

pfalz-magazin

Das Freizeitmagazin für die Pfalz, Rhein-Neckar und Nordbaden

Jahrgang 11 | Nr. 54 | April-Mai 2020 | 4,00 Euro

www.das-pfalz-magazin.de
facebook.com/pfalzmagazin



Frühling



FISCHER
die fahradmarke



Hauptgewinn: E-Bike

22



Basilikum

42



Rosenwochen

10



*Werbung macht man nicht,
um bekannter zu werden.*

Werbung formt Ihr Image!

logoentwicklung
corporate identity
druckservice
werbeauftritt print + internet

folder
imagebroschüren
u.v.m.



**ideen
concepte**

verlag | werbung | kunst

Schlesierstr. 9 | 76865 Rohrbach

Tel.: 0 63 49 - 67 93

E-Mail: info@ideen-concepte.de



Frühling

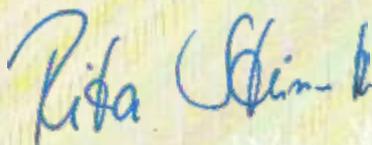
In Zeiten, wo einmal wieder kräftig Panik gemacht wird, so dass man fast meint, der Weltuntergang stehe unmittelbar bevor, möchten wir ausnahmsweise einmal politisch werden, auch wenn wir dies sonst niemals tun würden. Wir bekennen uns ausdrücklich zur Entspannung. Ein Virus, egal wie neu dieser sein mag und ob wunder wirkende Impfmittel zur Verfügung stehen, oder nicht, lässt uns kalt — **Wir lassen uns von keiner Panik anstecken und setzen auf Gottvertrauen.**

Denn es ist endlich Frühling! Und wir genießen einfach die warmen Sonnenstrahlen. Längst blüht und duftet die Natur nach Kräutern und blühenden Wiesen. Unsere Frühlingsgefühle erwachen und geben uns neuen Mut. Schon Leo N. Tolstoi zitiert in seinem Roman „Anna Karenia“ diese Feststellung: „Der Frühling ist die Zeit der Pläne, der Vorsätze!“ Wir sind beflügelt, Neues zu entdecken, aber auch Neues zu wagen. Es zieht uns immer mehr hinaus in die Natur und die milden Temperaturen laden sogar zum ersten Grillfest mit Freunden oder Picknick im Freien ein.

Jetzt beginnt auch die Spargelzeit, auf die wir uns schon lange wieder gefreut haben. Dazu haben wir raffiniert Rezeptе gefunden, welche zum Nachkochen anregen. Auch viele kulturelle Highlights und Messen rund um den Wein haben wir für Sie entdeckt.

Unser Dank richtet sich an dieser Stelle wieder an alle unsere treuen Anzeigenkunden, ohne die unsere Arbeit völlig unmöglich wäre. Daher bitten wir ganz herzlich alle Leser, es diesen Partnern zu danken, indem sie gezielt bei diesen Kunden einkaufen bzw. deren Dienstleistungen in Anspruch nehmen!

Viel Spaß also beim Lesen wünschen



Rita und Thomas Steinmetz



Inhalt

Veranstaltungen, Termine

- 10 Rosenwochen im Bad Bergzaberner Land
- 14 Veranstaltungskalender
- 16 Die „Badische“ in Offenburg
- 17 Highlights für Musical-Fans
- 26 Stadthalle Hockenheim
- 28 Flörsheim Dalsheim schenkt ein
- 60 AOK Familientag

Großes Preisrätsel

- 22 zu raten sind Orte in der Pfalz
– Tolle Preise zu gewinnen!

Kulinarisches und Wein

- 42 Basilikum
- 45 Die Spargelsaison ist eröffnet
- 50 Rezeptideen zur Spargelzeit
- 57 Wein und Gesundheit
- 60 Bioland Weingut Neuspergerhof
- 64 Die besten Weingüter der Pfalz

Gesundheit, Schönheit und Wellness

- 36 Die moderne Augenheilkunde
- 40 Gesundheit. Bewegung. Leben.
- 58 Holismus der Ernährung
- 66 Ernährung – die neue Religion

Ausflugtipps

- 08 Cittaslow in Deidesheim
- 18 Germersheim
- 32 Radfahren an der Deutschen Weinstraße
- 34 Wandern im Dahner Felsenland

Sonstiges

- 56 Hunde-Erziehung mit Herz und Verstand
- 68 Redewendungen
- 74 Zitate übers Glücklichein
- 80 Impressum

Reise und Urlaub

- 71 Gardasee
- 72 Lamer Winkel
- 73 Schwarzwald und Neckargemünd

...und vieles mehr!



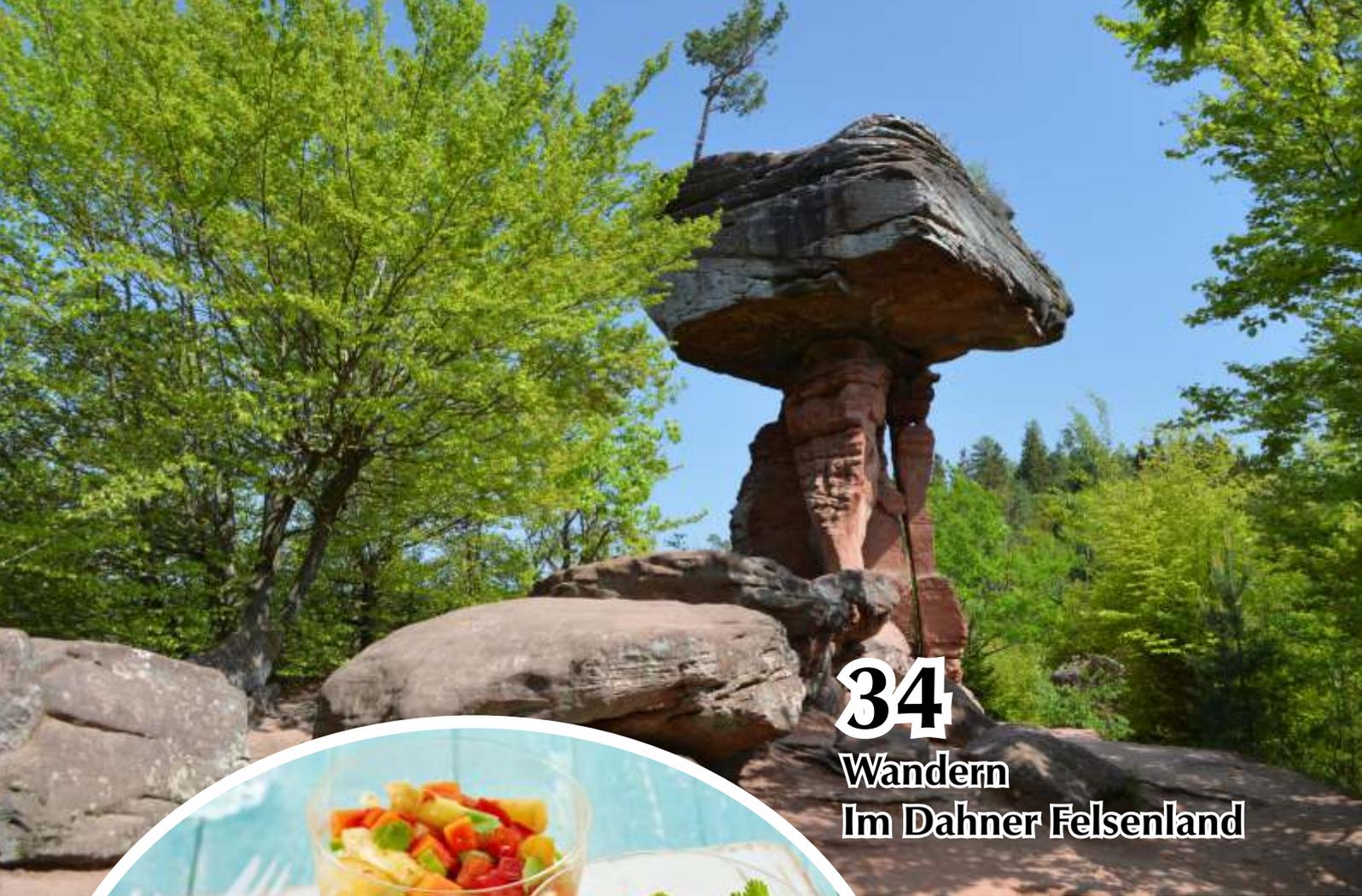
10 Rosenwochen in der Südpfalz



42 Basilikum

46 Spargelwochen in Schwetzingen





34

Wandern

Im Dahner Felsenland



50

Rezeptideen

rund um den Spargel

ANO GAST[®]
DER ANONYME GASTRO-TESTER

„Robichon“
in Frankweiler

61





Pfingsten

Für viele Menschen ist Pfingsten einfach nur ein Feiertag, an dem sie nicht arbeiten müssen. Die Bedeutung von Pfingsten ist hingegen wenig bekannt. Dabei ist Pfingsten nach Weihnachten und Ostern der höchste Feiertag der Christen und gilt als „Fest des Heiligen Geists“ und ist somit der Geburtstag der christlichen Gemeinde.

P fingen ging wie Ostern aus einem jüdischen Fest hervor. Es war ursprünglich ein Erntefest mit Dankopfern. Während das Passah-Fest – woraus das christliche Osterfest hervorging – den Beginn der Getreideernte markierte, wurde am fünfzigsten Tag darauf der „Schawuot“ gefeiert, der Tag der Darbringung der Erstlingsfrüchte. Später wurde dieser Tag auch als „Wochenfest“ bezeichnet. Als christliches Fest wurde Pfingsten erstmals im 4. Jahrhundert erwähnt. Für viele Menschen ist Pfingsten ein Fest der Familie, ähnlich wie Weihnachten. Manche Kirchengemeinden veranstalten Pfingstgottesdienste auch im Freien, z.B. im Wald. Solche Waldgottesdienste haben ein besonderes Flair, vor allem, wenn das Wetter mitspielt.

Vierorts werden dann Pfingstsymbole wie Tauben, Rosen und Feuer verwendet. Doch so wichtig dieser Feiertag für die meisten Christen auch ist, so wenig wissen sie um die Bedeutung dieser Symbole.

Die Taube zählt zu den bekanntesten Pfingstsymbolen und schmückt in beispielsweise hölzerner Form Kirchenschiff, Kanzel oder Taufbecken. Im Johannesevangelium findet sich der Ursprung der Pfingsttaube: Bei der Taufe Jesu soll der Heilige Geist wie eine Taube über ihm geschwebt und dann auf ihn herabgestiegen sein. Daneben symbolisiert die Taube Reinheit und Frieden.

Die Pfingstrose sieht nicht nur schön aus, sie stellt in der Kirche Reichtum, Heilung und Schönheit dar. Aufgrund einer Legende wird diese Rose auch als Pfingstsymbol verwendet. In dieser weinte eine Frau über die Kreuzigung Jesu, bis sie bemerkte, dass die Rosen keine Dornen mehr besaßen. Sie weinte nicht mehr und rief: „Gott hat die Dornen fortgenommen, das Leid hat sich in Freude verwandelt“.

Die Taube, meist eine weiße, ist eines der bekanntesten Pfingstsymbole. Rund um das christliche Fest schmückt in vielen Kirchen eine hölzerne Pfingsttaube das Kirchenschiff, das Taufbecken oder die Kanzel.

Dennoch wissen nur wenige Christen um ihre eigentliche Bedeutung: Schon seit dem 6. Jahrhundert symbolisiert sie den Heiligen Geist.

Auch das Feuer gehört zu den Pfingstsymbolen. Auf vielen Darstellungen werden die Jünger Jesu mit Feuerzungen über den Köpfen abgebildet, die unter anderem den Heiligen Geist darstellen sollen, welcher auf sie kam am diesem Tag. Eine weitere Bedeutung ist die, dass die Jünger das Evangelium mit „Feuer und Flamme“, also großer Begeisterung, in der Welt verbreiten sollten. Das Feuer symbolisiert damit den Beginn der christlichen Missionierung, die als Geburtstag der Kirche gilt.

Während Feste wie Weihnachten oder Ostern einen großen Reichtum an Bräuchen aufweisen können, haben sich im Zusammenhang mit dem Pfingstfest verhältnismäßig wenig Bräuche entwickelt. Meist stehen sie entweder im Zusammenhang mit der religiösen Bedeutung von Pfingsten oder haben einen jahreszeitlichen Bezug als Frühlingsbräuche und Maibrauchtum. Die vielerorts stattfindenden Brunnenfeste zu Pfingsten sind neben anderen Pfingstbräuchen ebenso von der beginnenden Sommerzeit wie auch von vorchristlichen Fruchtbarkeitskulten geprägt. Für das Brunnenfest werden die Dorfbrunnen bereits am Pfingstsonnabend festlich mit Blumen und Birkenstämmchen geschmückt, an denen bunte Bänder und Ketten mit ausgeblasenen und bemalten Eiern

hängen. Aber nicht nur Brunnen, auch Häuser, Ställe, Kirchen und Fahrzeuge werden zu Pfingsten mit grünen Birkenzweigen und Blumen verziert.

Die Ackerbausaison beginnt, und die Bauern hoffen auf eine reiche Ernte. In früheren Zeiten war es vielerorts üblich, das Vieh zu Pfingsten zum ersten Mal im neuen Jahr zum Gras auf die Weiden zu lassen. Oft führte dabei ein besonders geschmücktes Tier – der Pfingstochse – den feierlichen Zug an. Auch der Pfingstbaum gehört in vielen Gegenden Deutschlands zu den bekanntesten Bräuchen an diesen Feiertagen. Dabei gibt es jedoch regionale Unterschiede: Im Süden Deutschlands kennt man den Pfingstbaum eher in Form eines Maibaums, also eines hohen Baumstamms mit abgesägten Ästen, der dann feierlich geschmückt im Dorf aufgestellt wird. Bänder, Fahnen und ein Pfingstkranz gehören zum Baumschmuck. Der Pfingstbaum bildet anschließend den Mittelpunkt ausgelassener Feiern.

Das verlängerte Wochenende, was Pfingsten immer mit sich bringt, und die Jahreszeit, die meist angenehme Temperaturen bietet, laden regelrecht ein, ausgiebige Wanderungen zu Fuß oder mit dem Fahrrad zu machen. Zahlreiche Veranstaltungen in der ganzen Kurpfalz laden zum Feiern und Mitmachen ein.

RS



Entdecken Sie
Germersheim
zu Fuß oder mit dem Rad
Wir beraten Sie gerne!

Stadt Germersheim

Historische Festung
Ursprüngliche Natur
Kunst und
Kultur-Genuss

- Führungen mit verschiedenen Themen
- Nachfahrten durch die Rheinauen
- Gesellige Feste und Events

Tourismus-, Kultur- und Besucherzentrum Weißenburger Tor:
Paradeplatz 10 · 76726 Germersheim · Tel. 07274/960-301/-302
www.germersheim.eu

Entschleunigung genießen in Deidesheim

Lebens- und liebenswert an der Deutschen Weinstrasse: Eine ganze Stadt als „Höhepunkt der Weinkultur“

Sie prägen die Stadt Deidesheim an der Deutschen Weinstraße entscheidend: die hohe Weinkultur, der niveauvolle Individualtourismus und die besondere Lebensqualität. „Entschleunigt genießen“ lautet deshalb die Devise Deidesheims, das bereits seit dem Jahr 1395 über Stadtrechte verfügt und seit 2009 zum internationalen Cittaslow-Netzwerk gehört.

Das Motto bezieht sich zum einen auf den Traditionsweinbau seit 300 Jahren. Die Bandbreite reicht von weltberühmten Weingütern bis hin zu qualitätsvollen Familienbetrieben und innovativen Jungwinzerinnen und Jungwinzern. Deidesheim wurde 2010 vom Deutschen Weininstitut als einzige komplette Stadt zum „Höhepunkt der Weinkultur“ ausgerufen.

Besonderen Stellenwert hat zum anderen die Gastronomie. Von der bodenständigen Pfälzer Weinstube bis hin zu Sternerestaurants gibt es in dem Ort mit seinen knapp 4000 Einwohnern rund 50 Gastro-

nomiebetriebe. In Deidesheim hat Altbundeskanzler Helmut Kohl vielen internationalen Staatsgästen Pfälzer Spezialitäten servieren lassen. Eine besondere Rolle spielen nicht zuletzt die bewirtschafteten Hütten im Pfälzerwald, die das Wandern auch zum kulinarischen Erlebnis machen.

Weinfeste und Veranstaltungen haben Niveau und zum Teil eine sehr lange Tradition. So soll die Historische Geißbockversteigerung, immer am Dienstag nach Pfingsten, in das Verzeichnis des immateriellen Kulturerbes der UNESCO aufgenommen werden.

Cittaslow gibt Deidesheim das Leitbild für eine Weiterentwicklung im Sinne des Drei-Säulen-Modells der Nachhaltigkeit, der Wirtschaftlichkeit und der sozialen Gerechtigkeit, die kommunalpolitische Entscheidungen grundsätzlich prägen.





Foto: Der Deidesheimer Sinnesgarten

So schützt etwa die generelle Freihaltung des Haardt- bzw. Waldrands von jeglicher Bebauung die Weinkulturlandschaft. Einen Grundsatzbeschluss gibt es auch zum Verzicht auf Gentechnik in der Landwirtschaft und im Weinbau. Zudem saniert und gestaltet Deidesheim seine Innenstadt neu und setzt auf ein behutsames Wachstum ohne ständige Ausweisung von Neubaugebieten.

Erkunden und Erleben:

Das Deidesheimer Weinfest (immer am zweiten und dritten Wochenende im August) ist als schönstes Weinfest der Pfalz ausgezeichnet. Besondere Weine und Angebote mit kulinarischer Bandbreite prägen das Fest. Eine ganz besondere Atmosphäre hat auch der „Deidesheimer Advent“. Dieser wurde von der „Welt am Sonntag“ zu einem der zehn schönsten Weihnachtsmärkte in der deutschsprachigen Region gekürt.



Kontakt:
 Tourist Service GmbH
 Deidesheim
 Bahnhofstraße 5
 67146 Deidesheim,
 Telefon 06326 96770
 touristinfo@deidesheim.de
www.deidesheim.de



Veranstaltungen

Russisches Theater „Die Zofen – Sluzhanki“

Konzerthaus

2.04.

FOREVER AMY – “A celebration of the music of AMY WINEHOUSE – featuring Amy’s Original Band!”

Konzerthaus

4.04.

The 12 Tenors

Konzerthaus

5.04.

Teddy Show

Schwarzwaldhalle

5.04.

Elvis – The Musical

Konzerthaus

16.04.

Yuri Shatunov

Konzerthaus

17.04.

The Bar at Buena Vista

Konzerthaus

18.04.

Theaterstück „RaskolnikOFF“

Konzerthaus

19.04.

PaintExpo | Internationale Leitmesse für industrielle Lackiertechnik

Messe Karlsruhe

21. – 24.04.

Alle Veranstaltungstermine sowie weitere Informationen erhalten Sie unter: tel 0721 3720-0 oder messe-karlsruhe.de

Terminauswahl April 2020 | Änderungen und Irrtümer vorbehalten | Stand: 02/20

messe
— karlsruhe

GENIESS DIE → ROSENWOCHEN ← IM BAD BERGZABERNER LAND

24. Mai bis 16. Juni 2019



Eine Region blüht auf -

Das Bad Bergzaberner Land feiert die Königin der Blumen mit tollen Events



Ein Leben ohne Wein? In der Pfalz unvorstellbar. Denn dort, wo sich die zahlreichen Reben aneinander reihen und die Trauben in der wärmenden Sommersonne reifen, gehört der edle Tropfen ganz selbstverständlich zum Alltag hinzu. Die malerische Gegend entlang der Südlichen Weinstraße mit den kalkhaltigen Ton- und Lehmböden ist vor allem für frische, nachhaltige Weine bekannt – und für ihre Liebe zur Rose. Denn die Königin der Blumen spielt für die Winzer seit jeher eine wichtige Rolle: Sie warnt frühzeitig vor möglichen Krankheiten des Rebstocks.

Den Auftakt bildet die Eröffnung am 20. Mai im Keschdebusch in Kapellen-Drusweiler mit einer Weinprobe „Triff Deinen Winzer“ bei Lagerfeuer und Livemusik. Der Keschdebusch liegt ca. 1,5 km südlich des Ortes und lässt sich über einen Spaziergang über den Rosengarten-Wanderweg gut zu Fuß erreichen. Weinprobierkarte 15,- EUR. Beim Rosenmarkt im Bad Bergzaberner Schloss-Innenhof, in Dörrenbach bei der Mittelalterlichen Festmeile und in Kapellen-Drusweiler bei der Wanderung durch die Weinlage Rosengarten. Viel Vergnügen bei den Rosenwochen 2020, beim Auftakt in Kapellen-Drusweiler und bei vielen weiteren Highlights aus Kunst, Kultur und Kulinarik bis zum 14. Juni.

Mehr Informationen unter www.bad-bergzaberner-land.de

Rot – vitalisierend & anregend

Rosige Zeiten erwartet die Gäste vom 1. bis 22. Juni in der Südpfalztherme bei Rosen - Harmonie - Massage, Rosen - Meersalz - Peeling, Rosensecco usw.

Infos unter: Tel. 0 63 43 /93 40-11, www.suedpfalz-therme.de.

Rosenexpress

Der Rosenexpress ist wieder unterwegs im Bad Bergzaberner Land. Die gesellige Tour mit dem originellen Bähnchen führt die Gäste zu den schönsten Zielen im Bad Bergzaberner Land. Start ist jeweils um 15:00 Uhr, Rückkehr 18:00 Uhr. Beim Winzer wird man dann abschließend auf Pfälzer Art verwöhnt.

Termine:

Freitag, 25. Mai, 15:00 Uhr

Gasthaus zum Lam, Winzergasse 37, Gleiszellen-Gleishorbach

Sonntag, 31. Mai, 15:00 Uhr

Deutsches Weintor, Schweigen-Rechtenbach

Sonntag, 7. Juni, 15:00 Uhr

Schlosserei, Weinbergstraße 1, Kapellen-Drusweiler

Bitte um rechtzeitige Reservierung





Zum Auftakt am 20. Mai 2020, um 19:00 Uhr

Triff Deinen Winzer...

Weinprobe mit Lagerfeuer und Livemusik

Musik, Ambiente und Wein spielen auf stimmige Weise zusammen beim diesjährigen Auftakt der Rosenwochen in Kapellen-Drusweiler. Am Rosengarten-Wanderweg und in der Weinlage „Rosengarten“ gelegen, erwarten die Kapeller Winzer ihre Gäste zur Weinprobe im „Keschdebusch“. Kauft eine Probierkarte, testet Euch quer durch das Weinangebot des Ortes, trifft Freunde und Bekannte und genießt die Livemusik in freier Natur – AcoustiXound begeistern mit einem lässigen Gitarrensound. Bei Einbruch der Dunkelheit werden Fackeln und ein Lagerfeuer entzündet – der Platz in den Weinbergen hat dann ein ganz besonderes Flair. Der Keschdebusch liegt ca. 1,5 km südlich des Ortes und lässt sich über einen Spaziergang über den Rosengarten-Wanderweg oder vom Deutschhof aus gut zu Fuß erreichen. Bei schlechtem Wetter fällt die Veranstaltung aus, der Kaufpreis wird zurückerstattet.

Weinprobierkarte zu 15,-€

VVK bei den beteiligten Winzern oder der Tourist-Info Bad Bergzabern

Info: www.kapellen-drusweiler.de

Festwochenende:

Rosenwanderung

Durch die namensgebende Weinlage „Rosengarten“ in Kapellen-Drusweiler schlängelt sich der Rosengarten-Wanderweg, über 600 Busch- und Strauchrosen wachsen – ein einzigartiger Anblick zu dieser Jahreszeit. Über mehrere Wochen erfreuen die Rosen Wanderer und Radfahrer.

Neun Stationen erwarten am Sonntag, den 14. Juni die Wanderer zur kulinarischen Rast. Man kann den ganzen 3 km langen Weg ablaufen und sich seine „Wanderkarte“ abstempeln lassen. Karten mit allen Stempeln nehmen an einer Verlosung teil, als Hauptgewinn wartet ein

Wellnesspaket der Südpfalz Therme. Neben dem fantastischen Panorama ist es vor allem die Geselligkeit, welche die Besucher seit nunmehr 15 Jahren in die Weinberge südlich von Kapellen-Drusweiler lockt. Los geht es um 10:30 Uhr mit einer offiziellen Eröffnung. Eine Anfahrt ist mit dem Rosenexpress möglich, der ab 10 Uhr stündlich die Festgemeinden des Wochenendes verbindet.

Info: www.kapellen-drusweiler.de

Rosen@kapellen-drusweiler.de

Tel.: 0172 - 704 92 13

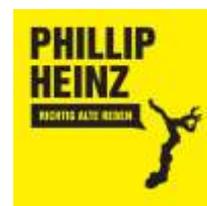


<http://www.facebook.com/KapellenDrusweilerAktuell>



Däuwel
WEIN & SEKT

<https://www.winzer.de/weingut/daeuwel-kaplaneihof-bad-bergzabern/>



<https://www.phillip-heinz.de/>



<https://www.kimmle-wein.de/>



<https://weingut-manderschied.de/>



<https://weingut-familie-rapp.de/>



<http://www.jean-rapp.de>



<https://www.hopfestubb.com/>

Rosenmarkt in Bad Bergzabern

Im Schloss-Innenhof von Bad Bergzabern

Samstag, 15. Juni und Sonntag, 16. Juni von 10 bis 18 Uhr

Der romantische Schloss-Innenhof in Bad Bergzabern ist wie geschaffen für den Besuch eines feinen, duftenden, frühlommerlichen Marktes – gerne mit Hut! Erleben Sie ein Fest der Sinne rund um die Rose.

Eröffnung des Rosenmarktes am Samstag um 11 Uhr. Man wird begrüßt durch Klänge von der Pianistin Claudia Rösner und der Sängerin & Geigerin Lyuba Sampijeva.

Sonntag ab 10.30 Uhr: Man lauscht zum Rosenfrühstück klassischer Musik bei Rosenduft, Rosenbowle und kühlem Rosensekt.

Das originelle Erinnerungsstück: In der Kupferwerkstatt von Jochem Oertel sieht man, wie eine Bad Bergzaberner Kupferrose entsteht.

Am Samstag ab 15 Uhr Sommermodenschauen – von sportlich bis klassisch, mit Schmuck, Schuhen, Hüten und Handtaschen. Damen- und Herrenmode vom Bekleidungshaus „Glamourös“.

Tango Argentino am Sonntag: Im Schloss-Innenhof entführt der Tangoverein „Tango in Bewegung e.V.“ ab 16 Uhr alle Schlossgäste mit Tanzdarbietungen in die zauberhafte und faszinierende Welt des Tango. Zudem zeigt der Verein allen Neugierigen allererste Schritte zum Mitmachen.

Rosenbowle von Zonta. Mit dem Erlös unterstützt Zonta weltweit Frauen in Not.

Nostalgie Home: Schönes aus alten Materialien handgefertigt! Alte Schätze, neu gestaltet – alte Seelen im neuen Kleid. Lassen Sie sich unter diesem Motto überraschen!

Der Rosenexpress verbindet am Samstag und Sonntag im Stundentakt die Schauplätze in Bad Bergzabern, Dörrenbach und Kapellen-Drusweiler. Der Rosenmarkt endet Sa/So um 18 Uhr.

Info: www.bad-bergzaberner-land.de



Dornröschenfest in Dörrenbach

Weinfeste und gekrönte Weinhoheiten gibt es viele. Das Dornröschen aber wird nur an einem Ort gekrönt: in dem romantischen Dörrenbach, schon 1975 als schönstes Dorf an der Südlichen Weinstraße ausgezeichnet. Im kommenden Juni verwandelt sich der Ortskern dieses ganz und gar nicht verschlafenen Ferien- und Winzerdorfs in eine fröhliche und genussvolle mittelalterliche Festmeile.

Dieses Fest, zugleich Höhepunkt und Abschluss der „Rosenwochen im Bad Bergzaberner Land“, wird gefeiert am Samstagabend mit einem großen Feuerwerk vor der Dörrenbacher Wehrkirche. Munteres Treiben beherrscht das Dörfel am gesamten Festwochenende: Gaukler, Musikanten, das Dörrenbacher Straßentheater und eine mittelalterliche Bauern- und Tanzgruppe ergötzen durch ihr fröhliches Spiel. An Marktständen und im Rathaus warten ausgesuchte Köstlichkeiten zum Schmausen und Trinken. Auf den Straßen ist Kunsthandwerk in bester Tradition zu bewundern.

Veranstaltungszeiten:

Samstag, 13. Juni 2020: 12:00 – 22:30 Uhr Mittelaltermarkt, 16 Uhr Straßentheater.

17 Uhr Dornröschen wird wachgeküsst und gekrönt.

Feuerwerk nach Einbruch der Dunkelheit

Sonntag, 14. Juni 2020: 11:00 – 20:00 Uhr Mittelaltermarkt

14:30 Uhr Straßentheater

Infos: www.doerrenbach.de

Tel. 063 43 - 48 64 (Mo, Mi, Do und Fr von 9 – 12 Uhr),



Burrweiler mit Annakapelle im Frühling



Restaurant Schneider

Genießen Sie Pfälzer Gastlichkeit
im Wohlfühlambiente
an der Südlichen Weinstraße.



Summer Opening: 19. und 20. Juni

Grill-Party mit den Winzern
der jungen Südpfalz und Live Musik
Mit Köstlichkeiten aus dem Smoker,
vom Grill und aus der Küche

Muttertag: 10. Mai

4-Gänge-Muttertagsmenü

Schneider on Tour

Im Weingut Wehrheim 30. Mai - 2. Juni:
Jahrgangspräsentation mit
kulinarischen Köstlichkeiten

Jeden Donnerstagabend
4-Gänge-Wildmenü 45,- Euro
Jeden Sonntagabend
4-Gänge-Fischmenü 45,- Euro

Bitte um rechtzeitige Reservierung!

Öffnungszeiten:

Mittwoch ab 17:30 Uhr
Donnerstag bis Sonntag
von 11:30 Uhr bis 14:00 Uhr
und ab 17:30 Uhr bis 21:00 Uhr
(Küche)

www.schneider-dembachtal.de
Hauptstraße 88 | 76857 Dombach
Tel.: 0 6345 - 83 48 (Restaurant)
0 6345 - 33 11 (Hotel Sonnenhof)



unsere Tipps: »wo geh' mer'n hie?«

Veranstaltungskalender

für die Metropolregion Rhein/Neckar-Pfalz und Nordbaden

April 2020 – Mitte Juni 2020

4. – 5.4.	Deidesheim	Stadt der Genüsse
4. – 5.4.	Pirmasens	23. Landgrafentage
4. – 5.4.	Herxheim/Berg	Frühlingsmarkt
5.4.	Bad Dürkheim	Marathon Deutsche Weinstraße
18.4.	St. Martin	Nacht der offenen Weinkeller
18. – 19.4.	Speyer	Wein am Dom
24. – 26.4.	Weisenheim/Sand	Frühlingsfest
24. – 26.4.	Pirmasens	Pirminius Wander- u. Erlebnistage
24. – 27.04.	Kallstadt	Fest der 100 Weine
25. – 26.4.	Rhodt	24. Weintestival
25. – 26.4.	Bockenheim	Mundarttage
25. – 26.4.	Kandel	Töpfermarkt
25. – 26.4.	Edenkoben	Pflanzen- u. Gartenmarkt
25. – 26.4.	Deutsche Weinstraße	WeinWanderWochenende Pfalz
25. – 26.4.	Schweigen-Rechtenbach	Burgunderfrühling
25. – 4.5.	Landau	Maimarkt mit Weindorf
26.4.	Johanniskreuz	Natursport Opening Pfälzerwald
30.4. – 1.5.	Wachenheim	Maifest
30.4. – 3.5.	Lustadt	Loschter Handkeesfescht
1.5.	Bad Dürkheim	Winzerpicknick & Kunstmarkt
1. – 3.5.	Forst	LagenKostBar
1. – 3.5.	Weyher	Weyherer Weinpanorama
1. – 4.5.	NW-Hambach	Andergasser Fest
1. – 10.5.	Pirmasens	Maimarkt
2.5. – 3.5.	Zellertal-Zell	Olivenölfest
2. – 3.5.	Neuleiningen	Frühling in den Gassen
2. – 3.5.	Weisenheim/Berg	WeinWanderung
2. – 3.05.	Hördt	Hördter Spargeltage
3.5.	Wachenheim	Kräutermarkt
3.5.	Neustadt a.d.W	Dt.- Franz. Bauernmarkt/ Blumen-Gartenmarkt
7. – 9.05.	Bad Dürkheim	SWR3 Comedy Festival



Foto: DWI

9.5.	Lambrecht/Pfalz	Gäsbock-Mountainbike-Marathon
9.5.	Schwetzingen	Straßenfest rund um den Spargel
10.5.	Bad Bergzabern	Bauernmarkt/Tafelfreuden
10.5.	Billigheim-Ingenheim	Weinkultourtag am Rosenberg
15.–17.5.	Dudenhofen	Spargelspitze Spargelfest
15.5.–17.5.	Haßloch	Leisböhler Weintage
16.5.	Heßheim	Kulinarisches Heßheim
16.–17.5.	Lorsch	Frühlingsmarkt mit dem dazugehörigen Bienen- und Dichterfest
16.–17.5.	Herxheim a. Berg	Kul. Wanderg. i. Himmelreich
16.–17.5.	Speyer..	Töpfer- u. Kunsthandwerkermarkt
17.5.	Dahn	Maifest
20.5.–14.6.	Bd Bergzaberner Land	Rosenwochen
21.–24.5.	Weisenheim/Berg	Partnerschafts-, Wein- u. Heimatfest
21.–24.5.	Maikammer	Maifest mit Weintreff
23.5.	Germersheim	Kultursommer
28.–1.6.	Zeiskam	Int. Pfingst-Reit- u. Fahrturnier
29.–1.6.	Meckenheim	Gässelweinkerwe
29.5–1.6.	Rhodt u.R	Heimat- u. Blütenfest
29.5.–2.6.	NW-Gimmeldingen	Loblocher Weinzehnt
30.5.–1.6.	Birkweiler	Weinfrühling
5.–7.6.	Freinsheim	Altstadtfest
5.–9.06.	Schifferstadt	Rettichfest
6.6.	Bad Dürkheim	Dine Haardt-Genuss in weiß
6.–7.6.	Scheibhardt	Dt.-Franz. Brückenfest
6.–7.06.	Frankweiler	Kastanienblütenfest
7.6.	Hauenstein	Kräutermarkt

Alle Angaben ohne Gewähr!

Diese Veranstaltungsliste erhebt keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit; es handelt sich lediglich um ausgesuchte Tipps der Redaktion.

Wegen der aktuellen Situation kann es zu einer kurzfristigen Absage von Veranstaltungen kommen. Um vorherige Erkundigung wird gebeten. Aktuelle Informationen rund um die Veranstaltung und noch mehr dazu unter: www.pfalz.de | www.diebergstrasse.de | www.veranstaltungen-schwarzwald.de | www.badische-weinstrasse.de

Vorfreude auf „Die Badische“

**Bekennnis zur badischen Heimat mit den hochwertigen Erzeugnissen Wein, Spirit und Kulinarik
Tradition, Hochwertigkeit und Regionalität – vom 8. bis 10. Mai 2020**

Die Badische steht für diese Werte und ist damit jährlicher Branchentreff für Fachkunden und Eventerlebnis für Endverbraucher. Schwerpunkt der Veranstaltung sind die Bereiche Wein, Spirituosen und Kulinarik. Ergänzt wird die Messe um den Marktplatz mit kulinarischen Spezialitäten aus der Region.

Verbunden mit der Vorfreude auf „Die Badische“ vom 8. bis 10. Mai 2020 bietet die Messe Offenburg für alle Weinfreunde bis einschließlich 7. Mai Tickets für die größte Drehscheibe badischer Produkte zum Vorverkaufspreis von 20 EUR für Samstag und 16 EUR für Sonntag an.

Die Badische hat sich in den vergangenen Jahren zum Besuchermagnet entwickelt. Die Kombination aus Präsentation der badischen Spitzenweine, Edelbränden, Kulinarik und Einkaufserlebnis in der Ortenauhalle und der Baden-Arena hat sich bewährt. Die Messe ist zu einer Verkostungs- und Einkaufsmeile für die Freunde des guten Geschmacks geworden.

Fachbesucher, Gastronomen, Gourmets und Weinfreunde aus der gesamten Region, ganz Deutschland und dem benachbarten Ausland kommen zur Badische, wenn über 1.000 Weine, Winzersekte und Brände angestellt sind.

Ein attraktives Rahmenprogramm mit Vorträgen und Verkostungen ergänzt die Messe und weckt bei den Besuchern jedes Jahr große Neugier. Auch in 2020 eröffnet die Badische mit der Pre-Night: am Freitag, 8. Mai von 18 bis 23 Uhr. Natürlich können Weine, Sekte und Spirituosen an diesem Abend verkostet und gekauft werden. Neben kulinarischen Köstlichkeiten der Aussteller wird live gekocht.

Tickets für die Badische sind bei allen bekannten Vorverkaufsstellen oder direkt unter www.reservix.de bzw. www.die-badische.de erhältlich. Die Eintrittspreise liegen im Vorverkauf bei 20 EUR am Sonntag und 16 EUR am Samstag und an der Tageskasse 23 EUR am Samstag und 19 EUR am Sonntag. Tickets für die Pre-Night sind im Vorverkauf für 35 EUR und an der Tageskasse für 40 EUR erhältlich.

Kostenloser Service der Badischen:

Wer mit öffentlichen Verkehrsmitteln anreist, kann den kostenlosen Bus-Shuttle ab dem zentralen Omnibusbahnhof, Bussteig 4, nutzen. Im 20-Minuten-Takt steuern die Busse das Offenburger Messengelände an.

Alle Infos unter: www.die-badische.de

Foto: Presse Messe Offenburg



Highlights für Musical-Fans

In den kommenden Wochen begeistern das Musical über das Leben der Pop-Ikone Elvis und die Hits von Peter Alexander im „weißen Rössl“ die Zuschauer im Konzerthaus Karlsruhe. Gesang, Schauspiel und Tanz verschmelzen dabei zu fulminanten Glanzlichtern, die das Publikum in Erinnerungen schwelgen lassen.

Elvis – Das Musical: Der King lebt

Eine Biographie über den „King of Rock'n'Roll“, mit all seinen großen Hits inszeniert, erwartet die Besucher am **16. April** in „Elvis – Das Musical“. Die mitreißende Show setzt Elvis Presley, der mit seiner Stimme, seinem legendären Hüftschwung und einer Milliarde verkaufter Tonträger zu den erfolgreichsten Solokünstlern aller Zeiten gehört, ein musikalisches Denkmal.

Erstklassige Sängerinnen und Sänger, Schauspieler, Showgirls, die siebenköpfige „Las Vegas Showband“ und der weltweit beste Elvis-Darsteller Grahame Patrick präsentieren Presleys gesamtes musikalisches Repertoire – von Gospel über Blues bis hin zu hemmungslosem Rock'n'Roll. Aufwändige Choreografien, Spielszenen sowie Originalfilmsequenzen lassen die wichtigsten Stationen in Elvis' Leben eindrucksvoll Revue passieren. Neben Ed Enoch, der als Leiter des legendären „The Stamps Quartet“ von 1971 bis 1977 bei über 1.000 Konzerten mit Elvis auf der Bühne stand, beteiligt sich auch Elvis' früherer Tour-Manager und Konzertfotograf Ed Bonja an der Hommage.

Fotos: Cofo Entertainment

Servus Peter – Das Konzert:

Hits von Peter Alexander im „weißen Rössl“

„Servus Peter – Das Konzert“ nimmt das Publikum am **8. Mai** mit auf eine Reise zum österreichischen Wolfgangsee, wo es „Im weißen Rössl“ Peter Alexander, gespielt von Peter Grimberg, und seinen Evergreens wiederbegegnet. Begleitet von bekannten Schlagern von Peter Alexander, Caterina Valente, Heinz Ehrhardt und vielen weiteren wirbt dort der charmante Oberkellner Peter um das Herz seiner Wirtin Mariandl. Lieder wie „Souvenirs, Souvenirs“, „Ich will keine Schokolade“, „Im weißen Rössl am Wolfgangsee“ und „Rote Lippen soll man küssen“ sind perfekt auf die schwungvolle Handlung der Komödie abgestimmt.

Weitere Veranstaltungen unter:

www.messe-karlsruhe.de/de/veranstaltungen

Elvis – Das Musical





Germersheim

so vielfältig und interessant

Germersheim hat richtig viel zu bieten. Hier am Rhein, in der schönen Pfalz, nahe an Baden und dem Elsass gelegen, ist Germersheim mit seiner mächtigen historischen Festung und seinen vielen schönen Gassen, Winkeln und Plätzen zu einer einzigartigen Sehenswürdigkeit geworden,

Die Festungsstadt Germersheim ist eine Station der Europäischen Kulturroute Festungsmonumente FORTE CULTURA am Oberrhein. Diese südpfälzische Kreisstadt mit rund 22 000 Einwohnern entwickelt sich immer mehr zu einem echten Geheimtipp für zahlreiche Touristen aus nah und fern. Sie macht Lust auf eine ganz besondere historische Entdeckungsreise, vorbei an imposanten Festungsbauwerken der einst größten bayerischen Festungsanlage außerhalb Bayerns, welche im Auftrag des bayerischen Königs Ludwig I. in den Jahren 1834 bis 1861 erbaut wurde.

Das vielfältige touristische Angebot der Stadt Germersheim beinhaltet ganzjährig unter anderem klassische Stadt- und Festungsführungen, auch Kostümführungen mit der Bauersfrau, der He-

bamme oder dem Steuerbeamten in Uniform. Es werden spannende Gruselführungen, stimmungsvolle Laternenführungen, gesellige Festungsweinproben, kulinarische Stadt- und Festungsführungen, Kinderführungen und vieles mehr angeboten.

Germersheim verfügt aufgrund ihrer einmaligen Lage am Rhein über eine einzigartig geprägte Auenlandschaft. Zweistündige Nachenfahrten auf dem Altrhein versprechen unvergessliche Naturerlebnisse. Ein sachkundiger Bootsführer geleitet die Gäste in der Zeit vom 16. März bis 14. Oktober in einem Elektroboot (12 Sitzplätze) durch das unberührte Naturschutzgebiet und gibt faszinierende Einblicke in die einheimische Flora und Fauna.



Neben öffentlichen Nachenfahrten, die jeden Sonntag, an Feiertagen und an weiteren Terminen auf Anfrage und nach Voranmeldung stattfinden, werden auch spezielle Vogelstimmefahrten und Sonnenaufgangsfahrten angeboten. Bei den Chill out - Fahrten kann man nach dem Feierabend relaxen und Natur pur genießen und bei Imkerfahrten den Bienen auf der Spur sein. Auch Nachenfahrten für (Geburtstags)-Kinder und Schulklassen werden angeboten. Individuelle (Gruppen)-Termine sind für Werkstage und Wochenenden ebenfalls buchbar. Man sieht, bei den Nachenfahrten ist für Jedermann etwas dabei.

Weitere Informationen und Voranmeldung unter:
Tourismus-, Kultur- und Besucherzentrum Weißenburger Tor
Paradeplatz 10
76726 Germersheim
Tel.: 0 72 74 – 960 -301, -302 und -303,
tourist-info@germersheim.de
www.germersheim.eu



Die besten
Veranstaltungs-Tipps
pfalz-magazin
www.das-pfalz-magazin.de

Aus „alt“ mach' neu?

Egal, ob wertvoll oder nicht. Die Restaurierung alter Gemälde und Zeichnungen überlässt man dem Fachmann.

Flecken, Schmutz sowie Braunverfärbungen auf älteren Gemälden, Zeichnungen und Drucken hat wohl jeder von uns bereits gesehen. Da aber so manches schöne, ältere Stück uns lieb und wert ist, haben wir natürlich den Wunsch, die ursprüngliche Frische und die Brillanz der Farben wieder herzustellen – oder gegebenenfalls eine Reparatur dieser Stücke in Auftrag zu geben. Schließlich kann nicht nur der „Zahn der Zeit“ in Form von Schmutz an den Stücken nagen, sondern auch schädliche UV-Strahlen oder natürlich auch die zerstörerische Wirkung von Feuchtigkeit mit dem damit meist einher gehenden Schimmelbefall und den berüchtigten Stockflecken. Sehr oft werden Papierarbeiten bei unsachgemäßer Lagerung auch spröde und brüchig, bis hin zu dem Grad des völligen Zerfalls bei Berührung mit der Hand. Alte Gemälde hingegen neigen sehr oft zu Braunverfärbungen, hartnäckigen Verschmutzungen und spröde werdenden Farbschichten, die schlimmstenfalls sogar Fehlstellen im Bild verursachen können.

Hier ist die Hand eines erfahrenen Fachmannes gefragt. Der Restaurator ist in der Lage, alte Ölgemälde sachgemäß und gekonnt nicht nur vom Schmutz zu befreien, sondern auch von völlig vergilbten Firnissschichten, die sich wie ein brauner Filter über das Bild legen.

Das so zu „jugendlicher Frische“ wieder zurück versetzte Stück muss anschließend natürlich wieder mit neuer Firnis geschützt werden, wobei laut Peter Büchner von der Galerie Z in Landau sehr genau bei der Wahl der Firnis darauf geachtet wird, dass diese auch zum Bild passt. Schließlich gibt es nicht nur mehrere verschiedene Naturharz-Firnisse, sondern auch verschiedene Kunstharz-Firnisse – ganz zu schweigen von den verschiedenen Glanzgraden. Im Beispiel der alten, brüchigen Landkarte muss die ganze Karte äußerst behutsam, Stück für Stück auf ein völlig neues „Gerüst“ aufkaschiert werden, damit die Karte überhaupt erhalten bleibt, anschließend wird auch sie einer Spezialbehandlung unterzogen.



Uschi Zoller und Peter Büchner

galerie **Z**

| Einrahmungen | Moderne Graphik | Skulpturen | Ölgemälde |

Kaufhausgasse 9, 76829 Landau

Telefon 0 63 41 | 8 64 94

Telefax 0 63 41 | 99 56 98

www.galerie-z.com

info@galerie-z.com

Ansprechpartner:

Uschi Zoller, Peter Büchner

Mitglied im
Bundesverband
Bild & Rahmen 



Über den Preis einer solchen Behandlung freilich lässt sich ohne eine vorherige Prüfung kaum Genaues sagen. Schließlich ist die Vorgehensweise einer Restaurierung so unterschiedlich wie die verschiedenen Materialien, Untergründe und natürlich auch die Ausmaße der Zerstörung bzw. Verschmutzung. Dementsprechend unterschiedlich ist folglich auch der Aufwand und damit auch der Preis. Eines jedoch ist sicher. Hat man ein Werk zur Begutachtung abgegeben, wird vorher eine genaue Kalkulation ermittelt, damit der Kunde auf jeden Fall rechtzeitig entscheiden kann, ob ihm die Sache wert ist. Böse Überraschungen sind so also völlig ausgeschlossen.

TS

Bild gegenüberliegende Seite oben: Reinigung eines Ölgemäldes mit braun verfarbten Firnissschichten.

Bild oben links: vorher – nachher.

Unten: hier sieht man das Ergebnis einer fachmännisch vorgenommenen Ausbesserung von Fehlstellen in einem alten Ölbild.

Rechts oben: ...und nach der Restaurierung noch der passende Rahmen – fertig! das Bild zeigt Peter Büchner von der Galerie Z in Landau.

Galerie Z

im Frank-Loebchen Haus
Kaufhausgasse 9
76829 Landau
Tel.: 06341 86494



Geschenke-Wochen

1. TOPFSET LAFER
2. FRANKFURTER BRETT
3. AEG KÜCHENMASCHINE

GESCHENKE-WOCHEN: WIR FEIERN, SIE JUBELN!

- Küche kaufen und Geschenk sichern*
- Sie haben die Wahl: 1, 2 oder 3
- So macht Küche Spaß

brigitte B's
...Küchenkultur

Ferdinand-Parsche-Str. 21 · 67269 Grünstadt
Telefon 06359/961036 · Telefax 06359/961037
www.brigitte-Bs.kuechen.de

40 JAHRE
in besten
tradition

musterhaus küchen
FACHGESCHÄFT

* Beim Kauf einer neu geplanten Küche ab 10.000,- €

Das große Preisrätsel

Raten Sie dieses Mal Orte in der Pfalz
– und gewinnen mit etwas Glück tolle Preise:



Frage 1: Sie ist die größte und gleichzeitig eine der jüngsten Städte in der Pfalz.

1 G N



Frage 2: Dieser Ort ist bekannt durch seine Burg, welche hoch über dem Ort thront.

2 C I



Frage 3: Der gesuchte Ort ist ein bekanntes Weindorf an der Weinstraße.

4 S



Frage 4: Das hier gesuchte Städtchen ist ein beliebtes Ausflugsziel im südlichen Pfälzer Wald, bekannt durch die zahlreichen und bizarren Felsformationen in dieser Gegend, besonders beliebt bei Kletterern.

D 3



Frage 5: Eine bekannte Kur- und Kreisstadt am Ostrand des Pfälzer Waldes, bekannt durch sein Riesenfass. (Ü=UE)

5 6 K M

Lösung:

1 2 3 4 5 6

1. Preis:

FISCHER die fahrradmarke **Trekking E-Bike**

ETH/ETD 1861

Ein solides Trekkingbike mit reichweitenstarkem 557-Wh-Akku bietet FISCHER mit dem ETH 1861 als Herren- und dem ETD 1861 als Damenvariante. Der in zwei Rahmenformen und -größen verfügbare Allrounder ist top ausgestattet: Superheller 70-Lux-Strahler, Federgabel und hochwertige Parallelogramm-Federstütze sowie Shimano-XT-Schaltung und standfeste Scheibenbremsen

– Im Wert von UVP 2.199,-



Weitere tolle Sachen zu gewinnen:

2. – 4. Preis: je zwei Eintrittskarten für den **EUROPA-PARK** in Rust

5. – 7. Preis: je eine Flasche Original Pfälzer **NOCINO**,
Edition E & T, 0,5 l, reine Handarbeit, aus Pfälzer Walnüssen mazeriert

Original und Fälschung

Wieder ganz neu entdeckt!



Wieviele Fehler
sind hier versteckt?

6, 8 oder 10?

Wir verlosen unter den
richtigen Einsendungen
3 tolle Pfälzer Krimis
aus unserem Repertoire!

Auflösung im nächsten
Heft im Juni 2020

Antwort per Postkarte
an „ideen-concepte
Schlesierstr. 9
76865 Rohrbach
oder per E-Mail an:
info@das-pfalz-magazin.de
Betreff: Bilderrätsel



Bild: „*Rheinlandschaft XXXI*“ 1993; 70 x 90 cm, Öl auf Leinwand. Von Thomas Steinmetz.
Mehr von der Malerei von Thomas Steinmetz: www.steinmetz-malerei.de

Bedingungen

zum aktuellen Gewinnspiel April – Mai 20

Einsendeschluss für das nächste

Gewinnspiel: Mi. 20. Mai 2020

nach diesem Datum wird der Zugriff auf das Gewinnspiel automatisch online geschlossen.

Wir weisen aber ausdrücklich darauf hin:

Schnelle Einsender haben Vorteile!

Das hat folgenden Grund: Für Veranstaltungen (links in der Liste auf Seite 22 der Gewinne mit * gekennzeichnet), die zeitlich zu früh liegen, werden natürlich Vorab-Ziehungen erfolgen, damit die Gewinner sich noch rechtzeitig darauf vorbereiten können! Alle anderen Gewinne werden wie üblich nach dem Einsendeschluss gezogen.

So geht's:

www.das-pfalz-magazin.de/gewinnspiel

Auf diese Internet-Seite gehen und die Lösung ins Nachrichtenfeld eingeben.

Leider keine Barauszahlung der Gewinne möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Die Mitarbeiter des Verlages „ideen-concepte“ sowie deren Angehörige sind aus Gründen der Fairness von der Teilnahme ausgeschlossen.

Teilnehmer müssen 18 Jahre alt sein.

Die Gewinner werden wie immer nach der Ziehung und Gewinnzuordnung auf unserer Gewinnspiel-Seite in der linken Spalte veröffentlicht.

www.das-pfalz-magazin.de/gewinnspiel

Allen Gewinnern herzlichen Glückwunsch!

Auflösungen

aus der Frühjahrs-Ausgabe Feb.–März 20

Das große Preisrätsel aus der Ausgabe Nr. 53

Das Lösungswort lautete:

MANDELBLÜTENFEST

Die richtigen Antworten mussten lauten:

SEROTONIN

FRÜHJAHRSMÜDIGKEIT

VITAMINE

MANDELBLÜTE

MARZIPAN

Original und Fälschung

Haben Sie die acht Fehler in der Ausgabe Nr. 53 entdeckt?



pfalz-magazin
www.das-pfalz-magazin.de

Im Gespräch

»Wie gefährlich ist Dampfen wirklich?«

Dietrich Lohmann, Martin Ehrentraut und Thomas Steinmetz vom pfalz-magazin (vlnr) diskutieren über E-Zigaretten

Hallo Herr Lohmann, herzlichen Glückwunsch zur Neueröffnung des WannaVapor-Ladens hier gegenüber des Hauptbahnhofs in Landau. Gleich die wichtigste Frage vorweg: E-Zigaretten sind eigentlich nicht völlig risikofrei, oder?

D. Lohmann: Selbstverständlich nicht, aber im Vergleich zu Tabak bzw. Zigaretten sprechen unabhängige Wissenschaftler von ca. 80-90% weniger Schädlichkeit und das ist ein großer Unterschied. Bei einer traditionellen Zigarette wird Tabak verbrannt und eine E-Zigarette verdampft eine Flüssigkeit, mit oder ohne Nikotin. Im Tabakrauch gibt es etwa 4800 Substanzen, die überwiegend beim Verbrennen entstehen, wovon mindestens 250 giftig oder krebserzeugend sind¹.

Und in der E-Zigarette?

D.Lohmann: In der E-Zigarette sind nur 5 Substanzen enthalten, an denen noch kein Mensch gestorben ist: Propylenglycol, Glycerin, Aromen, Wasser und Nikotin². Selbst Nikotin ist laut WHO **nicht** auf der Liste der krebserregenden Stoffe. Übrigens wird bei Wanna Vapor Liquids grundsätzlich auf Zusatzstoffe wie Süßungsmittel, Kühlmittel, Farbstoffe und Geschmacksverstärker verzichtet.

Also ist das Dampfen nun „gesünder“ als das Rauchen?

M. Ehrentraut: Das Beste für die Gesundheit ist es natürlich, weder zu rauchen noch zu dampfen, aber das Dampfen ist die wesentlich weniger schädliche Alternative zum Rauchen. Übrigens – so ganz nebenbei ist Dampfen sogar bis zu 80% günstiger als Rauchen!

TS

1 = Quelle: dkfz.de; 2 = Quelle: Statistisches Bundesamt

WannaVapor NEU in Landau:
 Ostbahnstraße 45 | 76829 Landau
 Telefon: 06341 - 91 99 509



Mit Musik und Humor ins Frühjahr

Stadthalle Hockenheim: Vorschau auf die Veranstaltungen bis Oktober 2020

MUNDSTUHL präsentieren zum zweiten Mal ihr Programm „FLAMONGOS“ am **Sonntag, 19. April** um 19 Uhr in Hockenheim. Lars Niedereichholz und Ande Werner gelten seit über 20 Jahren als das erfolgreichste und wandelbarste Comedy-Doppelpack Deutschlands. Mit ihrer unverwechselbaren Gratwanderung zwischen Nonsense, hintergründigen Wortgefechten, derben Späßen und politischen Inkorrektheiten halten sie der Gesellschaft erneut einen irrwitzig komischen Zerrspiegel vor das bierselige Antlitz. Schnell. Neu. Frisch. Und extrem witzig. Mit von der Partie sind natürlich auch die schillerndsten „FLAMONGOS“ unserer Republik, wie zum Beispiel Peggy und Sandy aus dem ostdeutschen Plattenbau oder Dragan und Alder, die Erfinder und Leitsterne der Kanakcomedy. Die beiden vielfach ausgezeichneten Echopreisträger erreichen auch in ihrem mittlerweile zehnten Bühnenprogramm „FLAMONGOS“ eine sagenhafte Pointendichte. Zum Kaputtlachen!



Am **Donnerstag, 14. Mai** um 20 Uhr steht auch er zum zweiten Mal als „**De Edle Wilde**“ in Hockenheim auf der Stadthallenbühne: Christian „**Chakko**“ Habekost. Eine Comedy-Safari für Urlaubsweltmeister – natürlich wie immer: uff pälzisch!

CHAKO macht sein Publikum kurzerhand zur Reisegruppe und sich selbst zum Tourguide und Safari-Ranger. Ab geht's also in den Busch der Pointen und Lachsälven, ins Unterholz der kulturellen Vorurteile und nationalen Stereotypen. Eine Comedy-Safari auf der Suche nach dem Edlen Wilden, der überall sein kann: an der Copacabana und im Wasgau, in Laos und Ludwigshafen-Oppau, im Dschungel und im Wedding, im Urwald und im Pfälzerwald, in der afrikanischen Savanne und in der städtischen Notaufnahmestelle, da draußen und in uns allen... Das Publikum darf sich auf einen wortgewaltigen Trip zu den Edlen Wilden unserer Zeit freuen!



Die zeitlose schwarze Komödie **Harold und Maude** von Colin Higgins erzählt am **Dienstag, 28. April** um 20 Uhr die Liebesgeschichte eines todessüchtigen, neurotischen Achtzehnjährigen aus gutem Hause und einer vitalen, lebensfrohen und impulsiven Neunundsiebzigjährigen, einer "unwürdigen Alten", die in gestohlenen Autos durch die Stadt rast und in einem Haus voller bizarrer Erinnerungsstücke am Rande der Stadt lebt

Das zauberhafte Theaterstück nach dem gleichnamigen Film aus dem Jahre 1971 bringt eines der wohl ungewöhnlichsten und liebenswertesten Liebespaare der Literatur auf die Bühne. Der Zuschauer erlebt mit Harold und Maude eine ganz besondere Zeit der Liebe ... Harold und Maude : Ein Beweis, dass Liebe keine Grenzen kennt. Eine zeitlose Hymne auf das Leben und die Liebe.



Ein ganz besonderes Erlebnis für Augen und Ohren präsentiert die „Opernwerkstatt am Rhein“ unter der Regie von Sacha von Donat am **Dienstag, 13. Oktober** um 20 Uhr in der Hockenheimer Stadthalle: **Die Oper Carmen** von Georges Bizet, neu arrangiert für Flamenco-Gitarre und Zigeunerorchester (Geige, Cajon, Kontrabass, Klarinette, Flöte und Akkordeon).

Die Zigeunerin Carmen ist heißblütig und in Sevillas Seilknüpferei kommt es zu einer Messerstecherei zwischen ihr und einer anderen Zigeunerin. Der zu Hilfe gerufene Sergeant Don José soll die Unruhestifterin abführen, doch er verliebt sich in sie und lässt sie laufen. Dafür landet er selbst im Gefängnis. Nach abgelaufener Haft sucht er sie auf, um bei ihr das Glück zu finden. Er gibt sein früheres Leben auf, um mit ihr zusammen zu sein. Doch die Liebe erkaltet schnell, weil ihr Temperament inzwischen für den Stierkämpfer Escamillo glüht. Die Musiker sind Teil des Bühnengeschehens und damit involviert in die Seilknüpfarbeiten, Messerstechereien und das Schmugglergeschäft. Selbst in der Nacht spielen sie schlafend ihre Instrumente, um das Eifersuchtsdrama um Carmen und José musikalisch zu begleiten.

wenn Bibi Blocksberg mit ihrem Besen Kartoffelbrei herbeigeflogen kommt. Eine mitreißende Inszenierung, tolle neue Lieder und wieder einmal ganz viel „Hex hex!“ Ein hexischer Spaß für die ganze Familie!



Alle kulturellen Eigenveranstaltungen der Stadthalle Hockenheim sind auch im Theater-Abo buchbar. Ab 5 Veranstaltungen nach Wahl wird ein gestaffelter Rabatt von 20 bis 30 Prozent auf die normalen Ticketpreise gewährt. Die Abonnenten werden bei ausgewählten Veranstaltungen im VIP-Club zum beliebten „Talk mit den Stars“ geladen. Dabei kann man in kleiner Runde und angenehmer Atmosphäre die Künstler näher kennen lernen.

Der Tipp für Geschenke zu jeder Gelegenheit: Schenken Sie Kultur. Gutscheine für die Veranstaltungen können im Ticketshop der Stadthalle erworben werden.

LJ

Karten für die Veranstaltungen gibt es beim Kartenvorverkauf der Stadthalle Hockenheim, Telefon 06205 / 21190, per E-Mail: kartenvorverkauf@stadthalle-hockenheim.de

Weitere Informationen und Veranstaltungen: www.stadthalle-hockenheim.de



Bibi Blocksberg, die berühmteste kleine Hexe Deutschlands, ist mit ihrem neuen Musical „**Alles wie verhext!**“ auf großer Tournee. Zum 40-jährigen Jubiläum der Serie ist das neue Original-COCOMICO Musical landauf, landab LIVE zu erleben! Am **Sonntag, 18. Oktober** um 15 Uhr ist in Hockenheim einfach „Alles wie verhext!“,

So. 19.04.2020, 19 h
Mundstuhl
„Flamngos“



Di. 28.04.2020, 20 h
Harold und Maude
Komödie von Colin Higgins



Do. 14.05.2020, 20 h
Christian „Chako“
Habekost
„De Edle Wilde“



So. 14.06.2020, 11-14 h
Jazz-Frühschoppen
mit der SRH Bigband



Di. 13.10.2020, 20 h
CARMEN
Oper von Georges Bizet,
arrangiert für
Zigeunerorchester



So. 18.10.2020, 15 h
Bibi Blocksberg –
„Alles wie verhext!“
Das Musical
ab 4 Jahren



Mo. 26.10.2020, 20 h
Sissi Perlinger
„DIE PERLINGERIN –
worum es wirklich geht!“



Fr. 30.10.2020, 20 h
Bill Mockridge
„Je oller, je doller“



Fr. 20.11.2020, 20 h
The Life of Frank Sinatra



Fr. 27.11. bis So. 29.11.
HOCHENHEIMER ADVENT

Do. 03.12.2020, 20 h
Pe Werner „Ne Prise Zimf“



Di. 08.12.2020, 15 h
5 Freunde auf neuen
Abenteuern – Happy
Christmas, Five!“
Nach den Büchern von
Enid Blyton, ab 5 Jahren

Änderungen und Druckfehler vorbehalten

Handgemachte Livemusik
mit regionalen Künstlern und
Bands. Beginn 20.30 Uhr,
Eintritt frei!

restaurant
rondeau
Live

03.04.2020 Olli Roth

Folgetermine
und weitere Infos:
www.stadthalle-hockenheim.de



Kartenvorverkauf Stadthalle:
Rathausstr. 4 · 68766 Hockenheim · Tel. 06205 21-190
kartenvorverkauf@stadthalle-hockenheim.de
Öffnungszeiten: Mo - Fr 17-20 Uhr | Sa 9-12 Uhr



Flörsheim-Dalsheim schenkt ein

Fotos: Robert Lehr

Am letzten Wochenende im April laden die Weingüter von Flörsheim-Dalsheim bereits zum 8. Mal zu Flörsheim-Dalsheim schenkt ein - dem besonderen Weinprobiererevent im südlichen Wonnegau.

Diese Veranstaltung ist längst kein Geheimtipp mehr, Weinkenner aus dem gesamten Bundesgebiet und dem benachbarten europäischen Ausland geben sich alljährlich hier ein Stelldichein.

Mehr als 20 Weingütern präsentieren ihre Auswahl an Wein, Sekt & Secco!

Sowohl dem Laien, als auch dem Weinfreak wird eine breite Palette an Weingenuss und Weininformation geboten. Gerade in der Unterschiedlichkeit der Weingüter, von Traditionell bis Modern, liegt der Reiz für den Besucher! Beschauliche Höfe, moderne Vinotheken, urige Gewölbekeller und schöne Gärten liefern außerdem viel Genuss für das Auge der Besucher. Im Ortsteil Dalsheim ist die mittelalterliche Fleckenmauer, mit den dahinter liegenden Häusern und Kirchen, ein sehenswertes

Ensemble. Der alte Ortskern des ehemaligen Nieder-Flörsheim, mit seinen engen Gassen und großen schönen Innenhöfen, hat ebenfalls seinen Reiz. Deshalb lohnt es sich die am Samstag und Sonntag jeweils vor Beginn der Veranstaltung angebotenen Ortsführungen zu besuchen.

Für das leibliche Wohl wird bei der Veranstaltung ebenfalls bestens gesorgt. Überall gibt es kleine oder große Leckereien, die den Weingenuss verschönen.

Mit dem Shuttle-Service lassen sich die größeren Wegstrecken zwischen den einzelnen Betrieben problemlos überbrücken.

Die After-Show-Party ab 19:00 Uhr bietet alljährlich den stimmungsvollen Abschluss am Samstagabend. Sie findet im Ortsteil Nieder-Flörsheim auf dem Weedenplatz statt.

Die Weingüter Beyer-Bähr, Christmann und Schmitt sind die Ausrichter der diesjährigen Party 2020.



Gäste, die den Samstag eher etwas ruhiger ausklingen lassen möchten, können in einigen Weingütern beschaulich den Abend in gemütlicher Runde bei einem Glas Wein beenden.

Für alle die gerne zwei Tage den Event besuchen möchten, besteht die Möglichkeiten in schönen Gästehäusern oder Ferienwohnungen im Dorf oder der nahen Umgebung Quartier zu nehmen. Außerdem wird für Wohnmobillisten eine Stellfläche ausgewiesen.

Anreisen kann man ganz bequem per Bahn, da Flörshem-Dalsheim an der Bahnlinie Worms-Alzey-Bingen liegt.

In jedem der teilnehmenden Betrieben kann der Teilnahme-Button zum Preis von 30 Euro erworben werden. (Glas, Probe in allen Weingütern, Shuttel-Service)

Samstag gibt es nur das Zweitagesticket.

Wer nur am Sonntag kommt zahlt 20 Euro

Fotos: Robert Lehr

Samstag 14:00 – 19:00 Uhr
Sonntag 11:00 – 18:00 Uhr

Alle, die nur ein Gläschen Wein trinken möchten, ohne an der Probe teilzunehmen, können in den Weingütern Wein und alkoholfreie Getränke käuflich erwerben.



Offene Führungen im Rahmen „Flörshem-Dalsheim schenkt ein“ Auf Einladung von „Flörshem-Dalsheim schenkt ein“ und in Zusammenarbeit mit der IG Flörshem-Dalsheimer Gästeführer ist die Teilnahme an den Führungen kostenlos.

Sa., 25. April: „Spaziergang entlang der Fleckenmauer“ 12:30 Uhr OT Dalsheim, ca. 1,5 Stunden, Auf dem Römer Die Fleckenmauer, die einzig vollständig erhaltene, mittelalterliche Dorfbefestigung in Rheinhessen steht im Mittelpunkt der Führung im romantischen Ortsteil Dalsheim

So., 26. April „... von Kuhkapellen und Hofreiten“, 10:30 Uhr OT Flörshem, ca. 1 Stunde, Treffpunkt: Auf dem Weedenplatz

Weitere Informationen:

www.weinburg-floersheim-dalsheim.de
 oder facebook: Weinburg Flörshem Dalsheim

Anmerkung des Veranstalter:

Wegen der aktuellen Corona-Situation kann es zu einer kurzfristigen Absage der Veranstaltung kommen.

Aktuelle Informationen rund um die Veranstaltung und weitere Wein-Events im Jahr 2020 in den Flörshem-Dalsheimer Weingütern finden Sie unter:

www.weinburg-floersheim-dalsheim.de



Im Gespräch mit Chris Becker

Seit genau 15 Jahren mischt er die Rock-Szene in der Pfalz – und weit darüber hinaus – nicht nur mit den „Dicken Kindern“ auf. In zahlreichen Musik-Projekten, unter anderem mit der „Joe Cocker“-Hommage, zeigt er sein wahres Talent. Mit unzähligen Musikern aus der zum Teil weltweiten Musikszene arbeitete er schon zusammen.

Foto: links Thomas Steinmetz, rechts Chris Becker

Foto: Rita Steinmetz

TS: Hallo Chris, es ist schön, dich endlich mal wieder zu sehen und über Musik zu plaudern. Was ist es eigentlich, was euch bei den „Dicken Kindern“ antreibt, was steht bei euch im Vordergrund?

CB: Wir wollen eigentlich nur zusammen Musik machen, Spaß haben, das Publikum mitreißen und Liebe zu transportieren. Die Leute sollen einen tollen, unvergesslichen Abend gehabt haben mit den „Dicken Kindern“. Jedenfalls ist nicht das Finanzielle bei uns im Vordergrund. Egal, ob Weinfest, Firmenfeier oder Konzert. Ganz wichtig ist mir, dass keiner bei uns in der Hierarchie über jemand anderem steht. Wir sind immer gemeinsam und gleichwertig aufgestellt.

TS: Wie macht ihr das eigentlich mit den Social Media? Holt ihr viel vom Publikum dort ab?

CB: Nein, da sind wir vergleichsweise relativ spärlich auf diesem Gebiet aufgestellt. Natürlich könnten wir da viel mehr machen, wenn wir wollten. Sicherlich hätten wir dann auch mehr Follower oder Likes... Aber wir wollen uns da auch ein wenig vom Mainstream abheben und auch hier völlig authentisch sein. Schließlich wird das Musikbusiness immer verlogener, oberflächlicher und scheinheiliger. Davon wollen wir uns bewusst abheben. Wir wollen auf dem Boden bleiben mit dem „Echten“, statt mit „gephotoshoppten“ Bildern und ähnlichem.

TS: Mir fiel schon immer auf – und konnte dich das bisher noch gar nicht fragen – ihr spielt immer nur gecoverte Songs. Seid ihr noch nie auf die Idee gekommen, mal eigene Sachen zu schreiben?

CB: Ja, das hatten wir tatsächlich mal angefangen. Da waren wir als „Dicke Kinder“ noch ein größerer, bunterer Haufen. Der Musikerpool waren über hundert Leute. Da funktioniert das recht schwierig, weil die Homogenität dann fehlt, wenn ein rocklastiges Stück vielleicht von einer Besetzung mit eher Soul-lastigen Musikern gespielt werden sollte. Die Vorbereitung auf den Song und alles klappt dann einfach nicht. Heute haben wir eher eine Stammbesetzung.

TS: Aber dann würde das doch heute funktionieren, oder?

CB: Nun ja, das tun wir ja auch bereits, nur nicht mit den „Dicken Kindern“, sondern mit „Mind Palace“. Da ist Giuseppe Sciandrone und Dennis Jenne sehr engagiert. Machen auch Videos und so. Ist auch deutlich „modernere“ Musik. Hier ein Beispiel. [<https://www.the-mindpalace.com/>]

TS: Du hast ja neulich das „Joe Cocker“-Hommage-Programm in Mannheim im Capitol zelebriert. Machst du da weiter?

CB: Ja, absolut. Wir werden das sogar noch weiterführen. Wir hatten ja die gnaze Sache ohne Promo-Möglichkeit aufgezogen, keine Aufnahmen und keine Werbung vorher gemacht. Es war aber auch kein Senkrechtstart, sondern haben das sukzessive aufgebaut und werden noch an der Qualität arbeiten.

TS: Wie an der Qualität arbeiten? Das war doch gut!

CB: Nein, man kann immer noch Feinheiten ausarbeiten, wie Synchronisation, Licht, Musikalität. Dafür war einfach noch nicht die Zeit.

TS: Auch an der Light-Show, á la Pink Floyd vielleicht?

Nein, da haben wir uns Gedanken gemacht, wie Joe Cocker das gemacht hätte; und da war nunmal die Einfachheit im Vordergrund. Deshalb wollen wir alle Effekthascherei vermeiden.

Es geht euch wohl hauptsächlich um die Authentizität?

Ja, genau. Und es war auch bei der Songauswahl nicht leicht. Immerhin hatte er ja 147 Number-One-Hits. Und da die richtigen auszuwählen, ist nicht einfach. Wir hatten uns an denjenigen orientiert, mit denen er am längsten in den Charts war.

Wie und wann werdet ihr das aufführen?

Das wird im Schloss Edesheim auf der Seebühne stattfinden während der Schlossfestspiele im Sommer.

TS: Habt ihr als „Dicke Kinder“ eigentlich so etwas wie einen Codex?

Ja, aber sicher. Unsere „10 Gebote“ sind so, dass wir uns immer gegenseitig respektieren und achten. Wir hoffen auch, dass sich davon auch andere Musiker-Kollegen – oder generell das Business – anstecken lassen. Andere spüren nämlich, dass bei uns ein großer Zusammenhalt da ist. Wenn diese gegenseitige Wertschätzung nicht da ist – und das beobachtet man oft – ist das recht zermürend. Ein echtes „Danke“ ist oft mehr wert als eine fette Gage.

TS: Aber deine Rechnungen musst du doch immer noch bezahlen?

CB: Ja, schon klar. Aber es geht doch um mehr. Ich spreche ja auch von einer „fetten Gage“. Und da geht es eben nicht nur um Geld. Es ist die Wertschätzung, die das Leben einfacher macht, das können beispielsweise ein paar Äpfel und Bananen in einem Obstkorb sein, die während der Pause auf dem Tisch im Backstage zur Verfügung steht! Es sind die einfachen Dinge, die einem Künstler ein Lächeln ins Gesicht zaubern und ihn befähigen, noch mehr Liebe auf die Bühne zu zaubern.

TS: Wie oft habt ihr Auftritte eigentlich?

CB: Das sind heute weit weniger als früher. Das liegt hauptsächlich daran, dass eben diese Qualität, die wir bringen, auch ihren Preis hat und die Wertschätzung, von der ich sprach, nicht immer gegeben ist. Es ist ein Honorar, man honoriert damit den Aufwand, der nötig ist, diese Auftritte zu ermöglichen. Ob Stadtfest, Firmenfeier oder Hochzeit.

TS: Ihr habt ja sogar mal Xavier Naidoo und Bobby Kimball von TOTO auf der Bühne gehabt... und viele andere?

CB: Ja, das waren sehr spontane Dinge. Denn wenn du die ankündigst, musst du sie auch buchen. Und wenn du das tust, musst du für diese wenigen Plätze, die wir damals im Universum-Kino hatten, über fünfhundert Euro verlangen. Und die zahlt niemand, selbst wenn man ihn dann hinterher „berühren“ darf.

TS: Vielen Dank! Ich bin schon gespannt auf die Zukunft!

Mehr unter: www.dickekinder.com

Foto: Chris Becker bei „Joe Cocker“ im Capitol Mannheim





Radfahren an der Deutschen Weinstraße

In der Urlaubsregion Deutschen Weinstraße im Herzen der Pfalz kann man genussvoll in die Pedale treten und auf den vielen gut ausgebauten Radwegen diese herrliche Gegend erkunden.

So weit das Auge reicht bieten die einmalige Rebenlandschaft und der Pfälzerwald Genuss und sportliche Herausforderung pur in allen Schattierungen.

Verschiedene Rad-Events laden jährlich zum mitradeln ein, wobei der „Erlebnistag Deutsche Weinstraße“, welcher immer am letzten Sonntag im August stattfindet, der wohl Bekannteste ist.

Hier einige Tourevorschläge:

Der **Kraut- und Rüben-Radweg** führt auf der 139 km langen Strecke durch den „Gemüse- und Obstgarten“ und das Weinbaugebiet der Pfalz zwischen Bockenheim und Schweigen-Rechtenbach an der Grenze zum Elsass. In der abwechslungsreichen Kulturlandschaft kommt man den landestypischen Produkten ganz nah. Obst, Gemüse, Tabak und Wein werden auf Wochenmärkten und bei Winzern, Obst- und Gemüsebauern direkt vermarktet.

Die Strecke ist wegen ihres überwiegend flachen Verlaufs

ausgesprochen familien- und kinderfreundlich und natürlich auch für Genussradler empfehlenswert.

Der **Radweg Deutsche Weinstraße** bietet 97 Kilometer Lebensfreude pur! Es geht durch das größte Rieslinganbaugebiet Deutschlands, eine von Weinreben geprägte und leicht hügelige Landschaft. Viele Burgen und Schlössern prägen die Landschaft mit herrlichen Weitblick.

Egal ob man diese Tour im Norden in Bockenheim beginnt, wo Rheinhessen aufhört, und im Süden in Schweigen-Rechtenbach beim Deutschen Weintor endet, dort wo das Elsass anfängt, oder umgekehrt – sie ist auf alle Fälle ein Erlebnis wert. Umgeben von einer einmaligen Atmosphäre und das zu jeder Jahreszeit lohnt sich immer eine Pause, entweder um die herrlichen Aussichten zu genießen oder sich in den urigen Weinstuben oder in einer der zahlreichen Pfälzer Hütten zu stärken und mit einer erfrischenden Weinschorle den Durst zu stillen.

Für Radwanderer, die das überschaubare Auf und Ab zwischen Rebenhügeln und Waldrand lieben, ist diese Tour genau das Richtige. Der Weg verläuft zu 90 % auf befestigten Wegen, meist abseits der Straße.

Mit dem E-Bike die Pfalz entdecken

Die Pfalz lässt sich mit Pedelecs noch genussvoller entdecken, erleichtern die E-Bikes doch die eigene Leistung auf angenehme Weise. Ein gut ausgebautes Netz mit Verleihstationen ermöglicht auch den Gästen ohne eigenem E-Bike, diese herrliche Landschaft zu entdecken. Auch mehr als 100 Ladestationen tragen zum Fahrspaß mit bei und oft sind diese Ladestationen in der Nähe von Restaurants oder Weinstuben, so dass man auch gleich eine Pause zur Stärkung einlegen kann.

Dies sind natürlich nur einige Radtouren, die man in der vielfältigen Landschaft in der Pfalz unternehmen kann. Alle Infos dazu auf:

www.suedlicheweinstrasse.de

www.mountainbikepark-pfaelzerwald.de

www.deutsche-weinstrasse.de/radwege/



Jetzt beim Preisrätsel auf Seite 22 mitmachen und ein E-Bike ETH/ETD 1861 im Wert von UVP 2.199,- € gewinnen!

Gesponsert von

FISCHER
die fahrradmarke

An advertisement for Pfitzenmeier fitness center. The background shows two women in a gym setting, one in a red top and one in a grey top, high-fiving each other. The text is overlaid on the image in white and red. In the top left, it says "„GIB DEINEM KÖRPER WAS ER BRAUCHT.“". In the center, a large graphic says "BEWEG' DEINEN BODY!". In the bottom left, it says "WWW.PFITZENMEIER.DE/BDB". In the bottom right, it says "SICHERE DIR JETZT DAS „B'DB!-VORTEILSABO“" and the Pfitzenmeier logo with "Fitness since 1978".

„GIB DEINEM KÖRPER WAS ER BRAUCHT.“

BEWEG' DEINEN BODY!

WWW.PFITZENMEIER.DE/BDB

SICHERE DIR JETZT DAS „B'DB!-VORTEILSABO“

PFITZENMEIER
Fitness since 1978

Wandern im Dahner Felsenland

Sagenhaftes Land der Felsen und Burgen im Biosphärenreservat Naturpark Pfälzerwald. Die optimale Ferienregion für Familien mit Kindern, Wanderer, Radwanderer, Sportkletterer und Naturliebhaber, die nach jeder Menge Spiel, Spaß, Erlebnis und Abenteuer suchen.

Das **Dahner Felsenland** ist eine Landschaft im Landkreis Südwestpfalz (Rheinland-Pfalz) und eine der eindrucksvollsten Buntsandstein-Felslandschaften Deutschlands. Es liegt im Nordwesten des Wasgaus, eines Mittelgebirges, das vom Südteil des Pfälzerwalds und vom Nordteil der Vogesen gebildet wird. Die Landschaft deckt sich flächenmäßig nahezu mit der gleichnamigen Verbandsgemeinde, welche die Stadt Dahn und 14 Dörfer umfasst.

Bizarre rote und gelbe Buntsandsteinfelsen inmitten grüner Wälder sind charakteristisch für diese Region. Ein Meer aus Farben wie Grün, Rot, Gelb und Violett, wobei aus den Baumwipfeln die Sandsteingipfel ragen. Dieses Felsenland gehört zu den landschaftlich interessantesten, romantischsten und geheimnisvollsten Regionen in der Pfalz. Sowohl im als auch rund ums Dahner Felsenland locken zahlreiche Sehenswürdigkeiten und vieles mehr für einen Tagesausflug: 47 Naturdenkmale und 24 Aussichtsfelsen machen Lust auf Entdeckungstouren, auf schier endlose Wanderwege in unberührter Natur.

Das Deutsche Schuhmuseum Hauenstein, einzigartig in der Welt, ist eine faszinierende Inszenierung, die die reiche Schuhkultur der Epochen, Zeiten und Kontinente repräsentiert.

Biosphärenreservat Pfälzerwald-Nordvogesen

Das Dahner Felsenland und die Region Sauer-Pechelbronn auf französischer Seite befinden sich im Herzen des grenzüberschreitenden Biosphärenreservats Pfälzerwald-Nordvogesen. Schon 1998 hat die **UNESCO** das bis nach Frankreich reichende Gebiet („Parc Naturel Régional des Vosges du Nord“) als erstes grenzüberschreitendes Biosphärenreservat Europas anerkannt. Surrile Felsgebilde aus buntem Sandstein, geheimnisumwitterte Burgen und Burgruinen, klare Seen und bunte Streuobstwiesen prägen das Bild. Im Biosphärenreservat Pfälzerwald-Nordvogesen mit seiner einzigartigen Landschaft leben die Menschen im Einklang mit der Natur und helfen, diese zu bewahren. Besondere Bedeutung hat das nachhaltige Wirtschaften beim Erzeugen und Vermarkten der umweltfreundlich produzierten Lebensmittel und Waren.

Foto: Pixabay

Die Berge im Dahner Felsenland sind mit bis zu 400 Metern nicht besonders hoch. Dafür beeindrucken sie durch ihre Formen und Farben. Ihre „sagenhaften“ Namen wie Jungfernsprung, Teufelstisch, Teufelsschmiede und Pfaffenfels regen noch heute die Fantasie an.

Burgen und Burgruinen – „Pfälzer Burgenland“

Im Dahner Felsenland erheben sich 16 Burgen bzw. Burgruinen sowie zahlreiche Felsformationen aus Buntsandstein, die zum Teil von Sportkletterern genutzt werden, aber auch für Anfänger und Einsteiger unter den Kletterern geeignet. Unter den Burgen sind die Dahner Burgengruppe aus Altdahn, Grafendahn und Tanstein, der Berwartstein sowie der Drachenfels oder Burg Fleckenstein im Elsass die bekanntesten. Geheimnisvolle Felsengänge führen hinab in unterirdische Felskammern und Verliese, und hoch droben auf den Zinnen bieten sich oftmals herrliche Ausblicke. „Wie die alten Rittersleut“ können sich Besucher auf den beeindruckenden Burgen und Burgruinen fühlen.

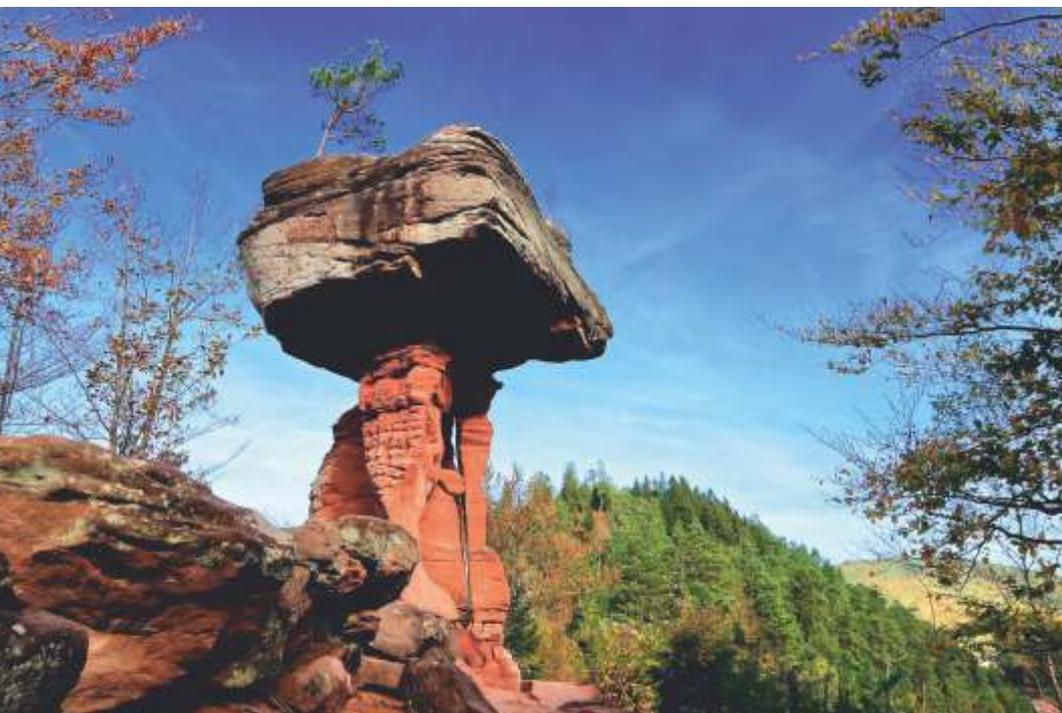
Die Region lebt vom Tourismus und wird von zahlreichen gekennzeichneten Wanderwegen erschlossen. Gut markierte Premiumwege, die

Felsenland-Touren, und örtliche Rundwanderwege sind auf höchstem Niveau und verschieden lang. Sie gibt es auch in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden: vom ausgedehnten Spaziergang für Familien mit Kindern, über die herausfordernde Trekking-Tour für ambitionierte Bergsportler, bis hin zum mehrtägigen Fernwanderweg für den Genusswanderer.

An heißen Sommertagen bieten Badeseen eine willkommene Erfrischung. Und immer wieder kommt der Wanderer durch malerische kleine Dörfer. Der „**Felsenland Sagenweg**“ wurde 2013 als „Deutschlands Schönster Wanderweg“ ausgezeichnet. Mit 86 Kilometern ist er auch der längste im Dahner Felsenland. Doch auch die anderen der insgesamt zwölf Premium-Felsenland-Touren und die 43 lokalen Rundwanderwege haben ihren ganz besonderen Reiz und Charme.

Mit dem „**Deutschen Wandersiegel Premiumwege**“ werden Wanderwege ausgezeichnet, die sich durch eine hohe Wege- und Erlebnisqualität auszeichnen. Erst wenn der Weg eine bestimmte Punktzahl erreicht, darf er die Auszeichnung „Deutsches Wandersiegel Premiumweg“ führen.

Foto: Der Teufelstisch im Dahner Felsenland



LW Abwassertechnik



Rohrreinigung
Rohrreinigung und Verstopfungsbeseitigung im 24h Notdienst.

Leitungsortung
Ortung von verdeckten Leitungsverläufen



Kamera-Inspektionen
Kamera-Inspektionen mit Dokumentation

Rückstausicherungen
Einbau und Wartung von Rückstausicherungen



Dichtheitsprüfungen
Dichtheitsprüfungen nach DIN EN 1610

Reparaturen
Reparaturen defekter Leitungen in offener Bauweise



Sanierungen

Sanierungen geschlossener Bauweise im Epros®-Drain-Packer-Verfahren



LW Abwassertechnik

Scheffelstr. 90 | 68259 Mannheim
Tel.: 0621 73 61 97 77
Fax: 0621 73 61 97 78
Heidelberg: 06221 3 92 87 23
Speyer: 06232 4 99 10 04
Frankenthal: 06233 5 11 10 09
Meckesheim: 06226 99 19 43
E-Mail: info@lw-abwassertechnik.de

www.lw-abwassertechnik.de

Prof. Dr. Holzer (links), Augenarzt und Operateur, Augenzentrum Prof. Dr. Holzer & Prof. Dr. Rabsilber, Weinheim/Mannheim, rechts: Thomas Steinmetz vom Pfalz-Magazin



Foto: Rita Steinmetz, pfalz-magazin

Die moderne Augenheilkunde

– Neuigkeiten vom Kongress für Augenchirurgie in Mainz

Wir haben exklusiv Herrn Prof. Dr. Holzer vom Augenzentrum Weinheim und Mannheim zu diesem Thema befragt.

Herr Prof. Holzer, wir treffen Sie heute kurz nach Beendigung des Kongresses der Deutschsprachigen Gesellschaft für Intraokularlinsen-Implantation, interventionelle und refraktive Chirurgie (DGII). Schwieriger Name für nicht-Mediziner. Was genau versteht man darunter?

ProfH: Dies ist der Name der deutschsprachigen Fachgesellschaft für Augenärzte, die sich insbesondere mit dem Thema der Grauen-Star-Operation und der Behandlung von Fehlsichtigkeiten befassen. Der Kongress fand in Mainz statt und gibt zum Jahresanfang eine gute Bestandsaufnahme und Ausblick auf Neuerungen in diesem Bereich.

Und was können Sie uns da Interessantes berichten?

PrH: Die Graue Star Operation ist mit mehr als 900.000 Eingriffen pro Jahr allein in Deutschland einer der häufigsten operativen Eingriffe überhaupt. Die Kunstlinsen, welche im Rahmen dieses Eingriffes eingesetzt werden, beheben nicht nur den Grauen Star, sondern korrigieren gleichzeitig auch noch Sehfehler wie die Kurzsichtigkeit und Weitsichtigkeit sowie Hornhautverkrümmung und sogar die Alterssichtigkeit.

Sie nutzen also die Graue Star Operation um gleichzeitig Fehlsichtigkeiten zu korrigieren und die Betroffenen von der Brille zu befreien?

PrH: Ja, so ist es. Die Notwendigkeit der Grauen Star Operation nutzt man, um mit dem Patienten eine individuelle Versorgung mit einer passenden Kunstlinse zu besprechen. Da die Kunstlinse nicht mehr ausgetauscht werden muss und bis ans Lebensende im Auge verbleibt, ist die Operation somit auch eine Art Weichenstellung für die Zukunft, ob und welche Art von Brille der Betroffene in der Zukunft noch beibehalten möchte.

Und welche Linsen werden da am häufigsten eingesetzt?

PrH: Eine sehr hohe Anzahl von Patienten wählen sogenannte asphärische Blaufilterlinsen. Diese haben eine besondere Bearbeitung der Linsenoberfläche um ein hohes Kontrastsehen zu ermöglichen und gleichzeitig einen Filter, um den hochenergetischen blauen Lichtanteil zu reduzieren. Dies führt zu einem angenehmeren, etwas wärmeren Seh- und Farbeindruck und soll zusätzlich auch die Netzhaut-Sinneszellen schützen.

Einen Blaufilter haben doch auch viele Smartphones und Computer Bildschirme?

PrH: Genau, dies ist sinnvoll und diese Kunstlinsen haben neben einem UV Filter auch noch zusätzlich diesen Blaufilter und führen dadurch zu dem genannten angenehmeren Seheindruck.



©Joel Staveley

Im Gespräch



Und welche weiteren Linsen werden häufig genutzt und eingesetzt?

PrH: Die genannten Linsen werden darüber hinaus genutzt, individuelle Sehfehler der Patienten zu beheben. So kann z.B. parallel die Alterssichtigkeit oder eine Hornhautverkrümmung dauerhaft behoben werden.

Die Alterssichtigkeit betrifft ja im Grunde jeden, oder?

PrH: Genau. Die Alterssichtigkeit ist ein Prozess, der meist mit Mitte 40 beginnt und zu einem kontinuierlichen Sehverlust im Nahbereich führt. Wenn dann der graue Star operiert wird, ist es möglich mit einer Kunstlinse diesen Nahbereich wieder zu verbessern. Dies kann durch trifokale Kunstlinsen erzielt werden, aber auch durch verschiedene andere Kunstlinsentypen. So gibt es z.B. Kunstlinsen mit einer Lochblende, die zu einer Erhöhung der Tiefenschärfe führt. Alternativ gibt es auch Kunstlinsen mit einer speziellen Oberflächenmodifikation im Mikrometer Bereich, die auch zu einer besseren Tiefenschärfe und damit vergrößertem Fokusbereich führt. Dadurch wird die Brillenabhängigkeit insbesondere im Fern- und Intermediärbereich reduziert.

Intermediärbereich? Was verstehen Sie hierunter?

PrH: Dies ist der typische Bildschirm Arbeitsabstand von 60-80 cm. Dieser Bereich ist für viele Menschen sehr wichtig und wenn dieser zusammen mit der Ferne korrigiert wird, bedeutet dies im Grunde eine Brillenunabhängigkeit für sehr viele Lebenssituationen.

Und welche Highlights wurden noch auf dem Kongress berichtet?

PrH: Die Lasertechnologie zum Modifizieren der Hornhaut hat aktuell zwei Schwerpunkte: Die berührungslose Laserbehandlung der Hornhautoberfläche ohne dass ein Einschneiden wie z.B. bei der Femto-LASIK notwendig wird und die Hornhaut Lentikel Entfernung durch einen sehr kleinen Schnitt. Dadurch muss insgesamt weniger geschnitten und eröffnet werden als bei der klassischen LASIK. Man kann diese beiden neuen Verfahren als eine Weiterentwicklung der klassischen PRK und LASIK betrachten.

Sehr interessant, welche vielfältigen Möglichkeiten es gibt, die Funktionsweise eines solch kleinen Organes wie das Auge durch individualisierte Operationen wieder zu verbessern und zu optimieren. Vielen Dank für das Interview!

Augenzentrum Prof. Dr. Holzer & Prof. Dr. Rabsilber

Bahnhofstr. 18, 69469 Weinheim, Tel. 06201-878724

Goethestr. 16a, 68161 Mannheim, Tel. 0621-22244

www.augenzentrum-holzer.de

info@augenzentrum-holzer.de

45 Jahre

EUROPA PARK®

FREIZEITPARK & ERLEBNIS-RESORT

3 x 2 Tickets zu gewinnen
Preisrätsel auf Seite 22

In der Saison 2020 können sich die Besucher von Deutschlands größtem Freizeitpark auf spannende Expeditionen begeben.

Nach sehnsüchtiger Zeit des Wartens kehren im Sommer die beliebten „Piraten in Batavia“ in den Holländischen Themenbereich zurück. Gemeinsam mit den berühmten Seemännern geht es auf eine faszinierende Bootsfahrt durch die exotische Hafenstadt von Batavia! Zum 45. Geburtstag laden außerdem über 100 Attraktionen und Shows zu weiteren Entdeckungen in den 15 europäischen Themenbereichen ein. Seit Kurzem können Abenteurer außerdem „Rulantica – die neue Indoor-Wasserwelt des Europa-Park“ mit 25 spritzigen Attraktionen ansteuern. Nach einem aufregenden Tag laden die sechs park-eigenen Erlebnishotels und das Camp Resort zum Erholen ein.

Neuheiten 2020

In Italien, Skandinavien, Holland und Island dürfen sich Jung und Alt auf die neuesten Highlights freuen. Im Italienischen Themenbereich beherbergt das „Geisterschloss“ eine gruselige Überraschung: Im Anstehbereich können sich die Besucher von einem fürstlichen Animatronic eine unheimliche Geschichte erzählen lassen! Kaspar Eichel, der auch als Synchronsprecher für Robert Redford tätig ist, leiht der schaurigen Figur seine Stimme.

Eine weitere Besonderheit der kommenden Sommersaison ist die überarbeitete Parade mit zwölf spektakulären Wagen. Pünktlich zum 45. Geburtstag des Europa-Park erhalten sowohl die Piraten als auch der sechssarmige Oktopus Snorri ein neues, farbenfrohes Gefährt mit dem sie tagtäglich die internationalen Besucher begeistern. Auch die Gebrüder Eulenstein werden „Ed's Adventure Parade“ mit ihrem fantastischen Fluggerät, dem Volatus II, ver-

stärken. In der Ausstellung „Reise nach Rulantica“ erleben die Besucher im Themenbereich Luxemburg die Entstehung der neuen Indoor-Wasserwelt von der Idee bis zur Eröffnung.

Ein kulinarisches Highlight wird bei einem Abstecher in den Isländischen Themenbereich geboten. Im neu eröffneten Magnum Pleasure Store gibt es die Möglichkeit, ein Eis ganz nach dem eigenen Geschmack zu kreieren.

Im Frühjahr eröffnet in Island zudem der neue Nord Stream 2 – Dome mit einem filmischen Raumerlebnis und einzigartigen medialen Inszenierungen. Geschmacksvolle Kaffeeaktionen werden im neuen Café „The Baltic – Coffee Lounge“ die Herzen höherschlagen lassen.

Ein Muss für alle Fans von Deutschlands größtem Freizeitpark ist auch der Themenbereich Skandinavien. Neben bunten Häuserfassaden locken nordische Leckerbissen, Shops sowie die Familienattraktion „Snorri Touren“. Hier verspricht der sechssarmige Oktopus Snorri viel Spaß für Groß und Klein. Das lebenswürdige Maskottchen der Indoor-Wasserwelt lädt zu einer Expedition auf die mystische Insel Rulantica ein.

Nebenan im Holländischen Themenbereich geht die Entdeckungstour weiter: Die Fassaden rund um den Marktplatz sind in einer einmaligen Detailverliebtheit wiederaufgebaut und verleihen dem sympathischen Dörfchen landestypisches Flair. Ab Mitte des Jahres haben die Gäste dann die Möglichkeit, sich mit Bartholomeus van Robbemond auf die Suche nach dem sagenumwobenen Dolch von Batavia, dem Feuertiger, zu begeben. 80 neue Figuren mit modernster Technik hauchen der fantasiereichen Welt Leben ein und entführen die Besucher in das Indonesien des 18. Jahrhunderts.





Wodan – Timburcoaster, die gigantische Holzachterbahn im Europa Park



Königreich Minimoy's, die Arthur-Bahn

Auf dem Kanal treiben die Boote durch die holländische Kolonie, vorbei an exotischen Landschaften und stets auf den Spuren von Freibeutern und Abenteurern. Auch kulinarisch wird mit dem Restaurant „Bamboe Baai“ einiges geboten. Inmitten einer fernöstlichen Atmosphäre gibt es leckere Gerichte aus dem Wok und frische Salat-Bowls.

Ganz Europa an einem Tag erleben

Die 15 europäischen Themenbereiche warten nur darauf, erkundet zu werden, genauso wie die 13 spektakulären Achterbahnen und das atemberaubende Showprogramm. In Portugal wartet mit „Atlantica SuperSplash“ die perfekte Abkühlung an warmen Sommertagen. Auch eine spannende Tour mit dem „Eurosat – CanCan Coaster“ oder ein futuristischer Trip mit „Eurosat Coastality“ versprechen einen unvergesslichen Aufenthalt. Im Anschluss führt die Reise nach Irland, wo zahlreiche Attraktionen wie der „Ba-a-a Express“, ein erstes Achterbahnerlebnis für die Jüngsten, nur darauf warten entdeckt zu werden. Im Französischen Themenbereich verspricht der „Silver Star“ mit bis zu 130 km/h eine Kombination aus Geschwindigkeit und dem Gefühl der Schwerelosigkeit. Zudem begeistert im „Magic Cinema 4D“ neben dem Film „Nachts im Park 4D“, dreimal am Tag ein Kurzfilm zu den „Piraten in Batavia“ mit überraschenden Effekten.

Großartige Shows und Events

Täglich überzeugen auch mehr als 300 internationale Künstler in zahlreichen Shows. Im Globe Theater im Englischen Themenbereich lockt in der Sommersaison etwa das neue Spektakel „Times Three – The Acrobatic Show“. Die Piraten erhalten Einzug in das Eisstadion im Griechischen Themenbereich und machen mit „Surpr'Ice with the Fire Tiger“ die Geschichte rund um die neue Attraktion erlebbar.

Zudem verzaubern eine neue Magic-Show mit Deutschlands bestem Illusionisten, Peter Valance, im glanzvollen „Europa-Park Teatro“ sowie weitere fesselnde Produktionen in der Spanischen Arena und auf der Italienischen Freilichtbühne die Besucher. Vom 25. Mai bis zum 14. Juni können die Gäste bei der Veranstaltung „Spanish Sundowner“ ab 18 Uhr im Spanischen Themenbereich

den Abend bei Live-Musik und Kinderdisco ausklingen lassen. Im Vorfeld der Fußball-EM wird in Zusammenarbeit mit der Miss Germany Corporation die „Miss EM“ gewählt. Teilnehmerinnen aus den qualifizierten Ländern kämpfen am 5. Juni um die Bestplatzierung.

Expedition nach Rulantica

„Rulantica – die neue Wasserwelt des Europa-Park“ ist bereit für Entdecker! Den Kompass gen Norden gerichtet, treibt es die neugierigen Seeleute nach Skandinavien in eine gigantische Indoor-Wasserwelt. Auf 32.600 Quadratmetern können kleine und große Abenteurer das ganze Jahr über neun thematisierte Bereiche und 25 einzigartige Wasserattraktionen auskundschaften. Hungrig und erschöpft von der spannenden Expedition, bietet das angrenzende 4-Sterne Superior Hotel „Krønasår – The Museum Hotel“ vielfältige Möglichkeiten zur Stärkung und eine kuschelige Unterkunft für die Nacht.

Eine traumhafte Reise

Die sechs Europa-Park Hotels lassen die Augen aller Abenteurer durch ihren einzigartigen Charme strahlen. Von einer Expedition in den hohen Norden bis weit in den Süden und in das junge Amerika – in den 4-Sterne und 4Sterne Superior Erlebnishotels tauchen die Gäste jeweils in eine ganz eigene, liebevoll thematisierte Welt ein. Große und kleine Entdecker können ihren Aufenthalt in Deutschlands größtem Freizeitpark außerdem im urigen Europa-Park Camp Resort mit einer Übernachtung in einzigartigen Blockhütten, Planwagen oder Tipi-Zelten abrunden.

Europa Park:

Infoline: 07822 / 77 66 88.

Weitere Informationen auch unter europapark.de

Rulantica:

Infoline: 07822 / 77 66 55 und unter www.rulantica.de



Gesundheit. **BEWEGUNG**. Leben.

Die schönste Beschäftigung der Welt

Wenig Aufwand, viel Gesundheit und Wohlbefinden Bewegung. Ein Zauberwort!

Kaum etwas hat mehr positive Auswirkungen auf unseren Körper und unsere Gesundheit als regelmäßige Bewegung. Natürlich ist sie ein Ausgleich, für diejenigen, die den ganzen Tag die vier Buchstaben beanspruchen während der Arbeitszeit. Aber: Es steckt viel, viel mehr hinter den Aussagen „Bewegung fördert die Gesundheit“. Regelmäßiges Kraft-Ausdauer-Training aktiviert nicht nur unsere Muskeln, sondern verbessert unter anderem auch den Stoffwechsel, senkt den Blutdruck, steigert das Atemvolumen. Die fehlende Zeit ist – wenn wir ehrlich sind – oft nur eine Ausrede. Es reichen schon zwei- bis dreimal ca. 30 bis 60 Minuten pro Woche, um gesünder zu Leben und das Wohlbefinden zu steigern – und das schon nach kurzer Zeit. Auch wird die Knochendichte durch mehr Bewegung gesteigert. Das liegt daran, dass sich die Zellen, die die Knochensubstanz bilden, vermehren und somit weniger Bruchrisiko, keine Osteoporose und elastische Sehnen. Auch unsere Muskeln profitieren von regelmäßigem Kraft-Ausdauer-Training, denn das steigert die Kraft und sorgt für eine effektivere Muskelarbeit, wodurch wiederum die Muskeln belastbarer werden und unser Energiebedarf steigt und ungeliebte Fettpölsterchen werden weniger. Durch regelmäßige Bewegung wird auch die Blutproduktion verbessert, wodurch wiederum mehr rote Blutkörperchen entstehen.

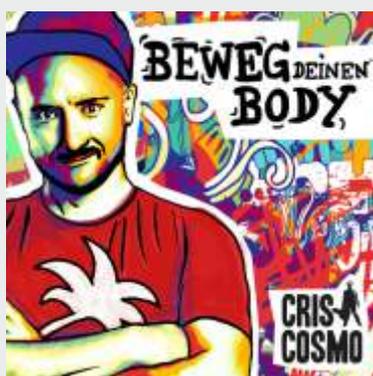
Das Gute daran: Die transportieren zusätzlichen Sauerstoff zu den Muskeln und Organen, was den Stoffaustausch zwischen Blut und Gewebe fördert und unserem Herzen ein bisschen Arbeit abnimmt. Und der Blutdruck? Der sinkt, da sich unter anderem die Blutgefäße erweitern. Davon profitieren vor allem Menschen mit erhöhtem Blutdruck. Natürlich gibt es noch mehr Argumente für die Bewegung, wie zum Beispiel, das gesenkte Infarktisiko. Da auch unser Gehirn wird in verschiedenen Regionen besser durchblutet wird, wird die Gedächtnisleistung gesteigert. Die Zahl junger Nervenzellen im Hippocampus nimmt dadurch zu und das hat die eben genannte Verbesserung der Gedächtnisleistung zur Folge. Zum Abschluss gibt es noch eine Zahl. Die Fünf! Trainierte Menschen atmen fünfmal so viel Luft ein wie untrainierte Personen. Schluss mit Couching, raus an die frische Luft. Joggen, Radfahren oder Wandern gehen – es gibt viele Möglichkeiten sich zu bewegen. Unter dem Motto „Beweg deinen Body“ setzt die Nummer eins der Region in Sachen Wellness, Fitness und Gesundheit auf Bewegung, die auf der Trainingsfläche und in Kursen ganzheitlich den Körper anspricht, sowie Erholung und Regeneration in den Wellnessbereichen. Mit Sauna-Aufgüssen als Belohnung vor Augen, fällt die Bewegung gleich viel leichter.

Probetraining oder Beratungstermine unter
www.pfitzenmeier.de

Alle Fotos: Presse Pfitzenmeier, Shutterstock



Sänger Cris Cosmo, Rolf Boguslawski und Max Barth von Pfitzenmeier (vlnr.) freuen sich über die gemeinsame Fitness Hymne.



Cris Cosmo und Pfitzenmeier:

Eine Kooperation, die bewegt. Neuerdings gibt es den passenden Soundtrack fürs Workout: Cris Cosmo hat in Zusammenarbeit mit Pfitzenmeier den Song „**Beweg deinen Body**“ geschrieben. Er macht richtig Lust auf Sport und Bewegung. Der Sänger und Songwriter aus Eppingen startet gerne selbst mit einem Workout in den Tag und war sofort Feuer und Flamme für das Projekt. Für alle Sportbegeisterten online verfügbar.



Das Pfalz Magazin (PM) im Interview mit Sandra Bäuerle (SB), siehe Bild rechts, sportliche Gesamtleitung der Pfitzenmeier Premium Clubs und Resorts

PM: Die Bewegung scheint heute bei vielen zu kurz zu kommen. Ist es heute wirklich schlimmer als früher?

SB.:Einen Vergleich von heute zu früher anzustellen, ist manchmal nicht sinnvoll. Man hört immer wieder, dass wir uns früher anders beschäftigen konnten und viel mehr draußen waren. Heute sitzen Kinder immer vor dem Computer. Es ist eine andere Zeit, die eben ihre Eigenheiten mit sich bringt. Wichtig ist, dass neben dem Computer und der Schule, auch der Sport nicht zu kurz kommt. Sport ist eine sinnvolle Art an Bewegung, die Kindern nicht nur hilft gesund zu bleiben, sondern auch viele unabdingliche Fähigkeiten beibringt. Motorik, koordinative Fähigkeiten, Ausdauer, soziale Kompetenzen, Disziplin – das sind nur einige Eigenschaften, die Kinder vor allem durch Sport erwerben können. Das gilt im Übrigen natürlich auch für Erwachsene.

PM: Welche Art der Bewegung ist sinnvoll?

SB: Jede Bewegung ist sinnvoll, wenn sie richtig ausgeführt wird. Wenn Sie beispielsweise in die Premium Clubs und Resorts von Pfitzenmeier gehen, dann haben Sie eine riesige Vielfalt an Möglichkeiten. Hanteltraining, Laufband, Milon-Zirkel, verschiedene Kurse, Powerhouse und und und... Aber ein Tipp, der für Anfänger wie Fortgeschrittene gilt: Lassen Sie sich eine Einweisung der geschulten Trainer/innen geben. Denn: Jede Bewegung, die falsch

ausgeführt wird im Training, kann nach hinten losgehen. Bewegung ist natürlich auch im Alltag wichtig. Man kann so viel zu Fuß erledigen, nehmen aber aus Bequemlichkeit gern das Auto. Das muss nicht sein.

PM: Wann sollte ich damit anfangen mich zu bewegen, um auch im hohen Alter noch fit zu sein?

SB: Ist Ihnen mal aufgefallen, dass kleine Kinder fast immer rennen? Ob es der Weg von zu Hause zum Spielplatz ist oder vom Esstisch zum Kühlschrank. Wir müssen sicher nicht vom Esstisch aufspringen und zur Butter sprinten, aber das grundlegende Prinzip gilt weiterhin: Für Bewegung gibt es keine Altersfreigabe und keine -grenze. .

PM: Man hat viel zu tun, möchte aber dennoch fit bleiben - wie schaffe ich das?

Gerade der Ausgleich zwischen Belastung und bewusster Erholung ist der Schlüssel um langfristig fit zu bleiben. „Wer sich nicht die Zeit nimmt, gezielt etwas für seine Gesundheit zu tun, wird eines Tages Zeit haben müssen, krank zu sein.“ Sinngemäß hat das schon Sebastian Kneipp erkannt. Welche Form der sportlichen Belastung bzw. Betätigung und des mentalen Ausgleichs die Richtigen sind, ist individuell sehr unterschiedlich. Zum Glück bieten unsere Premium Clubs und Resorts unzählige Möglichkeiten.



die neue Kollektion ist da!

Jack Wolfskin

STORE LANDAU + BAD DÜRKHEIM

Rathausplatz 10 | 76829 Landau
Telefon: 06341 - 557 59 70

Weinstraße Süd 2 | 67098 Bad Dürkheim
Telefon: 06322 - 988 45 60

Geöffnet täglich 9:30–18:30 Uhr
Samstags 9:00–18:00 Uhr

Geöffnet täglich 9:30–18:30 Uhr
Samstags 9:30–16:00 Uhr





Basilikum

Schon seit der Antike kennt man Basilikum auch als „Königskraut“ – das altgriechische Wort „basileus“, der „König“, stand hierfür Pate. Es gibt kaum ein Gewürz in der Kulturgeschichte, was die Gelehrten so sehr wie das Basilikum beschäftigt hat.

Der Grund hierfür ist sein einzigartiger Duft. Dioskurides, ein griechische Arzt, schrieb im 1. Jhd. das bedeutendste arzneikundliche Werk der Antike. Darin schreibt er, Basilikum habe eine „*reinigende Wirkung auf das Haupt*“. Tatsächlich fand die moderne Forschung heraus: Basilikum enthält einen Stoff, der gute Laune macht.

Geschichte und Herkunft

Den Ursprung des Basilikums vermutet man in Indien, obwohl es auch in Südostasien, Vorderasien, Nordafrika und Südeuropa wild vorkommt. Über 60 Basilikumsorten sind heute identifiziert. Das Würzkräut gehört zur Familie der Lippenblütler, was insofern von kulinarischem Interesse ist, als auch die Minzen Lippenblütler sind. Basilikumkräuter lassen sich grob in zwei Gruppen einteilen: in die indischen und asiatischen Arten und die europäisch-mediterranen. In Indien und Südostasien ist Basilikum nachweislich seit 3000 Jahren in Gebrauch. Die Inder weihten es wegen seines Dufts als „Heiliges Basilikum“ dem Gott Vishnu. Auch mit dem mediterranen Basilikum waren im europäischen Mittelalter quasireligiöse oder

abergläubische Vorstellungen verbunden. Es galt als Zauberkräut und sollte gegen Fabelwesen und böse Geister wirksam sein. Noch heute hängt man in Tunesien Basilikumbüschel über die Haustür, um Unheil abzuwenden. Und auch in Liebesdingen vertraut so mancher auf die Macht des Würzkräuts. In Italien heißt es, eine Dame müsse nur einen Topf Basilikum auf ihr Fensterbrett stellen, um ihrem Liebhaber zu signalisieren, dass er willkommen sei.

Qualität und Inhaltsstoffe

Frische Basilikumblätter enthalten zwar nur 0,5 Prozent ätherisches Öl – dies setzt sich je nach Sorte unterschiedlich zusammen –, doch genau dieses halbe Prozent macht den Reiz dieses Würzkräuts aus. Sein Duft nach Anis, Zimt, Minze, Zitronenschale, Piment oder Gewürznelken kann nach Klima, Standort, Witterungsverhältnissen und Sorte variieren. Das leicht süßliche wie auch dezent pfeffrig anmutende ätherische Öl der mediterranen Basilikumsorten setzt sich aus zahlreichen Duft- und Wirkstoffen zusammen.

Hauptsächlich besteht es aus Cineol und Citral, Eugenol (dem Gewürznelken-Duftstoff), Estragol, Geraniol, Kampfer und Linalool. Letzteres ist der eingangs erwähnte Stimmungsaufheller, der Stoff, der gute Laune macht.

Verwendung in der Küche

Seit einigen Jahren sind bei uns nicht nur die mediterranen, sondern auch die indischen und asiatischen Basilikumsorten erhältlich. Zu den heimischen Sorten zählen das Gewöhnliche Basilikum, das Griechische Busch-Basilikum (siehe Foto unten), dessen winzige Blätter ein ungewöhnlich intensives Aroma haben, sowie das Salatblättrige Basilikum aus Süditalien, das man an seinen großen, leicht runzeligen Blättern erkennt, der wohl bekannteste Basilikum, welchen man auch in jedem Supermarkt findet. Das Zimt-Basilikum stammt aus Mexiko, das dem Aussehen der Pfefferminze nicht unähnliche African Blue aus Afrika. Immer beliebter werden auch die asiatischen Sorten wie beispielsweise Thai-Basilikum, Anis-Basilikum, Zitronen-Basilikum oder Thai-Zitronenbasilikum.

Alle asiatischen Sorten schmecken wegen ihrer anders zusammengesetzten Duftstoffe deutlicher nach Anis und sogar nach Kampfer, enthalten jedoch kaum Linalool. So unterschiedlich der Geschmack auch ist, für alle

Basilikumsorten gilt: Hitze vertragen sie auf keinen Fall. Daher werden die Blätter roh verwendet oder fügen sie bei warmen Gerichten erst kurz vor dem servieren zu. Auch in einem Kräutersalat, zusammen mit Kerbel, Petersilie, Zitronenmelisse und Minze, schmeckt das aromatische Basilikum sehr fein.

Gesundheitsfördernde Eigenschaften

Die besondere Zusammensetzung der Duftstoffe im Basilikum wirkt belebend, konzentrationsfördernd und hilfreich bei geistiger Anspannung und Erschöpfung.

Eugenol und Estragol haben überdies die Eigenschaft, Völlegefühl und leichte Krämpfe im Magen-Darm-Trakt zu lindern. In letzter Zeit konzentriert sich die Forschung auf die Frage, wie die antioxidativen Substanzen des Basilikums auf den menschlichen Organismus wirken.

So konnte nachgewiesen werden, dass einige Bestandteile seines ätherischen Öls die Zellmembranen von Bakterien und Pilzen schädigen und somit entzündungsfördernde Prozesse hemmen. Auch enthält es die Karotinoide Lutein und Zeaxanthin, die auch die Pigmentschicht der Augennetzhaut bilden und die Sehzellen vor den Ultraviolettstrahlen des Sonnenlichts schützen können.



Foto: Griechischer Busch-Basilikum



Landrestaurant GOLDENER ENGEL



„Ein kleines Stück Paradies an der Südlichen Weinstraße“

- Restaurant im Landhausstil
- Winzerstube
- Engel-Saal im mediterranen Ambiente mit Hofgarten für verschiedene Anlässe
- Wein- & Biergarten in Parkatmosphäre
- Gewölbekeller „Südliche Weinstraße“ mit romantischer Kamin-Lounge für Festlichkeiten, Hochzeiten, Betriebsfeiern und viele weitere Events bis 150 Personen



April und Mai
Spargelzeit – Genießzeit

Ostern
Ostersonntag & Ostermontag
Menü & à la carte
– durchgehend warme Küche –

10. Mai – Muttertag
Muttertagsmenü



Unser paradiesischer
Wein- und Biergarten
erwartet Sie in der wärmeren Zeit
mit vielen Überraschungen

Öffnungszeiten:
Mo, Di & Fr – So ab 11 Uhr
Mittwoch und Donnerstag Ruhetag
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Ihre Familie Anselmann & Engel-
Team

Staatsstraße 30 | 67483 Edesheim
Südliche Weinstraße/Pfalz
Telefon: 06323 - 45 33
Fax: 06323 - 98 72 66 2

www.goldener-engel-edesheim.de
info@goldener-engel-edesheim.de



Für das Basilikum-Pesto (Pesto alla Genovese) werden folgende Zutaten benötigt: 50g frisches Basilikum, 50g Parmesan, 40g Pinienkerne oder Nüsse, 2 Knoblauchzehen, 150ml Olivenöl. Die angerösteten Kerne, das Basilikum, den Knoblauch und das Öl mit einem Pürierstab fein pürieren. Wenn das Pesto zu einer cremigen Masse wird, den Parmesan unterrühren. In Schraubgläsern abgefüllt, mit einer Ölschicht abgedeckt hält es sich auch im Kühlschrank zwei Wochen.

Dekoratив und hocharomatisch

Frische Basilikumblätter verändern ihr Aroma durch den Kontakt mit Säure (zum Beispiel Essig) sowie durch Erhitzen. Will man das Aroma eines Gerichts bewusst mit Basilikum betonen, sollte man es erst kurz vor dem Servieren mit den frischen Blättern würzen. Die Blätter des Roten Basilikums werden gern zum Garnieren verwendet. Der Griechische Busch-Basilikum mit seinem intensiven und würzigen Aroma verfeinert jedes Pastagericht.

Der Geschmack von frischem Basilikum lässt sich am besten konservieren, wenn es als Pesto verarbeitet wird. Dafür kann die ganze Pflanze, einschließlich der Stiele verwendet werden, denn auch sie sind ebenfalls aromatisch und es wäre viel zu schade, sie nicht mit zu verarbeiten.

Was wäre eine Caprese, der beliebte italienischer Vorspeisensalat, ohne Basilikum? Zur Herstellung werden rohe Tomatenscheiben mit Mozzarellascheiben und jeweils einem Basilikumblatt belegt, gesalzen und mit Olivenöl beträufelt. Für eine traditionelle Insalata Caprese kann Kuhmilch-Mozzarella oder Büffelmozzarella verwendet werden, bevorzugt wird eine besonders aromatische Tomatensorte wie San Marzano; und natürlich kaltgepresstes Olivenöl.

RS

Die beliebtesten Basilikum-Sorten

Thai-Basilikum

Es zählt zu den asiatischen Basilikumsorten, die sich geschmacklich von ihren europäischen Verwandten leicht unterscheiden.

Gewöhnliches Basilikum

Diese Sorte ist bei uns am weitesten verbreitet. Sie eignet sich besonders gut für die Herstellung von Pesto

Griechisches Busch-Basilikum

Seine Blätter sind zwar klein und zart, haben aber ein ungewöhnlich intensives Aroma

Die Spargelsaison ist eröffnet

– königliches Gemüse aus Kandel

Spargel und Obst aus eigenem Anbau und dazu eine Vielzahl von Lebensmitteln aus der Region und von ausgesuchten Herstellern – das findet man alles beim Hofmarkt Zapf. Ab April beginnt die Spargelsaison und endet am 24. Juni (Johannistag). Danach ist traditionell Schluss mit dem Spargelstechen, damit die Pflanzen neue Kraftreserven bilden können.

Während der Spargelsaison gibt es hier täglich erntefrischen weißen und grünen Pfälzer Aroma-Spargel aus eigenem Anbau in bester Qualität und natürlichem, aromareichem Geschmack. Hier im warmen Klima der Südpfalz kann dieser Spargel besonders gut gedeihen und erreicht durch die etwas schwereren Böden ein besonders intensives Aroma. Eine besonders hohe Qualität wird bei diesem Spargel durch eine bodenschonende und naturnahe „Integrierte Anbauweise“ erzielt. Ziel bei dieser Anbauweise ist es, eine harmonische Verbindung von Anbau und Rücksichtnahme auf die Umwelt zu erreichen sowie den Einsatz chemischer Pflanzenschutzmittel und den Düngemiteleinsatz zu vermindern.

Gleich nach Sonnenaufgang wird mit dem Spargelstechen begonnen. Unter lichtundurchlässiger Folie zeigen sich täglich neue Spargelköpfe, die die Erdoberfläche durchbrochen haben und von Hand freigelegt und mit einem Spezialmesser in etwa 25 cm Tiefe abgestochen werden. Gleich nach der Ernte wird er direkt auf den Hof gefahren. Dort wird er gekühlt, sortiert und teils erntefrisch geschält. Frischer kann der Kunde den Spargel nicht kaufen.

Weitere Informationen über den Spargel, die Anbauweise und noch vieles mehr über den Hofmarkt findet man auf der Internetseite: www.obsthof-zapf.de.

Während der Spargelsaison hat der Hofmarkt täglich geöffnet und die Küche bietet die leckersten Spargelgerichte – natürlich ausschließlich mit dem eigenen Aromaspargel.

Alle Termine für das Spargel-Bufferet finden man ebenfalls stets aktuell auf der Internetseite unter „Aktuelles“.

Zapfs Tipp zum Spargel aufbewahren:

Wenn man den Spargel zuhause noch aufbewahren möchte, wickelt man die Spargelstangen am besten in ein feuchtes Tuch ein und legt sie ins Gemüsefach des Kühlschranks (ideal sind circa 0,5°C). Ungeschälter Spargel hält sich so ein bis zwei Tage.

Außerdem besteht auch die Möglichkeit, geschälten Spargel vakuumiert zu kaufen. In dieser Verpackung hält er im Kühlschrank drei bis vier Tage.

Hofmarkt Zapf
Am Holderbühl 1 | 76870 Kandel
Tel.: 07275 – 98 87 71 0
www.obsthof-zapf.de

Öffnungszeiten: Di – So 9:00 – 18:30 Uhr, Mo Ruhetag
warme Küche: 11:00 – 14:30 Uhr

Foto: Klaus Zahneisen



Schwetzingen zeigt Köpfchen

Frühlingshaftes Wetter, der Duft von Flieder und der Genuss von köstlichem Spargel laden nach Schwetzingen ein. Von Mitte April bis Johanni (24. Juni) regiert hier das königliche Gemüse.

An den Spargelständen auf dem Schlossplatz, in der Schwetzingen Innenstadt oder auf den Bauernhöfen wird der frisch gestochene Spargel angeboten – ein kulinarischer Hochgenuss.

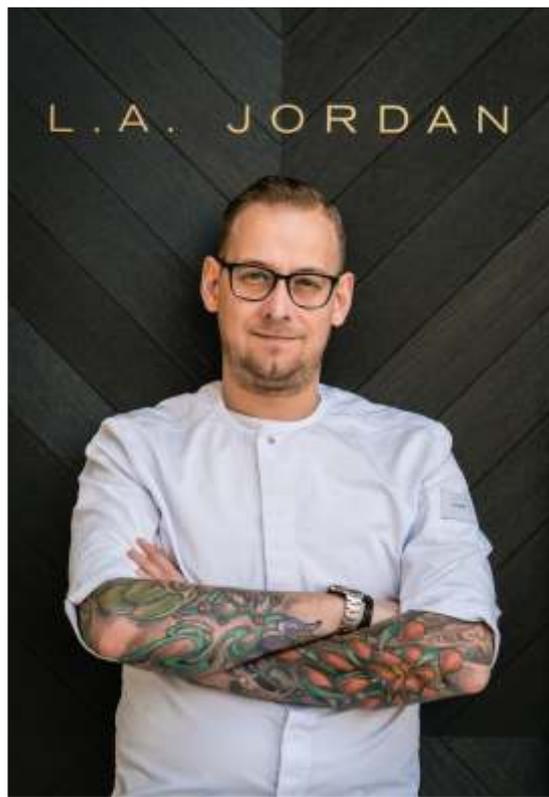
Als charmante Botschafterin wirbt die Schwetzingen Spargelkönigin Anna I. für die Kurpfälzer Spargelmetropole.

**Sa., 25. April, 14 Uhr, Offizieller Spargelanstich
Spargelhof Schäufele, Im Forst 1**

Oberbürgermeister Dr. René Pörtl läutet mit dem Spargelanstich offiziell die Schwetzingen Erntesaison 2020 ein. Als Ehrengast wird Sternekoch Daniel Schimkowitsch (Restaurant L. A. Jordan, Ketschauer Hof in Deidesheim) erwartet.

Weitere kulinarische Schmankerl bieten die Mediterrane Kochgesellschaft, die Weinhandlung Tischmacher, die Firma Rudolf Futterer OHG und Bäckerei Utz.

Daniel Schimkowitsch vom Restaurant L. A. Jordan, Ketschauer Hof in Deidesheim wird als Ehrengast die Spargelsaison 2020 mit eröffnen



Spargelfrau am Schlossplatz



Spargelmarkt auf dem Schlossplatz

Zapf
Hofmarkt
www.hofmarkt-zapf.de

IM APRIL REGNET
DIE NEUE
SPARGELSAISON!

DER BESONDERE HOFMARKT!

- Frühstück: Di.-Sa. von 9 - 11 Uhr
- Frühstücks-Buffer: So. von 9 - 11 Uhr
- Mittagstisch: von 11 - 14:30 Uhr
 - Kaffee und Kuchen
- Holzofenbrot aus eigener Bäckerei
- Einkaufen im Frischemarkt
- Regionale Produkte
- Biergarten

● **Öffnungszeiten** ●
Di.-So. 9:00-18:00 Uhr

Am Holderbühl 1
76870 Kandel
Tel.: 07275 - 988 7710

Fotos: Stadt Schwetzingen, Tobias Schwerdt



Spargelkönigin Anna I.

Sa., 09. Mai, 10-24 Uhr

Spargelsamstag, Innenstadt

Schwetzingen und der Spargel feiern in langjähriger Tradition am 9. Mai ein rauschendes Fest, bei dem Genuss, Kultur, Mitmachen, Einkaufen und Feiern im Mittelpunkt stehen. Zahlreiche Stände und die lokale Gastronomie bieten kulinarische Leckerbissen rund um das königliche Gemüse an. Die Geschäfte sind bis 20 Uhr geöffnet. Die Kleinen Planken werden an dem Tag zur Festmeile mit einem abwechslungsreichen Bühnenprogramm.

Angebote rund um den Spargel

Spargel wird täglich in der Saison an den Spargelständen auf dem Schlossplatz sowie auf den Spargelhöfen frisch gestochen zum Verkauf angeboten.

Die lokale Gastronomie lockt mit vielfältigen und schmackhaften Spargelgerichten. Bäckereien und Chocolatiers bieten Köstlichkeiten rund um das Thema Spargel. Sogar Spargelschnaps kann man probieren.

Sa., 09. Mai, 15 Uhr

**Unterwegs mit der Spargelfrau
Eine Stadtführung im historischen Kostüm**

Auf einem unterhaltsamen Stadtrundgang erzählt eine Spargelfrau von anno dazumal allerlei nützliche und erheiternde Geschichten über das königliche Gemüse.

Treffpunkt: Vorplatz der kath. Kirche St. Pankratius, gegenüber Touristinformation
Preis: 6 €, Erm.: 4 €, Gruppenpreis: 90 €
Anmeldung bei der Touristinformation

Der Spargelflyer mit allen Veranstaltungsterminen ist erhältlich über:

Touristinformation Schwetzingen

Dreikönigstraße 3 | 68723 Schwetzingen
Tel.: 06202 - 87-400

www.schwetzingen.de/tourismus

www.facebook.com/schwetzingenerleben/

WEIHERMÜHLE
RESTAURANT - LANDHOTEL

LANDHOTEL WEIHERMÜHLE
FEIERN - TAGEN - WOHNEN - GENIEßEN

LANDHOTEL WEIHERMÜHLE
Weihermühle 1, 68919 Herschberg
Tel.: 06334 5584
Mail: info@Landhotel-Weihermuehle.de
www.Landhotel-Weihermuehle.de

Du hast mich schon richtig verstanden, ich freue mich auf meinen Zahnarzttermin!



Praxis für ästhetische Zahnheilkunde
Meuter + Wared
Zahnärzte

Spezialisiert auf:

- Ästhetischen Zahnersatz
- Parodontologie
- Implantologie
- Wurzelkanalbehandlung;
Endodontie
- Schnarchertherapie

Vereinbaren Sie jetzt
Ihren Beratungstermin

 06322 4007

Behandlungszeiten

Mo - Do 8.00 - 19.00 Uhr
Fr 8.00 - 17.00 Uhr



67157 Wachenheim
Römerweg 28

www.zahnaerzte-wachenheim.de



Qualität und Frische vom Spargelhof Zein

Jetzt beginnt wieder die Spargelzeit und der Spargelhof Zein lädt alle Liebhaber des edlen Gemüses dazu ein, diese Zeit besonders zu genießen. Frisch gestochen und dann im Hofladen oder auf dem Markt gekauft, egal ob weißer oder grüner Spargel – frischer geht es nicht, denn Qualität und Frische ist das Erfolgsrezept. Und das schon in der dritten Generation.

Auch fertig geschälter Spargel ist hier erhältlich, denn das bringt noch mehr Freude und so ist zu Hause dann schnell ein köstliches Spargelessen zubereitet. Der Spargel wird auch Samstags und Sonntags, ab 10 kg frei Haus – nur für Restaurants – wahlweise auch geschält, geliefert.



Gerne kann man auch einmal hinter die Kulissen schauen. Für Gruppen ab zehn Personen werden Führungen zu den Spargelfeldern angeboten. Dabei hat man die Möglich-

keit, selbst Spargel zu stechen und kann viele Details zum Spargelanbau erfahren.

Im Hofladen gibt es zu jeder Zeit hochwertiges Obst, Salat und Gemüse aus der Region zu kaufen. Neben ausgefallenen Geschenkideen und exklusiven Dekorationsartikeln findet man hier auch bäuerliche Spezialitäten von vielen regionalen Partnerbetrieben, auch eine große Auswahl von Marmeladen, natürlich mit viel Liebe von Hand zubereitet. Aber auch Weine und Sekte von benachbarten Weingütern ergänzen das Angebot. Ein Besuch lohnt sich auf jedem Fall.

Wochenmärkte:

Landau Rathausplatz: Di. und Sa.
BASF-Tore 12, 11, 5, 7, 2
Weisenheim am Berg (Am Nussbaum 2)
Verkauf täglich, 9:00 – 19:00 Uhr.

Kontakt:

Spargelhof Zein
Heidi Zein und Andreas Zein GbR
Kiebitzweg 19 | 67167 Erpolzheim
Tel.: 06353 - 22 41

www.spargelhof-zein.de

Öffnungszeiten Hofladen:

8:00 Uhr bis 20:00 Uhr
auch an Sonn- und Feiertagen

Spargel

königliches Gemüse

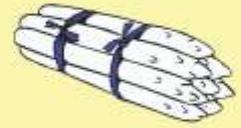
- Spargel besteht zu 93 Prozent aus Wasser und hat wenige Kalorien
- 500 g Spargel decken den Tagesbedarf an Vitamin C und Folsäure
- In Spargel stecken auch die wichtigen Vitamine B1 und B2
- Er enthält unter anderem Asparagin, einen Eiweißbaustein und Kalium, dies fördert die Nierentätigkeit und entwässert
- 7,5 g Ballaststoffe machen das Gemüse so gesund
- Grüner Spargel wird durch das Sonnenlicht grün. Somit hat grüner Spargel mehr Vitamin C und Karotin

Wichtig: Menschen mit erhöhten Harnsäurewerten im Blut sollten auf das edle Gemüse besser verzichten, weil sonst Gichtschübe zu befürchten sind

Fotos: Pixabay

Spargelhof Zein

Pfälzer Spargel aus eigenem Anbau



Genießen Sie
unseren Spargel
... täglich
... erntefrisch,
... direkt
vom Feld!

Hofladen geöffnet.
Obst, Salat und Gemüse
aus der Region!

Öffnungszeiten: täglich 8⁰⁰ bis 20⁰⁰ Uhr,
auch an Sonn- und Feiertagen



Spargelhof Zein

Kiebitzweg 19 | 67167 Erpolzheim
Tel. 0 63 53.2241 | Fax 0 63 53.4171
spargelhof-zein@t-online.de
www.spargelhof-zein.de



Spargel-Pestocreme mit Ananas

Leckerer Brotaufstrich für die Spargelzeit

Zutaten:

Pestocreme:

250 g grüner Spargel
 Salz
 135 g Ananasstücke (Abtropfgewicht)
 50 g Parmesan
 ½ Topf Basilikum oder 1 Bund
 1 Knoblauchzehe
 50 g gehackte Mandeln
 1 Be. Crème fraîche
 Gartenkräuter
 frisch gemahlener Pfeffer

1 frisches Baguette

Schmeckt aber auch auf einem deftigen Bauernbrot.

Zubereitung:

Spargel im unteren Drittel schälen und in Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser etwa 7 Min. garen. Spargel dann herausnehmen und beiseite stellen. Ananas auf einem Sieb abtropfen lassen. Parmesan grob reiben. Basilikumblätter abzupfen, waschen und trocken tupfen. Knoblauch abziehen und grob zerkleinern.

Spargel, Parmesan, Basilikum, Knoblauch und Ananas am besten in einer Küchenmaschine oder in einem Rührbecher mit Pürierstab zu einer homogenen Masse zerkleinern. Mandeln und Crème fraîche Kräuter unterrühren und mit Gewürzen abschmecken.

Pestocreme 1 Std. in den Kühlschrank stellen. Nach Belieben auf Baguettescheiben servieren. Mit Basilikum oder Kresse garniert sieht es besonders lecker aus.

Pestocreme hält sich im verschlossenen Gefäß einige Tage im Kühlschrank. Diese Pestocreme schmeckt auch sehr gut zu Nudeln.



Spargel-Radieschen-Suppe

Eine leichte Frühlingsuppe mit Radieschen und Spargel

Zutaten für 4 Portionen:

2 Zitronen
1 Bund Radieschen mit Grün
750 g weißer Spargel
100 g Kartoffeln
40 g Butter
125 ml Weißwein
400 ml Geflügelfond
125 ml Milch
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
1 TL Zucker
1 Be. Crème légère
einige Grissini (Gebäckstangen)

Zubereitung:

Zitronen auspressen. Radieschen mit Grün putzen, waschen, 1/3 der Radieschenblätter in feine Streifen schneiden. Radieschen spiralförmig schälen und die Schale mind. 15 Min. in Zitronensaft legen, am besten über mehrere Std., so dass die Schalen „ausbluten“ können. Die Radieschen halbieren. Spargel schälen und in 1 cm große Stücke schneiden. 1/3 des Spargels, insbesondere die Spargelspitzen beiseitelegen. Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Butter in einem großen Topf erhitzen. 2/3 der Spargelstücke, Kartoffelwürfel und die geschälten Radieschenhälften darin andünsten. Mit Wein, Geflügelfond und Milch aufgießen. Suppe mit Deckel etwa 20 Min. bei mittlerer Hitze kochen.

Suppe pürieren, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Spargelstücke darin bei schwacher Hitze etwa 7 Min. köcheln lassen. Crème légère unterrühren.

Suppe in Suppentassen portionieren, mit den Radieschenblättern garnieren. Ein paar Tropfen von dem roten Zitronensaft darumsprenkeln. Die Radieschenspiralen auf Grissini ziehen und auf die Tassen legen.



Spargel-Salat mit Papaya

Bunter Salat mit Mie-Nudeln, weißem Spargel, Papaya und Tomaten

Zutaten für 6 – 8 Portionen

125 g Mie Nudeln
Salz
300 g weißer Spargel
1 Fleischtomate
1 reife Papaya, klein
3 Frühlingszwiebeln
einige Korianderblätter

Dressing:

4 EL Sojasoße
2 EL Limettensaft
3 EL Speiseöl, z. B. Sesamöl
2 TL Honig
Chiliflocken

Zubereitung

Nudeln in Salzwasser nach Packungsanleitung kochen, abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. Spargel schälen, in etwa 3 cm lange Stücke schneiden, dicke Stangen evtl. halbieren und in Salzwasser etwa 10 Min. bissfest kochen. Tomate waschen. Papaya schälen, Kerne entfernen und beides in Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln waschen und in Ringe schneiden. Korianderblätter waschen und trocken tupfen.

Dressing:

Sojasoße, Limettensaft, Öl, Honig und Chiliflocken verrühren. Tomaten, Frühlingszwiebeln, Papayawürfel, Spargel und Korianderblätter mit dem Dressing vermischen.

Angemachte Nudeln in Gläsern verteilen. Spargel-Gemüsemischung darauf geben und nach Belieben mit Korianderblättern verzieren.

Den Salat kann man mit gebratenen Lachswürfeln servieren. Sehr lecker!

Alle Rezepte und Fotos: © Dr. August Oetker Nahrungsmittel KG



Roastbeef-Spargel-Röllchen

Grüner Spargel umhüllt von Roastbeef

Zutaten

etwa 250 g grüner Spargel (8 Stangen)
8 Scheiben Roastbeef (je etwa 70 g)
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
70 g Parmesan
2 Be. Dr. Oetker Crème double
2 EL Speiseöl, z. B. Rapsöl
3 EL Weinbrand

Außerdem:

8 Zahnstocher

Zubereitung:

Spargel im unteren Drittel schälen. Spargelstangen dritteln. Roastbeefscheiben trocken tupfen und von beiden Seiten salzen und pfeffern. Parmesan auf einer Küchenreibe fein reiben. Käse mit einem Becher Crème double verrühren und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Masse am besten mit einem Tortenheber oder Esslöffel auf die Roastbeefscheiben streichen. Falls die Masse zu fest ist, den Tortenheber oder Löffel kurz unter warmes Wasser halten. Jeweils 3 Spargelstücke auf die Fleischscheiben legen und von der kurzen Seite aufrollen. Mit Zahnstochern feststecken.

Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Roastbeefröllchen portionsweise von allen Seiten gleichmäßig bei mittlerer Hitze anbraten, so dass sie Farbe bekommen. Dann alle Röllchen zusammen mit Deckel etwa 10 Min. garen. Röllchen herausnehmen, Zahnstocher entfernen und warm stellen. Weinbrand in die Pfanne geben und den Bratensatz lösen. Übrige Crème double einrühren. Die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken und über die Röllchen geben.



.. Süße Grüße zum Muttertag

Muttertagsherz mit Marzipanbuchstaben

Ein Herz mit Schokolade und Marzipan zum Muttertag

Zutaten:

Für die Herz-Springform (Ø 24cm): etwas Fett, Backpapier

Zum Verzieren:

150 g Kuvertüre Zartbitter
1 Feine Marzipan-Decke
100 g Puderzucker
etwa 2 EL Wasser
Glitzerzucker

Teig:

150 g Weizenmehl
3 TL Dr. Oetker Original Backin
80 g Zucker
4 EL Milch
4 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl
2 Eier (Größe M)
50 g Raspelschokolade Zartbitter

Zubereitung:

Die Hälfte der Kuvertüre Chips nach Packungsanleitung schmelzen. Marzipan-Decke abrollen und nur eine Hälfte mit 4 TL Kuvertüre bestreichen. Unbestrichene Marzipanhälfte darüberklappen und leicht andrücken. Wiederum eine Marzipanhälfte mit 2 TL Kuvertüre bestreichen, die andere Hälfte darüberklappen und leicht andrücken. Marzipan über Nacht in den Kühlschrank geben.

Alle Zutaten, bis auf die Schokoraspe, in eine Rührschüssel geben und mit einem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren. Schokoladaspe unterheben. Teig in die gefettete Form füllen und verstreichen. Form auf dem Rost im vorgeheizten Backofen (Ober-/Unterhitze etwa 180 °C) schieben. Backzeit ca. 25 min.

Kuchen aus der Form lösen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen. Buchstaben und Herzen aus dem Marzipan ausstechen, Reste zu Kugeln formen. Puderzucker mit Wasser zu einem Guss verrühren und Marzipanverzierungen damit bestreichen, mit Glitzerzucker bestreuen. Restliche Kuvertüre im Wasserbad schmelzen und Kuchen damit bestreichen. Buchstaben, Herzen und Kugeln auf dem Kuchen dekorieren und bis zum Servieren kühl stellen.





die Badische

WEIN SPIRITS KULINARIK

**Pre-Night
am 8. Mai**
Der exklusive
Eröffnungsabend

Herzhaft genießen.



Messe
Offenburg-
Ortenau

9. + 10. Mai 2020
MESSE OFFENBURG
www.die-badische.de

Cachou

Im Herzen der Stadt



Unsere Partner:

OSKA
Elemente Clemente
Mia Mai
Prächtigt Berlin
Lana
Saint James
Campur
Hofius
Invero
Apu kunktur
Robell

Ab August:

Hindahl & Skudelny
Heidekönigin
Naturalmente

Hauptstraße 92 | 67433 Neustadt/W. Tel.: 06321 - 35 700
Öffnungszeiten: Mo–Fr von 10–18 Uhr, Sa 10–17 Uhr



Hunde erziehen mit Herz und Verstand

In Plankstadt bei Schwetzingen führt Judith Amrein ein außergewöhnliches Konzept mit Hunde-Erziehung.

Hunde erziehen mit Liebe und Verstand, das ist seit zehn Jahren das Motto in der Tätigkeit von Judith Amrein als Hundeeziehungsberaterin. Liebe, da auch ein Hund auf Liebe und Fürsorge angewiesen ist, um sich gut zu entwickeln. Und Verstand, da man als Hundebesitzer die „Sprache“ des Hundes verstehen muss, um richtig mit ihm kommunizieren zu können.

„Genau da setzt meine Hilfe als Hundeeziehungsberaterin ein. Ich verstehe mich als Sprachhelfer und als Sprachrohr für den Hund, teilweise als ‚Übersetzer‘, damit die Hundebesitzer ihr Tier verstehen!“ meint Judith Amrein.

Die meisten Menschen, die zu ihr kommen, erhoffen sich Hilfe im Umgang mit ihrem Hund, weil er Ihnen Probleme bereitet. Leider haben sich aber viele Leute vorher noch nie Gedanken darüber gemacht, dass nicht nur sie Probleme mit dem Hund haben, sondern auch der Hund Probleme mit seinem Herrchen haben könnte, da er einfach nicht verstanden wird und nicht versteht, was wir und warum wir etwas von ihm wollen.

„Als ‚Übersetzer‘ ist es nun meine Aufgabe, die Sprache des Hundes für den Menschen zu übersetzen. Was sagt er mir, wenn er unentwegt bellt, andere Hunde anknurrt, mir zu Hause Schuhe und Kissen zerfetzt, wenn er beißt, tobt und allem, was sich bewegt, hinterher jagt – auch den Joggern, Radfahrern und rennenden Kindern?“ erläutert Frau Amrein.



In der Aufgabe als ‚Sprachhelfer‘ liegt es dann am Erzieher, in die Sprache und das Denken des Hundes einzuführen. In jeder Sprache, die man verwendet, hilft es, wenn man einen Muttersprachler an der Hand hat, der einen in Kultur und Sprache des jeweiligen Landes einführt, damit man dort gut ankommt. Da unsere Hunde nur in ihrer eigenen Sprache mit uns sprechen können, braucht es Menschen, die diese Sprache verstehen und erklären können, damit wir uns in der Lebenswelt unseres Hundes zurecht finden und ihn mit unserer Lebenswelt vertraut machen können.

Viele Probleme, die wir mit unseren Hunden im Alltag haben, entstehen aufgrund der Tatsache, dass unsere Hunde ihrem „Beruf“ nicht mehr nachgehen dürfen. Alle Rassen, denen wir begegnen, die wir interessant, spannend und hübsch finden, hatten ursprünglich eine Aufgabe innerhalb ihres Mensch-Hunderudels zu erfüllen. Sie begleiteten auf die Jagd, sollten Haus und Hof bewachen und von Mäusen und Ratten frei halten, oder die Herden hüten, beziehungsweise beschützen. Alle Verhaltensweisen, die sich der Mensch im Lauf der Jahrhunderte zu nutze gemacht hat, stammen ursprünglich aus dem Jagdverhalten des Hundes. Diese arttypischen Verhaltensweisen werden wir unserem Hund nicht abgewöhnen können, da sie genetisch verankert sind. Ein Hund wird zunächst einfach von seinen Instinkten geleitet.

Judith Amrein erklärt dazu: „Das faszinierende ist aber, dass unser Hund aufgrund seines sozialen Rudelinstinktes sehr wohl in der Lage ist, sich in ein artfremdes Rudel einzuleben, dazu muss ich ihm aber Hilfestellung geben.“

Keiner von uns würde sich in einer Elefantenfamilie zurecht finden, auch wenn sie noch so laut mit uns trompeten, wenn wir nicht zumindest ein Grundverständnis ihres Verhaltens und ihrer Sprache haben. Genau so geht es unserem Hund. Er muss die Möglichkeit erhalten, in unsere Sprache eingeführt zu werden.

Das führt uns wieder zum Anfang zurück. Wenn wir verstehen, warum sich ein Hund auf die eine oder andere Art verhält, können wir ihn besser unterstützen. Dazu müssen wir aber bereit sein, uns in die Lebenswelt des Hundes hinein zu denken und ihnen artgerechte Angebote der Beschäftigung bieten. Unser Hund ist und bleibt ein Hund. Aber aufgrund dieses Denkens ist es ihm sehr wohl bewusst, dass sein Überleben vom Zusammenspiel in der Gruppe abhängig ist.

„Wenn ich also von Anfang an auf Kooperation setze, werde ich einen Hund an meiner Seite haben, der mir gerne folgt. Auf diesem Weg darf ich, als Hundeerziehungsberaterin, die Hundeliebhaber begleiten. Das ist das Schönste an diesem Beruf, zu sehen, wie Mensch und Hund zu einem echten Team werden.“ schließt Judith Amrein.

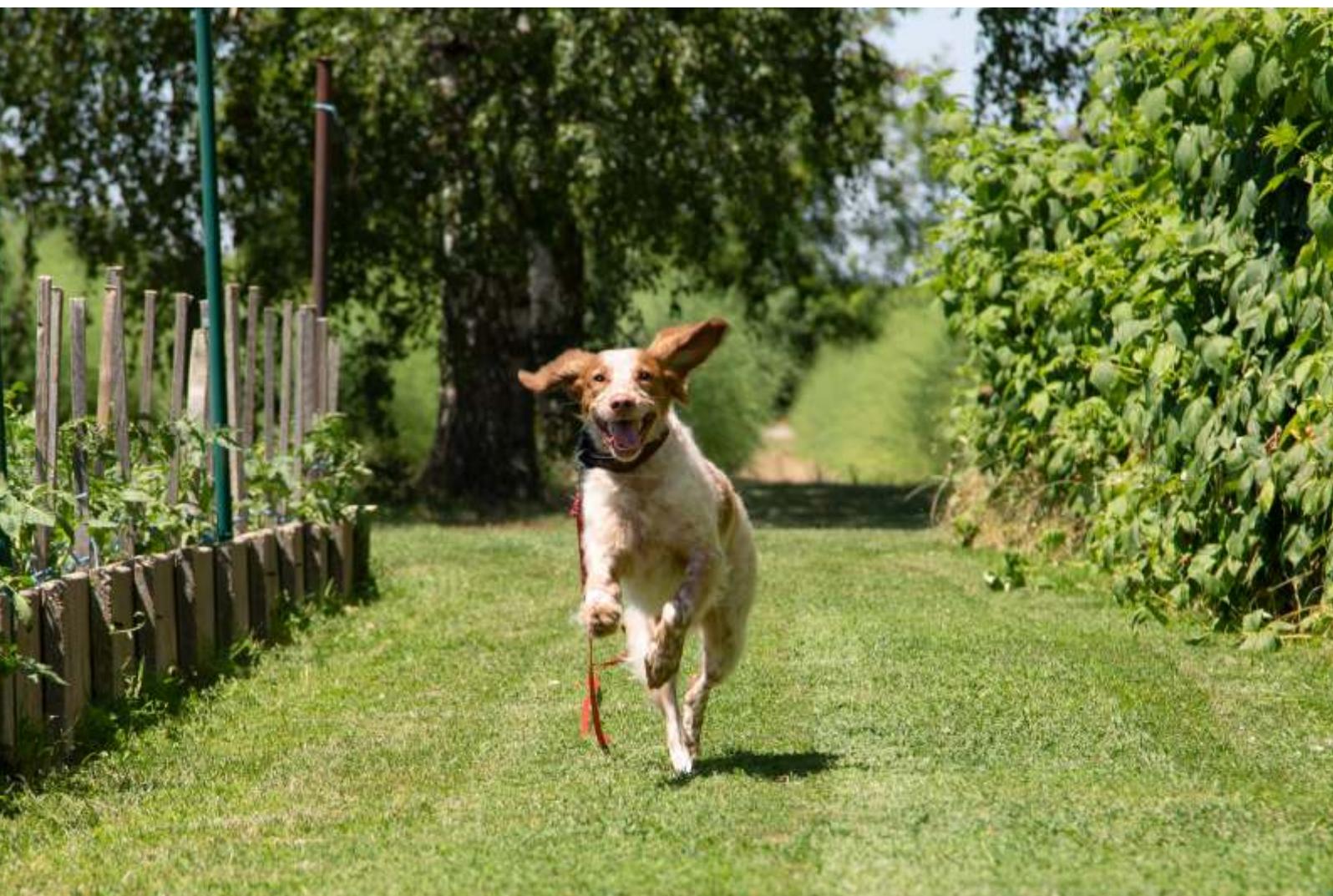
Hundeschule Amrein

Jungholz 3 | 68723 Plankstadt

Telefon: 06202 - 92 74 855

info@hundeeziehenmitliebeundverstand.de

<https://www.hundeeziehenmitliebeundverstand.de/>





Holismus der Ernährung

von Necdet Terzi

In dieser Ausgabe:

„Wahrer Geschmack is(s)t,

wenn sich in erster Linie die Geschmackssensoren des Darmes darauf freuen“

Das Wohlgefühl, welches sich nach dem Genuss einer Pizza oder Pasta, Kuchen, Torte und sonstiger Weizenprodukte einstellt, vor allem aus Weißmehl, kann ein Zeichen dafür sein, dass man schon Sklave eines manipulierten Geschmacks geworden ist. Vor allem, wenn man das Verlangen nach mehr davon bekommt.

Wenn man täglich Weizenprodukte konsumiert und dadurch Gliadine und Gluten, diese sind beispielsweise in Saucen, Suppen und Wurst, sollte man einmal den Selbstversuch machen und ein paar Tage ganz auf Getreide verzichten. Höchstwahrscheinlich wird man handfeste Entzugserscheinungen durchleiden, wie etwa starke Müdigkeit, Gehirnebel, Gemütsverstimnungen und Depressionen. Mit unverdauten Peptiden aus Milch, welche durch die Darmwand in den Organismus eindringen (hier handelt es sich genau genommen um opioide Exorphine, die in Verbindung mit Opioidrezeptoren im Gehirn eine ähnliche Wirkung im Nervensystem freisetzen wie Morphin) zusammenkommende Gliadine und Glutenine des Weizens, sind berauschender denn je! Zwar verschleiert dieser Rausch unsere Sinne nicht wie etwa Drogen, vielmehr entsteht eine Nahrungsmittelsucht. Das nach dem Stillen dieser Sucht entstehende Wohlgefühl ist schlichtweg das Betäuben der Sinne, was schläfrig macht. Natürlich kommt es dabei auf die verzehrte Menge und Häufigkeit an. Ein paar Scheiben Vollkornbrot am Tag, eine Pizza in der Woche oder eine Portion Nudeln in der nächsten Woche machen natürlich nicht so süchtig, wie wenn man Kuchen, Torte, Kekse, Pizza, Pasta, Suppen, Saucen, Wurst und andere Fertigprodukte mit Weizenmehl jeden Tag isst.

Da die meisten Menschen Kasein und Gluten aufgrund von fehlenden Enzymen nicht vollständig verwerten und unverdaute Peptide (d.h. organische Proteinverbindungen aus mehreren

Aminosäuren) im Darm zurückbleiben, kann es insbesondere im Dünndarm zu einer chronischen Entzündung und Verkümmern von Darmzotten kommen.

Während Kasein bereits in der Steinzeit als Bindemittel für Farben genutzt wurde, trägt auch Gluten nicht ohne Grund den Beinamen „Klebereiweiß“. In der Industrie kommt Gluten sogar für die Herstellung von Klebstoffen zum Einsatz. Ähnlich wie das Kasein verkleistert auch das Gluten im wahrsten Sinne des Wortes den Darm und behindert somit die Nährstoffresorption. Der daraus resultierende Nährstoffmangel kann langfristig zu physischen und psychischen Schäden führen.

Foto: Savarin in Bad Dürkheim.



Ähnlich dürfte es um andere westliche Gesellschaften stehen, in denen Milch und Weizen als moderne Grundnahrungsmittel den Speiseplan bestimmen. Symptome wie Unwohlsein oder Magendruck mögen von vielen hingenommen werden, während andere Leiden wie Migräne, Entzündungskrankheiten, Gelenkschmerzen, Depressionen, Haut- und Atemwegserkrankungen erst gar nicht mit Kasein und Gluten in Verbindung gebracht werden. Dabei verschwinden diverse Beschwerden bei einer kasein- und glutenfreien Ernährung wie von selbst.

Kuhmilch und Weizen – Störenfriede in unserer Ernährung

Vielleicht kennen Sie es von sich selbst: Man gönnt sich beim Treffen im Café den gelegentlichen Latte Macchiato, obwohl man weiß, dass es danach Bauchschmerzen gibt. Man greift im Restaurant beherzt in den Brotkorb, obwohl das bestellte Hauptgericht den Hunger allemal stillt. Wir nennen diese Rituale „Esskultur“.

Dass Kuhmilch und Weizen aus der Perspektive der menschlichen Evolution absolute Neulinge auf unserem Esstisch sind und aufgrund der fehlenden Anpassung unseres Verdauungssystems eine enorme Last für unseren Organismus darstellen, ist den meisten Genießern nicht bewusst. Sowohl Weizen- als auch Kuhmilchproteine sind heutzutage beinahe omnipräsent in verarbeiteten Lebensmitteln. Wenig erstaunlich sind daher die zunehmenden Unverträglichkeitsreaktionen bei Konsumenten. Während die Schulmedizin jedoch ausschließlich Milcheiweißallergikern, Laktoseintoleranten und Zöliakiekranken von Milch- bzw. Weizenprodukten abrät, wirken sich die Proteine dieser Lebensmittel scheinbar auch auf gesunde Menschen negativ aus.

Die Ernährungsphilosophien wechseln sich gegenseitig ab. Heute gilt dies als ungesund und morgen das. Und nicht selten wird be-

hauptet, dass jenes, was gestern noch ungesund war, plötzlich äußerst gesund sei oder umgekehrt. Man sollte sich nicht mehr verwirren lassen und vor allem nicht mehr weismachen lassen, dass man – um Genuss erleben zu können – „sündigen“, also ungesunde Produkte essen müsste.

Wahrer Genuss ist nur mit solchen Lebensmitteln möglich, die Ihrem Körper Kraft und Energie schenken und nicht mit industriellen Kreationen, die Ihren Organismus belasten und schwächen. Der vermeintliche Genuss, den wir beim Verzehr mancher ungesunder Nahrungsmittel zu verspüren glauben, ist lediglich die Befriedigung einer Sucht – ganz ähnlich wie das Glück eines Rauchers beim Lungenzug oder die Seligkeit eines Alkoholikers in der Erwartung seines nächsten Rausches. Der Lohn von Speis und Trank sollte die vollkommene Gesundheit und umwerfende Schönheit sein, welche zugleich für eine Klarheit unserer Gedanken und Reinheit unserer Gefühle sorgt und so unsere Organe, Geist und Seele mit den richtigen Nährstoffen versorgt.

Die europaweit einzige Gesundheitsküche von Savarin in Bad Dürkheim konzentriert sich schon seit 1890 ununterbrochen auf solche Nährstoffe, aus der die Speisen und Getränke zubereitet werden; völlig ohne Zusatzstoffe, unnatürliche Zutaten und Produkte der Industrie jeglicher Art. Da solche Nährstoffe nicht in Masse vorhanden und schwer zu beschaffen sind, schließt diese Gesundheitsküche von Savarin im Januar, Februar, September und Dezember. In dieser Zeit sind diese Nährstoffe sehr knapp. So gesehen ist Savarin auch kein Restaurant im üblichen Sinne, egal ob mit oder ohne all diesen Bewertungen der Restaurant-Bewerter. Dafür trägt Savarin unter allen gehobener Küchen Deutschlands die offizielle Auszeichnung „Gesundheitsküche“, die bisher für keine andere Küche vergeben worden ist.

„ Wer Richtiges isst, braucht keine Medizin. Wer Falsches isst, dem nützt keine Medizin“



AUGENZENTRUM

Prof. Dr. Holzer & Prof. Dr. Rabsilber

Fachärzte für Augenheilkunde und außerplanmäßige Professoren
der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg

Ihre Experten für refraktive Laser- und Linsen Chirurgie in der Metropolregion!



»Mit unseren vielfältigen OP-Methoden und Dank hochpräziser Technik können wir auch kombinierte Refraktionsfehler so korrigieren, dass die Patienten danach brillunenabhängig sind«

Prof. Dr. Holzer

Praxis & OP City Center Weinheim

Bahnhofstraße 18 | 69469 Weinheim
Telefon: 06201 - 87 87 24
info@augenzentrum-holzer.de

Praxis Am Nationaltheater

Goethestraße 16a | 68161 Mannheim
Telefon: 0621 - 222 44
info@augenzentrum-rabsilber.de

www.augenzentrum-holzer.de

Besuchen Sie uns auch auf Facebook: Augenzentrum Weinheim & Mannheim



Große Jahrgangverkostung auf dem Bioland Weingut Neuspergerhof

Der Inhaber des Bioland Weinguts Neuspergerhof, Jochen Gradolph, zählt zu den aufstrebenden Winemakern in Deutschland. Er wurde 2017 als Jungwinzer des Jahres ausgezeichnet. Das Weingut wird seit Jahren nach den strengen Richtlinien des Bioland Verbands bewirtschaftet. Das Weingut wird in allen Weinführern – wie z.B. Gault & Millau – hervorragend bewertet. Weine des Neuspergerhof's werden bei der Airline Air Canada sowie in den Mercure Hotels ausgeschrieben. Das beliebte Rotwein Cuvée namens „Auszeit“ – eine Cuvée aus Merlot & Cabernet Sauvignon Trauben – wird bei allen Spielen der Fußballnationalmannschaft ausgeschrieben.

Am besten man überzeugt sich vor Ort von der herausragenden und nachhaltigen Bio-Qualität bei dem Tag der offenen Tür.

Auch hat die Vinothek jeden Samstag von 10 – 15 Uhr geöffnet.

Tag der offenen Tür:

Sonntag, 24. Mai 2020 von 11 bis 17 Uhr

Große Jahrgangspräsentation

Lagenwein-Verkostung & Betriebsführung

Weinbergsführung in den BIO Weinbergen



Kontakt:

Bioland Weingut Neuspergerhof

Neuspergerhof | 76865 Rohrbach

www.neuspergerhof.de

info@neuspergerhof.de

Foto: Weingut Neuspergerhof

Zweiter AOK-Familientag am 25. April 2020 im Historischen Museum in Speyer

Im Rahmen des Begleitprogramms zur Sonderausstellung „Medicus - Die Macht des Wissens“ führt die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland am Samstag, den 25. April 2020, einen zweiten AOK-Familien-Samstag im glasüberdachten Museumsinnenhof durch. Eltern mit ihren Kindern erwarten Test- und Mitmach-Stationen zu den Themen Gesundheit und Ernährung.

Eine Biozoom-Station bestimmt über ein optisches Messverfahren bei allen Testern den individuellen Anteil an Carotinoiden und Antioxidantien im Körper. Diesen wird eine schützende und gesundheitsfördernde Wirkung zugesprochen. Auf einem Smoothie-Bike kann durch gezielten Körpereinsatz ein wohlschmeckendes und gesundes Getränk zusammengemixt werden.

In einer „Mäuseklinik“ finden kleine Mediziner einen Doktorkoffer und können Stoffmäuse beplastern, impfen und verarzten – und so die Scheu vor einem Arztbesuch verlieren. Das Ausprobieren aller Test- und Mitmach-Stationen ist kostenfrei.

Zur Ausstellung:

Noch bis zum 21. Juni 2020 zeigt das Historische Museum der Pfalz in Speyer die kulturhistorische Ausstellung zur Geschichte der Medizin „Medicus – Die Macht des Wissens“. Der Rundgang geht von der fiktionalen Erzählung des US-amerikanischen Schriftstellers Noah Gordon aus und beleuchtet die spannende Entwicklung des

medizinischen Fortschritts vom Altertum bis in die Gegenwart.

Weitere Informationen unter

www.medicus-ausstellung.de





„Robichon“

Orenfelsstraße 31 | 76833 Frankweiler
Telefon: 06345 - 3268

besucht am 16.08.2019 und am 11.10.2019

Fotos: Marco Rieder

Als der Franzose Bruno Robichon zusammen mit seiner Frau Hannelore im Juli des Jahres 1984 im idyllisch gelegenen Rieslingdorf Frankweiler die Dorfwirtschaft „Zur Frankenburg“ in der Orenfelsstraße übernahm, dümpelte die Südpfalz aus kulinarischer Sicht noch mächtig vor sich hin.

Insofern war dieses durch und durch französisch ausgerichtete Restaurant von Beginn an etwas Außergewöhnliches. Und dass 36 Jahre später diese Gourmetadresse immer noch existiert und sich nach wie vor einer großen Beliebtheit erfreut, spricht für die kontinuierliche Qualität, die hier zu Teller gebracht wird.

Von dieser überzeugten sich auch die anonymen Tester des Pfalz-Magazins, als sie vor ein paar Monaten gleich mehrmals das familiengeführte Traditionslokal besuchten, um in den Genuss der feinen Bistroküche von Küchenchef Bruno Robichon zu kommen.

In dem vormals trauten Gastraum im gepflegten Landhausstil hielt dank behutsamer Renovierung ein nicht minder schickes Bistro-

ambiente Einzug. Mit neuer Beleuchtung in Form zeitgemäßer Pendelspots, grünen Wänden und edlen, nach eigenen Vorstellungen gefertigten Holztischen und Wandbänken war das eine Verjüngungskur im allerbesten Brasserie-Sinne.

Und so war es auch die Tochter Sophie, die uns freundlich in Empfang nahm und unsere Jacken zur Garderobe beförderte. Sie wurde an beiden Abenden von einer weiteren Servicekraft unterstützt. Auf unsere Fragen reagierte sie fachkundig und aufgeschlossen. Auch ließ man uns genügend Zeit zur Auswahl und es wurde regelmäßig nachgefragt, ob denn alles in Ordnung gewesen sei.

Gemäß der vorhandenen Zahl an Bediensteten in Küche und Service war das Speisenangebot auf das Wesentliche beschränkt, ohne dabei dürftig zu wirken. Bruno Robichon möchte seinen Gästen die Feinheiten der Franzosenküche näherbringen und bietet neben einer reduzierten À-la-carte-Auswahl an klassischen Bistrogerichten drei verschiedene Menüs – „Plaisir“, „Gourmet“ und eines mit saisonalem bzw. regionalem Bezug – an. 





*Eine der besten Fischsuppen,
die man in der Pfalz
bekommen kann.
(Th. Steinmetz, Herausgeber)*



Einige der À-la-carte-Gerichte finden sich in etwas kleinerer Form in den Menüs wieder. Die Entscheidung für das fünfgängige Gourmet-Menü (60 Euro) sowie das Regional-Menü (49 Euro) in vier Etappen fiel uns nicht schwer. Letzteres sollte uns geschmacklich in die Provence entführen.

Die wirklich hervorragend sortierte Flaschenweinkarte, die neben einer Vielzahl französischer Tropfen auch Gutes aus der heimischen Pfalz listet, lässt das Herz eines jeden Weinliebhabers höher schlagen. Alle wichtigen Weinregionen unseres Nachbarlandes sind mit ausgesuchten Kreszenzen vertreten. Neben Burgund, Beaujolais, Bordeaux und dem Rhôneal wird selbst dem Maconnais, der Loire und dem Languedoc vinophil gehuldigt.

Aus letzterer Region stammte dann auch der Wein des Abends. Die 14%ige Réserve Rouge aus dem Jahre 2012 namens „Mas de Tannes“ vom Ausnahmewinzer Paul Mas erwies sich als würdiger Essensbegleiter, der mit wunderbarer Flaschenreife tiefdunkel in unseren Gläsern schwappte. Mit einem Preis von lediglich 23,50 Euro war er zudem ein echtes Schnäppchen.

Zur Einstimmung erfreute uns ein aromatisch duftender Hokkaido-Schaum, der mit einer erdig-säuerlichen Rote-Bete-Vinaigrette verfeinert war. Ein Hauch von Saisonalität war also schon beim luftigen Aufgalopp zu spüren. Dazu wurden herzhaft Käsewindbeutel, die man im Burgund als „Gougères“ bezeichnet, gereicht. Fluffiger hätten die Grübe aus der Küche gar nicht ausfallen können.

Den Auftakt machte eine gänzlich ohne Alkohol auskommende Fischsuppe (siehe Bild oben), die auf kräftiger Bouillonbasis mit tomatiger Note und ganz viel geschmacklichem Meeresrauschen daherkam. Am Rand des mit saftiger Fischfileteinlage gefüllten Tellers kündete ein gelblicher Saum vom beherzten Safrangebrauch. Auch die Verwendung von Knoblauch wurde nicht von vornherein unter Homöopathieverdacht gestellt.



Und klassisch französisch ging es weiter. Eine fabelhaft gegrillte Entenstopfleber lag auf einem Apfel-Blätterteigkissen (siehe Bild mitte auf gegenüber liegender Seite). Dazu gesellten sich zarte Tranchen von der Entenbrust und mit Vinaigrette verfeinerte Linsen als Säurespender. Ebenfalls als Zwischengang deklariert, machten wir uns über eine mit Crevetten, Mies- und Jakobsmuschelfleisch gefüllte Coquille St. Jacques her, die uns ein breites Gaumengrinsen entlockte.

Wir schalteten mit einem „medium-rare“ gebratenen Filet vom Charolais-Rind an Rotweinsauce, Herbstgemüse und frischen Pilzen einen Gang höher. Auch das perfekt auf der Haut gebratene Seewolf-filet, das auf hausgemachten Sepia-Nudeln thronte, sei an dieser Stelle erwähnt. Eine zum Teller auslecken gut abgeschmeckte Sauce Ratatouille ergänzte diesen schon rein optisch sehr gelungenen Fischgang auf angenehm süffige Weise.

Auch die einer Roulade nicht unähnliche Paupiette vom Kaninchen, die von angebratenen Pfifferlingen begleitet wurde, gelang eindrucksvoll. Und jeder, der sich in Fleischgerichten auskennt weiß, wie schnell so ein Häschen textuell ins Trockene hoppelt. Ein Hauch von Basilikum, der sowohl von der Füllung des Kaninchenrückens sowie von der üppig portionierten Jus herrührte, umwehte das von einwandfrei gegartem Gemüse flankierte Festessen.

Der süße Schlussakkord stand im Zeichen der Aprikose. Ihre reifen, von reichlich Carotin gesegneten Fruchtstücke wurden von einer vor-

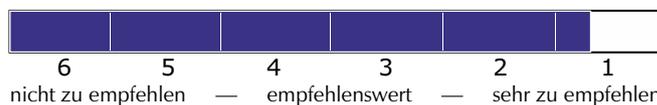
züglichen Lavendelcrème um eine leicht herbe Note erweitert. Das Aprikosensorbet lieferte dazu noch die passende Frische. Süß, sauer und herb – eine Kombination, die eigentlich jedes Dessert zu einem runden Geschmackserlebnis werden lässt.

Dass man uns zur Rechnung noch zwei Stückchen Schokotarte kredenzte, machte uns überhaupt nichts aus, zumal dieser Petit-Four-Ersatz jedem guten Konditor ein neidloses „Chapeau“ abgerungen hätte.

Fazit

Wer auf akkurat zubereitete französische Bistroklassik steht, wird sich in diesem charmant geführten Familienbetrieb wohlfühlen. Die äußerst wohlgeratenen Gaumenfreuden beeindruckten auf ganzer Linie und versetzten uns kulinarisch in verschiedene Regionen unseres Nachbarlandes. Wer 36 Jahre lang eine solche Qualität auf die Teller bringt, hat großen Respekt verdient.

ANO GAST SKALA



Die besten Weingüter *der Pfalz*

www.pfalz-wein.info

Bewertungen von Weinen und Weingütern sind nicht gerade neu.

Ob Eichelmann, Gault&Millau, Vinum oder DLG (um nur einige zu nennen)

— alle haben hier wohl ihren Daseinswert.

Wir vom pfalz-magazin haben aber über die Jahre unsere eigenen Erfahrungen gemacht.

Das Neue dabei ist, dass wir nun darüber reden!



Die besten Weingüter der Pfalz

www.pfalz-wein.info

Weingut Stachel Maikammer



18 Hektar, verteilt auf sechs Lagen – Vielfalt der Böden, Typizität der Trauben, das bringt es auf den Punkt. Die Stachels wollen mit ihren Weinen Lage und Reben abbilden – authentisch und mit viel Leidenschaft. Beste Weine kommen hier aus besten Pfälzer Lagen!

Bahnhofstr. 40 | 67487 Maikammer
Telefon: 06321 - 5112
info@gaestehaus-insheim.de
www.weingut-stachel.de

Weinhaus Schneiderfritz Billigheim



Auf 16 Hektar Reb Gelände pflegen wir die unterschiedlichsten Sorten: Unsere Philosophie bestimmt uns zum Ausbau der Trauben in bester Qualität und reiner Typizität, immer auf der Suche nach Verbesserungen und losgelöst von kurzlebigen Trends; denn Qualität entsteht im Weinberg.

Marktstraße 9 | 76831 Billigheim
Telefon: 06349 - 6416
info@schneiderfritz.de
www.schneiderfritz.de

Wein- und Sekthaus Messer Weisenheim am Berg



Völlig unverwechselbar werden die Weine durch die schlichten, eleganten Designerflaschen. Auch die in Winzer- und Abfüllbetrieben vielfach verwendete Bordeaux-Flasche entstand hier und deren Erstausgabe wird in zahlreichen Museen der Welt ausgestellt.

Hauptstr. 47 | 67273 Weisenhm. a. Bg.
Telefon: 06353-98 94 26
service@weingut-messer.de
www.weingut-messer.de

Weingut Meier Weyher



Durch die intensive Pflege der Weinberge werden hier durch die Hand von Georg Meier hochwertigste Weine erzeugt. Die Besonderheit der Böden, wie Schiefer, Rotliegendes, Buntsandstein, Kalkmerkel und Granit bilden das perfekte Terroir, besonders für die markanten Rieslinge.

Hübühl 9 | 76835 Weyher
Telefon: 06323 - 98 85 99
wein@v-z-s.de
www.wein-meier.de

Weingut August Ziegler Maikammer



Die über 300-jährige Tradition der Ziegler beruht immer auf bester Kenntnis ihrer Weinbergsböden.

Der Lohn: Winzer des Jahres 2006, 2008, 2009, 2014 und 2018 – die höchste Auszeichnung der Deutschen Weinwirtschaft..

Bahnhofstraße 5 | 67487 Maikammer
Telefon: 06321-95 78-0
info@august-ziegler.de
www.august-ziegler.de

Weingut Stefan Schwaab Maikammer



Originalton Stefan Schwaab:

„Wir können Ihnen natürlich viel über unsere Weine erzählen, aber probieren müssen Sie!“

Dem ist nichts hinzuzufügen.

Marktstraße 7 | 67487 Maikammer
Telefon: 06321 58411
info@weingutschwaab.de
www.weingutschwaab.de



Ernährung

von Thomas Steinmetz

— die neue Religion?

Alle paar Monate kommen ein paar neue Regeln auf, wie man sich „gefälligst zu ernähren hat.“ Diäten wechseln sich ab und Ernährungsregeln werden permanent durch völlig neue Regeln ersetzt und widersprechen sich gegenseitig.

Wer kennt das nicht? Da hat man sich mal daran gewöhnt, dass Eier angeblich ungesund seien wegen des hohen Cholesterins und plötzlich wird feierlich verkündet, dass dem gar nicht so ist und man verwirft die alten Ernährungsregeln. Um dann wieder wenig später von anderen abgelöst zu werden und so weiter. Oft wird gar ein Glaubenskrieg ausgefochten zwischen Paleodiät-Anhängern mit South-Beach-Diät-Anhängern und zwischen Veganern und Vegetariern mit Atkins-Anhängern. Fast bekommt man den Eindruck, dass die Zahl der verschiedenen Ernährungsempfehlungen gleich groß ist wie die Zahl der Personen, die diese Empfehlungen veröffentlichen.

Nehmen wir allein die verschiedenen Diäten, die es in unserer heutigen Zeit gibt. Die meisten davon sind recht jung. Aber ungeachtet dessen waren seit rund 150 Jahren alle Möglichkeiten hip, ein paar Pfunde loszuwerden. Früher nämlich galt ein völlig anderes Schönheitsideal, nämlich „schlank“ galt damals als „arm“. Wer also schlank war und mit gebräunter Haut daher kam, der galt als armer, im Freien arbeitender Mensch. Heute hingegen trifft für jemand, der eine gebräunte Haut hat und schlank ist, genau das Gegenteil zu, nämlich jemand, der oft in Urlaub geht und Zeit hat, in die Sonne zu gehen und es sich leisten kann.

Aber zurück zum Thema. Es ist also kein Wunder, dass Diäten sehr hoch im Kurs stehen. Kein Wunder auch, dass die Titelzeilen einschlägiger Frauenzeitschriften alle einem einzigen Hauptthema huldigen, nämlich Diäten aller Couleur, á la „Schlank in nur 30 Tagen“... So werden Intervallfasten, Paleo-Diät, Radikalfasten, Ketogene Diät, Low Carb, Detox, Clean Diät und andere rauf und

runter den Ernährungs„jüngern“ propagiert. Das lästige Kalorienzählen ist gleichermaßen auffallend wie verständlich heutzutage nicht mehr angesagt; spätestens, seit dem man weiß, dass bestimmte Fette gar nicht so schädlich sind, wie man immer behauptete. Im Gegenteil, denn Kalorien sind nicht gleich Kalorien!

Hinzu kommen natürlich noch die Ernährungsempfehlungen des Bundeszentrums für Ernährung, mit ihrer berühmten Ernährungspyramide, wo uns „gepredigt“ wird, von was wir viel essen sollen und wovon wenig. So stehen hier — entgegen der meisten modernen Diäten — Kohlenhydrate eher hoch im Kurs.



Die Ernährungspyramide des BZfE (Bundeszentrums für Ernährung), die ein „Gefälle“ zeigt, was man viel zu sich nehmen sollte. Unten sind die angeblich wichtigen Dinge

Hinzu kommen natürlich noch die Ernährungsempfehlungen des Bundeszentrums für Ernährung, die zum Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) gehört und mit ihrer berühmten Ernährungs-Pyramide uns „gepredigt“ wird, von was wir viel essen sollen und wovon wenig. So stehen hier — entgegen der meisten modernen Diäten — Kohlenhydrate eher hoch im Kurs. Es scheint so, als ob unsere Regierung ein Interesse daran hat, uns explizit das Essen vorzuschreiben, was uns angeblich so gesund macht.

Ganz oft hört man, auch in Begrüßungen und Verabschiedungen, dass man „gesund bleiben“ soll, weil das ja das höchste Gut sei, was man als Mensch besitzt. Daran ist sicherlich überhaupt nichts falsch. Verzerrt wird jedoch von ganz vielen Menschen die Bedeutung von Nahrung und Gesundheit für das Leben an sich. Hatte man z.B. früher noch eine gesunde Portion Gottvertrauen (wörtlich gemeint!), so weicht diese „veraltete“ Einstellung mehr und mehr in Richtung „Ernähre dich gesund und du lebst lang. Dann – und nur dann – hast du ein gutes Leben gehabt!“ Und genau das möchte ich ausdrücklich in Zweifel ziehen.



Man glaubt nicht mehr an Gott.

Man glaubt an die Gesundheit!

„Gesunde Ernährung war meine Religion“, meint Nils Binnberg, der buchstäblich Freunde, Bekannte und Verwandte versuchte, zu missionieren, zu bekehren. Sogar an der Supermarktkasse fühlte er sich überlegen, wenn vor ihm jemand eine Tiefkühlpizza aufs Band legte und grenzte sich so immer mehr gegen seine Mitmenschen ab, die seiner Religion nicht folgten. „Ich dachte wirklich, ich sei etwas besseres!“

Es gibt ja auch tatsächlich direkte Bezüge von Religion und Ernährung. Man braucht nicht lange, bis einem hier die Speisevorschriften von Koran und Altem Testament einfallen, wo bestimmte Tiere zu essen, verboten sind. Ganz zu schweigen von der Art der Schlachtung.

Natürlich würde ein Mensch, der sich aus Überzeugung einer Art der Ernährung verschrieben hat, niemals zugeben, dass er religiös-fanatisch mit seiner Ernährungsweise umgeht, schließlich ist dieser Mensch fest davon überzeugt und möchte folglich auch andere davon überzeugen. Möglicherweise ist sich solch ein Mensch, der so lebt, gar nicht über diesen religiösen Aspekt bewusst. Auffällig habe ich persönlich jedenfalls empfunden, dass Vegetarier und vor allem Veganer solch einen fundamentalistischen Weg gehen. Vor allem bei letzteren finden sich stark religiöse Bezüge, da diese Ernährungsweise nur noch wenig mit der eigenen Gesundheit zu tun hat. Manche dieser „Gläubigen“ stellen auch das Tier auf die gleiche Ebene wie den Menschen. Bitte verstehen sie mich nicht falsch. Ich sage nicht, dass die Ernährungsweise eines Menschen irgend etwas mit „gut“ oder gar „böse“ zu tun hat.

Das einzige, was ich mit diesen Zeilen beleuchten möchte, ist die Tatsache, dass es wichtigere Dinge gibt, als sich mit „Essen und Trinken“ zu beschäftigen. Und dass der Genuss des Essens sich nicht durch falsch verstandene Ethik beeinflussen lassen sollte. Am Ende des Lebens wird nicht gefragt, ob wir ethisch einwandfrei gegessen haben. Ich persönlich bin davon überzeugt, dass es wichtiger ist, wie oft wir unseren Mitmenschen verziehen, sie geliebt, getröstet und ermutigt haben. Wenn wir vor unseren Schöpfer treten, wird Er jedenfalls mit Sicherheit nicht nach unserer Ernährung fragen, ob wir die Milch den Kühen oder den Honig den Bienen weggenommen haben.

Ich weiß nicht, welche Art der Ernährung oder welche Diät die beste ist. Keine Ahnung! Aber eins weiß ich ganz sicher. Die Art der Ernährung ist nicht das wichtigste im Leben und ich lasse mir die Lust an bestimmten Speisen ganz bestimmt nicht vergällen. Lieber lebe ich ein wenig kürzer, aber genussreich, als lange mit Verzicht. Wobei hier der Beweis für ein garantiert kürzeres Leben erst noch erbracht werden müsste.

TS



SCHNEIDERFRITZ



Vielfach prämierte Weine und Sekte aus eigenem Anbau

Wir gestalten Ihre Familien- und Firmenfeiern

Hoffest und Jahrgangspräsentation am 12. – 14. Juni 2020

**Öffnungszeiten Weinstube:
Freitag abends
Samstag abends
Sonntag mittag und abends**



WEINGUT SCHNEIDERFRITZ

Brigitte und Martin Schneiderfritz
Marktstraße 9
76831 Billigheim-Ingelheim
Telefon: 06349/6416
Telefax: 06349/1359
E-Mail: info@schneiderfritz.de
www.schneiderfritz.de

© 2019



Redewendungen

Was bedeuten sie?

„Auf der Leitung stehen“, „Einen Pferdefuß haben“, „Jacke wie Hose“, „Rosenkrieg führen“ – man benutzt sie fast täglich im Alltag, ohne groß darüber nach zu denken. Aber wann benutzt man sie und woher kommen dies bildhaften Bezeichnungen? Wir wollen diese geflügelten Worte einmal genauer „unter die Lupe zu nehmen“. Dabei fanden wir interessante Geschichten und kulturelle Ereignisse dazu und waren selber überrascht, was es dazu für Hintergründe gibt..

Auf der Leitung stehen

Manchmal ist man einfach begriffsstutzig und braucht etwas länger, um etwas zu begreifen und steht dann redensartlich „auf der Leitung“. Die Redewendung stammt aus jener Zeit, als die Telefontechnik noch in den Kinderschuhen steckte. Die Qualität der Übertragung war damals noch äußerst schlecht – je weiter weg Anrufer und Empfänger sich voneinander befanden, desto schlechter war die Verbindung. Oft brach die Verbindung eines Telefonats einfach ab oder der Gesprächspartner war nur noch schwer zu verstehen. Damals herrschte in den Köpfen die (falsche) Vorstellung, irgendwo würde jemand auf der Telefonleitung stehen und damit das Signal verschlechtern. Daraus entwickelte sich mit der Zeit die Redensart „ich stehe auf der Leitung“, wenn jemand vorübergehend Probleme mit dem Verständnis eines Sachverhaltes hatte – ohne negative Gedanken auf die allgemeine geistige Fähigkeit zu werfen. Die Redewendung hat sich bis heute in unserem Wortschatz gehalten.

Einen Rosenkrieg führen

Liegen zwei Menschen in einem bitteren Streit, dann nennt man dies, einen Rosenkrieg führen. Meist sagt man das bei einem Ehepaar, die sich in einer besonders schwierigen Trennung oder regelrechtem Scheidungskrieg befinden

Der Ursprung der Redewendung „Einen Rosenkrieg führen“ liegt weit in der Vergangenheit, vermutlich im England des 15. Jahrhunderts. Damals ereignete sich zwischen zwei großen Adelshäusern ein dramatischer Kampf um Ruhm, Macht und Ehre. Die rivalisierenden Adelsfamilien York und Lancaster stritten um die englische Thronherrschaft und führten Krieg untereinander. Beide stammten vom Haus Plantagenet ab – dem Haus, dem auch Heinrich II. entstammte, der im 12. Jahrhundert König von England wurde und damit ein Anrecht der Nachkommen des Hauses Plantagenet auf den englischen Thron begründete.

Die Familienwappen der beiden Häuser zeigten beide jeweils eine Rose – eine weiße Rose im Wappen des Hauses York und eine rote Rose im Wappen des Hauses Lancaster. Der Konflikt ging daher als sogenannter „War of the Roses“ (auf Deutsch „Rosenkrieg“) in die Geschichte ein und prägt so bis heute auch die deutsche Redensart.

Kleider machen Leute

Diese Redewendung drückt aus, dass die Wirkung einer Person auch von der Kleidung abhängt. Denn Menschen werden oft zuallererst nach ihrem Äußeren beurteilt.

So gilt in speziellen Berufen eine bestimmte Kleiderordnung.

Eine Erzählung von Gottfried Keller aus dem 19. Jahrhundert trägt den Titel „Kleider machen Leute“. Sie erzählt von einem armen Schneiderlehrling, der wegen seiner vornehmen Kleider für einen Grafen gehalten wird. Er gelangt in eine fremde Stadt namens Goldach und wird dort wegen seines Äußeren für einen polnischen Grafen gehalten und sich in eine adliges Mädchen verliebt. Dabei versäumt er aus Schüchternheit das Missverständnis aufzuklären. Auf der Verlobungsfeier kommt es zum Skandal. Strapinski flieht, seine Braut aber findet ihn, rettet ihn vor dem Erfrieren und stellt ihn zur Rede. Als sie sich davon überzeugt hat, dass seine Liebe echt ist, bekennt sie sich zu ihm und setzt die Heirat durch. Der Schneider gründet mit ihrem Vermögen ein Atelier und bringt es zu Wohlstand und Ansehen, womit das Sprichwort „Kleider machen Leute“ sich bewährt.

Tabula rasa machen

Den Ausdruck „Tabula rasa“ kannten schon die alten Römer und es bedeutet eigentlich wörtlich übersetzt „glatte Tafel“. Papier kannte man damals noch nicht, und Papyrus war sehr teuer. Deshalb ritzen viele Römer ihre Notizen in kleine Wachstafeln, die wieder glatt geschabt wurden, wenn man sie erneut benutzen wollte.

Daher kommt die Bedeutung der Redewendung „Tabula rasa machen“: Das Alte beseitigen und einen Neuanfang machen! Auch die Redewendung „reinen Tisch machen“ entstand wahrscheinlich durch eine fehlerhafte Übersetzung, weil „Tabula“ fälschlicherweise als Tisch anstatt als Tafel übersetzt wurde. Oft sagt man dies bei uns auch, wenn man alte Bäume aus dem Garten entfernt, um neue zu pflanzen oder den Garten neu anzulegen.

Es zieht wie Hechtsuppe

Dies sagt man oft, wenn es einmal mit dem Lüften zu gut gemeint wurde. Was aber soll ein kalter Luftzug mit einer Fischsuppe gemein haben? Diese Redewendung hat zwei mögliche Ursprünge. Zum einen sollte Fischsuppe allgemein sehr lang ziehen, damit sie genug Geschmack entfalten kann. Hechtfleisch, muss besonders lange in der heißen Brühe liegen, bis es sein Aroma abgibt.

Viele Sprachforscher sind allerdings von einer anderen Theorie überzeugt: Die „Hechtsuppe“ könnte von dem jiddischen Ausdruck „hech suppha“ abgeleitet sein. Das bedeutet „wie eine Windsbraut“ oder „wie ein starker Wind“. Durch ein Missverständnis könnte daraus die „Hechtsuppe“ entstanden sein. Mit dem Genuss einer Fischsuppe hat so ein starker Luftzug aber sicher nichts zu tun.

Das Zünglein an der Waage

Diese Redewendung bezieht sich auf den kleinen Zeiger in der Mitte einer Waage mit zwei Schalen, wie man sie früher benutzte. Meist Apotheker machten lange Zeit von ihr Gebrauch. In die eine Waagschale wird der zu wiegende Gegenstand gelegt, in die zweite

Gewichte, um beide Waagschalen in Balance zu bringen. Dadurch kann man das Gewicht des Gegenstands ermitteln. Das Zünglein, ein Mechanismus, der das präzise Ergebnis anzeigt. Dieser Zeiger schwingt bei Belastung der Waage aus und kommt bei ausgewogenen Waagschalen im Zentrum der Anzeige zum Stillstand. So zeigt das Zünglein kleinste Gewichtsunterschiede auf einer Skala an – und gibt somit den Ausschlag. Somit entstand mit der Zeit die Redewendung „das Zünglein an der Waage sein“. Auch bei Gericht sieht man die Waagschale in den Händen der Justitia, der römischen Göttin der Gerechtigkeit, als Symbol für Redlichkeit und Ausgewogenheit.

Wird jemand als das Zünglein an der Waage bezeichnet, hängt eine Entscheidung von ihm und seinem Votum ab. Auch eine unerwartet eintretende Situation kann das Zünglein an der Waage sein, wenn sie einen Wendepunkt in einer ansonsten ausgewogenen Lage bringt.



Den schwarzen Peter zuschieben

Wenn man jemandem redensartlich den schwarzen Peter zuschiebt, gibt man ein ungelöstes Problem an diesen weiter.

Die Redewendung geht zurück auf das bekannte Kartenspiel „Der schwarze Peter“, bei dem derjenige Spieler verliert, der als letzter die Karte mit dem Schwarzen Peter auf der Hand hält.

A scenic landscape featuring a blue boat on a lake, a person paragliding in the sky, and a quote by Henry Miller. The scene is set in a lush green area with a large tree on the right and a forested hill in the background. The sky is filled with white clouds and a blue sky. The quote is written in a stylized, bold, white font with a black outline.

*»Das Reiseziel ist nie ein Ort,
sondern eine neue Art,
die Dinge zu betrachten.«*

Henry Miller, US-Amerikanischer Schriftsteller

Gardasee



Unvergleichlicher Charme am Gardasee: Residence San Rocco mit Blick über Sirmione bis zum äußersten Südosten nach Peschiera. Kaum ein Urlaubsort wird von uns Deutschen so geliebt wie der oberitalienische See, der teils in den Alpen und südlich in der Po-Ebene liegt.

Foto: Archiv Residence San Rocco

Wer am Gardasee gern Urlaub machen möchte, aber abseits des Touristenrummels trotzdem alle Annehmlichkeiten des mediterranen Klimas und der herrlichen Landschaft genießen möchte, findet hier, am größten See Italiens, ein einzigartiges Ambiente in Soiano del Garda, in unmittelbarer Nähe der Stadt Desenzano im Südwesten des Sees.

Auf dem Gipfel eines Hügels gelegen, von jahrhundertealten Olivenbäumen umgeben, findet man hier die Ruhe, um richtig ausspannen zu können und die italienische Küche zu genießen. Die Residence San Rocco der Familie Manestrini war einst ein ehemaliges Franziskanerkloster aus dem 13. Jahrhundert. Von hier aus genießt man einen wunderbaren Panoramablick auf den südlichen Teil des Gardasees, nach Desenzano, über die wunderschöne Halbinsel Sirmione und bis zum Osten nach Peschiera. Durch die sehr verkehrsgünstige Lage erreicht man auch in kurzer Zeit die interessantesten Kunst- und Kulturstätten Norditaliens und alle großen Vergnügungsparks des Gardasees. Darüberhinaus kommen auch alle Sportbegeisterte voll auf ihre Kosten; man findet hier mannigfaltige Möglichkeiten, wie beispielsweise für Trekking, Mountainbiken, Golfen, Segeln und vieles mehr.

Das Restaurant San Rocco, welches auch zur Ferienanlage gehört, befindet sich im Gewölbe des ehemaligen Klosters. Behutsam restauriert, sind noch die alten Steinwände, Deckengewölbe und der lange Steinkorridor aus der Klosterzeit erhalten geblieben. Es würden

nur noch die alten Gesänge der Mönche fehlen und man würde sich in längst vergangene Zeiten versetzt fühlen. Die Sinnesreise wird durch das kulinarische Angebot des Chefs Domenico Masiello fortgesetzt.

Neben einer Auswahl an internationaler Küche findet man natürlich auch landestypische Spezialitäten aus der kulinarischen Tradition von Brescia. Hier wird besonders viel Wert auf unverfälschte Aromen gelegt und die lokaltypischen Produkte, wie beispielsweise frischer Fisch aus dem Gardasee, werden mit größter Sorgfalt zubereitet und elegant präsentiert.

Die Franziskaner-Zeit des Gebäudes wird durch eine kleine Kapelle innerhalb des Anwesens bezeugt, ein einzigartiger Ort mit großem Zauber, an dem man auch gerne Feste wie Hochzeit oder Geburtstag feiern kann. Paolo Manestrini, der Herr des Hauses, spricht übrigens fließend Deutsch, womit die Verständigung keinerlei Probleme bereitet!

Via P. Avanzi, 11 | 25080 Soiano del Lago
Tel.: +39 0365-198 04 99
info@residencesanrocco.it
Mehr unter: www.residence-garda.com

Lamer Winkel – mehr Bayerischer Wald geht nicht

Das Wanderhighlight: „24h Trophy“

Weitgehend naturbelassene Wälder, kristallklare Bäche und eine Luft, bei der sich das Durchatmen noch lohnt - Landschaften wie den Lamer Winkel gibt es nicht mehr viele. Hier zeigt der Bayerische Wald sein schönsten Gesicht: Ob vom Bayerwald König Arber oder vom Grenzbau zum Böhmerwald, dem Großen Oßer – der Blick über das Waldmeer ist einzigartig. Gut markierte Wanderwege führen um das weite Tal mit den Orten Arrach, Lam und Lohberg. Von Rundwegen bis hin zur Tagestour ist für jede Konditionsklasse etwas dabei. Am Prädikatswanderweg Goldsteig geht's dann z.B. buchstäblich „an einem Tag über acht Tausender“.

Ein ganz besonderes Schmankerl erwartet aber in diesem Jahr erstmals von 2. bis 4. Oktober 2020 die Gäste, denn erstmals findet das Langzeitwandererlebnis „Bioelectra 24h Trophy“ im Lamer Winkel statt. Im Herzen des Bayerischen Waldes wandern die Teilnehmer inmitten der herrlichen Mittelgebirgslandschaft ein Stück entlang des „Goldsteigs“ über den König des Bayerischen Waldes – dem Großen Arber. Dieses Wanderevent kann sowohl als anspruchsvolle 12-Stunden-Wanderung, sowie auch als herausfordernde 24-Stunden-Wanderung erlebt werden. Es zählt nicht der Wettbewerb, sondern das gemeinsame Wandererlebnis bei Tag und Nacht. Die Teilnehmer erhalten ein Rundum-Sorglos-Paket, um sich voll auf die Bewältigung der Strecke konzentrieren zu können.



Kostenlose Informationen unter:

Tourist Info Lam

Marktplatz 1 | 93462 Lam

Tel.: 09943 - 777

E-Mail: tourist@lam.de | www.lamer-winkel.bayern



Urlaub in den Bergen

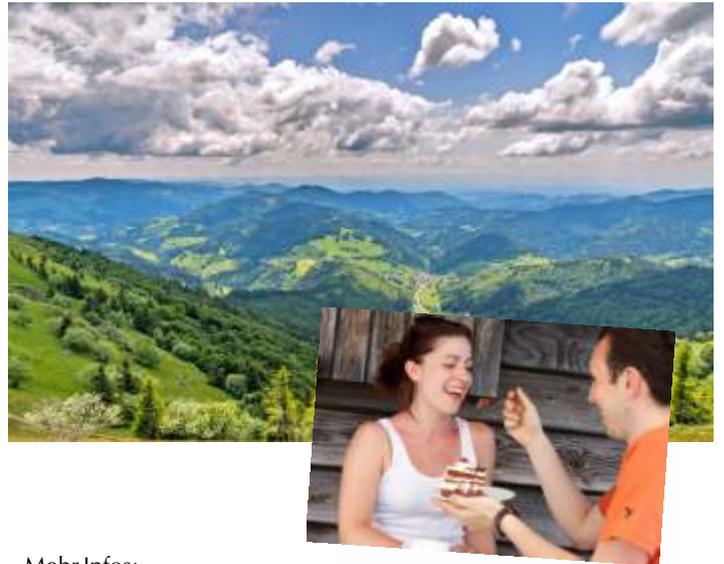
- Faszination Schwarzwaldregion Belchen!

A Erleben Sie am Fuße des Belchens – dem schönsten Berg im gesamten Schwarzwald - insgesamt neun Urlaubsorte, jeder mit seinem ganz eigenen, besonderen Charme.

Mit seinen 1.414 Metern ist der gemeinsame Hausberg Belchen nicht nur der dritthöchste Berg im Schwarzwald, so gilt er aufgrund seines einmaligen Rundumblicks auch als der aussichtsreichste Schwarzwaldberg überhaupt! Blicke bis zur schneebedeckten Alpenkette und die benachbarten Vogesen sind keine Seltenheit. Kein Wunder also, dass sich rings um den Belchen ein herrliches Wander- und Mountainbikewegenetz spannt, das zu Fuß oder auf dem Rad erkundet werden will. Hütten und Almgaststätten laden unterwegs zu einer leckeren Brotzeit ein.

Wer es dagegen ein bisschen bequemer mag, erlebt dank KONUS mit Bussen sowie Bahnen das Dreiländereck Deutschland - Frankreich - Schweiz völlig kostenlos.

Während im Rahmen des Kindersommers ein buntes Veranstaltungsprogramm bei Eltern und Kindern garantiert keine Langeweile aufkommen lässt, sorgen geführte Wanderungen, traditionelle Feste, Kurkonzerte, Führungen sowie eine Vielzahl an Ausflugszielen bei Groß und Klein für jede Menge Abwechslung. Unterhaltung und Freizeitspaß ist also ebenso garantiert, wie Ruhe und Erholung für all diejenigen, die den Schwarzwald inmitten einer atemberaubenden Naturlandschaft erkunden wollen.



Mehr Infos:
Schwarzwaldregion Belchen
Neustadtstraße 1
79677 Schönau im Schwarzwald
Tel. + 49 (0) 7673 / 918130
E-Mail: info@schwarzwaldregion-belchen.de
Homepage: www.schwarzwaldregion-belchen.de

Neckargemünd – Rad- und Wanderparadies am Neckar

Vor den Toren Heidelbergs an der Mündung der Elsenz in den Neckar liegt das malerische Neckargemünd, ein idealer Ausgangspunkt für Rad- und Wandertouren an den Ufern des Neckars oder in den Hügeln des Odenwaldes. Der mit vier Sternen klassifizierte Neckartalradweg, der ab Neckargemünd zahlreiche mittelalterliche Burgen und urige Gasthöfe passiert und auch für Familienausflüge bestens geeignet ist, lädt ebenso zum Bewegen in der Natur ein wie der Neckarsteig.

Dieser qualifizierte Wandersteig, 2018 zum schönsten Wanderweg Deutschlands gekürt, führt auf insgesamt 128 Kilometern von Heidelberg bis Bad Wimpfen und bringt den Wanderer auf seiner ersten Etappe über den Königstuhl in die ehemalige „Freie Reichsstadt“ Neckargemünd, deren über 1000-jährige Geschichte er auf einem Rundgang durch die mittelalterlichen Gassen erkunden kann. Die zweite Etappe führt von Neckargemünd über die 800 Jahre alte Ruine der Burg Dilsberg, die hoch über dem Neckar thront und einen erhabenen Blick über das Neckartal bietet. Der mittelalterliche Ortskern und die historische Burganlage laden zum Besichtigen ein und von Mai bis September auch der unterirdische Brunnenstollen, der 80 Meter tief in den Berg führt.

Durch seine hervorragende Erreichbarkeit mit S-Bahn, Bus oder den Schiffen der Weißen Flotte ist Neckargemünd ein attraktives Ziel für Tages- oder Wochenendausflüge.

Foto: Stadt Neckargemünd/Andreas Held



Tourist-Information
Hauptstr. 50 | 69151 Neckargemünd, Tel. 06223 - 35 53
info@tourismus-neckargemuend.de
www.neckargemuend.de



Glück

Die schönsten Zitate

Über das Glück des Menschen haben sich schon viele kluge Köpfe Gedanken gemacht, auch berühmte Dichter und Denker wie Johann Wolfgang von Goethe oder Albert Einstein haben darüber nachgedacht und weise Worte dazu verfasst.

Gedanken über das Glück: Zitate und Weisheiten

Es ist ganz unterschiedlich, wie und was jemand für sich als persönliches Glück oder Unglück empfindet. Doch oft sind es die kleinen Dinge im Leben, die uns glücklich machen – eine kleine Aufmerksamkeit, eine liebevoll geschriebene Karte und nicht nur eine SMS, die Lieblingsmusik, die gerade im Radio kommt oder auch nur ein freundliches Nicken vom Gegenüber, zaubern uns ein Lächeln aufs Gesicht.

Schon seit der Antike sind Schriftsteller und Philosophen, Geistliche und Forscher auf der Suche nach Antworten auf die Frage: Was ist Glück und wie erreicht man es?

Wir haben ein paar der schönsten Sprüche und Zitate zusammengetragen.

„Glück ist das einzige, das sich verdoppelt, wenn man es teilt.“

Albert Schweitzer, Arzt und Philosoph (1875-1965)

„Die höchste Form des Glücks ist ein Leben mit einem gewissen Grad an Verrücktheit.“

Erasmus von Rotterdam, Theologe (1466-1536)

„Glück entsteht oft durch Aufmerksamkeit in kleinen Dingen, Unglück oft durch Vernachlässigung kleiner Dinge.“

Wilhelm Busch, Dichter (1832-1908)

„Glück ist Liebe, nichts anderes. Wer lieben kann, ist glücklich.“

Hermann Hesse, Schriftsteller (1877-1962)

„Die besten Dinge im Leben sind nicht die, die man für Geld bekommt.“

Albert Einstein, Theoretischer Physiker (1879-1955)

„Glück ist das einzige, was wir anderen geben können, ohne es selbst zu haben.“

Carmen Sylva, Schriftstellerin (1843-1916)

„Das Geheimnis des Glücks liegt nicht im Besitz, sondern im Geben. Wer andere glücklich macht, wird glücklich.“

André Gide, Schriftsteller (1869-1951)

„Viele Menschen versäumen das kleine Glück, während sie auf das Große vergebens warten.“

Pearl S. Buck, Schriftstellerin (1892-1973)

„Nicht die Glücklichen sind dankbar. Es sind die Dankbaren, die glücklich sind.“

Sir Francis Bacon, englischer Philosoph (1561-1626)

„Ohne Liebe, ohne Menschlichkeit im Herzen und ohne Dankbarkeit gegen den, dessen Gebot Liebe und Erbarmen und dessen große Eigenschaft und Wohlwollen ist gegen alles, was atmet, kann wahres Glück nicht erlangt werden.“

Charles Dickens, englischer Schriftsteller (1812 – 1870)



BIO DE-ÖKO-001

Savarin
... naturreine Gesundheitsküche seit 1890

Naturreine Gesundheitsküche seit 1890

Ganzheitlich-naturreine Ernährung ist(s)t einzig richtige von allen Ernährungsformen. Wir sind schon seit 1890 die einzige naturreine Gesundheitsküche Deutschlands mit 150 Heilpflanzen, 180 Heilölen und 200 Naturaromen. Da uns seit dem Umwelt-, Klima-, Natur- und Tierschutz im Herzen liegt, lehnen wir industrielle, raffinierte, verarbeitete, behandelte, vorbereitete, verpackte, gelagerte, veränderte Zutaten jeglicher Art strickt ab.

Fleisch aus Massentierhaltung und Zucht? Nein Danke!

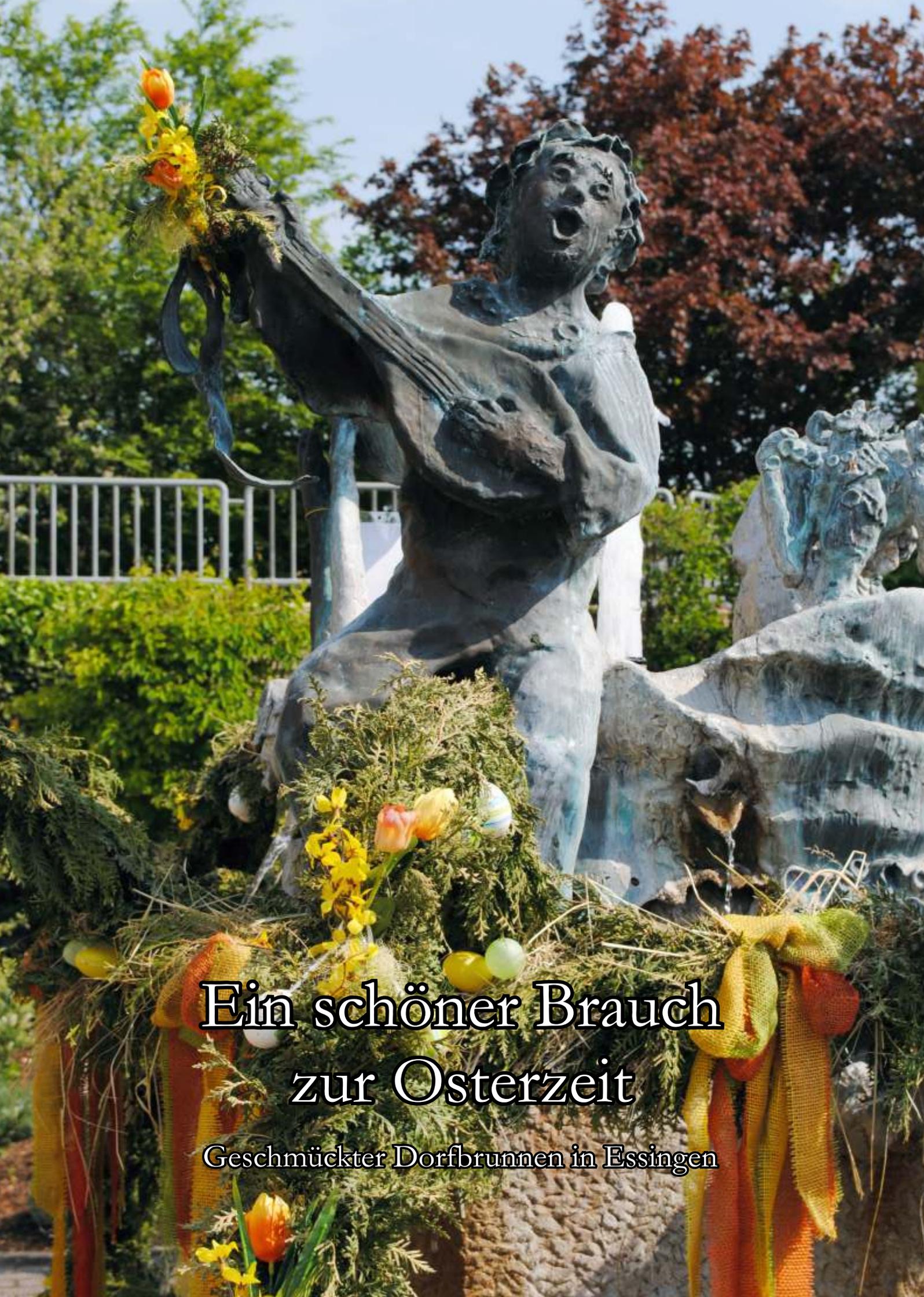
Unsere Edelfische, Meeresfrüchte, Krustentiere und Schalltiere kommen direkt aus dem atlantischen Ozean ohne Zwischenhandel und Lagerung für Ihre körperlich-geistig-seelische Gesundheit.

Iss dich gesund lebe glücklich | Savarin
... die Gesundheitsküche seit 1890.

Restaurant
Weinstraße Nord 12
67098 Bad Dürkheim
Tel. 06322 / 79 08 925
info@savarin.de

Reservierung & Infos:
www.savarin.de

Öffnungszeiten:
Dienstag-Sonntag und Feiertagen 12:00-22:00 Uhr
Von 01.09. bis 30.09. zur Pflege des Heilpflanzengarten geschlossen



Ein schöner Brauch zur Osterzeit

Geschmückter Dorfbrunnen in Essingen

**MEINE HEIMAT!
MEIN RADIO!**

**ZWEI STARKE SENDER
FÜR DIE WEINSTRASSE!**



**Wir spielen
die meiste Musik in Rheinland-Pfalz**



P(f)älzer Kochbuch

Von Ines & Steffen Boisselle

37 Rezepte typischer Pfälzer Gaumenfreuden
– von Vorspeise über Hauptgericht bis Dessert.

Mit Cartoons des 100%-PÄLZER!-Zeichners Steffen Boisselle
herzhaft gewürzt und pikant abgeschmeckt.

Alla hopp – ran an de Topp!

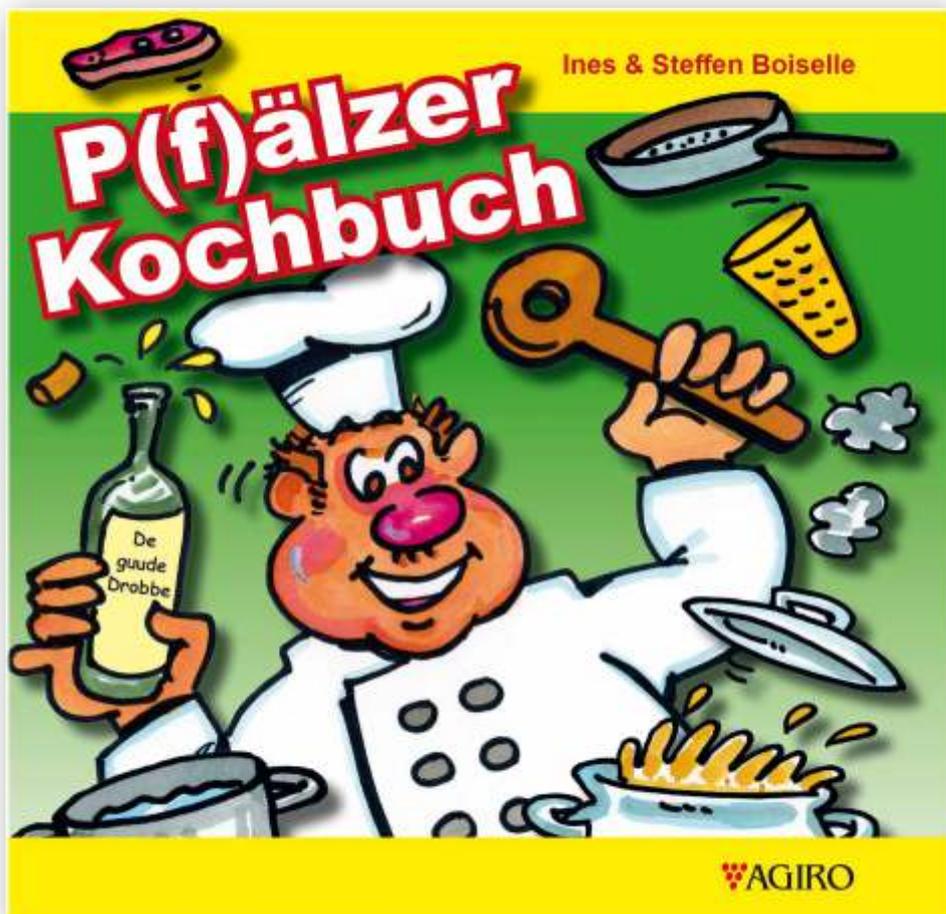
Ines Boisselle ist 1959 in Heidelberg geboren. Nach ihrem Hochschulabschluss in Betriebswirtschaftslehre war sie zunächst im elterlichen Betrieb für Damenoberbekleidung tätig, später als Prüfungsassistentin in einer Mannheimer Wirtschaftsprüfungs- und Steuerberatungsgesellschaft. 1996 Wechsel in die Verlagsbranche und Gründung des B & S Verlags-Service zusammen mit Steffen Boisselle. Mehrere Jahre freie Schlussredakteurin und Textchefin, u. a. für Land-Zeitschriften. Aktuell verantwortlich für Lektorat und Buchhaltung im Neustadter AGIRO Verlag.

Ines Boisselle lebt seit 1999 in Neustadt an der Weinstraße und ist verheiratet mit Steffen Boisselle.

Steffen Boisselle, geboren 1964 in Ludwigshafen-Oggersheim, zeichnete schon während seiner Schulzeit Comics und ist seit 1985 Verleger.

Steffen Boisselle lebt mit seiner Frau Ines in Neustadt an der Weinstraße und liebt das Leben in der Pfalz.

Hardcover, 48 Seiten, 15,3 x 15,3 cm, Euro 9,95
ISBN 978-3-946587-05-7



ZAHNARZT
DR..MED. DENT.
GÜNTHER
FRITZ

LASER IN DER
ZAHNHEILKUNDE

Neu: Sportzahnmedizin



„Fit beginnt im Mund“

Unsere Leistungen
umfassen alle Bereiche
der modernen Zahnmedizin



Ihr Lächeln ist
unsere Leidenschaft

Gerne beraten wir Sie
ganz individuell,
nach telefonischer
Terminvereinbarung!

Näheres unter:
www.zahnarzt-fritz.de

DR. MED. DENT. GÜNTHER FRITZ

Hanns-Martin-Schleyer-Str. 4
76744 Wörth
Telefon: 072718244
Telefax: 072718105
E-Mail: info@zahnarzt-fritz.de

© Ideen

pfalz-magazin

Metropolregion Rhein-Neckar/Pfalz und Nordbaden

Impressum

Verbreitungsgebiet

Herausgeber

ideen-concepte
Angabe gem. §9 Abs. 4 LMG: 100% Inhaber Th. Steinmetz
Schlesierstraße 9 | 76865 Rohrbach
Telefon: 06349 - 67 93
info@das-pfalz-magazin.de
www.das-pfalz-magazin.de



Rita Steinmetz, Chefredakteurin CvD (RS)
Thomas Steinmetz, Geschäftsführender Inhaber, Vi.S.d.P., Satz, Fotos (TS)
Sarah Conlon (SC), Essays, Reiseberichte und Redigierung
Christa Lantz (CL) Reiseberichte
Reiner Claus, Bildjournalismus und -bearbeitung
Kern-Bürozeit: Mo-Fr von 10:00 bis 18:00 Uhr

Vertrieb:

Leserzirkel „Leserkreis Daheim“
Gablonzler Straße 1a | D-76185 Karlsruhe

Online-Redaktion:

Thomas Steinmetz

Redaktionsschluss:

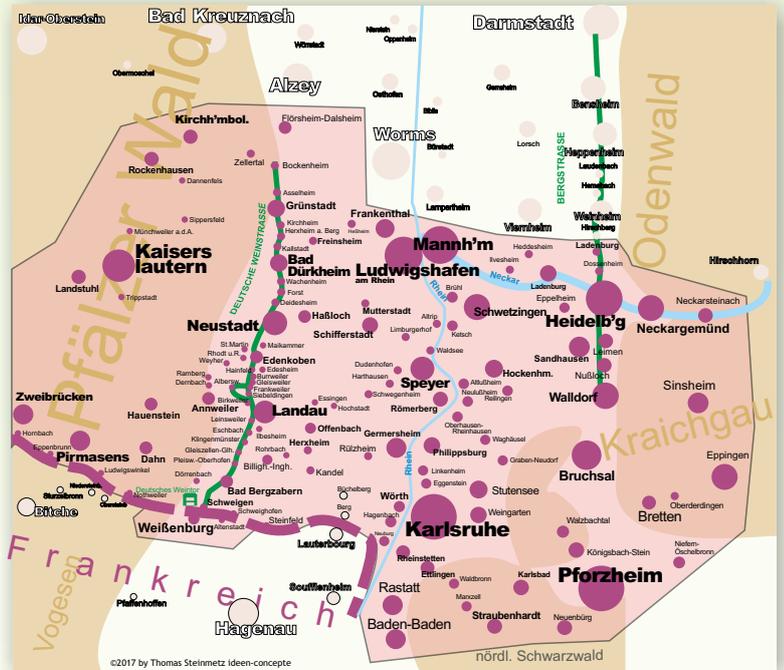
vier Wochen vor Erscheinungsdatum

Bildnachweise:

sofern kein Bildnachweis explizit auf der entsprechenden Seite vermerkt ist, liegen alle Bildrechte bei der Redaktion.

Anzeigenleitung:

Thomas Steinmetz
Telefon: 06349 - 67 93
Mobil: 0173 - 387 487 0



Abonnement-Service:



ein ganzes Jahr (alle fünf Ausgaben des pfalz-magazins)
für nur **25,- €** incl. Porto und MwSt. pünktlich zu Ihnen ins Haus.
Tel.: 06349 - 6793
oder E-Mail unter info@das-pfalz-magazin.

Übrigens – warum nicht das pfalz-magazin als Abo **verschenken?**

Leserreichweite

Durch die flächendeckende und dauerhafte Verbreitung beim **Leserkreis Daheim** (Arztpraxen, Wartebereiche, Frisere etc.) erreichen wir insgesamt **1,5 Mio. Leser*** in dem oben abgebildeten Gebiet.

Wer **garantiert** immer ein Heft haben möchte, nutzt am besten unseren **Abo-Service** (siehe linke Spalte), dann kommen alle Hefte per Post sogar ins Haus!

* gemessen durch **agma** Frankfurt a.M.

www.das-pfalz-magazin.de

Erscheinungsweise:

5 x im Jahr, immer spätestens zum 15. des Monats:

Februar — April — Juni — September — November

Für Druckfehler übernimmt der Verlag keine Haftung.

Unsere Magazine werden durch den „Leserkreis Daheim“ bei sämtlichen Kunden vertrieben, außerdem bei ausgewählten Ladengeschäften verkauft – darüber hinaus überall sonst, wo es sinnvoll ist, d.h., wo Menschen besonders gerne bereit sind, ein regionales Freizeit-Magazin zu erwerben. Ganz abgesehen von all unseren Anzeigen-Kunden, die selbstverständlich ebenfalls Exemplare erhalten. Da wir immer besser werden möchten, freuen wir uns sehr über alle Anregungen, Ergänzungen, Berichtigungen, konstruktive Kritik, sonstige Kommentare und natürlich auch auf Lob, wenn wir etwas gut gemacht haben!

Anzeigen, Advertorials und bestimmte andere redaktionelle Berichte: Wir möchten betonen, dass die dort veröffentlichten Inhalte nicht immer die Meinung unserer Redaktion wiedergeben. Somit möchten wir uns jeglicher Verantwortung über deren Wortlaut bzw. Bildmaterial entbinden und erklären damit ausdrücklich, dass sie nicht zum offiziellen, redaktionellen Teil gehören.

Hiermit erklären wir ferner, dass bestimmte redaktionelle Texte als so genannte **Advertorials** anzusehen sind, also eine Art Mischung aus Anzeige und redaktionellem Text. Wir verfassen diese Texte stets **eigenhändig** und verfassen sie nach Recherchen und Interviews mit dem Kunden. Es liegt hier also kein Verstoß gegen §3 und §5 UWG oder ein Verstoß gegen die Pressefreiheit im Sinne des Landespressgesetzes vor. Wo diese Gegebenheiten nicht vorliegen, kennzeichnen wir diese Seite vorschriftsgemäß mit der Bemerkung „Anzeige“.

Urheberrecht: Wir behalten uns für sämtliche Veröffentlichungen, ob redaktionell oder durch Werbung, alle Urheberrechte in Bezug auf Wort und Bild vor! Sollte eine Anzeige, die durch uns gestaltet wurde (**erkennbar ist dies an unserem Logo, welches in der Anzeige unten zu sehen ist**), bei einem Mitbewerber veröffentlicht werden, berechnen wir eine Gestaltungs-Gebühr, die abhängig vom Aufwand fair berechnet wird. Nachdruck, Kopien, sowie alle sonstigen Arten der Vervielfältigung, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Verlags.

Zum Schluss noch eine ganz persönliche Aussage: Unsere gesamte Arbeit, die wir tun, ist unserem himmlischen Schöpfer, der sich in Jesus Christus offenbart hat, gewidmet. Jeglichen Erfolg in unseren Bemühungen schreiben wir dem Segen Gottes zu. Es ist uns also wichtig, zu betonen, dass wir mit unserem Magazin nicht einfach nur ein Geschäft machen möchten, sondern dass ein klein wenig mehr Fokus auf Lebensgenuss in unserer Welt gelegt wird. Deprimierende Berichte über schlimme Dinge gibt es in anderen Medien bereits mehr als genug!

pfalz-magazin

...weil es das meistgelesene
in der Region ist!

**Jetzt das Pfalz-Magazin
abonnieren!
Nur 25,- € im Jahr!**

Auch als Geschenk-Abo möglich!



Schlesierstr.9 | 76865 Rohrbach
Tel.: 06349 - 3927
E-Mail: info@das-pfalz-magazin.de



Jetzt abonnieren!

5 x im Jahr für 25,- €

Das Pfalz-Magazin abonnieren — so einfach geht's:

1. Bei uns anrufen: 06349 - 6793 — oder eine E-Mail schicken an „rs@das-pfalz-magazin.de“
Betreff: „Abonnement“ (bzw. „Geschenk-Abo“)
2. Bitte Namen, Telefonnummer und Adresse nennen.
3. Die Ausgabe nennen, mit der begonnen werden soll (z.B. April-Ausgabe).
möglich sind 5 Zeitpunkte: Februar, April, Juni, September oder November.
4. Jetzt die Rechnung von uns abwarten mit unseren Bankdaten.
Das Abo kostet für fünf Ausgaben 25,- € (= ein ganzes Jahr).
5. Bei Erhalt der Rechnung den Betrag auf unser Konto überweisen.
6. Automatisch erhalten Sie nun ab sofort alle fünf kommenden Ausgaben.
7. Nach Ablauf dieses Jahres erhalten Sie automatisch von uns eine neue Rechnung,
falls Sie das Abo nicht vorher gekündigt haben sollten.

Falls Sie eine rechtzeitige Kündigung vergessen haben sollten:

Bei uns gibt's keinen Stress - versprochen!

Lieber ist uns natürlich aber, wir wissen vorher Bescheid.

Vorschau

Freuen Sie sich schon auf
unsere Sommerausgabe



Sommerzeit – Grillzeit

Tipps und Tricks für eine gelungene Grillparty



Rund um den Wein



Open Air Festspiele

Schlossfestspiele im Schloss Edesheim
Seebühnenzauber im Luisenpark Mannheim

Lavendel

Arzneipflanze des Jahres





*Werbung macht man nicht,
um bekannter zu werden.*

Werbung formt Ihr Image!

logoentwicklung
corporate identity
druckservice
werbeauftritt print + internet

folder
imagebroschüren
u.v.m.



**ideen
concepte**

verlag | werbung | kunst

Schlesierstr. 9 | 76865 Rohrbach

Tel.: 0 63 49 - 67 93

E-Mail: info@ideen-concepte.de



Wir verwandeln Arbeitsplätze
in Lieblingsplätze.



Thomas Engel
Dispositionsleiter bei KAHL