

Zappellino



Kostenfreie Elternzeitung für die Region Heilbronn, Mosbach, Sinsheim sowie Hohenlohe

juni/juli 21



Tipps in der Natur
und mehr.....



BAUBIOLOGIE LAYHER

Sachverständigenbüro
und Umweltanalytik

Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden liegen uns am Herzen



Wohnen Sie
GESUND?

Wohnraumanalysen
Schadstoffe und Pilze
Geologische Einflüsse
Elektrosmogmessungen
Abschirmmaßnahmen

Langjährige Erfahrung
und Zusammenarbeit
mit der Umwelt- und
Komplementärmedizin

Reduzierung gesundheits-
belastender Einflüsse
Luftreinigungsmaßnahmen
und Sanierung bei
akuter Belastung

Ihr Baubiologe Paul Layher

www.baubiologie-layher.de · Telefon 07191/950012

Zappelino deckt den Tisch mit nachhaltigem Kindergeschirr made in Germany



**Aktuelles Sommerangebot: 32,00 €+ Versand.
Zu beziehen in der Redaktion**

JOBS MIT ZUKUNFT

In unseren ASB Seniorenzentren in der Region Heilbronn-Franken bieten wir Stellen als

EXAMINIERTER PFLEGEFACHKRÄFTE (m/w/d) in Voll- und Teilzeit, Entgeltgruppe TV-L Kr 7 sowie auf 450 Euro-Basis

Wir bieten Ihnen: Einen sicheren Arbeitsplatz in einem etablierten Wohlfahrtsverband, vielfältige Entwicklungs- und Aufstiegsmöglichkeiten, die Leistungen des TV-L mit betrieblicher Altersvorsorge, Zulagen und Jahressonderzahlung.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Arbeiter-Samariter-Bund
Region Heilbronn-Franken
z. Hd. Sonja Golda
Ferdinand-Braun-Str. 19
74074 Heilbronn
Tel. 07131/97 39-110
bewerbung@asb-heilbronn.de



AUSBILDUNG,
PRAKTIKUM, FSJ
UND BFD:
Wir bieten jungen
Menschen eine
berufliche Perspektive.

www.asb-heilbronn.de



Arbeiter Samariter Bund
Baden-Württemberg e.V.
Region Heilbronn-Franken

Prävention – hilft uns das?



Prävention oder Prophylaxe, beides bedeutet ganz einfach Vorbeugung und in der Folge immer etwas zu tun. Ohne selbst tätig zu werden, gibt es keine Prävention. Dies weiß ein jeder. Trotzdem ist es wichtig, gerade in aktuellen Zeiten, daran erinnert zu werden, nicht um welcher Art Zeiten es sich handelt, sondern was hilft und was man Sinnvolles dagegen und vor allem für sich tun kann.

Frische Luft, wer einen Garten sein Eigen nennen kann, hat hier besondere Vorteile. Dieser Ausgleich ist wichtig und muss sein, denn auch dies trägt maßgeblich zur Stärkung des Immunsystems bei. Die Natur mit all ihren Facetten wieder neu entdecken. Wer hatte z. B. letztmals das Glück einen Maikäfer zu sehen und den Kindern/Enkeln zeigen zu können? Langsam öffnet sich auch das Miteinander mit den Freunden, sich wieder treffen zu dürfen, miteinander spielen, denn auch dies ist von großer Wichtigkeit für die Entwicklung – und für das Immunsystem. Die eigenen vierWände als Rückzugsort, als Nest der Geborgenheit, was für unsere Kinder einen ganz hohen Stellenwert hat - hier darf man ansetzen und etwas tun. In vielen Be-

reichen der Natur- und Komplementärmedizin wird darauf hingewiesen, dass man nach sich schauen soll, das Immunsystem zu stärken. Natürlich-gesunde unverfälschte Nahrung, am besten aus biologischem Anbau, regional erzeugt und was die Jahreszeiten bieten, zu sich zu nehmen, ist einfach wichtig. Ein natürlich-gesundes Wohnumfeld zu haben, zum Wohlfühlen und regenerieren, ist genauso wichtig, um hiermit Vorsorge zu treffen. Letzteres ist im Besonderen unser Thema. Immer wieder und immer häufiger treffen wir auf Kinderzimmer mit unterschiedlichen Auffälligkeiten. Sicher sind die Zeiten mit Homeschooling und Homeoffice eine besondere Herausforderung, und manches bleibt dabei auf der Strecke. Ist es aber nicht gerade dabei besonders wichtig, dieses Umfeld möglichst schadstoffreduziert, wenn möglich, weitestgehend schadstofffrei zu halten? Und wie sieht es mit dem Elektrosmog aus? Immer wieder ein brisantes Thema, trotz allem wollen wir doch das Beste für die Kinder und deren Entwicklung. Unsere zurückliegenden Artikel als Anregung zu den einzelnen Themen finden Sie z. B. unter <https://www.zappelino.de/archiv/>. Weitere Informationen unseres Hauses finden Sie unter <https://www.baubiologie-layher.de/> und unter <https://www.baubiologie-layher.de/services/downloads> ... und bleiben Sie gesund und zuversichtlich!

Ihr Baubiologe Paul Layher



Liebe LeserInnen,
 nach wie vor leben wir in ungewöhnlichen Zeiten - und das seit über einem Jahr. Und manch einer ist davon überzeugt, dass wir aktuell Geschichte schreiben, wovon ich im Übrigen auch ausgehe.
 Nichts ist mehr planbar, Flexibilität ist das Gebot der Stunde, wie wir in den letzten Tagen mehr denn je sehen können. So haben momentan die Gastronomen alle Hände voll zu tun, ihre Kühlschränke zu füllen und die neuesten Öffnungsbestimmungen zu recherchieren.
 Und auch ich, als Herausgeberin von Zappelino, kann nicht, wie gewohnt, meine Themen im Vorfeld planen, daher verzichte ich seit längerem, diese in der Vorschau anzukündigen. Obwohl ein wichtiger Bereich des Zappelinos - Termine, Highlights sowie Freizeittipps - nahezu komplett wegfällt, so freue ich mich doch sehr darüber, wie vielseitig, kreativ, nachhaltig und positiv die zahlreichen Beiträge der aktuellen Ausgabe von Zappelino sind.
 Der ursprüngliche Gedanke hinter Zappelino, vorwiegend positive Berichte zu veröffentlichen, erscheint mir leichter als noch vor Jahren, entstehen doch in unterschiedlichen Bereichen positive Veränderungen - ob die Zunahme der regionalen und/oder biologischen Landwirtschaftsbetriebe sowie Gärtnereien, der vermehrten Kreativität mit Kindern, das Wiederentdecken der Natur mit ihren Wild- und Heilpflanzen sowie nachhaltige oder gemeinschaftliche Projekte.
 Das alles weckt in mir Hoffnung, und die Frage stellt sich mir unweigerlich: Könnte es sein, dass die aktuelle Situation oder auch das Wassermannzeitalter, in dem wir uns befinden, einen globalen Wandel mit sich bringt, von dem nicht nur die Menschen betroffen sind, sondern ebenfalls die Natur, deren Fülle aktuell unglaublich ist? Oder könnt Ihr Euch etwa an Löwenzahnblätter sowie Gänseblümchen erinnern, die bis ans Knie reichen? Oder an Wiesen, die vor Frühlingsblumen in allen Farben bunt leuchten? Oder an Tiere im Wald, die sich an uns Menschen näher, als üblich, heranwagen?
 Auch im Gespräch mit Menschen stelle ich eine Veränderung fest. Immer mehr Menschen verlassen ihren gewohnten Weg, um ihrer Berufung zu folgen. Sie verzichten bewusst auf ihre finanzielle Sicherheit und entscheiden sich, ihren Herzensweg zu gehen, der ihnen in der Regel mehr Erfüllung und Zufriedenheit bietet. Mag der erste Schritt auf seinem eigenen Herzensweg Mut erfordern, so öffnen sich sämtliche Türen und Tore, wenn man seine Herzenswahrheit lebt. Und vor allem trifft man mehr und mehr Menschen, die ihrem Herzensweg folgen, und damit, wie Samantha-Joy Kellner auf Seite 27 sagt, „die Welt mit ihrem Licht erhellen“!
 Ich wünsche allen den Mut, ihren Herzensweg zu finden und diesen auch zu gehen.



Christiane Bach

Eure

Titelseite: Quelle: Gemeinde Wüstenrot.

Impressum:

Zappelino erscheint 6 Mal im Jahr und wird in einer Auflage von 20.000 Exemplaren in der Region Heilbronn, Sinsheim, Öhringen, Mosbach, Schwäbisch Hall, Künzelsau, Crailsheim, Langenburg, Waldenburger etc. verteilt - in Büchereien, Kindergärten, Buch- und Kinderläden, Bäckereien, auf öffentlichen Plätzen etc.

Herausgeberin:

Christiane Bach

Redaktionsadresse:

Zappelino, Hauptstr. 28, 74206 Bad Wimpfen, Tel. 07063/9336988

Abonnement:

Für einen Preis von 12 € im Jahr könnt Ihr Zappelino abonnieren.

Anzeigen:

Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr.1/2016

Hinweis:

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für die Richtigkeit von Veranstaltungshinweisen übernimmt Zappelino keine Gewähr.

Veranstaltungstipps:

termin@zappelino.de

Anzeigen:

anzeigen@zappelino.de

Beiträge/Anregungen:

info@zappelino.de

Internetseite:

www.zappelino.de

Druckerei:

Pressehaus Stuttgart, Druck GmbH, Stuttgart-Möhringen



**MAHANA
YOGA CENTER**

Yogakurse:

**Mo: 9.00-10.30 Uhr
Mo.-Do.: 19.30-21.00 Uhr
Fr.: 17.30 Uhr YinYoga**

**Kinderyogakurs (ab 6 J.):
Do, 16.30-17.30 Uhr
Schwangerenyoga:
Do, 19.30 Uhr
Einstieg jederzeit möglich.**

**Nächste
Kinderyogausbildung
in Bad Wimpfen:
09.07.-11.07.21 und
24. - 26.09.21**

**Yoga via Zoom immer
mittwochs, 19.30-21.00 Uhr.
Anmeldung bitte per Mail.
Anfänger willkommen.**

Ute Böhme | Bad Wimpfen
Yogalehrerin | 07063951095

info@yoga-center.eu
www.yoga-center.eu
Weimarstr. 15

Tipps in der Natur und mehr....



Kennt ihr den Grünfinkpfad in Löwenstein, den Waldfühlpfad in Eppingen oder das Atelier Fühlmich mit Malort?

Erlebte Kreativität ist Freiheit pur



Im Eppinger Atelier Fühlmal mit Malort dürfen Kinder nach Herzenslust kreativ sein.

Bioweine und frische Bio-freiland-Erdbeeren



Der Biolandhof Döbler baut seit 1993 Bio-Wein an und seit 2018 die ersten Brackheimer Bio-Erdbeeren.

Solawi Zabergäu setzt auf samenfeste Sorten



Die Solawi Zabergäu erzeugt extrem leckere Lebensmittel aus samenfesten, alten, ökologisch gezüchteten Sorten.

**Spenden Sie für kranke Kinder
in der Region!**



**Große Hilfe
für kleine Helden
www.grosse-hilfe.de**

Spendenkonten:
Kreissparkasse Heilbronn
IBAN: DE84 6205 0000 0000 0074 43
Volksbank Heilbronn
IBAN: DE13 6209 0100 0390 3900 03

**Waldorfcampus
Heilbronn
Freie Waldorfschule**



Jedes Kind ist einzigartig.

Wir sorgen dafür, dass es so bleibt.

www.waldorfcampus-hn.de

Maavon-Laue-Str. 4, 74081 Heilbronn | Tel: 07131/589510 | E-Mail: post@waldorfcampus-hn.de

**editorial/impressum
dies & das
highlight
regional einkaufen**

**3
4
24
27**



STRAKU Neckarbogen
Auffaktveranstaltung



24/25

Das erste inklusive Straßenkulturfestival findet am Heilbronner Neckarbogen statt.

Auf Entdeckertour mit
Hündchen Pimps...



33

Die Bad Wimpfenerin Ingeborg Erhardt hat drei Kinderbücher geschrieben und zwei davon selbst illustriert.

Die „Brotschmiede“ jetzt
auch in Talheim



34/35

Benjamin Schrempf bereitet traditionell und handwerklich hochwertige Backwaren täglich frisch zu und bietet sie sowohl in Kirchheim als auch neuerdings in Talheim an.

zappelinos kochkiste	31
Vogelseite	33
buchtipp	38
musik & hörspiele	39

Ihr ambulanter Pflegedienst

Daniela Engelhardt und Ihre *Pflegeengel*

Alten- & Krankenpflege · Kinderkrankenpflege · Pflegeberatung
Betreuung · Hauswirtschaft · Fachvorträge

*Engel gibt es auch ohne Flügel,
sie brauchen nur ein Herz.*

! WICHTIG:
Zur Verstärkung unseres Pflegeteams suchen wir SIE!
Sie sind zuverlässig, engagiert, einführend und loyal und arbeiten gerne selbstständig und eigenverantwortlich?
Dann bewerben Sie sich jetzt schriftlich bei uns.
Wir freuen uns auf Sie!

Azubis gesucht! Wir sind ein Ausbildungsbetrieb.

CareSolere • 74214 Schöntal-Bieringen • Tel.: 07943/94291-27
info@caresolere.de • www.caresolere.de

Ihr habt einen Termin für Zappelino? Unter:
www.zappelino.de
könnt Ihr ihn kostenfrei mit Bild eingeben

KINDERSITTER GESUCHT?

Der ASB Region Heilbronn-Franken bietet Kindersitting für Kinder ab 3 Jahren im häuslichen Umfeld an. Die Kosten betragen 10,00 €/Stunde.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.
Tel. 07131 / 96 55 17 · Anja Lehm
a.lehm@asb-heilbronn.de

Wir helfen
hier und jetzt

www.asb-heilbronn.de

Arbeiter-Samariter-Bund
Baden-Württemberg e.V.
Region Heilbronn-Franken

ARKUS Großtagespflege ZWERGENSTUBE öffnet ihre Türen in Bad Wimpfen

Kinder wollen wissen, wachsen und die Welt entdecken!



Im Rahmen einer Tagesbetreuung erhalten Kinder diese freie Entfaltungsmöglichkeit und können auf diese Weise ihren individuellen Bedürfnissen und Impulsen unter pädagogischer Aufsicht nachgehen. Auf diese Weise setzt man als Eltern schon heute den ersten Stein auf dem Weg zur Bildung. Die ARKUS Großtagespflege ZWERGENSTUBE in Bad Wimpfen bietet Kindern genau das! Die ARKUS gGmbH ist eine gemeinnützige Beschäftigungs- und Qualifizierungsgesellschaft und Tochter des Paritätischen Wohlfahrtsverbands, Landesverband Baden-Württemberg e. V., mit Sitz in Heilbronn. Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf steht bei ARKUS an oberster Stelle. Als anerkannter Träger der Jugendhilfe, weiß das Fachpersonal der ARKUS gGmbH, was Kinder zum Wachsen brauchen. Dieses Bewusstsein nutzt der gemeinnützige

Träger und setzt es sowohl in seinen sechs Kinderhäusern als auch in den Großtagespflegestellen in die Tat um. Die ARKUS Großpflegestellen sind ein Angebot im Rahmen der Kindertagespflege und eine Alternative zum Kindergarten. In einer kleinen Gruppe betreuen zwei Kindertagespflegepersonen mit pädagogischer Qualifikation bis zu sieben Kinder unter drei Jahren.

Das Betreuungsangebot richtet sich dabei primär an Eltern, die einen arbeitszeitentauglichen Betreuungsplatz für ihr Kind benötigen und sich eine Betreuung in familienähnlichen Strukturen vorstellen können. Die ZWERGENSTUBE im Landgraben 17, in Bad Wimpfen, bietet somit eine alternative Kinderbetreuung in familiärer und kindgerechter Atmosphäre. Das Konzept ist angelehnt an die weiteren Großtagespflegestellen im Großraum Heilbronn.

Die Kindertagespflegepersonen bei ARKUS bieten Kindern Sicherheit und Geborgenheit im Gruppenalltag und eröffnen Eltern den Raum für eine vertrauensvolle Erziehungspartnerschaft, was eine frühe Entwicklungsförderung der Kinder mit sich bringt. Das Kind sammelt bereits jetzt soziale Erfahrung mit Gleichaltrigen und findet eine feste Bezugsperson in seiner Tagespflegeperson. Nähere Informationen gibt es bei einem persönlichen Kennenlernen auf Terminanfrage und auf der Homepage unter www.arkus-heilbronn.de.

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Heilbronn HELDEN GESUCHT!



Als unabhängig anerkannter Spitzenverband der Freien Wohlfahrtspflege stehen für die AWO Kreisverband Heilbronn e.V. die Umsetzung der Werte Solidarität, Toleranz, Freiheit, Gleichheit und Gerechtigkeit an erster Stelle.

Bei der AWO bist du willkommen, egal wie du bist – unabhängig von Geschlecht, Herkunft, Schulabschluss, Religion oder persönlicher Lebenslage.

Hier findet man ein offenes und tolerantes Umfeld, das durch Kreativität und Motivation geprägt ist. Die multikulturellen Mitarbeiter, Ehrenamtlichen und Freiwilligen geben jeden Tag ihr Bestes, um Kindern, Jugendlichen und Familien eine Stütze zu sein - ob in Kindertagesstätten, den Hilfen zur Erziehung, in der Flüchtlings- oder Schulsozialarbeit, den Angeboten der Eingliederungshilfe oder in der Paul-Meyle-Schule.

Die Aufgaben erstrecken sich in vie-

le Lebensbereiche und sind überall dort, wo Hilfe gebraucht wird. Daher werden jedes Jahr über 40 FSJ oder BFD Stellen in ganz verschiedenen Aufgabenbereichen vergeben. Gemeinsam mit der AWO kannst du herausfinden, welcher Bereich am besten zu dir passt!

Durch ein FSJ/BFD kannst du z.B. Wartezeiten auf Ausbildung oder Studium sinnvoll überbrücken oder einfach mal Arbeitsluft schnuppern. Dabei hilfst du nicht nur deinen Mitmenschen, sondern vor allem auch dir und deiner persönlichen Entwicklung und Selbstfindung. Du erhältst auch viele Vergünstigungen, ob Kino, Museum oder Bus und Bahn – mit einem Freiwilligen-Ausweis gibt es viele Ermäßigungen. Also, warte nicht lange und bewirb dich!

Infos: AWO, Olgastr. 2, 74072 Heilbronn, Tel. 07131 899 30-40
E-Mail: bewerbung@awo-heilbronn.de

ARKUS
Gemeinsam spannen wir den Bogen

Sie sind auf der Suche nach einer liebevollen und familiennahen Betreuung für Ihr Kind unter 3 Jahren?

Unsere qualifizierten Kindertagespflegepersonen bieten dies im Rahmen unserer Großtagespflegestelle

ZWERGENSTUBE
in Bad Wimpfen!

Geme informiert Sie:
Karin Idler
Happelstr. 17
74074 Heilbronn
kindertagespflege@arkus-heilbronn.de

BAD WIMPFEN

Für unsere vier städtischen Kindergärten suchen wir mehrere

Staatlich anerkannte Erzieher (m/w/d) oder pädagogische Fachkräfte (m/w/d)

Es handelt sich um mehrere Stellen mit verschiedenen Beschäftigungsumfängen in Teilzeit bis Vollzeit.
Die Stellen sind unbefristet zu besetzen.
Ihre Fragen im Vorfeld beantwortet gerne Frau Lea Denz, Fachstelle Kinderbetreuung
(Kontakt: Telefon 07063 53-125 oder denz@badwimpfen.de).
Den vollständigen Ausschreibungstext und weitere Information zum Bewerbungsverfahren finden Sie auf unserer Homepage www.badwimpfen.de unter der Rubrik Informationen & Bürgerservice / Stadtverwaltung / Karriere&Ausbildung.



Sonnenhof e.V. – Angebote für Menschen mit Behinderung



Die Integration und inklusive Förderung von Menschen mit Behinderungen sowie die Normalisierung ihrer Lebensbedingungen ist das wichtigste Anliegen des 1966 gegründeten Sonnenhofes und seiner Mitarbeitenden. Der Gedanke der Inklusion ist dabei wegweisend: Leben, lernen und arbeiten, dort, wo alle Menschen leben, lernen und arbeiten. Um diesem Anliegen gerecht zu werden, entwickelt sich der Sonnenhof stetig weiter. So sind in den zurückliegenden Jahren differenzierte bzw. personenorientierte Angebote und Bereiche entstanden, in denen zurzeit über 1.000 Mitarbeiter bedeutende und nachhaltige Förderung und Lebensbegleitung für über 1.500 Menschen mit einer Behinderung in Hohenlohe-Franken leisten. So ist der Sonnenhof Arbeitgeber zahlreicher Berufe wie z.B. Heilerziehungspfleger, Heilpädagoge, Erzieher, Fach- und Sonderschullehrer, Physiotherapeut, Ergotherapeut, Logopäde, Gesundheitspfleger, Dipl. Sozialarbeiter und Dipl. Sozialpädagoge, handwerkliche Berufe im technischen Dienst, hauswirtschaftliche Berufe, Bürokaufleute. Auch ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ), Praktikum und den Bundesfreiwilligendienst bietet der Sonnenhof an. Unterstützen, begleiten, fördern und verstehen – das sind vier wesentliche Grundbegriffe im alltäglichen Leben im Sonnenhof. Dafür kommen jährlich viele junge Menschen für

sechs oder zwölf Monate zur Berufsvorbereitung oder -findung an den Sonnenhof, im Rahmen eines Praktikums, Freiwilligen Sozialen Jahres oder im Rahmen des Bundesfreiwilligendienstes. Damit ist eine gute Grundlage etwa für eine Ausbildung zur Heilerziehungspflegerin bzw. zum Heilerziehungspfleger gebildet, die am Sonnenhof bzw. an der Fachschule für Heilerziehungspflege in Schwäbisch Hall absolviert werden kann. Und seit einigen Jahren gibt es darüber hinaus den Ausbildungsgang Heilerziehungsassistent, der auch ohne Mittlere Reife einen Zugang zur Arbeit mit Menschen mit Behinderung ermöglicht. Ausgehend von den individuellen Erfordernissen und Möglichkeiten der Menschen mit Behinderung, entwickelt der Sonnenhof passgenaue, also individuelle Angebote im ambulanten Bereich, im Bereich der inklusiven Kindergärten und Schule mit zahlreichen Außenklassen, Wohnen für Kinder und Jugendliche, Kurzaufnahme, Wohnen für Erwachsene mit Tagesförderstätten, im Bereich nachbarschaftlichen Wohnens sowie Freizeitangebote und Erwachsenenbildung.

Infos: Sonnenhof e.V., Mitglied im Diakonischen Werk Württemberg Sudetenweg 92, Schwäbisch Hall, Tel. 0791/500-0
www.sonnenhof-sha.de

Sonnenhof e.V.
Angebote für Menschen mit geistiger Behinderung

Kommst DU mit?



»Für uns – für andere«
www.sonnenhof-sha.de



Ausbildung und Orientierung

- Freiwilliges Soziales Jahr
- Bundesfreiwilligendienst
- Ausbildung als Heilerziehungsassistent/in
- Ausbildung als Heilerziehungspfleger/in



Deine Ergopraxis Doebelin ist umgezogen

Endlich ist es soweit! Der Umzug der Ergotherapiepraxis von Bad Wimpfen nach Heilbronn-Biberach, in einen ansprechenden Neubau, in die Keltergasse 3 ist geschafft. Stolz öffnet Nadine Doebelin die Türe zu ihren neuen Praxisräumen im Erdgeschoss, die sie Anfang Mai dieses Jahres bezog. „Durch die aktuelle Situation mit Lieferengpässen und dergleichen, verschob sich leider der Umzug auf Mai. Aber jetzt sind wir angekommen und fühlen uns unendlich wohl“, freut sich die Ergotherapeutin und zeigt auf ihren hellen, freundlichen Empfangsbereich, der geschmackvoll dem Stil der Praxisräume angepasst wurde. Die Therapeutin Nadine Doebelin, die seit einigen Jahren erfolgreich zusammen mit einer Mitarbeiterin eine Ergotherapeutische Praxis in Bad Wimpfen geführt hat, freut sich über die Vergrößerung der Praxis. „In der Praxis in Bad Wimpfen waren unsere Behandlungsmöglichkeiten aufgrund der Räumlichkeiten begrenzt, daher bin ich froh, endlich über mehr Platz und einen behindertengerechten Zugang zu verfügen“, so Nadine Doebelin. „In den kommenden Wochen und Monaten werden uns weitere Therapeuten tatkräftig unterstützen“, erzählt Nadine Doebelin, die sich auf das neue Team freut und bei einem Rundgang durch die modernen Räumlichkeiten die einzelnen Räume präsentiert. Als erstes zeigt sie den



lichtdurchfluteten Neuroraum, in dem vorwiegend Behandlungen von Erwachsenen im neurologischen und orthopädischen Bereich stattfinden. Zudem können dort in einer gemütlich eingerichteten Gesprächs- und Entspannungsecke psychische Schwierigkeiten wie z.B. Stress, Mobbing, Burnout und vieles andere mehr behandelt werden.

Der helle Motorikraum, mit Blick in den angrenzenden Garten, bietet viel Fläche für große Bewegungslandschaften zur Förderung von Psychomotorik und Sensorik. Vor allem bei der Arbeit mit Kindern nimmt dieser Raum eine sehr hohe Wichtigkeit ein, denn hier darf nach Herzenslust geklettert, geschaukelt, gehüpft und gekrabbelt werden. Der Fantasie sind

nahezu keine Grenzen gesetzt... Im Handwerks- und Konstruktionsraum können handwerkliche Techniken bei verschiedenen Krankheitsbildern als therapeutisches Mittel eingesetzt werden, um Motivation, Eigeninitiative und Selbstwertgefühl zu steigern.

Alle Räume führen zu einer Terrasse und einem Garten, der bis zu einem Bach führt. „Vorgesehen ist es außerdem, einen Therapiegarten mit Hochbeeten anzulegen“, so die Therapeutin, für die der Mensch im Mittelpunkt steht und die sich vor allem auch auf Familien und Kinder mit psychischen Probleme fokussiert hat, was in den aktuellen Zeiten wichtiger denn je ist.

„Während mein Behandlungsschwerpunkt im Bereich Neurologie und Psychologie liegt, arbeitet mein Team vorwiegend im Bereich Pädiatrie mit den Schwerpunkten Entwicklungsverzögerung und Lernstörungen sowie im Bereich Neurologie, Orthopädie und Demenz. Unter normalen Umständen leisten mein Team und ich Integrationen bei Kindern in verschiedenen Kindergärten“, so die Praxisinhaberin, die ein offenes Ohr für all ihre Patienten hat und mit viel Einfühlungsvermögen und Empathie jeden einzelnen Patienten individuell behandelt.

Infos: Deine Ergotherapiepraxis Nadine Doebelin, Keltergasse 3, Heilbronn-Biberach
Tel. 07066/ 96 89 830

Deine ERGOPRAXIS Nadine Doebelin

- Ergotherapie
- Spieltherapie
- Benaudira Hörtraining
- Tiergestützte Therapie mit Hund und Pferd

**Keltergasse 3
74078 HN-Biberach**

Tel. **07066 96 898 30**
www.deine-ergopraxis.de



Hausbesuche · Alle Kassen · Termine nach Vereinbarung



Mit cocazoo bereit für neue Abenteuer

Mit dem Übertritt in die weiterführende Schule wird alles neu. Neue Schule, neue Freunde, neue Abenteuer. Der alte Schulranzen hat jetzt ausgedient - Kids brauchen einen Schulrucksack, der sich ihren Bedürfnissen und den neuen Herausforderungen optimal anpasst: Tragekomfort und Sicherheit gepaart mit Designs und Styles, die bei den Kids angesagt sind und mehr Individualität in den Schulalltag bringen. Der ScaleRale von cocazoo ist der perfekte Begleiter ab der dritten Klasse und durch die Zeit des Übertritts: Durch sein integriertes EASY-GROW SYSTEM wächst der Rucksack stufenlos mit und passt sich Körpergröße und Rücken perfekt an – ein einzigartiges Ergonomie-System, für das cocazoo bereits zahlreiche Auszeichnungen erhielt. Mit seinen modischen Designs und hochwertigen, reflektierenden Elementen bietet der ScaleRale zudem ein Extra-Plus an Sicherheit im Straßenverkehr. Reflektierende Sticker, bunte Patches und Accessoires verleihen dem Rucksack immer wieder einen neuen Look und individuellen Style. Dabei setzt cocazoo bei der Herstellung aller Schulrucksäcke und Accessoires auf eine umweltfreundliche und ressourcenschonende Produktion sowie die Verwendung recycelter Materialien.

Ausgezeichnet ergonomisch
Ein Schulrucksack muss perfekt passen und ergonomisch so beschaffen sein, dass sich das Gewicht gleichmäßig verteilt. Dann kann er Rückenschäden vorbeugen und bietet gleichzeitig Tragekomfort und Bewegungsfreiheit. Das Schulrucksack-Modell ScaleRale von cocazoo bietet maximalen und nachhaltigen Tragekomfort: Dank seinem EASY-GROW SYSTEM wächst der Schulrucksack mit und passt sich stufenlos der Körpergröße an. Mit nur wenigen Handgriffen lässt sich die Rückenlänge mit dem Verstellsystem perfekt auf jede Größe zwischen 135 cm bis 180 cm anpassen. Mit einem Eigengewicht

von 1200 Gramm ist der ScaleRale leicht, bietet aber mit einem großzügigen Fassungsvermögen von 30 Litern genug Platz für die täglichen Schulumensilien und persönlichen Gegenstände: In vier separaten Fächern finden Hefte, Bücher, Brotzeit und Trinkflasche sowie Handy, Kopfhörer, Geldbeutel etc. ihren Platz. Die Aktion Gesunder Rücken (AGR) und die Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung (BAG) befinden den ScaleRale für „ausgezeichnet ergonomisch“. Und das Institut für Gesundheit und Ergonomie (IGR) hat ihn 2020 zusammen mit der Insights-X Messe mit dem „Special Award Ergonomie“ ausgezeichnet.



Sicherheit dank Sichtbarkeit
Egal ob zu Fuß, mit dem Rad, Roller oder Schulbus – die oberste Priorität auf dem Schulweg heißt „Sehen und gesehen werden!“ Der ScaleRale sieht nicht nur cool aus – er trägt vor allem dazu bei, dass man im Straßenverkehr besser sichtbar ist: Reflektierende Designelemente, mit denen der Schulrucksack serienmäßig rundherum ausgestattet ist, leuchten bei Lichtkontakt hell auf und werden zu einem Blickfang für andere Verkehrsteilnehmer. cocazoo setzt hier auf hochwertige Materialien von Oralite und Safe Reflection, die beispielsweise bei der Polizei verwendet werden.

Extra-Zubehör wie die neonfarbenen Pull-Over sowie der LED Pull-Over, die Sicherheitsklemmleuchte und reflektierenden Sticker in witzigen Designs bieten zusätzliche Reflektorkraft und verstärken die Signalwirkung.

Show your style
Jedes Kind ist einzigartig. Mit cocazoo bringen Kids ihre Individualität und Style jeden Tag aufs Neue zum Ausdruck: Den ScaleRale gibt es in zahlreichen Design- und Farbvarianten, von bunt und flippig über cool und futuristisch bis hin zu dezent einfarbig. Der Name der unterschiedlichen Designs ist Programm: „Cloudy Peach“, „Jungle Night“, „Cyber Green“ oder „Deep Matrix“ lassen die Muster bereits erahnen.

Mit dem MatchPatch System wird es dann richtig bunt und einzigartig bei cocazoo: damit lässt sich der Schulrucksack im Handumdrehen individuell um- und neugestalten. Denn die Zipper, Schnallen und das runde Klett Patch-Logo kann man nach Belieben austauschen und immer wieder wechseln. Die MatchPatch-Teile gibt es in vielen unterschiedlichen Farben - perfekt für endlose Konstellationen und Kombinationen. Beim Kauf eines ScaleRale-Modells darf man sich beim Händler zehn MatchPatch-Teile

aus dem cocazoo CandyShop aussuchen, weitere kann man separat kaufen. Für noch mehr Abwechslung und Spaß sorgen die trendigen StyleTyles: Diese speziellen Klett-Patches kommen in allen erdenklichen Formen und Farben, sie zeigen z.B. freche Lamas oder chillige Faultiere, coole Rap-Motive oder funky Keywords, Emoticons usw. Die Auswahl ist groß und bietet für jeden Tag, Laune oder Message das garantiert richtige Design.

Nachhaltigkeit und Verantwortung
Für cocazoo sind Verantwortung und Nachhaltigkeit ebenso wichtig wie Qualität und Ergonomie. cocazoo ist die einzige Schulrucksack-Marke, deren Produkte ausnahmslos und zu 100 Prozent klimaneutral sind – von den Schulrucksäcken über Accessoires bis hin zum Zubehör. Zusammen mit ClimatePartner wurde beispielsweise der CO₂-Fußabdruck der Schulrucksäcke berechnet – dieser wird über die Klimaschutzprojekte Portel und Santa Maria, Brasilien, ausgeglichen. cocazoo zeichnet zudem ein gesteigertes Umweltdenken, faire Produktionsbedingungen sowie die Reduktion von Verpackung bei allen Produkten aus. Das Unternehmen ist seit 2018 System Partner von bluesign® und verschreibt sich einer ressourcenschonenden Herstellung mit möglichst geringen Auswirkungen auf Menschen und Umwelt. So verzichtet cocazoo beispielsweise grundsätzlich auf den Einsatz von PVC und PFC. Alle Produkte werden frei von PVC beschichtet. Zusätzlich verwendet cocazoo besonders nachhaltige Materialien, z.B. recycelte PET-Flaschen für den Außenstoff der Rucksäcke, Bio-Baumwolle, Klett-Patches aus Ananasblatt-Fasern, dem Piñatex®-Material oder recyceltes Ocean Plastic bei den OceanEmotion-Modellen.

Infos: www.dasTaschenhaus.de

Der Kinderschutzbund Heilbronn gibt neuerdings die Kinderzeitschrift „MalZeit“ heraus



Kennt ihr die patente Aubergine Gini? Das coole, kleine Gemüse führt alle zwei Monate, in der Kinderzeitschrift „MalZeit“, Kinder spielerisch

an eine gesunde Ernährung heran und schafft durch die Identifikation mit Gini eine niedrigschwellige Möglich-

keit, Probleme und Sorgen zu äußern und bei Bedarf Hilfe zu bekommen. In der aktuellen Ausgabe zeigt Gini, wie ihr leckere Erdbeermarmelade kocht. Und nicht nur das. Ihr erhaltet zusätzlich spannende Infos rund um die Lieblingsfrucht der meisten Kinder, die ja genau genommen ein Nüsschen ist.

Auf Ginis Picknickdecke dürfen Kinder alles erzählen und fragen, was ih-

nen so auf dem Herzen liegt. Außerdem gibt es Gini als Ausmalbild und zu guter Letzt noch eine kunterbunte Mitmachseite.

„MalZeit“ wird 6 x jährlich an interessierte Schulen, Kitas, Institutionen, Praxen, Ämter etc. in der Stadt und im Landkreis Heilbronn kostenlos geliefert.



Infos: Der Kinderschutzbund Kreisverband Heilbronn e.V., Weinsberger Str. 89-91, Heilbronn, Tel. 07131 / 17 82 72 www.kinderschutzbund-hn.de



Familienausflug mit Gustav – Grünfinkpfad in Löwenstein

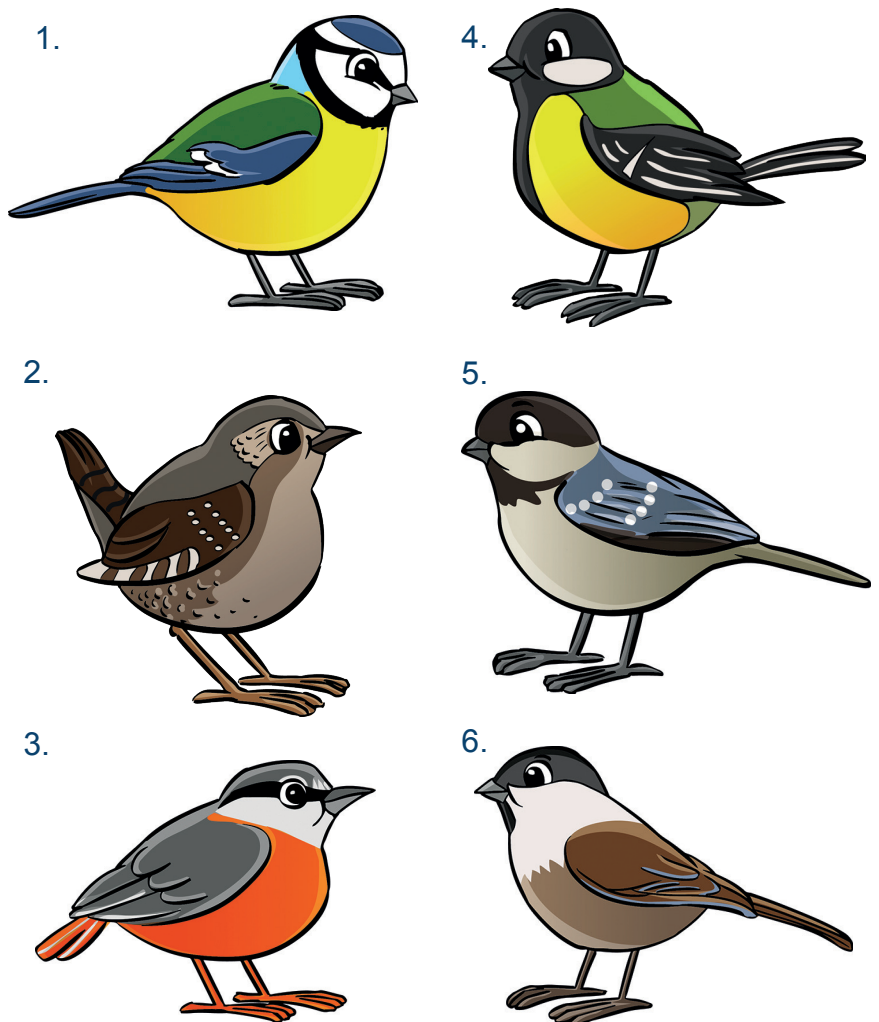


Nach ungefähr 1,5 km Rundweg kommt man entspannt wieder am Parkplatz in Lichtenstern an – und ist deutlich klüger als zuvor, zumindest was das Wissen über heimische Singvögel, Streuobstwiesen und Mülltrennung betrifft. Diese Themen werden im Vorübergehen an sechs Stationen rund um das ehemalige Kloster Lichtenstern vorgestellt. Immer mit dabei ist der Grünfink Gustav, der Tipps gibt oder auch mal Fragen stellt. „Was bedeutet flügge werden?“ oder „Kennst du diese Freunde von mir?“ Die Infotafeln an den Stationen helfen beim Beantworten. Dabei sind die Texte und Beschreibungen in leichter Sprache, damit auch die, die Inhalte verstehen, die erst Lesen lernen oder einfach nicht so gut lesen können. Ganz neu ab Juli kommen die Stationen „Vom Ei zum Grünfink“ und der „große Gustav“ dazu. Die Stationen vervollständigen den Rundweg um die Klosteranlage und erklären, wie lange die Grünfinke brüten, wie viele Eier sie legen und vieles mehr. Der „große Gustav“ steht kurz vor dem Sinnespfad, begrüßt die Besucher und ist ein tolles Motiv für ein Familienausflugserinnerungsfoto. Natürlich kann man den Naturlehrpfad, der viele Sitzbänke und Pausenmöglichkeiten bietet, auch „professioneller“ angehen. Die Adler-Klasse

der Grundschule Lichtenstern hat sich nämlich ein lustiges Online-Quiz einfallen lassen, das man während des Spaziergangs oder später zu Hause spielen kann. Kurzum: Wer Lust auf einen tollen Familienausflug hat, der sollte sich unbedingt den Grünfinkpfad vormerken und wer daraus einen Tagesausflug machen will, der kommt sowieso auf seine Kosten. Die Löwensteiner Berge, der Finsterrotter See und der Dachsi-Naturerlebnispfad sind vom Grünfinkpfad in wenigen Minuten mit dem Auto, oder für Familien mit größeren Kindern auch als Wandertour, gut zu erreichen.

Der Grünfinkpfad (1,5km) ist barrierefrei – allerdings teilweise mit 10%Steigung/Gefälle. Die Texte sind in leichter Sprache.
www.gruenfinkpfad.de
 Grünfinkpfad Online-Quiz: Am besten zuhause, bevor es losgeht, mit dem Smart Phone unter www.gruendfinkpfad.de oder www.gruenfinkpfadquiz.lichtenstern.de das Quiz einmal anklicken und dann vor Ort auf dem Grünfinkpfad spielen. Die beschilderte Wald- und Wiesentour (WT12) führt als 10 km langer Rundweg durch den Grünfinkpfad. Start-/Endpunkt: Kelterplatz in Löwenstein.
 Viele tolle Wander- und Ausflugstipps rund um Löwenstein und im Weinsberger Tal gibt es unter www.stadt-loewenstein.de und www.weinsbergertal.com

Kennst du die Vögel? Ordne sie entsprechend zu:



Sumpfmehle, Kleiber, Blaumeise, Tannenmehle, Kohlmeise, Zaunkönig. Die Lösung gibt's auf der Seite 36.



Dachsi NaturErlebnisPfad am Finsterroter See



Auf dem Erlebnispfad kann die einheimische Natur- und Pflanzenwelt auf unterhaltsame und spannende Weise erkundet werden.

Der Dachsi NaturErlebnisPfad am Finsterroter See ist weiterhin begehbar. Auf einer Strecke von 2,6 km gibt es 11 Stationen zu erkunden. Dieses Projekt wird durch den Naturpark Schwäbisch-Fränkischer Wald e.V. und durch das Kaufland gefördert.

Entdeckerwesten zur Erkundung

des Dachsi NaturErlebnisPfad
Für die Begehung und Erkundung des Dachsi NaturErlebnisPfad es in Wüstenrot-Finsterrot können am Kiosk des Finsterroter Sees „Entdecker-Westen“ gegen Pfand ausgeliehen werden. Die 2,6 km lange Strecke um den See (nur teilweise kinderwagentauglich) bietet Interessantes am Weges- und Uferstrand zu entdecken und zu untersuchen. Der Kiosk ist in den Sommerferien täglich von 11.00 Uhr bis 20.00 Uhr geöffnet.

Infos: www.gemeinde-wuestenrot.de



GrünfinkPfad

Der Grünfinkpfad in Lichtenstern bei Löwenstein ist perfekt für einen kleinen Familienausflug ...

Tip:
Besucht auch
unsere Webseite.
Da findet ihr
ein Quiz und
vieles mehr!

www.gruenfinkpfad.de



pre
zero

Evangelische Stiftung
Lichtenstern
Miteinander Mensch sein!





Wir wünschen uns einen Spielplatz, der zu uns passt.

In der Lichtenstern Schule unterrichten wir Schüler*innen mit Behinderung. Der Unterricht macht viel Spaß, aber unser Pausenhof-Spielplatz ist in die Jahre gekommen und kann teilweise gar nicht benutzt werden. Das ist richtig schade, denn ein barrierefreier Spielplatz mit einem speziellen Konzept für unsere besonderen Schüler*innen wäre ein riesen Gewinn. Wir hätten endlich einen Platz, der Spiel- und Fördermöglichkeiten bietet und die Pausen zu wertvollen Erlebnissen macht.

www.lichtenstern.de/spielplatz



Helfen Sie uns mit Ihrer Spende!



DER SOMMER DEIN AUSFLUG UND DU!

EINE FÜR 5!

Jetzt Familien-Dauerkarte kaufen und mit der ganzen Familie 4 weitere Gartenschauen besuchen:

- **Überlingen** 30.04. – 17.10.2021
- **Ingolstadt** 21.04. – 03.10.2021
- **Lindau** 20.05. – 26.09.2021
- **Neuenburg am Rhein** 22.04. – 03.10.2022

Tickets & Infos unter www.gartenschau-eppingen.de

EPPINGEN
GARTENSCHAU
2022

20. Mai – 02. Oktober



Ein spannendes Ausflugsziel für die ganze Familie - der Eppinger Waldfühlpfad



Der drei Kilometer lange Waldfühlpfad führt die Besucher durch eine abwechslungsreiche Natur, direkt um den Jägersee, in der Nähe von Eppingen. Der Pfad lädt die großen und kleinen Besucher ein, den Wald mit allen Sinnen zu erfahren. Am Wegesrand gibt es insgesamt 13 spannende Mitmachstationen. Dort wird vielen spannenden Fragen nachgegangen: „Welche Holzart ist am schwersten?“, „Wieviel Energie steckt im Holz?“ oder „Welches Tier springt am weitesten?“

Informationstafeln am Wegesrand halten viel Wissenswertes zu unterschiedlichen Aspekten des Waldes und der heimischen Tierwelt bereit. Besondere Baumarten sind ebenfalls anschaulich beschriftet. Und so gibt es viel auszuprobieren, zu staunen, zu lernen und zu entdecken. Ob Reh, Frosch, Biberratte oder Eisvogel, mit etwas Glück zeigen sich auch die Be-

wohner des Waldes. Besonders beliebt ist der Barfußpfad. Dieser ist auffallend lang und schlängelt sich tief durch den Wald. Der Barfußpfad ist mit vielen unterschiedlichen Materialien ein außergewöhnliches Sinneserlebnis für die nackten Füße. Zum Beispiel können verschiedene Waldmaterialien wie Rinde, Fichtenzapfen, Moos, Laub, Äste oder Steine an den Füßen erfahren werden. Immer wieder laden Bänke und sogar Waldhängematten zum Verweilen ein. Weil es so viel zu entdecken gibt, sollten Familien gut und gerne zwei Stunden für die Wanderung einplanen. Besonders schön ist eine Rast an der „Jägersee-Hütte“ oder eine Einkehr in der Eppinger Innenstadt. Fazit: Der gut beschilderte Pfad führt durch eine faszinierende Vogel- und Pflanzenwelt. Lehrreich und spannend. Festes Schuhwerk ist empfehlenswert. Los geht's vom Wanderparkplatz direkt am Jägersee.
Ein Beitrag von Familie Piesche





Was die Schweizer können, können wir doch auch? Spielplatz für alle.



Foto: KuKuk, Spielplatz Lausanne La Cigale

Spielplätze gibt es, weil Kinder Räume brauchen – zum Toben, Spielen, Freunde treffen und Entdecken. Klar, früher gab es noch genug dieser Räume: unerschlossene Grundstücke, beinahe autofreie Straßen und den Waldrand gleich um die Ecke. Das ist Folklore. Heute brauchen Kinder Spielplätze. Alle Kinder. Aber wenn das so ist, klappt das auch? Mitnichten. Kinder mit Handicap gehen oft leer aus: Der Rollstuhl will einfach nicht auf die Schaukel. Wer nicht gut sieht, findet sich nicht wirklich zurecht und wer unsicher ist, muss sich die Rutsche engumschlungen mit Papa teilen, damit beide draufpassen.

Das ist schade, denn Spielplätze sind wertvolle Begegnungs- und Möglichkeitsräume: Auf dem Spielplatz lernt man Kinder und Eltern kennen, die nicht zur Familie gehören. Ja, es gibt Menschen, die ganz anders ticken und aussehen. Mit denen kann man

sich dann messen oder gemeinsam was machen: sandeln, klettern oder Fangen spielen. An besten versteckt man sich gemeinsam in der Holzhütte – die jetzt eine Räuberhöhle ist – vor den Eltern. Auf Spielplätzen entsteht Selbstvertrauen, Entdeckergeist, Verständnis, Mitgefühl und vielleicht sogar Freundschaft. Das sind die Inklusionsbasics und deswegen müssen Spielplätze für alle da sein. Das ist auch gar nicht so schwer. Denn alle Kinder wollen Natur spüren und Dinge entdecken: Sand, Wasser und Holz sind die drei Must-haves für jeden Spielplatz. Wenn dann noch Grün dabei ist und ein paar Bäume und Sträucher, noch besser. Und wenn dann die Schaukeln, Trampolins und Rutschen so gebaut sind, dass keine Treppen oder Leitern den Zugang erschweren und sogar die Väter mit Bauchansatz bequem draufpassen... noch viel besser. Natürlich gibt es auch spezielle Spielgeräte für Kinder mit Handicap von der Rollstuhlschaukel angefangen

bis zu spielerisch eingebauten Seilen, die als Wegführung für alle dienen, die nicht gut sehen können. Das wäre auch toll.

Klar, das kostet was. Aber: Was ist uns was wert? Und nochmal: bei Spielplätzen sind Kosten keine Ausrede für fehlende Inklusion. Es ist bestenfalls unzureichende Planung und schlimmstenfalls Ignoranz.

Was wäre, wenn Spielplätze gut durchdacht und gemeinsam mit Kindern geplant würden? Oder es eine Quote für Inklusionsspielplätze mit entsprechenden Spielgeräten gäbe? Oder wenn man die Schulspielplätze der Förderschulen für alle zugänglich macht? Oder gleich einfach alle Schulspielplätze außerhalb der Schulzeiten für alle öffnet? Geht nicht? Warum? Die Schweizer können es doch auch – und wie. Dort werden Spielplätze als Erweiterungen des öffentlichen Raums geplant und gebaut, mit viel Platz und Aufenthaltsqualität für Junge und Alte und für Menschen

mit und ohne Handicap. Spielplätze als Lebensräume für alle.

Ein Beitrag von Sven Seuffert-Uzler.



Danke für die Ideen und Hintergrundinfos an Bettina Brenner, Leiterin der Schule Lichtenstern (SBBZ) und an Lore Ottenbreit und Valerie Spallek vom Planungsbüro Kukuk Freiflug aus Stuttgart, das seit über 23 Jahren Spielräume plant und gestaltet und mit dem KuKuk Kultur e.V. Soziale Spielraumprojekte für Kinder und Jugendliche in Krisengebieten realisiert. www.kukukfreiflug.de



klangkaefer ~ Musik- und Klangtherapie in Neuenstadt am Kocher

Hinter „klangkaefer“ ~ Musik- und Klangtherapie“ steht Brigitte „Biggi“ Käfer aus Neuenstadt am Kocher. Die studierte Diplom Sozialpädagogin hat langjährige Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit. Ihre Ausbildung hat sie in der Heimerziehung gemacht und ist später in die Jugendberufshilfe eingestiegen. 2016 kam dann der Entschluss eine Ausbildung im Bereich Musik- und Klangtherapie, am Institut für Entspannung und Kommunikation in Köln, aufzusatteln. Dazu bewegt hat sie ihre langjährige Erfahrung als Sängerin und Texterin, unter anderem bei den Bands Guardian Angel, Good News, sowie ihrer Band Eigensinn. „Musik berührt die Seele, weckt Gefühle und Erinnerungen, kann uns aktivieren und auch beruhigen. Diese Kraft können wir positiv für uns nutzen.“ Nach Abschluss ihrer Ausbildung hat sie sich im Jahr 2019 entschieden ihre Beratungspraxis in Neuenstadt zu eröffnen, wo es ein solches Beratungsangebot in Verbindung mit Musik- und Klangtherapie bisher noch nicht gab. Das Beratungsangebot von klangkaefer ist vielfältig: Es richtet sich an Menschen, die sich in einer Lebenskrise befinden, zum Beispiel durch eine Trennung in der Partnerschaft, die unter Stress leiden oder die ganz neu in ihrem Leben anfangen wollen. Ebenso können Eltern und ihre Kinder zu ihr kommen, wenn es um Themen wie Umgang mit Leistungsdruck in der Schule oder Ängsten geht. Als drittes Feld bietet Brigitte Käfer Klangmassagen und Klangentspannung mit ihren Peter Hess Therapie-



klangschalen an. Die Klangschalen führen uns mit ihrer Schwingung in eine tiefe Entspannung, erklärt sie. Das ist möglich, da der Klang über unser Ohr in das emotionale Zentrum im Gehirn gelangt und so ausgleichend auf das vegetative Nervensystem einwirkt. In Momenten der tiefen Entspannung können Verspannungen gelöst und Selbstheilungskräfte aktiviert werden.

vielfältige Informationen rund um die Beratungsangebote und das Thema Musik- und Klangtherapie. Das Kennenlerngespräch ist kostenlos. Aktuell gibt es ein Schnupperangebot und Pakete für die Klangentspannung. Die Beratung und Klangentspannungen finden unter den gegebenen AHA+L Regeln statt.

„Für Musik- und Klangtherapie sind keinerlei musikalische Vorkenntnisse nötig“, erklärt Biggi Käfer. Es geht vielmehr darum, eigene Gefühle durch Klang und Instrumente auszudrücken, wahrzunehmen und so zu einer Verarbeitung zu kommen. Bewusst eingesetzt, können Musik und Klang als Mittel gegen Stress und zur Unterstützung der natürlichen Heilung verwendet werden. „Vielleicht haben Sie Lust verschiedene Instrumente oder die Klangschalen in meinem Klangraum in Neuenstadt auszuprobieren? Dazu lade ich Sie herzlich ein.“ Alternativ bietet Biggi Käfer die Klangentspannung online an. Informationen dazu gibt es auf ihrer Facebookseite.

Infos: „klangkaefer“ Musik- und Klangtherapie, Tel: 07139/5079962
Termine nach Vereinbarung
www.klangkaefer.de

„Ich bin begeistert von der Wirkung der Klangschalen und setze sie auch bei mir selbst ein“, lächelt sie. Auch auf Kinder wirken die Klangschalen beruhigend und ausgleichend und die Verbindung zwischen Eltern und ihrem Kind kann durch den Einsatz der Klangschalen gestärkt werden. Auf ihrer Webseite www.klangkaefer.de finden sich



klangkaefer

Mit sich in Einklang kommen...

Ich begleite Sie oder Ihr Kind in diesen schwierigen Zeiten.

Nutzen Sie das kostenlose Schnupperangebot im Juni/Juli für eine psychologische Beratung oder eine Entspannung mit Klangschalen, auch für Kinder geeignet.

Die Beratung findet online oder unter Einhaltung der AHA + L Regeln statt.

Brigitte Käfer - Musik- und Klangtherapie in Neuenstadt
www.klangkaefer.de • Telefon: 07139 / 5079962

FÜHLMAL

Atelier FühlMal mit Malort!

Viola Altmann

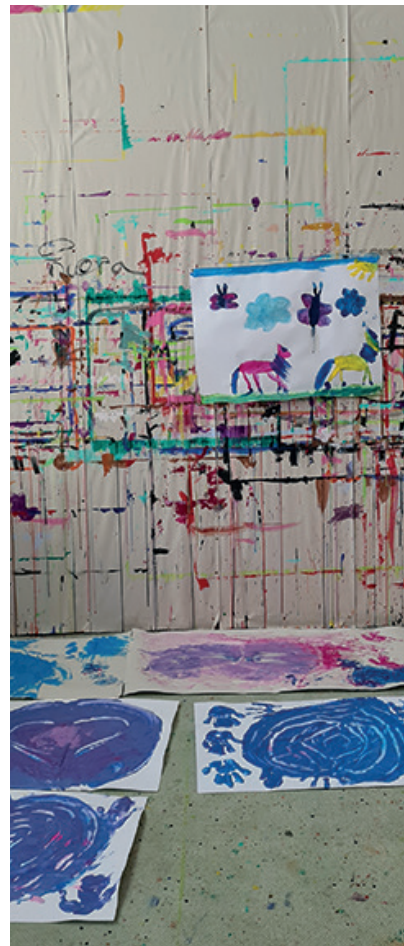
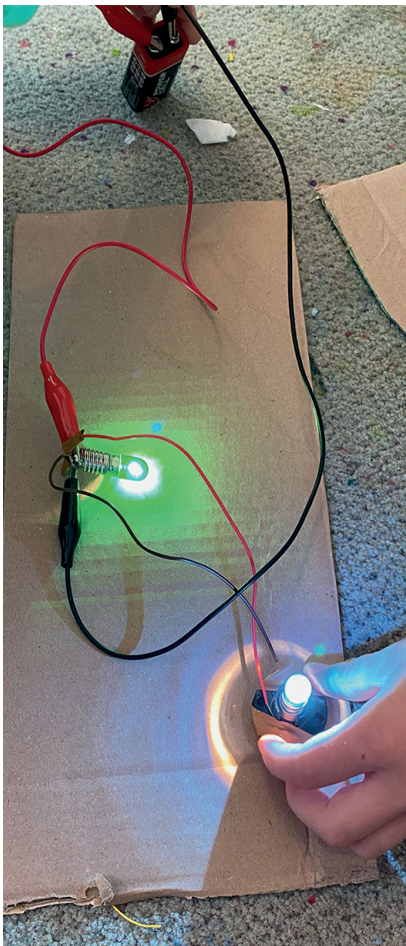
Kaisestr. 6, 75031 Eppingen

Email: viola.altmann@die-handwerkstatt.de

Fon: 0172-5891589



Erlebte Kreativität ist Freiheit pur



An diesem Samstagvormittag müssen die drei Geschwister im Eppinger Atelier Fühlmal mit Malort nicht lange überlegen, mit was sie sich die nächsten eineinhalb Stunden beschäftigen werden. Die aus Karton und elektronischen Bauteilen gefertigten Flugzeugteile einer anderen Gruppe beeindruckten die drei Mädels derart, dass klar ist, mit was sie arbeiten wollen: mit Elektronik. Und schon zaubert Viola Altmann Batterien, Kabel sowie Lautsprechermembranen und das passende Werkzeug aus den Tiefen ihrer Schatzkisten. „Bevor wir loslegen, müsst ihr euch die Batterie genau anschauen. Auf der einen Seite ist ein Plus-Zeichen und auf der anderen Seite ein Minus-Zeichen. Und hier habe ich meine Drähte. Wisst ihr denn, warum um den Draht ein Gummi ist?“, fragt sie die interessierten Kinder, die neugierig lauschen. „Ja, damit wir keinen Stromschlag kriegen!“, wissen die Kinder. „Und warum besteht mein Kabel nicht nur aus Gummi?“, möchte Viola von den Kindern wissen. „Weil Gummi den Strom nicht leitet“, sind sich die drei Grundschul Kinder sofort einig. „Und was passiert, wenn der positive und

negative Pol aneinandergeraten?“, sie klatscht kräftig in die Hände. „Dann gibt’s einen Stromschlag“, weiß die Älteste in der Runde. Also heißt es jetzt aufpassen und loslegen. Vorsichtig befestigen die Kinder die Krokodilklemmen an den beiden Polen der Batterie und dann im Anschluss an einer Lautsprechermembran, die knisternde Geräusche von sich gibt. Freudig lachen die Kinder auf und schauen auf die bunten Glühbirnen, die Viola jetzt aus ihrer Tüte zieht. „Ich möchte gerne eine grüne Birne“, tönt es. Und auch hier gelingt es den Kindern mühelos, das Lämpchen zum Leuchten zu bringen. Und jetzt gilt es, für die bunten Lämpchen die passende Räumlichkeit zu basteln. „Oh, ja, wir bauen eine Disco!“ Sofort springen die Kinder auf, schnappen sich einen Karton, Glitzerpapier und -steine. In kreativer Atmosphäre wird geklebt, geschnitten, gebastelt, gekichert und diskutiert. Als schließlich ein Glöckchen ertönt, können die Kinder es gar nicht fassen, wie schnell die Zeit vergangen ist. Sie blicken voller Stolz auf das, was hier in den letzten eineinhalb Stunden in einem geschützten und wertfreien Raum entstanden ist.

Seit mehreren Wochen bringen die Eltern ihre drei Kinder zu Viola Altmann, die mit viel Empathie und Hingabe auf die Fragen und Ideen der Kinder eingeht und sie in ihrem Schaffensprozess begleitet. „Wir sind absolut glücklich, dass unsere Kinder die Möglichkeit haben, hier kreativ zu sein, Spaß zu haben und sich neu entdecken zu können. Ohne Vorgaben und Zwänge dürfen sie ihre Neugierde ausleben, experimentieren und staunen. Farben, Formen, Materialien - alles darf erkundet und benutzt werden. Für uns steht fest: Erlebte Kreativität ist Freiheit pur. Wir sind unendlich dankbar für diesen besonderen Ort des Friedens und der inneren Ruhe“, so die Eltern, die an diesem Vormittag rundum ausgeglichene und zufriedene Kinder mit nach Hause nehmen. „Mein Ziel war es immer, einen Raum zu schaffen, in dem man frei sein kann, um all seine kreativen Ideen auszuleben - ohne Bewertung und Beurteilung. Wo ist das denn sonst möglich?“, so Viola Altmann, die neben der Ausbildung im Bereich der Werkstatt- und Atelierpädagogik zahlreiche weitere Ausbildungen und Fortbildungen durchlaufen hat. Be-

reits vor Jahren absolvierte die naturverbundene, kreative junge Frau ihre Ausbildung bei Arno Stern in Paris, was sie absolut begeisterte und sie dazu veranlasste, neben ihrem Atelier Fühlmal einen Malort ins Leben zu rufen. „Mich fasziniert die schöpferische Kraft, die jeder von uns innehat und die es uns ermöglicht, mit wenigen Mitteln, aus sich heraus, kreativ sein zu können. Hier schaffen sich die Kinder ihre Welt, wie sie ihnen gefällt. Mit dem Malort möchte ich Klein und Groß die Möglichkeit geben, ihre schöpferische Kraft zu erkennen. Diese Erkenntnis befähigt uns, nahezu alle Probleme zu meistern, weil wir selbstwirksam sind und erkennen, dass wir die Fähigkeit haben, die Dinge zu ändern. Mir ist es ein dringender Wunsch, dieses zu vermitteln“, sagt Viola Altmann, deren privates Angebot sich aktuell an Familien oder Einzelpersonen richtet und die in ihrem Atelier Fühlmal unterschiedlichste Materialien und in ihrem Malort Farben und Pinsel zur Verfügung stellt, damit alle nach Herzenslust ihre Kreativität ausleben können. Infos: Atelier Fühlmal mit Malort, Kaiserstraße 6, Eppingen, Viola Altmann, Tel. 0172/5891589.



Mit Begeisterung aktiv für Körper, Geist und Seele



Noch nie war die Leidenschaft für den eigenen Garten und der Wunsch, selbst Gemüse, Obst und Blumen anzubauen, so groß wie aktuell. An allen Orten erfahren die Schreber- sowie die Hausgärten eine nie geglaubte Renaissance. Hochbeete sowie Gewächshäuser haben Hochkonjunktur und Menschen nahezu aller Altersgruppen erfreuen sich am Gärtnern und entdecken ihre Liebe zur Natur. Selbst Naturfreunde ohne Garten zimmern sich auf ihren Balkonen Hochbeete aus Paletten für die eigenen Kräuter und bewerben sich in der Gemeinde mit dem Wunsch nach einem Stückchen Land. Große Freude bereitet es bereits kleinen Kindern, ihr eigenes Beet zu beackern und mit Fürsorge die zarten Pflänzchen zu pflegen. Vor allem biologisch erzeugte Pflanzen sind gefragt denn je, was den Heilbronner Biolandgärtner Klaus Umbach selbstverständlich sehr erfreut. Gemeinsam mit seinem Team aus über 20 Mitarbeitern ist er nahezu rund um die Uhr beschäftigt, um den Wünschen seiner Kunden nach biologisch angebauten

Blumen und Pflanzen nachzukommen. Auf 35.000 m² Gesamtfläche, davon etwa 10.000 m² Glas-, Folien- und Schattenhallen, produziert sein Betrieb im Süden Heilbronn seit 2016 Topfpflanzen und Stauden für Beet und Balkon, Gemüsepflanzen, Gojipflanzen sowie Bio-Jungpflanzen- und das alles in Biolandqualität. „Als ehemalige Waldorferltern ist uns die Einheit von Körper, Geist und Seele, die in unmittelbarer Verbindung stehen, vertraut. Dieser ganzheitliche Ansatz fließt in unserer Arbeit an und mit den Pflanzen ein“, so der dreifache Vater und sechsfache Opa, der gemeinsam mit seinem Team den Tag singend und in guter Schwingung beginnt.

Sorgen die biologisch erzeugten Gemüsepflanzen für eine gute Gesundheit, so wirken die Blumen als Seelennahrung und die Heilpflanzen stärken das Immunsystem. „Somit leisten wir in unserer Gärtnerei mit unseren Blumen und Pflanzen einen wertvollen Beitrag für das große Ganze - für

eure Gesundheit und unsere Umwelt“, sagt der unkonventionelle Gärtnermeister, der seit über 10 Jahren die mittlerweile sehr bekannte Gojibeere anbaut. „Anfangs haben wir sehr viel Lehrgeld bezahlt, was mich jedoch nicht davon abgehalten hat, diese wunderbare Pflanze, in deren Namen das Chi für Lebensenergie steckt, zu kultivieren“, so der experimentierfreudige Gärtner, der über zahlreiche Ausbildungen im Bereich energetisches Heilen verfügt. Die winterharte Pflanze, die in China beheimatet ist, gilt als Superfrucht, enthält sie doch zahlreiche wertvolle Inhaltsstoffe. Neben seinen begehrten Gojipflanzen, die sowohl in Bioläden als auch über Gartencenter, in Hofläden oder online verkauft werden, kultiviert der dynamische Gärtnermeister über 800 Sorten Chili an. „Auch in der Chilipflanze steckt, wie der Name schon sagt, das Chi, die universelle Lebensenergie drin“, schmunzelt Klaus Umbach, dessen Team aktuell noch eine weitere Bio-Heilpflanze in großen Mengen verpackt und verschickt: Die *Artemisia annua* – die Alleskönnerin unter den Heilpflanzen. Die in der *Artemisia annua* enthaltenen Bitterstoffe wirken entgiftend, entzündungshemmend und krampflösend. Zudem wurde diese einzigartige Heilpflanze und die daran forschende Professorin Youyou Tu 2015 für die wissenschaftlich an-

erkannte Heilwirkung gegen Malaria mit dem Medizin-Nobelpreis 2015 ausgezeichnet.

„Eine nachhaltige Produktion ist für uns selbstverständlich, daher arbeiten wir mit biologischen Pflanzenstärkungsmitteln sowie mit organischen Düngemitteln wie beispielsweise der Schafwolle. Denn Pflanzen benötigen nicht nur Wasser und Sonne, sondern ebenso organischen Dünger, was häufig vergessen wird“, so Klaus Umbach, der jetzt zum Herzstück seiner Gärtnerei kommt: Einer bunten Wiese mit Löwenzahn, Gänseblümchen, Spitzwegerich und Wiesenschaumkraut. „Auch wenn ich selbst Biogemüse anbaue, so sollten wir die Wildpflanzen in unseren Speiseplan integrieren, da sie unglaublich viele Inhaltsstoffe enthalten, die sowohl für unseren Körper als auch für unsere Seele wertvoll sind. Beides hat seine Berechtigung - die kultivierten Biopflanzen genauso wie die Wildpflanzen auf unserer Wiese. Unsere Natur deckt uns so reichhaltig den Tisch - wir müssen nur zugreifen und uns davon nähren.“
Infos: Gärtnerei Klaus Umbach, Klinge 2, Heilbronn, Tel. 07131/589600
<https://gaertnerei-umbach.de>



Mit Freu(n)de(n) lernen - Ist das in der aktuellen Situation überhaupt möglich?



Eine Lerngruppe zeigt, wie es gehen kann

Fröhlich kichernd betreten die Grundschülerinnen den großen Garten, stellen ihre Ranzen am Tisch ab und schaukeln erst einmal eine Runde.

Dabei erzählen sie ausgelassen von ihren Erlebnissen am Wochenende. Nach wenigen Minuten schnappen sich Julia und Emma ihre Schulsachen und widmen sich konzentriert ihren Aufgaben, die sie regelmäßig von der Schule erhalten. So nach und nach trudeln die anderen Kinder ein, die sich nun alle gemeinsam beim Morgenkreis begrüßen. Danach geht es mit einer kurzen Yogasequenz weiter. Die Kinder singen gemeinsam und machen die passenden Yogaübungen dazu. Nach der Begrüßungsrunde darf jedes Kind berichten, wie es sein Wochenende verbracht hat und wie es ihm geht. Danach widmet sich ein Teil der Kinder den Lernblättern, der andere Teil muss sich erst einmal stärken, bevor es mit dem Lernen losgeht.

„Es ist für mich erstaunlich zu sehen, dass meine Kinder in der Gemeinschaft mit den anderen Kindern wesentlich schneller und konzentrierter lernen, als mit mir zuhause“, stellt eine der Mütter fest, die in den letzten Wochen und Monaten an ihre Belastbarkeitsgrenze kam, zumal sie noch einen Säugling zu betreuen hat. So wie ihr, ergeht es aktuell zahlreichen Eltern, die Homeoffice und Homeschooling unter einen Hut bekommen müssen.

Diese überaus belastende Situation hat dazu beigetragen, dass das Lernen zuhause nur noch Druck und Streit um die Hausaufgaben erzeugte. Auch die Kinder hatten mittlerweile den Spaß verloren. Das muss doch auch anders gehen, haben sich mehrere Mütter aus dem Heilbronner Landkreis gedacht und kurzerhand eine eigene Lerngruppe im Selbstversuch

gegründet. „Aus Liebe zu uns und unseren Kindern“, sind sich die kreativen Mütter einig, die sich mit der Betreuung der Kinder abwechseln und so auch die Möglichkeit haben, die jüngeren Kinder mitzunehmen. „Dabei lernen die Jüngeren von den Größeren und sehen diese als Vorbild“, freut sich eine dreifache Mutter,

deren jüngstes Kind die größeren Kinder in ihrem Tun bewundert. In einem angenehmen und stabilen Lernumfeld werden - bedeutend schneller als zuhause - die schulischen Lernblätter bearbeitet, damit noch ausreichend Zeit für ein Tagesprojekt bleibt, das die Kinder mit viel Freude bearbeiten. „Meine Tochter hatte die Idee, ein eigenes Büchlein mit Heilpflanzen und deren Wirkung zusammenzustellen“, freut sich eine Mutter, für die die physische und psychische Gesundheit ihrer Kinder im Vordergrund steht. „Die Kinder sollen sich altersgerecht entwickeln können - und das geht nur gemeinsam mit anderen Kindern“, ist sie überzeugt.

Einen besonderen Stellenwert während des Vormittags nimmt die Bewegung ein, die in den letzten Monaten zunehmend vernachlässigt wurde.

„Die Kinder können sich ganz nach ihren Bedürfnissen jederzeit zwischen ihren Aufgaben bewegen, schaukeln und turnen. Denn danach können sie wesentlich konzentrierter arbeiten. Zudem sorgt ein Sport- und Bewegungsangebot von Akrobat, Kinderyoga, Seilspringen sowie rhythmische Übungen für eine gesunde Entwicklung der Kinder sowie eine bessere Verarbeitung des Gelernten im Gehirn“, so die ausgebildete Yogalehrerin, die an diesem Morgen die Lerngruppe leitet, um die anderen Mütter bzw. Eltern zu entlasten. Der Freitag steht üblicherweise ganz unter dem Motto Natur und Wald. Hier lernen die Kinder vor Ort einheimische Kräuter kennen, wie sie wirken und wie man sie zubereitet. Nicht nur die Kinder sind sich einig: Gemeinsames Lernen macht viel mehr Spaß! Auch die Eltern sind erleichtert, wieder in fröhliche Kindergesichter blicken zu können!

MIT BEGEISTERUNG AKTIV
FÜR IHRE GESUNDHEIT
UND UNSERE UMWELT.



VERKAUFSTELLEN

- 3x in Heilbronn
- Erligheim
- Zuffenhausen

Beet- und Balkonpflanzen, Gemüsepflanzen – über 500 verschiedene Sorten und Arten, Artemisia annua, Goji, Chili uvm.

www.gaertnerei-umbach.de



Frießinger Mühle

Mehl, Grieß, Backmischungen
und vieles mehr im Handel erhältlich
unter der Marke



Frießinger Mühle GmbH · Brühlstr. 13 · D-74206 Bad Wimpfen · Tel. 07063-9797-0 · info@friessinger-muehle.de · www.friessinger-muehle.de



Bald ist es soweit- der Unverpackt-Laden in Schwaigern-Stetten eröffnet am 1. Juni

Noch herrscht ein reges Kommen und Gehen in der Kleiststr. 3 in Schwaigern-Stetten. Die Handwerker arbeiten unter Hochdruck, soll doch hier am 1. Juni ein Unverpackt-Laden eröffnet werden. Demnächst wird das Gerüst abgebaut und der Zugang zum Laden angebracht. „Sollte das bis zur Eröffnung nicht klappen, kommen die Gäste eben durch den Seiteneingang rein“, lacht Dorothee Reinwald, die sich als fünffache Mutter und zweifache Oma schon länger mit dem Thema Müllvermeidung beschäftigt. „Wenn ich sehe, wie viel wir als Familie an Müll produzieren, dann finde ich das wirklich erschreckend. Das Recyceln ist für mich nicht die Lösung des Problems. Da sollte man viel früher ansetzen, nämlich bei der Müllvermeidung“, so die gelernte Zahnarzthelferin, die nach der Geburt des 5. Kindes ihren Beruf an den Nagel hängte. Seit ihre Jüngste zwei Jahre alt ist, arbeitet die energiegeladene Frau mit dem herzlichen Lachen stundenweise in der Firma von Verwandten und engagiert sich ehrenamtlich im Bereich Frauen- und Jugendarbeit. Über Jahre hegte sie den Wunsch, missionarisch im Ausland tätig zu sein, sobald ihre Kinder erwachsen sind und ihr Mann in Rente ist. Dieser konnte sich jedoch nicht mit der Idee anfreunden.

„Als gläubige Christin befinde ich mich im Austausch mit Gott und stelle schon immer die Frage nach dem Platz, der zu mir passt.“ Mit großem Interesse verfolgte sie das Entstehen



des Wohn- und Geschäftshauses in der Kleiststraße 3, das ihre Schwägerin und Architektin Jeanne Binder mit der Auflage plante, im Erdgeschoss Fläche für die Nahversorgung auszuweisen. Die interessierten Bewerber sprangen jedoch alle ab, nachdem sich ein neuer Discounter in Stetten ansiedelte. Daher sollte eine Nutzungsänderung beantragt werden, um die Ladenfläche in Wohnfläche umzuwandeln.

„Ich machte mir ständig darüber Gedanken, wer diesen Laden, der sich doch wunderbar als Regionalladen anbieten würde, führen könnte. Bis ich eines Tages die Antwort auf all

meine Fragen erhielt. Ich wusste plötzlich: Du machst den Laden. Jetzt wurde mir mein Weg aufgezeigt“, so Dorothee Reinwald, die sich daraufhin mit ihrer Familie bespricht.

Die Idee eines Unverpackt-Ladens in Verbindung mit regionalen sowie biologischen Produkten war geboren.

„Glücklicherweise kam ich mit meiner Idee gerade noch rechtzeitig vor der Einreichung der Nutzungsänderung“, lacht Dorothee Reinwald, deren Mann und Sohn sie tatkräftig unterstützen. Beide knien am Boden,

um die zukünftige Spüle zusammenzubauen. Die geschweißten Regale für die Foodbins wurden von einem regionalen Schlosser geliefert und warten darauf, ebenfalls montiert zu werden.

„Als fünffache Mutter sowie als zweifache Oma habe ich eine Verantwortung und möchte meinen Teil für eine nachhaltigere Welt beitragen“, so die Inhaberin, die bereits in einem Unverpackt-Laden in Bergisch-Gladbach mitgearbeitet hat und Produkte sowohl vom Unverpackt-Verband als auch von regionalen sowie Bio-Produzenten im Angebot hat.

„Unsere Linsen kommen beispielsweise aus Schwaigern vom Kartoffelhof Schmäzle und unser Gemüse, was vorwiegend biologisch erzeugt wird, ist ebenfalls aus der Region.

Das regionale Getreide, das ich mit meiner Getreidemühle frisch mahlen kann, beziehe ich von der Mühle Gessmann. Zudem gibt es natürlich offene Drogerieartikel, die in mitgebrachten oder in bei mir erworbenen Gefäße abgefüllt werden können.

Neben Essig und Öl werde ich Milchprodukte führen sowie Nudeln, Schokolade, Tee und Kaffee aus Tansania. Es gibt Wachteleier vom Krainbachhof sowie Hühnereier aus tiergerechter Haltung“, erklärt die Geschäftsführerin, die mit ca. 300 Produkten startet und sich auf alles freut, was da noch kommen wird.

Infos: Unverpackt Reinwald, Dorothee Reinwald, Kleiststr. 3, Schwaigern-Stetten. Tel. 0152 33761561, <https://unverpackt-reinwald.de>



UNVERPACKT
NATÜRLICH.REGIONAL.

Kleiststr. 3, 74193 Schwaigern-Stetten

Neueröffnung

Wir eröffnen am **01.06.2021** einen Unverpackt-Laden! Bei uns finden Sie eine Auswahl an Lebensmitteln wie z. B. Nudeln, Reis, Getreide, Müsli, Gemüse sowie Drogerieartikel.

Bitte bringen Sie Behältnisse mit, um Ihre Lebensmittel einzufüllen!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Weitere Infos auf www.unverpackt-reinwald.de

Zappellino deckt den Tisch mit nachhaltigem Kindergeschirr made in Germany



Aktuelles Sommerangebot: 32,00 €+ Versand. Zu beziehen in der Redaktion



Der Bad Wimpfener Weltladen führt ein breites Angebot an fair gehandelten Produkten

Als eine Schülergruppe, rund um den Gymnasiallehrer des Bad Wimpfener Hohenstaufen-Gymnasiums, vor Jahrzehnten mit dem Verkauf von Tansania Kaffee in der großen Pause startete, war nicht abzusehen, dass sie damit die Weichen stellte für eine einzigartige Erfolgsgeschichte. Vorausgegangen war eine Unterrichtsstunde zum Thema Entwicklungshilfe, während der der engagierte Gemeinschaftskundelehrer eine Selbsthilfeinitiative aus Tansania vorstellte, die sich mit fair angebautem Kaffee eine Existenz aufbaute. Sofort war das Interesse bei einer Gruppe an SchülerInnen geweckt, die daraufhin beschloss, diese Initiative durch den Verkauf von Tansania Kaffee an der Schule zu unterstützen. Aus der damaligen Schülerinitiative hat sich mit der Zeit der Verein „Eine Welt Partnerschaft e.V.“ entwickelt, der in diesem Jahr sein 27-jähriges Jubiläum feiert und seit mehreren Jahren ein breites Angebot an Fairtrade Produkten in einem angemieteten Ladengeschäft anbietet. „Unser Laden war ursprünglich in der Schulstraße, was nicht ganz ideal war, da hier wenig Laufkundschaft vorbeikam. Dass wir uns damals für den ehemaligen Schuhladen Dautel in der Hauptstraße entschieden, haben wir nicht bereut, auch wenn natürlich die Miete aufgrund der Größe und zentralen Lage etwas höher ist“, erklärt Claudia Schmitz, die mit viel Herzblut und Engagement seit 2006 den Vorsitz des Vereins innehat und nach wie vor froh über die damalige Entscheidung ist. „Dadurch haben wir nicht



nur im Alltag mehr Laufkundschaft, sondern profitieren normalerweise von all den Festen, vorrangig dem an drei Wochenenden stattfindenden Weihnachtsmarkt, bei dem uns die BesucherInnen sprichwörtlich die Bude einrennen!“

Neben der exponierten Lage, ist es vor allem auch die breite Produktpalette, die für alle Altersgruppen nahezu keine Wünsche offenlässt. „Ob unser Angebot an unterschiedlichsten Tee- sowie Kaffeesorten, feinen Gewürzen, leckeren Schokoladen, Nudeln, Reis, Trockenfrüchten oder unsere Geschenkartikel wie Ledertaschen, die in erster Linie von Kooperationen aus Indien stammen sowie unsere selbstgefertigten Handpuppen für Kinder - unser gesamtes Angebot ist sehr

gefragt und sowohl bei Jung als auch Alt beliebt“, freut sich die Vorsitzende, die erwähnt, dass das Weltladen Team mittlerweile auf 32 MitarbeiterInnen herangewachsen ist, die allesamt ehrenamtlich - entweder im Bad Wimpfener Ladengeschäft oder in Bad Rappenau - tätig sind. „Natürlich freuen wir uns immer über jede helfende Hand und sind daher offen, wenn sich jemand bei uns einbringen möchte“, so die ehrenamtliche Vorsitzende, die bereits zahlreiche Veranstaltungen sowie Ausstellungen des Vereins „Eine Welt Partnerschaft e.v.“ mit organisiert hat. Was viele - auch Ortsansässige - nicht wissen: Bad Wimpfen ist seit 2014 offiziell Fairtrade Town. Dieser Zertifizierung, die alle zwei Jahre neu beantragt werden muss, ging eine einjährige Arbeit der Lenkungsgruppe Fairtrade Town Bad Wimpfen,

unter dem Vorsitz von Wolfgang Baars voraus, die federführend durch die Vorsitzende Claudia Schmitz initiiert wurde. Als Fairtrade Town fördert Bad Wimpfen gezielt den fairen Handel auf kommunaler Ebene und vernetzt erfolgreich Personen aus Zivilgesellschaft, Politik und Wirtschaft, die sich für den fairen Handel in ihrer Heimat stark machen. „Uns ist es ein Anliegen, in Deutschland ein Bewusstsein für gerechte Produktionsbedingungen sowie soziale und umweltschonende Herstellungs- und Handelsstrukturen zu schaffen. Auch wenn es bereits im Supermarkt fair trade Produkte zu kaufen gibt, bieten wir diese nicht nur an, sondern sind getragen von der Vision einer gerechteren Welt!“ Zudem setzen sich Weltläden für ein anderes Miteinander der Akteure entlang der Lieferkette ein – wobei der Mensch im Mittelpunkt steht, und nicht der Profit. Mit ihrem Warenangebot, ihrer Bildungsarbeit und den politischen Kampagnen zielen Weltläden auf einen gesellschaftlichen Wandel hin zu mehr Gerechtigkeit und Nachhaltigkeit. Die Produkte werden in einer transparenten Lieferkette von Unternehmen importiert, die sich zu 100 % dem Fairen Handel verschrieben haben. Lebensmittel werden entweder durch die Produzenten in den Ursprungsländern verarbeitet, wodurch diese eine höhere Wertschöpfung generieren. Oder sie werden in kleinen Betrieben schonend und fachgerecht zu hochwertigen Produkten veredelt. Infos: Weltladen Bad Wimpfen, Hauptstraße 83, Bad Wimpfen Tel. 07063/932677

H | N Heilbronn
Städtische Museen



Die
Ausstellung
mit Quiz

**GANZ SCHÖN
VERMESSEN!
HEILBRONN
WIEGT UND MISST
BIS 19.09.2021**

MUSEUM IM DEUTSCHHOF
74072 Heilbronn, Deutschhofstraße 6
www.museen-heilbronn.de



Mit den Pflegehelden Heilbronn kompetent und liebevoll betreut im häuslichen Umfeld



Wer träumt nicht davon, bis ins hohe Alter in den eigenen vier Wänden zu leben? Dieser Wunsch gewinnt vor allem in den aktuellen Zeiten immer mehr an Bedeutung und lässt sich doch tatsächlich besser als gedacht umsetzen. Meist sind es die Kinder, die sich bereits im Vorfeld darüber Gedanken machen, wie die Zukunft der eigenen Eltern aussehen könnte, wenn diese nicht mehr in der Lage sind, den Haushalt alleine zu stemmen. Auch Petra aus Bad Rappenau beobachtete nach dem Tod des Vaters, dass die Mutter, deren Hauptlebensinhalt über zwei Jahre darin bestand, täglich ihren Mann, nach einem erlittenen Schlaganfall, im Pflegeheim zu besuchen, nach und nach immer mehr abbaute. Wenige Wochen nach dem Tod des Ehemannes erlitt die 80-Jährige eine schwere Lungenentzündung, die sie derart schwächte, dass nach der Entlassung aus dem Krankenhaus eine Rückkehr alleine in die eigenen vier Wände undenkbar war. Die anschließende vierwöchige Kurzzeitpflege ermöglichte es den drei Kindern, nach Alternativen zum Pflegeheim Ausschau zu halten. Die Wahl fiel schließlich auf die Pflegehelden Heilbronn, die polnische

Betreuungskräfte für eine 24-Stunden-Betreuung im eigenen Zuhause vermitteln und bereits im Vorfeld durch die kompetente und ausführliche Beratung überzeugten. Mit dem Konzept der häuslichen Rundum-Betreuung bieten die Pflegehelden Heilbronn eine bezahlbare und vor allem legale Alternative zum Seniorenheim. Die zuverlässigen und liebevollen Betreuungskräfte aus Polen ziehen auf bestimmte Zeit, in der Regel für zwei Monate, bei den Pflegebedürftigen ein, übernehmen grundpflegerische Tätigkeiten und sind Haushaltshilfe sowie Bezugsperson zugleich.

Mit Spannung wurde in der gesamten Familie die erste Pflegekraft erwartet, die bereits im Vorfeld der Familie durch die Zusendung eines Betreuungsvorschlags inklusive Bild angekündigt wurde. Mindestens genauso spannend gestaltete sich die Frage, wie die Seniorin mit einer ihr völlig unbekanntem Person zurechtkommen würde, die von heute auf morgen, rund um die Uhr, in ihrem Haus lebt. „Meine Sorge, dass meine Mutter sich eingeeengt oder kontrolliert fühlt, hat sich glücklicherweise nicht bestätigt. Bei einem ausführli-

chen Vorgespräch mit Frau Farkas, der Ansprechpartnerin vor Ort in Heilbronn, Ludwigsburg und Umgebung, erfasste diese die häusliche Situation und lernte meine Mutter persönlich kennen und konnte dadurch eine passende Betreuungskraft finden“, so Tochter Petra, die sowohl in engem Kontakt mit den Pflegehelden als auch mit den jeweiligen Pflegekräften steht. „Uns ist bewusst, dass eine häusliche Rundum-Betreuung durch Pflegekräfte im Haushalt ein Einschnitt in das Leben der Menschen und ihrer Angehörigen ist. Als Vermittler versuchen wir daher, den Übergang so reibungslos wie möglich zu gestalten, begleiten unsere Kunden von Beginn an und während der gesamten Laufzeit persönlich, bieten Entscheidungshilfen und stehen bei Fragen zur Seite“, so Heike Farkas, die seit 2015 Geschäftsinhaberin der Pflegehelden Heilbronn ist und die erwähnt, dass die Pflegehelden zu einem der größten und erfahrensten Anbieter in der häuslichen Betreuung bundesweit gehört.

Mit viel Erfahrung, Kompetenz und Feingefühl werden die jeweiligen Betreuungskräfte ausgewählt, um den Senioren und Seniorinnen ein harmonisches Zusammenleben in gewohn-

ter Umgebung zu ermöglichen. Auch der Wechsel der Betreuungskräfte wird im Vorfeld zeitnah angekündigt und vorbereitet: „Wir legen großen Wert darauf, dass die abreisende sowie ankommende Betreuungskraft sich nicht die Klinke in die Hand geben, sondern ausreichend Zeit finden, um sich auszutauschen und zu besprechen“, sagt Heike Farkas, die gemeinsam mit ihrem Team bei Fragen mit Rat und Tat zur Seite steht.

Dass die Betreuungskräfte sich sehr gut integrieren, kann Petra nur bestätigen. „Es haben sich tatsächlich freundschaftliche Beziehungen entwickelt, die sogar soweit gehen, dass man zu einzelnen Kräften den Kontakt hält, auch wenn sich diese aktuell bei der Familie in Polen befinden. Wir alle in der Familie sind rundum zufrieden zu sehen, wie unsere Mutter die liebevolle Betreuung genießt und erleichtert über diese Lösung ist!“

Infos: Pflegehelden Heilbronn, Heike Farkas, Aussiedlerhöfe 7
74906 Bad Rappenau,
Tel: 07264 – 95 916 10
www.pflegehelden-heilbronn.de



Frühjahrszeit – Heuschnupfenzeit Heuschnupfen erfolgreich homöopathisch behandeln



wichtig, auch in den „Ruhephasen“ zu behandeln um das Immunsystem und die Selbstheilungskräfte zu stärken. So fallen die Symptome in der nächsten akuten Phase schwächer aus und verschwinden schließlich völlig.

Wichtige homöopathische Mittel bei akutem Heuschnupfen sind Allium cepa und Euprasia.

Allium cepa (die Küchenzwiebel) hat als Leitsymptome stark tränende Augen mit mildem Tränenfluß, und Fließschnupfen. Der Fließschnupfen macht die Nase wund und rot, ist dünn und wässrig.

Euphrasia (der Augentrost) hat als Leitsymptome starken Tränenfluss, der die Augen wund macht. Dazu

Fließschnupfen mit mildem Sekret. Die Nase wird nicht wund. Das sind nur zwei von vielen homöopathischen Mitteln, die sowohl im akuten Fall helfen als auch konstitutionell den Körper stärken.

Eine andere Betrachtungsweise des Heuschnupfens kann Hinweise auf den Auslöser geben: Dazu müssen wir schauen, was seelisch dahintersteckt. Die Nase ist unser Riechorgan. Gibt es etwas, das der Betroffene nicht mehr riechen will? Kennen Sie den Spruch „Das stinkt mir“ oder „Das stinkt zum Himmel“? Die Nase macht dicht, wenn uns etwas „stinkt“.

Oft gibt es Situationen, die einem Kind stinken, denen es jedoch hilflos ausgeliefert ist. Lösen wir die Situation auf, löst sich auch der Heuschnupfen auf.

Probiert diese Denkweise auch mal bei euch aus: Wenn ihr niesen müsst, überlegt, woran ihr in den letzten paar Minuten gedacht habt und was euch daran „stinkt“. Es ist erstaunlich, was uns alles zum Niesen bringt.

Wenn ihr mehr darüber erfahren möchtet, kontaktiert die Heilpraktikerin Elke Stober für ein unverbindliches Beratungsgespräch.

Infos: Naturheilpraxis Elke Stober,
Großlarch
Tel. 07192/93 67 940
www.naturheilpraxis-stober.de

Wer kennt ihn nicht, den Heuschnupfen? Ein Großteil der Bevölkerung ist davon geplagt.

Bei manchen tritt er erst im Alter auf, doch viel öfter sind schon die Kleinsten davon geplagt. Die Saison startet im Februar mit den Frühblühern, wie Haselnuss und Palmkätzchen, gefolgt von der Birke und weiteren Frühblühern. Jetzt im Juni sind es vor allem die Gräser, die den Betroffenen zu schaffen machen. Je nachdem, auf was die Heuschnupfen Geplagten reagieren, haben sie nur wenige Wochen im Jahr Beschwerden bis hin zur kompletten Blütsaison, d.h. von Februar bis Oktober.

Um den Heuschnupfen erfolgreich zu behandeln, ist ein umfangreiches Erstgespräch, die Anamnese, erforderlich. Dabei werden alle Symptome erfasst, d.h. alles, was dem Betroffenen guttut oder die Beschwerden verschlechtert. Darüber hinaus allgemeine Merkmale wie Appetit, Durst, Wärme- bzw. Kälteempfindlichkeit oder auch Reaktionen auf verschiedene Lebensmittel und Verlangen oder Abneigung von Essen und Getränken. Dann spielt der Schlaf und auch das Umfeld, v.a. die Familie, eine große Rolle. So ergibt sich ein komplexes Bild, das auf das richtige homöopathische Mittel hinweist.

In der akuten Phase kann das Mittel ein anderes sein, als in der chronischen Phase, wenn keine akuten Symptome da sind. Deshalb ist es

Wenn es um
Ihre Liebe(n)
geht ...



24-Stunden-
Betreuung
im eigenen Zuhause
durch unsere
polnische
Betreuungskräfte



Pflegehelden®
Heilbronn / Neckar Odenwald
www.pflegehelden-heilbronn.de
Tel: 07264 - 95 916 10

pflegehelden



Naturheilpraxis Stober

Gesundheit im Einklang mit der Natur

Elke Stober
Heilpraktikerin
Sulzbacher Str. 25
71577 Großlarch-Grab

Termine nach Vereinbarung
Tel: 07192/93 67 940

info@naturheilpraxis-stober.de
www.naturheilpraxis-stober.de
www.estober.alpen-vital.com

- Klassische Homöopathie
- Homöopathie für Kinder
- intelligente Körperarbeit
- Ohrakupunktur
- Schröpfmassage
- Naturprodukte
- Ernährungsberatung

Ursachen der Erkrankung und Zusammenhänge zwischen Körper und Seele erkennen





Ambulanter Pflegedienst CareSolere



„**E**ngel gibt es auch ohne Flügel, sie brauchen nur Herz“, davon ist die Geschäftsführerin des ambulanten Pflegedienstes CareSolere, Daniela Engelhardt, absolut überzeugt. Die 47-Jährige trägt den Engel nicht nur in ihrem Namen, sondern auch in ihrem Herzen. Denn die Menschlichkeit steht bei ihr im Umgang, sowohl mit den ihr anvertrauten großen und kleinen Menschen als auch mit ihren MitarbeiterInnen, im Vordergrund. Als gelernte Kinderkrankenschwester und Sozialfachwirtin konnte die engagierte Geschäftsführerin im Laufe ihrer beruflichen Laufbahn zahlreiche Erfahrungen in sämtlichen Bereichen sammeln - auf der Unfallstation, auf der Dialysestation, in einer allgemeinärztlichen Praxis und über meh-

re Jahre bei einem Pflegedienst. Danach folgten der Aufbau und die Mitarbeit zweier Pflegedienste, bis Daniela Engelhardt vor 12 Jahren schließlich ihren eigenen Pflegedienst in Schöntal Beringen gründete, der vorwiegend im Hohenlohe Raum sowie im Neckar Odenwald Kreis im Einsatz ist. Der Pflegedienst ist sowohl pflegerisch bei Senioren, Kranken und Kindern als auch beratend tätig.

Zappelino im Gespräch mit Daniela Engelhardt, die als zweites Standbein erfolgreich Coachings für Menschen aller Altersgruppen anbietet.

Daniela, was unterscheidet deinen Pflegedienst CareSolere von den anderen Pflegediensten?

„Ich habe einen eigenen Pflegedienst aus der Überzeugung heraus gegrün-

det, dass Pflegen auch Spaß machen kann. Mein Ziel war es, ein harmonisches Arbeitsklima unter den MitarbeiterInnen zu schaffen, ihnen eine Zufriedenheit in ihrem Beruf zu vermitteln und sie entsprechend ihren Fähigkeiten zu fördern und zu fordern. Die meisten Menschen haben den Beruf des Altenpflegers oder der Kinderkrankenschwester aus einem bestimmten Grund gewählt, nämlich, um den Menschen zu helfen. Für viele ist es nach wie vor eine Berufung aus Leidenschaft. Daher tut es mir in der Seele weh, wenn ich sehe, dass sehr viele ihren Beruf an den Nagel hängen, weil sie nicht mehr können. Ein Grund dafür ist, dass man sie nicht mehr sieht, dass sie nicht wahrgenommen und wertgeschätzt werden. Und das möchte ich vermeiden, daher haben meine MitarbeiterInnen mehr Zeit als üblich zur Pflege. Denn

meine MitarbeiterInnen liegen mir sehr am Herzen.

Wie geht ihr mit der aktuellen Situation um?

Die aktuelle Situation ist für uns alle eine riesige Herausforderung. Die immensen Auflagen von außen kosten tatsächlich sehr viel Kraft! Mehr, als wenn ich täglich 10 Stunden in der Pflege arbeiten würde. Zudem nehmen die bürokratischen Anforderungen unendlich zu, sodass ich langsam das Gefühl bekomme, dass es nur noch um Gesetze, Bestimmungen und Beschlüsse geht und man darüber komplett die Menschen vergisst. Was mich absolut traurig stimmt, ist die Tatsache, dass es die Generation betrifft, die unser Land aufgebaut hat! Ihnen haben wir es zu verdanken, dass es uns die letzte Jahre so gut ging. Wo ist denn bitte hier die Wertschätzung diesen alten Menschen gegenüber? Man sollte doch bitte niemals vergessen, dass wir Menschen sind. Menschen, die eine Wertschätzung verdient haben. Man verheizt tagtäglich Menschen in der Pflege und gleichzeitig baut man Intensivplätze ab - was soll das? Wenn ich nicht parallel dazu als Coach und Trainerin arbeiten würde, woraus ich unendlich viel Kraft schöpfe, wüsste ich nicht, wie ich das alles stemmen könnte. Und vor allem, wie ich meine 18 Mitarbeiterinnen und das Unternehmen stützen könnte.

Daniela, kannst du uns noch etwas zu deinem Logo sagen?

Wie schon der Engel mit Herz und dem Sonnenuntergang in meinem Logo zeigt, möchten wir den Menschen im letzten Lebensdrittel ein paar schöne Stunden bereiten, bevor sie ins Licht gehen. Und zum anderen symbolisiert es, dass die Sonne aufgeht, sobald wir das Haus betreten. Denn häufig sind wir die einzigen Ansprechpartner, die regelmäßig das Haus betreten. Wir sind die Engel mit Herz, aber ohne Flügel. Auch wenn wir nicht fliegen können, sind wir im Bedarfsfall so schnell es geht bei unseren Patienten.

Infos: Ambulanter Pflegedienst CareSolere, Daniela Engelhardt, Schillerstrasse 25, Schöntal-Bieringen, Tel. 07943/94 29 127, Mobil: 0152 06494545, <https://caresolere.de>



Wildes Rezept von Dr. Markus Strauß: Spitzwegerich-Champignon-Aufstrich

Zutaten für 1 Schraubdeckelglas
50 g Spitzwegerich-Blätter
200 g ‚echte‘ Champignons
100 g Sonnenblumenkerne
Saft einer Biozitrone
1 Knoblauchzehe
½ TL Steinsalz
½ TL gemahlener schwarzer Pfeffer
50 ml Olivenöl
ca. 150 ml reines Wasser



Zubereitung

Alle Zutaten in einem kleinen Mixer zu einem streichfähigen Aufstrich verarbeiten. Ich empfehle, das Wasser nicht gleich komplett hineinzugeben, so können Sie die Konsistenz des Aufstrichs selbst bestimmen. Die Masse in ein sauberes Schraubdeckelglas füllen und im Kühlschrank lagern. Dieser Aufstrich hält so mindestens 5 Tage.

Weitere Infos zum Spitzwegerich:

Sammelzeit:

Blätter: März-Oktober
Knospen: Mai-Oktober

Merkmale:

Lange, spitz zulaufende Blätter, meist 20 cm lang; 5 bis 7 strikt parallel verlaufende Leitungsbahnen in den Blättern; Aus der Mitte des Blatt-Büschels heraus wachsen die 10 bis 50

cm hohen Blütenstände. Blütenstände als Köpfchen, braun, 1 bis 2 cm lang.

Inhaltsstoffe:

2-3% Glycoside (Iridoide), Schleimstoffe, Saponine, Gerbstoffe, Flavonoide, Kieselsäure, Kalium, Zink, Provitamin A, Vitamin C. Antibakterielle und entzündungshemmende Stoffe wie Aucubin.
Samen: Öl, Schleimstoffe

Verwendung:

Junge Blätter kommen als Zutat zum Mischsalat oder zum Mischgemüse. Der Frischpresssaft wirkt wie eine Frühjahrskur. Die jungen Knospen werden entweder roh geknabbert oder wie Champignons gedünstet. Einlegen in Essig wie „Kapern“ ist lecker. Ältere Blätter eignen sich gut für die Hausteemischung. Für einen Hustentee wird ein Kaltauszug hergestellt, damit sich die Schleimstoffe gut lösen können. Aus den Samen wird eine Wegerich-Butter (ähnlich einer Erdnussbutter) hergestellt.

Mehr dazu in:

<https://dr-strauss.net/buecher/die-wildpflanzen-apotheke/>

Und ganz neu hier der Dauerkalender als Tischaufsteller:

<https://dr-strauss.net/buecher/die-wildpflanzen-apotheke-als-kalender/>

Des Weiteren:

<https://dr-strauss.net/aktuelle-sammeliste/spitzwegerich/>

Pflanzenbetrachtung von Birgit Straka Hahnenfuß - das Wunder für die Haut

Eine unserer bekanntesten heimischen Pflanzen ist der Hahnenfuß, auch Butterblume genannt. Seinen Namen Hahnenfuß verdankt diese Pflanze den Blättern, die Ähnlichkeiten mit den Zehen von Hähnen aufweisen. Obwohl bei uns vor allem der Scharfe und der Kriechende Hahnenfuß bekannt sind, wachsen allein in Mitteleuropa 60 verschiedene Arten, weltweit selbst über 2500 Arten dieser Pflanze! Wenn man den Statistiken glauben darf, ist der Hahnenfuß das meist vertretene Kräutlein in Deutschland. Doch ist der Hahnenfuß auf diese nationale Ehre nicht angewiesen, ist er doch ein richtiggehender Kosmopolit, der beinahe überall auf der Erde vertreten ist. Er hat es geschafft, sich sowohl in Erde, im Sumpf und selbst mitten im Wasser heimisch zu fühlen! Die Blüten der Hahnenfußarten sind meist 5-blättrig und sind vor allen in Gelb- und Weißtönen zu sehen. Hierzulande blüht sowohl der Scharfe als auch Kriechende Hahnenfuß ab Mai und selbst im Oktober erfreut er uns noch mit seiner kräftigen, gelben Blütenpracht.



So mancher hat allerdings mit diesem Wiesenbewohner auf eine andere Art Bekanntschaft gemacht, nämlich beim Laufen über frisch gemähte Wiesen. Der Saft der frischen geschnittenen Pflanzen führt bei empfindlichen Menschen zu Rötungen und Reizungen der Haut. Genau dieses Phänomen hat sich die Homöopathie zunutze gemacht. Nach dem Hahnemann'schen Prinzip - ‚similia similibus curentur‘ = Ähnliches mit Ähnlichem heilen - werden verschie-

dene Arten des Hahnenfußes bei Hauterkrankungen eingesetzt, wie Gürtelrose, Nesselsucht, Geschwüre, Hautausschläge und Warzen. Alle Hahnenfuß-Arten sind aufgrund verschiedener Giftstoffe, vor allem dem Protoanemonin, als leicht giftig bis giftig deklariert. Daher klingt es verwunderlich, dass dieser Pflanze früher in der Pflanzenheilkunde nicht nur äußerlich, sondern auch innerlich Anwendung fand. Z. B. wurde diese Giftigkeit eingesetzt, wenn der

Kranke ein Abführmittel benötigte. Dies liegt u. a. daran, dass die Pflanzenkundler sich damals intensiver mit den Pflanzen beschäftigten, ihre Wirkung an sich selbst ausprobierten, und so detaillierte Kenntnisse zur Anwendung und Nebenwirkung besaßen. Viel von dem Wissen ist mittlerweile allerdings verloren gegangen.

Wir können jedoch von einem Teil dieser Kenntnisse noch profitieren. Das frische Kraut lässt sich als Auflage oder Umschlag bei Hautausschlägen, Muskelschmerzen, Rheuma und Gicht verwenden.

Für Tiere jedenfalls ist der Hahnenfuß unproblematisch. In frischem Zustand meiden sie ihn, im Heu ist dieses Kraut unbedenklich, denn durch die Trocknung gehen die darin enthaltenen Giftstoffe verloren.

Im nächsten Frühjahr, wenn Ihnen dieser bekannte Wiesenbewohner wieder gegenübertritt, erfreuen Sie sich an seinen satten, gelben Blüten. Und wenn Sie Unterstützung für Ihre Haut brauchen, wissen Sie nun: die Natur-Apotheke hält für alles das passende Kraut bereit!

Infos: www.birgit-straka.de



STRAKU Neckarbogen

Das erste inklusive



Wer träumt nicht davon, bald wieder an kulturellen Veranstaltungen teilzunehmen? Einer Band zu lauschen, sich für ein gelungenes Theaterstück zu begeistern, zu rhythmischen Klängen den Körper zu bewegen und einer grandiosen Darbietung auf einer Bühne Beifall zu klatschen? Es wird wieder Zeit dafür. Und darauf setzt das STRAKU-Team, das für 2022 das erste inklusive Straßenkunstfestival Deutschlands in Heilbronn plant und schon am 18. September dieses Jahres mit einer Auftaktveranstaltung einen Vorgeschmack bietet. Erfahrung ist zur Genüge da, denn seit 2016 veranstaltet das Team das STRAKU Esslingen, das sich mittlerweile mit 14.000 Besuchern (Stuttgarter Zeitung, 13. Mai 2018) zum größten Straßenkunstfestival in Baden-Württemberg entwickelt hat. „Wir wollten ein kulturelles Ereignis initiieren, das die Esslinger Innenstadt innovativ in Szene setzt und gleichzeitig möglichst unterschiedliche Menschen kulturell erreicht, die üblicherweise nicht ins Theater oder zu Konzerten gehen“, erklärt Projektmanager und Initiator Philipp Falser. „Die Resonanz ist sowohl bei den Gästen als auch den Künstlern

so unglaublich, dass wir für dieses Jahr über 170 Bewerbungen internationaler Künstler und Künstlerinnen erhielten“, freut sich der Initiator. Davon wird in Zukunft auch Heilbronn profitieren, denn gemeinsam mit der Evangelischen Stiftung Lichtenstern veranstaltet und organisiert er dieses Jahr das erste inklusive Straßenkunstfestival Deutschlands – und zwar am Heilbronner Neckarbogen. Zappelino im Gespräch mit Philipp Falser.

Philipp, wie kommt es dazu, dass das erste inklusive Straßenkunstfestival in Heilbronn am Neckarbogen stattfinden wird?

Sven Seuffert-Uzler, den ich aus seiner Zeit als City-Manager in Esslingen kenne und der nun bei der Evangelischen Stiftung Lichtenstern arbeitet, kam auf mich zu mit der Idee eines inklusiven Straßenkunstfestivals, bei dem Menschen mit Handicap nicht nur Gäste sind, sondern echte Mitwirkende, sei es als Künstler oder bei der Organisation. Ein Festival von allen für alle. Gemeinsam haben wir die Idee weiterentwickelt, die nun erstmalig in Heilbronn unter dem Aspekt der gelebten Inklusion stattfinden wird. Das STRAKU Neckarbogen ist eine tolle Chance, um die





Heilbronn - Auftaktveranstaltung Straßenkunstfestival in Heilbronn

nachhaltige und inklusive Identität des Viertels weiter zu stärken und einen Raum der Begegnung für alle zu schaffen.

Dieser besondere Park am Neckarbogen, der aus der BUGA hervorging, bietet sich perfekt für diese Veranstaltung an. Und die Partnerschaft mit der Evangelischen Stiftung Lichtenstern ist für mich ideal. Die Stiftung ist Antreiber in Sachen Inklusion, mit dem Café Samocca Heilbronn und dem Haus am Floßhafen fest am Neckarbogen verankert und eine wichtiger Multiplikator in und um Heilbronn. Und ganz wichtig: Beide Veranstaltungspartner denken den inklusiven Gedanken weiter und laden Künstlerinnen und Künstler ohne und mit Beeinträchtigung ein, die üblicherweise bei Ausschreibungen nicht erreicht werden. Das Schöne daran ist, dass die Zuschauer nicht immer wissen werden, welcher Künstler eine Beeinträchtigung hat und welcher nicht. Und das ist gut so, denn das ist unserer Überzeugung nach echte Inklusion. Im Mittelpunkt steht die künstlerische Darbietung, nicht die Beeinträchtigung.

Es ist doch sicherlich eine große Herausforderung, Künstlerinnen und Künstler mit Beeinträchtigung zu erreichen?

Ja klar, das ist eine große Herausforderung. Denn wir wollen niemanden ausschließlich aufgrund seiner Beeinträchtigung, sondern aufgrund seiner künstlerischen Qualität. Natürlich ist die Evangelische Stiftung Lichtenstern mit anderen Einrichtungen gut vernetzt, und auch ich habe als Intendant des inklusiven Kunstdruck CentralTheaters zahlreiche Kontakte zu Menschen mit Beeinträchtigung. Zudem haben wir bewusst unsere Ausschreibung in einfacher Sprache sowie zum Anhören auf der Internetseite, damit wir wirklich möglichst viele Menschen erreichen – wohlweisend, dass wir da noch besser werden können. Barrierefreiheit ist ein Prozess, auch das lernen wir gerade.

Am 18. September findet die Auftaktveranstaltung statt. Was erwartet uns?

Von 14 bis 18 Uhr wird im Neckarbogenpark Straßenkunst auf zwei Bühnen geboten. Wir wollen den Gästen damit einen Vorgeschmack

darauf geben, was STRAKU heißt und welches Potenzial dieser besondere Ort bietet. Dabei legen wir nicht nur ein besonderes Augenmerk auf die Künstler und Künstlerinnen, sondern auf den Ort. Zu unserem Konzept gehört immer auch der Gedanke des „Stadt in Szene-Setzens“. Wir wollen das Quartier mitsamt Park zum Ort lebendiger Kunst und Kultur verwandeln. So werden in Heilbronn Hunderte alter Autoreifen in den Farben des STRAKU Festivals den Neckarbogen schmücken, wir errichten einen Festivalwald in den STRAKU-Farben und sorgen mit innovativer Festivalarchitektur für einen ganz besonderen Charme.

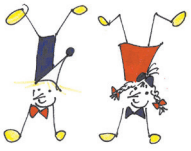
Unser Festival richtet sich an Menschen aller Altersgruppen, die so kostenfrei und bereits in jungen Jahren an Kultur herangeführt werden sollen. Das beinhaltet sowohl bildende Kunst, Akrobatik, Aktionskunst, Jonglagen, Clownerie, Straßentheater und vieles andere mehr. Alles in allem sind wir sehr breit aufgestellt. Im nächsten Jahr wird dann das Festival im weitaus größeren Rahmen auf 7 Bühnen stattfinden. Das wird sehr spannend, zumal STRAKU Heilbronn wirklich das erste inklusive Straßenkunstfestival im deutschsprachigen Raum sein wird.

Das Festival ist kostenlos und zugleich sehr anspruchsvoll. Wie finanziert und organisiert ihr das?

Wir sind von der Idee des Festivals überzeugt und bringen natürlich Eigenmittel ein, insbesondere die Evangelische Stiftung Lichtenstern. Das allein reicht nicht. Wir sind aber genauso davon überzeugt, auch andere von der Idee zu begeistern. Wir gehen also momentan auf Fördermittelgeber wie Stiftungen und auf Unternehmen als mögliche Sponsoren zu. Neben Geld brauchen wir aber auch Weiterempfehlen und Multiplikatoren, Barrierefreiheitschecker, die sagen, was es noch zu tun gibt, ehrenamtliche STRAKU-Helfer, die mit anpacken und, und, und. Kurzum: Wir freuen uns über alle Menschen und Unternehmen aus Heilbronn und Umgebung, die unsere Initiative gut finden und unterstützen möchten.

Infos: Philipp Falser STRAKU Festivalmanager, Tel 015156361002 www.straku-festival.de





Gewaltprävention selbst üben

Die Zeit des besseren Wetters und der Drang nach draußen stehen unmittelbar bevor. Um das schöne Wetter im Freien zu genießen und mit Kindern die Zeit sinnvoll zu verbringen, haben wir hier zwei kleine Spiele für Kinder, die man im Freien gut nachmachen kann.

Spiel für mehr Selbstvertrauen: Sich selbst sicher fühlen, schafft über das Selbstvertrauen das Selbstbewusstsein. Um diese Erfahrung zu erleben, können Sie mit Ihrem Kind/ Ihren Kindern beim Spaziergang vereinbaren, eine Zeit lang folgende Anweisungen umzusetzen. Diese Anweisungen werden von einer erwachsenen Person gegeben wie:

- Geh, als wärest du müde
- Geh, als wärest du freudig
- Geh, als wärest du ängstlich
- Geh, als hättest du ein schlechtes

Gewissen
Geh, als seist du nachdenklich
Geh, als wärest du wütend
Geh, als bist du selbstbewusst und fühlst dich wohl

Der Spielleiter / die Spielleiterin kann um weitere Anweisungen erweitern, jedoch sollte das Spiel immer abgeschlossen werden mit: Geh, als bist du selbstbewusst und fühlst dich wohl.

Weitere Lernspiele erhalten Kinder im Unterricht von Selbstverteidigungsschulen wie zum Beispiel der WingTsun Akademie in Heilbronn und deren Außenstellen.

Zu finden unter: wingtsun-akademie-heilbronn.de

Für Fragen stehe ich gern unter 07131 / 94 14 30 zur Verfügung.

Ihr Jörg R. Wingerter

Utes Yogaübung für Kinder: Der Baum

Ausführung:

Du stellst dich hin, verlagere dein Gewicht auf ein Bein. Ein Bein wird etwa auf Höhe des Knies gehalten. Hände Gebetsposition. Arme, wenn möglich, nach oben gestreckt. Es geht etwas leichter, wenn du mit deinen Augen ganz konzentriert auf einen Punkt auf den Boden schaust. Immer schön gleichmäßig atmen. Wenn du mal umfällst, ist das gar nicht schlimm, sondern lustig.

Wozu ist diese Übung gut?

Sie kräftigt deine Beine. Das ist gut, wenn du viel rumspringst und rennst. Die Übung ist auch sehr gut für deine Füße und dein Fußgewölbe. Außerdem stärkt die Übung deinen Gleichgewichtssinn und deine Konzentration.

Viel Spaß dabei.



MAHANA
YOGA CENTER

Infos: MAHANA Yoga Center
Ute Böhme, Weimarstr. 15
Bad Wimpfen, Tel. 07063/951095
www.yoga-center.eu

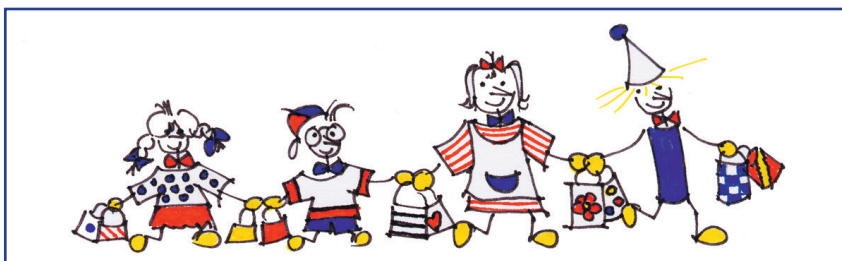
Mit einem **Treedom Baum** Leben verändern und quasi hautnah dabei sein.

Unterstütze Kleinbauern, unsere Umwelt und verfolge das Baumprojekt online mit.

Mehr erfahren auf Treedom.net!

15% Rabatt bis zum 31.07 mit dem Code ZAPPELINO

treedom



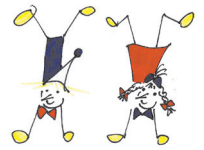
Gefühle

Erkennen • Annehmen • Wandeln

Samantha-Joy Kellner

Lichtvolle Schwangerschaftsbegleitung
Lebensberatung, Channeling

Samantha-Joy Kellner
„Spirituelle Schülerin und Lehrerin“
Zeppelinstraße 45, 74074 Heilbronn
Telefon: 0176/ 617 09 481
E-Mail: kontakt@sichselbstleben.de
Webseite: www.sichselbstleben.de



Samantha-Joy
Kellner

Frauen
heute

„Möge jeder von uns den eigenen Platz finden, an dem unser inneres Licht die Welt erhellt.“

Den Traum einer Weltreise nach dem Abitur ließ Samantha-Joy Kellner auf Drängen ihrer Eltern fallen und machte auf deren Wunsch hin eine Ausbildung bei der Krankenkasse. Danach folgte ein Studium der Betriebswirtschaftslehre im Bereich Gesundheitswesen mit Auslandssemester in Philadelphia, bei dem sie einen völlig anderen Blick auf das dortige Gesundheitswesen erlangte. In Bayreuth studierte sie anschließend Gesundheitsökonomie und sammelte vielfältige Erfahrungen während zahlreicher Praktika. Während ihrer Probezeit in der Beratungsbranche im Gesundheitswesen in München, stellte Samantha-Joy Kellner fest, dass sie total unglücklich war. „Es war für mich katastrophal und trotzdem dachte ich, dass ich das machen muss. Bis eines Tages mein Chef auf mich zukam mit den Worten: Das tut dir nicht gut!“ Auch wenn diese Aussage sehr schmerzhaft für sie war, erkannte sie doch, dass sie tatsächlich immer nur funktionierte und nicht wirklich wusste, was sie selbst glücklich macht. „Es ging um Anerkennung von außen, ohne die Anerkennung für mich im Innern zu haben!“ Weitere Anstellungen im Bereich Gesundheitswesen erfüllten die junge Frau nicht wirklich, bis sie schließlich die Entscheidung traf, sich als systematische Beraterin ausbilden zu lassen.

Samantha-Joy Kellner entdeckte die Meditation sowie verschiedene energetische Weiterbildungen für sich. „Und während meiner ersten Schwangerschaft fühlte ich mich so unglaublich verbunden mit allem, dass ich erkannte, wohin die Reise für mich geht“, so die Mutter, die ihren ersten Sohn gemeinsam mit ihrem Mann in einem Geburtshaus zur Welt brachte. „Das stieß bei vielen auf Kritik. Ich war allerdings im vollsten Vertrauen, denn wir als Frauen tragen die Schöpferkraft in uns, wir sind dafür gemacht, Leben zu schenken und, wenn wir im Vertrauen sind, können wir so viel



bewirken. Im eigenen Urvertrauen und in der Verbindung mit Mutter Erde steckt die Kraft, die uns unterstützt, leitet und nährt.“ Diese Erfahrung sowie die Schwangerschaft ließ in ihr den Wunsch reifen, mit Eltern bzw. Frauen zu arbeiten, um Heilung in die eigene Familiengeschichte zu bringen und Mut zu machen. „Denn die Angst, die überall verbreitet wird, vor allem auch während der Schwangerschaft, bringt uns weg von unserem eigentlichen Kern! Ich bin davon überzeugt, dass du in jedem Moment geschützt und geführt wirst, sobald du den Mut hast, deinen Herzensweg zu gehen und deine Herzenswahrheit zu leben. Türen und Tore werden sich in deinem Leben öffnen. Mein Wunsch ist es, Menschen dabei zu helfen, den eigenen Platz zu finden, damit sie mit ihrem Licht die Welt erhellen.“

Was ist dir wichtig im Leben?

Dass ich mich selbst leben kann und auch tue. Zum Leben gehört natürlich auch das Lieben dazu, denn das ist der wahre Schlüssel zu einem glück-

lich Leben für mich. Denn erst, wenn ich mich selbst so lieben kann, wie ich bin, lebe ich das, was ich bin. Zudem ist es mir wichtig, Zeit mit meinem Sohn und meinem Mann zu verbringen. Und dass ich natürlich die Freiheit habe, meinen kleinen Sohn aufwachsen zu sehen - das ist mir sehr, sehr wichtig.

Was macht dich glücklich im Leben?

Es macht mich glücklich, umgeben von Gleichgesinnten zu sein und das Gefühl des Verbundenseins zu spüren. Ganz bei mir zu sein, in meiner Kraft, macht mich ebenfalls glücklich. Denn dann habe ich die Gewissheit, dass alles gut ist und wir geschützt sind. Und wenn ich Menschen meine Hand reichen darf, für die Erfahrung, die ich schon machen durfte.

Was bereitet dir Sorgen?

In schwachen Momenten fürchte ich mich davor, dass die nachfolgende Generation, allen voran mein Sohn, marionettengleich blind gesteuert ihr

Leben führen. Denn sobald mein Sohn in den Kindergarten bzw. dann in die Schule kommt, haben wir als Eltern nicht mehr so sehr einen Einfluss. Dann arbeite ich an mir, um wieder ins Vertrauen zu kommen.

Wie ist dein Lebensmotto?

Ich folge meinen Gefühlen, da sie wichtige Wegweiser in meinem Leben sind. Denn sie zeigen uns den Weg, wo wir noch heil werden können. Und wenn ich ein Motto daraus formulieren würde, dann würde das folgendermaßen lauten: Habe den Mut, die eigenen Gefühle wahrzunehmen, zu erkennen und hinzuschauen.

Welt im Wandel. Was wünschst du dir für die Zukunft?

Für die Zukunft wünsche ich mir, dass alle Menschen ihren Platz finden, an dem sie die Welt mit ihrem Licht erhellen.

Infos: Samantha-Joy Kellner,
Zeppelinstraße 45, 74074 Heilbronn
Telefon: 0176/ 617 09 481
www.sichselbstleben.de



Bioregion Zaber-Neckar: Bioweine und frische Biofreiland-Erdbeeren vom Biolandhof Döbler aus Brackenheim

Wer liebt sie nicht, die wunderbare, rote Frucht, die nicht nur den nahenden Sommer mit leckerem Kuchen und bunten Cocktails ankündigt, sondern dabei noch super lecker schmeckt - vorausgesetzt man zeigt sich geduldig bis die ersten regionalen Früchte herangereift sind. Die allseits beliebte Fragaria - bekannter als Erdbeere - überzeugt sowohl aufgrund des Geschmacks als auch wegen der zahlreichen gesunden Inhaltsstoffe. Immerhin enthält das rote Früchtchen mehr Vitamin C als eine Orange, zahlreiche Ballaststoffe, wichtige Mineralstoffe und Spurenelemente wie Eisen, Kalium und Mangan, die für die allgemeinen Körperfunktionen unverzichtbar sind.

Dieses Jahr müssen sich die regionalen Erdbeerbauern allerdings länger als üblich gedulden, hat doch der April mit seinen kühleren Temperaturen der vorzeitigen Ernte einen Strich durch die Rechnung gemacht. „In den letzten Jahren gab es zum Geburtstag unserer Tochter Paula Anfang Mai immer einen Erdbeerkuchen. Dieses Jahr musste sie leider darauf verzichten“, lachen Reiner und Steffi Döbler, die in Brackenheim einen Biolandhof betreiben. Als Mitglied der Bioregion Zaber-Neckar, fördert der Biolandhof Döbler gemeinsam mit den anderen Mitgliedern die regionale Erzeugung anerkannter Biolebensmittel sowie deren Vermarktung und den Aufbau einer regionalen Marke für eine nachhaltig gefestigte Position am Markt.

„Gemeinsam mit Jürgen Winkler von WINO Winkler Brackenheim, mit dem mich eine langjährige Freund-



schaft verbindet, waren wir 1993 die ersten, die Bio-Weine bei den Weingärtnern Stromberg-Zabergäu anbauen und auf den Weg brachten. Vor vier Jahren dann kam der Erdbeeranbau dazu“, so Reiner Döbler, der 1993 den seit mehreren Generationen bestehenden landwirtschaftlichen Mischbetrieb seiner Eltern übernommen und diesen auf Bio umgestellt hat.

„Bereits als junger Mensch war es mir ein Anliegen, den Umweltschutz voranzubringen, daher war es für mich naheliegend, den elterlichen Betrieb nach Biorichtlinien zu bewirtschaften“, sagt der Winzer, der mit einer kleineren Anbaufläche startete, diese nach und nach erweiterte um schließlich die komplette Anbaufläche von ca. 20 ha ausschließlich biologisch zu bewirtschaften.

Waren es anfänglich zwei Biowinzer, deren Trauben bei der Genossenschaft Weingärtnerei Stromberg-Zabergäu zu Bioweinen ausgebaut wurden, so hat sich die Anzahl aktuell auf sieben Betriebe erhöht. „Selbstverständlich erfordert der Bioanbau ein entsprechendes Know-how und ist sehr viel zeitaufwendiger, da vieles manuell erfolgt! Hier ist die Zusammenarbeit mit der Genossenschaft ideal, da die Kellermeister der Genossenschaft professionell unsere Biotrauben zu Bioweinen ausbauen. Zudem übernehmen sie zusätzlich den Verkauf der Bioweine.“

Auch wenn der Winzer langjährige Erfahrung im Weinanbau hat, so erfordert der Anbau von Bioerdbeeren ein spezielles Fingerspitzengefühl,

will doch die Erdbeere, die streng genommen keine Frucht, sondern eine Scheinnussfrucht ist, gehegt und gepflegt werden. „Sie lieben Sonne, brauchen regelmäßig Wasser und gebührend Aufmerksamkeit. Zudem verlangt die Ernte der Erdbeeren eine große Sorgfältigkeit“, erklärt Ehefrau Steffi Döbler, die hervorhebt, dass die Erdbeeren morgens frisch um 6 Uhr geerntet werden und direkt in den regionalen Verkauf kommen.

„Wir haben extrem kurze Lieferwege und können dadurch unsere Erdbeeren reif ernten, weshalb sie unglaublich geschmackvoll sind. Zudem sorgen natürlich unsere nährstoffhaltigen und gesunden Böden für ein ausgezeichnetes Aroma, das von unseren Kunden sehr geschätzt wird“, ergänzt Reiner Döbler, der auf die Wichtigkeit der Fruchtfolge hinweist, um die Böden nicht auszulaugen.

Angebaut werden die unterschiedlichen Erdbeersorten auf einer Fläche von 80 Ar auf Dämmen. „Hier können die Erdbeeren erhöht und geschützt, ohne Tunnel oder künstliche Wärmezufuhr, alleine durch die Kraft aus dem Boden und durch die Wärme der Sonne wachsen. So bleiben sie gesund, trocknen rasch ab, wodurch Pilzkrankheiten vermieden werden“, so Reiner Döbler, der nun beim Gang durch die Erdbeerreihen, zwischen den kräftigen, weißen Blüten, die erste rote Erdbeere entdeckt, deren Geschmack unvergleichlich ist und Kindheitserinnerungen wachruft.

Infos: Biohof Reiner und Steffi Döbler, Vollmerstr. 10, Brackenheim, Tel. 07135/ 960515



DÖBLER
BIOHOF | WEINBAU

**HOFVERKAUF
VOLLMERSTR. 10
BRACKENHEIM**

Täglich frische
Bio-Erdbeeren



vhs
unterland

Kinder- und Jugendkurse,
Elternbildung, Erziehungs-
und Entwicklungsfragen

VHS Unterland im Landkreis Heilbronn • Allee 40 • 74072 Heilbronn
07131/5940-0 • info@vhs-unterland.de • www.vhs-unterland.de



Bioregion Zaber-Neckar: Biospargel vom Biohof Mauk aus Lauffen

Kamen vor wenigen Jahren in Deutschland überwiegend weiße Spargel auf den Tisch, so erfreut sich aktuell der grüne Spargel zunehmender Beliebtheit. Nachbarländer wie Spanien, Frankreich, Italien machen uns vor wie es geht, setzen sie schon immer auf das grüne Saison Gemüse, das im Gegensatz zum weißen Spargel oberirdisch wächst. Dadurch bildet das gesunde und kalorienarme Gemüse Chlorophyll, was ihm seine grüne Farbe verleiht. Im Gegensatz zu seinem weißen Pendant, muss der grüne Spargel nicht komplett geschält werden - man sollte lediglich die unteren, holzigen Enden entfernen. Zudem enthält er mehr Vitamin C sowie mehr B-Vitamine und Folsäure als sein weißer Konkurrent.

Die Ernte des edlen Saison Gemüses ist in Lauffen auf dem Biohof Mauk bereits seit Ostern in vollem Gange, trotz der kühlen Temperaturen. Der Landwirt berichtet, dass aktuell täglich, und bei Hitze zwei mal täglich, per Hand gestochen wird. „Den ersten Spargel haben wir bereits am Ostermontag gestochen, da es ja so schön warm war. Dann kamen allerdings die Frostnächte, die uns einen Strich durch die Rechnung machten! Alle Spitzen waren erfroren und wir konnten über 10 Tage keinen Spargel ernten.“ Mit Kennerblick läuft der Landwirt durch die Reihen und hält Ausschau nach dem Spargelhähnchen, das sich vorwiegend in den Spitzen der grünen Spargel befindet. Im Gegensatz zum konventionellen Anbau, kom-



men auf dem Biohof von Andreas Mauk keine chemischen Mittel zum Einsatz. „Wir Biobauern haben mittlerweile eine Methode entwickelt, indem wir durch das Aufblühenlassen einzelner, dünner Spargelstangen das Spargelhähnchen umleiten“, erklärt Andreas Mauk, der die Bodengesundheit, durch regelmäßiges Hacken und das Aufbringen von kompostiertem Pferdemist im Herbst, erhält. Er dient in den trockenen Sommermonaten als Wasserspeicher, um eine gleichmäßi-

ge Nährstoffversorgung der Pflanzen zu gewährleisten. Zwischen den Spargelreihen wachsen Grünpflanzen, die als Nahrung für Insekten dienen und als Mulchmasse den Boden vor verstärkter Verdunstung schützt.

Der Vollerwerbslandwirt hat den Weinbau- und Baumschulbetrieb des Vaters übernommen und begonnen Obst anzubauen. Auf 48 Hektar werden u. a.

Beeren, Äpfel, Birnen, Tafel-Weintrauben, Frühkartoffeln und seit ein paar Jahren Grünspargel nach Demeter-Richtlinien angebaut. „Der Spargelanbau macht einfach viel Spaß“, so Andreas Mauk, der als Mitglied der Bioinitiative Zaber-Neckar seine biologisch erzeugten Spargel über diese auch vermarktet.

So landen die grünen Stangen sowohl in der Wino Biokiste als auch bei mehreren ausgewählten PartnerInnen, denen Produktqualität und Regionalität am Herzen liegt. „Und natürlich in unserem Hofladen“, erwähnt der Landwirt, der berichtet, dass er den Hof in 3. Generation führt und diesen schließlich 2001 biozertifizieren ließ. „Meine Frau und ich haben uns schon lange Jahre biologisch ernährt und als wir dann anfangen Erdbeeren anzubauen, war es mir unmöglich, diese zu spritzen. Damit war für uns die Zeit reif, neue Wege einzuschlagen, die sich wirklich als absolut richtig erwiesen. Zudem begünstigt die Lage des Biohofs im Neckartal mit sandigem Lehmboden den ökologischen Anbau. Durch das warme Tagesklima, kombiniert mit den kalten nebeligen Nächten in der Erntezeit, erhalten sowohl die Äpfel und Birnensorten als auch das grüne Edelgemüse ein spezielles Aroma, das man sich nicht entgehen lassen sollte.“

Infos: Biohof Andreas Mauk, Ilsfelder Str. 39, Lauffen am Neckar
Tel: 07133/205045
www.biohofmauk.wordpress.com

www.plan-deutschland.de
Öffne deine Augen für meine Welt. Werde Pate!
Nähere Infos: **040-611 400**
Plan

biohof  mauk
Ilsfelder Straße 39
74348 Lauffen
Tel. 07133 205045
Täglich in der Selbstbedienung:
frischer Bio-Grünspargel
Erdbeeren, Kartoffeln, Äpfel, Säfte

Der nächste Sommer kommt bestimmt und mit ihm die August/Septemberausgabe von Zappelino mit - hoffentlich - zahlreichen Freizeit- sowie Reisetipps.



Ideen, Tipps, Wünsche, Vorschläge an:
info@zappelino.de



Solawi Zabergäu setzt auf samenfeste Sorten

demeter

Solawi Zabergäu

BIO-HOFLADEN
FR: 14.00 BIS 20.00 UHR
SA: 9:00 BIS 13.00 UHR

-SELBSTBEDIENUNG-

SAISONALES GEMÜSE
TOPFKRÄUTER
JUNGPFLANZENVERKAUF:
GEMÜSE, KRÄUTER,
BLUMEN
HONIG TRAUBENSAFT
APFELSAFT

SCHULGASSE 9
HAUSEN A.D. ZABER
TEL. 07135 933887
SOLAWIZABERGAEU.COM

Sattes Grün, soweit das Auge reicht. Orange leuchtende Ringelblumen fühlen sich sichtlich wohl inmitten eines Mangoldbeetes. Und auch die Kohlrabipflänzchen gedeihen prächtig neben den Salatköpfen. Nahezu jeder Quadratmeter des 700 qm großen Gewächshauses der Solawi Zabergäu ist genutzt. Neben verschiedensten Gemüsesorten und vielfältigen Kräutern, wachsen Blumen in den unterschiedlichsten Farben. Selbst Olivenbäume, ein Pfirsichbaum mit zahlreichen Früchten, Bananenbäume sowie ein über 30-jähriger Mispelbaum sind hier zu finden und versorgen die Mitglieder der Solawi mit leckeren, gesunden und biologisch erzeugten Produkten. Wer's noch nicht wusste: Solawi steht für Solidarische Landwirtschaft. Was 1988 als sozialökonomisches Experiment begann, findet mittlerweile weltweit zahlreiche Nachahmer. Ziel ist es dabei, eine lebendige, verantwortungsvolle Landwirtschaft zu schaffen, die den dort arbeitenden Menschen die Existenz sichert und gleichzeitig einen wichtigen Beitrag zu einer nachhaltigen Entwicklung leistet. Dabei werden die erzeugten Lebensmittel nicht mehr über den Markt vertrieben, sondern fließen in einen eigenen, durchschaubaren Wirtschaftskreislauf, der von den Mitgliedern mit organisiert und finanziert wird. Auf Grundlage der geschätzten Jahreskosten der landwirtschaftlichen Erzeugung bezahlen die Mitglieder einen festgesetzten, monatlichen Betrag an den Solawi-Betrieb. Dafür können die Mitglieder der Solawi Zabergäu einmal pro Woche ihre Lebensmittel aus samenfesten, alten, ökologisch gezüchteten Sorten in Demeterqualität in sogenannten Depots abholen. Ist die Ernte üppig, ist der Korb gefüllt, ist ein Jahr nicht so ertragreich, wirkt sich das ebenfalls aus. Aktuell hat das Team rund um Begründerin der Solawi Zabergäu, Steffi Wolf, sprichwörtlich alle Hände voll zu tun. Es wird gesät, gepflanzt, gewässert, pikiert und Unkraut gejätet. „Und das alles per Hand“, lacht Steffi Wolf, die nach einem Praktikum im Botanischen Garten, an der Uni Hohenheim, Agrarwissenschaft studierte. Es folgten verschiedene Praktika sowie ein Masterstudium.



Während ihrer Mitarbeit an der Uni, beschäftigte sie sich intensiv mit der Thematik der samenfesten Sorten, aus deren Saatgut Pflanzen wachsen, die dieselben Eigenschaften und Gestalt haben, wie deren Elternpflanzen. „Durch meine Mitarbeit habe ich die Thematik der samenfesten Sorten tiefer erfasst und wollte zeigen, dass eine Gärtnerei ausschließlich mit samenfesten Sorten arbeiten kann. Denn üblicherweise bestellen die meisten Gärtnereien ihre Jungpflanzen von großen Jungpflanzenproduzenten, die ausschließlich Hybridsorten im Angebot haben. Diese Hybridzüchtungen sind dafür verantwortlich, dass die Sortenvielfalt komplett verloren gegangen ist und eine Gurke in Deutschland genauso aussieht und schmeckt, wie in Israel“, so die Gründerin, die in Brackenheim-Hausen 2014 die Solawi Zabergäu gründete. Und nicht nur sie ist von den samenfesten Sorten überzeugt. Der intensive Geschmack der meist alten Sorten wird ebenfalls von der Kundschaft geschätzt. Zudem sind samenfeste Sorten, durch die Vielfalt der Sorten, robuster und gesünder, belasten die Umwelt weniger und tragen zudem zu einer Unabhängigkeit der Produzenten bei. Neben mehr als 100 Gemüse- und Kräutersorten in Mischkultur werden zusätzlich auf insgesamt 6 ha Fläche alte Apfelsorten sowie Quitten auf Streuobstwiesen angebaut, aus denen eigener Saft gepresst wird. Aktuell hat die zweifache Mutter mit ihrem Partner Oswaldo Lovo eine tolle Aktion für Kinder im Programm. „Wir haben dieses Jahr zahlreiche Tomatensorten in den Farben des Regenbogens. Jedes Kind, das uns

einen Regenbogen malt, darf sich eine Tomate in einer Farbe des Regenbogens aussuchen“, berichtet Steffi Wolf, auf deren Hof es - normalerweise - international zugeht. Zahlreiche Praktikanten und Volontäre arbeiten ehrenamtlich mit, um einen vertieften Einblick in die Produktion von ökologischem Gemüse, der natürlichen Landwirtschaft und des Samenbaus zu bekommen. Der Vater ihrer Kinder, Oswaldo, ist ebenfalls als Volontär, während seiner Europa-Fahrradreise, auf dem Hof „hängen“ geblieben und träumt davon, mehrere Permakulturgärten anzulegen. Auch wenn der Arbeitstag während des Sommers erst endet, sobald die Sonne untergeht, blickt die junge Frau stolz auf ihr üppiges Gewächshaus, das auch während der Wintermonate unbeheizt bleibt. „Während des Winters setzen wir auf Asia-Salate, Rucola, Postelein, Lauch, Kohlsorten sowie Möhren, denn uns ist es wichtig, saisonal anzubauen“, erklärt Steffi Wolf. Aktuell werden selbstgezeugene, samenfeste Jungpflanzen als auch verschiedene Gemüsesorten an zwei Tagen die Woche, jeweils freitags und samstags, im Hofladen in der Schulstraße angeboten. „Zudem können gesundheitsbewusste und nachhaltig denkende Interessenten einen Ernteanteil erwerben, um in den Genuss von biologisch erzeugtem Gemüse zu kommen“, so Steffi Wolf, die ebenfalls Mitglied der Bioinitiative Zaber-Neckar ist. Infos: Solawi Zabergäu, Stefanie Wolf, Schulgasse 9, Brackenheim Tel. 07135/933887 <https://solawizabergaeu.com>

www.plan-deutschland.de

Öffne deine Augen für meine Welt. Werde Pate!

Nähere Infos: 040-611 400

Plan International Deutschland e.V.
Bramfelder Str. 70
22305 Hamburg

Plan



Zappelinos Kochkiste

Dinkelspaghetti mit grünem Spargel



Zutaten für 4 Personen
 500 g grüner Spargel
 200 g Möhren
 500 g helle Dinkelspaghetti
 400 ml Gemüsebrühe
 1 Knoblauchzehe
 1 EL Olivenöl
 1 Bd. Koriander (frisch oder getrocknet)
 1/2 TL Sambal Oelek
 1 Limette (Saft oder Schale)
 100 g Walnüsse
 nach Bedarf Salz und Pfeffer

Zubereitung:
 Möhren schälen und in Stücke schneiden. Knoblauchzehe schälen und fein würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Möhren und Knoblauch darin andünsten, mit 300 ml Gemüsebrühe ablöschen und das Gemüse mit Salz, Pfeffer, Sambal Oelek

und der abgeriebenen Limettenschale sowie dem Limettensaft würzen und bei geschlossenem Deckel etwa 12 Min. dünsten. Spargel waschen, evtl. das untere Drittel der Stangen schälen. Spargelstangen schräg in Stücke schneiden und in der restlichen Gemüsebrühe etwa 5 Min. dünsten. Spaghetti nach Packungsanweisung bissfest kochen. Evtl. Koriander putzen, hacken und beiseitestellen. Walnüsse grob hacken. Die gegarten Möhren mit der Gemüsebrühe pürieren und 2/3 der gehackten Walnüsse zugeben, ggf. nachwürzen. Zum Servieren die abgetropften Nudeln mit der Möhrensoße, den grünen Spargelstücken und dem Koriander vermengen und mit den restlichen Walnüssen bestreuen.

Zubereitungszeit: 50 min

Mehr Rezepte:
<https://www.echt-bio.de/rezepte/>

Biovielfalt aus der Region
 Äpfel aus eigener Herstellung
 Großer Hofladen

Heilbronner Weg 5
 74360 Ilsfeld-Wüstenhausen
 (Ortsausgang Richtung Ilsfeld)
Tel.: 0 70 62 / 6 12 09
www.foell-biohof.de

Öffnungszeiten:
 Mo, Di, Do, Fr von 9 - 18 Uhr
 Samstag von 9 - 13 Uhr

Online-Shop
 HOFGESCHMACK

demeter
 BIO
 REGION
 Zaber Neckar

Bioland-Gärtnerei
Landes
 ...natürlich ÖKO
 & von HIER!
www.bio-landes.de
 am Reichertsberg, Oedheim, Tel 07132 - 985222
**Sie finden uns auf den jeweiligen Wochenmärkten
 in Neckarsulm, Bönnigheim, Bad Friedrichshall,
 Brackenheim und in Heilbronn, Kerner Ecke
 Pfühlstraße am Dienstag- und Donnerstagvormittag**

**Zappelino jetzt
 auf Instagram**

@zappelino-elterzeitung

Auf Entdeckertour mit dem Hündchen Pimps, dem Traumauto Lawalu und einem bunten Regentöpfchen

Schon immer begleiten Kinder das Leben der Bad Wimpfenerin Ingeborg Erhardt, die es vor 20 Jahren in die kleine Stauferstadt am Neckar zog. Davor kam die gebürtige Schwäbisch Gmünderin viel rum, vorwiegend bedingt durch den Beruf ihres Mannes, der als Ingenieur, anfangs im Angestelltenverhältnis und später als Selbständiger, tätig war. Über mehrere Jahre lebte und arbeitete das Paar in der Schweiz - er als Ingenieur und sie als Erzieherin. Mit dem Umzug zurück nach Deutschland erfolgte eine Anstellung als Sonderschullehrerin in Kupferzell.



Und immer stand die interessierte Pädagogin im engen Kontakt mit den Kindern, mit denen sie täglich zu tun hatte. Und auch der enge Kontakt ist es, der das Verhältnis der dreifachen Mutter und zweifachen Oma zu ihren erwachsenen Kindern prägt. „Auch wenn diese mittlerweile in alle Winde verstreut sind und wir uns nicht so häufig sehen“, bedauert sie mit einem Lächeln bei dem Gedanken an ihre Kinder, die ihr ans Herz gewachsen sind und denen sie nach wie vor bei Fragen mit Rat und Tat zur Seite steht. Ihre Kinder waren es auch, die die Autorin dazu inspirierten, Geschichten zu erfinden, um sie ihnen beim Schlafengehen zu erzählen. „Und später war es der Umgang mit den Kindern im Kindergarten und in der Schule, der mich zum Nachdenken anregte und mich dazu bewegte, meine Geschichten niederzuschreiben“, so die Autorin, deren erstes Buch vor fast 20 Jahren der Frankfurter Fischer Verlag herausbrachte. „Damals beobachtete ich beim Beisammensein mit den Kindern immer wieder, dass vor allem Stadtkinder wenig Kontakt zu Tieren haben und ihnen von daher der Bezug fehlt. Diesen Kindern spielerisch die Welt der Tiere näherbringen



gelingt doch am besten mit einem bunten Kinderbuch!“, so die Autorin, die sich daraufhin zahlreiche Abenteuer rund um den kleinen Hund Pimps einfallen lässt. Dieser kleine, tollpatschige Hund mit den roten Öhrchen lebt mit seiner Mutter Pampa und seinem Vater Pumpu auf einem alten, großen Bauernhof in einer bunt bemalten Hundehütte.

Während seine Eltern als tüchtige Hofhunde sämtliche Tiere auf dem Bauernhof beschützen, macht sich Pimps eines Tages heimlich auf die Suche nach den anderen Bauernhoftieren. Heimlich deshalb, weil seine Eltern der Meinung sind, dass er noch zu klein sei, um andere Tiere zu besuchen. Das kümmert jedoch den kleinen frechen Pimps nicht wirklich, daher begibt er sich eines Morgens auf einen Streifzug über den Hof, bei dem er zuerst auf die schöne, weiße Henne Giggi stößt. Diese zeigt Pimps, wie man ein Hühnerfrühstück finden kann. Pimps ist so begeistert, dass er es dem Federvieh sofort nachmachen will, allerdings nicht so erfolgreich ist wie die Henne Giggi...



Mit viel Liebe fürs Detail schildert die Autorin Ingeborg Erhardt einfühlsam und kindgerecht die zahlreichen Abenteuer auf dem Hof, die Pimps nicht nur in Kontakt mit sämtlichen Bauernhoftieren bringt, sondern zahlreiche Freundschaften entstehen lassen.

Während das erste Buch von Sarah Gerner illustriert wurde, fasste schließlich Ingeborg Erhardt den Entschluss, ihr nächstes Kinderbuch „Das Regentöpfchen“ selbst zu illustrieren und über den Bad Wimpfener Verlag „Karoline Kinderbuch“ herauszugeben. Im Mittelpunkt des Buches, das sie innerhalb von nur zwei Wochen schrieb und illustrierte, steht ein buntes Regentöpfchen, das normalerweise im Himmel, auf einer großen, weichen Wolke lebt und mit Freuden auf die Erde blickt. Eines Tages landet das kleine Regentöpfchen plötzlich nach einem heftigen Gewitter auf der Erde und damit beginnen zahlreiche Abenteuer. Bereits nach kurzer Zeit begegnet das kleine Tröpfchen mit dem bunten Schirm auf dem Kopf zahlreichen Umwelt-

verschmutzungen rund um das Wasser. Im Wasserfall trifft es auf Weinflaschen und Plastiktüten, daher ist es dankbar, als der Wasserfall es bis zu einem kleinen Bach mitnimmt. Mit Freuden hört das kleine Regentöpfchen das Vogelgezwitscher und lässt sich bis zu einem kleinen See treiben, in dem Plastikgeschirr treibt.



Je weiter der Bach das kleine Regentöpfchen treibt, umso mehr Arten der Umweltverschmutzung begegnet es, daher ist es heilfroh, als schließlich die Sonne es wieder auf seine weiße Wolke setzt. „Meine Reise war mal lustig und mal traurig. Ich wünsche mir, dass die Menschen auf der Erde die Luft und das Wasser wieder ganz sauber machen, damit ich sie bald wieder besuchen kann!“

„Mit meinem zweiten Kinderbuch möchte ich die Kinder spielerisch an das Thema Umweltschutz heranzuführen und sie für das Thema sensibilisieren, allerdings ohne erhobenem Zeigefinger“, so die Autorin, die das Buch als Bilderbuch gestaltet hat und fürs Ausmalen einen bunten Regenbogenstift mitliefert.

Ebenfalls um den Schutz der Umwelt geht es in ihrem aktuellen Kinderbuch „Lawalu, mein Traumauto bist du“, das im Sommer letzten Jahres ebenfalls im Bad Wimpfener Verlag Karoline Kinderbuch erschienen ist und in dessen Mittelpunkt das rote sprechende Traumauto „Lawalu“ steht. Gemeinsam mit dem kleinen Luis begibt es sich auf eine Reise durch Land, Wasser und Luft und macht dabei weder Krach noch schlechte Luft. Bei ihrer abenteuerlichen Reise begegnet sie zahlreichen Umweltproblemen, die der Traummann an ihrer Seite zu lösen verspricht. Mit Stolz präsentiert die gelernte Sonderpädagogin ihre drei Kinderbücher, die sie gerne bei einer Lesung präsentiert, sobald dies wieder möglich sein wird.



Naomi, die Nachtigall



Matthias Schäf

Kennst du mich? Ich bin Naomi, die Nachtigall. Unscheinbar und unauffällig. Rotbraunes Gefieder mit einem schwarzen Knopfauge. Viele sagen, ich würde sehr versteckt leben. Trotzdem kannst du mich mit etwas Geduld beobachten, erleben und vor allem hören.

Hi,

ich habe leider nicht viel Zeit, dir einen langen Text zu schreiben. Ich bin mitten im Brutgeschäft. Weißt du, was das für mich bedeutet? Das kannst du dir gar nicht vorstellen. Ach so, ich vergaß: Ich bin Naomi, die Nachtigall, ein etwa sperlingsgroßer, rotbrauner Singvogel. Hast du schon mal von mir gehört? Ich lebe recht heimlich und versteckt in dichten Hecken oder im Auenwald. Mit meinem schmetternden Gesang habe ich mir einen Namen gemacht. Ja, und stell dir vor, mancher Musiker und Vogelkundler ist von meinem Gesang gewaltig beeindruckt. Manche behaupten sogar, ich sei der beste oder schönste Sänger in der Vogelwelt. Dazu kann ich natürlich nichts sagen. Übrigens, das muss ich ehrlicherweise sagen, nicht ich singe so schön. Es sind die Männchen, die sogar ganze Nächte durchsingen. Viele bewundern unseren Gesang, aber andere finden den Gesang störend und verbringen schlaflose Nächte. Die, die da nächtelang singen, sind unverpaarte Männchen, also ohne eine Partnerin. Na ja, die haben Energie und Zeit. Mein Mann singt übrigens nur am Morgen und am Abend.

Ach, was wollte ich dir eigentlich erzählen? Ach ja, mein Brutgeschäft. Ich bin Ende April von meiner Reise aus Afrika zurückgekommen. Den

Winter habe ich südlich der Sahara verbracht. Mein Mann ist schon seit Mitte April hier und singt und singt. Wir haben uns dann auf Antrieb gefunden. Wir sind froh, dass der kleine Auwald mit den großen Silberweiden und den vielen Sträuchern noch steht. Immer wieder fehlen in der Landschaft dichte Hecken, in denen wir leben. Oder Bäume und Büsche wurden im Winter zurückgeschnitten. Wenn unser Lebensraum nicht mehr vorhanden ist, müssen wir einen neuen suchen. Das ist nicht ganz so einfach. Denn eine geeignete Hecke kann schon von einem Nachtigallen-Mann besetzt sein. Das gibt dann Stress und Streit. Oder wir ziehen gleich weiter und suchen etwas Neues.

Weißt du, wir können nicht überall unser Nest bauen. Wir haben auch Ansprüche. Es sollte eine Landschaft sein, in der es nicht viel regnet und ein wenig warm sollte es sein. Große Probleme bereiten uns inzwischen die verregneten und kühlen Frühjahr- und Sommermonate.

Vier Tage nachdem ich den Auenwald und meinen Mann gefunden hatte, habe ich mit dem Nestbau angefangen. Mein Mann hat mir sogar geholfen, er hat mir den Standort gezeigt! Wow, immerhin. Das Nest habe ich in drei Tagen fertiggebaut. Fast am Boden, gut versteckt, in den Brennnesseln, aus trockenen Halmen,



Ralf Gramlich

Hier auf dem Bild siehst du meinen Mann, in voller Gesangsstimmung. Seinen kräftigen, ausdauernden und lautschallenden Gesang, kannst du in 1.000 Meter Entfernung noch hören. Übrigens, der Gesang ist nicht angeboren. Das meiste lernt der Nachtigall-Mann von Vorsängern, als er noch im Ei und als Küken im Nest saß.

trockenen Blättern und kleinen Wurzeln. Jetzt liegen da fünf graublaue Eier mit vielen rostfarbenen Flecken und Sprenkeln.

Mein Mann beteiligt sich nicht an der Aufgabe, ich brüte die Eier alleine aus. Hast du eine Vorstellung, was das bedeutet? Ich sitze 14 Tage lang auf den Eiern im Nest. Ganz kurz verlasse ich es mal, um etwas Nahrung zu suchen. Dann wieder schnell auf die Eier, damit die nicht auskühlen. Manchmal kommt mein Mann und bringt mir etwas Futter vorbei. Das können Kleintiere, Insekten, Larven, Spinnen oder Würmer sein. Na, immerhin, da gibt er sich Mühe. Und nach 13 bis 14 Tagen schlüpfen unsere Küken aus den Eiern. Die Kleinen betreuen und füttern wir etwa 10 Tage lang. Ja, du hast richtig gelesen, mein Mann hilft mir wieder. Er besorgt Futter für unsere Kinder. Unsere Kleinen verlassen das Nest recht früh. Normalerweise bleiben bei den Singvögeln die kleinen geschlüpften Vögel mindestens 14 Tage

im Nest. Du kennst doch Singvögel, oder? Ich kann dir folgende nennen: Amsel, Drossel, Fink und Star. Und welche Vogelarten sind dir noch bekannt?

Stell dir vor, unsere Küken verlassen das Nest und können noch nicht fliegen! Sie warten das Flüggewerden nicht ab. Für gewöhnlich verlassen Jungvögel ihr Nest fliegend, also zumindest flatternd. Die kleinen Nachtigallen verstecken sich im Dickicht und lassen sich gut und gerne eine Woche lang füttern. Anschließend werden die Jungen von uns beiden noch etwa zwei bis drei Wochen betreut. Tja, dann können sie fliegen und sind dann selbstständig. Von nun an stehen sie auf eigenen Beinen und entscheiden selbst was sie tun. Oh, ich höre alle meinen Fünf rufen, jetzt muss ich aber los und Futter suchen.

Auf Wiedersehen,
deine Naomi, die Nachtigall

„Die Brotschmiede“ bietet Backwaren auf Seit dem 1. April auf dem Rathausplatz, täglich



Früher eine Selbstverständlichkeit, heute schon fast ein Luxus. Traditionell und handwerklich hochwertige Backwaren vom lokalen Bäcker täglich frisch zubereitet. Darüber können sich alle Bürger von Talheim und den angrenzenden Gemeinden jetzt wieder freuen. Denn Bäckermeister Benjamin Schrepf und seine Mitarbeiter haben am 1. April am Rathausplatz ihre Filiale eröffnet. „Wir freuen uns alle sehr, dass sich uns diese Möglichkeit geboten hat und dass wir unsere Produkte jetzt auch in Talheim anbieten können“, so Benjamin Schrepf. „Die Brotschmiede“ ist ein in der Region verwurzeltes Familienunternehmen und setzt bei allen seinen Backwaren konsequent auf Getreide aus kontrolliert biologischer Landwirtschaft. Die komplette Produktion der Bioland-Backwaren erfolgt in Kirchheim am Neckar, dort wird in der Backstube alles von Grund auf selbst hergestellt. Und die Auswahl kann sich sehen lassen. Herrliche Croissants, die zu 100 % mit feinsten Butter hergestellt werden, erfreuen das Auge und den Gaumen genauso wie zum Beispiel die leckeren „Schmiedbrötchen“, die ebenfalls mit Butter und einem Grieskochstück gebacken werden. Das Angebot an verschiedenen Brotsorten reicht vom

Wurzelbrot über den Frankenlaib und das Vinschgauer bis hin zum „Kirchheimer Dinkeln“, einer exklusiven Spezialität aus Dinkelmehl und Sauerteig. Weiter geht es mit klassischem Roggenmisch- und Bauernbrot, dem deftigen Nussknacker mit Kürbiskernen, Hasel- und Walnüssen, hin zu einer weiteren Spezialität, dem „Schmiedebrot“. Natürlich darf auch ein knackiges Baguette nicht fehlen, genauso wenig wie die Körnerkruste mit Leinsamen, Sonnenblumenkernen, Haferflocken und Hanfnüssen sowie Roggenvollkorn- und Chia-Dinkelbrot. Dass aber bei der beeindruckenden Auswahl auch mal etwas ausgehen kann, ist laut Benjamin Schrepf durchaus mal möglich und auch gewollt. „Nur so können wir die garantierte Frische unserer Backwaren über die gesamte Palette gewährleisten.“ Denn die steht in „der Brotschmiede“ stets im Mittelpunkt und beginnt deshalb auch schon bei der Zubereitung der Teige. Ein guter Teig für gesundes Brot braucht nämlich seine Zeit und die bekommt er auch. Mindestens 14 Stunden darf er ruhen und hat somit genügend Zeit zum Gehen, damit er richtig quellen kann und somit die enthaltenen Ballaststoffe vom Körper besser verarbeitet werden können. Zudem entfalten sich dadurch auch die Aromen deutlich





höchstem Niveau jetzt auch in Talheim geöffnet und auch sonntags für euch da

besser und die Zugabe von Hefe kann stark reduziert werden.

Außerdem gibt es in Talheim jetzt täglich zum Mittagstisch 3 verschiedene Gerichte, darunter auch immer ein vegetarisches, aktuell nur zum Mitnehmen, demnächst hoffentlich auch zum Essen vor Ort. Dazu stehen dann ausreichend gemütliche Sitzplätze zur Verfügung. Und natürlich bietet auch die Konditorei „der Brotschmiede“ allerhand leckere Versuchungen in Form von Torten, Kuchen und „süße Stückle“ und auf Wunsch auch eine Tasse Kaffee „to go“ aus leckeren

Seeberger Bohnen.

„Besuchen Sie uns doch einfach und überzeugen Sie sich von unserer Qualität und unserer Auswahl. Und wenn Sie donnerstags den Wochenmarkt in Heilbronn besuchen, finden sie uns auch dort. Für unseren Verkaufswagen konnten wir Steffi Biedermann gewinnen, die vielen durch ihre Beiträge bei „Kaffee oder Tee“ im SWR-Fernsehen bekannt sein dürfte. Schauen Sie auch mal bei ihr auf www.torten-makeup.de vorbei, bestaunen ihre Backideen oder erwerben dort tolle Backutensilien per Click and Collect“, so Benjamin Schrempf.

Ein Beitrag von Bernd Rembold

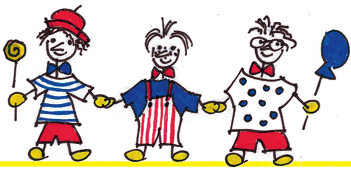


Die Brotschmiede
sucht Verstärkung in der Backstube:
Bäcker/m/w/d
in Voll/Teilzeit

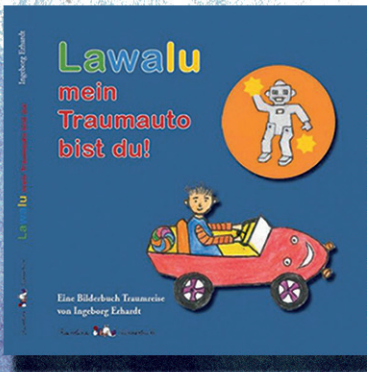
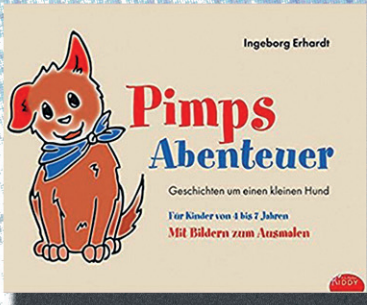
Du hast eine abgeschlossene Ausbildung?
Oder bist Quereinsteiger?
Perfekt dann schick uns deine Bewerbung per
Mail an.
info@diebrotschmiede.de

Karlstraße 7 / Kirchheim am Neckar

DIE BROTSCHMIEDE
Bäckerei & Konditorei



Kinderbücher von Ingeborg Erhardt



Grünfinkpfad Rästel:

1. Blaumeise, 2. Zaunkönig, 3. KLeiber, 4. Kohlmeise, 5. Tannenmiese, 6. Sumpfmeise

Hütten von Kindern selbst gebaut

Meine Eltern pflegten ein Hobby, das mir tatsächlich zuwider war: Tennisspielen! Ich zog es doch eher vor, an den Wochenenden mit der Familie auf dem Tennisplatz, mich in den nahe gelegenen Wald, vielen Wimpfenern bekannt als das „Wäldchen“, in die Büsche zu schlagen, um Hütten zu bauen. Das erfüllte mich gänzlich und ich gess die Tage im Wald. Daher bin ich mit Freuden auf zwei Bücher gestoßen, die im Verlag Öko-

buch erschienen sind: „Kleine Baumhäuser und Hütten“ sowie „Hütten von Kindern selbst gebaut“. (Siehe Buchtipps auf Seite 37) Hast auch du Lust, eine Hütte nach deinen Wünschen zu bauen? Sicherlich hast du dazu einige Ideen, wie die Hütte deiner Wünsche aussehen kann.

Hier zwei Beispiele, die dich vielleicht inspirieren wird.

Ein Haus aus Pappe

Das kleine Papphaus ist für die Jüngsten da. Sie können dort das Leben der Erwachsenen nachspielen, sich ausruhen, essen, schlafen oder sich unterhalten. Kurzum, das kleine Papphaus eignet sich sehr gut, um sich das Leben im eigenen Häuschen auszumalen. Hilf den Jüngsten unter euch, eine phantasievolle Hütte aus Pappe zu bauen. Die kann als Häuschen benutzt werden, aber sie kann natürlich auch ein Auto, einen Schulbus, ein Boot oder eine Burg darstellen!



Drinne und draußen

Die Hütte könnt ihr problemlos immer wieder verwenden, drinnen im Spielzimmer oder draußen auf trockenem oder halbwegs trockenem Boden.

Die Konstruktion

Verpackungskartons von großen Haushaltsgeräten (Kühlschrank, Spülmaschine, Möbelstücke) sind ideal. Die Kartons sollten stabil sein und mehr oder weniger die Form eines Würfels haben.

Kennt ihr die Geschichte von den drei Schweinchen?

Das erste Schweinchen baute sein kleines Haus aus Stroh, mit einem kleinen Strohdach, einem kleinen Bett aus Stroh...
Das zweite Schweinchen machte sein kleines Haus aus Holz, mit einem Dach aus Zweigen und einem kleinen Bett aus Farnkraut...
Das dritte Schweinchen baute sein kleines Haus aus Ziegelstein, mit einem kleinen Dach aus Schieferplatten und einem großen Kamin aus Stein.
Und du, du baust ein kleines Haus aus Pappe, mit einem kleinen Pappdach, einer kleinen Papptür und einem kleinen Bett aus Kissen!

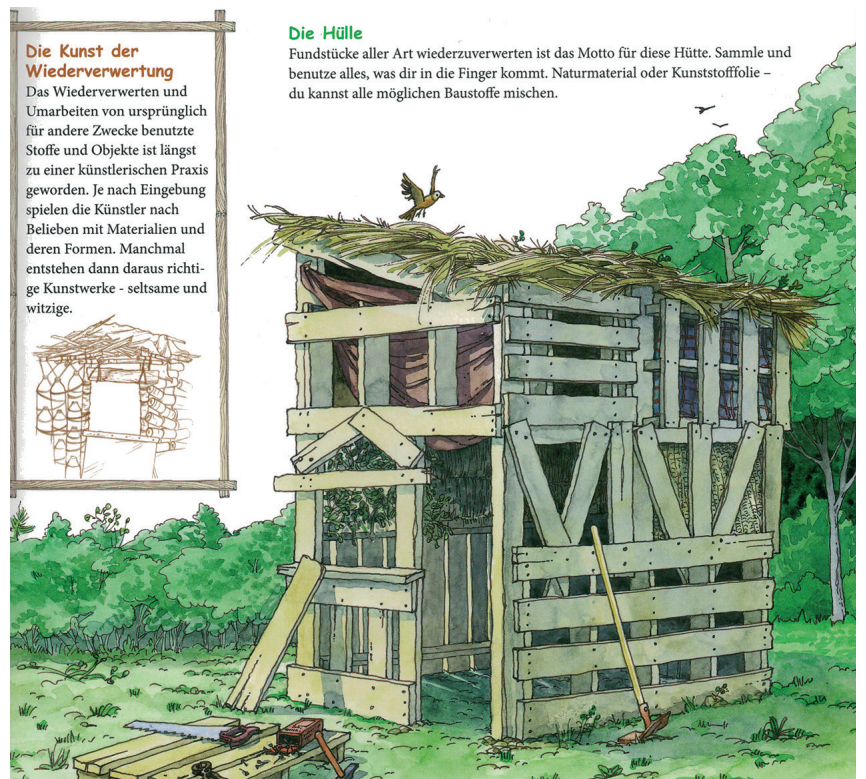


Die Kunst der Wiederverwertung

Das Wiederverwerten und Umarbeiten von ursprünglich für andere Zwecke benutzte Stoffe und Objekte ist längst zu einer künstlerischen Praxis geworden. Je nach Eingebung spielen die Künstler nach Belieben mit Materialien und deren Formen. Manchmal entstehen dann daraus richtige Kunstwerke - seltsame und witzige.

Die Hülle

Fundstücke aller Art wiederzuverwerten ist das Motto für diese Hütte. Sammle und benutze alles, was dir in die Finger kommt. Naturmaterial oder Kunststoffolie - du kannst alle möglichen Baustoffe mischen.



leoticket

DAS TICKETSYSTEM FÜR UNABHÄNGIGE VERANSTALTER

Ticketing online und an der VVK-Stelle

Reduzieren Sie den Zeitaufwand und die Kosten: Mit leoticket einfach schneller Tickets verkaufen! Mit unserem modernen, ganzheitlichen Ticketsystem ist vom Verkauf bis zum Einlass für alles gesorgt. Wobei sich leoticket dank unserer White-Label Lösung nahtlos in Ihren Markenauftritt integriert.

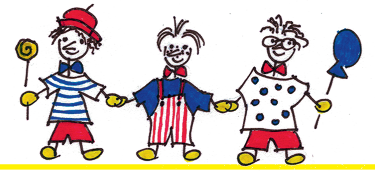


leoticket

leoticket ist eine Marke der Leomedia GmbH

Mollenbachstraße 19 | 71229 Leonberg

Tel. 0 7152 9259 0 | info@leoticket.de | www.leoticket.de



Mandala ausmalen mit Bine Brändle!





Das Faultier bewegt sich wie Oma



Kinder mund tut Wahrheit kund. Und Wahrheiten sind nicht immer angenehm. Zumal Kinder wirklich kein Blatt vor den Mund nehmen, was uns häufig ganz und gar nicht gefällt. Denn, wem gefallen schon so Sprüche wie „Mama, du bist so schlank wie eine Nacktschnecke“ oder „Mama ist ganz schön schlau,

obwohl man ihr das nicht ansieht“? Kinder sind hemmungslos und direkter, als uns manchmal lieb ist. Beruhigend ist eines: Von den Wahrheiten, die unsere lieben Kleinen unverblümt aussprechen, sind nahezu alle Eltern betroffen. Das zumindest ist ein kleiner Trost, von daher sollte man es mit Humor nehmen und darüber lachen. In ihrem im März 2021 erschienen Buch haben die Autorinnen Eva Dignös und Katja Schnitzler die schönsten Kindersprüche veröffentlicht, die die Leserinnen und Leser der Süddeutschen Zeitung zusammengetragen haben.

Sie haben sich mit Experten darüber ausgetauscht, wie Kinder ihre Welt wahrnehmen, weshalb Fantasiefreunde so wichtig sind und wie man als Erwachsener Kinderfragen beantwortet, wenn man selbst nicht mehr weiter weiß ...

Ein Buch für jeden, der Kinder hat, bekommt oder kennt. Das ideale Geschenk für junge Eltern und Großeltern.

Ullstein Taschenbuch
ISBN-13 : 978-3548063171

Kleine Baumhäuser und Hütten



Was gibt es Schöneres, als in der Natur kreativ zu sein? Bevor du anfängst, deine Hütte oder dein Baumhaus zu bauen, werden dir eingangs in diesem Buch ein paar Kenntnisse über das Arbeiten mit Holz, Werkzeuge und Materialien vermittelt. Danach kann es losgehen. Soll es ein Baumhaus sein, eine Wildwasserhütte oder doch lieber ein Pfahlbau? Anhand dieses Buches bekommst du zahlreiche Anregungen mit detaillierten Zeichnungen der unterschiedlichsten Konstruktionen. Verlag Ökobuch, ISBN-13 : 978-3936896176

Hütten von Kindern selbst gebaut



In diesem Buch erhalten Kinder Tipps, wie sie ohne großen Aufwand selbst ihr kleines Hüttchen aus Pappe, Weide, recyceltem Material, Zweigen etc. bauen können. Es werden über 20 unterschiedliche Hütten vorgestellt, die als Orientierung für die eigene Hütte dient. Lass dich von den verschiedenen Konstruktionen anregen, sammle Ideen und baue dann im Anschluss deinen eigenen kleinen Rückzugsort zum Picknicken, mit Freunden Karten spielen oder vielleicht auch mal im Sommer darin zu schlafen.

Ein Buch für kleine Baumeister und solche, die es werden wollen. Verlag Ökobuch
ISBN-13 : 978-3936896381

Permakultur von Sepp Holzer



Permakultur ist in aller Munde und war noch nie so aktuell wie im Moment. Wer sich intensiv mit Permakultur beschäftigt und einen umfassenden Ratgeber sucht, kommt nicht an dem österreichischen Landwirt Sepp Holzer vorbei. Der Pionier in Sachen Permakultur, der seit den 70er Jahren auf seinem Kramerhof erfolgreich diese alternative Land-

wirtschaftsform betreibt, hat sein umfassendes Wissen in seinem Buch „Permakultur“ zusammengetragen, was bereits in der 9. Auflage erschienen ist.

In diesem Praxisbuch erklärt Sepp Holzer die Prinzipien seiner Permakultur und zeigt auf, wie sie praktisch schon im Kleingarten, ja sogar im Balkongarten umgesetzt werden kann. Darüber hinaus macht er an vielen Beispielen deutlich, wie auch die erwerbsmäßige Landwirtschaft nach diesen Prinzipien gestaltet werden kann und welche Alternativen es hier gibt.

Der als „Agrar-Rebell“ bekannte Sepp Holzer möchte mit seinem Buch Menschen motivieren, wieder im Einklang mit der Natur zu leben und sie zu verstehen, und nicht zu bekämpfen. In das Buch, das voller Informationen rund um diese nachhaltige Kreislaufwirtschaft ist, sollte jeder (Hobby)-Permakulturgärtner mal einen Blick werfen.

Verlag Stocker
ISBN-13 : 978-3702010379

Steine bemalen für Kinder von F. Sehnaz Bac



Steine sind faszinierend! Mein jüngster Sohn hatte sich früher beim Spaziergang seine Hosentaschen so voll geladen, dass am Ende des Spaziergangs die Hose in der Kniekehle hing...Hätte er damals schon daran gedacht, diese zu bemalen, hätte er die Hose unterwegs sicherlich verloren.

Denn gerade beim Bemalen der Steine sind der Fantasie keinerlei Grenzen gesetzt. Zudem bringt das Malen auf Steine Freude, Ruhe,

Entspannung und fördert dabei die Kreativität.

Das Buch von F. Sehnaz Bac stellt zahlreiche bunte Entwürfe vor, die man entweder nachmalen kann oder die man als Anregung nimmt, um die Steine ganz nach seinem Geschmack zu verschönern.

Lasst euch inspirieren von der Natur, von Spielen, von Tieren, von geometrischen Mustern oder legt einfach, eurer Intuition folgend, los.

Die Autorin vermittelt einfache Maltechniken und gibt hilfreiche Tipps für ein schnelles und gutes Gelingen. Dabei wird aufgezeigt, wie die Kinder mithilfe von mehreren Steinen Bilder gestalten oder durch eine Aneinanderreihung von unterschiedlich bemalten Steinen eine Geschichte erzählen können.

Ein durch und durch buntes, fröhliches Buch für Familien mit Kindern, die sich sowohl gerne in der Natur zum Sammeln aufhalten als auch kreativ sind. Ihr werdet sehen: Eure Kinder werden stolz darauf sein, das eigene Zimmer, die Terrasse oder den Garten mit eigenen Steinbildern zu verschönern!

Verlag Ökobuch
ISBN-13 : 978-3947021178



Der Wöcker

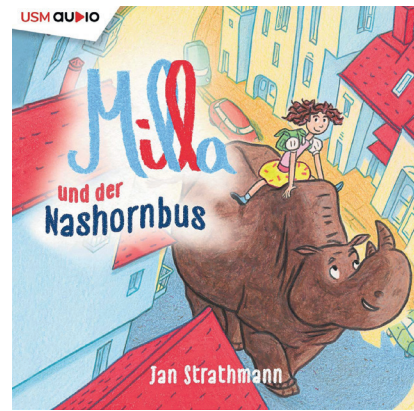


Was ist das für ein Krach im Kinderzimmer? Es ist Der Wöcker von Pelemele! Woohoo! Also Augen auf und Ohren auch für neue Lieblingslieder von dieser wilden Band aus Köln. Mit ihrem Motto „100 % Rock, 200 % Ausrasten“ sprengen sie die Regeln der Mathematik: Munter drauflos addiert kommen in „Der Wöcker“ locker noch mindestens 70 % Disco, 20 % Ska, 80 % Pop und 60 % Funk mit obendrauf. Die 4 Jungs spielen einfach die Musik, die sie lieben – und sie lieben die Musik, die sie spielen.

Der Wöcker hat seine Freunde mitgebracht: Roboter Arnold 100 quietscht und tanzt, ein Flashmops skatet wie ein Profi und ein Desperado droht mit Kitzelüberfall. Tollkühne Gestalten betreten die Bühne und eine Schnick-Schnack-Schnuck-Schlacht sorgt für die Entscheidung. Alle Lieder sind mit viel Witz und Einfühlungsvermögen selbst ausgeheckt, komponiert und von Hand eingespielt, so dass die Musik ohne Umwege Tanz-Beine und Lachmuskeln triggert.

Dieser Wöcker funktioniert wirklich gut: man erwacht in einer Pelemele-Welt und möchte nirgendwo anders mehr hin.

Milla und der Nashornbus



Mit Milla kann man was erleben! Ein Nashorn bringt sie morgens in die Schule, weil sie den Bus verpasst hat. Für den Trompetenvogel macht sie so viel Krach im Hof, dass sich Hausverwalter Bromski aufregt, und mit einem Kojoten heult sie nachts den Mond an. Milla unterrichtet auch ihren Nachbarn, einen Bären, im Lesen und, wenn er Winterschlaf hält, liegt sie auf seinem dicken Bauch und kuschelt sich in sein Fell. Sogar bis zur Kirchturmspitze fliegt sie – mit Kusi, dem Wirbelsturm!

Das sind doch alles Hirngespinnste, sagen die Leute in Dörfelbach. Sie ist eben fantasiebegabt, sagt Mama. Dabei ist nichts von dem, was Milla erlebt, gelogen. Manchmal bekommt Milla Ärger bei all den Abenteuern, aber immer gewinnt sie neue Freunde.

So sorgen die Geschichten von Jan Strathmann für fantasievolle Unterhaltung für kleine Tagträumer und machen allen, die das Träumen vielleicht schon ein bisschen verlernt haben, das Leben etwas bunter.

Ein fantastisches Hörbuch zum Tagträumen, gesprochen von Laura Maire.

Was wir zum Leben brauchen



Die meisten Schulen sind geschlossen, Unterricht findet vor dem Bildschirm statt und auch in den Kitas fehlen viele Kinder. Wohl die allermeisten Mädchen und Jungen wünschen sich ihr Kinderleben aus der Zeit vor der Pandemie zurück.

Der bekannte Musikpädagoge und Kinderliedermacher Reinhard Horn versteht die Gedanken und Wünsche der Kinder und geht ihnen nach. In seiner neuen Produktion „Was wir zum Leben brauchen“ denkt er mit ihnen über die aktuelle und philosophische Frage nach: Was brauchen wir zum Leben?

Mit Kindern zu philosophieren ist nicht neu, aber Reinhard Horn und sein Team legen einen kindgerechten Klangteppich unter nachdenkliche Fragen. Gemeinsam mit Fachleuten gibt der Musikpädagoge Mut machende Antworten. Sie heißen Zuversicht, Barmherzigkeit, Heiterkeit, Gelassenheit; musikalische Antworten, die sich zum Singen und Begleiten in Kita, Grundschule und anderen Kindergruppen leicht einüben lassen (online ebenso wie bei persönlichen Begegnungen).


Musikpädagoge und Kinderliedermacher Reinhard Horn gestaltet Liturgie mit Kinderliedern – Mut machende Antworten auf aktuelle Fragen.

Der Achtsame Tiger – Das Musik-Hörspiel



Der Tiger ist gefährlich? Ein wirklich wildes Raubtier? So'n Quatsch – diese Beschreibung findet der Achtsame Tiger nun doch ganz schön unpassend. Schließlich hat er alle Pfoten voll zu tun, um seinen tierischen Freunden zu helfen! Er nimmt uns mit in seine bunte, geheimnisvolle Dschungelwelt und zeigt uns, wie ein Tag im echten Tigerleben aussieht. Der Achtsame Tiger steckt zwar im typischen Tigerfell, ist jedoch eher „ein friedvoller Krieger in der friedlichen Liga“. Im Dschungel erklärt er dem kleinen Elefanten, was sein Leibgericht Kokomelorangeavokakizitrosine ist, macht zwischendurch den Orang-Utans die Haare schön oder verrät der vor Stress verknoteten Boa seinen ganz geheimen Tigertrick – nämlich erstmal ganz in Ruhe ein- und auszuatmen. Er hilft dem Krokodil dabei, endlich mutiger zu werden, löst den erschöpften Papagei beim Brüten ab, hängt 'ne entspannte Runde mit dem Faultier ab und zeigt dem Tapir, dass man auch mit kurzen Beinen richtig gut tanzen kann. Denn am Schluss gibt's eine fröhliche Party, natürlich gemeinsam mit allen Dschungeltieren in all ihrer Artenvielfalt. Roaaa!

Musicals zum Hören haben eine bewährte Tradition, denn die Bilder zu Geschichten entstehen ganz von allein im Kopf. Und so zieht auch „Der Achtsame Tiger“, als lustiges Familienmusical mit zehn eingängigen und mitsingbaren Pop-Songs und vielen starken Botschaften, die Hörer in seinen Bann. Die Songs sind mitreißend und verbreiten musicalhaften Bühnglanz. In diese wunderbare Stimmung hinein fügen sich die kleinen Weisheiten der Achtsamkeitslehre mit ganz besonderem Charme ein. So erfahren wir, was Achtsamkeit überhaupt ist, lernen etwas über Entschleunigung, beruhigende Atmung, bewusste Ernährung und über die manchmal auch notwendige Langeweile.



DAS TASCHENHAUS

IT'S UP TO YOU

Die neue Kollektion ist da!

Satch

satch.com

Das Taschenhaus-Stütz GmbH
 Weinsberger Straße 17/1 · 74072 Heilbronn · Telefon: 07131/942027
 Mo-Fr 9.00-18.00 Uhr · Sa 10.00-16.00 Uhr · www.dasTaschenhaus.de



DIE BROTSCHMIEDE

Bäckerei & Konditorei

DIE BROTSCHMIEDE



Rathausplatz 18
74388 Talheim
Tel.: 07133/2031858

Öffnungszeiten:

Mo-Fr 6.30 - 18 Uhr
Sa 6.30 - 13 Uhr
So 7.00 - 12 Uhr



Karlstraße 7
74366 Kirchheim a.N.
Tel.: 07143/92699

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 5.30 - 18 Uhr
Sa 5.30 - 13 Uhr
So 7.00 - 12 Uhr

www.diebrotschmiede.de