

METROPOL JOURNAL

DIE KULTURMETROPOLE



HEIDELBERG



MANNHEIM



LUDWIGSHAFEN



SPEYER

JANUAR
2024

Aus der Region.....	2
Bauen/Wohnen & Renovieren.....	9
Gesundheit & Wellness.....	11
Rätsel.....	8
Impressum.....	2

FROHES FEST UND EINEN GUTEN RUTSCH INS NEUE JAHR

PFEIFER ABWASSER-KANAL!

Wir machen Ihr Rohr frei!



☎ 0 62 03 /
95 44 55

**24H-
SOFORT-
HILFE**

- Kanalsanierung
- Kanalreparaturen
- Kanal-TV
- Kanalreinigung
- Rohrreinigung
- Dichtungsprüfung mit Protokoll

Pfeifer Abwasser-Kanal GmbH
Robert-Bosch-Str. 4 | 69198 Schriesheim
Internet: www.pfeifer-abwasser-kanal.de

M
METROPOL JOURNAL
 IMPRESSUM

Herausgeber:
 Lothar Binder
 68309 Mannheim
 Telefon: 0621 72739490
 Telefax: 0621 72739497
 L.Binder@metropoljournal.com

REDAKTION:
 Lothar Binder v.i.S.d.P.
 L.Binder@metropoljournal.com
 Ruth Binder-Wach
 R.Wach@metropoljournal.com
 Dennis Wach
 D.Wach@metropoljournal.com
 Gustav Beck
 G.Beck@metropoljournal.com
 Tanja Obermann
 t.obermann@metropoljournal.com
 Wolfgang Lutz (wolu)
 Roland Karschits (rk)

Fotos:
 Lothar Binder
 Dennis Wach
 Gustav Beck
 Tanja Obermann

Internet:
 Metropol Journal Rhein-Neckar
 Metropoljournal.com

Verlag, Anzeigen, Vertrieb
 Metropoljournal
 68309 Mannheim
 Telefon: 0621 72739490
 Telefax: 0621 72739497
 info@metropoljournal.com
 HRB 725308 AG Mannheim

GESTALTUNG:
 K.A.F.B. Designstudio

DRUCK:
 Oggersheimer Druckzentrum
 Flomersheimer Str. 2-4,
 67071 Ludwigshafen

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos, sowie für die Richtigkeit telefonisch aufgegebener Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Abbestellungen von Anzeigen bedürfen der Schriftform. Die Redaktion behält es sich vor Leserbriefe zu kürzen.

© 2016 für Texte bei der Redaktion, Urheber, für Anzeigen beim Verlag. Nachdruck, Vervielfältigung und elektronische Speicherung nur mit schriftlicher Genehmigung.

Unser Verteilungssystem ist wie folgt: Das MetropolJournal liegt an über 1.350 Auslagestellen, die von uns optimal ausgesucht wurden, für den Kunden bereit, an Kiosken, Arztpraxen, in der Gastronomie, Wellnessbereichen, Cafés und überall dort, wo Menschen nach Journalen greifen. Große Streuverluste sind somit minimiert. Weiterhin werden die MetropolJournalen flexibel in die Briefkästen von Haushalten verteilt.

VR Bank Rhein-Neckar stärkt soziales Engagement: Großzügige Spenden für gemeinnützige Institutionen

Während einer Feierstunde im Foyer des VolksbankHauses in der Augustanlage überreichte Vorstandsmitglied Jürgen Gärtner Institutionen und Vereinen aus der Metropolregion Rhein-Neckar Spenden in einer Gesamthöhe von 55.000 Euro.

Die VR Bank Rhein-Neckar setzt ein starkes Zeichen für soziale Verantwortung und Gemeinschaftunterstützung, indem sie großzügige Spenden an verschiedene gemeinnützige Institutionen übergibt. Die Genossenschaftsbank vergibt jedes Jahr rund 400.000 Euro an Spen-

den- und Sponsoringgeldern. Die Spendensumme in Höhe von 55.000 Euro wurde im Rahmen einer Zusammenkunft unter dem feierlich geschmückten Weihnachtsbaum im Foyer des VolksbankHauses überreicht.

Das Engagement der VR Bank Rhein-Neckar für die Region zeigt sich deutlich in dieser groß angelegten Spendenaktion. Die ausgewählten gemeinnützigen Organisationen decken ein breites Spektrum ab, darunter Bildungsinitiativen, soziale, kulturelle und nachhaltige Projekte. Jürgen Gärtner, Vorstandsmitglied

der VR Bank Rhein-Neckar, betonte bei der Spendenübergabe die Bedeutung von sozialer Verantwortung: "Als Genossenschaftsbank ist es uns ein Anliegen, aktiv zur positiven Entwicklung unserer Region beizutragen. Die Spenden an diese wichtigen Institutionen sollen dazu beitragen, das Leben vieler Menschen nachhaltig zu verbessern."

Die begünstigten Organisationen äußerten ihre Dankbarkeit für die großzügige Unterstützung. Thomas Müick von Pro Bono hob hervor, wie die Spende dazu beitragen werde, seine Mission voranzutreiben und

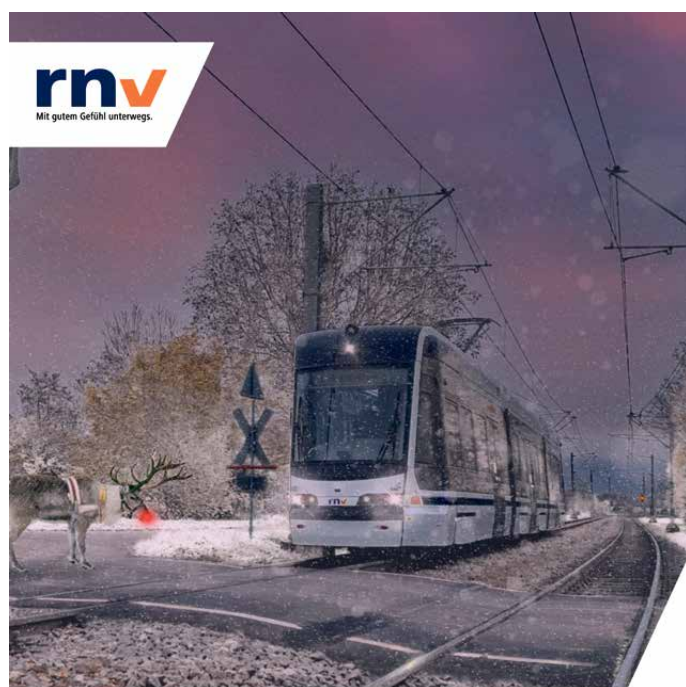
positive Veränderungen in der Gemeinschaft zu bewirken.

Die VR Bank Rhein-Neckar setzt mit dieser Spendenübergabe ein deutliches Zeichen für soziales Engagement und unterstreicht ihre Verpflichtung, einen nachhaltigen Beitrag zur Entwicklung der Region zu leisten. Die Bank wird auch in Zukunft ihre Bemühungen um soziale Verantwortung fortsetzen, um einen positiven Einfluss auf das Leben der Menschen in der Rhein-Neckar-Region zu nehmen.

→ mehr auf metropoljournal.com



Foto: VR Bank



Schöne Feiertage!

Wir wünschen euch frohe Weihnachten und ein gesundes neues Jahr.



ÄRGERLICH! KOLUMNE

In dieser Ausgabe von „Ärgerlich“ wollen wir Milde walten lassen. Es ist Weihnachtszeit, da wollen wir eher von Hoffnung und Wünschen schreiben. Wir hoffen auf ein baldiges Ende des Nahostkonflikts, auf dass die Palästinenser im eigenen Staat friedlich mit ihrem Nachbarn Israel leben können. Wir hoffen, dass der Ukrainekrieg in Kürze endet und eine Aussöhnung mit Russland möglich wird. Zum Frieden in der Welt und im eigenen Land gibt es keine Alternative. Frieden setzt aber Gerechtigkeit

vorher, Unvoreingenommenheit der Politik im Umgang mit den Bürgern, Fairness untereinander, Unparteilichkeit von Medien und Justiz. Sobald der Bürger sich übervorteilt fühlt, ausgenutzt und nicht respektiert, wird es keinen nachhaltigen Frieden im Inneren geben. Eintracht über alle Bevölkerungsgruppen hinweg ist das Gebot der Stunde. Warme Worte von Seiten der Politik nur an Weihnachten reichen schon lange nicht mehr aus. Wir wünschen frohe, besinnliche Weihnachten und ein gutes 2023.

Jens Rückert wird neuer Sportkreis-Geschäftsführer

Zum 1. Januar 2024 übernimmt Jens Rückert die Geschäftsführung des Sportkreis Mannheim e.V. und wird damit Nachfolger von Tom Kotzmann, der die Geschäftsstelle 4 Jahre lang leitete



Foto: Sportkreis

Mit dem Jahreswechsel stehen im Sportkreis Mannheim personelle Veränderungen an. Tom Kotzmann, der die Geschäftsstelle seit 2019 hauptamtlich leitete, verlässt den Sportkreis und die Rhein-Neckar-Region aus persönlichen Gründen. Er wird künftig in Westfalen seine neue Heimat finden.

Sein Nachfolger, der 57jährige gebürtige Mannheimer Jens Rückert, bringt durch seine bisherigen Aufgaben umfangreiche Erfahrungen im Sportmarketing und der Sport-Eventplanung mit. So war er beispielsweise Büroleiter der Special

Olympics Landes-Sommerspiele Baden-Württemberg 2022, leitete das Marketing beim Internationalen Deutschen Turnfest 2013, war als Leiter des Stadtmarketing Schwetzingen oder bei LUKOM (Ludwigshafener Kongress- und Marketing-Gesellschaft mbH) als Abteilungsleiter im Management der Veranstaltungshäuser tätig. Auch ehrenamtlich ist Jens Rückert im Sport aktiv: Seit 2021 engagiert er sich als Fachbeirat Special Olympics Baden-Württemberg.

→ mehr auf metropoljournal.com

Arbeiten auf der Riedbahn im Januar:

DB mit angepassten Fahrplänen im Fernverkehr und Shuttle-Bussen von Mannheim zum Frankfurter Flughafen www.riedbahn.de

Reise im Fernverkehr zwischen Frankfurt am Main Hauptbahnhof und Mannheim weiterhin umsteigefrei • Zusätzliche Shuttle-Busse zum Flughafen Frankfurt im Halbstundentakt • Neuer Fahrplan jetzt in Auskunftsmedien verfügbar

(Stuttgart, 2. Dezember 2023) Um während der vorbereitenden Arbeiten zur Generalsanierung der Riedbahn im Januar eine Direktverbindung zwischen der Stadt Mannheim und dem Frankfurter Flughafen zu ermöglichen, setzt die Deutsche Bahn (DB) Shuttle-Busse zu Deutschlands größtem Airport in der Zeit zwischen dem 2. und 21. Januar 2024 ein. Zum Einsatz kommen moderne Reisebusse, die im Halbstundentakt verkehren. Fernverkehrszüge werden während der Bauarbeiten umgeleitet.

Der Frankfurter Flughafen ist per Zug ab Mannheim mit Umstiegen in Frankfurt am Main Hauptbahnhof und Mainz Hauptbahnhof erreichbar. Thorsten Krenz, Konzernbevollmächtigter der DB für das Land Baden-Württemberg: „Ich freue mich, dass wir mit dem Flughafenshuttle für die Stadt Mannheim und die ganze Region weiterhin eine einfache und bequeme Anbindung an den Frankfurter Flughafen anbieten können. Damit steht unseren Reisenden während der Arbeiten auf der Riedbahn im Januar eine attraktive und komfortable Alternative zur Verfügung, die keine Umstiege erforderlich macht.“

→ mehr auf metropoljournal.com

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien ein **frohes Weihnachtsfest**. Für das neue Jahr wünschen wir Ihnen allen **Gesundheit, viel Glück und Erfolg** und **danken Ihnen herzlich** für Ihre Treue.

Besuchen Sie uns auch im Internet: www.vogelstangcenter.de

Grünewald GMBH
DACHDECKEREI • MEISTERBETRIEB
Fachbetrieb für Dach, Wand und Abdichtungstechnik

Welfenweg 7 • 68307 Mannheim
Tel.: 06 21 / 78 70 61 • Fax: 06 21 / 7 48 23 41
E-Mail: info@dachdeckerei-gruenewald.de
www.dachdeckerei-gruenewald.de

UNSERE LEISTUNGEN

- Fahrzeuglackierung
- Ausbeulen ohne Lackierung
- Unfallinstandsetzung
- Karosseriearbeiten
- Elektr. Achsvermessung
- Glasreparaturen
- Smart Repair
- Fahrzeugpflege
- Oldtimer-Restaurations
- KFZ-Technik
- TÜV/AU-Service

Öffnungszeiten
Mo - Fr: 07:30 - 17:00 Uhr

KAROSSERIEARBEITEN LACKIERARBEITEN OLDTIMER-RESTAURATION

Hallesche Straße 30
68309 Mannheim
Tel. 0 621 70 10 81
Fax 0 621 70 97 63
info@autolackiererei-mohr.de
www.autolackiererei-mohr.de

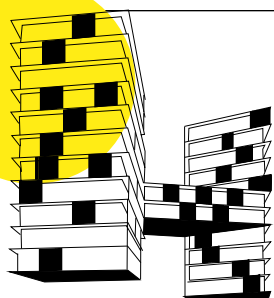
MOHR
AUTOSPENGLEREI
AUTOLACKIEREREI

Ihr Event bei uns

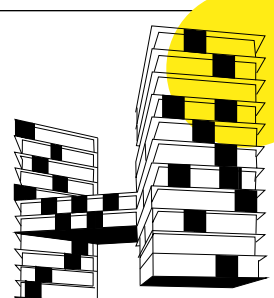
Ihr Event „Fett gedruckt mit Highlight und Rahmen“, bis zu 3 Zeilen 19,90€

Veranstaltungs-Box 44 mm x 36 mm 49,00€
info@metropoljournal.com

M



FRANKLIN NEWS



Viel Platz zum Toben und Erholen: Spielplatzangebot auf FRANKLIN fertiggestellt

Der jüngste Mannheimer Stadtteil FRANKLIN bietet seinen Bewohner*innen großzügige und hochwertige Freiräume. Wichtigstes Angebot für die Kinder sind die attraktiven Spielplätze. Neben den bereits existierenden Anlagen „American Landscape“ und „Elementary School“ hat die städtische Ent-

wicklungsgesellschaft MWSP jetzt mit den Spielplätzen „Teufelsberg“, „Stadtdüne“, zwei Anlagen im Grünzug der Offizierssiedlung sowie einem kleinen Spielangebot im Kiefernrain auf Sullivan frühzeitig alle Spielmöglichkeiten für den Nachwuchs im Stadtteil fertiggestellt.

Spektakulär ist der Spielplatz „Teu-

felsberg“ am nördlichen Georgesullivan-Ring mit einer 12 m langen Hangrutsche. Hier laden zudem unterschiedliche Kletter- und Hangmöglichkeiten, eine innovative 3D-Kletterstruktur, zwei Schaukeln sowie eine Nestschaukel vorrangig Kinder zwischen 6-12 Jahren zum Spielen ein. → mehr auf metropoljournal.com



Besonders beliebt: Riesenrutsche am Spielplatz Teufelsberg

Foto: © MWSP / Nikola Neven Haubner

Feierliche Inbetriebnahme der neuen Stadtbahnlinie 16 auf FRANKLIN

Nach fast zwei Jahren Bauzeit konnte am Samstag, 16. Dezember 2023, die neue Linie 16 der Rhein-Neckar-Verkehr GmbH (rnv) ihren Betrieb aufnehmen. Damit erhalten die 10.000 Bewohnerinnen und Bewohner des neuen Quartiers Anschluss an das Schienennetz der rnv. Die Arbeiten an der neuen Stadtbahnstrecke sind, abgesehen von einigen Restarbeiten, abgeschlossen.

→ mehr auf metropoljournal.com



Foto: © Haubner/rnv GmbH



www.pflege-profis.info

P F L E G E profis Ambulante Wundversorgung

- ✓ Grundpflege
- ✓ Wundversorgung
- ✓ Betreuungsleistungen

Mannheim / Viernheim
Fon: 0621 - 7001 8980

Sie finden uns in der
Franklin-Klinik in MA Käfertal.





*In der
Weihnachtskleckerei ...*

**Wir wünschen Ihnen
zuckersüße und
heitere Feiertage.**



Sparkasse
Rhein Neckar Nord

Weinheim mit Gefühl entdecken

Ein Blickfänger am Schloss: der Lions Club Weinheim stiftet der Stadt und ihren Bürgern ein 3D-Stadtmodell



Foto: STADT WEINHEIM

Weinheim. Die historische Weinheimer Altstadt ist ein Quadratmeter groß und 130 Kilo schwer – zumindest auf einem neuen Bronzemodell, das seit Freitag am Schloss steht, nahe der berühmten alten Zeder. Das dreidimensionale Stadtmodell ist ein Geschenk des Lions Clubs Weinheim, der diese Spende aus Anlass seines 50-jährigen Bestehens im Jahr 2021 organisiert hat. „Unser Jubiläum war Anlass genug, uns Gedanken zu machen, wie wir hier in Weinheim der Stadt und ihren Bürgern ein Dankeschön für so viele Jahre wohlwollende Aufmerksamkeit und Unterstützung bei unseren Aktionen sagen konnten. Unter einigen Ideen und Vorschlägen hatten wir uns dann für ein 3D-Stadtmodell aus Bronze entschieden“, so Martin Haag, der amtierende Präsident des Clubs.

torisch genauer: der Neustadt) zu sehen, umfassend den Bereich von Schloss und Schlosspark, dem Hermannshof, dem Marktplatz und dem Gerberbachviertel. Am Rande werden auf Wachenburg und Windeck als Relief ausgeformt hingewiesen. Mit einer Legende werden außerdem etliche Gebäude und Besonderheiten erläutert, dies auch in Braille-Schrift. Das Modell ruht auf einem Stahlunterbau, den die Schlosserei Vierheilig aus Weinheim mitgestaltet und angefertigt hat.

In Vertretung des erkrankten Oberbürgermeisters Manuel Just nahmen seitens der Stadt am Freitagmittag Pressesprecher Roland Kern sowie Jutta Ehmsen und Thomas Keil vom Amt für Klimaschutz und Grünflächen das Stadtmodell in Empfang. Gemeinsam nahmen sie die Enthüllung des wertvollen Geschenkes vor.

Auf dem Modell ist der innere Bereich von Weinheims Altstadt (his- [→ mehr auf metropoljournal.com](#)

Mountain Crew zur Weinheimer Woche

2. Gewerbesmesse am Herberger-Stadion vom 19. bis 21. April, diesmal mit Festzelt und Opening-Party



Foto: Stadtverwaltung Weinheim

Weinheim. Zum zweiten Mal findet in Weinheim im April 2024 eine große Gewerbesmesse unter Federführung der RW Messen & Events GmbH und des Weinheimer Gewerbevereins statt. Termin für die Messe auf dem Parkplatz des Sepp-Herberger-Stadions ist der 19. bis 21. April – die Veranstaltung heißt jetzt „Weinheimer Woche“.

Im Mittelpunkt steht diesmal ein großes Festzelt mit Bühne. Und dort spielt bei einer Opening-Party am Freitag, 19. April, die Band Mountain Crew aus Oberösterreich – das sind fünf Beach-Boys in Lederhosen, bei denen Stimmung und Party an oberster Stelle steht. Die „Boyband

aus den Alpen“ ist bekannt aus dem deutschen und österreichischen Fernsehen. Am bekanntesten ist ihr Lied „Wirtshaussong“ (Weller-mansong). Tickets gibt es bereits im Vorverkauf unter www.diginights.com oder www.weinheimer-woche.de. Stehplatz-Tickets: 21,50 Euro, Sitzplatz-Ticket+ eine halbe Maß Bier oder ein AFG-Getränk: 29,50 Euro. Spieldauer: Drei Stunden.

Die Veranstalter nehmen auch noch Anmeldungen von Ausstellern entgegen. Infos hierzu gibt es unter info@rwmessenevents.de unter Telefon 0151 52496680. Alle Infos unter www.weinheimer-woche.de.

[→ mehr auf metropoljournal.com](#)

Technik Museen Sinsheim Speyer

- Gemeinschaft Technikbegeisterter wächst weiter



Foto: TMSNHSP

Über die Jahre, aber auch, weil die Museen finanziell erfolgreich waren, wagte sich das hauseigene Technikerteam an immer größere Exponate, wie eine Antonov An-22 oder eine Boeing 747.

Sinsheim/Speyer. Die Technik Museen Sinsheim Speyer zählen heute zur größten, von einem Verein gelenkten Techniksammlung Europas. Zusammen zeigen sie auf mehr als 200.000 m² über 6.000 Exponate aus allen Bereichen der Technikgeschichte in einer weltweit einzigartigen Vielfalt. Darüber hinaus sind sie für ihre medienstarken und spektakulären Transporte bekannt: Eine Boeing 747, die Concorde oder aber vor kurzem der U-Boot-Transport von Kiel nach Speyer – diese Vorhaben sind nur dank der Mitglieder möglich. Vom gemeinnützigen Auto + Technik Museum Sinsheim e. V. getragen, gehören den Technik Museen Sinsheim Speyer weltweit mittlerweile über 5.000 Mitglieder an, Tendenz

steigend.

„Bei uns ist man Teil einer riesigen Technikfamilie. Jeder Einzelne bringt sein Netzwerk und seine Ideen ein, um so die Museen weiterzuentwickeln. Schließlich sind diese eine Non-Profit-Organisation. Jeder Cent, sei es durch Eintritt, Mitgliedsbeitrag oder Spende, fließt in die Museen zurück. Wir arbeiten ganz nach dem Motto „für Fans von Fans“. Dass wir heute so groß, so bekannt sind, können wir immer noch nicht fassen,“ ist Museumspräsident Hermann Layher sichtlich stolz. 2024 steht den Museumsmachern einiges bevor: Neben den abwechslungsreichen und mittlerweile kultigen Großevents wie dem BRAZZELTAG sowie dem Science Fiction Treffen in

Speyer oder aber dem US-Car Treffen in Sinsheim, bereiten die Museums-macher eine neue Sonderausstellung in Sinsheim vor. Ab Herbst 2024 zeigt „Faszination Tuning: VW vs. Opel“ die lebendige Welt des Automobiltunings am Beispiel der einstigen Rivalen der Straße. Hierzu ist der Aufruf zum CARSting bereits angelaufen. Getreu dem Leitspruch der Museen „für Fas von Fans“ können die Tuning-Enthusiasten, bzw. ihre VW- und Opel-Fahrzeuge, Teil der kommenden Sonderausstellung werden.

Bevor es soweit ist, gilt es ein anderes Mammutprojekt zu stemmen. Das neue tonnenschwere Exponat, U-Boot U17 (eine Leihgabe der Wehrtechnischen Studiensammlung des Bundesamtes für Ausrüstung, Informationstechnik und Nutzung der Bundeswehr), soll im Sommer 2024 per Wasser- und Straßentransport vom Technik Museum Speyer nach Sinsheim gebracht werden. Die Idee dahinter stammt, wie soll es auch anders sein, von einzelnen Vereinsmitgliedern. Die Organisation, der Transport, die fachliche Unterstützung und vor allem die Finanzierung war nur dank der Mitglieder möglich. „Alle Überschüsse werden zur Erhaltung und zum Ausbau der Museen verwendet. „Jedes einzelne Mitglied trägt dazu bei, dass wir gemeinsam ein Stück Technikgeschichte für die Nachwelt erhalten, konservieren.“

[→ mehr auf metropoljournal.com](#)

Jetzt noch Weihnachtsgeschenk sichern:

„Der kleine Lord“ bietet Theatererlebnis für die ganze Familie im WORMSER / Nächste Spot-On-Veranstaltung am 7. Januar 2024



Foto: Kultur und Veranstaltungen GmbH Worms

Bei der ersten Spot-On-Veranstaltung in dieser Spielzeit begeisterten Ausnahmegeringer Miki Kekenj und sein kammermusikalisches Ensemble gemeinsam mit Soul-Sängerin Joy Denalane sowie Singer-Songwriter und Rapper Max Herre das Publikum mit musikalischen Grenzgängen zwischen Soul, Hip-Hop und Klassik. Nun geht die erfolgreiche Veranstaltungsreihe mit dem Filmklassiker „Der kleine Lord“ bereits am 7. Januar 2024 in die nächste Runde! Auch diesmal darf man sich auf

viele Überraschungen im eindrucksvoll illuminierten Foyer freuen, die ab 15 Uhr für einen rundum gelungenen Theaterbesuch sorgen. Wer seinen Liebsten zum Weihnachtsfest eine Freude machen möchte, hat noch bis zum 22. Dezember, 18 Uhr, die Gelegenheit, Karten beim Ticket-Service im WORMSER zu erwerben. Weitere Informationen zum Rahmenprogramm sowie Tickets findet man unter www.das-wormser.de.
→ mehr auf metropoljournal.com

20 Jahre Ludwigshafener Weihnachts-circus - Ein Grund zum Feiern!

Jubiläumsshow mit Preisträgern internationaler Circus-Festivals!

Vom 22.12.2023 bis 02.01.2024 heißt es "Manege frei" für den 20. Ludwigshafener Weihnachtscircus! Das ganze Circus-Team ist voller Vorfreude und präsentiert zum 20-jährigen Jubiläum eine internationale Circus-Show zur Weihnachtszeit mit Top-Artisten aus Deutschland, Kolumbien & Tschechien, darunter viele Preisträger renommierter Cir-

cus-Festivals! Staunen Sie u.a. über eine beim Internationalen Circus Festival in Monte Carlo ausgezeichnete Hochseil- sowie Todesrad-Show mit wagemutigen Artisten aus Kolumbien! In der großen Jubiläums-Show erwarten Sie weitere spannende Akrobatik in der Manege und hoch unter der Circuskuppel, befreiende

Lachmuskelkater bei der Clownerie sowie Dressuren, bei denen Hunde und Kamele ihre Talente zeigen. Der Ludwigshafener Weihnachtscircus stellte anlässlich seines 20-jährigen Jubiläums dem Sozialdezernat der Stadt Ludwigshafen für sozial Bedürftige zur Verfügung.
→ mehr auf metropoljournal.com



Foto: Ludwigshafener Weihnachtscircus

RADIO  REGENBOGEN

Harald Wohlfahrt

PALAZZO

AB 06. OKTOBER 2023

25 Jahre Jubiläums-Show

TICKETS SICHERN!
PALAZZO-MANNHEIM.DE



SO STEHEN IHRE STERNE

WIDDER

21.3.-20.4.



Starte das Jahr mit Energie und Enthusiasmus - neue Herausforderungen warten darauf, von dir gemeistert zu werden.



STIER

21.4.-21.5.

Dieser Januar fordert dich auf, deine Ziele klar zu definieren und beharrlich darauf hinzuwirken - die Früchte deiner Anstrengungen werden süß sein.

ZWILLING

22.5.-21.6.



Kommunikation ist der Schlüssel zu deinem Erfolg im neuen Jahr - sei präzise, und sei offen für die Ideen anderer.



KREBS

22.6.-22.7.

Deine emotionale Intelligenz wird diesen Monat besonders gefragt sein - vertraue auf deine Instinkte und pflege liebevolle Beziehungen.

LÖWE

23.7.-23.8.



Der Januar bringt kreative Inspiration - nutze diese Zeit, um deine Leidenschaften zu entfachen und der Welt dein strahlendes Licht zu zeigen.



JUNGFRAU

24.8.-23.9.

Setze klare Prioritäten und organisiere dich effizient, um deine beruflichen Ziele zu erreichen - du bist auf dem Weg zu großem Erfolg.

WAAGE

24.9.-23.10.



Liebe und Harmonie stehen im Vordergrund - pflege deine Beziehungen und sei bereit, Kompromisse einzugehen.



SKORPION

24.10.-22.11.

Dieser Januar bringt tiefe Einsichten und Selbstreflexion - sei bereit, alte Muster loszulassen und Platz für neues Wachstum zu schaffen.

SCHÜTZE

23.11.-21.12.



Deine Energie und Optimismus sind ansteckend - teile deine Freude mit anderen und verbreite Positivität.



STEINBOCK

22.12.-20.1.

Es ist Zeit, deine Ziele für das Jahr klar zu definieren und fokussiert darauf hinzuarbeiten - du stehst am Anfang einer vielversprechenden Reise.

WASSERMANN

21.1.-19.2.



Der Januar betont soziale Verbindungen - sei aktiv in deiner Gemeinschaft und baue unterstützende Netzwerke auf.



FISCHE

20.2.-20.3.

Kreative Energie fließt durch dich - nutze deine Fantasie, um innovative Ideen zu verwirklichen und Träume zu realisieren.

Kinderfigur der Spyri			Sitzbadebecken		US-Amerikaner (Kw.)	Abk.: notabene!		Lebensgefährtin Lennons (Yoko)	ägyptischer Sonnengott		lateinisch: Luft	chem. Zeichen für Neodym	US-Ingenieur † 1887	bereinigen	fleißig
		1		5				Fabelname für den Fuchs							
Jäger			Salz der Essigsäure		Stadt i. d. Zentralafrik. Republik						span. surreal. Maler † 1989				
altöm. Göttin der Feldflur												ehem. Autohersteller (Abk.)			
		4													
dt. Kabarettistin (Lisa)	südamerikanisches Krokodil				Hunnenkönig (5. Jh.)							Software-nutzer (engl.)	Schutzpatron gegen Seuchen		
Kfz-Abgasentgifter (Kw.)												algerische Geröllwüste			
absolute techn. Atmosphäre															Stadt im Norden Angolas
		3													
deutsche Eiskunstläuferin			Eselslaut		französische Atlantikinsel	türk. Großgrundherr		jap. Heiligtum		genetischer 'Fingerabdruck'			Ausruf der Überraschung		
sibirisch-mongol. Grenzgeirge						Denkart									
Bedarf beim Kunden										Tunke					

Top Metropoljournal Abonnement
 Bekomme dein Magazin direkt nach Hause geliefert!
aboservice@metropoljournal.com
Jetzt anrufen! 0621 72739490

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

■ L T ■ G ■ E ■ E ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■	5	9	8	6	2	4	3	1	7
HERZHAFTANTWORT	3	7	6	5	8	1	2	9	4
TOIACHATCLOU	4	2	1	3	9	7	6	5	8
TJA EWG	8	5	7	9	4	6	1	2	3
BEAN MALE	2	1	4	8	3	5	9	7	6
■ ■ ■ T ■ ■ ■ I L	9	6	3	1	7	2	8	4	5
AGE ■ ■ ■ I N A	6	8	5	7	1	9	4	3	2
IRI ERG	7	4	9	2	6	3	5	8	1
KRAL ■ R ■ A	1	3	2	4	5	8	7	6	9
BS ■ B ■ ■ A ■ A ■ R ■ E ■ E ■ N									
ASTROBARRIKADE									
GELDBUSSE ■ F I L E T									

AKELEI

Auflösung Dezember 2023	Auflösung Dezember 2023
-------------------------	-------------------------

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

Die Auflösungen finden Sie in der nächsten Ausgabe.
Alle Rechte vorbehalten.

M&M Soundlight Tel: 0162 - 3666066
Matthias Mumm E-Mail: soundlight@email.de
 www.facebook.com/MMSoundlight
 Vermietung von Event- und DJ-Equipment
 Mobiler DJ

FÜR SIE HIER VOR ORT
MA-Waldhof • Gartenstadt • Käfertal

BESTATTUNGSHAUS ZELLER
 Erledigung aller Formalitäten und Amtswege.
Tag und Nacht dienstbereit auf allen Mannheimer Friedhöfen.
 Auf Wunsch Hausbesuche
Erd- oder Feuerbestattung
 ab 890,- € zzgl. amtliche-+Friedhofsgebühren
 Bestattungsvorsorge · Sterbegeldversicherung bis zum 85. Lebensjahr
 Waldstraße/Ecke Waldpforte
Mannheim 06 21/7 48 23 26

BAUEN . WOHNEN . RENOVIEREN

Vorfahrt für die E-Mobilität

Foto: djd-k/Itzehoer Versicherungen/Finja Rathmann

(djd-k). Der Markt für Elektrofahrzeuge wächst in Deutschland dynamisch: 2022 umfasste der Bestand an Pkw mit reinem Elektroantrieb erstmals knapp über eine Million Fahrzeuge. Zum Vergleich: 2012, also genau zehn Jahre zuvor, gab es gerade einmal 4.500 E-Autos in Deutschland. Neben den reinen Batterieelektroautos werden auch sogenannte Plug-in-Hybride statistisch zu den E-Fahrzeugen gezählt. Nach dieser Definition liegt der Anteil der E-Autos am Pkw-Bestand 2023 bereits bei etwa 3,9 Prozent, 2030 könnten es schon knapp 25 Prozent sein. Kfz-Versicherer wie die Itzehoer Versicherungen reagieren mit attraktiven Tarifen auf den Boom, mehr Infos dazu gibt es unter www.itzehoer.de. Selbst der Diebstahl des Ladekabels während des Ladevorgangs ist in der Kasko mitversichert.



Der Anteil der E-Autos am Pkw-Bestand liegt aktuell bereits bei etwa 3,9 Prozent, 2030 könnten es Prognosen zufolge schon knapp 25 Prozent sein. Dabei werden die reinen E-Fahrzeuge und die Plug-in-Hybride zusammengezählt.

Freilichtbühne Mannheim

ZIMMER THEATER

Freilichtbühne Mannheim e.V.
 Kirchwaldstraße 10, 68305 Mannheim-Gartenstadt
 Karten: 0621-7628100 mittwochs 11-12 u. 18.30-20 Uhr
 tickets@flbmannheim.de oder RESERVIX
 www.flbmannheim.de

Wir wünschen unseren Besuchern eine besinnliche Adventszeit!

Noch keine Geschenkidee?
 Wie wäre es mit Gutscheinen für unsere Vorstellungen?
 Am 1. Dezember 2023 beginnt der Vorverkauf für die Spielzeit 2024

LBS
 Immobilien kaufen, verkaufen, finanzieren!
 Beratungsstelle Mannheim
 Thomas.Hartner@LBS-SW.de
 Carlos.Martins@LBS-SW.de

Thomas Hartner
Tel. 0621 1785831

Carlos Martins
Tel. 0177 6027585

Ristorante CORONA ZUR SCHEUNE

Mittagstisch Dienstag - Freitag

Mannheimer Straße 10 -12
 68309 Mannheim
 Telefon:
 0621 - 72841544
www.coronazurscheune.de

Öffnungszeiten:
 Mo - Ruhetag
 Di - Do 12-22 Uhr
 Fr 12-23 Uhr
 Sa 17-23 Uhr
 So 12-22 Uhr

Schimmelfuchs
einfach schlau saniert

Unser Leistungsspektrum:

- Kellerabdichtung
- Fassadenimprägnierung
- Wärmedämmung
- Schimmelbeseitigung

Kostenlose Hotline
0800-6 28 73 76
schimmelfuchs.de
handwerkerimhaus.de

ROLAND PALZ
 Mauermeister

**Für Sie
 Kostenlos
 regionales
 &
 lokales**

HEIDELBERG

BIENENSTOCK

EROS CENTER

Girls warten auf Dich!

EPPELHEIMER STR. 34 | 69115 HEIDELBERG | ☎ 06221 - 8 900 300

BIENENSTOCK-HEIDELBERG.DE

ReiseMarkt Rhein-Neckar-Pfalz vom 5. bis 7. Januar 2024

Auf der Touristikmesse „in drei Tagen um die Welt“

Es soweit: Der ReiseMarkt Rhein-Neckar-Pfalz öffnet vom 5. bis 7. Januar 2024 in der Maimarkthalle Mannheim seine Türen.

„Es freut uns sehr, dass wir bei der nun zweiten Messe nach den Corona-Jahren, die für die Reisebranche wirklich schwierig waren und nicht wenige Betriebe zum Aufgeben gezwungen haben, deutlich mehr Aussteller als im Vorjahr begrüßen dürfen. Dabei sind alte und beliebte Bekannte, aber auch neue Gesichter“, berichtet Frank Baumann, Geschäftsführer des Veranstalters expotec gmbh aus Berlin.

„Die Tourismusbranche ist nach der Pandemie weiter auf Erholungskurs. Die Reiselust der Deutschen ist ungebrochen. Wir beobachten auch immer noch einen gewissen Nachholbedarf, trotz der gestiegenen Preise vor allem bei Flügen“, so Baumann. Beim Inlandstourismus lägen die Buchungszahlen zuletzt

sogar höher als im Vor-Corona-Jahr 2019. Aber viele wollten jetzt auch wieder in die Ferne reisen.

Impulse und auch das eine oder andere Messeschnäppchen werden die Besucher zahlreich vorfinden: von individuell ausgearbeiteten Fernreisen in entlegene Regionen der Welt über beliebte deutsche Ziele bis zum Tagesausflug fast vor der Haustür, von der Pauschalreise bis zum eleganten Hotel und der Kreuzfahrt, von Städtetrip bis Outdoor Urlaub. In diesem Jahr sicherlich eines der Highlights ist das Partnerland USA mit einer großen Sonderfläche, auf der sich neben dem Weinheimer Spezialreiseveranstalter und Hauptaussteller „Faszination Fernweh“ Oregon und Seattle, Texas, Washington State, Colorado, die Florida Keys sowie die Bundesstaaten des „Great American West“ präsentieren.

→ mehr auf metropoljournal.com



Foto: Montana Office of Tourism

Ihre Reisemesse in der Metropolregion

ReiseMarkt
Rhein-Neckar-Pfalz



5.-7. Jan. 2024

Mannheim | Maimarkthalle | 10-18 Uhr

Partnerland USA

expotec
MESSEN KONGRESSE EVENTS

MANNHEIMER
MORGEN

RPR1

Aldiana Club Resorts



Foto: Aldiana Club Andalusien_Beachclub

Sie finden Aldiana Club Resorts in Kalabrien, Andalusien, auf Fuerteventura, auf Djerba, in der Türkei und bald in Ägypten. In Österreich gibt es drei Bergclubs. Alle acht Aldiana Club Resorts zeichnen sich aus durch moderne, großzügige Anlagen mit viel Platz und Freiraum sowie großen Pools inmitten von gepflegten Gartenlandschaften. Ganz besonders ist ihre einzigartige Lage: Mitten in der Natur, umgeben von Ruhe – die Sommerclubs an den schönsten Stränden Europas, die

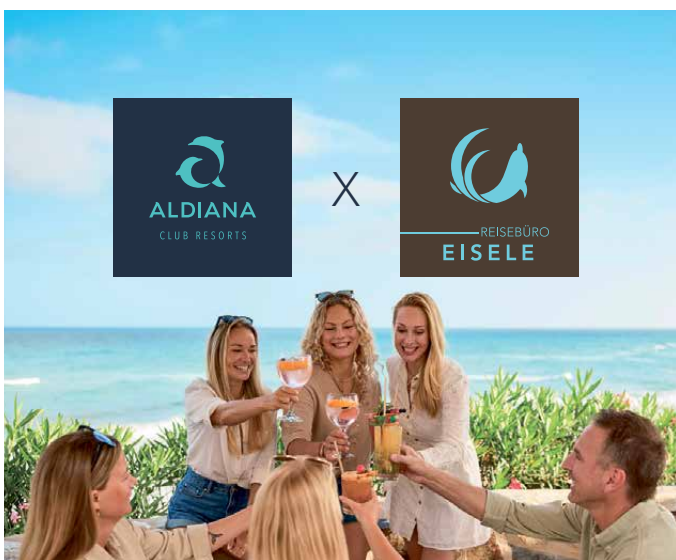
Bergclubs in exklusiver Traumlage. Bestnoten für Aussicht und Ambiente. Idealbedingungen für Genießer, Sportler, Wellness-Fans, Singles, Paare und Familien.

URLAUB UNTER FREUNDEN

Das ist nicht nur unser Motto, sondern das Besondere eines Urlaubs in unseren Club Resorts: Durch das herzliche Miteinander und die familiäre Atmosphäre hat man schnell das Gefühl, angenommen und aufgehoben zu sein, unter Gleichgesinnten,

unter Freunden eben. Ob Auszeit zu zweit, Familien-Cluburlaub oder alleine unterwegs – alle sind willkommen. Bei Aldiana fühlen sich alle wohl, denn es sind die Begegnungen, die unvergessliche Urlaubsmomente beschieren: Gemeinsam aktiv bei Sport und Fitness, zusammen die erstklassige Küche genießen, miteinander Events erleben – so werden aus Bekanntschaften Freunde. Und das Urlaubs-Zuhause wird zum Herzensort!

→ mehr auf metropoljournal.com



BESUCHEN SIE UNS

Reisebüros Eisele und Aldiana sind für Sie auf dem ReiseMarkt Rhein-Neckar-Pfalz, Maimarkthalle Mannheim vom 05.01.-07.01.2024.

Sie finden uns am Stand Nr. C110.

Buchen Sie Ihren Urlaub direkt auf der Messe und Sie erhalten ein attraktives **MESSESPECIAL!**



Aldiana GmbH · Emil-von-Behring-Straße 6
D-60439 Frankfurt am Main

Gesundheit & Wellness

Richtig liegen mit einer guten Beratung

Probeliegen und Körperanalyse sind vor dem Matratzenkauf empfehlenswert

Foto: djd-k/Rummel Matratzen/Achim K. Roesch

(djd-k). Deutschland schläft schlecht: 43 Prozent der Befragten einer repräsentativen Studie berichteten laut Statista davon, in den vergangenen zwölf Monaten von Schlafstörungen geplagt worden zu sein. Ebenso hoch ist der Anteil der Menschen, die pro Nacht im Schnitt weniger als sechs Stunden schlafen - deutlich zu kurz, um wirklich Erholung zu finden. Stress und psychische Belastungen können ebenso der Grund dafür sein wie körperliche Beeinträchtigungen. Viele kennen das Gefühl, sich stundenlang wegen eines zwickenden Rückens hin- und her zu wälzen, ohne eine komfortable Liegeposition zu finden. Die Bedeutung, die eine hochwertige Matratze für eine erholsame Nachtruhe hat, wird dennoch oft unterschätzt.

Beratung im örtlichen Fachhandel

Eine Standardmatratze, die unabhängig von Körpergröße und Gewicht für alle passt? Was auf den ersten Blick unkompliziert und praktisch klingt, erweist sich oft als Trugschluss. Der gewünschte Schlafkomfort bleibt aus, am Ende gibt man unter Umständen doppelt Geld aus, um entspannt ruhen

ERST PROBELIEGEN, DANN ENTSCHEIDEN: EINE GUTE MATRATZE SOLLTE STETS AUF DIE INDIVIDUELLEN BEDÜRFNISSE ANGEPAST SEIN. EINE SENSORGESTÜTZTE ANALYSE IM FACHHANDEL HILFT DABEL.

zu können. Noch mehr Skepsis ist angebracht, wenn die jeweilige Person bereits mit Nacken- oder Rückenthemen zu tun hat. "Angesichts der individuellen Anatomie, der jeweiligen Schlafgewohnheiten, Vorbelastungen sowie Größe und Gewicht kann eine One-fits-all-Matratze kaum alle Erwartungen erfüllen. Um die persönlich passende Matratzenwahl in Bezug auf Komfort, Ergonomie und Qualität zu



treffen, empfiehlt

sich stets eine Beratung im örtlichen Fachhandel", unterstreicht Schlafexperte Klaus Neudecker vom deutschen Hersteller Rummel Matratzen. Eine gute Beratung lasse sich nach seinen Worten

darin erkennen,

dass die Fachleute zunächst gezielt Fragen stellen, statt sofort ein bestimmtes Matratzenmodell anzubieten. Auch ein sorgestützte Körperanalyse helfen

dabei, die richtige Wahl zu treffen. Die Vermessung und Auswertung unterstützen die Berater, um gezielte Empfehlungen auszusprechen und die neue Matratze für ein komfortables Schlafgefühl zu konfigurieren.

Auf Qualität und Nachhaltigkeit achten

Zudem legen Fachhändler meist großen Wert auf den Kundenservice. Sie können die Unterschiede zwischen den verschiedenen Matratzentypen und Materialien kompetent erklären. Außerdem stehen sie auch nach dem Kauf zur Verfügung. Unter www.rummel-matratzen.de etwa lassen sich kompetente Fachhändler in der Nähe finden. Neben dem Liegekomfort ist vielen heute auch das Thema Nachhaltigkeit wichtig. Die Qualität und der Ursprung der verwendeten Materialien spielen dabei ebenso eine Rolle wie der Fertigungsstandort, die ökologische Bilanz sowie faire Arbeitsbedingungen.



Der Verein „Verband Wohneigentum Mannheim-Neueichwald II“, wünscht allen Mitgliedsfamilien und Sponsoren ein frohes und gesegnetes Weihnachtsfest und einen guten Start ins neue Jahr 2024.



Christina Wach

FUSSPFLEGE RHEIN-NECKAR

IHRE PROFESSIONELLE

MOBILE

FUSSPFLEGE UND MANIKÜRE

MANIKÜRE
 PEDIKÜRE
 SHELLAC - NÄGEL
 WAXING (HAARENTFERNUNG)

Tel.: 06204 / 93 09 7 09
 Mobil: 0176 / 631 49 654
 info@fusspfliegerheinneckar.de

Am Kapellenberg 41
 68519 Viernheim

www.fusspfliegerheinneckar.de

KOSTENLOSE ANFAHRT ZU IHNEN NACH HAUSE!



VERANSTALTUNGEN

Weitere Informationen www.metropoljournal.com

13.000 Besucher:innen feiern

bisher größtes TOXICATOR Festival

Am 2. Dezember fand die 13. Ausgabe von TOXICATOR in der Maimarkthalle Mannheim statt. Über 13.000 Besucher:innen feierten zu den härtesten Sounds der elektronischen Musik. Rund 30 Top-DJs standen auf den Bühnen der drei Floors. Mit dabei waren u.a. Angerfist, Headhunterz, SHLØMO, AniMe, Lorenzo Raganzini b2b Paolo Ferrara, Lost Identity, Cloudy und Sickmode.

Am Sonntagmorgen ging in der Mannheimer Maimarkthalle die 13. Ausgabe von TOXICATOR zu Ende. Das elektronische Musikfestival für die „Harder Styles“ war mit über 13.000 Besucher:innen ausverkauft und übertraf damit alle bisherigen Editionen. Es ist damit das größte Festival seiner Art in Süddeutschland. Die Fans feierten friedlich und euphorisch auf drei Floors zu Hardcore, Hardstyle und Hardtechno.

Zu den Highlights am Samstag zählten auf dem Hardcore-Floor die Auftritte des Niederländers Angerfist, dem höchstplatzierten Hardcore-Artist in den DJ Mag Top 100, und die italienische DJ und Producerin AniMe. Der Hardstyle-Floor wurde von den zwei niederländischen Hardstyle-Ikonen Frontliner und Headhunterz dominiert. Top-Stars wie der französische Techno-DJ und Produzent SHLØMO, die italienischen DJs Lorenzo Raganzini und Paolo Ferrara sowie Cloudy und BIIA standen neben Newcomern wie Blyss und Flymeon auf der Bühne des Hardtechno-Floors.

2023 präsentierte der Veranstalter I-MOTION einige Neuerungen bei TOXICATOR. So wurde u.a. ein neues Floor-Konzept ausgearbeitet, bei dem die Food- und Gastronomie-Stände aus der Maimarkthalle in ein beheiztes Zelt vor der Halle ausgelagert wurden. Das hatte den Vorteil, dass die beiden

Mainfloors noch größer waren und mehr Platz zum Feiern boten.

„Wir freuen uns über die größte Ausgabe der TOXICATOR in ihrer bisherigen Geschichte. Überall waren glückliche Besucher:innen zu sehen, die zu dem grandiosen Line-Up feierten und zur tollen Atmosphäre maßgeblich beitrugen,“ resümiert Oliver Vordemvenne vom Veranstalter I-Motion.

Die Veranstaltung verlief friedlich und ohne nennenswerte Zwischenfälle. Für eine kostenlose An- und Abreise sorgte die Eintrittskarte, die gleichzeitig als Fahrkarte im VRN-Raum (Verkehrsverbund Rhein-Neckar) galt.

Die 14. Ausgabe von TOXICATOR wird am 7. Dezember 2024 wieder in der Maimarkthalle in Mannheim stattfinden.

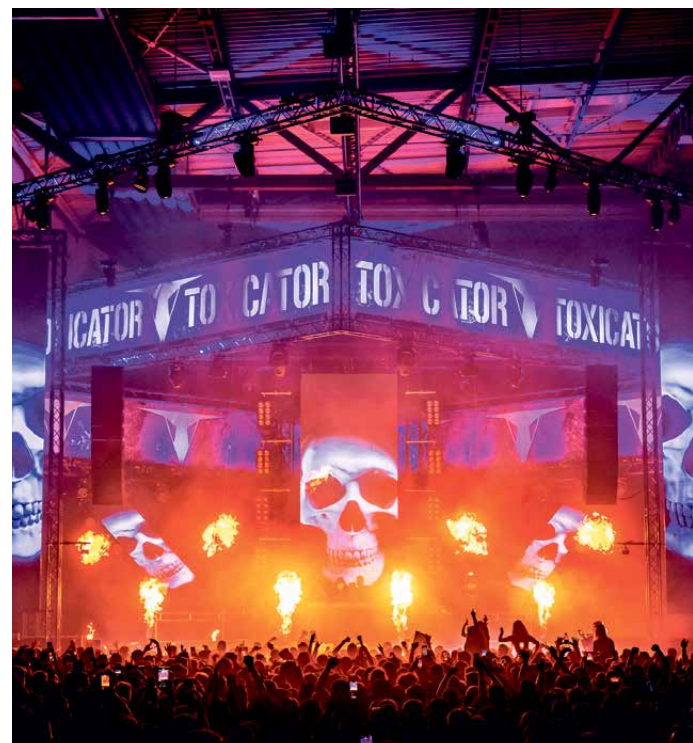


Foto: I-MOTION

FANSHOP AM WASSERTURM



BESUCHT UNSERE WALDHOF WELT

Montag - Samstag | 10-20 Uhr | P7, 17