

Günstige Rohre für Nahwärmenetz

Sulzfeld. (db) Das Nahwärmenetz beim Schulzentrum wird realisiert. Im Zuge der Tiefbauarbeiten zur Erschließung des Baugebietes „An der Murr“ sollen nun die Rohrleitungen für das Wärmenetz verlegt werden. Im Rahmen einer öffentlichen Ausschreibung wurden elf Leistungsverzeichnisse ausgegeben. Zur Submission lagen vier Angebote vor. Mit einem Angebot von 158 456 Euro lag der günstigste Bieter, der den Zuschlag einstimmig erhielt, deutlich unter den veranschlagten Kosten von rund 263 000 Euro. Die Arbeiten für das Nahwärmenetz sollen bis Ende Juli fertig sein.

Gymnastik für einen starken Rücken

Zaisenhausen. (fst) Die Volkshochschule bietet in Zaisenhausen einen Kurs für Wirbelsäulengymnastik und Rückenschulung an. Der Kurs umfasst zehn Termine, beginnt am Mittwoch, 2. April (9.15 bis 10.15 Uhr), und kostet 44 Euro. Gezeigt werden gezielte Übungen zum Abbau von Verspannungen und zur Kräftigung und Dehnungen der Muskulatur. Eine Anmeldung unter Telefon 07258 / 9509810 oder zaisenhausen@vhs- karlsruhe-land.de ist erforderlich.

Gottessuche mit Texten und Liedern

Sulzfeld. (zg) Im Mittelpunkt des Auszeitgottesdienstes am Sonntag, 30. März, steht die Jahreslosung: „Gott nahe zu sein, ist mein Glück“. Der Blick soll besonders auf Gottesnähe und Gottesferne gerichtet werden. Mit Texten, Bildern und Liedern begeben sich die Teilnehmer um 18 Uhr in der evangelischen Kirche in Sulzfeld auf die Suche nach Antworten. Zu Gast ist der Pantomime Henry.

Struppige und Kleine sind gefragt

Bürgergenossenschaften leben von Vielfalt – Allianz und Netzwerk tagten in Sulzfeld

Von Detlef Brötzmann

Sulzfeld. Galten Genossenschaften früher als angestaubt, so hat sich das Image spätestens mit der Einführung von Bürgergenossenschaften gründlich geändert. Vom kollektiven Gedanken zur Bürgerbewegung des 21. Jahrhunderts könnte das Motto lauten, mit welchen neuen Formen gesellschaftlichen Bürgerengagements entstanden sind. Ein Paradebeispiel dafür ist der Sulzfelder Bürgerbahnhof, der im Oktober 2013 als „Leuchtturm der Bürgerbeteiligung“ prämiert wurde.

Grund genug für die beiden Organisatoren „Allianz für Bürgerbeteiligung“ und „Gemeindenetzwerk Bürgerschaftliches Engagement“, ein Forum im Sulzfelder Bürgerbahnhof abzuhalten. Dabei wurden die Formate möglicher Bürgergenossenschaften vorgestellt und näher beleuchtet, um im Dialog anschließend über verschiedene Formen von bürgerlichen Engagements in der Gesellschaft zu diskutieren.

Als Gastrednerin war die Staatsrätin für Zivilgesellschaft und Bürgerbeteiligung, Gisela Erler, aus Stuttgart in die Ravensburggemeinde gekommen. Sie zeigte sich begeistert davon, was hier in Sulzfeld mit dem genossenschaftlichen Bürgerbahnhof entstanden ist. Erler berichtete davon, dass es in Stuttgarter Verwaltung künftig ein systematischeres Handeln bei Projekten geben soll. Die Beamten würden intensiv geschult. Volksentscheide sollten leichter werden, sodass sich „Menschenbewegungen“ leichter umsetzen lassen.

Zwei Bewegungen sollten stärker im Netzwerk Berücksichtigung finden: die



Interessierte aus ganz Baden-Württemberg versammelten sich im Sulzfelder Bürgerbahnhof, um über Formen von Bürgerbeteiligungen und ehrenamtliche Projekte zu diskutieren. Foto: Brötzmann

struppigen Bürgerbewegungen, die un bequem sind und ein wenig angreifen, und die Bürgergenossenschaften und Stiftungen kleiner Bewegungen, die verschiedene Formen in Baden-Württemberg verknüpfen.

Zentrale Themen des Forums waren im weiteren Verlauf der demografische Wandel, die Flächenentwicklung bei Gemeinden und die Energiewende. Klar wurde dabei, dass der Sozialstaat nicht alles leisten kann. Die Gedanken zum demografischen Wandel bewegten sich um die Idee „Bürger helfen Bürgern“. Bürgerbewegung kann sich – genossenschaftlich organisiert – in der Betreuung von Kindern und Senioren widerspiegeln. Nachbarschaftshilfe und Essen auf Rädern sind da nur zwei von vielen Beispielen.

Die praktizierte Solidarität stellt dabei eine Schnittstelle zur Politik dar. Ehrenamtliche Helfer könnten beispielsweise ein Zeitkonto für ihre Leistungen

bekommen, von welchen sie später einmal Hilfe in eigener Sache in Anspruch nehmen könnten.

Eine Ausstellung in den Räumen des Bürgerbahnhofs machte Projekte und Erfahrungen von engagierten Bürgergenossenschaften sichtbar. Diese gibt es auf vielen Gebieten, von der Schülergenossenschaft bis zur Versorgung alter Menschen. Miriam Freudenberger, Geschäftsführerin der „Initiative Allianz für Beteiligung e.V.“, zog am Ende der Veranstaltung eine positive Bilanz: „Wir wollten heute hören, welche Themen in der Region aktuell sind und unser Wissen vermitteln. Das ist gelungen.“

Info: Ansprechpartner der Initiative Allianz für Bürgerbeteiligung ist in Nordbaden Christian Büttner, der Auskunft zu Fragen über bürgerschaftliche Projekte gibt. Telefon: 0170 / 4764296 oder christian.buettner@allianz-fuer-beteiligung.de.

Mehr Fördergeld durch Verlegung

Streuobsterlebnispfad soll ganz in den Naturpark

Sulzfeld. (db) Der Streuobsterlebnispfad auf der Gemarkung Sulzfeld befindet sich nur teilweise innerhalb der Grenzen des Naturparks Stromberg-Heuchelberg. Dies soll nach Auffassung des Gemeinderates geändert werden, der das gesamte Erlebnisareal innerhalb des Naturparks sehen möchte. Den Anstoß dazu gaben Ordnungsänderungen des Regierungspräsidiums Karlsruhe die den Naturpark betreffen. Würden alle Flächen des Streuobsterlebnispfades im Naturparkgebiet liegen, so könnten höhere Fördergelder beantragt werden. Die bisherige land- und forstwirtschaftliche Nutzung wird durch eine Einbeziehung in den Naturpark nicht berührt.

Gute Nachfrage nach VHS-Kursen

Sulzfeld. (db) Das Angebot und die Arbeit der Volkshochschule stellte die Sulzfelder Außenstellenleiterin Gudrun Panzer auf der jüngsten Ratssitzung vor. Die Außenstelle ist eine von 16 Zweigniederlassungen der Volkshochschule im Kreis Karlsruhe. Die Zahlen sind positiv und entwickeln sich im Trend nach oben. Im Jahr 2013 wurden in Sulzfeld 66 Kurse mit insgesamt 1097 Stunden angeboten. Diese wurden von 624 Teilnehmern besucht. Die Schwerpunkte lagen dabei auf 30 Kursen im Bereich Gesundheit (315 Teilnehmer), Sprachen (15 Kurse, 131 Teilnehmer) und Kultur & Gestaltung (14 Kurse, 115 Teilnehmer). Zudem waren zahlreiche Einzelveranstaltungen und Vorträge im Angebot. Zu den Klassikern zählen dabei die traditionellen Ravensburgkonzerte, die die VHS seit 1965 veranstaltet. Außerdem werden seit September 2013 im Auftrag der Gemeinde Französischstunden an der Gemeinschaftsschule Sulzfeld durchgeführt.

Gute Fachkräfte werden in allen Bereichen gesucht

Breites Angebot und großer Andrang bei Ausbildungsmesse



Viele Unternehmen hatten die Fachleute des jeweiligen Geschäftsbereichs sowie ihre Auszubildenden mitgebracht, die den Besuchern wertvolle Einblicke gaben. Foto: Braunecker

Östringen. (br) Mehr als sechzig Unternehmen und Betriebe aus den verschiedensten Sparten gaben am vergangenen Samstag beim „Markt der Berufe“ der Östringer Thomas-Morus-Realschule den wissbegierigen Werkrealschülern, Realschülern und Gymnasiasten aus der Region Auskunft über ihre jeweiligen Geschäftsbereiche und dabei vor allem über ihr Angebot an Ausbildungsplätzen sowie die späteren Karrierechancen.

Bei der Ausbildungsbörse fanden die Heranwachsenden, die häufig zusammen mit ihren Eltern unterwegs waren, an den Firmenständen nicht nur umfangreiches Infomaterial zum Mitnehmen vor, sondern konnten bei den Ausbildungsbeauftragten gleich ihre persönlichen Fragen anbringen.

Viele Unternehmen hatten zu der Veranstaltung darüber hinaus auch die Fachleute des jeweiligen Geschäftsbereichs sowie ihre aktuellen Auszubildenden mitgebracht, die den Besuchern mit Praxisbeispielen und Versuchen einen lebendigen Eindruck ihres Aufgabenfelds vermittelten und die späteren Karrierechancen erläuterten.

Von Handwerksbetrieben aus der Region wie der Östringer Zimmerei Gramlich oder der Schreinerei Pflücke aus Ubstadt-Weiher über Organisationen aus dem Gesundheits- und Sozialwesen wie

der Mosbacher Johannes Diakonie und der Pflegeschule der Kliniken des Landkreises Karlsruhe sowie Forschungseinrichtungen wie dem Karlsruher Institut für Technologie bis hin zu Großunternehmen wie SAP, MLP oder Heidelberger Druck waren die unterschiedlichsten Sparten vertreten.

„Nutzt das große Informationsangebot, sucht das Gespräch mit den Beratern und findet den Beruf, der zu Euch passt und der Euch auch Spaß macht“, gab Östringens Bürgermeister Felix Geider bei der Eröffnung zusammen mit Realschulrektor Alexander Oberst den jugendlichen Besuchern als Empfehlung mit auf deren Rundgang durch die Berufsmesse.

Für die Unternehmen bot die Östringer Berufsmesse einmal mehr eine gute Gelegenheit, ihrerseits Kontakte zum Berufsnachwuchs der nächsten Jahre zu knüpfen. „Wenn die jungen Leute daran Interesse haben, verabreden wir nach einer ersten Information hier beim Markt der Berufe ein betriebliches Praktikum, bei dem man sich dann gegenseitig näher kennenlernen und die Entscheidung über eine Ausbildung besser vorbereiten kann“, schilderte Handwerksmeister Klaus Östringer vom gleichnamigen Östringer Autohaus die bei vielen Betrieben übliche Vorgehensweise.

Thema: Gesundes Haar

Was junge Frauen für mehr Haarwachstum tun können

Immer mehr junge Frauen beklagen mageres Haarwachstum und vorzeitigen Haarausfall. Die Fragen und Antworten zeigen, wie man Haar-Risikofaktoren richtig einschätzt und wie man vorbeugen kann.

Woher kommen die Haarprobleme junger Frauen?

Dünnes Haar, mageres Haarwachstum und verstärkter Haarausfall begründen sich oftmals in einer Energieunterversorgung der Haarwurzeln. Um gesundes, kräftiges Haar zu produzieren, verbrauchen diese etwa 800% mehr Energie im Vergleich zum ruhenden Organ. Bei Stress, Belastung oder einseitiger Ernährung kommt der Energieprozess schnell aus dem Gleichgewicht.

Was kann man tun?

Das neuartige Plantur 21 ist eine wirksame Hilfe. Der Nutri-Coffein-Complex gibt den Haarwurzeln bei regelmäßiger Anwendung den dringend benötigten Energie-



Bei magerem Haarwachstum können junge Frauen aktiv werden

schub. Vorteil: Das Produkt wirkt „vor Ort“, anstatt wie Tabletten, die erst durch den Körper müssen. Die Einwirkzeit von 120 Sekunden

sollte jedoch eingehalten werden. Die Plantur-Wirkstoffe (Coffein, Biotin, Zink, Kalzium) tragen dazu bei, dass die Haarwurzel aktiviert wird und fortan kraftvolleres Haar produzieren kann.

Checkliste gibt Sicherheit

Unsere Checkliste unten hilft Ihnen, den Bedarf an Plantur 21 zu erkennen.

Einfach anzuwenden:

Zum Plantur 21 Nutri-Coffein-Shampoo speziell für coloriertes und strapaziertes Haar gibt es auch ein Nutri-Coffein-Elixier zum Einmassieren. Erhältlich in ausgewählten Drogerieabteilungen und -märkten, in der Apotheke oder beim Friseur.



Erkennen Sie Risikofaktoren und -anzeichen für junges Haar

Stress in Beruf/Familie/Schule	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Mageres Haarwachstum	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Diäten/einseitige Ernährung	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Ausgedünntes Kopfhaar	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Feines, dünnes Haar	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Erhöhter Haarausfall	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein

So werten Sie aus:
Wenn Sie „Erhöhter Haarausfall“ oder mehr als 2 x mit JA geantwortet haben, empfiehlt sich die Nutri-Coffein-Therapie mit Plantur 21.