg baut ihr digitales Serviceangebot weiter aus: Seit Montag können Bürger Beratungstermine beim Amt für Baurecht und Denkmalschutz online buchen. Möglich ist dies über das städtische Online-Terminbuchungssystem. Über die Onlinebu-

chung lassen sich Termine für Bauberatungen sowie für Baustandunterzeichnungen auch außerhalb der Öffnungszeiten des Kompetenzzentrums reservieren. Neu ist, dass erstmals digitale Beratungstermine angeboten werden. Damit ergänzt die Stadt Heidelberg ihr Servicean-

gebot aus telefonischer Beratung und persönlichen Gesprächen vor Ort um eine weitere zeitgemäße Option. Das neue Angebot erleichtert es den Bürgern, sich frühzeitig und unkompliziert zu informieren, zu Fragen der Bebaubarkeit von Grundstücken, zu baurechtli-

chen Verfahren oder zu den nächsten Schritten vor der Antragstellung. Ziel ist es, Wege zu verkürzen, Wartezeiten zu reduzieren und den Service nutzerfreundlicher zu gestalten. **red**

i Das Terminbuchungssystem ist unter tevis-online.heidelberg.de erreichbar.

Brush up your English
Englisch für 50+
Die besonderen Sprachkurse in Heidelberg starten wieder



- einmal pro Woche
- tagsüber
- in kleinen Gruppen
- mit leichten Vorkenntnissen
- viel sprechen, wenig Grammatik
- Mindestalter: 50 Jahre
- kostenlose Schnupperstunde
- schon ab 92,45 € im Monat

ELKA®
Erfolgreich lernen. Konzepte im Alter www.elka-lernen.de

Sie wollen ...ein paar Worte Englisch mit Ihren Enkeln sprechen? ...englische Begriffe verstehen, die uns täglich begegnen? ...sich auf Reisen verständigen?... in Gesellschaft aktiv sein und geistig am Ball bleiben?

Interessierte erhalten weitere Informationen unter:

06221 – 5990916

Lederprofi Sinsheim
LEDERPROBLEME? WIR HELFEN.
Wir restaurieren / reparieren
Fahrzeuge / Oldtimer / Sofa / Stühle
Lederprofi Sinsheim • Hinter der Mühle 1
Fon 07261 - 4330 • www.Lederprofi-Sinsheim.com
www.Ton-Stuhlundtisch.de

Neue Küche !
Zuverlässig preisbewusst in der Region
Geiß MÖBEL
Ludwig Geiß GmbH & Co. KG
74927 Eschelbronn Industriestr. 32 06226/95060
Für Küchenplanung und Beratung empfehlen wir Terminvereinbarung
Sonntags **freie Umschau 13.00 - 17.00 Uhr** ohne Verkauf

WIR KAUFEN AN:

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

GOLD ANKAUF
FAIR - SERIÖS - FREUNDLICH
Nutzen Sie den hohen Goldkurs zu Tages-Höchstpreisen...!
Gerne können Sie auch außerhalb der Geschäftszeiten einen Termin vereinbaren für eine kostenlose Bewertung ihrer Erb- oder Edelmetalle.

JUWELIER RITZHAUPT
Hauptstr. 12
69190 Walldorf
Tel.: 06227/3231
Mail: info@juwelier-ritzhaupt.de
www.juwelier-ritzhaupt.de
Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 10 - 18 Uhr · Sa. 10 - 13 Uhr

**WINTER-
WOCHEN**

IMAX-Doku geschenkt
bei Kauf eines Museums-Pass

12. JANUAR – 27. MÄRZ 2026

 **Technik Museen
Sinsheim Speyer**

ZUSTELL-SERVICE

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



NOTRUF

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

APOTHEKEN

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

IHRE REDAKTION



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



250 Jahre Quartettmusik treffen auf 250 Jahre amerikanische Unabhängigkeit: Das Streichquartettfest Heidelberg erkundet Haydn, John Adams, Amy Beach und mehr. BILD: STUDIO VISUELL

Spitzenensembles geben sich die Ehre

STREICHQUARTETTFFEST STARTET: Haydn, Bartók und moderne Meisterwerke zu hören.

Heidelberg. Am Donnerstag, 22. Januar, startet das Heidelberger Frühling Streichquartettfest 2026. Bis Samstag, 24. Januar, erwartet die Besucher ein abwechslungsreiches Programm aus Konzerten und Workshops, das einen musikalischen Blick über den Atlantik wirft und gleichzeitig zu den Wurzeln der Quartettgattung zurückführt: Joseph Haydn begründete das Streichquartett just in den Jahren, in denen die 13 Gründerstaaten der amerikanischen Ostküste 1776 ihre Unabhängigkeit erklärten – vor 250 Jahren. Karten für das Festival sind noch erhältlich.

Zu den Gästen zählen herausragende Ensembles wie das junge britische Fibonacci Quartet, benannt nach dem Mathematiker Leonardo Fibonacci und seiner berühmten Zahlenfolge im Zusammenhang mit dem Goldenen Schnitt; das Javus Quartett aus Wien, Preisträger des Irene Steels-Wilsing Wettbewerbs 2020; das Kleio Quartet, gefördert im renommierten BBC New Generation-Programm und von Eckart Runge in Düsseldorf ausgebildet; das japanische Quartet Integra, spezialisiert auf zeitgenössisches Repertoire und Publikumspreisträger beim ARD-Musikwettbewerb 2022; sowie das Schumann Quartett, eines der führenden europäischen Streichquartette der Gegenwart. Die Workshops leitet Oliver Wille, Mitglied des Kuss Quartetts und Professor für Streichkammermusik an der Hochschule für

Musik, Theater und Medien Hannover. Das Streichquartettfest reflektiert zum 250-jährigen Jubiläum der Unabhängigkeitserklärung der USA das amerikanische Freiheitsversprechen auf musikalische Weise. Das Programm reicht von Béla Bartóks Streichquartett Nr. 5, einem Auftragswerk einer amerikanischen Mäzenin, das in Washington uraufgeführt wurde, über Amy Beachs 1929 komponiertes Quartett auf Inuit-Melodien bis hin zu zeitgenössischen Beiträgen von John Adams und Bryce Dessner. Zugleich bilden Haydns Streichquartette, darunter die „Sonnenquartette“ von 1772 und die „Russischen Quartette“ von 1781, einen zweiten Schwerpunkt des Festivals. Die jungen Ensembles widmen sich darüber hinaus der tschechischen Quartettmusik und bringen frische Interpretationen in das Programm ein. Das Festivalprogramm beginnt am Donnerstag, 22. Januar, um 19.30 Uhr mit dem Eröffnungskonzert im Kommandantenhaus auf dem Dilsberg. Zu hören sind Joseph Haydns Streichquartett Nr. 78 B-Dur op. 76/4 „Sonnenaufgangsquartett“, John Adams’ „John’s Book of Alleged Dances“ (Auswahl) sowie Bedrich Smetanas Streichquartett Nr. 1 e-Moll „Aus meinem Leben“. Am Freitag, 23. Januar, finden ab 10 Uhr Kurzworkshops unter der Leitung

von Oliver Wille sowie Konzerte der Quartetts Ensemble statt. Unter anderem erklingen Haydns Streichquartett Nr. 37 h-Moll op. 33/1, Bryce Dessners „Le Bois“ (2019), Amy Beachs String Quartet in one Movement op. 89 und Hans Gáls Streichquartett Nr. 1 f-Moll op. 16. Weitere Workshops widmen sich Mozarts „Dissonanzenquartett“ und werden ebenfalls von Oliver Wille geleitet. Höhepunkte des Tages sind die Abendkonzerte mit Werken von John Zorn, Mozart und Béla Bartók. Am Samstag, 24. Januar, setzen Konzerte und Workshops die musikalische Reise fort. Zu hören sind unter anderem Haydns Streichquartett Nr. 40 B-Dur op. 33/4, Leoš Janáčeks Streichquartett Nr. 2 „Intime Briefe“, Ruth Schonhals Streichquartett Nr. 3 „In Memoriam Holocaust“ (1997) sowie Edward Elgars Streichquartett e-Moll op. 83. In einem Workshop vertiefen Oliver Wille und das Quartet Integra das Verständnis für Janáčeks Werk, bevor am Nachmittag Toru Takemitsus „A Way a Lone“ (1993) und Felix Mendelssohns Streichquartett Nr. 5 Es-Dur op. 44/3 erklingen. red

i Tickets sind online unter www.heidelberger-fruehling.de, telefonisch unter Nummer 06221/ 5 84 00 44 sowie an allen bekannten Vorverkaufsstellen erhältlich.

SERVICE

Sie haben eine Veranstaltung?

Sie planen eine Veranstaltung im Verbreitungsgebiet der BAZ und wollen diese bekanntmachen? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Gerne können Sie uns Ihre kostenfreie Veranstaltung melden – nach Möglichkeit platzieren wir eine entsprechende Ankündigung in den kommenden Ausgaben. Egal ob kleine Interessengemeinschaft oder großer Verein – senden Sie Ihren Veran-

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

Ich freue mich auf Ihre Nachricht!

Christina Rink
crink@haas-publishing.de

Zwischen Schuld und Verfolgung

HISTORISCHE FÜHRUNG AM 27. JANUAR

Heidelberg. Albert Speer, Gustav Adolf Scheel und Rudolf Höß sind nur einige Beispiele führender Nationalsozialisten aus Heidelberg oder Mannheim. Auch „berühmte“ Verfolgte wie Karl Jaspers, Hannah Arendt oder Fritz Bauer lebten zeitweise in diesen Städten. Wo wohnen diese Menschen, und was wurde aus ihnen, nachdem sie Heidelberg verlassen hatten?

Diesen Fragen widmet sich eine Führung der Evangelischen Erwachsenenbildung Heidelberg. Sie findet am Tag

des Gedenkens an die Opfer des Nationalsozialismus (Holocaust-Gedenktag) am Dienstag, 27. Januar, von 16.30 bis 18 Uhr statt. Der Treffpunkt wird nach der Anmeldung bekannt gegeben. Der Teilnahmebeitrag beträgt zwölf Euro.

Eine Anmeldung ist erforderlich bis Donnerstag, 22. Januar, unter folgendem Link: <https://erwachsenenbildung.ekihd.de/stadtgeschichte-und-kultur-erfahren/> red

Beschwingt ins neue Jahr

TANGOSCHULE INTANGO LÄDT EIN

Heidelberg. Wer das neue Jahr mit Bewegung und Inspiration beginnen möchte, hat in Heidelberg dazu Gelegenheit: Die Tangoschule Intango lädt am Montag, 19. Januar, um 18.15 Uhr zu einem kostenlosen After-Work-Tango-Taster in die Goldene Rose in der Hegenichstraße 10 ein.

Das Angebot richtet sich an alle, die zum Jahresbeginn den argentinischen Tango kennenlernen oder nach einem Arbeitstag bewusst abschalten und neue Impulse setzen möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. In einer kompakten 60-minütigen Einheit vermitteln die erfahrene Tangolehrer erste Schritte und geben vor allem Einblick in das besondere Gefühl des Tangos.

Die leicht umsetzbaren Übungen eignen sich auch nach einem langen Arbeitstag und fördern Freude an Bewegung, Rhythmusgefühl sowie den Zugang zur Musik.

Im Mittelpunkt steht dabei nicht das Erlernen komplizierter Figuren, sondern das bewusste Erleben von Musik, Bewegung und Tanz zu zweit in einer entspannten Atmosphäre. Die Teilnahme ist kostenfrei. Willkommen sind sowohl Einzelpersonen als auch Paare – ob neugierig, spontan oder mit dem Wunsch, im neuen Jahr etwas Neues auszuprobieren. red

i Eine Anmeldung ist erforderlich unter www.intango.de/taster.



Hundeerfahrene Personen gesucht!

Odenwald/Bergstraße.. Der Verein Tiere in Not Odenwald sucht ein Zuhause für Django. Django wurde im Februar 2017 geboren und kam als Junghund zu Tiere in Not Odenwald, weil er seiner damaligen Familie zu groß geworden war. Der Rüde ist ein total sympathischer, netter, verschmuster, anhänglicher, freundlicher Kerl, der gut an der Leine geht, Ruhe halten kann und verträglich ist mit anderen Hunden. Im Tierheim trägt Django einen Maulkorb. Die neue Familie sollte bereit sein, mit dem Hund zu trainieren und eventuell eine Hundeschule aufzusuchen. red/BILD: TINO

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

„House of Banksy“: Erfolg auf ganzer Linie

AUSFLUGSTIPP: Pop-up-Ausstellung in Mannheim verlängert seine Laufzeit. Werke sind bis 22. Februar zu sehen.

Mannheim. Aufgrund der großen Nachfrage wird die Pop-up-Ausstellung „House of Banksy Mannheim“ verlängert und ist nun noch bis zum 22. Februar in der Kunststraße N7 6 zu sehen. Nach erfolgreichen Stationen in München, Hamburg und Leipzig zieht die Ausstellung auch in Mannheim zahlreiche Besucher an. Seit der Eröffnung Mitte September haben bereits rund 50.000 Besucher die Schau im ehemaligen Saturn-Areal besucht.

Auf einer Fläche von etwa 2.000 Quadratmetern werden über 200 Motive des weltbekannten Street-Art-Künstlers präsentiert. Damit zählt die Ausstellung aktuell zu den umfangreichsten Banksy-Werkstücken im europäischen Raum und hebt sich deutlich von bisherigen Präsentationen ab.

Gezeigt werden Graffitis, Fotografien, Skulpturen, Videoinstallationen sowie Drucke auf Materialien wie Leinwand,



Von gesprühten Ikonen bis zu bewegten Bildern: Die Graffitis und Videoinstallationen von Banksy entfalten im „House of Banksy“ ihre volle Wirkung. BILD: DOMINIK GRUSS

Holz, Aluminium, Beton oder Backstein. Die Werke wurden eigens für die Ausstellung produziert und in einem auf-

wendigen Setting zusammengeführt. Aufgrund von Banksys anonymem Status handelt es sich um eine nicht autorisierte

Hommage. Rund 80 Prozent der gezeigten Motive sind im Original kaum oder nicht mehr zugänglich, da sie entfernt, zer-

stört oder verkauft wurden. Die Reproduktionen entstehen live vor Ort durch ein international renommiertes Team von Graffiti-Artists und ermöglichen einen unmittelbaren Zugang zu Banksys Kunst und Botschaften. Ziel der Ausstellung ist es, seine Werke und deren gesellschaftliche Aussagen wieder einer breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen und auf den Schutz der wenigen verbliebenen Originale aufmerksam zu machen.

Tickets sind unter www.house-of-banksy.com, an allen bekannten Vorverkaufsstellen sowie an der Tageskasse erhältlich. Im Eintrittspreis enthalten ist eine multimediale Führung, die über das eigene Smartphone abgerufen werden kann. red

i Die Öffnungszeiten sind dienstags, mittwochs, sonntags und an Feiertagen von 10 bis 18 Uhr sowie donnerstags bis samstags von 10 bis 20 Uhr.

Leben retten im Doppelpack

AKTION DES DRK: Blut spenden und Happy Socks sichern

Heidelberg. Zum Jahresstart können Blutspender in Baden-Württemberg und Hessen doppelt Gutes tun: Bis 20. Februar startet der DRK-Blutspendedienst Baden-Württemberg – Hessen eine besondere Aktion, bei der alle, die gemeinsam mit einem Freund oder einer Freundin zum ersten Mal Blut spenden, ein exklusives Dankeschön erhalten. In Kooperation mit dem bunten Kultlabel Happy Socks wurde eine limitierte Stückzahl an farbenfrohen Socken im Blutspende-Design entworfen.

Die Aktion richtet sich sowohl an Spender, die gemeinsam einen neuen Erstspender werben, als auch an Paare, die gemeinsam zum ersten Mal Blut spenden. So kann man nicht nur Leben retten, sondern sich gleichzeitig ein besonderes, stylisches Andenken sichern. Allein in Hessen und Baden-Württemberg werden täglich rund 3.000 Blutkonserven benötigt, um eine lückenlose Versorgung von Patienten aller Altersklassen sicherzustellen. Die Aktion gilt auf allen mobilen Blutspendeterminen des

DRK in Baden-Württemberg und Hessen. Ein nächster Termin für Blutspenden in Heidelberg-Kirchheim ist am Donnerstag, 22. Januar, von 14 bis 19 Uhr im SNP Dome, Speyerer Straße. Termine können bequem online unter www.blutspende.de/termine gebucht werden.

i Weitere Informationen rund um die Blutspende gibt es ebenfalls online oder telefonisch kostenfrei unter der Nummer 0800/1 19 49 11.

Ausflugsziele günstiger erleben

LANDESFAMILIENPASS: Gutscheine für 2026 jetzt erhältlich.

Heidelberg. Alle Familien im Stadtkreis Heidelberg, die im Besitz eines Landesfamilienpasses sind, können ab sofort die Gutscheine für das Jahr 2026 bei den Bürgerämtern der Stadt Heidelberg abholen. Hierfür sind der Landesfamilienpass, ein aktueller Kindergeldnachweis sowie gegebenenfalls ein Nachweis über den Bezug von Leistungen nach dem SGB II vorzulegen. Mit dem Landesfamilienpass können zahlreiche Sehenswürdigkeiten und Freizeiteinrichtungen in Baden-Württemberg kostenfrei oder zu ermäßigten Eintrittspreisen besucht werden. Der Landesfamilienpass wird unabhängig vom Einkommen ausgestellt und richtet sich an Familien mit mindestens drei kindergeldberechtigten Kindern, die mit ihren Eltern in häuslicher Gemeinschaft leben, an Familien mit nur einem El-

ternteil, die mit mindestens einem kindergeldberechtigten Kind zusammenleben, an Familien mit einem kindergeldberechtigten schwerbehinderten Kind sowie an Familien, die Leistungen nach dem SGB II beziehen oder kinderzuschlagsberechtigten Kindern in häuslicher Gemeinschaft leben. Darüber hinaus haben auch Familien Anspruch, die Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz erhalten und mit mindestens einem Kind zusammenleben, sowie Familien, die wohngeldberechtigt sind und mit mindestens einem kindergeldberechtigten Kind in häuslicher Gemeinschaft leben. Neben der berechtigten Person können bis zu vier weitere erwachsene Begleitpersonen in den Landesfamilienpass eingetragen werden. Hierzu zählen

beispielsweise der andere Elternteil, ein getrenntlebender leiblicher Elternteil der Kinder, Großeltern oder auch eine Familienbegleiterin beziehungsweise ein Familienbegleiter. Bei Ausflügen können jedoch höchstens zwei eingetragene Erwachsene gemeinsam mit den Kindern die Vergünstigungen des Landesfamilienpasses in Anspruch nehmen. Berücksichtigt werden alle kindergeldberechtigten Kinder, unabhängig davon, ob es sich um leibliche Kinder handelt, sofern sie in einem gemeinsamen Haushalt mit Hauptwohnsitz leben.

i Weitere Informationen sind online unter www.muetter-vaeter-bw.de/adressen sowie auf der Internetseite der Stadt Heidelberg unter www.heidelberg.de zu finden.

AUS DER GESCHÄFTSWELT

TECHNIK MUSEEN SINSHEIM SPEYER: Winterwochen locken.

IMAX-Dokumentarfilm gratis

Sinsheim/Speyer. Während draußen noch Eiskristalle auf den Feldern glitzern und der Frühling in weiter Ferne scheint, gehen die großen und kleinen Besucher in den Technik Museen Sinsheim Speyer auf Entdeckungsreise. Zwischen Flugzeugen, Oldtimern, Lokomotiven und echten U-Booten lässt sich Technik hautnah erleben. Bis zum 27. März erweitern die Museen ihr Angebot durch die Aktion „Winterwochen“: Besucher erhalten beim Kauf einer Museumseintrittskarte den Besuch einer IMAX-Dokumentation kostenfrei dazu. Die großformatigen Dokumentarfilme ergänzen das Museumserleb-



Technik hautnah erleben: Die Winterwochen laufen noch bis zum 27. März.

nis und versetzen das Publikum visuell mitten in das Geschehen. Die Technik Museen Sinsheim Speyer zählen zu den größten privatgeführten Technikmuseen Europas und sind zu jeder Jahreszeit ein beliebtes Ausflugsziel. Während draußen das Winterwetter für trübe Stimmung sorgt, laden die weitläufigen Hallen zu einer Reise durch die Welt der Fortbewegungsmittel ein. Im Technik Museum Sinsheim warten Tausende Exponate, darunter die beiden begehrten Überschall-Passagierflugzeuge Concorde und Tupolev Tu-144, klassische Automobile, Motorräder, Lokomotiven sowie eine umfassende Formel-1-Sammlung. Seit letztem Jahr ergänzt das U-Boot U17 die Ausstellung und erweitert das Spektrum um ein weiteres Kapitel Technikgeschichte. Das Technik Museum Speyer präsentiert unter anderem das Großraumflugzeug Boeing 747 „Jumbo Jet“, ein begehrtes U-Boot, einen Seenotrettungskreuzer sowie Europas größte Ausstellung zur bemannten Raumfahrt mit dem Raumgleiter Buran. Kinder können in beiden Häusern Technik spielerisch begreifen, Fahrzeuge von innen erkunden und selbst auf Forschungstour gehen. Im Rahmen der Winterwochen wird der Museumsbesuch um eine IMAX-Vorführung ergänzt. Während des Rundgangs wartet ein Filmprogramm, das das



Ein Filmprogramm lässt das Publikum in eine andere Welt eintauchen.

Publikum mitten in andere Welten eintauchen lässt. Zur Auswahl stehen eindrucksvolle Dokumentationen über Expeditionen in die Tiefsee, Abenteuer in den Nationalparks oder Missionen ins Weltall. Das IMAX Kino Sinsheim zeigt gestochen scharfe Bilder auf einer 22 x 27 Meter großen Leinwand und ist mit modernem Raumklang ausgestattet, der das Geschehen intensiv erlebbar macht. Zu den Höhepunkten zählt die neue Produktion „U17 – Die 500 Tonnen Reise“, die exklusiv im IMAX Kino des Technik Museums Sinsheim zu sehen ist. Die Dokumentation zeigt den aufwendigen Transport des 50 Meter langen U-Boots U17 von Kiel bis in den Kraichgau – über Flüsse, Straßen und Brücken hinweg. Es handelt sich dabei um genau jenes U-Boot, das auf dem Gelände des Mu-

seums ausgestellt ist. Besuchern können nicht nur den spektakulären Transport auf der Leinwand erleben, sondern anschließend das Original, das U-Boot U17, direkt vor Ort inspizieren. Im IMAX DOME Kino Speyer hingegen werden die Filme auf eine riesige Kuppelwand projiziert, die das Publikum direkt ins Geschehen eintauchen lässt – ob beim Flug ins All oder beim Schwimmen mit Mantarochen vor Papua-Neuguinea. Die Winterwochen bieten die ideale Gelegenheit für einen Tagesausflug mit der ganzen Familie: Technik entdecken, Geschichte verstehen und eindrucksvolles Kino genießen.

i Weitere Informationen zur Aktion sowie zu Eintrittspreisen und Öffnungszeiten sind unter www.technik-museum.de/winterwochen zu finden.

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

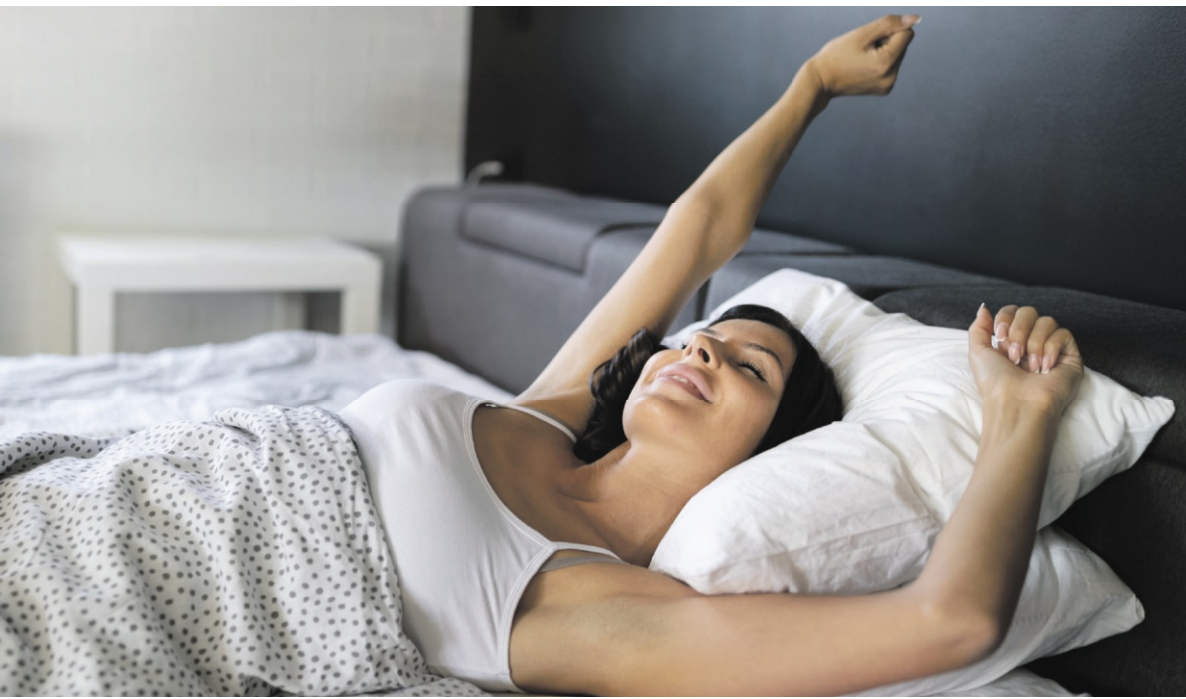
Die heilende Kraft des Schlafes

Wie wichtig guter Schlaf ist und was bei Ein- und Durchschlafproblemen wirklich helfen kann

Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50 % der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70 % Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für



Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energie-

reserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheblichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn Informationen und Erfahrungen aus dem vergangenen Tag.

Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag z. T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentra-

tion nachlassen. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befeuern.

Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einen erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besinnen sich zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke). Seit über 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zurück, und das auf ganz natürliche Weise ohne Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von Baldrianwurzelextrakt am Markt. Denn bekannt ist: Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen¹. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tiefschlafphase. Zugleich

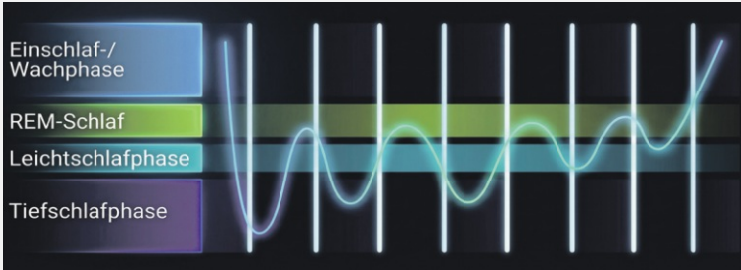
verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder erholt in den Tag starten können.

„Baldriparan hilft mir super“

Im Netz findet man zahlreiche positive Erfahrungen mit Baldriparan – Stark für die Nacht. Eine begeisterte Anwenderin berichtet etwa: „Baldriparan hilft mir super. Ich kann oft aus beruflichen Gründen nicht gut schlafen und dann sind diese Tabletten meine Rettung.“

Erholsame Nächte nur mit gesunder Tiefschlafphase

Während der Nacht durchlaufen wir verschiedene Schlafphasen wie z.B. die REM-Phase, in der wir träumen, oder die Leichtschlafphase. Entscheidend für unsere Regeneration ist aber die Tiefschlafphase.



¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • Abbildung Betroffenen nachempfunden
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Grafelfing

„Gute Stube“ erstrahlt in neuem Glanz

KONZERTHAUS STADTHALLE: Große Eröffnung am Sonntag, 1. Februar, mit Führungen und Konzert.

Heidelberg. Nach der umfassenden Sanierung öffnet das Konzerthaus Stadthalle Heidelberg am Sonntag, 1. Februar, von 9.30 bis 16.30 Uhr wieder seine Türen für die Bürger. Im Rahmen mehrerer Führungen haben Besucher die Möglichkeit, die Stadthalle zu erkunden und die „gute Stube“ Heidelbergs in neuem Glanz zu erleben. Für das leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt: Am benachbarten Neckarlauer werden Speisen und Getränke zu erschwinglichen Preisen angeboten.

Aus Kapazitätsgründen ist für die Teilnahme an der Eröffnung eine Anmeldung erforderlich. Interessierte können sich im Januar über das Theater und Orchester Heidelberg kostenfrei Tickets sichern; nähere Informationen hierzu folgen. Weitere Führungen durch die Stadthalle sind im Laufe dieses Jahres geplant.

Am Abend des 1. Februar findet ab 20 Uhr das feierliche „Eröffnungskonzert Konzerthaus Stadthalle Heidelberg“ des Philharmonischen Orchesters Heidelberg unter der Leitung von Generalmusikdirektor Mino Marani statt. Auf dem Programm stehen Johannes Brahms' „Konzert D-Dur für Violine und Orchester op. 77“ so-



Ebenso wie die Sanierung des Konzerthauses Stadthalle im Inneren ist auch die Neugestaltung des Montpellierplatzes an der Ostseite nahezu abgeschlossen. Zuletzt wurden unter anderem der Rasen angelegt sowie Stauden- und Gehölzpflanzungen vorgenommen. Der Platz bietet als attraktive Aufenthaltsfläche künftig noch mehr Grün und Sitzgelegenheiten.

BILD: NICOLAUS NIEBYLSKI

wie Ludwig van Beethovens „Sinfonie Nr. 5 c-Moll op. 67“.

Ein weiteres musikalisches Highlight folgt am Dienstag, 3. Februar, ebenfalls um 20 Uhr, mit dem Konzert „Neuer Glanz“. Das Philharmonische Orchester Heidelberg präsentiert dabei die Ouvertüre zu Mozarts Oper „Le nozze di Figaro“, Brahms' Violinkonzert in D-Dur sowie Beethovens Fünfte Sinfonie. Tickets hierfür sind online unter www.theaterheidelberg.de erhältlich.

Auf dem Montpellierplatz ist eine attraktive Grünfläche mit hoher Aufenthaltsqualität, zusätzlichen Bäumen und begrünten Bereichen sowie neuen Sitzmöglichkeiten entstanden. In den vergangenen Wochen wurden unter anderem der Rasen angelegt, Stauden- und Gehölzpflanzungen vorgenommen und die Wegebeleuchtung installiert.

Die umfassende Sanierung der Stadthalle war nur dank des außergewöhnlichen Engagements des Heidelberger Ehrenbürgers Wolfgang Marguerre möglich. Gemeinsam mit seiner Familie und seinem Unternehmen übernimmt er den gesamten Kostenrahmen der Sanierung in Höhe von 57 Millionen Euro.



Manuel Vermeer referiert am 23. Januar im BürgerForum Altes Schulhaus in Gaiberg BILD: M. VERMEER

Gefahr im Schatten der Weltpolitik

Gaiberg. Im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Kultur & Kirche“ des Evangelischen Kirchenbauvereins Gaiberg hält Prof. Dr. Manuel Vermeer am Freitag, 23. Januar, um 19 Uhr im BürgerForum Altes Schulhaus in Gaiberg (Hauptstraße 44A, 69251 Gaiberg) einen hochaktuellen Vortrag mit dem Titel „Es-kalation im Himalaya: Politik, Wirtschaft und Religion schaffen ein gefährliches Spannungsfeld zwischen Indien und China“.

Inhalt des Vortrags

Im aktuellen geopolitischen Spannungsfeld zwischen den USA, Russland und China droht ein Konflikt herd nahezu unbemerkt von der westlichen Öffentlichkeit zu eskalieren. Die beiden bevölkerungsreichsten Länder der Erde, die Atom-mächte China und Indien, haben ein gefährliches Ringen um wirtschaftliche Macht, Wasserressourcen und politischen Einfluss begonnen. Europa scheint dabei am Rand zu stehen und läuft Gefahr, falsche strategische Entscheidungen zu treffen. Der renommierte Sinologe Prof. Dr. Manuel Vermeer spricht fließend Chinesisch und berät als einflussreicher Wissenschaftler und Fachberater die deutsche Bundesregierung sowie weltweit agierende Konzerne. Neben zahlreichen Fachbüchern hat er auch eine Reihe von Kriminalromanen verfasst, die in Ostasien spielen. Am Veranstaltungsende signiert er gerne seine Bücher, die in der Pause erworben werden können.

Der Eintritt ist frei; Spenden zugunsten der Sanierung und des Erhalts der Evangelischen Peterskirche Gaiberg sind willkommen. Eine Kartenreservierung ist unter www.kirchenbauverein-gaiberg.de möglich. Zusätzlich wurde ein Kartentelefon unter der Nummer 06223/ 4 87 55 07 eingerichtet.

Die Reihe „Kultur & Kirche“

Mit der Reihe „Kultur & Kirche“ hat der Evangelische Kirchenbauverein Gaiberg einen erfolgreichen Weg gefunden, Finanzmittel für die Sanierung und den Erhalt der denkmalgeschützten Peterskirche zu erwirtschaften. Die meisten Referenten und Künstler verzichten auf ihr Honorar oder begnügen sich mit einer Kostenersatzung für Fahrt und Übernachtung, sodass die gesammelten Spenden vollständig dem Vereinszweck zugutekommen.

Dank der erheblichen finanziellen Unterstützung des Kirchenbauvereins konnte der Turm der Peterskirche bereits einen neuen Renovierungsanstrich erhalten. Das Langhaus wurde im vergangenen Jahr vollständig renoviert und die technische Ausstattung modernisiert. Es wurden Mikrofone und eine Verstärkeranlage angeschafft, ein Aufbewahrungsrack installiert und derzeit wird die Montage neuer Lautsprecher vorbereitet. Der marode Anbau mit der veralteten Heizung wurde abgerissen und wartet nun auf den Neubau.

mmh/M. Boeckh

Sie hören gut, aber verstehen schlecht?

Die Schädigung der Haarzellen im Innenohr führt dazu, dass Gespräche nicht mehr gut verstanden werden. Eine bahnbrechende Schweizer Innovation löst dieses Problem auf effektive Weise.

Täglich bemerken viele Menschen, dass sie Schwierigkeiten haben, Gesprächen zu folgen. Sie hören zwar die sprechende Person, verstehen aber nicht richtig, was gesagt wird. Die Ursache dafür ist oft eine Schädigung des Innenohrs. Dabei erschweren Umgebungsgeräusche, schlechte Akustik, undeutlich sprechende Personen und Hintergrundmusik das Verstehen zusätzlich.

Schädigung des Innenohrs

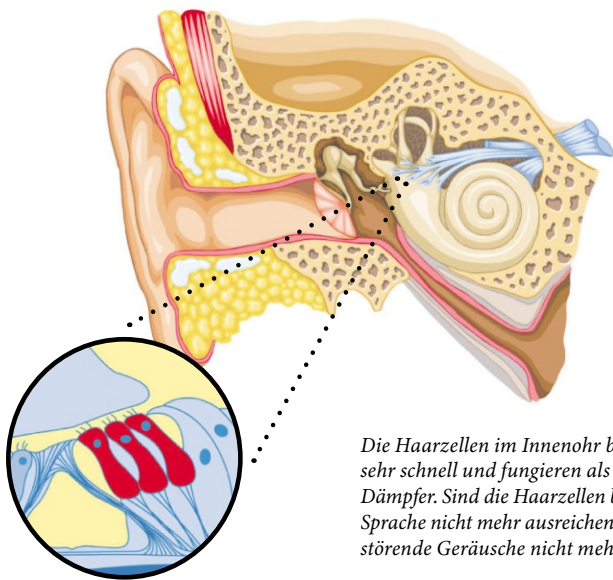
Haarzellen im Innenohr sorgen für Anpassungen im Klang. Sind diese Zellen beschädigt, hören Sie leise Geräusche noch leiser und laute Geräusche erscheinen Ihnen hingegen lauter! Durch störende Umgebungsgeräusche sind Gespräche dann nicht mehr gut zu verstehen. Die revolutionären Hörgeräte von AudioNova lösen dieses Problem zielgerichtet.

Optimale Kompensation

Die AudioNova V3-Hörlösungen erkennen und analysieren Geräusche blitzschnell und äußerst präzise. Dadurch ist es möglich, genau die richtige Verstärkung zu liefern, die für eine optimale Kompensation der Schädigung im Innenohr erforderlich ist – Hören wird so wieder verstanden.

Hervorragende Klangqualität

Die speziell in der Schweiz entwickelten AudioNova V3-Geräte sind mit modernster Technologie ausgestattet. Dadurch ist der Klang von ausgezeichneter Qualität und das Klangspektrum sehr breit. Hinzu kommt, dass der leistungsstarke Lautsprecher sehr nah am Trommelfell sitzt. Dies sorgt für eine optimale Schallübertragung und ein ultimatives Hörerlebnis. So können Sie wieder aktiv an allen Gesprächen teilnehmen. Darüber hinaus sorgt das einzigartige weiche Material für einen hohen Tragekomfort. Sie merken kaum, dass Sie ein Hörgerät tragen.



Die Haarzellen im Innenohr bewegen sich sehr schnell und fungieren als Verstärker und Dämpfer. Sind die Haarzellen beschädigt, wird Sprache nicht mehr ausreichend verstärkt und störende Geräusche nicht mehr gedämpft.

Testpersonen gesucht!

Das AudioNova V3 ist in Deutschland ausschließlich bei GEERS erhältlich. Für dieses revolutionäre Hörgerät suchen wir Testpersonen. Kennen Sie die vorhin beschriebene Situation, möchten Sie wieder gut hören und diese neue Technologie in der Praxis testen? Dann laden wir Sie herzlich dazu ein, an unserer Studie teilzunehmen. Sie können die AudioNova-Geräte 10 Tage lang kostenlos und unverbindlich in verschiedenen Hörsituationen ausprobieren. Ihre

Testphase schließen wir mit einem kurzen Interview ab, bei dem wir Sie nach Ihren Erfahrungen fragen.

Sind Sie interessiert? Dann melden Sie sich bis zum 31. Dezember als Testperson an. Gehen Sie dazu auf www.geers.de/termin oder rufen Sie unter 0800 724 000 261 an. Die Teilnahme ist kostenlos und völlig unverbindlich! Melden Sie sich noch heute an und erleben Sie die Vorteile des neuen AudioNova V3.

Jetzt anmelden:
kostenlos und
unverbindlich unter
0800 724 000 261
oder auf
www.geers.de/termin



„Ich habe gemerkt, dass ich Gesprächen nicht mehr richtig folgen konnte. Das war sehr unangenehm. Dank GEERS kann ich Gespräche wieder voll und ganz genießen. Ich empfehle jedem, den Test zu machen und den Unterschied selbst zu erleben!“

GEERS

GEERS ist eine Marke der Sonova Retail Deutschland GmbH, Otto-Hahn-Straße 35, 44227 Dortmund

Code für
Fachgeschäft



IMPRESSUM

■ Badische Anzeigen Verlags-GmbH

Dudenstraße 12-26
68167 Mannheim
Geschäftsführer:
Florian Kranefuß
Robert Schmidlein
Bernd Masal

■ Media:

HAAS Media GmbH
Franziska Jaster

■ Redaktion:

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

■ Druck:

HAAS Druck GmbH
Dudenstraße 12-26
68167 Mannheim

**Wöchentlich über
240000 Exemplare**
in Nordbaden, Südhessen,
Odenwald und Kraichgau

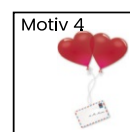
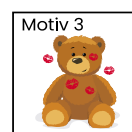
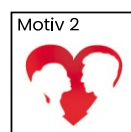
BAZ



Valentinstag 2026

Ihre Valentinsgrüße in der BAZ

Und so funktioniert es: Senden Sie uns Ihren persönlichen Gruß (maximal 3 Zeilen) und die gewünschte Motivnummer per Email an lesergruesse.badische@baz-verlag.de. Zusendung ab sofort bis spätestens 02. Februar, 12:00 Uhr. Erscheinungstermin: Fr./Sa. 06./07. Februar 2026



*Es können nur die ersten 40 Einsendungen berücksichtigt werden. Jede weitere Veröffentlichung behält sich der Verlag vor.

BAZ



**Ihr Blick
in die Region
BAZ**

AUS DER GESCHÄFTSWELT

„DIE GOLDWAAGE“: Profis in Heidelberg beraten gerne

Ungeliebten Schmuck einfach zu Geld machen

Heidelberg. Schnell, unkompliziert und fair – diese Attribute passen wohl am besten zum Heidelberger Ladengeschäft „Die Goldwaage“. Hier können Kunden Gold, Silber oder viele weitere Edelmetalle im Handumdrehen zu Geld machen.

Die Ware wird vor den Augen des Kunden sortiert, geprüft und gewogen – denn auf Transparenz wird bei der „Goldwaage“ großer Wert gelegt. „Bei uns dürfen die Kunden beim gesamten Vorgang zusehen. So können wir versichern, dass am Ende das bestmögliche Ergebnis erzielt wird“, weiß der Inhaber. Aktuell würden Kunden enorm von den stetig steigenden Goldkursen profitieren, ein Verkauf von nicht beachteten Schätzen lohnt sich also aktuell besonders.

„Viele unserer Kunden erben Schmuck, wollen diesen aber nicht selbst tragen. Bei uns können sie die Erbstücke zu fairen Preisen veräußern und so ganz einfach die Haushaltskasse aufbessern“, so der Experte. Was viele Menschen übrigens nicht wissen: Zahngold ist besonders wertvoll, da die Goldlegierung – also der Goldanteil – meist sehr hoch ist. Nach Begutachtung des Goldes wird – nach dem aktu-



ellen Tageskurs – der Wert errechnet und dann bar oder per Überweisung ausgezahlt. Das Gold wird anschließend vor Ort im Laden eingeschmolzen und danach zur sogenannten Scheideanstalt geschickt: Dort wird das Feingold herausgearbeitet, so dass das Endprodukt wieder zu über 90 Prozent aus reinstem Gold besteht. Dieses Gold wiederum wird dann in der Industrie verarbeitet oder erneut zu Schmuckstücken verarbeitet.

Man könnte also sagen, Gold und viele andere Edelmetalle werden sinnvoll recycelt und wiederverwendet. Eine schöne Art, um Erbstücken oder ungeliebten Geschenken ein zweites Leben zu schenken. In der „Goldwaage“ in Heidelberg weiß man schon lange um die Vorzüge von Gold. Der Familienbetrieb ist auch nach Jahrzehnten immer noch in familiärer Hand und betreibt Ladengeschäfte in ganz Deutsch-

Folgende Ware wird angekauft

- Goldschmuck
- Zahngold
- Altgold/Bruchgold
- Goldmünzen
- Goldbarren
- Silberschmuck
- Silbermünzen
- Silberbesteck
- Platin
- Palladium
- Luxusuhren
- Luxusaschen
- Diamanten/Edelsteine
- Zinn

land – eines sogar in den Niederlanden. Kunden sind bei der „Goldwaage“ also in den besten Händen: hier wird alles wortwörtlich auf die Goldwaage gelegt – doch am Ende profitiert nicht nur der Händler, sondern vor allem die Kunden!

pr/kts/BILD: GOLDWAAGE

„Die Goldwaage“ Rohrbacher Straße 44, 69115 Heidelberg

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 11 bis 18 Uhr, Samstag 11 bis 15 Uhr sowie nach Vereinbarung auch außerhalb der Öffnungszeiten

**E-Mail: info@goldwaage-heidelberg.de
Telefon: 06221/ 360 7700
goldwaage-heidelberg.de**

ANZEIGE



Oberbürgermeister John Ehret (hintere Reihe, 2. von rechts) würdigte nicht nur das Engagement der Sternsinger aus Gauangelloch. BILD: STADT LEIMEN

Kinderrechte stärken

STERNSINGERAKTION: Bildungsprojekte in Bangladesch unterstützt.

Leimen. Unter dem diesjährigen Motto „Schule statt Fabrik – Sternsingen gegen Kinderarbeit“ beteiligen sich die Sternsinger in Leimen auch 2026 wieder an der weltweiten Aktion zur Stärkung von Kinderrechten. Mit ihrem Engagement lenken sie die Aufmerksamkeit auf Kinder, denen der Zugang zu Bildung verwehrt bleibt, weil sie zum Arbeiten gezwungen werden.

Der Schwerpunkt der Sternsingeraktion 2026 liegt auf Bangladesch. In dem südasiatischen Land sind nach wie vor

rund 1,8 Millionen Kinder und Jugendliche von Kinderarbeit betroffen, mehr als eine Million davon unter besonders gefährlichen und ausbeuterischen Bedingungen. Die im Rahmen der Aktion gesammelten Spenden kommen Projekten zugute, die Kindern den Ausstieg aus der Arbeit ermöglichen und ihnen den Zugang zu Bildung eröffnen.

Im Leimener Stadtgebiet waren die Sternsinger bereits aktiv und brachten den traditionellen Segensgruß in die Bürgerämter von Gauangelloch und St. Ilgen.

Natürlich besuchten sie auch das Neue Verwaltungsgebäude sowie das Historische Rathaus. Oberbürgermeister John Ehret empfing die Sternsinger persönlich und würdigte ihr Engagement mit einer Spende der Stadt.

Die Stadt Leimen bedankt sich herzlich bei allen Unterstützern sowie bei den Kindern und Jugendlichen, die sich mit großem Einsatz für Gleichberechtigung, Bildung und den Schutz von Kindern weltweit starkmachen. red

Zu viele Haare in der Bürste?

Warum auch die richtigen Pflegeprodukte keine Besserung bringen.



Eine volle Haarpracht – wer wünscht sie sich nicht? Leider ist nicht jeder von Natur aus mit vollem, kräftigem Haar gesegnet. Stattdessen sind die Haare oft dünn und gehen aus. Hier kann es sinnvoll sein, sich die Nährstoffversorgung näher anzusehen.

Der Verlust von Haaren ist eine schwer verdauliche Tatsache. Da ist es auch kein Wunder, dass man es mit der Angst zu

tun bekommt, wenn sich vermehrt Haare in der Bürste, im Waschbecken oder auf dem Kissen finden. Viele führt dann der erste Weg in die Drogerie – neue Pflegeprodukte müssen her. Ob Repair-Shampoo, Intensiv-Spülung, Haarkur oder Haaröl – die Regale sind voll mit Produkten, die unseren Haaren etwas Gutes tun sollen. Und tatsächlich: Direkt nach der Anwendung fühlen sich die Haare oft weicher

an, sehen glänzender aus und lassen sich besser kämmen. Pflegestoffe legen sich wie ein feiner Film um das Haar, versiegeln die Oberfläche, glätten kleine Unebenheiten und kaschieren Spliss.

Stärkung von Innen

Doch so schön dieser Sofort-Effekt ist – er hält meist nur bis zur nächsten Haarwäsche. Die eigentliche „Schaltzentrale“ für gesundes, kräftiges

Haar sitzt aber in der Tiefe: an der Haarwurzel. Damit Haare dauerhaft stark und widerstandsfähig bleiben, brauchen sie eine gezielte Versorgung von innen. Ausgewählte Vitamine und Spurenelemente unterstützen den Aufbau der Haarstruktur direkt an der Wurzel. Sie fördern die Bildung von Keratin (=Hauptbestandteil der Haare), stärken die Verankerung in der Kopfhaut und können so dazu

beitragen, dass das Haar weniger bricht und seine natürliche Spannkraft behält.

Wirkstoff Empfehlung

Eine Vielzahl an Inhaltsstoffen, die für volles Haar sorgen, ist in der Ernährungswissenschaft bekannt – doch nur wenige zeigen auch langfristige Erfolge. Drei Nährstoffe sind hingegen bestens erforscht:

Goldhirse – eine der ältesten Getreidesorten der Welt. Bereits im Mittelalter war sie unter dem Namen „Schönheitskorn“ bekannt und liefert den Haarwurzeln wichtiges Silizium.

Selen – ein Spurenelement, das zum Erhalt normaler Haare beiträgt. Steht dem Haar zu wenig davon zur Verfügung, kann es stumpf und brüchig werden.

Naturreiner Schwefel (MSM) – ein wichtiger Strukturbestandteil von Keratin, Elastin und Kollagen – jenen Stoffen, aus denen die Haarzellen bestehen.

Was Apotheker empfehlen

In durchdachter Kombination vereint finden sich diese Wirkstoffe aktuell nur in Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten. Das Präparat kommt aus Österreich, wo es bereits seit Jahren das mit Abstand meistverkaufte Produkt für die Haare ist.* Seit einiger Zeit ist es auch in unseren deutschen Apotheken erhältlich.

Tipp: Die Haare wachsen im Durchschnitt gerade einmal 1 bis 1,5 cm pro Monat. Für den idealen Effekt sollten die Tabletten daher über einen Zeitraum von mindestens 2 bis 3 Monaten hinweg eingenommen werden – für bleibende Ergebnisse, nicht nur bis zur nächsten Dusche.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 09/2025.

APOTHEKEN-EMPFEHLUNG

Dr. Böhm® Haut Haare Nägel als 3-Monats-Kur mit € 9,90 Preisersparnis*

- ✓ Biotin, Zink und Selen für den Erhalt normaler Haare
- ✓ Hochdosierte Kieselerde und Goldhirse liefern Silizium
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM) und wichtige Spurenelemente

Erhältlich in Ihrer Apotheke.
180 Stk. **PZN: 18851135** | 60 Stk. **PZN: 15390975**
*im Vergleich zu 3 einzelnen Monatspackungen.

Kundenbewertung

★★★★★

Ingrid Föller, 56
Apothekenkundin

Ich habe meine „alten“ Haare zurück

„Seit Beginn der Wechseljahre wurden meine Haare immer dünner und brüchiger und ich hatte das Gefühl meine alte Haarpracht zu verlieren. Vor 3 Monaten habe ich begonnen **Haut Haare Nägel** von Dr. Böhm® einzunehmen – und bin begeistert: Nach einigen Wochen hatte ich weniger Haare in der Bürste und im Waschbecken. Das nachwachsende Haar fühlt sich kräftiger und voller an. Trotz hormoneller Umstellung habe ich das Gefühl, meine „alten“ Haare zurückbekommen zu haben.“

Der frühe Vogel



fängt die Kröten

Zusatzverdienst als Zusteller (m/w/d)

unbefristet – auch als Quereinsteiger*in für deine Tageszeitung

Es lohnt sich, früh morgens für uns auf Tour zu gehen! Am Ende jeden Monats zahlt es sich für Dich aus. Also nicht länger warten, sonst fängt ein anderer Vogel die Kröten! Einfach anrufen, eine Mail schicken oder per WhatsApp eine kurze Nachricht.

JETZT ONLINE BEWERBEN UNTER:

www.pdk.de/jobangebote/

ODER UNTER

☎ 0800 / 55 444 99
📞 0172 / 63 86 776



Haushaltshilfen und Alltagsbegleiter gesucht!
Wir suchen engagierte Mitarbeiter für Haushaltshilfe und Alltagsbegleitung im Raum Heidelberg sowie Rhein-Neckar-Kreis.
Tel.: 0 62 21-3 21 50 60 oder Mobil.: +01 5773 86 93 58

Mehr Informationen finden Sie hier:
<https://syllwias-alltagsbegleitung.de/jobs-angebote/>



HAAS MEDIENGRUPPE

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

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

Einfach melden - gerne direkt über WhatsApp



Mehr Informationen findest du unter: www.azp24.de

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

IMMOBILIEN

IMMOBILIENGESUCHE

Kaufe Wohnung von privat. Finanzierung gesichert. Valeriya **01512058269**

Suche Eigentumswohnung von privat. **06205.3794315**

FERIENWOHNUNGEN

FeWo La Mata/Alicante Spanien, Meerblick, komfortabel. 2 Gehmin. zum Strand und Restaurants WhatsApp **0172.7383833**

IMMOBILIENVERKÄUFE

Eigentumswhg, 85 qm, Garten, Terrasse, EG Bahnhofsnähe, Baujahr 1983 bei Sinsheim günstig zu verk. ☎ **015251471520**

WOHNUNGEN

Kaufe Leder, Pelze, Trachten, Porzellan, Zinn, Besteck, Schmuck, Münzen. **015155664364**, 8-18 Uhr

STELLENMARKT

STELLENANGEBOTE

Attraktive Frauen und Studentinnen!
Wer hat Spaß am Massieren? Ungelernte auch gerne. Gute Verdienstmöglichkeiten, flexible Arbeitszeiten. www.studioevita.de
☎ **0176 / 81402355**

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

Langfr. Putzhilfe in HD-Kirchheim f. 2 Pers.-Haushalt mit Handicap gesucht. 5 Std./Wo. / Minijob. ☎ 0173-3661600

STELLENGESUCHE

Deutscher Handwerkseselle Maler - Plaster - Vinyl - Mauern verputzen usw. hat Termine frei. ☎ **0152-51000192**

HEIRAT & BEKANNTSCHAFTEN

70 jähriger, alleinstehend, sucht für das Jahr 2026 auf diesem Wege eine Reisebekanntschaft, die mit mir nach Norddeutschland fährt. Führerschein vorh. PC-Kenntnisse wären wünschenswert, zwecks Unterkunft suche (Ferienwhg.). Weiteres bei Rückantwort, und näheres Kennenlernen. ☐ **2039843 MM 68167 Mannheim**

Landwirtschaftswitwe, 67 J., ich bin fürsorglich, ruhig u. liebevoll, gehe gern raus in die Natur u. schätze christliche Werte. Ich bin treu u. ehrlich u. eine gesunde, hübsche Frau, suche pv einen netten Mann bis 80 J., ich kann auch umziehen ☎ **0151 - 20593017**

Agnes, 78 J., völlig allein stehend, ich habe eine schöne, weibliche Figur, kann gut haushalten, koche immer noch für mein Leben gern. Als Witwe fällt mir das Alleinsein sehr schwer. Darf ich Sie mit meinem Auto besuchen? Wir besprechen dann alles Weitere persönlich. Sie erreichen mich pv ☎ **06221 – 6529435**

KRAFTFAHRZEUGE

KFZ-KAUFGESUCHE

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

ZWEIRÄDER

Suche Mofa, Moped, Motorrad, auch reparaturbedürftig unter der Rufnummer **0157.57609007**

CAMPING/WOHNWAGEN

Wir kaufen Wohnmobile+Wohnwagen
☎ **03944-36160 - www.wm-aw.de - Fa.**

job morgen.de

Job von do!
Ned von sunschdwo!
Auf geht's, jetzt Job finden!

FLOHMARKT



Kleinanzeigen/Fließtext

Buchen Sie jetzt auf unseren Flohmarktseiten

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

Bergstraße- und Badische Anzeigen-Zeitung (über 230.000 Exemplare)
Ortspreis für 3 Zeilen **23,11 €** jede weitere Zeile **5,78 €**
mit Bild zusätzlich **15,00 €**

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



VERKÄUFE

Sonntags-Flohmarkt So. 18.01., 25.01. und 01.02.26 von 11-17 Uhr, Bad Rappenau Salinenpark zum Glühweindorf, Info: Agentur Döring **07144-209749**

Großer Hallenflohmkt! Sinsheim: Dr. Sieber-Halle (Stadthalle), Sa. 24.01.: 9-16 Uhr. Beheizt, Eintritt 2,- Euro, Kinder frei. Info/Reservierung: info@flohmkt-raebiger.de, Tel./WhatsApp: **0171-2024857**

Flohmarkt, jeden Samstag, Speyer, Flugzeugwerke PFW, 8-16 Uhr. person Märkte, ☎ **06322.95.99.95**

KAUFGESUCHE

25 Jahre seriöses Münzkabinett. Kaufe Münzen jeder Art auch komplette Sammlungen sowie Tafelsilber, Uhren usw. zu fairen Preisen wie gewohnt. Sofortige Bezahlung. Maché auch Hausbesuche. Telefon **06205 / 2555372** od. **0162 / 621090**

Kaufe Leder, Pelze, Trachten, Porzellan, Zinn, Besteck, Schmuck, Münzen. **015155664364**, 8-18 Uhr

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

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

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

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

Dienstleistungen

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

Sonstiges

HAUS- U. GARTENSERVICE. Schnell-zuverlässig-fair. ☎ **0176.22902705**

Heidelberg blickt mit Zuversicht in die Zukunft

RANKING: Stadt zählt bundesweit zu den dynamischsten Städten.

Heidelberg. Heidelberg zählt bundesweit zu den dynamischsten Städten und zu den Standorten mit der besten Infrastruktur. Zu diesem Ergebnis kommt das Städteranking des Wirtschaftsmagazins WirtschaftsWoche. Die Stadt schneidet sowohl im Dynamikranking als auch im Infrastrukturindex hervorragend ab.

„Heidelberg ist trotz der aktuellen Haushaltslage gut für die Zukunft aufgestellt. Hier leben viele junge Menschen, für die hochwertige Bildungs- und Ausbildungsangebote bereitstehen. Mit starken Unternehmen, Forschungseinrichtungen, attraktiven Arbeitsplätzen, innovativen Start-ups und aktiver Wirtschaftsförderung treten wir der schwächelnden Konjunktur kraftvoll entgegen“, betont Oberbürgermeister Eckart Würzner.

Im Dynamikranking erreicht Heidelberg deutschlandweit den achten Platz unter 71 Großstädten. Besonders überzeugend ist die Entwicklung im Arbeitsmarkt: Heidelberg ist eine junge Stadt und belegt beim Altersquotienten den ersten Platz. Auch in Bildung und Ausbildung setzt die Stadt Maßstäbe: Die Jugendarbeitslosigkeit lag 2024 bei lediglich 2,1 Prozent, nur 2,7 Prozent der Schulabgänger hatten 2023 keinen Abschluss, und die Abiturquote beträgt 54,6 Prozent (Platz drei bundesweit). Hochqualifizierte Beschäftigte machen 36,4 Prozent aus (Platz fünf), fast zwei Drittel der Beschäftigten arbeiten in wissensintensiven Dienstleistungen.

Soziale Stabilität und wachsende Beschäftigung runden das Bild ab: Nur 3,1 Prozent der Einwohner bezogen 2024 Bürgergeld, gleichzeitig stieg der Anteil der Beschäftigten ab 55 Jahren um 12,1 Prozent. Die Zahl der Einpendler wuchs seit 2019 um 3,7 Prozent, und die Arbeitsmarkt-Wachstumsrate liegt bei 5,7 Prozent – einer der fünf höchsten bundesweit.

Auch im Infrastrukturindex erreicht Heidelberg mit Rang neun eine Topplatzierung. Besonders stark ist die Stadt in Forschung und Bildung: 3,85 Hochschulen und 12,8 Forschungseinrichtungen pro 100.000 Einwohner sichern jeweils den zweiten Platz bundesweit. Kindertageseinrichtungen und Schulen je Einwohner gehören ebenfalls zur Spitzengruppe. Der Infrastrukturindex löst den bisherigen Nachhaltigkeitsindex ab, in dem Heidelberg regelmäßig unter den drei besten Städten lag.

Das Ranking untersuchte alle 71 kreisfreien Städte mit mehr als 100.000 Einwohnern und gilt als umfassendster Kommunenchek in Deutschland. *red*

AUS DER GESCHÄFTSWELT

ANZEIGE

SPRACHEN KÖNNEN IN JEDEM ALTER GELERNT WERDEN

Englisch für Junggebliebene ab 50

Frau Neu, Sie leiten die ELKA-Sprachschule in Heidelberg seit sechs Jahren? Können Sie die Anfänge beschreiben und für was genau steht ELKA eigentlich?

Vanessa Neu: ELKA steht für erfolgreich lernen, Konzepte im Alter und wird in Deutschland an ca. 160 Standorten angeboten. Wir haben Ende 2019 ganz klein hier in Heidelberg angefangen in Räumen, die wir stundenweise angemietet haben. Mittlerweile können wir an jedem Tag in der Woche von Montag bis Freitag, Kurse auf allen Niveaustufen anbieten und sind jetzt auch in neue Räumlichkeiten hier in die Fritz-Frey-Straße in Heidelberg umgezogen. Hier gibt es supergute Parkmöglichkeiten und auch wirklich schöne Räume.

Wie kam es denn zu der Gründung von ELKA?

Neu: Das ELKA-Konzept ist genau genommen ein Ergebnis von Unzufriedenheit: Obwohl es viele ältere Menschen gibt, die sich für das Erlernen der englischen Sprache interessieren, brechen diese in hohem Maße ihre Teilnahme an herkömmlichen Kursen ab – oft schon nach der ersten oder zweiten Unterrichtsstunde.

Und warum brechen Teilnehmer bei ELKA Ihre Kurse nicht ab bzw. was ist hier der Unterschied?

Neu: Es kommen hier mehrere Faktoren zusammen: ELKA Kurse können nur von Teilnehmern ab 50 Jahren besucht werden. Das heißt die Altersstruktur ist bei uns recht homogen und die Interessen der Teilnehmer sind bei uns ähnlich. Jeder kommt bei uns so oft an die Reihe, bis er sich sicher fühlt. Die Teilnehmer lernen gemeinsam typische Dialoge, wie sie oft im Alltag vorkommen: Im Hotel, beim Arzt, beim Einkaufen im Geschäft. Es hört sich vielleicht komisch an – aber die Teilnehmer lernen das Sprechen durch Sprechen. Dadurch, dass alle Teilnehmer mehr oder weniger Anfänger sind und alle ungefähr gleich alt sind, wachsen außerdem großartige Gemeinschaften zusammen. Über den Unterricht hinaus bieten wir auch allerlei Veranstaltungen an, sei es eine Stadtführung auf Englisch, einen Irischen Abend oder auch einen Museumsbesuch mit einem englischsprachigen Guide. So können die Teilnehmer nicht nur schöne Dinge zusammen erleben, sondern können die englische Sprache auch noch einmal außerhalb des Klassenzimmers anwenden.

Wie kann ich mir den Unterricht bei ELKA vorstellen? Arbeiten Sie auch mit Büchern?

Neu: Ja, sicher. Unsere Lehrbücher sind speziell auf das ELKA-Konzept abgestimmt. Sie sind daher auch nicht frei verkäuflich, sondern nur für die Teilnehmer in den ELKA-Kursen gedacht. Die Texte sind zweisprachig in einer Lektion vorhanden. Die Teilnehmer sehen somit auf einen Blick die jeweiligen Übersetzungen – das lästige Blättern und Nachschlagen in Wörterbüchern kann damit entfallen. Gemäß der Erkenntnis „Wiederholung ist die Mutter der Sicherheit“, wird zu Beginn einer jeden Einheit das wiederholt, was

beim letzten Mal gelernt wurde. Die Kursziele decken sich mit den Erwartungen der Teilnehmer: Ein paar Worte auf Englisch mit den Enkeln sprechen können, englische Begriffe verstehen, die einem im Alltag immer häufiger begegnen oder sich im Auslandsurlaub verständigen zu können – ohne sich zu blamieren oder gar so zu fühlen.

Wann finden bei Ihnen die Kurse statt?

Neu: ELKA-Kurse finden grundsätzlich dann statt, wenn unsere Dozenten am besten lehren und Teilnehmer am besten lernen können – nämlich tagsüber! Vor dem Beginn neuer Kurse können alle Interessierten an einer kostenlosen Schnupperstunde teilnehmen. Der Schnupperunterricht gibt Einblick in das Kursgeschehen, Lehrer und Materialien werden vorgestellt. Im Anschluss sind Anmeldungen möglich. Die maximale Gruppengröße beträgt zehn Teilnehmer. Voraussetzungen brauchen keine erfüllt zu werden, ganz im Gegenteil: Je weniger ein Teilnehmer die englische Sprache beherrscht, umso besser. Viel wichtiger ist der Wille, sich gemeinsam mit Gleichaltrigen geistig fit zu halten und gleichzeitig etwas zu lernen, was tatsächlich angewendet werden kann. *pr/msg*

i Im Januar beginnen wieder in Heidelberg die besonderen Sprachkurse für alle ab 50. Infos gibt es bei Vanessa Neu unter der Telefonnummer **06221/ 5 99 09 16** oder unter www.elka-lernen.de.

KONTAKTE

BIENENSTOCK

EROS CENTER

www.bienenstock-heidelberg.de

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

Unsere Auflage – Ihre Reichweite



Inklusionsprojekte gewürdigt

LANGJÄHRIGES ENGAGEMENT DER STADT: Schriesheim erhält Auszeichnung „Barrierefreie Gemeinde 2025“.

Schriesheim. Die Stadt Schriesheim wurde als „Barrierefreie Gemeinde in Baden-Württemberg 2025“ ausgezeichnet. Im Rahmen der offiziellen Preisverleihung in Stuttgart nahm der stellvertretende Bürgermeister Bernd Hegmann gemeinsam mit Lea Hildenbeutel, Sachgebietsleiterin für Soziales, Integration und Inklusion, sowie der Inklusionsbeauftragten Karin Stangl die Plakette des Landesverbands für Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderung Baden-Württemberg mit großer Freude entgegen. Für die Kommune ist es bereits die zweite Auszeichnung als barrierefreie Gemeinde.

Mit der Ehrung würdigt die Jury zahlreiche Projekte der Stadt Schriesheim, die Barrieren in unterschiedlichen Bereichen des Alltags abbauen. Hervorgehoben wurde bei der Preisverleihung unter anderem der Komfort-Wanderweg „Wanderung im Köhlerwald“, der im Mai vergangenen Jahres im Naturpark Neckartal-Odenwald eröffnet wurde. Es handelt sich um den ersten Komfort-Wanderweg im Rhein-Neckar-Kreis, der zwischen dem Naturfreundehaus Kohlhof und Wilhelms-



Thomas Seyfarth (links), Vorsitzender des Landesverbands für Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderung Baden-Württemberg e.V., Minister für Soziales, Gesundheit und Integration Baden-Württembergs Manne Lucha, stellvertretender Bürgermeister Bernd Hegmann, SPD-Landtagsabgeordneter Sebastian Cuny, Sachgebietsleiterin für Soziales, Integration und Inklusion Lea Hildenbeutel und Inklusionsbeauftragte Karin Stangl bei der Preisverleihung in Stuttgart.

BILD: MARA SANDER

feld verläuft. Flache Steigungen, feste Bodenbeläge, Sitzmöglichkeiten sowie die Anbindung an eine barrierefreie Infrastruktur ermöglichen Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen einen erleichterten Zugang zur Natur. Ein weiteres Beispiel für die konsequente Berücksichti-

gung von Inklusion in städtischen Projekten sind die Trinkwasserbrunnen in der Schriesheimer Kernstadt, die seit Ende 2024 in Betrieb sind. Nachdem der Gemeinderat im Juli 2023 die Verwaltung mit der Installation beauftragt hatte, fiel die

Entscheidung bewusst auf ein Modell mit barrierefreiem Zugang. Dank tief angebrachter Trinkbecken haben sowohl Kinder als auch Menschen mit Beeinträchtigungen einen uneingeschränkten Zugang zu den Wasserspendern.

Die Inklusionsbeauftragte Karin Stangl und die Bürgerbeauftragte Dr. Barbara Schenk-Zitsch setzen sich kontinuierlich für die Belange von Senioren sowie von Menschen mit Beeinträchtigungen in Schriesheim ein. Als Ansprechpartne-

rinnen vor Ort nehmen sie Anliegen auf und entwickeln gemeinsam mit den Betroffenen passende Lösungen. Durch diese bürgernahe Vorgehensweise konnten bereits zahlreiche Probleme sowohl kurz- als auch langfristig behoben werden.

Für Karin Stangl steht die Plakette sinnbildlich für die facettenreiche Inklusionsarbeit der Stadt: „Um eine Kommune barrierefrei zu gestalten, reicht es nicht, Bordsteine abzusenken und Rampen zu bauen. Wir führen Gespräche mit Betroffenen und nehmen ihre Bedürfnisse und Wünsche ernst. Gleichzeitig sensibilisieren wir die Bürgerschaft durch Vorträge zu Themen wie barrierefreies Parken oder Wohnen im Alter, denn Inklusion ist eine Aufgabe für alle.“ Ein weiteres Beispiel dieser Arbeit ist die Teilnahme der Stadt an der Aktion „Woche des Sehens“ im Oktober 2025, bei der sich Interessierte an einem Infostand im Rathaus über Augenerkrankungen und den Umgang mit Sehbehinderungen informieren konnten.

Auch für den stellvertretenden Bürgermeister Bernd Hegmann ist die Auszeichnung etwas Besonderes. Stellvertretend für Bürgermeister Christoph Oeldorf betont er: „Seit Jahrzehnten setzen wir uns für mehr Barrierefreiheit ein, und mit dieser Auszeichnung wird unsere Arbeit einmal mehr bestätigt.“

red

Mehr Platz fürs Grün

Heidelberg. Die Stadt Heidelberg hat am vergangenen Montag, 12. Januar, mit den Arbeiten zur Umgestaltung der Kleingemünder Straße im Stadtteil Ziegelhausen begonnen. Die Maßnahmen sollen voraussichtlich bis Ende März diesen Jahres abgeschlossen sein. Ziel der Umgestaltung ist es, die Aufenthaltsqualität zu erhöhen, die Verkehrssicherheit zu verbessern und eine behutsame Verkehrsberuhigung zu erreichen.

Im Rahmen der bereits Anfang Dezember 2025 angekündigten Aufwertungsarbeiten werden unter anderem Flächen entsiegelt und begrünt. Geplant sind zwölf neue Pflanzbeete sowie die Pflanzung von vier neuen Bäumen, die zu einem angenehmeren Straßenbild beitragen sollen. Ergänzend werden elf neue Fahrradanhänger installiert. Insgesamt wird die Kleingemünder Straße damit funktional und gestalterisch aufgewertet und für Anwohner sowie Besucher attraktiver gestaltet.

Während der Bauzeit ist mit Einschränkungen bei der Nutzung des Straßenraums und der Parkmöglichkeiten zu rechnen. Die Straße bleibt jedoch grundsätzlich passierbar, und die anliegenden Geschäfte sind weiterhin erreichbar. Der Parkplatz zwischen den Hausnummern 17 und 19 wird vorübergehend als Lagerfläche genutzt und steht in dieser Zeit nicht zur Verfügung. Insgesamt bleiben voraussichtlich 17 Parkplätze erhalten.

Die Umgestaltung der Kleingemünder Straße geht auf einen Beschluss des Ausschusses für Klimaschutz, Umwelt und Mobilität (AKUM) vom 14. Mai 2025 zurück.

red

Theater für Kids

Heidelberg. Am 24. Januar um 14 und 16 Uhr, zeigt das Puppentheater Plappermaul das Stück „Der Löwe und die kleine Maus“ für Kinder ab vier Jahren. Mut, Selbstbewusstsein und eine besondere Freundschaft zwischen Löwe und Maus stehen im Fokus. Ort: Steinhofweg 20 (Ecke Marktstraße), Heidelberg. Tickets und Infos: www.puppentheater-plappermaul.de

red



VERLOSUNG

Mitmachen und gewinnen!

Bis 19. Januar 2026, 12 Uhr mailen und gewinnen!!!

Schreiben Sie uns eine Mail unter verlosung@haas-publishing.de mit Ihrer vollständigen Adresse und nennen das Lösungswort „Hoffenheim“. Gewinnen können Sie Eintrittskarten für das Spiel TSG Hoffenheim gegen 1. FC Union Berlin am 31.01.2026 um 15:30 Uhr, in der PreZero Arena, Sinsheim.

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

BAZ

FALCO

MEETS AMADEUS

Von den Machern von **FALCO** DAS MUSICAL

15.02.26 | Mannheim - Rosengarten

eventim Karten erhältlich in allen bekannten VVK-Stellen und unter meinmorgen.app/tickets

colro ENTERTAINMENT

Sie hören gut, aber verstehen schlecht?

ANZEIGE

Die Schädigung der Haarzellen im Innenohr führt dazu, dass Gespräche nicht mehr gut verstanden werden. Eine bahnbrechende Schweizer Innovation löst dieses Problem auf effektive Weise.

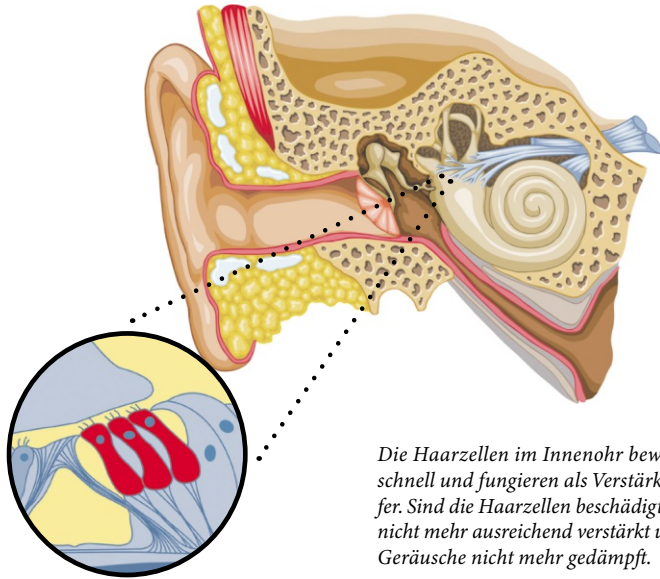
Täglich bemerken viele Menschen, dass sie Schwierigkeiten haben, Gesprächen zu folgen. Sie hören zwar die sprechende Person, verstehen aber nicht richtig, was gesagt wird. Die Ursache dafür ist oft eine Schädigung des Innenohrs. Dabei erschweren Umgebungsgereusche, schlechte Akustik, undeutlich sprechende Personen und Hintergrundmusik das Verstehen zusätzlich.

Schädigung des Innenohrs

Haarzellen im Innenohr sorgen für Anpassungen im Klang. Sind diese Zellen beschädigt, hören Sie leise Geräusche noch leiser und laute Geräusche erscheinen Ihnen hingegen lauter! Durch störende Umgebungsgereusche sind Gespräche dann nicht mehr gut zu verstehen. Die revolutionären Hörgeräte von AudioNova lösen dieses Problem zielgerichtet.

Hervorragende Klangqualität

Die speziell in der Schweiz entwickelten AudioNova V3-Geräte sind mit modernster Technologie ausgestattet. Dadurch ist der Klang von ausgezeichneter Qualität und das Klangspektrum sehr breit. Hinzu kommt, dass der leistungsstarke Lautsprecher sehr nah am Trommelfell sitzt. Dies sorgt für eine optimale Schallübertragung und ein ultimatives Hörerlebnis. So können Sie wieder aktiv an allen Gesprächen teilnehmen. Darüber hinaus sorgt das einzigartige weiche Material für einen hohen Tragekomfort. Sie merken kaum, dass Sie ein Hörgerät tragen.



Die Haarzellen im Innenohr bewegen sich sehr schnell und fungieren als Verstärker und Dämpfer. Sind die Haarzellen beschädigt, wird Sprache nicht mehr ausreichend verstärkt und störende Geräusche nicht mehr gedämpft.

Testpersonen gesucht!

Das AudioNova V3 ist in Deutschland ausschließlich bei GEERS erhältlich. Für dieses revolutionäre Hörgerät suchen wir Testpersonen. Kennen Sie die vorhin beschriebene Situation, möchten Sie wieder gut hören und diese neue Technologie in der Praxis testen? Dann laden wir Sie herzlich dazu ein, an unserer Studie teilzunehmen. Sie können die AudioNova-Geräte 10 Tage lang kostenlos und unverbindlich in verschiedenen Hörsituationen ausprobieren. Ihre Testphase schließen wir mit

einem kurzen Interview ab, bei dem wir Sie nach Ihren Erfahrungen fragen.

Sind Sie interessiert? Dann melden Sie sich bis zum 15. März als Testperson an. Gehen Sie dazu auf www.geers.de/termin oder rufen Sie unter 0800 724 000 261 an. Die Teilnahme ist kostenlos und völlig unverbindlich! Melden Sie sich noch heute an und erleben Sie die Vorteile des neuen AudioNova V3.

Jetzt anmelden:
kostenlos und
unverbindlich unter
0800 724 000 261
oder auf
[www.geers.de/
termin](http://www.geers.de/termin)

„Ich habe gemerkt, dass ich Gesprächen nicht mehr richtig folgen konnte. Das war sehr unangenehm. Dank GEERS kann ich Gespräche wieder voll und ganz genießen. Ich empfehle jedem, den Test zu machen und den Unterschied selbst zu erleben!“

GEERS

GEERS ist eine Marke der Sonova Retail Deutschland GmbH, Otto-Hahn-Straße 35, 44227 Dortmund

Code für Fachgeschäft





Erfolg auf ganzer Linie: Die Bodybuilderin Nicole Israel wurde für ihre Titel als Süddeutsche Meisterin, Deutsche Meisterin und „Ms. Universe 2025“ von der Stadt Leimen geehrt.

BILD: STADT LEIMEN

Von Süddeutschland bis zur Weltspitze

SPORTLICHE SPITZENLEISTUNG: Nicole Israel im Rathaus geehrt.

Leimen. Oberbürgermeister John Ehret empfing die Leimener Athletin Nicole Israel im historischen Rathaus, um ihr persönlich zu ihren beeindruckenden sportlichen Erfolgen im Bodybuilding zu gratulieren.

Nicole Israel kann auf ein außergewöhnlich erfolgreiches Wettkampffahr 2025 zurückblicken, in dem sie eindrucksvoll Disziplin, Ehrgeiz und sportliche Spitzenklasse unter Beweis stellte. Am 2. November 2025 trat sie bei der Süddeutschen Meisterschaft des NAC (National Athletic Committee) in Freiberg am Neckar an und errang

dort den Titel der Süddeutschen Meisterin in der Klasse Woman's Physique. Nur eine Woche später, am 8. November 2025, krönte sie ihre Leistungen bei der Deutschen Meisterschaft in Berlin mit dem Gewinn des Titels der Deutschen Meisterin. Den Höhepunkt ihres sportlichen Jahres bildete schließlich der internationale Wettbewerb am 22. November 2025 in Cuxhaven, bei dem sie sich gegen fünf Konkurrentinnen durchsetzte und den Titel „Ms. Universe 2025“ in ihrer Klasse gewann. Oberbürger-

meister Ehret zeigte sich bei dem Empfang tief beeindruckt von diesen außergewöhnlichen Erfolgen. Er würdigte insbesondere den enormen Trainingsaufwand, die mentale Stärke sowie die konsequente Zielstrebigkeit, die für Leistungen auf internationalem Spitzenniveau erforderlich sind.

Die Stadt Leimen gratuliert Nicole Israel herzlich zu ihren herausragenden sportlichen Errungenschaften und ist stolz darauf, eine so erfolgreiche Athletin zu ihren Bürgerinnen zählen zu dürfen.

Von Michael Rappe

Heidelberg. Der Jubel war fast wie nach dem Gewinn einer Meisterschaft. Das Team tanzte im Mittelkreis, Cheftrainer René Spandauw ballte mehrfach die Faust, umarmte Co-Trainerin Helena Eckerle und jeden, der ihm in den Weg kam. Diese unbändige Freude musste einfach raus. Auf den Rängen feierten die Zuschauer begeistert eine Leistung der USC BasCats, die so nicht zu erwarten war. Nicht unter diesen Voraussetzungen, nachdem 24 Stunden zuvor nur drei gesunde Spielerinnen zur Verfügung standen. Doch das verbliebene Team, bestehend aus letztlich neun Spielerinnen, von denen immer noch sechs krank oder verletzt waren, ließ alles auf dem Spielfeld und fügte dem bis dahin ungeschlagenen Tabellenführer der 2. Damen-Basketball-Bundesliga, Falcons Bad Homburg, mit 68:63 (22:14, 40:34, 57:50) die erste Niederlage bei. Ein Sieg durch pure Leidenschaft, Willen, Energie, aufopferungsvollen Kampf.

Symptomatisch für diesen unwahrscheinlichen Fight war Laurie Irthum. Völlig fertig saß die luxemburgische Nationalspielerin nach Spielende auf einem Stuhl, ließ sich von Physiotherapeut Marvin Albrecht behandeln. Die Erschöpfung stand ihr ins Gesicht geschrieben. Tags zuvor schien ein Ein-



Laurie Irthum (Nr. 11) zeigte eine kämpferische Glanzleistung.

BILD: NICOLE GIESER

satz wegen eines Infektes nicht möglich, nun hatte sie über 33 Minuten gespielt. Nachdem alle gelernten Center nicht zur Verfügung standen, füllte sie diese Lücke aus. Irthum kämpfte für drei, bekämpfte Meghan Kenefick und Claire Signatowich gemeinsam mit Antonia Schüle meisterlich. Und Kelly Moten half aus, holte neun Rebounds. Sie war mit 28 Punkten, neun Rebounds und je drei Vorlagen und Ballgewinnen die herausragende Akteurin.

Sie hatten eigentlich keine Chance, doch irgendwie war ein besonderes Feuer vorhanden.

Die BasCats wollten es dem Spitzenreiter zeigen. Der gute Start gab Mut, Bad Homburg schien verwundbar, zudem sehr beeindruckt von der ungeheuren Energie der Heidelbergerinnen. Es blieb stets knapp, aber die BasCats lagen fast immer vorne.

Die große Frage unter den rund 250 begeisterten Zuschauern war: Würden die Kräfte reichen? René Spandauw rotierte geschickt, sorgte immer wieder für Verschnaufpausen. Und doch gab es diese wenigen Momente, wo die Partie hätte kippen können. Aber Bad Hom-

burg hatte an diesem Tag nicht die Klasse, wenige schwache Momente auszunutzen. Beim 63:63 schien eine Wende letztmals möglich, doch Jayla Oden, Antonia Schüle und Kelly Moten sicherten den Sieg.

„Das war grandios, ich bin sehr stolz auf das Team“, sagte Cheftrainer René Spandauw voller Freude.

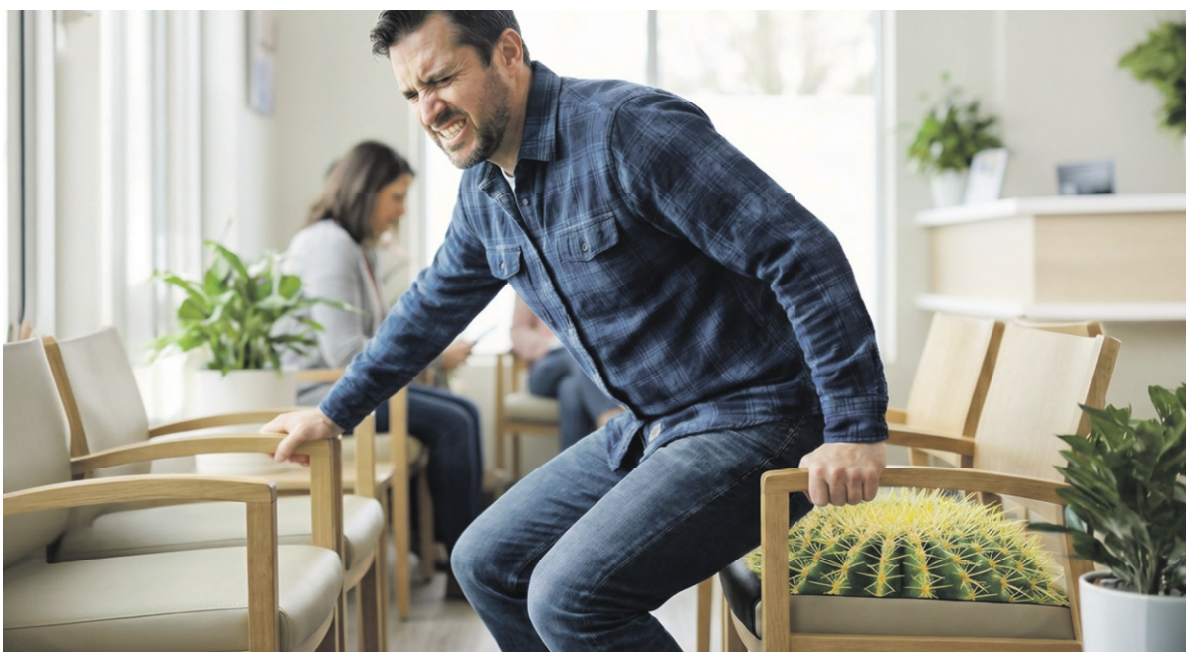
i **bleibt zu hoffen, dass die Nachwirkungen nicht zu stark sind und dass mehr Spielerinnen gesunden, denn am Samstag, 17. Januar, geht es zum Play-off-Mitbewerber TSV Wasserburg. Spielbeginn ist um 18 Uhr.**

Medizin

ANZEIGE

Hämorrhoiden kann man nicht aussitzen

Spezielle Arzneitropfen können Hämorrhoidalbeschwerden sanft lindern



Wenn Sitzen unangenehmes Brennen, Jucken oder Schmerzen am Po verursacht, stecken oft Hämorrhoiden dahinter. Rezeptfreie Arzneitropfen bekämpfen das Problem diskret und unkompliziert von innen: Lindaven (Apotheke).

Hämorrhoiden sind ein Geflecht aus Blutgefäßen im Enddarm, das zusammen mit dem Schließmuskel den Darmausgang abdichtet. Zum Problem werden sie, wenn sie sich dauerhaft vergrößern oder entzünden. Dies kann zu Beschwerden wie Brennen, Nässen und Juckreiz führen,

sowie zu Schmerzen beim Sitzen und Stuhlgang.

Diskrete Hilfe von innen – ganz ohne Salbenstress

Zur Behandlung eines Hämorrhoidalleidens greifen viele zunächst zu Salben oder Zäpfchen, was unangenehm und aufwendig sein kann. Doch es gibt ein Arzneimittel namens Lindaven (Apotheke, rezeptfrei), das einfach mit einem halben Glas Wasser oral eingenommen wird und die Beschwerden dort bekämpft, wo sie entstehen: in der Körperinneren. Die speziellen Arzneitropfen enthalten fünf besondere Wirkstoffe, die sich

bei der ganzheitlichen Behandlung von Hämorrhoiden bewährt haben. So kann z. B. der Wirkstoff Hamamelis virginiana Entzündungen hemmen. Außerdem trägt er dazu bei, dass sich vergrößerte Blutgefäße wieder zusammenziehen und setzt damit an der Ursache der Hämorrhoidalbeschwerden an.

Für Ihre Apotheke:
Lindaven
(PZN 14264889)



www.lindaven.de

Abbildung Betroffenen nachempfunden

LINDAVEN Wirkstoffe: Aesculus hippocastanum Dtl. D3, Collinsonia canadensis Dtl. D3, Hamamelis virginiana Dtl. D2, Lycopodium clavatum Dtl. D5, Sulfur Dtl. D5. Homöopathisches Arzneimittel bei Hämorrhoiden. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit oder in Kombination sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.

Arthroseschmerz?

Doppelt so schnell wieder in Bewegung

Schnellere Schmerzlinderung bei Gelenksbeschwerden? Ja, das geht: mit dem deutschen Qualitätsprodukt Spalt Forte (rezeptfrei, Apotheke).

Arthrose ist die weltweit häufigste Gelenkerkrankung. Wenn sich der Knorpel abbaut und die Knochen aufeinander reiben, kommt es zu Entzündungen im Gelenk, die äußerst schmerzhaft sein können. Betroffene benötigen daher eine schnelle Schmerzlinderung.

Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dieser Knorpel bildet eine Schutzschicht, die verhindern soll, dass die Knochen aneinander reiben. Nutzt sich der

Knorpel ab, reiben schließlich die Knochen ungeschützt aneinander. Dies führt zu Entzündungen, die wiederum Schmerzen verursachen. Arthrose beginnt außerdem in vielen Fällen damit, dass sich die Gelenke z. B. in der Hüfte oder im Knie steif anfühlen oder anschwellen.

Doppelt so schnell! – dank flüssigem Ibuprofenkern

Mit Spalt Forte haben Wissenschaftler eine Flüssigkapsel entwickelt, mit der Arthrose-Betroffene eine schnellere Schmerzlinderung erzielen können und die schmerzstillende Wirkung dabei über mehrere Stunden anhalten kann. Das innovative Arzneimittel bietet, als Vorreiter in Europa, 400 mg Ibuprofen in einer speziellen patentierten Flüssigkapsel an, welche durch den besonderen flüssigen Ibuprofenkern

in der Kapsel einen deutlich schnelleren Wirkeintritt liefert. Das Ergebnis: Spalt Forte wird doppelt so schnell vom Körper aufgenommen wie herkömmliche Ibuprofen-Schmerztabletten. Damit nicht genug – das rezeptfreie Arzneimittel reduziert nachweislich entzündlich- sowie schwellungsbedingte Schmerzen. Spalt Forte hilft nicht nur bei leichten, sondern auch bei mäßig starken Schmerzen.

Spalt schaltet den Schmerz ab – schnell!

Für Ihre Apotheke:
Spalt Forte
(PZN 00793839)



PharmaSGP GmbH, Fachinformation des Arzneimittels „Spalt Forte“ beschreibt die doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs Ibuprofen vom menschlichen Körper; Stand der Information: Januar 2022.
SPALT FORTE Wirkstoff: Ibuprofen. Für Erwachsene zur kurzzeitigen symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen, Fieber. Spalt Forte soll nicht längere Zeit oder in höherer Dosierung ohne ärztlichen Rat eingenommen werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing