Die kostenlose Regionalzeitung
– über 100.000 Haushalte

PFALZ-ECHO

TÄGLICH NEUE NACHRICHTEN AUF WWW.PFALZ-ECHO.DE

Ausgabe 03/22
Montag, 17.01.2022
15. Jahrgang
Tel. 0 72 75 / 98 56 0
★★★★

Mo	Di	Mi	Do
0° bis 6°	-2° bis 5°	-3° bis 5°	-3° bis 5°

SIMSEK BAU GmbH
TIEF- UND STRASSENBAU
SCHORNSTEINTECHNIK
info@simsek-bau.de
www.simsek-bau.de
Am Gäxwald 30
76863 Herxheim
Tel. 0 72 76 / 50 30 85-0

Natur erleben
Auf den Spuren Adebars: In und um Winden entsteht ein neuer Themenwanderweg rund um den Storch - Seite 5 -

Ratgeber
Unsere Expertin in Lebensfragen widmet sich in dieser Ausgabe dem Thema: „Ist Dopamin das Liebeshormon?" - Seite 4 -

Unter vier Augen
Fußballtrainer Christoph Daum über Wortwahl, die Reform im Nachwuchsfußball und seinen Weg vom Tellerwäscher zum Millionär - Seite 3 -

Martin Linke
sehen + hören
MEISTERBETRIEB
Königstr. 46
Bad Bergzabern
Tel. 06343 989900

WAS ICH DIR NOCH ERZÄHLEN WOLLTE ...

Das Familienhörbuch-Projekt etabliert sich: Menschen, die schwer erkrankt sind, erhalten so die Möglichkeit, etwas Besonderes zu hinterlassen

RÜLZHEIM Draußen regnet es und die Holzverkleidung der Dachschrägen im Apartment des Landhotels knackt gemütlich. „Diese Woche habe ich meinen Personalausweis erneuern lassen, da ist mir aufgefallen, dass auch mein Reisepass demnächst abläuft. Da fragt man sich dann schon: Lohnt sich das noch, den neu machen zu lassen?", erzählt Lydia, die in der Südpfalz gemeinsam mit einer Audiobiografin ein sogenanntes Familienhörbuch aufnimmt. Dabei handelt es sich um ein wissenschaftlich begleitetes Projekt für Menschen, die schwer erkrankt sind und noch minderjährige Kinder haben. Sie erhalten die Möglichkeit, ihre Lebensgeschichte, ihre Erinnerungen und Zukunftswünsche als Hörbuch einzusprechen und etwas ganz Besonderes zu hinterlassen.

LESEN SIE WEITER AUF SEITE 2

Beim Familienhörbuch handelt es sich um ein wissenschaftlich begleitetes Projekt für Menschen, die schwer erkrankt sind und noch minderjährige Kinder haben. Es bietet eine Möglichkeit, etwas ganz Besonderes zu hinterlassen.
-Foto: Pixabay/honorarfrei

PETER BURG HAUS
INDIVIDUELLE ARCHITEKTUR
Werte für's Leben.
LANDAU • TEL. 0 63 41 / 557 557 2 WWW.PETER-BURG-HAUS.DE

KVHS SÜDLICHE WEINSTRASSE

Lesen und Schreiben für Erwachsene

LANDAU Für Menschen mit guten mündlichen Deutschkenntnissen, aber Schwächen beim Lesen/Schreiben, beginnt am Donnerstag, 20. Januar, um 18.15 Uhr, ein kostenloser Kurs in der Lazarettstraße 40. Anmeldung: 06341-940-188 oder vhs@suedliche-weinstrasse.de. (per)

GARAGENTORE nach Maß!
Tore + Antriebstechnik
elektro-lutz GmbH
76756 Bellheim ☎ 07272/2535

NEU FÜR SIE IN KANDEL
www.laengle-immobilien.de
• WEG-Verwaltung
• Mietverwaltung
• Verkauf & Vermietung
• Kostenfreie und unverbindliche Marktpreisanalyse
HAUPTSTRASSE 91 | 76870 KANDEL | TEL: 07275 / 91 69 222
LÄNGLE IMMOBILIEN
Hausverwaltung & Immobilienvermittlung

Wir realisieren Ihre Wohnidee!
Kreativ Massivhaus GmbH
Bauen mit Kompetenz und Leidenschaft!
...auch als KfW-Effizienzhaus
Lise-Meitner-Str. 14 • 76829 Landau
Telefon 06341 / 9696596
E-Mail: info@kreativ-massivhaus.de
www.kreativ-massivhaus.de

KLEIDERSPENDEN KOMMEN AN

Die Neupotzerin Sarah Baumann hilft Familien in Sri Lanka

Sarah Baumann (Mitte) verteilt mit der Hilfe von Rainer Taller in Ambalangoda (südlich der Hauptstadt Colombo) die gesammelte Kleidung. -Foto: privat

NEUPOTZ/SRI LANKA Im April 2020 wollte sie in Sri Lanka sein, um als Volunteer Familien dort zu unterstützen. Dann kam alles anders – statt vor Ort Hilfe zu leisten, organisierte Sarah Baumann damals kurzerhand von der Südpfalz aus Hilfaktionen und sammelte Spenden. Fast zwei Jahre später, zum Jahreswechsel 2021/2022 ist die Neupotzerin nun endlich wieder in dem Land angekommen – aber natürlich nicht mit leeren Händen.

Es ist nicht ihr erster Besuch in dem Land, Sarah Baumann ist dort bereits gut vernetzt, hat viele Bekannte und weiß, wo Unterstützung notwendig ist. Durch die Sammelaktionen im Frühjahr 2020 hat sie außerdem Rainer Taller kennengelernt – ein Deutscher, der seit einigen Jahren bereits in Sri Lanka lebt und ihr seither beratend zur Seite steht. So weiß sie auch jetzt genau, was vor Ort dringend gebraucht wird: Mit einem großen Sack voll Kleiderspenden ist Sarah nun nach Sri Lanka gereist und kann so schon in den ersten Tagen nach ihrer Ankunft viele Familien und vor allem die Kinder mit neuen Kleidungsstücken glücklich machen. (red)

TRAINER:INNEN GESUCHT!

SV 1961 Landau West e. V. freut sich über Unterstützung

LANDAU Die Pandemie hinterlässt auch Spuren an einem Sportverein: Zwar hatte der SV 1961 Landau West e. V. in den vergangenen zwei Jahren fast keine Abmeldungen von Jugendlichen aus dem Trainings- und Spielbetrieb, trotz immer wiederkehrender Unterbrechungen. „Es ist jedoch weiterhin schwierig, Menschen für das Ehrenamt zu gewinnen", berichtet Rudi Prinz, der für die Öffentlichkeitsarbeit des Vereins zuständig ist. Die Unsicherheit und die zusätzlichen Aufgaben, welche durch diverse Verordnungen den Vereinen auferlegt wurden, lassen viele Menschen zögern, diese Verantwortung und den zeitlichen Aufwand zu übernehmen. Als größter Fußballverein der Stadt Landau wird beim SV Landau West eine mittlere zweistellige Anzahl an Ehrenamtlichen benötigt, um die adäquate Betreuung aller Jugendgruppen sicherzustellen. Trainer:innen erhalten vom Verein Unterstützung bei der Ausbildung und Zertifizierung beim SWFV von Fortbildungen für Jugendbetreuer bis zur C-Lizenz. Diese können im Studium als Leistung anerkannt werden. Wer Interesse hat, sich beim SV 1961 Landau West e.V. als Trainer:in zu engagieren, kann sich hier weiter informieren: www.landau-west.de. (per)

„Wer möchte uns trainieren?"
-Foto: honorarfrei

EDEKA Paul.
Regional. Frisch. Freundlich.
Wir & Jetzt für unsere Region
Wir kennen unsere Bauern!
Steinfeld
Alte Landstraße 10 | Mo – Sa 08:00–20:00 Uhr
Billigheim-Ingenheim
Firststraße 27 | Mo – Sa 08:00–21:00 Uhr
Regional ist erste Wahl, Sie finden alle Infos dazu auf www.edeka-paul.de

Bad & Wärme

- 60-Plus-Bad
- Komplettbäder
- individuelle Lösungen
- Planung in 3D
- Trinkwasseraufbereitung

- innovative Heizungsanlagen
- Solar und Photovoltaik
- Klimageräte
- Kunden- und Notdienst
- Wartungsverträge

ANTRETTER & ZITTEL GmbH
Bad und Wärme • seit 1968
Queichheimer Hauptstraße 247 - 76829 Landau Tel (06341) 95 65 0 - www.antretter-und-zittel.de

FÜHRERSCHEINUMTAUSCH

Direktversand der neuen Führerscheine möglich

SÜW Im Rahmen des Führerscheinumtauschs wird nun bei der Kreisverwaltung Südliche Weinstraße ein neuer Service angeboten. Ab sofort ist es möglich, dass durch die Bundesdruckerei eine Zustellung des Führerscheins direkt an die Wohnanschrift veranlasst wird. Somit ist eine erneute Vorsprache zur Abholung des neuen Führerscheins nicht mehr notwendig.

Voraussetzung für den Postversand ist, dass der alte Führerschein bei der Antragstellung durch eine Lochstanzung ungültig gemacht wird. Zusätzlich wird der Führerschein mit einem Aufkleber versehen, auf dem die befristete Gültigkeit des Dokuments bestätigt wird. Der alte Führerschein gilt dann bis zum Erhalt des neuen Führerscheins als Fahrberechtigung. Fahrten ins Ausland sollten allerdings erst wieder mit dem neuen Führerschein vorgenommen werden.

Ab sofort ist es möglich, dass eine Zustellung des Führerscheins direkt an die Wohnanschrift veranlasst wird. -Foto: honorarfrei

Für die Zustellung des Führerscheines wird neben den Antragsgebühren von 25,30 Euro bei Antragstellung eine zusätzliche Gebühr von 4,20 Euro erhoben. Eine Antragstellung ist derzeit nur nach vorheriger Terminvereinbarung möglich. Diese kann online unter www.suedlicheweinstrasse.de erfolgen.

Aktuell müssen aber nur die Papierführerscheine der Geburtsjahrgänge 1953 bis 1958 umgetauscht werden. Für die Geburtsjahrgänge 1959 bis 1964 ist die Umtauschfrist ein Jahr später. (per)

LIEBLINGS Rezept

REZEPT DER WOCHE

GEFÜLLTE CHAMPIGNONS MIT SPINAT UND ZARTWEIZEN

Voller Ballaststoffe, Vitamine und Mineralstoffe

ZUTATEN FÜR 20 STÜCK

120 g Feta
½ Zwiebel
1 Zehe Knoblauch
20 Große Champignons
100 g Blattspinat (TK)
3 EL Olivenöl
80 g Zartweizen
1 TL Gemischte Kräuter TK
Salz, Pfeffer

Den würzigen Geschmack bekommt das Gericht durch eine Mischung aus intensiven Kräutern sowie Zwiebeln und Knoblauch. -Foto: honorarfrei

ZUBEREITUNG

1. Zur Vorbereitung die Zwiebel und den Knoblauch schälen. Die Zwiebel fein würfeln und den Knoblauch pressen. Den Backofen auf 190°C vorheizen.

2. Den Zartweizen nach Packungsanweisung garen. Die Champignons putzen, den Stiel entfernen und fein würfeln. Den Spinat auftauen und beiseitestellen.

-Foto: Freepik

3. Anschließend 1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel sowie den Knoblauch andünsten. Die gewürfelten Champignon-Stiele hinzugeben und 5 Minuten mit braten. Im Anschluss den Spinat in einem Sieb ausdrücken und zu den Zwiebeln geben. Alles mit Salz, Pfeffer und Kräutern abschmecken und 10 Minuten dünsten lassen. Zum Schluss den Feta und den gegarten Zartweizen unterrühren.

4. Die Champignonköpfe zusammen mit 2 EL Olivenöl in eine feuerfeste Pfanne oder Auflaufform geben und mit dem Spinat-Weizen-Käse-Mix füllen. Anschließend alles für ca. 40 Minuten im vorgeheizten Backofen backen. (per)

WAS ICH DIR NOCH ERZÄHLEN WOLLTE ...

***FORTSETZUNG VON SEITE 1:** Das Familienhörbuch-Projekt etabliert sich*

Lydia ist Mutter zweier Töchter und an Krebs erkrankt. Aufgrund ihrer Diagnose muss sie damit rechnen, dass sie ihre Kinder nicht mehr lange begleiten kann. Das schmerzt und macht wütend. Sie betont: „Ich weiß, es ist utopisch und trotzdem hoffe ich immer noch, dass ich noch lange da sein kann." Es sei ihr ein wichtiges Anliegen, dass ihre Mädchen einen Eindruck davon bekommen, wer sie war und welche Werte ihr wichtig sind. „Sie sollen wissen, das hat die Mama begeistert und interessiert, aber ich möchte auch erzählen, dass im Leben nicht immer alles positiv verläuft und vermitteln, dass es sich lohnt, trotzdem weiter zu machen und eine große Offenheit für das Leben mitzubringen. Das ist etwas, was ich mir wünsche, dass sie freimütig auf Neues zugehen und dass sie dabei nie vergessen, wie lieb ich sie habe", so die Projektteilnehmerin. Sie spricht zur Erinnerung auch Abendgebete ein, berichtet von ihrer ersten großen Liebe und ihrem Grundschullehrer, der recht deutlich ihr mangelndes Talent für Gesang benannte. Manchmal kommen Tränen während der Aufnahmetage, oft wird aber auch gelacht und ganz selbstverständlich fließt so ganz viel Persönlichkeit und der Kern, der Lydia ausmacht, in die Erzählungen mit ein. Nach drei Tagen sind alle Kapitel aufgenommen, Vor- und Nachwort formuliert und eine Liste mit Lieblingsmusikstücken erstellt. Nun ist ein Sounddesigner, eine weitere wichtige Berufsgruppe im Familienhörbuch-Team, an der Reihe und fügt die Geschichten harmonisch zusammen, unterlegt sie mit Musik und passenden Geräuschen und macht das Ganze rund. Im Idealfall geht das Endprodukt zeitnah an die Teilnehmenden zurück und sie können noch zu Lebzeiten gemeinsam mit der Familie in die Erinnerungen eintauchen, sie Teil des Alltags werden lassen und für sich selbst, aber auch die Angehörigen Trauerarbeit leisten.

Die Rundfunkjournalistin Judith Grümmer, die das Familienhörbuch aus der Taufe gehoben hat, freut sich, dass sie gemeinsam mit ihrem Team mittlerweile 140 Hör-Vermächtnisse produzieren konnte. Die vielen positiven Rückmeldungen der Teilnehmenden und deren Familien sowie eine wachsende Anzahl an Preisen, wie beispielsweise der Publikumspreis beim Social Design Award 2021 des Spiegels, bestärken sie darin mit voller Kraft das Familienhörbuch-Projekt auszubauen. Die Aufnahmen werden auf Spendenbasis finanziert. Es gab bereits Zeiten, in denen mehr Interessenten Hörbücher angefragt haben, als das Budget hergab. Das führte dazu, dass die schwerkranken Eltern auf eine Warteliste kamen und unklar war, ob sich ihr Wunsch noch realisieren lassen würde. Die gemeinnützige Organisation geht damit transparent um und viele Projektteilnehmer:innen oder deren Angehörige stoßen deshalb selbst Spendensammelaktionen an, damit noch viele andere lebensverkürzt Erkrankte die Möglichkeit erhalten, ein Familienhörbuch für ihre Lieben einzusprechen. Ein solches Hördokument kann den Trauerprozess ein Stück leichter machen und auch für spätere Generationen eine Art Zeitzeugenbericht sein. (cdr)

Manchmal kommen Lydia Tränen während der Aufnahmetage, oft wird aber auch gelacht. -Foto: cdr

Anmerkung: Damit Ansteckungsrisiken minimiert werden, wird das Projekt selbstverständlich unter Einhaltung von Hygieneabstandsregeln durchgeführt und auf Wunsch auch online realisiert.

Wer sich ehrenamtlich für das Familienhörbuch engagieren möchte oder mit einer Spende die gute Sache unterstützen kann, findet unter www.familienhoerbuch.de weitere Informationen.

DAS MEDIENZENTRUM
Der Komplettservice unter einem Dach
punkt die agentur
Individuelle Designlösungen
Mediaplanung
Eventmarketing
Webdesign
Digitales Marketing
PUNKT-AGENTUR.DE
Ihr KREATIV-TEAM aus Kandel
PFALZ-ECHO
Wir beraten Sie gerne
07275 98 56-0
Regionale Nachrichten
Interviews und Presseberichte
Textwerkstatt
Beilagenwerbung
Onlinevermarktung
Jobportal
Georg-Todt-Str. 3
76870 Kandel
info@pfalz-echo.de
PFALZ-ECHO.DE
Wir vereinen für Sie Kreativität, Kompetenz, Leistung und Engagement in einem Team.

NICHT NUR IN DEN WINTERMONATEN

So kann Obdachlosen in Landau geholfen werden

LANDAU Kalt und ungemütlich ist es aktuell auf den Straßen in der Region. Vor allem für Menschen, die nicht die Möglichkeit haben, sich in die eigenen vier Wände zurückzuziehen. Auf sie legt die Stadt Landau vor allem mit Blick auf die aktuell sinkenden Temperaturen ein besonderes Augenmerk und achtet darauf, dass Menschen ohne Obdach unbeschadet durch diese schwere Zeit kommen – doch auch jede und jeder Einzelne kann etwas tun.

„Unser Ordnungsamt wie auch die Polizei passen bei niedrigen Temperaturen besonders darauf auf, dass niemand nachts draußen schläft, und unsere Streetworkerinnen und Streetworker stehen im ständigen Kontakt mit obdachlosen Menschen sowie Menschen, die von Obdachlosigkeit bedroht sind", betonen Oberbürgermeister Thomas Hirsch, Sozialdezernent Dr. Maximilian Ingenthron und Ordnungsdezernent Lukas Hartmann. „Wenn Sie aber jemanden sehen, der Hilfe benötigt, zeigen Sie bitte Mitgefühl und Zivilcourage. Bieten Sie Ihre Hilfe an und weisen Sie auf Unterstützungsangebote hin."

Bei akuten Notlagen ist stets der Notruf 112 die richtige Adresse.

Die beiden städtischen Streetworkerinnen Johanna Dreisigacker und Nina Sappert sowie Michael Jessl und Rosa Gosbee vom Team der Ambulanten Wohnungslosenhilfe der Caritas, die u.a. die Menschen in der städtischen Obdachlosenunterkunft betreuen, machen deutlich: „Niemand muss auf der Straße leben und wir haben in Landau die Möglichkeit, die Menschen unterzubringen. Viele Obdachlose nehmen das Angebot einer Notunterkunft auch an – aber eben nicht alle." Für diese Menschen gebe es trotzdem Unterstützungsangebote, u.a. die Ausgabe von Schlafsäcken bei der Caritas oder von warmen Winterkleidern bei der städtischen Streetwork. Die Obdachlosenunterkunft in Landau kann 40 Menschen aufnehmen und ist zurzeit nicht voll belegt. (per)

Mit Blick auf die aktuell sinkenden Temperaturen hat die Stadt Landau momentan ein besonderes Augenmerk auf Menschen ohne Obdach und achtet darauf, dass sie unbeschadet durch diese schwere Zeit kommen. -Foto: Stadt Landau

Johanna Dreisigacker 0174-9089353, Nina Sappert 0152-04188916, Michael Jessl 0152-09119389 und Rosa Gosbee 0172-6504728.

RÄTSELSPASS!

SUDOKU

ANLEITUNG: Das folgende Rastergitter muss so ausgefüllt werden, dass jede Reihe, jede Spalte und jede 3 x 3-Box alle Zahlen von 1 bis 9 genau einmal beinhalten! Das Rätsel muss um die vorgegebenen Zahlen herum aufgefüllt werden. Jedes Sudoku hat nur eine Lösung, diese finden Sie in der nächsten Ausgabe.

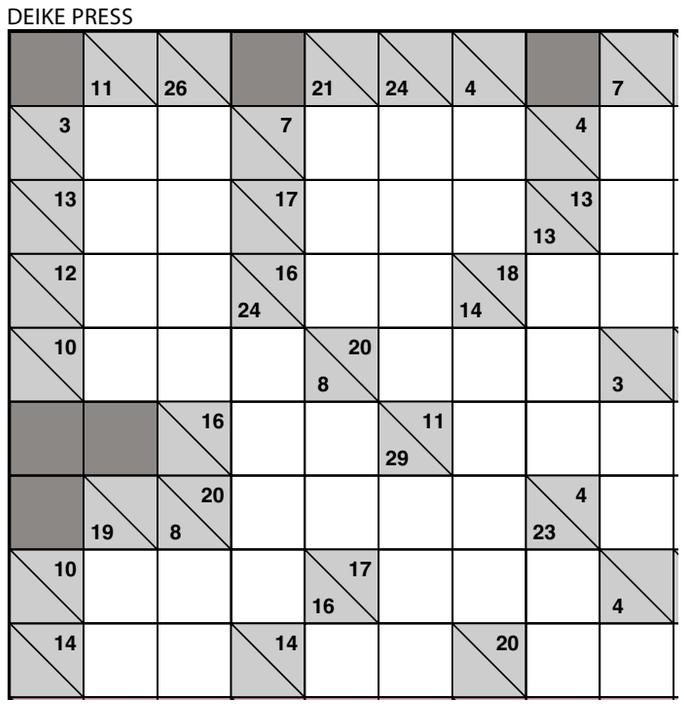
DEIKE PRESS

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

KAKURO

ANLEITUNG: Die Zahlen von 1 bis 9 sind so einzutragen, dass sie die jeweils angegebene Summe ergeben. In keiner Antwort darf eine Zahl doppelt vorkommen.

DEIKE PRESS



Der erfolgreiche deutsche Fußballtrainer Christoph Daum ist in regelmäßigen Abständen zu Gast im „STAHLWERK Doppelpass“ auf SPORT1.
-Foto: Sport 1/Rupp

„ICH HABE HIER UND DA FÜR KLEINE WINDBÖEN ODER ORKANE GESORGT.“

***UNTER VIER AUGEN:** Der Fußballtrainer Christoph Daum spricht über Wortwahl, Bessermachen statt Besserwissen, die Reform im Nachwuchsfußball und seinen Weg vom Tellerwäscher zum Millionär*

STECKBRIEF

Christoph Daum

Geboren 1953 in Zwickau, studierte Sportwissenschaften an der Deutschen Sporthochschule Köln, außerdem Erdkunde und Sport auf Lehramt

Trainer verschiedener Bundesligavereine von Mltte der 1980er Jahre bis 2014, mit dem VfB Stuttgart 1992 Deutscher Meister

2016 bis 2017 Trainer der rumänischen Nationalmannschaft

Seit 1990 engagiert sich Daum unter anderem beim Fußball-Fanclub für Blinde und Sehbehinderte e. V. „Sehhunde“

Nach der Kokain-Affaire im Oktober 2000 wurde ein entsprechendes Gerichtsverfahren gegen Auflage der Zahlung von 10.000 Euro eingestellt

Verheiratet, vier Kinder, wohnt in Köln-Hahnwald

von Markus Eisel

Herr Daum, wie sehen momentan Ihre Aufgaben aus?
Christoph Daum: Im Prinzip bilde ich Trainer aus unterschiedlichsten Ligen im Fußballbereich fort. Ich habe regelmäßig beim Fußballlehrerlehrgang, bei der Pro-Lizenz mitgearbeitet und Vorträge gehalten. Im Bereich des BDFL habe ich an den regionalen Fortbildungen meine Vorträge gehalten und auch beim internationalen Trainerkongress. Ich bin in der Trainerausbildung und Fortbildung für den DFB tätig und darüber hinaus begleite ich im privaten Bereich einzelne Personen in Schlüsselpositionen wie Trainer oder Mannschaftsmanager im Verein oder in Nachwuchsleistungszentren. Mir geht es darum, wie man Führungs-, Kommunikations- und Kooperationskompetenzen ausbildet und einsetzt, um dort ein Vereinsklima zu schaffen, in dem eine offene und transparente Kommunikation stattfindet. In dem ein ehrliches Feedback erfolgen kann, ohne dass man dadurch Nachteile zu befürchten hat. Denn nur so kommen wir zu einer konstruktiven und synergetischen Kommunikation.

Was würden Sie machen, wenn in der Bundesliga ein Trainerstuhl frei werden würde?
Christoph Daum: Oh nein, da reflektiere ich nicht mehr drauf.

Sie erhalten aber bestimmt Anfragen diesbezüglich, oder?
Christoph Daum: Aus der Bundesliga nicht, aber aus dem Ausland schon – aus der Türkei, dem arabischen Bereich oder aus China. Neulich habe ich eine Anfrage als Nationaltrainer aus dem Kosovo erhalten. Was interessant gewesen wäre, ich allerdings auch, wie die Anfragen aus Holland und Belgien, abgelehnt habe. Anfragen gibt es noch, aber ich bin nicht mehr auf der Suche. Ich bin in der vorteilhaften Situation, in der ich nicht mehr müssen muss, und bin mir dessen bewusst, dass ich mit meinem Wissen und meiner Erfahrung manchem Verein eine wertvolle Hilfe sein kann, um die gesteckten Ziele zu erreichen. Aber nur einen Job zu haben und eine Mannschaft in der Liga zu halten – was natürlich auch ein wichtiges Ziel ist –, ist für mich nicht mehr die richtige Herausforderung.

Markus Eisel im Gespräch mit Christoph Daum.
-Foto: honorarfrei

Es kann aber bestimmt mal vorkommen, dass ein Bundesligamanager anruft und sie nach Ihrer Meinung fragt.
Christoph Daum: Ich stehe mit einigen Managern in Kontakt. Da geht es immer um Personalentscheidungen, die nicht mich selbst betreffen, sondern um meine Meinung zu Personalentscheidungen, die sie treffen müssen.

Das ist aber doch auch toll, wenn man an diesem Punkt angelangt ist.
Christoph Daum: Das stimmt. Meine ganze Karriere ist selbstsprechend. Die Kenntnisse sind sowohl national als auch international vorhanden und in manchen Ländern habe ich auch sehr spezifische Kenntnisse. Ich habe eine lange Zeit in Belgien und Österreich verbracht. War fast zehn Jahre in der Türkei und zwei Jahre in Rumänien. In dieser Zeit habe ich natürlich über den deutschen Tellerrand hinausschauen können, was meinen Erfahrungsschatz nochmal enorm erweitert hat.

Sie sind schon immer ein Mensch, der polarisiert. Mich als Bayern-Fan hat es einerseits total erschreckt, ich fand es aber auch sehr mutig und faszinierend, dass Sie Ende der 80er Jahre den heiligen Jupp Heynckes attackiert haben. Ohne Sie jetzt beleidigen zu wollen: Sie waren damals für mich der Uli Hoeneß der Trainerbank.
Christoph Daum: Dazu kann ich sagen, dass es einige Dinge gibt, auf die ich nicht stolz bin. Ich habe mich auch für vieles oft bei Jupp Heynckes entschuldigt. Es gibt einige Dinge, die man mir einfach unterstellt und in den Mund gelegt hat, die ich niemals gesagt habe, von denen ich mich distanziert habe und sogar rechtlich dagegen vorgegangen bin. Was mich einfach richtig gestört hat, war, dass Bayern München immer die sportliche und moralische Instanz des deutschen Fußballs war. Das habe ich überhaupt nicht eingesehen, und es gibt unheimlich viele Personen, die sich einfach geduckt haben. Mir wurde oft von den Kollegen nahe gelegt, dass ich wahnsinnig bin und im deutschen Fußball nie was erreichen könne, wenn ich gegen die Hausmacht von Bayern München antrete. Das hat mich aber nicht interessiert. Ich habe mich für meine Familie, den 1. FC Köln, eingesetzt. Ob meine Wortwahl immer dem Fußballknigge entsprochen hat, wage selbst ich zu bezweifeln. Auf der anderen Seite ist einfach auch eine gewissen Renitenz notwendig, um manche Dinge anzuschieben. Wenn kein Wind ist, fällt die Regatta aus – rein bildlich gesehen. So habe ich hier und da für kleine Windböen oder Orkane gesorgt und habe damit auch den Fußball auf eine gewisse Art und Weise interessant gemacht. Wenn ich heute so darüber nachdenke, hätte ich das damals auch mit einer anderen Wortwahl erreichen können, aber damals war ich einfach noch nicht so weit. Ich befand mich noch in der Sturm- und Drangzeit (*lacht*).

Es hätte mich unheimlich interessiert, wie Sie Ihre Mannschaft in der Kabine motiviert und eingestellt haben. Sie waren ja kein Profifußballer und haben den Kölner Verein als Amateurtrainer übernommen, in welchem auch Spieler waren, die bereits schon 50 bis 60 Länderspiele absolviert hatten. Die haben sich vermutlich gefragt: „Was will mir so einer bitte erzählen?“

„... VOM TELLERWÄSCHER ZUM MILLIONÄR.“

Christoph Daum: Bevor ich Assitenztrainer wurde, habe ich bereits sehr eng mit den Lizenzabteilungen zusammen gearbeitet. Ich wurde in viele Personalentscheidungen mit einbezogen. Oft habe ich mit Lizenzspielern oder suspendierten Spielern ein extra Training abgehalten. Ich kann mich noch genau daran erinnern, dass mein erstes Lizenztraining mit Bernd Schuster war. Bernd Schuster war suspendiert und hatte Anspruch auf Einzeltraining. So habe ich mein ganzes Trainerregister gezogen und ihn richtig rangenommen. Er hat wahnsinnig gut mitgezogen, war unheimlich sympathisch. Das ging über mehrere Wochen, bis er einen neuen Verein hatte. Ich war also schon seit Anfang der 80er-Jahre in den Lizenzbereich eingebunden, bin nicht von heute auf morgen aus dem Jugendbereich in den Profibereich gekommen, sondern bin langsam reingewachsen. Als ich Assistenztrainer war, habe ich schon die Trainingspläne gemacht, die Spieleanalysen vorbereitet. Die Spieler wussten alle, dass das Training eigentlich von mir kommt. Die Traningsinhalte waren auf einmal unheimlich interessant und abwechslungsreich. Die Gegneranalysen waren viel detaillierter und es gab auch viel mehr individuelle Informationen. Das war vorher nicht der Fall. Dadurch war die Wertschätzung zu meiner Person gegeben und ich war kein Unbekannter mehr. Insofern bin ich nicht ins kalte Wasser geworfen worden, sondern bin in diese Rolle hineingewachsen. Ich hatte nie im Hinterkopf, Cheftrainer beim 1. FC Köln zu werden, sondern einfach meinem Verein zu helfen und ihn zu unterstützen. Die Ergebnisse, die ich erzielt hatte, sprachen für sich, das Vertrauen der Mannschaft in mich – was ich bereits vor der Verpflichtung genoss – sprach für mich. Insofern haben sich einige Dinge glücklich zusammen gefügt und so konnte ich die traumhafte Karriere vom Tellerwäscher zum Millionär durchlaufen.

War für Sie als Trainer das Thema Motivation wichtiger als die Taktik? Oder hielt sich das die Waage?
Christoph Daum: Der Bereich der Einstellung – welche Einstellung bringt der Einzelne für die Mannschaft mit – , ich würde es auch als Mentalbereich bezeichnen, ist für mich genauso wichtig wie das Physische, Technische und Taktische. Der mentale Bereich muss genauso geschult werden, wie die anderen Bereiche. Der wurde doch etwas vernachlässigt und ich habe mir gesagt: „Wenn du einen Unterschied zu anderen Mannschaften, anderen Trainern ausmachen willst, dann musst du dich in diesem Bereich ausbilden.“ Somit habe ich zusätzliche Vorlesungen im psychologischen Bereich besucht. Ich war der Erste, der einen Mentaltrainer hatte. Dewegen wurde ich unheimlich attackiert. Das war damals Neuland und führte dazu, dass ich belächelt wurde. Irgendwann merkte man, dass das gar nicht so verkehrt war und ich wurde für meinen Pioniergeist bewundert. Das sind eben Entwicklungen, in denen man durch alle Angriffe durch muss. Psychisch muss ein Spieler natürlich auch top aufgestellt sein, aber ich habe sehr viele Einzelgespräche und auch Gruppengespräche geführt, um das mentale Bewusstsein zu stärken. Es gibt keine Grenzen, außer die, die du dir selbst auferlegst. Wer sagt denn von vornherein, dass Bayern München Meister wird? An diesen Dingen habe ich immer mit den Spielern gearbeitet. Dadurch verändern sie ihr Denken, verlassen ihre Komfortzone und sehen Dinge, die sie ständig hören, beispielsweise, wie toll die Bayern sind, nicht als das Amen in der Kirche an. So habe ich immer Impulse vorgegeben, und die Mannschaft hat das dann reflektiert – manches vielleicht abgelehnt, – aber es hat immer zum Nachdenken angeregt.

„DU MUSST EIN BESSER-MACHER SEIN.“

In den letzten Jahrzehnten gab es immer wieder Fußballtrainer, die Besonderes bewirkt haben. Sie haben in meinen Augen im Motivationsbereich unheimlich viel nach vorne gebracht. Ralf Rangnick hat erklärt ,wie Fußball funktioniert. Jetzt gibt es Nagelsmann, der in seinen jungen Jahren den Fußball vielleicht nicht neu erfindet, ihn aber besser strukturiert. Sehen Sie das ähnlich?
Christoph Daum: Auf der einen Seite sehe ich das ähnlich. Allerdings schmunzele ich immer darüber, wie einfältig Journalisten sind. Es gibt Dinge, die sind so oft wiederholt worden, dass wir sie als natürliche Weisheiten angenommen haben. Ralf Rangnick hat einmal im Sportstudio etwas an der Tafel erklärt und hat dadurch von den Journalisten ein Image bekommen. Felix Magath hat das Quälix-Image bekommen. Es werden immer wieder Schubladen aufgemacht, in die wir reingesteckt werden. Zu Julian Nagelsmann möchte ich sagen, dass er genau versteht, was heute gefordert ist. Er versteht es, ein Mitarbeiterteam und eine Mannschaft zu führen. Das Mitarbeiterteam ist heutzutage größer als die Mannschaft, das vergessen viele. Dieses Team ist voller Experten, die enorm wichtig sind und ihre Wichtigkeit auch immer wieder unter Beweis stellen. Diese Mitarbeiter vernünftig zu führen, ist eine riesige Koordinationskompetenz. Innerhalb der Mannschaft haben wir ja auch eine Ansammlung vieler „Ich-AGs“ in finanziellen Sphären, die man nicht außer Acht lassen sollte, vor allem bei Bayern München. Um auf der nächsten Ebene zu moderieren, wie es Julian Nagelsmann macht, gehört schon eine unheimliche Reife dazu. In seinem Alter war ich nicht so weit, obwohl ich schon in der Bundesliga war. Er ist überall auf dem neuesten Stand, bildet sich permanent weiter und ist bereit, ständig dazu zu lernen. Sehr interessant fand ich, dass er sich trotz dieser Verwissenschaftlichung des Fußballs, die manchmal ein bisschen zu weit geht, immer noch im Klaren ist, inwieweit Fußball ein Spiel der Emotionen ist. Er versteht, diese Emotionen zu kanalisieren und er versteht es auch, Emotionen in die Mannschaft zu transportieren. Julan Nagelsmann ist einfach klasse, aber auch Jürgen Klopp ist klasse. Wie er sich in Liverpool zunächst zurechtfinden musste, denn es war nicht sofort die Erfolgsstory. Aber wie er sich dann auf die Besonderheiten des englischen Fußballs eingestellt hat, war fantastisch. Auch hier sieht man wieder, wie wichtig es ist, als Trainer offen zu sein, zuhören zu können und lernbereit zu sein. Lernanpassungsfähigkeit ohne deine Stärken aufzugeben – das ist wichtig! Es bringt nichts, wenn ich von meinem Anspruchsniveau herunter gehe, um mich dem bestehenden Anspruchsniveau anzugleichen, sondern ich muss versuchen, das bestehende Niveau auch entsprechend zu erhöhen. Du musst ein Bessermacher sein und darfst kein Besserwisser sein!

In den letzten Jahren habe ich doch immer wieder gelesen, dass unser Jugendfußball reformiert werden müsste. Für die Jugend im Fußball bestehen nur noch taktische Zwänge. Wie soll da eine Änderung herbeigeführt werden? Die Nachwuchsleistungszentren müssten ihre Arbeit ändern.
Christoph Daum: Wir Deutschen sind ja oft so, wenn etwas schief läuft muss es sofort ins Gegenteil gewendet werden, wie zum Beispiel: Ballbesitzspiel ist out. Ballbesitzspiel wird nie out sein! Das ist Schwachsinn! Was Hermann Gerald sagt, ist eigentlich, dass neben der taktischen Ausbildung den Spielern auch individuelle Freiräume zustehen müssen. In Spanien wird das bereits gut praktiziert – das macht übrigens ein Deutscher. Kinder bis zu einem gewissen Alter spielen nur in einem Kleinfeldbereich 3 gegen 3, um möglichst viele Ballkontakte zu haben. Ich weiß nicht, was es bringen soll, wenn im unteren Altersbereich schon so früh mit Meisterschaften und Tabellen angefangen wird. Die Frage ist, wo und wann gibt es dann den Übergang zu größeren Gruppen mit mehr Spielern und dann eben auch mit wie vielen Spielern. Sollen es erstmal sieben Spieler sein oder gleich elf? Dazu sind sehr viele Diskussionen im Augenblick im Gange. Es gibt Pilotmodelle. Der niedersächsische Verband hat sich als erster auf die Fahne geschrieben, sein Jugendkonzept umzustellen. Vorreiter war Hannover 96. Wir müssen eine größere Individualisierung eingehen, ohne die anderen Dinge des Zusammenspiels, des Kommunikationsspiels, des Gruppenverhaltens und Mannschaftsverhaltens außer Acht zu lassen. Die Frage aus methodisch didaktischer Sicht ist, welche Ausbildungsschwerpunkte in welchem Alter gesetzt werden. Die Konzepte sehen immer sehr gut aus. Für mich ist es wichtiger, wie die konkreten Inhalte aussehen, und noch wichtiger ist es, wie die Umsetzung aussieht. Daran müssen wir arbeiten. Ich habe dem DFB vorgeschlagen, dass wir in der Jugendtrainerausbildung parallel zum Fußballlehrgang fast einen ähnlichen Nachwuchstrainerlehrgang etablieren müssen. Der muss mindestens über ein halbes Jahr andauern. Ich würde mich auch sehr freuen, wenn die Bundesligavereine in ihrer jeweiligen Region mit ihren Jugendtrainern in die kleinen Vereine gehen, um dort den Jugendtrainern, die auch oft ehrenamtlich arbeiten, Hilfen an die Hand zu geben. Der Profifußball muss wieder auf die Basis zugehen, in dem er ihr die Hand reicht.

Wenn nicht jetzt – wann dann?!
Erbrechtliche Vorsorge.

CHRISTOPH ROLAND FOOS, LL.M.
RECHTSANWALT & FACHANWALT FÜR ERBRECHT
MAGISTER DER VERWALTUNGSWISSENSCHAFTEN
WWW.RA-FOOS.DE RECHTSANWALTFOOS INFO@RA-FOOS.DE

SCHLUCK FÜR SCHLUCK ZU MEHR WOHLBEFINDEN

Mit diesen 5 Tipps ist ausreichend Trinken kein Problem.

Heute schon genug getrunken? Vielen fällt es schwer, täglich ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Dabei benötigt unser Körper pro Kilogramm Körpergewicht rund 30 bis 40 Milliliter Wasser. Das sind durchschnittlich zwischen 1,5 - 2,5 Liter Mineralwasser pro Tag. Ist unser Wasserbedarf aber nicht ausreichend gedeckt, fühlen wir uns schlapp und leistungsunfähig. Bei einem stärkeren Flüssigkeitsmangel drohen sogar Übelkeit und Kopfschmerzen.

Das Wasser wird benötigt, um wichtige Körperfunktionen aufrechtzuerhalten. Diese kleinen Tipps und Tricks helfen dabei, garantiert genug Wasser zu trinken.

Tagesstart: Mit einem Glas Mineralwasser am Morgen startet man den Tag gleich in die richtige Richtung und ist gleich wacher. Eine Dusche von Innen sozusagen. Wasserverluste über Haut und Atem während des Schlafs werden so direkt am Morgen ausgeglichen.

Rituale: Der Mensch ist ein Gewohnheitstier. Vieles passiert einfach nebenbei, weil es jeden Tag so abläuft. Mit einem Wassertrinkritual kann mehr zu trinken so in den Tagesablauf integriert werden. Das kann ganz simpel sein, beispielsweise immer ein Glas Mineralwasser zur vollen Stunde trinken.

Mitnehmen: Viele Menschen haben selten Durst und verspüren sie doch einmal das Gefühl, sind sie unterwegs und haben gerade nichts zur Hand. Dann gerät das Trinken wieder in Vergessenheit. Deswegen hilft es, unterwegs immer eine Flasche Mineralwasser dabeizuhaben.

Abwechseln: Auch bei Mineralwasser können wir Abwechslung ins Spiel bringen. Wer zwischen den unterschiedlichen Kohlensäuregehalten eines Mineralwassers abwechselt, kann seine tägliche Wasserzufuhr interessanter machen. Von still bis spritzig - einfach mal durchtesten. (per)

IHRE WÖCHENTLICHE REGIONALZEITUNG
IN ÜBER 100.000 HAUSHALTEN

WEINGUT Jung KANDEL
Weineinkauf direkt beim Winzer
Saarstr. 115 · 76870 Kandel
Wir wünschen allen noch alles Gute für 2022
07275 2229
www.Weingut-Jung-Kandel.com

STELLENMARKT

ZAPF METALLBAU
Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams zum nächstmöglichen Eintritt einen
Metallbauer (m/w/d)
FR Konstruktionstechnik
(Schweisserkenntnisse WIG / MAG erforderlich)
Mittelwegring 13 • 76751 Jockgrim
07271 - 5435 • www.zapf-metallbau.de

Wir suchen einen tierlieben, teamfähigen und engagierten Mitarbeiter (m/w/d) in Vollzeit.
Berufserfahrung im Handel bzw. abgeschlossene Ausbildung wären von Vorteil.
Schriftliche Bewerbung per Mail an FH1490@Futterhaus.de
www.futterhaus.de
DAS FUTTERHAUS Landau
LANDAUS GROSSES TIERSORTIMENT

HAMBSCH TIEFBAU GMBH
76756 Bellheim • In der Fellach 7 • Fon 0 72 72 / 93 270
Wir suchen Sie! AB SOFORT (m/w/d)

WIR BAUEN TIEF AUS LEIDENSCHAFT www.hambsch-tiefbau.de
- Baggerfahrer
- Facharbeiter für Straßen- und Kanalbau
- Vorarbeiter oder mitarbeitender Polier im Straßen- und Kanalbau

Sie erwartet:
- Ein mittelständiges und modern geführtes Unternehmen mit verantwortungsvollen und abwechslungsreichen Arbeitsplätzen für den vorwiegend regionalen Kanal-, Leitungs- und Straßenbau
- Ein motiviertes Team und leistungsgerechte Bezahlung

Bitte bewerben Sie sich schriftlich oder per E-Mail: mail@hambsch-tiefbau.de

EICHENAUER
Heizelemente
Heizsysteme für die Automobiltechnik
Für eine Führungskraft unseres Hauses suchen wir, ca. 20 km von unserem Hauptsitz in Hatzenbühl entfernt, für einen 2-Personen Haushalt idealerweise ab Februar 2022 eine
Haushaltshilfe (m/w/d) im Privathaushalt
für 20 bis 25 Wochenstunden an fünf Arbeitstagen (Montag bis Freitag am Vormittag).
Zu Ihren Tätigkeiten gehören Haushaltsaufgaben aller Art wie, Putzen, Waschen, kleine Besorgungen und auch gelegentliches Kochen.
Wir wünschen uns eine sehr vertrauensvolle, verschwiegene aber auch selbständig arbeitende Person, die sehr gut Deutsch spricht.
Bei Interesse bewerben Sie sich per Mail an:
claudia.detzel@eichenauer.de
oder postalisch:
Eichenauer Heizelemente GmbH & Co. KG
z. Hd. Claudia Detzel
Industriestraße 1, 76770 Hatzenbühl
EICHENAUER Heizelemente GmbH & Co.KG
Industriestraße 1 · 76770 Hatzenbühl
www.eichenauer.de

AUCH AUF DER SUCHE NACH EINEM NEUEN MITARBEITER?
VERKAUF@PFALZ-ECHO.DE

Ratgeber
DIE PFALZ-ECHO · THEMEN - RATGEBER

RATGEBER LIEBE

IST DOPAMIN DAS LIEBESHORMON?

Stefanie Ludwig
Beziehungsberaterin
0176-66878322
info@liebegesund.de
www.liebegesund.org
-Foto: honorarfrei

Kennen Sie den Hit von Purple Discomashine „Dopamine"? Was in diesem Lied besungen wird, ist die Verliebtheit – genauer: der Rauschzustand einer Verliebtheit. In meinen Worten kurz zusammengefasst: Die Gedanken kreisen nur noch um diese eine Person. Am liebsten würde die Welt ruhen und die Verliebten würden Tag und Nacht zusammen verbringen. Diese rosarote Brille, mit der das Herz schneller schlägt, man jede Logik außer Acht lässt. High vor Glück auf der Wippe der extremen Gefühle.

Das Auf und Ab zwischen Nähe und Distanz, Unsicherheit & Vertrauen, um nur ein paar zu nennen.

Seufz. Und ja, dafür ist Dopamin zuständig.

In Kombination mit Adrenalin ein wahres Teufelszeug, was für viel Lust und Leidenschaft sorgt. Laut Schandrys biologischer Psychologie gehört Dopamin zu den Katecholaminen und ist ein sogenannter Neurotransmitter. Also ein Botenstoff, der Informationen von einer Nervenzelle zur anderen weitergibt. Wie jede Kommunikation kann auch dieser Prozess scheitern, und es kommt zu psychischen und psychomotorischen Auswirkungen.

Klein, aber oho, sag' ich da nur. Dopamin wird auch häufig als Glückshormon bezeichnet und sorgt für das schöne Hochgefühl, über allem zu schweben. Es verursacht auch bei Drogenabhängigen im Gehirn dieses Verlangen nach mehr und bei Verliebten die Sehnsucht nach Liebe. Weswegen auch Dopamin häufig als Liebeshormon tituliert wird. Nach meiner Definition von Liebe, völlig unpassend. Durch Dopamin sind wir gefühlt fremdgesteuert.

Liebe wird – in meinen Augen – aus bewussten Verhaltensweisen entwickelt, erhalten und aufgebaut. In diesem Zusammenhang können Sie sich auch noch einmal gerne die Liebe-gesund-Podcastfolge „Bedingungslos lieben können maximal Kinder" anhören.

Ich rate davon ab, Liebe mit Verliebtheit zu vermischen bzw. zu verwechseln. Trotzdem: So ein bisschen Dopamin im Alltag hat eine positive Auswirkung auf die Psyche und die Stimmung.

Können wir vielleicht unseren Dopamin-Level bewusst beeinflussen?

An dieser Stelle scheiden sich die Geister. Die medizinische Universität Wien sagt: Nein. Laut den Oberbergkliniken ist das sehr wohl möglich. Bei Dopamin-Mangel wird z. B. empfohlen, viel Geflügel, Banane, Avocado, Nüsse, Paprika, Mohrrüben sowie Schalentiere zu konsumieren, um den Dopaminspiegel wieder zu erhöhen und die Liebesfähigkeit wieder zu steigern.

Die Wahrheit ist wahrscheinlich in der Mitte zu finden. Gesundes Essen ist selten schlecht für die Psyche und eine aphrodisierende Wirkung von Lebensmitteln wird durch ein gutes Kopfkino begünstigt. Ein Versuch ist es allemal wert.

Falls Sie gerade verliebt sind, konservieren Sie sich ein paar Gefühle im Herzen. So können Sie diese ab und zu wieder ins Gedächtnis holen. Solche positiven Momente braucht jede langfristige Beziehung.

Und so komme ich zum Schluss noch auf eine Textzeile aus dem Lied zurück: „Wenn die Liebe so tief geht" ist es wahrscheinlich kein Dopamin – sondern eher Oxytocin. Aber Dopamin ist die Hoffnung auf Liebe und vielleicht ein Anfang für eine große Liebe. Vorsicht, dass Sie nicht süchtig werden.

Das passiert regelmäßig bei häufig wechselnden Partnerschaften. Nach bestimmten Zeiten trennen sie sich und suchen die „angebliche" Liebe bei einer anderen Person, scheitern abermals erfolglos und halten nach dem nächsten Verliebtheit-Kick Ausschau.

Bleiben Sie entspannt, es gibt passende Liebeskonzepte für alle Menschen, die Liebe lernen möchten. Bei Fragen, kommen Sie gerne direkt auf uns zu.

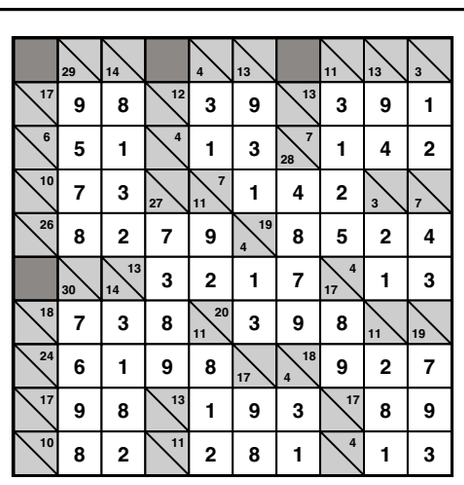
Ich wünsche Ihnen ein Jahr mit etwas Verliebtheit, etwas Glück und ganz viel Liebe.

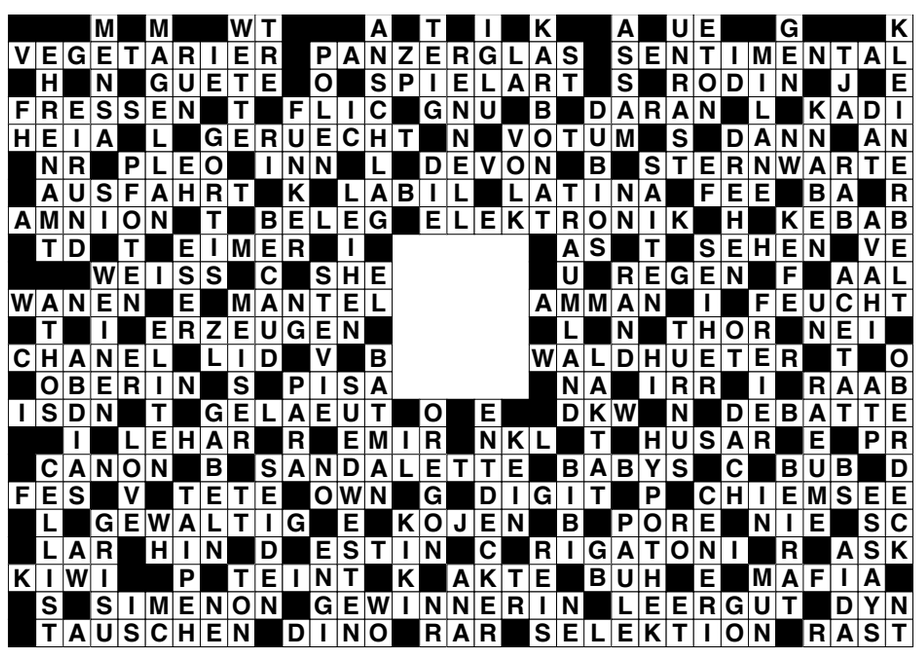
In diesem Sinn – l(i)eben Sie und bleiben Sie gesund.

Ihre Stefanie Ludwig

AUFLÖSUNG der Rätsel aus PFALZ-ECHO 02 / 21

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





SALATSCHUESSEL

Impressum:

Druck:
Badische Neueste Nachrichten
Badendruck GmbH
Linkenheimer Landstraße 133
76149 Karlsruhe-Neureut

Herausgeber & Verlag:
Pfalz-Echo Verlags- und Vertriebsgesellschaft mbH
Georg-Todt-Straße 3, 76870 Kandel
Telefon: 0 72 75-98 56 0, Fax: 0 72 75-98 56-11
Mail: info@pfalz-echo.de
Geschäftsleitung: Markus Eisel
Anzeigenleitung: Markus Griesch
Redaktion: Anne Herder

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keinerlei Haftung übernommen. Bei Nichtveröffentlichung von Anzeigen und nicht ausgeführten Beilagenaufträgen wird kein Schadensersatz geleistet, ebenso bei Nichterscheinen oder Verzögerung durch Störung des Arbeitsfriedens oder höhere Gewalt. Der Verlag übernimmt keinerlei Haftung für die Richtigkeit aller veröffentlichten Terminangaben, Berichte, Notdienste und Veranstaltungshinweise. Bei Verlosungen ist der Rechtsweg ausgeschlossen.

SIMSEK BAU GMBH
info@simsek-bau.de
www.simsek-bau.de
TIEF- UND STRASSENBAU
SCHORNSTEINTECHNIK
Ihr Spezialist
- für Kaminkopf-erneuerungen /-reparaturen
- für Edelstahlaußenkamin
- Kaminsanierung mit Edelstahlrohren
Am Gäxwald 30
76863 Herxheim
Tel. 07276/503085-0
Fax: 07276/503085-4

ES GRÜNT SO GRÜN ...

Aktion „Blühende Stadt Wörth" zeigt Wirkung

Die Anzahl wichtiger Zeiger-Insekten-Arten (wie z. B. Steinhummel) auf den Monitoring-Flächen hat sich seit Beginn der Aktion fast vervierfacht. -Foto: Michael & Mandy Fritzsche

WÖRTH Seit 2018 wurde die Pflege vieler Rasenflächen der Stadt Wörth von intensivem Mulchen auf eine schonendere Art der Pflege und Bewirtschaftung umgestellt. Die Wiesen werden jetzt nicht mehr mit einem Mulcher bearbeitet, der alles klein häckselt, sondern abgemäht, und das Mähgut wird abgeräumt. Zum Einsatz kommen dabei Balkenmäher, die deutlich insektenschonender sind als Kreiselmäher und Mulcher.

An schwierig zugänglichen Stellen wird händisch mit der Motorsense nachgepflegt. Außerdem werden nicht die ganzen Wiesen auf einmal abgemäht, sondern immer nur etwa 50 bis 70 Prozent.

Die Auswirkungen dieser veränderten Bewirtschaftungsform auf Flora und Fauna werden außerdem seit 2018 auf insgesamt neun Flächen in einem sog. Monitoring beobachtet. Die Anzahl wichtiger Zeiger-Insekten-Arten (wie z. B. kleiner Feuerfalter oder Steinhummel) auf den Monitoring-Flächen hat sich seitdem fast vervierfacht, und auch die reine Anzahl aller Insekten auf den Flächen ist um rund 150 Prozent angestiegen.

Künftig sollen noch mehr Grünflächen auf diese Form der Bewirtschaftung umgestellt werden. Es ist zu erwarten, dass größere und mehr Flächen im Verbund sich weiter positiv auf die biologische Vielfalt in der Stadt auswirken werden. (per)

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

LIEBE AUF DEN ERSTEN BLICK!

Erfolgreiche Zusammenführung seltener Stachelschweine im Zoo Landau in der Pfalz

Beide Palawan-Stachelschweine teilen einträchtig Futternapf und Schlafbox. -Foto: Zoo Landau

LANDAU Im Zoo Landau hat die Haltung und Nachzucht besonders bedrohter Tierarten einen sehr hohen Stellenwert. Im Dezember erhielt der Zoo aus dem tschechischen Zoo Jihlava ein weibliches Palawan-Stachelschwein (Hystrix pumila). Die Art wird in Europa nur in neun, in Deutschland in nur zwei Zoos gehalten und noch nicht sehr regelmäßig gezüchtet. Von daher ist es besonders erfreulich, dass es gelungen ist, eine der wenigen weiblichen Nachzuchten zu erhalten. Und darüber hinaus ist es ein Glück, dass sich das Männchen, das im März 2021 aus dem Zoo Neunkirchen nach Landau gezogen war, sofort sehr für den Neuzugang interessierte.

Nach einigen Tagen, an denen sich die Tiere zunächst am Trenngitter sahen, um dem Weibchen Zeit zur Eingewöhnung zu geben, wurden die Tiere ohne Probleme vergesellschaftet und teilen seitdem einträchtig Futternapf und Schlafbox. Auch mit den Mitbewohnern, den Nördlichen Riesenborkenkletterern, die überwiegend kletternd die oberen Ast-Etagen des gemeinsamen Geheges bewohnen, gibt es keine Probleme.

Das Palawan- oder Philippinen-Stachelschwein leidet unter Lebensraumverlust, nicht-nachhaltiger Bejagung für den nationalen Fleischmarkt oder zur Nutzung in der so genannten „Traditionellen Chinesischen Medizin" sowie Lebendfang für den Tierhandel. Auf der Roten Liste der Weltnaturschutzunion (IUCN) ist es als „gefährdet" eingestuft. Umso wichtiger ist eine Reservepopulation in Menschenobhut. (per)

AUF DEN SPUREN ADEBARS

In und um Winden entsteht ein neuer Themenwanderweg rund um den Storch

WINDEN 2022 wird der „Storchenwanderweg" eingerichtet – ein zu 75 Prozent aus EU-Fördermitteln finanzierter Themenwanderweg rund um den Storch und seine Umwelt. Weitere Schwerpunkte zu den Themen Natur und Ökosystem werden ebenfalls thematisiert und durch Informationstafeln erläutert.

Das Projekt wird in Zusammenarbeit mit dem Tourismusbüro Südpfalz in Kandel und dem Storchenzentrum in Bornheim umgesetzt. Weiterhin wirken der NaBu, der Imkerverband und weitere Organisationen mit, die sich mit dem Thema Natur auseinander setzen. Derzeit besteht der Arbeitskreis zur Errichtung des Wanderwegs rund um Winden aus einer Gruppe von etwa 30 Mitgliedern, die sich zusammensetzt aus den Ortsvereinen, einigen Mitgliedern aus dem Gemeinderat und der Kirche sowie einzelnen Bürgern, die sich gerne einbringen.

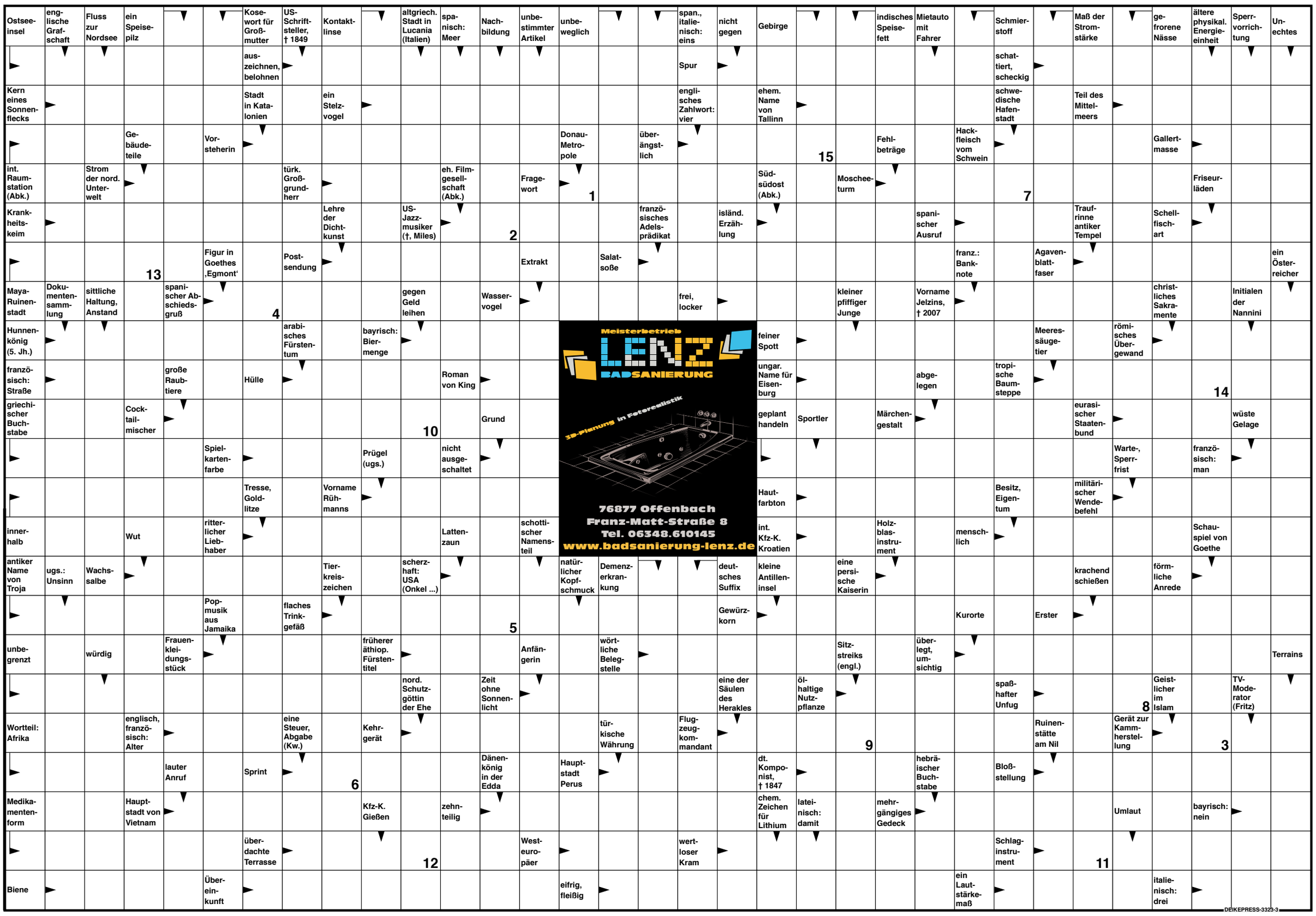
Der neue „Storchenwanderweg" (grün) wird am Bahnhof in Winden beginnen und etwa 4,3 Kilometer lang sein. -Foto: honorarfrei

-Foto: Freepik

Der Storchenwanderweg wird am Bahnhof in Winden starten und etwa 4,3 Kilometer lang sein. Entlang des Wegs werden einzelne Attraktionen und Informationstafeln errichtet. Die Aktionspunkte und Themengebiete werden als einzelne Teilprojekte abgewickelt, in deren Gestaltung entsprechender Handlungsspielraum besteht, so dass sich Interessierte jederzeit einbringen können. Der Arbeitskreis freut sich über zahlreiche Unterstützung kreativer und praktischer Art. (per)

Interesse an einer Mitwirkung? Einfach E-Mail an gemeinde.winden-pfalz@t-online.de, Ansprechpartner: Rolf Schönlaub, Frank Ebersoldt, Thorsten Pollatz oder Harry Meyer

ASKLEPIOS Südpfalzklinik Kandel
ASKLEPIOS MVZ Rheinland-Pfalz GmbH
GROSSE IMPF-AKTION MIT MODERNA UND BIONTECH PFIZER
BÜRGER-IMPFUNG
Eine Aktion der Asklepios Südpfalzklinik Kandel in Kooperation mit dem Asklepios MVZ Rheinland-Pfalz
WANN?
Samstag 22. Januar 2022
09:00-14:30 Uhr
WO?
Konferenzräume der Klinik Kandel
(Eingang über die Terrasse)
Alles Weitere und Termine unter:
https://anny.co/b/book/asklepios
Auch ohne Anmeldung möglich
Asklepios Südpfalzklinik Kandel ▪ Luitpoldstraße 14 ▪ 76870 Kandel



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

KÜCHENABVERKAUF

WEGEN MODELLWECHSEL

WIR MACHEN PLATZ FÜR NEUES

Die **Wohnliche**
elegant und funktionell

7.700 € ~~14.300 €~~

Programm Laser soft in Polarweiß und Schwarz – Oberschränke mit Schwingklappe – edelstahlfarbene Arbeitsfläche in 16 mm Stärke – Silgranit Spüle, Küchenarmatur mit Schlauchbrause in Chrom/ Anthrazit und Abfallsystem von Blanco - Arbeitshöhe ca. 92 cm

Die **Raffinierte**
mit besonderer Sitznische

14.500 € ~~22.500 €~~

Unter- und Oberschränke in Hochglanzlack Satin kombiniert mit Hochschränken in Mattlack Samtblau, Quarzstein Arbeitsplatte im Dekor Concrete Grey, Kochfeld inkl. Abzug und Edelstahlspüle, Schiebetürfront an der Rückseite um offenes Regal bzw. Sitznische zu verdecken, inkl. Geräte

Die **Individuelle**
perfekt für Individualisten

Insel mit Glasfronten und Glasarbeitsplatte individuell lackiert in einem warmen Türkiston, Edelstahltresen, Hochschränke in Hochglanz Lack mit Einschubtüren, einmalige Zusammenstellung, inkl. hochwertiger Miele Geräte (Backofen, Dampfgarer etc.)

~~25.400 €~~ 14.900 €

Die **Gemütliche**
ein wahrer Schatz

Echtholz Esche Front, anthrazitfarben lackiert im traditionellen Landhausstil – Akzente in Echtholz Natur – Arbeitsplatte Küche aus Keramik im Dekor Travertin, Arbeitsplatte Insel aus massiver Eiche – Rangecooker mit zwei Backöfen, Wärmeschublade, Zubehörschublade und sechs Induktionskochfeldern - Arbeitshöhe: ca. 92 cm - Keramikspülstein von Systemceram samt passender Armatur

~~36.500 €~~ 18.800 €

– alle Preise zuzüglich Montage –

FREY

KÜCHEN | TREPPEN | TÜREN | BÖDEN | WOHNEN

Horstring 17 | 76870 KANDEL | Tel. 07275 95570 | www.frey-kandel.de

Mo. - Fr.: 9:30 - 18:30 | Sa.: 9:00 - 15:00