

18. Mai 2024
20./21. Woche

Karlsruhe | Ettlingen | Rastatt | Baden-Baden | Bruchsal | Südpfalz



Eukalyptus

Erfolgreich Werben

ÖLWECHSEL??

Wir machen uns für Sie schmutzig!

- > Motoröl
- > Ölfilter
- > Getriebeöl
- > Luftfilter
- > Pollenfilter

ohne Anmeldung
alle Automodelle
günstiger Festpreis

Ölwechselstation

Karlsruhe
0721 / 964 300
www.oelwechselstation.de

Karlsruhe
Wolfartsweierer Straße 42a

Erfüll' Dir Deinen Traum und werd' Biker!

0721 840 980 85 www.bikerwerden.de

Einfach sicher fahren!

Rohr verstopft?

24-Std.-Notdienst

Hagenbach (0 72 73) 707
Karlsruhe (07 21) 57 77 70

Rohr- und Kanalreinigung
Brawoliner - Sanierung
Kurzliner - Sanierung
TV - Kontrolle
Fräsarbeiten IMS-Roboter

www.die707.de

STELLENMARKT

▲ Instandhalter (m/w/d) für die Instandhaltung von Maschinen, Betriebseinrichtungen und Fertigen von Hilfsvorrichtungen. Sie wollen in einem kleinen Team arbeiten mit Möglichkeiten zur Selbstverwirklichung. Dann bewerben Sie sich unter: Sorg@lohse-rbk.de. Lohse Ringbandkerne GmbH, Heinkelstraße 12, 76461 Muggensturm

▲ Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams einen Anlagenmechaniker Heizung/Sanitär (m/w/d). Bereit für neue Aufgaben? Dann freuen wir uns auf Ihre schriftliche Bewerbung - gerne auch per E-Mail oder eine telefonische Kontaktaufnahme. WK Heizungsbaubau GmbH, Christopher Bauer, Geschäftsführer, Zolltenstraße 27, 76706 Dettenheim, T. 07255-4546, Fax: 07255-1648, 0170-5245192, bauer@kuhnle-heizung.de, www.kuhnle-heizung.de

▲ Für die Niederlassung in Karlsruhe / Ettlingen suchen wir Haustechniker / Wartungstechniker (m/w/d). Im Wechsel mit den Kollegen/innen nehmen Sie an der Rufbereitschaft teil. Führerschein der Klasse B erforderlich. SAUTER Deutschland, Sauter FM GmbH, Personalabteilung, Werner-Haas-Straße 8 - 10, 86153 Augsburg, T. 0821 90673-210, www.sauter-fm.de

▲ Wir suchen Hausmeister (m/w/d) Schwerpunkt Ihrer Tätigkeit sind die Wartung, Pflege und Instandhaltung von technischen Einbauten und Geräten. Sie verfügen über eine abgeschlossene technische Berufsausbildung. Klingt Interessant? Jetzt bewerben! Ansprechpartnerin, Frau Valerie Herdt, 0721-57009-7175, bewerbung@hegele.de, Simon Hegele Gesellschaft für Logistik und Service mbH, An d. Tagweide 23, 76139 Karlsruhe, www.simon-hegele.com

▲ Zum schnellstmöglichen Eintritt suchen wir einen Betriebsleiter Moler & Stuckateur, 0178-4936202

Das renommierte Institut für Demoskopie Allensbach sucht

Interviewer/innen

für eine nebenberufliche Tätigkeit (mündliche Interviews, vorwiegend in Privathaushalten an Ihrem Wohnort). Wenn Sie aufgeschlossen sind, über ein sicheres Auftreten verfügen, an Menschen, interessanten Themen und an einem kleinen Nebenverdienst interessiert sind, dann schicken Sie uns einfach einen tabellarischen Lebenslauf zu (keine Zeugnisse, noch kein Passbild).

IfD Institut für Demoskopie Allensbach
Interviewer-Ressort · 78472 Allensbach
Fax: 07533/30 48 · interviewer@ifd-allensbach.de
www.ifd-allensbach.de/das-institut/interviewen-fuer-allensbach/

Design zum Wohlfühlen... trifft bei HAUBER auf ... Qualität, die einfach überzeugt!

www.hauber-forst.de

HAUBER

- NEUBAU
- SANIERUNG
- OBJEKTBAU

Paul Hauber Fliesenverlegung GmbH
Freiherr-von-Drais-Str. 10
76694 Forst
Telefon: 07251 - 28 14
E-Mail: hauber.fliesen@t-online.de

▲ Mitarbeiter gesucht: Küchenhelfer/in, Koch/in, Servicemitarbeiter/in, Minijob, Voll- oder Teilzeit. Bei Bedarf kann eine Unterkunft gestellt werden. 0721-855653 o. 0176-24349171

▲ Maler/Gipser oder Quereinsteiger (m/w/d) gesucht. Mo.-Do arbeiten - Fr.-So. frei. 4-Tage-Woche: 36 Std. arbeiten und 39 Std. bezahlt bekommen. Weihnachtsgeld, Inflationsausgleich und vieles mehr. Jetzt bewerben: info@lemcke-fassadenbau.de oder telefonisch 0176-21666860, Bert-Brecht-Straße 68, 76189 Karlsruhe

▲ ASB-Tagespflege Neureut: Fahrer:in. Jetzt für unsere Gäste da sein und das Team des ASB in Neureut verstärken. asb-ka.de/jobs-und-ausbildung, bewerbung@asb-ka.de. Wir helfen hier und jetzt.

▲ Die Pizzeria Da Domenica wird ab April die Gaststätte im TC Blau-Weiß Bruchhausen e.V. übernehmen. www.tcbw-bruchhausen.de. Zum Aufbau eines Teams suchen wir Mitarbeiter (m/w/d), vorerst auf Teilzeitbasis, (17-22 Uhr): Servicekräfte, Pizzabäcker & Thekenkräfte. Sie haben Interesse? Dann melden Sie sich unter 0176-63687069

▲ Selbständigkeit ohne Risiko und ohne Investitionen. Hohe Einkommen, einzigartiges Konzept. Entdecken Sie Ihre Chance auf finanzielle Freiheit! Info: recruiting@team-teslon.de oder T. 0761-88783412

▲ Wir möchten unser Team verstärken! Suchen freundliche € 520-Kraft zum nächstmöglichen Zeitpunkt. Barista-Kenntnisse wären schön aber nicht erforderlich. T. 0151-25356515 oder info@am-zkm.de

PAINTBALL AREA Kandel

ab 18 Jahren

4 große Paintball-Felder • WC • Dusche • ausreichend Parkplätze
Leihausrüstung • Wohnmobil-Stellplätze • Paints • Nacht-Spiel-Option • u.v.m.!

P.A.K. Buschurweg 2 | Industriegebiet Horst | 76870 Kandel | Anmeldung (01 71) 5 45 89 57 oder (0 72 75) 51 71 | 24 Stunden täglich nur nach Vereinbarung | Fax (0 72 75) 89 57

UNSERE LEIDENSCHAFT FÜR IHRE MOBILITÄT!

WARTUNG UND REPARATUR
ALLER PKW UND MOTORRAD FABRIKATE

ANRUFEN UND TERMIN VEREINBAREN | TEL: 07255 - 79 59 891
KFZ-MEISTERBETRIEB TOBIAS KRIEG | BUCHENWEG 3 | 76706 DETTENHEIM

Nie mehr Schäfchen zählen!

seit 1923

KMF

Karlsruher Matratzen-Fabrik
www.karlsruher-matratzen-fabrik.de

Matratzen • Lattenroste • Betten • Federbetten
Hohenzollernstraße 3 – 5, 76135 Karlsruhe, Mo. – Fr. 9:00 – 16:30 Uhr
Telefon 0721 / 93 26 80

Erntefrische köstliche Erdbeeren von besten Sorten

Auch zum Selbstpflücken

Gläserne Produktion
Montag, 20.05., von 10 – 17 Uhr

Unser Hofladen ist täglich von 8.00 – 19.30 Uhr für Sie geöffnet, auch an Sonn- und Feiertagen, oder kommen Sie einfach an einen unserer Verkaufsstände in Ihrer Nähe. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

- Karlsruhe: Hohlohstraße – Heidenstückersiedlung
- KA-Oberreut: Neuaustolische Kirche
- KA-Nord: Lorbeerweg – gegenüber Aldi / Stufenlos-Lift-Zentrum
- Rheinstetten-Mörsch: bei Aldi
- Rheinstetten-Forchheim: bei Wohlfeil / Holz-Hirsch
- Ettlingen: bei Gartencenter Iben
- Waldbronn: Talstraße – gegenüber Tennishalle
- Karlsbad-Langensteinb.: Schießbühntencenter, bei Heimdecor Schmidt
- Kuppenheim: Bürgerpark – Kriegerdenkmal
- Ötigheim: Gabelmann Gemüse – Im Wartbühl

HELMUT KOFFLER
Erdbeerplantagen, Ettlinger Straße 217
• direkt am Wald bei der Bäretrierer-Grillhütte •
B 36 neu, Ausfahrt Durmersheim-Mitte
76448 Durmersheim
Telefon (07245) 9 06 90 00
Jhr Spezialist für Qualität und Frische!

www.koffler-erdbeeren.de

Wir suchen Verkäufer (m/w/d)



für den Verkauf unserer Putenspezialitäten auf unseren Wochenmärkten in **Karlsruhe und Ettlingen**.

Quereinsteiger sind bei uns herzlich willkommen und werden von unserem fachkundigen Verkaufspersonal eingelernt.

Bei Interesse melden Sie sich gerne bei unseren Verkäuferinnen oder telefonisch.

Weilerhöfer Putenspezialitäten Reinmuth GbR
Weilerhof 1 • 74921 Helmstadt-Bargen • T. 06262 / 61 42

Mittelständisches Unternehmen sucht motivierte

Instandhalter (m/w/d)

für die Instandhaltung von Maschinen, Betriebseinrichtungen und Fertigen von Hilfsvorrichtungen.

Sie wollen in einem kleinen Team arbeiten mit Möglichkeiten zur Selbstverwirklichung dann bewerben Sie sich unter: sorg@lohse-rbk.de

Lohse Ringbandkerne GmbH
Heinkelstraße 12 • 76461 Muggensturm

LOHSE
RINGBANDKERNE

▲ **Wir suchen ab 1. Mai 2024** für unsere Region Baden-Württemberg im Mitgliederbüro Karlsruhe eine*n Rechtsanwaltsfachangestellte*r (m/w/d) in Teilzeit (84,5 Std./Monat). Ihre Aufgaben: Betreuen und Beraten der Mitglieder und Funktionär/innen, bearbeiten von Rechtsschutzfällen, Führen der Rechtsschutzakten und Erstellen der Rechtsschutzstatistik. Das bringen Sie mit: mehrjährige Berufserfahrung, sehr gute Deutschkenntnisse in Wort, Schrift und Stil. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung per E-Mail unter Angabe der Referenznummer 04-2024, Ihrer Gehaltsvorstellung und Ihres möglichen Eintrittstermins an: bewerbung@igbau.de. **Industriegewerkschaft Bauen-Agrar-Umwelt**, Bundesvorstand, Abteilung Personal, Olof-Palme-Straße 19, 60439 Frankfurt am Main, www.igbau.de

▲ **DLU-Lielbel sucht** selbst. Mitarbeiter/in, Bewerbung an: www.DLU-lielbel.de to

▲ **Zum nächstmöglichen Zeitpunkt** suchen wir für unsere Personalabteilung eine/n Kaufmännischen Angestellten (m/w/d) in Vollzeit. Ihre Aufgaben: Korrespondenz und Kommunikation mit Finanzämtern, Krankenkassen, etc., Mitwirkung an Projekten. Ihr Profil: abgeschlossene kaufmännische Ausbildung, Kenntnisse im Abrechnungsprogramm SAP. Bitte richten Sie Ihre vollständige, schriftliche Bewerbung an Herr Müller, Badischer Landesverein für Innere Mission, Südenstraße 12, 76137 Karlsruhe oder per Mail an mler@badischer-landesverein.de.

▲ **Zur Verstärkung** unseres Teams suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt: Elektroingenieur/in (m/w/d) für eine Vollzeitstelle. Ihre Aufgaben: Entwicklung und Optimierung analoger Schaltungen, Entwurf messtechnischer Komponenten und Systeme. Aktive Teilnahme am Wissensaustausch und Wissensmanagement. Fühlen Sie sich angesprochen? Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung per E-Mail an: E+H Metrology GmbH, z.Hd. Herr Jonas Antes, bewerbungAbtE@eh-metrology.com, E+H Metrology GmbH, Benzstraße 5-9, 76185 Karlsruhe, T. 0721-83118-0, www.eh-metrology.com

▲ **Komm in unser Team!** Wir suchen Mitarbeiter (m/w/d) gerne auch Rentner - auf Minijob-Basis für Treppenhausreinigung und Gartenpflegearbeiten. Zusätzlich suchen wir eine Büroreinigungskraft für ein Objekt in Durlach für 2x in der Woche. Bewerbungen an: info@dienstleistungsservice-karlsruhe.de, Dienstleistungsservice Gebäudedienste Karlsruhe, Greschbachstraße 24, 76229 Karlsruhe, 0721-474974

▲ **Die Gemeinde Eggenstein-Leopoldshafen** sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt unbefristet in Vollzeit Pädagogische Fachkräfte (m/w/d) nach § 7 KiTaG BW. Wir erwarten von Ihnen: Kooperative Teamarbeit, wertschätzender Umgang mit den Erziehungsberechtigten. Gemeindeverwaltung Eggenstein-Leopoldshafen, Thomas Bott, Friedrichstraße 32, 76344 Eggenstein-Leopoldshafen, T. 0721-97886-72, personalamt@egg-leo.de

▲ **Wir suchen:** Zerspanungsmechaniker (m/w/d). Ihre Aufgaben: Rüstung der Maschinen inklusive Werkzeugvoreinstellung. Programmieren, einrichten und bedienen von CNC-Drehautomaten. Ihr Profil: Berufserfahrung in der Zerspaltung von Kleinteilen, Qualitäts- und Verantwortungsbewusstsein. Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann senden Sie uns bitte Ihre Bewerbung mit frühestem Eintrittstermin. Wir freuen uns auf Sie! PRE-FAG Carl Rivoir GmbH & Co. KG, Prefagstraße 4, 75045 Wössingen, www.prefag.de, Jasmina Eppel, Personalwesen, 07203-87257, bewerbung@prefag.de

▲ **Pflegefachkraft (m/w/d)** gesucht für die „Pflege und Wohnen Alte Mälzerei“ ab sofort in Vollzeit oder Teilzeit. Ihre Aufgaben: Durchführen der ärztlich verordneten Behandlungspflege, Dokumentation des Pflegeprozesses. Ihr Profil: Abgeschlossene Ausbildung, kontinuierliche Weiterbildung und dem Erwerb neuer Fachkenntnisse. heimstiftung Karlsruhe, Robert Rohrer Pflegedienstleitung, 0721-9861992-902, heimstiftung-karlsruhe.de



▲ **Zimmerer/in, Bauhelfer;** Wir suchen Verstärkung für unser Team. Die Zimmererei Zupancic plant selbst, baut und bindet von Hand ab. Wir bieten dir eine faire Bezahlung, angenehmes Arbeitsklima und faire Arbeitszeiten. Kontakt: 0171-9966388, Ort: Leimersheim (Pfalz), www.ZimmerereiZupancic.de

▲ **Forstwirt (m/w/d).** In Ettlingen ist zum nächstmöglichen Termin in der Forstabteilung des Stadtbauamtes eine Stelle Forstwirt m/w/d neu zu besetzen. Aufgabenschwerpunkte: Forstliche Pflegearbeiten im Stadtwald, Holzernnte mit Motorsäge. Wir erwarten: Eine abgeschlossene Berufsausbildung zum Forstwirt/in, körperliche Fitness, Teamfähigkeit und Engagement. Ihre Bewerbung mit aussagekräftigen Unterlagen richten Sie bitte an die Stadt Ettlingen, Personalabteilung, Postfach 100762, 76261 Ettlingen oder per Mail an personalabteilung@ettlingen.de.

▲ **Ihr Stellenangebot im Eukalyptus** - ob gewerblich oder privat - für nur € 6,00 (3 Zeilen), preiswert und effektiv!

▲ **Pflegedienstleitung (m/w/d)** für das Seniorenresidenz am Wetterbach ab sofort in Vollzeit gesucht. Ihre Aufgaben: Optimierung des Pflege- und Betreuungsprozesses, Übernahme der pflegerischen Leitung der Einrichtung. Ihr Profil: Ausbildung zur Pflegefachkraft. Offen, positiv und wertschätzend. Heimstiftung Karlsruhe, Frank Steinke, Einrichtungsleitung Seniorenresidenz am Wetterbach, 0721-9861992-901, heimstiftung-karlsruhe.de

▲ **Wir suchen ab sofort eine** Leitung für unseren Sozialdienst (m/w/d) in Vollzeit oder Teilzeit. Als Leitung organisieren und koordinieren Sie den Bereich des Sozialdienstes und sind Ansprechpartner für ein Team mit sechs Mitarbeitern. Mehrjährige Berufserfahrung, Freude an der Weiterentwicklung von Prozessen und Bereitschaft und Freude an der multiprofessionellen Zusammenarbeit ist uns wichtig. Spricht Sie diese Herausforderung an? Dann bewerben Sie sich jetzt unter: www.siloah-bewerbung.de. Siloah St. Trudert Klinikum, Wilferdinger Straße 67, 75179 Pforzheim

▲ **Für unsere Abteilung** Dispute und Fraud Management suchen wir am Standort in Ettlingen einen Sachbearbeiter (m/w/d) – Betrugsprävention in Vollzeit, befristet 1 Jahr. Lassen Sie uns Ihren Gehaltswunsch wissen und wann Sie frühestens bei uns anfangen können. Bitte senden Sie Ihre aussagekräftige Bewerbung per E-Mail an bewerbung@vr-payment.de. Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns gern an: Julia Britz, Telefon: 0721-1209-5427 VR Payment GmbH, Saonestraße 3a, 60528 Frankfurt am Main, Telefon: 0721 1209-0, www.vr-payment.de

▲ **Wir suchen für unsere Klinik** Landau zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen Koch (m/w/d) in Vollzeit. Ihre Aufgaben: Planung, Vor- und Zubereitung von kalten und warmen Speisen. Selbständiges Kochen der Mahlzeiten. Ihr Profil: Berufsausbildung als Koch. Zuverlässigkeit, Flexibilität, hohe körperliche Belastbarkeit und Kreativität, Bereitschaft zur Feiertags- und Wochenendarbeit. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung entweder postalisch an untenstehende Adresse oder direkt per E-Mail an bewerbung@klinikum-ld-suew.de. Klinikum Landau-Südliche Weinstraße GmbH, Personalabteilung, Bodelschwingstraße 11, 76829 Landau in der Pfalz, www.klinikum-ld-suew.de

▲ **KFZ-Mechatroniker (m/w/d)** gesucht! Anforderungen: Abgeschlossene Ausbildung als Mechatroniker, fundierte Kenntnisse in Mechanik, Elektrotechnik. Wir bieten: Über-tarifliche Bezahlung, Leistungsorientierte Vergütung, ein motiviertes Team und angenehmes Arbeitsumfeld. Bist du bereit, Teil unseres Teams zu werden? Dann kontaktiere uns unter: T. 07255-7190802, kontakt@kfz-technik-lamprecht.de, Karlsruher Strasse 87, 76676 Graben Neudorf

▲ **Das renommierte Institut** für Demoskopie Allensbach sucht Interviewer/innen für eine nebenberufliche Tätigkeit (mündliche Interviews, vorwiegend in Privathaushalten an Ihrem Wohnort). Wenn Sie aufgeschlossen sind, über ein sicheres Auftreten verfügen, an Menschen, interessanten Themen und an einem kleinen Nebenverdienst interessiert sind, dann schicken Sie uns einfach einen tabellarischen Lebenslauf zu (keine Zeugnisse, noch kein Passbild). Institut für Demoskopie Allensbach IfD Interviewer-Ressort, 78472 Allensbach, IfD Interviewer-Ressort, 78472 Allensbach, Fax: 07533-3048, interviewer@ifd-allensbach.de, www.ifd-allensbach.de/das-institut/interviewen-fuer-allensbach/

▲ **Jetzt wechseln in 4-Tage-Woche** und in der Pflege bis zu 12 freie Tage im Monat als Vollzeitkraft genießen. bewerbung@kfls-karlsruhe.de. Zusatzversorgungskasse, Zuschuss KITA, Tarifbezahlung inkl. Jahressonderzahlung und Zulagen, 38-Stunden-Woche. Inkl. € 300 Budget pro Jahr & Vorsorge. bewerbung@kfls-karlsruhe.de. KFLS-Stiftung, Seniorenzentrum Kirchfeld. PflegeTeamSZK - Werde ein Teil von uns!

▲ **Selbständigkeit ohne Risiko** und ohne Investitionen. Hohe Einkommen, einzigartiges Konzept. Entdecken Sie Ihre Chance auf finanzielle Freiheit! Info: recruiting@team-teleson.de oder T. 0761-88783412

▲ **Unser eingespieltes Team** sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n Office-Manager/in (m/w/d) in Teilzeit für unsere Verwaltung. Ihre Aufgaben: Rechnungsstellung, Zahlungseingangskontrolle und -buchung, Prüfung unserer Zeiterfassung, allgemeine Verwaltungsarbeiten. Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung per E-Mail an: E+H Metrology GmbH, Herr Daniel Raseghi, bewerbungAbtAcc@eh-metrology.com, E+H Metrology GmbH Benzstraße 5-9, 76185 Karlsruhe, Tel. 0721-83118-0, www.eh-metrology.com

„Unser Arbeitgeber ist unser Gast...
... und unser Gast ist König bei uns.“

Ristorante - Pizzeria
La Capannina
da Nino

Mamma Mia Da Nino · Inh. Nino Bonfante

Marktplatz 4
76337 Waldbronn
Tel. 07243 / 523 23 15
Fax 07243 / 523 23 16

Wir suchen (m/w/d) einen
Pizzabäcker in Vollzeit, Teilzeit oder als Aushilfe
und eine **Theken- & Küchenkraft** in Vollzeit
mit Erfahrung sowie **Aushilfskräfte** (Fr./Sa./So.)
auch für den Außenbereich.
Über ein persönliches Vorstellungsgespräch freuen wir uns!
Infos vorab gerne telefonisch.

▲ **Zur Vergrößerung** unseres Team suchen wir ab sofort eine*n Immobilienverwalter*in (w/m/d/x). 37,5 Std / Woche oder Teilzeit. Sie führen eigenständig Eigentümerversammlungen, beraten und unterstützen unsere Kunden gemeinsam in unserem Team in allen Themenbereichen. Ihr Profil: Freude am Job, Teamfähigkeit, sowie gute MS-Office Kenntnisse. Wir haben Ihr Interesse geweckt? Dann senden Sie uns bitte Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen an jobs@bender-hvw.de. Thomas Bender Hausverwaltungen GmbH, Postfach 1262, 76602 Bruchsal, 07251-724066-0, info@bender-hvw.de, www.bender-hvw.de

▲ **Telefax-Papier**, Thermopapier, HS4, 30 m-Profi-Rolle, OVP, € 11,50, 0151-55534119

▲ **Plastikkarten weiß**, Stärke 0,75 mm, 400 Stk., € 28,-, 0176-41026826

Unterricht

▲ **Sie geben Nachhilfe?** Sie erteilen Musikunterricht? Sagen Sie es doch im Eukalyptus für nur € 6,- (3 Zeilen).

1-Zi.-Whg. Miete

▲ **Suche 1 ZKB** für ein Massagedu-dio. Herzlichen Dank, 0172-7221716

2-Zi.-Whg. Mietgesuche

Dienstleistungen

Ab 01.05.2023 sind wir für Sie der
GEBÄUDEREINIGUNG
SPEZIALISTEN KOLLEKTIV

- Hausreinigung
- Fenster und Glas
- Büroreinigung
- Gartenservice
- Hauswartungsservice

Deutsch: Sie uns unter www.koch-cleaning.de
oder rufen Sie an Tel. 0176-83444897

▲ **Sauber macht glücklich!**
Gebäudereinigung Patrick Koch: Hausreinigung - Fenster und Glas - Büroreinigung - Gartenservice - Hausmeister-service. Besuchen Sie uns unter www.koch-cleaning.de oder rufen Sie an T. 0176-83444897

▲ **Fliesen- und Estricharbeiten** werden ausgeführt. T. 0163-8705088

▲ **Entwürfe und Grafiken** aller Art: Geschäftsdrucksachen, Visitenkarten, Formulare, Prospekte, Einladungskarten u.v.m. – Schnell, professionell und zuverlässig! Sie erreichen uns unter: Eukalyptus Verlag, Ettlinger Straße 9, 76137 Karlsruhe, T. 0721-932923, Mail: service@eukalyptus.de

▲ **Übernehme Gartenarbeiten**, z.B. Heckenschnitt, Durchführung von Baumkontrollen, Baumfällungen sowie sonstige Arbeiten in Haus und Garten. Zuverlässig und günstig. T. 0174-3800759

▲ **Entrümpelungen** – Haushaltsauflösungen – Umzüge (z.B. 2 Mann inkl. Lkw € 50,-). Fa. S. Neuberth. T. 0160-96721175

▲ **21. Jahre seriöses** Münzenkabinett - kaufe Münzen jeder Art, auch komplette Sammlungen, Tafelsilber, Uhren, usw. zu fairen Preisen. Wie gewohnt sofortige Barzahlung. Mache auch Hausbesuche, T. 06205-2555372 o. 0162-6211090

▲ **< Elektriker - Karlsruhe >** Behebung von Störungen, Elektroservice, Elektroinstallation, Sprechanlagen, Netzwerk, Dienstheld.de, 0151-22280359

Geschäftliches

▲ **10.000 Haftklammern** No. 10, verzinkt wg Fehlkauf, € 7,50 + ggf. Versand, 0178-6947328

▲ **Thermo-Papierrolle**, f. Taschenrechner, etc. 110 mm, Rest, € 5,50, 0151-55534119



▲ **Suche 2Zi-Whg.** 32 Jahre, Rennradfahrer und Familienmensch. Unbefristet, Vollzeit als Softwareentwickler. Suche min. 45qm Wohnung. Schloss sollte in 15 Minuten mit dem Rad erreichbar sein, innenstadtnah. An einvernehmlichen langfristigen Mietverhältnis interessiert. NR, keine Haustiere. 0176-99816056

Garagen & Stellplätze

▲ **Garage zu vermieten**, nahe KA-Marktplatz, 0721-47003504

Haushalt

▲ **Terrassenstuhl, Hochlehner** klappbar/12 €/ 4 Holzklappstühle/ € 3/ 015208377806

▲ **Gastro-Pfanne**, 30 cm Durchmesser, € 25,-, 0160-92724958

▲ **Raclett-Grill, € 12,-**, Käse-Fondueset, € 10,-, 0160-92724958

▲ **Fußsprudelbad**, € 10,-, 0160-92724958

▲ **Glastisch, verstellbar**, 164 cm lang, einwandfrei, € 49,-, 0176-87126742

▲ **Metallrollo, blau**, 60 cm breit, € 8,-, 0721-4997611

▲ **2x Küchenuhren**, 50/60er Jahre, je € 10,-, 0721-4997611

▲ **Verschied. Küchenbauteile** Unterbauleuchten/u.v.m./Neu ab € 4,-, 0162-1508656

▲ **10-teiliges Maler/Tapezier Set/** Leimeimer/Reisschiene/neu, € 8,-, 01621508656

▲ **Edelstahlpargelkochtopf**, m. Einsatz, € 5,-, 07242-700370

▲ **Schuhmacher, Eisen**, 3-Fuß, € 9,-, 0176-41026826

▲ **Moulinex Entsafter** kaum benutzt, wie neu, € 19,-, T. 0176-41026826

▲ **Mechanische Personenwaage**, € 7,-, 0176-41026826



Jetzt wechseln in die **4-Tage-Woche** und in der **Pflege bis zu**

12 freie Tage

im Monat genießen

Das - und mehr - bieten wir ebenfalls:

- 38-Stunden-Woche
- JobRad
- Betriebliche Krankenversicherung inkl. € 300 Budget pro Jahr & Vorsorge
- Zusatzversorgungskasse (ZVK)
- Zuschuss zur KITA
- Bezahlung nach Tarif inkl. Jahressonderzahlung und Zulagen

bewerbung@kfls-karlsruhe.de





Vorgezogener Annahmeschluss

Anzeigenschluss Kalenderwoche 22/23
Mittwoch, 29. Mai

Kleinanzeigen bis 15.00 Uhr
Gestaltete Anzeigen bis 12.00 Uhr
Erscheinung Samstag, 1. Juni

Eukalyptus Bei Fragen beraten wir Sie gerne unter:
T. 0721 / 93 29 23 | service@eukalyptus.de

▲ **Div. Übertöpfe**, Keramik und Kupfer, Preis nach Größe, ab € 3,-, T. 0176-41026826

▲ **Teppichboden Auslegware** neu ca. 10x4 m. und 15x4 m., 07083-5919

▲ **9 Ersatz Wischtuchbezüge** verschiedene Größen/Fabrikate € 10, T. 01621508656

▲ **10 Strahlregler/Perlator** Wasser-Armatur/IG/M22x1/neu OVP € 12,-, 0162-1508656

▲ **Glasbildträger/Rahmen** versch. Größen/Alu und Holzrahmen ab 1,- €, 01621508656

▲ **Soda Stream**, 2 Glasflaschen, 2 Kohlensäurebehälter, € 60,-, 0721-386061

▲ **Spargeltopf, € 16,-**, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Teppichklopper**, € 6,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Weinfass / Mostfass**, von Graf, 150 Liter, € 27,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Wohnzimmerlampe**, € 15,-, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Haartrockner, € 6,-**, 07251-966171 oder 0160-7541819

▲ **Schnellkochtopf, 2,5 L.**, € 26,-, 0160-7541819 o. 07251-966171

▲ **Schlachtkeeseinsatz mit Deckel**, € 27,-, 07251-966171 o. 0160-7541819

▲ **Neuer Aschesauger, € 33,-**, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Accalux Handscheinwerfer**, € 36,-, 07083-51392

▲ **6 Toast-Pfännchen** Katengeschirr Friesland, braun, neu, € 30,-, T. 07083-51392

▲ **Nicer Dicer Plus Kompakt** Set, 5-teilig, neu, € 12,-, 07083-51392

▲ **Pendeltür, Massivholz**, 125x65x4 cm, Federscharn., Hewigriffe, € 50,-, 07083-51392

▲ **Joker Dampfstrahler**, mit viel Zubehör, € 45,-, 0721-41125

▲ **3x Drehteller aus Glas für die Mikrowelle**, je € 10,- VHB, 0721-682658

Elektrogeräte

▲ **Elektroheizgerät**, digitale Anzeige, leicht bedienbar, € 37,-, 0157-77768533

▲ **Ladegerät, 12 V, 160 Ampere**, einwandfrei, € 49,-, 0176-87126742

▲ **Wechselrichter 600Watt 230 Volt Technaxx TE19**, gge@fn.de, € 50,-, 0152-52025094

▲ **AEG Vampyr Exklusiv 1100**, ohne Zubehör, als Ersatzgerät verw., € 15,-, 0176-41026826

▲ **Luftwäscher von Brune**, mit Wasserfilter, € 19,-, T. 0176-41026826

▲ **7 Ladekabel für Handys etc** € 10,-, 07232-312534

▲ **Starkstrommotor**, € 36,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Raclette für 8 Personen**, € 8,-, 0721-41125

▲ **Waschmaschine, € 95,-**, Trockner, € 75,-, Kühlschrank, € 50,-, Gefrierschrank, € 75,-, Siemens, Bosch, von privat (Haushaltsauflösung), Zufahrt mögl., Tel/SMS 0152-09177477, rbkkunz@aol.com

▲ **Doppel-Herdplatte "AMBIANO"**, neu, OVP, € 12,-, 0160-93377959

Baumarkt

▲ **4 Schraubzwingen** 135x15cm/110x15cm/48x20cm/30x14cm, € 35, 0162-1508656

▲ **Roba Türe und Treppenschutzgitter** braun, € 42,-, sehr guter Zustand, 0176-87126742

▲ **Kupfer Kaminverwahrung**, € 20,-, 07246-5628

▲ **Glastüre satiniert**, 1972x709x8mm, DIN rechts, € 50,-, T. 0177-6450045

▲ **Möbel-Beschläge** Scharniere, Schrauben, Topf-Bänder, ab € 1,-, 0152-08377806

▲ **2 Waschbecken**, beige matt, ca 46x64 cm mit Amatur, € 150,-, 07083-5919

▲ **Strom/Netzwerk/Antennen** -Kabel, kpl. € 10,-, T. 0162-1508656

▲ **Decken-Farbrolle**, neu, für € 5,-, T. 0721-683761 (mit AB)

▲ **Schwarzer Baukübel**, € 5,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Großes Ansaugerrohr für Hand-schwengelpumpe**, mit Muffe, € 16,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Zinkeimer, € 18,-**, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Aluleiter**, Länge 220 cm, € 49,-, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Eisenpalette**, € 15,-, 07251-966171 oder 0160-7541819

▲ **Freischneidegerät** für € 27,- zu verkaufen. T. 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Europaletten aus Holz**, je € 10,-, 07251-966171 o. 0160-7541819

Möbel

▲ **Kleiderschrank, von ca. 1900**, 120 cm breit, € 50,-, 0721-24013

▲ **Ledersessel, schwarz**, € 45,-, 0721-47003504

▲ **Leder-Fernsehessel**, schwarz, verstellbar, € 40,-, 0172-6315236

▲ **Massivholzbett**, Maße 200x140 & ca. 60 hoch. Unikat und sehr massiv. € 50,-, 0152-21945365

▲ **2x Bett, 200x90 cm**, nur zus. € 49,-, 2x Matratze, nur zus. € 40,-, 0176-87126742

▲ **Heller Schreibtisch mit Auszieh-fach**, neuwertig, 101x50 cm, € 15,-, 0721-4997611

▲ **Metalltisch a. Rollen**, neuwertig, hellgrau, 3 Ablagen, BxT: 64x39 cm, € 15,-, 0721-4997611

▲ **Eisenbett, 100x200 cm** & Bettrost, 100x200 cm, je € 29,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Massive Holzgarderobe**, 170cm lang, € 39,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Bierbank von einer Bierzelt-garnitur**, € 14,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Kiefern-garderobe, massiv**, 200x100, m. Spiegel & Schuhschrank, € 25,-, 0721-41125

▲ **Nagelneuer Couchtisch**, ausziehbar & höhenverstellbar, € 150,-, 07256-925877

Antiquitäten

▲ **Roter Majolika Bison**, € 50,-, 0721-24013

▲ **Alter Brikettkasten**, Schmiedeeisen, € 20,-, 07242-1083

▲ **Nähmaschine Pfaff 130** funktionsstüchtig an Selbstabh., € 50,-, 0175-8283583

▲ **Schreibmaschine**, ca. 100 Jahre alt, Adler, funktionsf., € 50,- VHB, 0160-92724958

▲ **Uraltes Spinnrad aus Ungarn**, Handarbeit u. Handbemalt, € 50,-, T. 0170-3025522

▲ **Gusseisernes Waffeleisen** Nr. 1, funktionsfähig, € 49,-, 0176-41026826

▲ **Antikes Bügeleisen**, € 11,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Antike Schreibmaschine**, € 49,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Antiker Bohnenschneider**, € 16,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Eisenrechen, € 25,-**, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Wagenrad, D: 77 cm**, € 26,-, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Pferdehalfter** für € 9,-, T. 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Antike Küchenwaage** für € 28,-, T. 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Alte Milchkanne** für € 14,-, T. 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Alte Kohleschaufel**, € 16,-, 07251-966171, 0160-7541819

Bücher & Zeitschriften

▲ **Reparaturbücher/ Werkzeug** Bootmotor/Johnson/Selva 170/250, € 3,-, 0162-1508656

▲ **Fachbuch** Praktische Elektronik, € 1, 01621508656

▲ **GREGS TAGEBUCH 01**: Von Idioten umzingelt! € 3 T.0176-62971090

▲ **Augenblick der Verführung**, € 5,-, 07232-312534

▲ **Geschichte von Christi** Geburt bis zur heutigen Zeit, € 5,-, 07232-312534

Kleidung

▲ **Wanderhalb-Schuhe, beige**, Gr. 42, sehr stabile Sohle, leichter Aufbau, € 29,-, 0151-55534119

▲ **MISSONI Designer-Hose**, gehäkelt, Maschenw. 10 mm, 5-farbig, € 49,-, 01515-5534119

▲ **Dessous KF 36**, 75C, trandp. String, € 22,-, Strapsh. € 25,-, Missoni, 01515-5534119

▲ **Nike Schuhe, Gr. 43**, neu, € 30,-, 0721-47003504

▲ **Fußballschuhe**, Adidas, Gr. 43, neu, € 35,-, 0721-47003504

▲ **Lederjacke, Gr. 50**, gelb, € 45,-, 0721-47003504

▲ **Lederjacke m. Bund**, Gr. L, gefüttert, 5 Taschen, neuwertig, € 49,-, 0175-2255284

▲ **Anzüge, neu**, reine Schurwolle, dkl., Gr. 50 & 90, je € 25,- VB, 0175-2255284

▲ **Herrenwinterjacke**, Gr. 56, neu/ ungetragen, € 37,-, 0157-77768533

▲ **Herrenwintermantel**, Gr. 54, neu/ ungetragen, € 37,-, 0157-77768533

▲ **Sakkos**, grau, versch. Größen, je € 15,-, T. 07246-5628

▲ **Herren Volllederschuhe**, Gr.7/8, gepflegt/neuwertig, ab € 7,-, 0162-1508656

▲ **Gepflegte Herrenmode**, Gr.48/50, Anzüge/Jackett/Hosen, Schuhe € 15,-, 01621508656

▲ **Damenlederhose**, kurz, Gr. 36, 1x getragen, € 50,-, 07242-1083

▲ **Handgestrickte Socken**, versch. Farben u. Größen, ab € 12,-, T. 0721-572544

▲ **Lederschuhe, Gr. 44**, schwarz, für € 25,-, T. 0721-683761 mit AB

▲ **Herrenschuhe, Model Sander** Gr. 9,5, Ledersohle, m. Futter, Bordeaux, € 50,-, 07083-51392

▲ **Herrenoverall, Sandfarben**, Gr. L, Aufnäher Paris Dakar 1985, € 50,-, 07083-7864

▲ **Einige Damenschuhe**, Gr. 39/40, mit Absatz bis 10 cm, ab € 9,-, 07083-7864

▲ **Golfweste, M-Benz, Creme**, Gr. M, Reisver. + Knöpfe, 7 Taschen, € 50,-, 07083-7864

▲ **Herrenshorts, weiß**, Gr. 50, Fred Perry, s.g.erhalten, € 12,-, 07083-7864

▲ **Damenstiefel, Peter Kaiser** Gr. 6,5, Bordeaux, Absatz 4,5 cm, gut erhalten, € 18,-, 07083-7864

Heizung & Sanitär

▲ **Ölo. m. Gebläse, 2,2x1x1 m** s.g. Zustand, 16kW, f. Halle bis 1.000 qm, € 50,-, 0178-6947328

▲ **Aufputzpülkasten**, m. Tauchrohr + Anschlüssen, weiß, € 19,-, 0175-2255284

▲ **WC-Spülkasten**, Manhattan Grau, guter Zustand, € 10,-, 07246-5628

▲ **Heizkörperventil 1/2 Zoll** neu/ mit Heimeier-Thermostat-Kopf 9,-€, 015208377806

Werkzeug & Maschinen

▲ **Schutzbrille, PVC** geschlossen, unbenutzt, Anti-Fog, h. Tragekomfort, € 8,90, 0157-71416526

▲ **Druckschalter für Kompressor**, neu, € 20,-, 07242-1083

▲ **Matrix Säge**, Zug-Paneel-Kapp-Gehrungssäge, neuwertig, € 50,-, 0176-58862248

▲ **Bosch Elektrotacker**, Duatec, PTK 14E m. Klammern, neuwertig, € 40,-, 0175-8283583

▲ **20 Europaletten**, auch lieferbar, je € 4,-, 07246-5628

▲ **Kreissägeblatt, 430 mm** Durchmesser, € 15,-, 07246-5628

▲ **Schraubzwingen, versch.** Größen, ab € 3,-/Stück, 0170-3025522

▲ **Baustellenlampen**, brutal hell, € 19,-, 0170-3025522

▲ **Schlauch-Wasserwaage**, € 5,-, 0170-3025522

▲ **Poliermaschine, 100 W.**, King Craft, € 19,-, 0176-41026826

▲ **Laubsauger**, 220 V - 3000 W, € 15,-, T. 0177-6450045

▲ **Dengelamboss**, € 27,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Grabgabel, € 19,-**, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Kleines Holzwagenrad**, € 10,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Schlosser- & Schmiedezange** antik, € 9,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Handbaumsäge (Astsäge)** € 13,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Holzägebock aus Metall**, € 29,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Waldsäge (Zugsäge)**, € 29,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Küferhammer**, Steinmetzhammer, Dengelhammer, je € 16,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Holzense, € 38,-**, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Sichel, € 5,-**, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Schottergabel** für € 5,- zu verkaufen, T. 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Eisenspaltkeil** für € 10,- zu verkaufen, T. 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Alter Bauernholzrechen**, € 10,-, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Schaukel + Pickel**, € 9,-, 07251-966171 & 0160-7541819

Fürs Kind

▲ **Babywippe, Marke „Chicco“**, Modell 2015, sehr guter Zustand, € 15,-, T. 07272-4062

▲ **Kinderrucksack, neu**, € 7,-, 0160-92724958

▲ **Puky Mädchen Fahrrad** 18" mit Stützräder/Pink, VHP 45,- € 01621508656

▲ **Die Sachen Ihrer Kinder** stehen nur noch im Keller, auf dem Speicher oder sogar in der Wohnung und stauben ein? Schon ab € 6,00 (3 Zeilen) können Sie nicht mehr Gebrauchtetes zu Geld machen! Probieren Sie es mit einer Kleinanzeige im Eukalyptus.

▲ **Autokindersitz**, Maxi Cosi, unfallfrei, k. Isofix, s. g. Zustand, ggf. auch abzuh. in Brühl, € 50,-, 07272-4062

Spielwaren

▲ **Kaleidoskop** Optisches Spielzeug für Kinder € 5 T.0176-62971090

▲ **Ravensburger Puzzle** - 1000 Teile ab 14 Jahre Puzzle mit Bergen € 10 0176-62971090

Hifi Angebote

▲ **Super Stereo Hifi System** 600 Schaub Lorenz ITT, Modell 3600, € 49,-, 0176-41026826

▲ **Micro-Hifi-Anlage**, Medion, MC, CD-Player, rep. bedürftig, € 10,-, 0721-683761

Hifi Gesuche

▲ **Sammler sucht alte** Hifi-Geräte von Marantz, Pioneer, Revox, Yamaha, Kenwood usw. (auch defekt) und Schallplatten. Bitte alles anbieten, T. 0173-3165216

Video & TV

▲ **Flachbildschirm von OK** Diagonale 85 cm, € 35,-, 0721-47003504

REGIONAL – SAISONAL



Süße Frische

Täglich preiswerte 5 kg Spargelangebote

Hofladen, bis Ende Juni
täglich durchgehend geöffnet
Mo. - So. sowie an Feiertagen
von 8 bis 20 Uhr

Erdbeer- und Spargelhof Böser
Telefon: 0 72 51 / 70 299 100
Kurze Allee 1
76694 Forst bei Bruchsal

www.boeser.de

Jetzt köstliche Erdbeerdesserts

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Öffnungszeiten:
28. März - 23. Juni 2024
Di. - So. sowie an Feiertagen
von 11:30 bis 23:00 Uhr

**Bösers Spargelrestaurant
by Better Taste**
Telefon: 0 72 51 / 5 999 000
Kurze Allee 2, 76694 Forst

www.spargelrestaurant.de/Reservierung/

WAS HAT WANN SAISON?

Beim wöchentlichen Einkauf kommt bei vielen Menschen die Frage auf: „Welches Gemüse jetzt essen?“ Diese Frage kann ein **Saisonkalender** beantworten. Erntefrisches Gemüse gibt es in Deutschland das ganze Jahr über. Zwar ist die Auswahl im Winter etwas eingeschränkt, das ändert sich jedoch mit den steigenden Temperaturen im Frühling. Auch im Herbst und im Sommer gibt es ein reichhaltiges Angebot an Gemüsesorten, die viele Nährstoffe liefern.

Woher frisches Gemüse stammt, kann auf dem **Warenkett** nachgelesen werden. Hier ist das **Herkunftsland** vermerkt. Eine entsprechende Kennzeichnung ist für frisches Gemüse übrigens Pflicht. Kartoffeln und Bohnen aus Ägypten können somit schnell aussortiert werden. Ein genauer Blick lohnt sich hier, da der **Begriff „Re-**



gion“ gesetzlich nicht geschützt ist. Konsumenten sollten sich nicht scheuen, den Aufkleber mit der Aufschrift „Regional“ zu hinterfragen. Unkomplizierter ist es, wenn saisonales Gemüse direkt beim **lokalen Produzenten** gekauft wird.

Der **Frühling** hat in Sachen Gemüse so einiges in petto. Karotten, Porree, Mangold und Rote Bete gehören dazu. Auch Freilandspinat oder Rhabarber kommen jetzt frisch vom Feld. Der erste Spargel kommt auf den Markt und Radieschen, Kohlrabi und

Der **Herbst** hat in Sachen Gemüse ebenfalls einiges zu bieten. Nun stehen Radieschen, Kohlrabi, Brokkoli und Kürbisse auf dem Plan. Auch Rote Bete und Feldsalat sind dabei. Der Herbst ist bekanntlich die Saison für jegliche Arten von Kohl. Egal, ob Rosenkohl, Grünkohl oder Blumenkohl – hier kommt jeder auf seine Kosten.

Mehr Infos: www.aok.de

Spargel

Der weiße und grüne Spargel,
der nicht unter Folie wächst!

täglich frisch

Berthold Kiefer
Murgerstal 2
76437 Rastatt-Förch
Tel. 07222 - 40 95 97

Verkauf: Mo. - Sa. 9 - 19 Uhr, So. 9 - 17 Uhr
Verkaufsstand Niederbühl: Di. - So. 10 - 18 Uhr

VERBRAUCHER SPAREN AN LEBENSMITTELN

Der deutsche Einzelhandel meldet drastische Umsatzeinbrüche – vor allem im Lebensmittelbereich. Die anhaltende Inflation treibt die Preise in allen Bereichen in die Höhe. Das bringt die Menschen dazu, zu sparen, wo es nur geht. Auch bei der Ernährung zählt für viele Haushalte jeder Cent.

„Es gibt durchaus Lebensmittel, auf die man verzichten kann und auch sollte. Es darf aber nicht an den falschen Enden gespart werden – günstig ist nicht immer gleich besser“, erklärt Fitness- und Ernährungsberater **Jan Bahmann**. Gerne verrät er im Folgenden, an welchen Lebensmitteln man besser nicht sparen sollte.

Das Problem mit den Pestiziden

Viele Konsumenten sind nach wie vor davon überzeugt, dass Bio-Lebensmittel automatisch die bessere Wahl sind. Tatsächlich aber kann gerade bei Obst und Gemüse getrost auf das



Experte verrät, auf welche Lebensmittel man verzichten kann und an welchen Ecken man lieber nicht sparen sollte. Mehr Infos: janbahmann.de

Bio-Siegel verzichtet werden. **Der Grund:** Oft werden bei Bio-Produkten Pestizide natürlichen Ursprungs wie beispielsweise Kupfersulfat verwendet, die sowohl akut als auch chronisch deutlich giftiger für Mensch und Umwelt sind als viele synthetisch hergestellte Pestizide. Tatsächlich ist das der Grund dafür, dass überhaupt künstliche Pestizide entwickelt wurden: Sie sind weniger schädlich. Das Bio-Siegel erlaubt die Verwendung

dieser moderneren Pestizide nicht. Wer nicht auf Bio-Qualität verzichten möchte, kauft daher am besten bei einem **Bauern in der Region**, der gar keine Pestizide benutzt. Bei Supermarkt-Obst und -Gemüse empfiehlt es sich, ganz auf das Bio-Siegel zu verzichten. Anders ist das bei **tierischen Produkten:** Hier ist die Tierhaltung im Bio-Bereich definitiv besser und artgerechter. Außerdem werden weniger Antibiotika verwendet.

Saisonale Lebensmittel und weniger Fleisch

Auch der Fleischkonsum bietet einiges an Sparpotenzial. Generell kann der Mensch problemlos auf Fleisch verzichten. Für ein gesundes Leben täten die meisten Konsumenten gut daran, ihren Fleischkonsum auf **ein- bis zweimal pro Woche** zu reduzieren. Dadurch lebt man nicht nur gesünder, sondern spart auch eine Menge Geld. Zusätzlich kann im Supermarkt getrost auf Markenprodukte verzichtet werden, die meist in keiner Weise besser als No-Name-Produkte sind. Auch ist es meist günstiger, **saisonal und regional** Obst und Gemüse einzukaufen – ebenso wie der Verzicht auf Wasser aus dem Supermarkt. In vielen Regionen ist das Leitungswasser nämlich ebenso gut trinkbar. Viele Menschen würden außerdem Geld sparen, wenn sie ihren Speiseplan besser planen und dadurch weniger Lebensmittel wegschmeißen würden.

Wochenmärkte in der Region

Kommen Sie vorbei
- wir freuen uns
über Ihren Einkauf!

Wir suchen Mitarbeiter (m/w/d) für unsere Wochenmärkte!

KA Gutenbergplatz
Di. 7:30 – 13 Uhr
Do. 7:30 – 13:30 Uhr
Sa. 7 – 13:30 Uhr

KA Stephanplatz
Mo. 7 – 13 Uhr
Mi. + Fr. 7 – 13:30 Uhr

KA-Durlach Ettligen
Mi. 8 – 14 Uhr

KA Ettligen
Mi. 7 – 14 Uhr, Sa. 7 – 13 Uhr

Weilerhöfer Putenspezialitäten Reinmuth GbR
Weilerhof 1 · 74921 Helmstadt-Bargen · T. 06262 / 61 42



Schreiber

Montag bis Samstag 9 – 18 Uhr
REWE Center, Ettligen, Huttenkreuzstraße 3

Freitag 7.30 – 14 Uhr
Wochenmarkt Neureut, Neureuter Platz

Montag bis Samstag 9 – 18 Uhr
KAUFLAND, Ettligen, Zehntwiesenstraße 47

Weitere Stände in Ihrer Nähe finden Sie auf unserer Homepage.

Hofladen täglich geöffnet
Mo. – Sa. von 8 – 19 Uhr
Sonn- & Feiertags von 8 – 17 Uhr

Am Bellenplatz 27
68753 Waghäusel-Wiesental
Telefon 07254 / 712 44
js@spargelhof-schreiber.de
www.spargelhof-schreiber.de

Der Laufbachhof öffnet seine Tore:
Werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen, erleben Sie unsere Tiere und Maschinen live und hautnah.
Auch der Hofladen ist an beiden Tagen für Sie geöffnet!

Gläserne Produktion

HOFFEST

01. & 02. Juni 2024

20

JAHRE HOF-LADEN

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Laufbachhof Familie Pfeifer
Haft 20
77833 Ottersweier
Tel. 07223/24816
www.laufbachhof.de

Spaß & Unterhaltung für groß und klein!

Kleintiergehege, Hüpfburg, Maschinenausstellung, Schnapsbar
Nur Sonntag: Ponnyreiten, Kinderschminken, Bauernhofrally
Außerdem gibt es ein Gewinnspiel mit tollen Preisen!

Hofführung Sonntag um 13:30 Uhr & um 15:00 Uhr

Samstag

- 15 Uhr Festeröffnung mit Hofführung
- Kaffee & Kuchen
- Bauernvesper, Wurstsalat oder Herzhaftes vom Imbiss-Eckerle
- 20 Uhr **2te Scheunenparty XXL**
Feiern Sie mit uns „20 Jahre Hofladen!“
BadenMedia Ü-30 – das Original mit Frank Dickerhof

Sonntag

- Ab 11 Uhr Unterhaltungsprogramm mit Klemens Kammerer
- Ab 12 Uhr lädt der Laufbachhof zum Mittagstisch ein:
 - Sauerbraten mit Nudeln
 - Rollbraten mit hausgem. Spätzle und verschiedene Salatvariationen,
 - Herzhaftes vom Imbiss-Eckerle
- Kaffee & Kuchen sowie feine Waffeln

Scanne mich!

www.baden-media.de

Adresse & Kontakt links unten auf dem Schild

DER 1. TAG DER DEUTSCHEN ERDBEERE

Am 24. Mai findet eine „beerenstarke“ Premiere statt – mit beerrigen Rezepten und deutschlandweiten Aktionen im Handel, auf Märkten und den Höfen der Erzeuger

Liebe auf den ersten Biss! So ergeht es den meisten Erdbeer-Liebhabern nach dem Genuss des verführerisch-süß duftenden Aromawunder aus heimischem Anbau. Die fruchtige Lieblings-Nascherei der Deutschen wird nämlich vollreif geerntet und gelangt auf kürzesten Wegen erntefrisch in den Handel. Das riecht und das schmeckt man. Aber Erdbeeren punkten nicht nur mit Aroma, Frische und Geschmack, sondern auch mit wertvollen Nährstoffen und vielfältigen Zubereitungsmöglichkeiten.

Reiflich überlegen: Erdbeeren aus Deutschland

Nicht zuletzt aus diesem Grund gaben die Deutschen im vergangenen Jahr heimischen Erdbeeren den Vorzug. Jeder private Haushalt verspeiste laut GfK Haushaltspanel ganze 4,13 kg der süßen Früchte – 2,09 kg davon, also rund 51 Prozent, stammten aus deutschem Anbau. Gut auch fürs Klima. Denn ein hoher Selbstversorgungsgrad und weniger Importe sind ein aktiver Beitrag zu Nachhaltigkeit und Umweltschutz, da die Transportwege kurz sind und hierzulande ausreichend Wasser in den Erdbeerhauptanbaugebieten vorhanden ist. Grund genug einem Saisonstar, der nicht nur dem Klima schmeckt, sondern auch in der Verbrauchergunst ganz oben rangiert, ein besonderes Fest zu bereiten.

(Quelle: AMI-Analyse auf Basis des GfK-Haushaltspanels, Destatis)

Ein „unentbeerlicher“ Feiertag

Am 3. Freitag im Mai wird künftig in ganz Deutschland ein großes Erdbeerefest gefeiert. Den Anfang macht es am 24. Mai mit seiner Premiere. Dabei versteht sich der TAG DER DEUTSCHEN ERDBEERE einerseits als Festtag für die beliebten, roten Früchte, will andererseits aber auch dazu anregen, sich Gedanken zu machen – über Kaufentscheidungen, den Weltmarkt und die Ökobilanz. Deshalb hinterfragt die flankierende Kampagne des Netzwerks der



Foto: Netzwerk der Spargel- und Beeren, Pretzlaw Communications

Spargel- und Beerenverbände e.V. auch Gewohntes und stellt Offensichtliches in den Fokus: Zum Beispiel die Frage, wie es möglich sein kann, dass weitgereiste Erdbeeren von den Supermarktketten billiger angeboten werden als deutsche, wo sie doch so erhebliche „Reisekosten“ im Gepäck haben. In diesem Zusammenhang soll vor allem auf die Qualitäts- und Klimavorteile, aber auch die fairen Anbaubedingungen von in Deutschland angebaute Erdbeeren aufmerksam gemacht werden.

Das große Erdbeerefest

Gefeiert wird mit einer informativen, eigens für den TAG DER DEUTSCHEN ERDBEERE aufgesetzten Website: www.deutschlandbeere.de, vielen Rezepten, Social-Media-Aktivitäten und diversen, individuell durchgeführten Aktionen im Handel. Und die sollen vor allem den Verbrauchern nette Überraschungsmomente beschieren. So erhält ein Kunde an

diesem Feiertag vielleicht ein paar Erdbeeren gratis, einen Erdbeerball geschenkt, oder auch eine der frechen Postkarten, die mit flotten Sprüchen wie „Deutsche Erdbeeren machen einfach pflücklicher“ oder „Die Beeren sind los“ über die Qualitäten und Vorzüge von deutschen Erdbeeren informieren. Ein weiteres Highlight der Aktion sind **kulinarische Inspirationen** zum Fest, wie beispielsweise:

- Erdbeer-Pistazien-Schichtkuchen
- Quinoa-Salat mit Erdbeere, Gurke und Minze
- Fruchtiger Beerenshake mit Erdbeeren, Joghurt und Leinsamen
- Spargel-Pfannkuchen mit Pesto und Erdbeeren
- Cremige Spargelsuppe aus Spargelschalen mit Erdbeer-Topping
- Ofenspargel mit Erdbeer-Salsa
- Ofenspargel-Tortilla mit Erdbeer-Salsa und Miso-Creme

Oder die bildschöne Festtorte:

Biskuitkuchen mit Erdbeeren und Sahne

Schwierigkeitsgrad: mittel
Zubereitungszeit: 1 h 25 Min.

Für den Biskuit (1 Kuchen):

- 4 Eier
- 125 g (brauner) Zucker
- 1 EL Vanillezucker
- 1 EL Zitronensaft
- 120 g Weizenmehl, Vollkorn
- 1 EL Speisestärke

Für Füllung und Garnitur:

- 500 g Erdbeeren
- 300 ml Sahne
- 1,5 Päckchen Sahnesteif

Zubereitung:

1. Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Boden einer Springform mit hohem Rand (ca. 20 cm ø) mit Backpapier auslegen.

2. Für den Biskuit die Eier trennen. Eiweiß mit Zucker, Vanillezucker und Zitronensaft steifschlagen, dann das Eigelb unterziehen. Das Mehl mit Stärke mischen, darauf sieben und unterheben.

3. Dann herausnehmen, aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Anschließend zweimal waagrecht halbieren.

4. Für die Füllung die Erdbeeren waschen. Etwa die Hälfte putzen und in Scheiben schneiden. Sahne mit Sahnesteif und Vanillezucker steifschlagen. Den unteren Kuchenboden auf eine Tortenplatte setzen.

5. Schlagsahne in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen, ca. 1/3 dekorativ aufspritzen und mit 1/3 der geschnittenen Erdbeeren belegen. Zweiten und dritten Boden auflegen und ebenso verfahren.

6. Die restlichen Erdbeeren ganz waschen oder halbieren, den Kuchen damit umlegen und servieren.

Alle Rezepte finden Sie unter: deutschlandbeere.de/genuss

Spargelhof Schwandner
DER HOFLADEN
Produkte aus der Region ... für die Region.
Au in den Buchen 106, 76646 Bruchsal-Büchenau
www.spargel-schwandner.de

DAS RIEBERG
CAFÉ · CONFISERIE · BISTRO
Eis! Eis! Eis!
*Köstliches, selbstgemachtes Eis...
...für die Sommertage*
Ostendorferplatz 1 • 76199 KA-Rüppurr
0721 891518 • info@dasrieberg.de
Di. - So., 9 - 18 Uhr geöffnet
www.dasrieberg.de
Facebook: /dasrieberg
Instagram: @das.rieberg

Einfach lecker!!!
Fruchtig frische Erdbeeren und feldfrischer Spargel!
Reinschauen lohnt sich, schon der Qualität und Preise wegen!
ENDERLE Erdbeerland *„Iss was Feines!“*
Triftstraße 111 · 76448 Durmersheim · T. 07245 / 37 03
Verkauf täglich von 7.00 bis 20.00 Uhr geöffnet
auch an Sonn- und Feiertagen
Infos zum Selbstpflücken unter: www.enderle-erdbeerland.de [f /EnderleErdbeerland](https://www.facebook.com/EnderleErdbeerland)

ZUM ELSTERNEST

– Ein Gartenlokal für jeden Anlass

Karlsruhe – Das Restaurant "Zum Elsternest" ist und bleibt ein kulinarischer Geheimtipp inmitten der Kleingartenanlage **Weierfeld** hinter dem Schwimmbad von Rüppurr, der seine Gäste mit einem unvergleichlichen Geschmackserlebnis verzaubert.

Unter der Leitung von **Familie Szebenyi** präsentiert das Restaurant

eine einzigartige Kombination aus **ungarischen** und **deutschen Spezialitäten**.

Naturnah **direkt an der Alb** gelegen empfängt das Elsternest seine Gäste das ganze Jahr über in einem stilvollen und gemütlichen Ambiente. Die warme Atmosphäre, gepaart mit der Herzlichkeit des Servicepersonals,



sorgt für ein rundum angenehmes Erlebnis.

Die Speisekarte spiegelt die Leidenschaft des Küchenchefs für **hochwertige, regionale Zutaten** wider – von köstlichen Vorspeisen bis hin zu exquisiten Hauptgerichten bietet das Restaurant eine breite Palette an Gaumenfreuden. **Vegetarische Optionen** stehen ebenfalls auf dem Menü, um die Wünsche aller Gäste zu erfüllen. An Werktagen werden **zwei verschiedene Tagesmenüs** mit Salat angeboten und im Ausschank sind **Hoepfner Biersorten**.

Das "Zum Elsternest" eignet sich nicht nur für besondere Anlässe, sondern auch für ein gemütliches Essen mit Familie und Freunden – Das Restaurant bietet ebenso die Möglichkeit, Hochzeiten, Geburtstage, Taufen oder Firmenevents in einem exklusiven Rahmen auszurichten.

Reservierungen können telefonisch unter **0721 / 88 34 13** vorgenommen werden.

Speisekarte und Tagesmenü immer aktuell auf: www.zum-elsternest.de

Zum Elsternest
Gottlob-Schreiber-Weg 2
Karlsruhe-Weierfeld
Tel. 0721 / 88 34 13
www.zum-elsternest.de

- Ungarische Spezialitäten
- 2 verschiedene Tagesmenüs mit Salat

Großes Nebenzimmer für Feierlichkeiten aller Art mit Kinderspielfeld, Terrasse und Biergarten

Ganz spezielle Angebote an den Wochenenden finden Sie unter:
www.zum-Elsternest.de

Öffnungszeiten: Mo. + Di. Ruhetag, Mi. – So. + Feiertag 11:30 – 22:00 Uhr

Erntefrische köstliche Erdbeeren von besten Sorten
Auch zum Selbstpflücken
Gläserne Produktion
Montag, 20.05., von 10 – 17 Uhr
Unser Hofladen ist täglich von 8.00 – 19.30 Uhr für Sie geöffnet, auch an Sonn- und Feiertagen, oder kommen Sie einfach an einen unserer Verkaufsstände in Ihrer Nähe. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

- Karlsruhe: Hohlohstraße – Heidenstückersiedlung
- KA-Oberreut: Neupostolische Kirche
- KA-Nord: Lorbeerweg – gegenüber Aldi / Stufenlos-Lift-Zentrum
- Rheinstetten-Mörsch: bei Aldi
- Rheinstetten-Forchheim: bei Wohlfeil / Holz-Hirsch
- Ettlingen: bei Gartencenter Iben
- Waldbrunn: Talstraße – gegenüber Tennishalle
- Karlsbad-Langensteinb.: Schießhüttencenter, bei Heimdecor Schmidt
- Kuppenheim: Bürgerpark – Kriegerdenkmal
- Ötigheim: Gabelmann Gemüse – Im Wartbühl

HELMUT KOFFLER
Erdbeerplantagen, Ettlinger Straße 217
• direkt am Wald bei der Bäretriewer-Grillhütte •
B 36 neu, Ausfahrt Durmersheim-Mitte
76448 Durmersheim
Telefon (07245) 9 06 90 00
Jhr Spezialist für Qualität und Frische!
www.koffler-erdbeeren.de

▲ **Samsung S3 Mini**, m. Farbdisplay, einwandfrei, € 49,-, 0176-87126742

▲ **Samsung x450** mit Farbdisplay zum Aufklappen, m. Ladegerät, € 49,-, 0176-87126742

▲ **LG Smartphon KP500** Zubehör/Org. Verpackung € 25,- 015208377806

Wohnmobile & -wagen

▲ **Wir kaufen Wohnmobile +** Wohnwagen, T. 03944-36160, www.wm-aw.de.Fa.

▲ **Suche billigen Wohnwagen**, T. 0171-6533036

▲ **Suche Wohnwagen o.** Wohnmobil, mit jeder Ausstattung, bitte alles anbieten, 0178-6352024, 0721-4671467

▲ **Wohnwagen oder** Wohnmobil von Familie gesucht. Whatsapp + T. 0155-10206086

Audi

▲ **Audi A5 Sportback advanced** 40 TFSI S tronic, € 32.900,-, 44.005 km, EZ: 04/20, 140 kW (190 PS), Benzin, Automatik, Abstandstempomat, Abstandswarner, Assistenzsysteme, Servolenkung, Sitzheizung, Sportsitze, Notbrems-Assistent, Parklenkassistent, Rückfahrkamera, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



GRAFHARDENBERG
VERKAUF FÜR ABWECHSEL

▲ **Audi A6 Avant 50 TFSI e** quattro, € 93.280,-, 10 km, 220 kW (299 PS), Hybrid (Benzin/Elektro), Schaltgetriebe, Allradantrieb, Ambiente-Beleuchtung, Anhängerkupplung, Panorama Dach, nSchiebedach, Sitzheizung, Fernlicht Assistent, Keyless Entry, LED-Scheinwerfer, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Audi A8 L 50 TDI quattro**, € 69.900,-, 19.180 km, EZ: 11/21, 210 kW (286 PS), Diesel, Automatik, 360°-Kamera, Abstandstempomat, Abstandswarner, Blendfreies Fernlicht, Bluetooth, Bordcomputer, LED-Scheinwerfer, Leichtmetallfelgen, Lichtsensor, Schiebedach, Sitzbelüftung, Sitzheizung, Tagfahrlicht, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **Audi A5 Sportback 40 TDI** quattro S line, € 76.205,-, 10 km, 150 kW (204 PS), Diesel, Schaltgetriebe, 360°-Kamera, Allradantrieb, Assistenzsysteme, Bluetooth, Bordcomputer, Einparkhilfe, Keyless Entry, Leichtmetallfelgen, Panorama Dach, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **Audi A6 Allroad quattro** 50 TDI tiptronic, € 39.900,-, 123.685 km, EZ: 12/19, 210 kW (286 PS), Diesel, Automatik, 360°-Kamera, Abstandstempomat, Abstandswarner, Allradantrieb, Panorama Dach, Regensensor, Blendfreies Fernlicht, Bluetooth, Bordcomputer, Dachreeling, Lichtsensor, Luftfederung, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Audi Q5 sport 50 TFSI e** quattro S tronic, € 37.900,-, 35.205 km, EZ: 11/20, 220 kW (299 PS), Hybrid (Benzin/Elektro), Automatik, Abstandswarner, Allradantrieb, Android Auto, Anhängerkupplung, Keyless Entry, Kindersitzbefestigung, Leichtmetallfelgen, Lichtsensor, Regensensor, Rückfahrkamera, Schiebedach, Sitzheizung, Sportsitze, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Audi A4 Avant advanced** 35 TDI S tronic, € 23.900,-, 70.835 km, EZ: 11/20, 120 kW (163 PS), Diesel, Automatik, Abstandswarner, Anhängerkupplung, Assistenzsysteme, Blendfreies Fernlicht, Notbrems-Assistent, Regensensor, Sitzheizung, Kindersitzbefestigung, Leichtmetallfelgen, Lichtsensor, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **Audi Q3 Sportback 45 TFSI**, 10 km, 110 kW (150 PS), Hybrid (Benzin/Elektro), Automatik, € 56.190,-, Abstandswarner, Ambiente-Beleuchtung, Android Auto, Anhängerkupplung, Sportsitze, Spurwechselassistent, Start/Stopp-Automatik, Tagfahrlicht, Leichtmetallfelgen, Lichtsensor, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Audi A7 Sportback 50 TFSI e** quattro S line, € 47.900,-, 39.665 km, EZ: 07/21, 195 kW (265 PS), Hybrid (Benzin/Elektro), Schaltgetriebe, Abstandstempomat, Abstandswarner, Allradantrieb, Rückfahrkamera, Sitzheizung, Sportfahrwerk, Freisprecheinrichtung, Kindersitzbefestigung, Laserlicht, Leichtmetallfelgen, Verkehrszeichen-Erkennung, Voll digitales Kombiinstrument, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Audi A4 Avant S line 40 TFSI** quattro S tronic, € 34.900,-, 57.535 km, EZ: 01/21, 150 kW (204 PS), Benzin, Automatik, Elektr. Heckklappe, Elektrische Seitenspiegel, Fernlicht Assistent, Freisprecheinrichtung, Kindersitzbefestigung, Assistenzsysteme, Blendfreies Fernlicht, Bluetooth, Start/Stopp-Automatik, Tagfahrlicht, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **Audi A6 Limousine sport** 55 TFSI e quattro S tronic, € 45.900,-, 83.745 km, EZ: 09/20, 270 kW (367 PS), Hybrid (Benzin/Elektro), Automatik, 360°-Kamera, Abstandstempomat, Abstandswarner, Allradantrieb, Panorama Dach, Plug-in-Hybrid, Regensensor, Schiebedach, Blendfreies Fernlicht, Bluetooth, Bordcomputer, LED-Scheinwerfer, Leichtmetallfelgen, Lichtsensor, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Audi A5 Sportback advanced** 40 TDI S tronic, € 36.900,-, 60.785 km, EZ: 01/21, 150 kW (204 PS), Diesel, Automatik, Assistenzsysteme, Bluetooth, Bordcomputer, Schiebedach, Sitzheizung, Sportfahrwerk, Sportsitze, Lichtsensor, Multifunktionslenkrad, Navigationssystem, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **Audi A4 Avant S line 40 TFSI S tronic**, € 31.900,-, 62.960 km, EZ: 10/20, 150 kW (204 PS), Benzin, Automatik, Sitzheizung, Sportfahrwerk, Sportsitze, Start/Stopp-Automatik, Tagfahrlicht, Blendfreies Fernlicht, Bluetooth, Bordcomputer, Elektr. Heckklappe, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Audi Q5 sport 50 TFSI e** quattro S tronic S line, € 36.900,-, 72.255 km, EZ: 10/20, 220 kW (299 PS), Hybrid (Benzin/Elektro), Schaltgetriebe, Abstandstempomat, Abstandswarner, Allradantrieb, Bluetooth, Bordcomputer, Sitzheizung, Sportpaket, Sportsitze, Notbrems-Assistent, Panorama Dach, Regensensor, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Audi Q8 S line 55 TFSI e** quattro, 97.100 km, € 65.900,-, EZ: 01/21, 250 kW (340 PS), Hybrid (Benzin/Elektro), Automatik, 360°-Kamera, Abstandstempomat, Abstandswarner, Allradantrieb, Parklenkassistent, Plug-in-Hybrid, Regensensor, Sitzbelüftung, Sitzheizung, Lichtsensor, Luftfederung, Multifunktionslenkrad, Navigationssystem, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **Audi A3 Sportback S line** 45 TFSI, € 33.900,-, 47.910 km, EZ: 01/22, 180 kW (245 PS), Hybrid (Benzin/Elektro), Automatik, Keyless Entry, Kindersitzbefestigung, LED-Scheinwerfer, Leichtmetallfelgen, Lichtsensor, Rückfahrkamera, Sitzheizung, Sportsitze, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Audi RS3 Sportback**, 10 km, 294 kW (400 PS), Benzin, Automatik, € 79.820,-, Abstandstempomat, Allradantrieb, Elektr. Heckklappe, Fernlicht Assistent, Freisprecheinrichtung, Head-up Display, Leichtmetallfelgen, Navigationssystem, Panorama Dach, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **Audi A1 Sportback S line** 25 TFSI, € 30.890,-, 10 km, 70 kW (95 PS), Benzin, Schaltgetriebe, Ambiente-Beleuchtung, Android Auto, Apple CarPlay, Assistenzsysteme, Bluetooth, Elektrische Seitenspiegel, Freisprecheinrichtung, LED-Scheinwerfer, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Audi A3 Sportback S line** 30 TFSI, € 25.900,-, 37.975 km, EZ: 01/22, 81 kW (110 PS), Benzin, Schaltgetriebe, Assistenzsysteme, Bluetooth, CD-Player, Einparkhilfe, Sitzheizung, Sportfahrwerk, Spurhalteassistent, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **Audi A4 Allroad quattro** 45 TFSI S tronic, € 39.900,-, 46.065 km, EZ: 05/20, 180 kW (245 PS), Benzin, Automatik, 360°-Kamera, Abstandstempomat, Abstandswarner, Allradantrieb, Parklenkassistent, Regensensor, Schiebedach, Sitzheizung, Elektrische Seitenspiegel, Elektrische Sitzeinstellung, Fernlicht Assistent, Freisprecheinrichtung, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Audi A4 Avant advanced** 35 TDI S tronic, € 23.900,-, 70.835 km, EZ: 11/20, 120 kW (163 PS), Diesel, Automatik, Notbrems-Assistent, Regensensor, Sitzheizung, Kindersitzbefestigung, Leichtmetallfelgen, Lichtsensor, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **Audi A1 Sportback S line** 25 TFSI, € 29.990,-, 10 km, 70 kW (95 PS), Benzin, Automatik, Ambiente-Beleuchtung, Android Auto, Apple CarPlay, Lichtsensor, Multifunktionslenkrad, Regensensor, Sitzheizung, Sportfahrwerk, Sportsitze, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Audi Q3 S line 45 TFSI e** S tronic, € 34.900,-, 29.670 km, EZ: 10/21, 110 kW (150 PS), Hybrid (Benzin/Elektro), Automatik, Lichtsensor, Multifunktionslenkrad, Plug-in-Hybrid, Regensensor, Sitzheizung, Spurhalteassistent, Spurwechselassistent, Start/Stopp-Automatik, Assistenzsysteme, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

Wir zahlen 50,- € und mehrere 100,- € für PKW & Busse (bis 2.000,- €)

Seit 45 Jahren

Autoverwertung Demand

☎ 06341 / 96 85 10 Im Wolfangel 7 • Landau

Mercedes

▲ **Mercedes-Benz GLC 63 AMG**, € 134.900,-, 4.750 km, EZ: 01/24, 350 kW (476 PS), Hybrid (Benzin/Elektro), Automatik, 360°-Kamera, Allradantrieb, Parklenkassistent, Plug-in-Hybrid, Schiebedach, Leichtmetallfelgen, Multifunktionslenkrad, Navigationssystem, Einparkhilfe, Tempomat, Traktionskontrolle, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

Seat



▲ **Cupra Formentor 2.0 TSI** DSG 4Drive, € 31.900,-, 30.690 km, EZ: 02/22, 140 kW (190 PS), Benzin, Automatik, Assistenzsysteme, Blendfreies Fernlicht, Bluetooth, Dachreeling, Rückfahrkamera, Servolenkung, Sitzheizung, Start/Stopp-Automatik, Tagfahrlicht, Abstandstempomat, Abstandswarner, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Cupra Leon VZ 2.0 TSI DSG**, € 33.900,-, 5.505 km, EZ: 08/23, 221 kW (301 PS), Benzin, Automatik, Bluetooth, Einparkhilfe, Elektrische Seitenspiegel, ESP, Fernlicht Assistent, Servolenkung, Sitzheizung, Sportsitze, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **Seat Mii electric Plus**, € 16.900,-, 17.770 km, EZ: 09/21, 61 kW (83 PS), Elektro, Automatik, Assistenzsysteme, Beheizbare Frontscheibe, Bluetooth, Bordcomputer, Servolenkung, Sitzheizung, Tagfahrlicht, Tempomat, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

Skoda



▲ **Skoda Fabia Soleil 1.0 TSI**, € 14.480,-, 52.005 km, EZ: 10/19, 70 kW (95 PS), Benzin, Schaltgetriebe, Einparkhilfe, Elektrische Seitenspiegel, Fernlicht Assistent, Müdigkeitswarner, Nebelscheinwerfer, Notbrems-Assistent, Regensensor, Servolenkung, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Skoda Citigo e iv Ambition** € 15.900,-, 37.430 km, EZ: 07/20, 61 kW (83 PS), Elektro, Automatik, Bluetooth, Bordcomputer, Freisprecheinrichtung, Nebelscheinwerfer, Servolenkung, Tagfahrlicht, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

▲ **Skoda Octavia Combi Style 2.0 TDI DSG**, 49.065 km, € 22.900,-, EZ: 04/20, 110 kW (150 PS), Diesel, Notbrems-Assistent, Regensensor, Rückfahrkamera, Servolenkung, Sitzheizung, Bluetooth, Bordcomputer, Dachreeling, Abstandstempomat, Abstandswarner, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **Skoda Superb Combi** Sportline iv 1.4 TSI DSG, € 29.900,-, 40.785 km, EZ: 01/21, 115 kW (156 PS), Hybrid (Benzin/Elektro), Schaltgetriebe, Leichtmetallfelgen, Lichtsensor, Multifunktionslenkrad, Müdigkeitswarner, Navigationssystem, Regensensor, Servolenkung, Sitzheizung, Sportsitze, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

Volvo

▲ **Volvo XC90 T8 Twin Engine AWD**, 126.735 km, EZ: 04/19, € 37.900,-, 288 kW (392 PS), Hybrid (Benzin/Elektro), Automatik, Spurwechselassistent, Standheizung, Start/Stopp-Automatik, Tagfahrlicht, Berganfahr Assistent, Blendfreies Fernlicht, Bordcomputer, Wegfahrsperre, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

VW Golf



▲ **VW Golf GTI 2.0 TSI DSG** Black Style, € 48.490,-, 18 km, 180 kW (245 PS), Benzin, Automatik, Sitzheizung, Sportfahrwerk, Sportsitze, Spurhalteassistent, Tagfahrlicht, Apple CarPlay, Assistenzsysteme, Bluetooth, Freisprecheinrichtung, LED-Scheinwerfer, Multifunktionslenkrad, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **VW Golf R-Line 1.5 TSI**, € 22.900,-, 44.935 km, EZ: 09/21, 96 kW (131 PS), Benzin, Schaltgetriebe, Freisprecheinrichtung, Kindersitzbefestigung, LED-Scheinwerfer, Leichtmetallfelgen, Lichtsensor, Sitzheizung, Sportfahrwerk, Sportpaket, Sportsitze, Abstandstempomat, Abstandswarner, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

Kontakte

▲ ***Tantra Massage*** - Erlebe den „7. Himmel“, gefühlvolle Exotic Massage, T. 0160-95902994

▲ **Jessis Massagen**, Privat in Ettlungen, 0152-24961127

▲ **Hot Girls & Coole Drinks** Sexy Kontakte, heiße Dates, verdorbene Ladies, aufregende Girls, nackte Haut & heiße Lust und Erotik pur bei Lauras Girls in Karlsruhe & Speyer. www.laurasgirls.com

Villa Deluxe
www.villa15-deluxe.de



GESUNDHEIT & PFLEGE

Ich vermittele Pflegekräfte aus Rumänien

Mit ausreichend Deutschkenntnissen, Erfahrung im Umgang mit älteren Menschen, Demenz- und Parkinson-Patienten, für 24-Std-Bereitschafts-Betreuung.

Privatvermittlung Cornelia Hess

Tel. 0171 / 2 08 32 00 · hess.cornelia@yahoo.de

AG Zahngesundheit Karlsruhe

Zahnpflege

Zahnarztbesuch

Fluoridierung

Ernährung

Gesund beginnt im Mund – von Anfang an!



www.ag-zahngesundheit.de

MIT AROMATHERAPIE WOHLTUENDE RITUALE ETABLIEREN

Geschmeidige Hände, ein entspanntes Hautgefühl oder Wohlbefinden für den ganzen Körper – Mit Do-it-Yourself Rezepten, Tipps und Ritualen kann man sich diese Wünsche einfach selbst erfüllen

Gesünder leben, öfter eine Auszeit nehmen oder wieder mehr Zeit für ein Hobby finden: Viele Vorsätze scheitern an der Umsetzung. **Rituale können helfen, alte Gewohnheiten zu überwinden** und neue im Alltag zu verankern. Verstärkt wird der Effekt, wenn das Ritual von einem angenehmen Duft oder einer wohltuenden Selbstpflege-Einheit begleitet wird. Der Aromatherapie-Pionier Primavera erklärt, wie man ätherische Öle einsetzen kann, um die Macht des Immergleichen ganz gezielt für sich zu nutzen.

„Gerade wer unter Stress leidet oder schwer zur Ruhe kommt, kann sich die Kraft von Ritualen und duftenden Pflanzen zunutze machen, um besser zu entspannen oder einzuschlafen“, sagt **Anusati Thumm**, Aromatherapieexpertin, Buchautorin und international gefragte Referentin. Duftende Pflanzen üben seit jeher eine besondere Faszination auf Menschen aus, weil ihr Geruch unsere Stimmung in Sekundenschnelle verändern kann. Nicht umsonst spielen das Räuchern kostbarer Gewürze, Kräuter und Harze bei besonderen Anlässen in vielen Kulturen eine wichtige Rolle, so Thumm.

„Ich empfehle, ein Ritual zu entwickeln, das man nur für sich allein hat“, rät die Expertin. „Etwas, das guttut, Spaß macht, beruhigt, motiviert oder bei der Stressverarbeitung hilft.“ Weil ein solches Ritual individuell sehr unterschiedlich sei, müsse man austesten, was am besten funktioniert. Die einen powern sich gerne beim Sport aus, die anderen lieben lange **Spaziergänge** in der Natur oder kommen bei einer **Meditation** zur Ruhe. Auch Mini-Rituale können einiges bewirken. Etwa, mit ein paar tiefen, bewussten Atemzügen in den Tag zu starten oder in aller Ruhe seinen Lieblingstee zuzubereiten. Wer schlecht schläft, kann als Abendritual eine Kerze anzünden, lesen oder ein **Entspannungsbad mit Lavendelöl** nehmen.



Die PRIMAVERA Produkte sind im Bio- und Reformhaushandel, in Apotheken, in Naturkosmetikfachgeschäften, in Kosmetikinstituten, Spas, ausgesuchten Drogerien und Parfümerien erhältlich.

Foto: PRIMAVERA LIFE

Mit naturreinen Düften bewusst Ankerpunkte setzen

„Duftende ätherische Öle können uns bei der Etablierung neuer Gewohnheiten und Rituale unterstützen, indem sie Ankerpunkte setzen“, sagt Thumm. So wird ein entspannender Duft, der häufig im Rahmen einer Meditation eingesetzt wird, nach kurzer Zeit mit einem wohltuenden, entspannten Zustand assoziiert. Die Folge: Körper und Seele kommen, wenn der Duft etwa in der Raumluft vernebelt wird, deutlich schneller zur Ruhe. Gleiches gilt für die Verwendung bei Achtsamkeits- oder Atemübungen, beim Yoga oder Entspannungsritualen vor dem Schlafengehen. Wichtig ist, dass die eingesetzten naturreinen Düfte – sei es als Raumduft, Körperöl oder Roll-On – als angenehm empfunden werden. Anusati Thumm erläutert: „Bei direkter Körperanwendung ist es wichtig, dezent zu dosieren. Als Faustregel gilt, etwa für ein selbst gemischtes Körperöl zum Wohlfühlen, auf 100 ml Bio Pflegeöl ca. 20 Tropfen ätherisches Öl zu nehmen. Zur Raumbeduftung mit der Duftlampe kann man bei normaler Raumgröße fünf bis zehn Tropfen ansetzen.“

denken. Rituale haben aber deutlich mehr Facetten. So sind sie unter anderem deswegen wichtig, weil sie **Struktur verleihen**. Sie können dabei helfen, Tage, Wochen oder ganze Jahre zu untergliedern, etwa durch wiederkehrende Highlights mit Freunden oder der Familie, die Freude und Zuversicht vermitteln.

Andere lieben und pflegen Rituale, weil sie ihnen Sicherheit geben. Vertrautes kann uns erden und gerade in schwierigen Zeiten Halt geben, weil sie das Leben vorhersehbarer, kontrollierbar und damit einfacher wirken lassen. Nicht zuletzt bieten Rituale Orientierung und helfen, uns in der Welt zurecht zu finden. Die Wirkkraft ätherischer Öle kann hier ein wertvoller Anker sein, da wir uns über den Duft schnell wieder in Balance bringen können. Wird die Verknüpfung von Duft und Ritual regelmäßig trainiert, gelingt es uns immer besser, dieses positive, erdende Gefühl abzurufen, wann immer es erforderlich scheint.

Roll-On Wurzelkraft

- 10 ml Mandelöl
- 2 Tropfen Douglasfichte bio
- 1 Tropfen Benzoe Siam
- 2 Tropfen Orange bio

Zum Erden auf Handgelenk-Innenseite, Schläfen, Nacken und unter der Nase auftragen.

Stärkendes Fußöl „Kuschelsocke“

- 50 ml Sesamol
- 5 Tropfen Ingwer

- 2 Tropfen Lärche
- 3 Tropfen Tonka-Extrakt

Die Mischung abends vor dem Zubettgehen auf die Füße auftragen.

Fußbad „Meine Pause“

- 3 Esslöffel Meersalz oder Basensalz
- 1 Tropfen Zeder
- 3 Tropfen Rosengeranie

In eine Fußbadewanne geben und die Füße ca. 15 Minuten baden.

Duftmischung „Meditation“ für Duftlampe oder Vernebler

- 1 Tropfen Narde
- 3 Tropfen Rose 10%

Beruhigendes Körperöl

- 1-2 Tropfen Melisse 100%
- 5 Tropfen Lavendel fein o. Rose 10%
- 50 ml Jojobaöl

Öle mischen und sanft einmassieren.

Körperöl zur Willensstärkung, etwa bei einer Fastenkur

- 3 Tropfen Lorbeerblätter
- 5 Tropfen Grapefruit

Yogis finden mit der Duftmischung Yoga Flow eine praktische, gebrauchsfertige Mischung aus den ätherischen Ölen von Myrte, Sandelholz und Grapefruit. Der klare, fruchtig-weiche Duft unterstützt das bewusste Atmen beim Yoga-Workout.

Weitere Tipps und Rezepte gibt es in der online verfügbaren Aufzeichnung „Mit Aromatherapie durch den Tag“ mit Yvonne Bareiß:

www.primaveralife.com/kurse-und-events/aufzeichnungen

Lymphdrainage-Zentrum-Durlach

seit 1990 machen wir man. Lymphdrainage Schwerpunkt K P E Komplexe Physikalische Entstauungstherapie:

Manuelle Lymphdrainage, Hautpflege, Kompressionstherapie, Entstauende Bewegungsübungen, Selbstmanagement der Patienten

Günter Klausmann

staatlich geprüfter Masseur & med. Bademeister & Lymphdrainagetherapeut

Zunftstr. 11 | 76227 Karlsruhe-Durlach | Telefon. 0721 403400
E-Mail: massage.klausmann@t-online.de

www.lymphdrainagezentrum.de

Zulassung für alle Kassen



ANSTETT Pflege mit Herz

Vermittlungs- und Betreuungsagentur GmbH



Hatzenbühler Straße 7
76751 Jockgrim

Tel. 07271 - 9 06 30 13
Mobil 0176 - 49 94 10 34

www.anstett-pflege-mit-herz.de
info@anstett-pflege-mit-herz.de

PFLEGE & HILFE ZUHAUSE

Sozialstation
Evangelische Stadtmission Karlsruhe

Wir unterstützen Sie im Alltag

- Ambulante Pflegeleistungen
- Leistungen der Häuslichen Krankenpflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Vertretung für pflegende Angehörige
- Beratungseinsätze (§ 37 Abs. 3 SGB XI)

Unsere Standorte:

Zentrale Karlsruhe
Herrenalber Straße 45
76199 Karlsruhe
Tel: 0721 988430-0
Fax: 0721 988430-24

Außenstelle
Graben-Neudorf & Dettenheim
Hauptstraße 11a
76676 Graben-Neudorf
Tel: 07255 6425
Fax: 07255 90436

Außenstelle Knielingen
Herweghstraße 27
76187 Karlsruhe
Tel: 0721 95 97 99 76
Fax: 0721 98 92 43 78

Neue Adresse

www.karlsruher-sozialstation.de

Rituale geben Raum zur Selbstpflege

Manche mögen bei dem Stichwort Rituale spontan an erstarrte Gewohnheiten und den immergleichen Trost

MEISTERHANDWERK OPTIK & AKUSTIK



Wenn es um Seh- und Hörqualität geht vertrauen Sie nicht jedem? Sie wünschen sich einen festen Ansprechpartner zum Thema Brille und Hörgerät?

Dann kommen Sie doch mal bei uns vorbei. Wir bieten Ihnen mit Hilfe modernster Geräte einen kostenfreien Hör- und Sehtest, eine ehrliche & kompetente Beratung und viele gratis Serviceleistungen.

Überzeugen Sie sich selbst und vereinbaren Sie einen Termin.

Badener Str. 16 a • 76227 KA-Durlach • 0721 / 79 18 12 84
E-Mail: hallo@meisterhandwerk-durlach.de
Web: www.meisterhandwerk-durlach.de

Öffnungszeiten:
Mo., Di., Do., Fr.: 9 – 12.30 Uhr | 14 – 18.30 Uhr
Mi., Sa.: 9 – 14 Uhr oder nach Absprache

HAARANALYSE FÜR MENSCH & TIER

– Eine zuverlässige Methode zur Gesundheitsüberwachung

Die Gesundheit und das Wohlbefinden von Mensch und Tier sind von größter Bedeutung. Mit der fortschrittlichen Technologie der Haaranalyse können wir jetzt einen tieferen Einblick in die Gesundheit unserer Körper erhalten. Diese Methode ist nicht nur **einfach** und **schmerzfrei**, sondern auch äußerst **zuverlässig**.

Die Haaranalyse ist eine innovative Methode, die es ermöglicht, den **Nährstoffstatus** eines Körpers zu

bestimmen und mögliche Mängel oder Überschüsse aufzudecken. Durch die Analyse einer kleinen Menge an Haaren kann ein umfassendes Bild der gesundheitlichen Verfassung des Körpers erstellt werden.

Im **Gegensatz zu Bluttests**, die nur Momentaufnahmen liefern, bietet die Haaranalyse Informationen über einen längeren Zeitraum, z. B. werden Erbkrankheiten oder schwere Erkrankungen in den frühen Lebensjahren



angezeigt, egal, wie alt der Mensch/das Tier zum Zeitpunkt der Analyse ist.

Die Zuverlässigkeit dieser Methode wurde durch zahlreiche Studien bestätigt. Sie zeigt nicht nur den aktuellen Zustand des Körpers, sondern kann auch dazu beitragen, zukünftige gesundheitliche Probleme frühzeitig zu erkennen und vorzubeugen.

Ein weiterer Vorteil der Haaranalyse ist ihre Einfachheit. Die Probenent-

nahme ist unkompliziert und kann selbst durchgeführt werden. Es ist lediglich eine kleine Menge an Haaren erforderlich.

Für **weitere Informationen** zur Haaranalyse für Menschen/Tiere und wie sie dazu beitragen kann, die Gesundheit von Ihnen oder Ihrem Tier zu verbessern, kontaktieren Sie uns bitte unter: **haaranalyse.online** oder Telefon: **07252 - 58 05 40**

Udo Simianer, M. A. Akad. Therapeut – Natürlich gesund werden

Sie haben keine Idee, was mit Ihnen los ist? Mit einer Haaranalyse können Sie sich selbst helfen!

Udo Simianer findet die Ursache(n) heraus!



Haaranalysen für Menschen und Tiere
www.haaranalyse.online
Tel.: 07252 - 58 05 40
www.heilpraktikerbretten.de
(Im Brettspiel 6, 75015 Bretten)



DIE TOP 5 GESUNDHEITSMYTHEN

Wie viel Wahrheit steckt hinter „An apple a day keeps the doctor away“ & Co.

Heilen Wunden besser an der Luft? Wie viele Schritte am Tag sind gesund? Es gibt zahlreiche Weisheiten rund um die Gesundheit. Die Debeka, Deutschlands größte private Krankenversicherung, klärt auf, hinter welchem Mythos Wahrheit steckt.

Mythos 1: Möhren verbessern das Sehvermögen

Nein, sie sind nicht der Grund dafür, warum Hasen so gut sehen. Das liegt eher an dem 360-Grad-Rundumblick. Möhren enthalten reichlich Betacarotin, eine Vorstufe von Vitamin A. Dies erfüllt im Körper eine Vielzahl wichtiger Funktionen und ist auch für ein ungetrübtes Sehvermögen zuständig. Allein durch den Verzehr lässt sich allerdings weder das Sehvermögen steigern noch eine Sehschwäche beheben.

Mythos 2: Spinat macht groß und stark

Zwei überdimensionale Unterarme mit Anker-Tattoo, die obligatorische Pfeife im Mundwinkel und eine Vorliebe für Spinat, der ihm Superkräfte verleiht: Die Comicfigur Popeye kennt fast jeder. Allerdings macht Spinat nicht so groß und stark wie gedacht. Dieser Mythos geht auf einen Fehler



in der Berechnung des Eisengehalts von Spinat zurück. Er enthält zwar Eisen, aber weniger als ursprünglich angenommen. Ein gesundes Gemüse ist er aber trotzdem, weil Spinat reich an Nährstoffen ist.

Mythos 3: Ein Apfel am Tag erspart den Arztbesuch

„An apple a day keeps the doctor away“ – Fakt ist: Äpfel enthalten je nach Sorte mehr als 30 Mineralien und Spurenelemente, darunter so wichtige wie Kalium und Eisen. Provitamin A, sämtliche B-Vitamine, Vitamin E, Vitamin C, Niacin und Folsäure. Damit wirken Äpfel positiv auf den Cholesterinspiegel sowie unseren Wasserhaushalt und re-

gulieren die Darmtätigkeit. Ein Apfel allein kann allerdings nicht alle Gesundheitsaspekte abdecken. In Kombination mit einem gesunden Lebensstil, ausreichender körperlicher Aktivität, genügend Schlaf und einer ausgewogenen Ernährung, befindet man sich aber auf jeden Fall auf einem guten Weg.

Mythos 4: Mindestens 10.000 Schritte am Tag sind gesund

Fakt ist, Bewegung schadet nie. Sie kann sich sogar positiv auf die Psyche auswirken. Die magische Marke von 10.000 Schritten am Tag stammt aus einer Werbung aus den 1960er-Jahren. Damals hatte eine japanische Firma den ersten Schritt-

zähler „Manpo-kei“ auf den Markt gebracht, was im Japanischen so viel wie 10.000 Schritte bedeutet. Schnell wurde aus dem Slogan ein Kredo. Von diesem „rudern“ Experten schon wieder zurück: Wichtiger seien Dauer und Intensität der Bewegung. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt mindestens 150 Minuten moderate Bewegung wie schnelles Gehen oder langsames Laufen pro Woche, um Herz, Lunge und Muskeln zu stärken.

Mythos 5: Wunden heilen besser an der Luft

Ein Mythos, der früher weit verbreitet war. Allerdings ist bestätigt, dass größere Wunden nach gründlicher Reinigung viel besser unter einem sterilen Verband oder Pflaster heilen. Eine feuchte Umgebung fördert die Wundheilung, weil sie verhindert, dass sich Kruste oder Schorf und damit neue Haut bilden kann. Ein Verband schützt die Wunde vor Bakterien, Schmutz und anderen Verunreinigungen der Haut. Es gibt jedoch Ausnahmen: Kleinere oberflächliche Schnittwunden oder Kratzer heilen gut an der frischen Luft.

Mehr Infos: www.debeka.de

MAMMOGRAPHIE SCREENING PROGRAMM

Unsere Leistungen:
Qualitätsgesicherte und zertifizierte
Brustkrebsfrüherkennung
Terminvereinbarungen auch online möglich
Wir freuen uns auf Sie!

Karlstr. 115
76137 Karlsruhe
Fon: 0721/6807870
www.mammographie-ka.de



Frau Dr. med. Margit Deinzer

ATLASPROFILAX®
nach René C. Schümperli

Eine natürliche und wirksame Methode zur Vorbeugung und Selbstheilung.

DER ATLAS TRÄGT NICHT NUR DEN KOPF ...
sondern kann, wenn er sich nicht in der richtigen Lage befindet, für eine ganze Anzahl schmerzhafter Beschwerden und Erkrankungen verantwortlich sein.

Angelika Brück · Vogesenstraße 77 · 76829 Landau
Telefon: 06341 - 995 95 03 · Mobil: 0157 - 87 24 88 54
E-Mail: angelika_bruock@web.de
Web: atlas-brueck.de
Um Voranmeldung wird gebeten!

— TAXI-FUNK-ZENTRALE-KARLSRUHE EG —




0721 944144

www.taxi-ka.de

- **Kranken-/Dialyse-/Strahlenfahrten**
- **Kundenfreundlicher Seniorendienst**
- **Besorgungen Apotheken, Ärzte**
- **Flughafentransfer zu günstigen Festpreisen**

Manfred Falk GmbH 

Orthopädie-Schuhtechnik
Geschäftsführer: Ulrich Schmitt

Schwarzwaldstraße 11 • 77839 Lichtenau
Telefon: 0 72 27 / 99 06 86

Wir fertigen für Sie:

• Einlagen	• orthopädische Maßschuhe
• Bandagen	• elektronischer Fußabdruck
• Finn-Comfort-Schuhe	• Änderungen an Konfektionsschuhen



Geschäftsführer: Ulrich Schmitt

SolutionDream®

WOLLEN SIE ENDLICH WIEDER GESUND SCHLAFEN?

MIT **FÜNF AUSTAUSCHBAREN** MODULEN!



EIN NACKENSTÜTZKISSEN GRATIS*
*BEIM KAUF EINER SOLUTIONDREAM MATRATZE

WIR PASSEN UNSERE SOLUTIONDREAM MATRATZE AUF
IHRE INDIVIDUELLEN BEDRÜFNISSE AN.

VW up!

▲ **VW up! GTI 1.0 TSI**, € 16.900,-, 28.485 km, EZ: 04/21, 85 kW (116 PS), Benzin, Schaltgetriebe, Ambiente-Beleuchtung, Assistenzsysteme, Bluetooth, Bordcomputer, Freisprecheinrichtung, Leichtmetallfelgen, Multifunktionslenkrad, Nebelscheinwerfer, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113



▲ **VW up! Active 1.0**, € 13.900,-, 18.535 km, EZ: 05/22, 48 kW (65 PS), Benzin, Schaltgetriebe, Ambiente-Beleuchtung, Assistenzsysteme, Bluetooth, Bordcomputer, Rückfahrkamera, Servolenkung, Sitzheizung, Nebelscheinwerfer, Regensensor, Graf Hardenberg GmbH, Murgstraße 9-13, 76646 Bruchsal, T. 07251-9101113

PKW Zubehör

▲ **Mobil Motoröl Super3000** XE 5W-30/ 6 Liter/ HC Synthese, € 50,-, 01621-508656

▲ **Anlasser f. Golf 4**, Bj. 2002, neu überholt, € 49,-, 0176-87126742

▲ **Gepäckträger mit 2 Schlüsseln**, VW Golf 4, original, für € 48,-, 0176-87126742

▲ **Dachträger für Rehling**, Marke Thule, abschl., € 10,-, 07246-5628

▲ **Starterkabel**, € 5,-, T. 0176-41026826

▲ **Autoradio**, Kassettenteil defekt, € 15,-, 0176-41026826

▲ **Mann Öl Filter, OVP** für VW Touran ab Bj. 2014/OVP, € 3,-, 0162-1508656

▲ **Autofön, 12 V**, € 8,-, 0721-41125

PKW Ersatzteile

▲ **BMW E46 Sportstoß-** Stange, anthrazit, nie angebaut, neu, Gitterblende, € 50,-, 0178-6947329

▲ **911 KF re, 78-87**, Schaden A-Säule, f. Abschnittrep. ASP-Glasre, € 27,11, 0157-71416526

▲ **MB W110, Sitzgruppe**, hellbraun, F+H-Scheibe, ASB li, € 50,-, 0178-6947328

▲ **Opel Astra F, M-Haube**, für schwarzmetall, leicht beschädigt, f. € 49,-, 0163-7423261

▲ **Audi B5, 1,8 Kotflügel**, € 49,-, viele Teile, Karosserie, Neuteile, -49 + 1577-1416526

▲ **FIESTA 1993-96**, Auschlachten oder Herrichten, Anlasser, € 49,-, Neuteile, 01577-1416526

▲ **Audi B 5, 1,8, Kotflügel**, € 49,-, viele Teile, Karosserie, Neuteile, Dichtungen, 0178-5340992

▲ **Fiesta 1993-96**, auschlachten oder herrichten, Anlasser, Neuteile, € 49,-, 01577-1416526

▲ **Passat 88-93, 1.6 Benzin**, div. Teile, z.B. Kotf. € 49,-, Tür € 49,-, Sportfahrwerk, 0178-6947329

▲ **Astra F-Teile Kotflügel**, € 29,-, Türen, € 49,-, weitere Teile auf Anfrage, 0178-6947328

▲ **Verzierung f. Golf 4, Bj. 07/2002**, OVP, € 45,-, 0176-87126742

▲ **Org. VW Lampensatz H1/H7/W2/Ba15s/S8,5/Bau15s/Bay15s** € 4,-, 0162-1508656

Reifen & Räder

▲ **Good Year F1**, 2x 205/45R16, Sommerreifen, neuw. € 48,-, 0176-58862248

▲ **Schneeketten, neu**, verstellbar, € 26,-, T. 07251-966171 od. 0160-7541819

▲ **Inserieren Sie im Eukalyptus**, dem erfolgreichen Anzeigenblatt! 3 Zeilen kosten Sie nur € 6,-! Jeden zweiten Samstag aktuell!

▲ **Winter-Aluminium-** Schmiederäder Audi Q3, 7 Armdesign, 6,5 J x 16 mit Pirelli Sotto Zero Winter 210 98 H. Da Privatverkauf keine Sachmängelhaftung. Komplettpreis € 150,-. Regulärpreis: € 1.100,-. 0176-50458311

Mofa & Roller

▲ **Elektro Roller NIU NQi** 45 km/h, Reichweite ca. 60 km, Elektromotor: Tailored Motor by Bosch GmbH, Leistung: 1800 W, Bj. 20, kaum genutzt 880 km, super Zustand, m. Topcase, VB € 2.500,-, 0160-96425103

Fahrräder

▲ **Rennrad-Rahmen, s.** hochwertige Einzelanfertigung, Vollcarbon, € 49,-, 0157-71416526

▲ **20 Z. MTB silber, neu**, 21-Gg. viele Extras und 1x zum ausschachten, € 49,-, 0178-6947329

▲ **Damenfahrrad 27 Z.**, Schalt. leicht defekt, € 49,90, evl. zus. 2 Körbe, 01786-947328

▲ **Herrenfahrrad, 28 Z.**, Leichtmetall, 28-Gang, guter Zustand, € 50,-, 07242-1083

▲ **28er Damenfahrrad**, 8-Gang, teilegefertigt, Trapezeinstieg, Hinterradplatte, € 35,-, 0721-95964445

▲ **Weißes Rennrad**, 28 Zoll, € 20,-, 07232-312534

▲ **Damenfahrrad, 3-Gang**, € 25,-, 0721-757967

▲ **Fischer Damenrad 26 Z.**, Sch. leicht defekt, € 25,-, 0721-688020, KA-Hagsfeld

▲ **Jersey Damenrad-28z**, Schaltung leicht defekt, € 25,-, 0721-688020, KA-Hagsfeld

▲ **Jugendfahrrad, 26 Z.**, guter Zustand, mehrere Gänge, € 40,-, 07232-312534

Fahrrad-Zubehör

▲ **Tour de France Pro3 Grip**, Profireifen 700 C23 = 23-622, OVP € 37,-, 0151-55534119

▲ **Neuwertiger Fahrradhelm**, weiß, € 5,-, 07246-5628

▲ **Nabendynamo/Lichtmasch.** 36-Loch/für radial Speichung neu, € 25,-, 0152-08377806

▲ **Lenkertasche m. Handyfach/** und Spezial-Lenker € 20 T. 0152-22151303

▲ **Shimano-Renn u. MTBpedale**, Ersatzteile ab € 3,-, T. 0152-08377806

▲ **Campagnolo Ritzel Kasette** 10fach Rekord-Ultra-Drive/12-25Z, € 45,-, 015208377806

▲ **Multifunktion Satteltasche** Rixen & Kaul/Klickfixadapter 13,- € 015208377806

▲ **Neu Point Bremshebel**, für Kinderrad/ungebraucht, € 4,-, T. 0162-1508656

▲ **Fahrrad Räder/vo. u. hin.** /26/28"/Felgen/Alu/Stahl/ab € 4,-, T. 01621508656

▲ **Versch. Fahrradgabeln** Gewinde 1"-1 1/8"/24-28", m. Steuersatz ab € 6,- 01621508656

▲ **Fahrrad Vorder/Hinter Räder** 20-28"/Schutzbleche, ab € 1,-, 01621508656

▲ **Hobbywerkstatt Auflösung** Fahrrad Ersatzteile/Zubehör, ab € 1,-, 01520 8377806

▲ **Klickfix-Landkarten/Nav**- Halter, Lenkermontage, OVP, neu, € 12,-, 01621508656

▲ **Campagnolo Ritzel Kasette** 10fach/RekordUltraDrive/neuwertig, € 50,-, 01621508656

▲ **Kurbel-Ketteblatt**, Shimano, 53 Zähne, Lochkreis 130, € 4, 01520-8377806

▲ **Fahrradständer für 2 Räder**, komplett aus Eisen, € 15,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Blau-schwarze Satteltasche** 3 Fächer, € 10,-, 0160-93377959

Haustiere

▲ **Junge Zwergkaninchen**, zu verkaufen, W = € 30,- & M = € 25,-, 0721-573329

▲ **Katze zu verschenken**, 0176-27483883

▲ **Großer brauner Hasenbock** (Rammeler), € 35,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Junge Hasen**, ab € 19,-, 07251-966171 & 0160-7541819

Tierzubehör

▲ **Katzenklo, Kuschelbett**, "Ride" Transporttasche, Futterstation, zus. € 20,-, 0160-93377959

▲ **Hundekorb, Hundeteppich**, Hundeliegekissen, zus. € 10,-, 0160-93377959

▲ **Edelstahl Hasenstall**, auch f. Meerschweinchen, Kotwanne, € 48,-, 07251-966171, 0160-7541819

Garten & Pflanzen

▲ **Tanne, ca 12 Meter hoch**, f. Weihnachtsbaum & Schreiner, lfd. m. ab € 49,-, 0157-71416526

▲ **2 Pflanzen-Schalen, ca. 40 cm**, H: 22 cm, Terrakotta-Farben, je € 24,-, 0178-6947328

▲ **Gardena Schlauchwagen** mit 20 m. Schlauch, € 15,-, 07248-1040

▲ **Gartenpumpe, gut erhalten**, € 30,-, 07242-1083

▲ **Balkongartenliege** Hartmann, hochw., klappb., stabil, Kunstst., weiß, € 49,-, 0721-1619775

▲ **Traubenmühle, € 45,-**, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Traubenbütte, grün**, aus Kunststoff, € 6,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Handvertikutierer mit Räder**, € 29,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Elektr. Rasentrimmer**, € 19,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Kirschlorbeer, Herbstaster** Zerbigras, usw., € 2,-, 07083-7864

▲ **2x sehr große Blumen**, je € 25,-, 07256-925877

Landwirtschaft

▲ **Grupper, € 48,-**, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Weinberg-Rückenspritze**, antik, aus Messing, € 49,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Weinbergbetonpfosten**, Stück je € 5,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Nussbaumkrone**, komplett, € 48,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Mostfass/Weinfass, 60 Liter**, aus Plastik, € 29,-, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Trock. Rebholz z. Grillen**, Stk. 20x5 cm, 7kg Karton € 5,-, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Gewicht für Einachser**, € 27,-, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **2 Eisenräder f. Einachser**, € 26,-, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Lebendfalle f. Iltis**, Marder usw., 8 verzinkte Dachrinnenhalter, ab € 3,-, 07083-7864

Ferienwohnungen

▲ **Urlaub 2024 in Kroatien?** casa-mira-apartments.com -> Wir sind bereit und nehmen ab sofort Buchungen entgegen! Vermietung von Modernen 4- Sterne Apartments mit Meerblick in Ližnjan, Kroatien. Erleben Sie Ruhe und Entspannung in unserer charmanten Unterkunft mit bis zu drei modernen Apartments – die perfekte Wahl für einen entspannten Urlaub am Meer. Für weitere Informationen, Bilder, Preise und Terminanfragen stehen wir Ihnen gerne per E-Mail unter info@casa-mira-apartments.com oder direkt auf unserer Website casa-mira-apartments.com zur Verfügung.

Begegnungen "Er sucht Sie"

▲ **Frau gesucht! Alter 50-70 J.**, Nationalität egal. Bin 57, schlank, nett, lieb und treu, m. weibliche OW. LG Jan/mänl., 0157-30799482. Bitte mit Bild

▲ **Karlsruhe und Umgebung:** Niveauvoller netter Mann (65 J, 1,75 m, 70 kg), gepflegt, schlank, sportlich, naturverbunden, ungebunden, sucht eine nette, schlank, attraktive Freundin für eine Liebesbeziehung (regelmäßige Treffen, angenehme Stunden, sinnliche Liebe!) Telefon 0151-22469585 oder Chiffre Z78ee7b7d

Begegnungen "Erotik"

▲ **Marken Erotik-DVD, Gay + Trans**, ab € 11,-, Lieferung frei Haus. 0151-54833447

▲ **25 hochw. HC-DVD**, Hetero, A**I, GB, SM, NS, Spezial, ab € 9,-, 01515-5534119

▲ **Devote Sie meldet sich bei IHM** für dauerhafte Beziehung. T./SMS 0175-6073956

▲ **Fotomodelle gesucht** bei gutem Taschengeld. Eventuell auch Beteiligung. 0170-8173989

▲ **Magst du auch FKK?** M 57, gut bestückt, blank rasiert sucht Sie/Ihm für nackt baden und sonnen / heiße Spielchen an einem See in der Nähe von Karlsruhe, SMS 0175-7242202

Sport & Freizeit

▲ **Rossignol Ski**, s. guter Bindung, m. Ski-Stöcke & Ski-Schuhe, Gr. 41/42. € 40,-, 07272-4062

▲ **Hanteln, 7,5 kg**, je € 16,- zus. € 28,-, T. 0157-77768533

▲ **Versch. Tennisschläger**, gute Qualität, neuwertig ab € 10,-, 07246-5628

▲ **1x Paar Abfahrtski** Marke "Fischer", 168 cm lang, € 30,-, 07248-1040

▲ **Ski-Stöcke**, 125 cm lang, € 5,-, 07248-1040

▲ **Techno Skischuhe**, Gr. 39, € 20,-, 07248-1040

▲ **2 Minigolfschläger** Marke Spalding, Stück € 10,-, T. 0176-41026826

▲ **2x Mephisto Wanderschuhe** Gr. 43, neu, € 30,-, T. 0176-41026826

▲ **PUZZEL 1000 Teile PRAG** zu verkaufen, € 6,-, T. 0721-572544

▲ **Holzpadel, € 46,-**, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Kinderroller, € 9,-**, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Blaue Skijacke**, Gr. 52/54, € 15,-, T. 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Jagd: Gehörsäge**, neuwertig, € 36,-, 07083-51392

Musikinstrumente & Zubehör

▲ **Metronom, neuwertig**, € 10,-, 07246-5628

▲ **E-Gitarren-Verstärker von "Stagg"** mit Kabel, f. Anfänger, FP € 35,-, 0163-0805223

CD's & LP's

▲ **4x Christliche CD's**, für je € 4,-, 07232-312534

Essen & Trinken

▲ **6 Weizenbieregläser**, € 6,-, 2 Maßkrüge, € 5,-, neutral ohne Aufdruck, zus. € 10,-, 0175-2255284

▲ **12 Jever Pilsensergläser**, ungebraucht, € 18,-, 0170-3025522

▲ **12 Warsteiner Bieregläser**, 0,3 L., m. Goldrand, € 18,-, 0170-3025522

▲ **Eisschale Dessertschale** Sorbet Cocktail Gläser Ice Cream Sundae € 8 017662971090

▲ **Cocosöl**, 1-L-Gläser, je Glas € 8,50, VHB, 0721-683761, AB

▲ **21 Marmeladengläser**, 450 gr., Deckel blau/weiß Karo, je € 0,50, 07083-7864

Kunst & Sammler

▲ **Wachskreiden, ca. 24 Stk.**, in Fächerkarton, neue & unbenutzt, € 9,-, 0178-6947329

▲ **Baden-Fehldruck, Block** NW 85 ct. nicht mehr lieferbar, postfrisch, € 27,50, 0151-54833447

▲ **50 Jahre Mondlandung**, Block-Briefmarken, sehr seltenes Sammlerstück, € 49,50, 0151-55534119

▲ **1. Kyrpto Briefmarken** Booklet m. NFT, hohe Wertsteigerungs-Potenzial, € 49,90, 0163-7423261

▲ **Star Wars Sammelalbum**, € 10,-, 0721-47003504

▲ **BVB Sammelalbum** 1972, € 10,-, 0721-47003504

▲ **Mehrere Farbdrucke** von bekannten Malern, gerahmt, ab € 20,-, T. 0160-92724958

▲ **2 Stoffpuppen, € 10,-**, Keramikfiguren, versch. Motive, € 5,-, 07232-312534

▲ **Canon AF-7 Prima**, Foto für € 10,-, T. 0721-572544

▲ **Porst 620 electronic FOTO**, für € 10,-, T. 0721-572544

▲ **Ravensburger Puzzles 1000**, Seiser Alm zu verkaufen für € 6,-, T. 0721 572544

▲ **Alte KSC-Mannschaftsposter** von 1978-1985 m. Autogramm, € 5,-/ Stk., 0170-3025522

Zeitung schon vergriffen?
KEIN PROBLEM!



Unter www.eukalyptus.de steht Ihnen die komplette Zeitung als PDF zur Verfügung.

EINFACH REINKLICKEN.

HILFE IM TRAUERFALL



Julia Reiche
FREIE
TRAUERREDNERIN

Tel: 0176 - 5575 2095
www.juliareiche.de



Bestattungsinstitut der Stadt Karlsruhe Das Institut Ihres Vertrauens

Erreichbar Tag und Nacht
Telefon: 0721 964133
info@bestattungen.karlsruhe.de
www.bestattungen-karlsruhe.de



HERZLICHE EINLADUNG!

Passend zu unserem 10-jährigen Bestehen sind wir, das Bestattungshaus Regenbogen, nach **Karlsruhe-Rüppurr** in neue, farbenfrohe und lichtdurchflutete Räume gezogen. Grund zum Feiern! Wir laden Sie alle herzlich zu unseren **Eröffnungstagen** vom **8. bis 16. Juni** in unsere neuen Räumlichkeiten in der **Rastatter Str. 74** ein.

An den beiden Wochenenden erwartet Sie von **10 bis 20 Uhr** ein offenes, buntes Programm. Neben ganztägigen **Hausausstellungen** zu Erinnerungsschmuck, Seelenbrettern oder kreativen Urnenformen, haben Sie auch die Möglichkeit **selbst aktiv**

zu werden. Lassen Sie sich auf ein Rendezvous mit dem Tod ein, werden Sie beim Kerzen gestalten kreativ oder finden Sie in einem Workshop mit der Trauerrednerin und -begleiterin **Birgit Stock** die passenden Worte im Trauerfall.

Themenabende

Unter der Woche ist **jeder Abend einem Thema** gewidmet. Erfahren Sie hier zum Beispiel mehr über das Aufsetzen von Testament und Vorsorgevollmachten, diskutieren Sie mit **Pfarrer Schlechtendahl** über individuelle Trauerfeiern oder lassen Sie sich von **Roland Schulz** und seinem Buch „So sterben wir“ inspirieren.



1904

Bestattungen Erb

Ihre Trauerhilfe

Wir sind immer für Sie da...



Telefon: 0721/551454
www.erb-bestattungen.de

Bestattungen Erb | Philippstraße 19 | 76185 Karlsruhe

Ich will, dass ihr feiert, ich will, dass ihr tanzt ...

Das Leben ist schön, auch wenn es vergeht.

Finden Sie mit uns die passende Bestattungsvariante.

Telefon: 0721 915 880 21 · Tag & Nacht
Feldbergstraße 1 · 76199 Karlsruhe
www.bestattungshaus-regenbogen.de



Unser Programm ist vielfältig & umfangreich

Alle Veranstaltungen und Termine können Sie folgender Webseite entnehmen oder Sie melden sich telefonisch unter **0721 / 91 58 80 21**.

Webseite:
bestattungshaus-regenbogen.de/eroeffnung.html

Eine **Anmeldung ist nicht erforderlich** – kommen Sie einfach vorbei, wir freuen uns auf Sie!

Ihr **Andreas Becker** und das Team vom Bestattungshaus Regenbogen

„(UN)ENDLICH WALD!“ – TRAUER IM GESPRÄCH

Der Podcast des RuheForst® Südpfälzer Bergland Wilgartswiesen

„Unter allen Wipfeln ist Ruh“ – trauernde An- und Zugehörige verstorbener Menschen empfinden einen Bestattungswald wie bei RuheForst® als eine Oase der Ruhe und des Friedens, der zum Innehalten einlädt. Wenn man sich darauf einlässt, sind sie aber auch Orte der Begegnung und offen für jeden, der bei einem Spaziergang in der Natur entspannen möchte. Gerade im Frühjahr, nach einem kalten und trüben Winter, wirkt das frische Grün der Buchen

als Kraftquelle auf uns und erhellt unser Gemüt. Im Sommer streicht ein warmes Lüftchen sanft zwischen den Bäumen hindurch und die grünen Blätter bewegen sich leise flüsternd sanft im Winde ... Wer einen geliebten Menschen am Fuße eines alten, bemoosten Baumes beigesetzt hat, empfindet die Energie, die von diesem ausgeht, als tröstlich und kann Kraft für sich schöpfen. Im Schutz der Bäume kann man ganz bei sich sein und in stille Zwiesprache gehen mit

dem geliebten Menschen, der nicht mehr hier ist. Hier kehrt man in sich selbst zurück. Die Bäume umfassen den einsamen Spaziergänger auf seinem Weg, der in die tröstende, Kraft spendende Energie eintaucht, einen tiefen inneren Frieden empfindet und ganz bei sich ankommt:

(Un)Endlich Wald! – Im neuen Podcast des RuheForst® Südpfälzer Bergland Wilgartswiesen erzählen Menschen, die selbst Verluste erlitten haben, von ihren Gefühlen und Erfahrungen. Zu Wort kommen auch Menschen, die in der Begleitung von trauernden Hinterbliebenen ihre Berufung gefunden haben und wertvolle Unterstützung auf dem Weg zurück ins Leben leisten können.

An **jedem dritten Freitag im Monat** erscheint eine neue Folge von „(Un) Endlich Wald!“. Mit wechselnden Gesprächspartnern stellt Moderator **Michael Daub** die **unterschiedlichen Facetten von Trauer** in den Fokus. Auch kommen ethische Fragestellungen rund um das Sterben zur Sprache, das Engagement in der Hospizarbeit und die Möglichkeiten in der Trauerbegleitung werden vorgestellt, der (Werte)Wandel der Bestattungskultur in unserer Gesellschaft sowie kulturelle und religiöse Ansichten werden beleuchtet.

Im Mai 2024 ist die **fünfte Folge** erschienen. **Nina Bernhart** stellt

das **ehrenamtliche Engagement der Selbsthilfe-Initiative „Leere Wiege Landau“** für trauernde Eltern und Fachbereiche vor. Die im Jahr 1997 von **Helga Beisel** gegründete Selbsthilfe-Initiative stellt für Eltern, deren Kind während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt verstorben ist, eine erste und wichtige Anlaufstelle dar. Innerhalb der Selbsthilfegruppe werden betroffenen Eltern hilfreiche Kontakte angeboten, verbunden mit der Möglichkeit, sich mit Gleichbetroffenen auszutauschen.

Sie erfahren somit Halt und Unterstützung in ihrer Situation und werden auch emotional „aufgefangen“. Das Team von „Leere Wiege Landau“ um **Nina Bernhart** setzt sich ein für eine sensible Betreuung und die Rechte von betroffenen Eltern, für die Würde der verstorbenen Kinder sowie für notwendige Gesetzesänderungen und die Einrichtung von Gemeinschafts-Ruhestätten. Sie begleiten und beraten Eltern und Familien nach einer schlechten Diagnose oder beim Abschied von ihrem Kind, stehen ihnen bei der Abschieds- und Trauerarbeit zur Seite, leisten Hilfe, informieren und geben Anregungen.

Eine Möglichkeit für verwaiste Eltern, ihr Kind individuell beizusetzen; bietet RuheForst® mit seinen **RegenbogenBiotopen® für Sternenkinder**. Der Tod eines ungeborenen oder kurz

nach der Geburt verstorbenen Kindes stellt für die Eltern einen unfassbaren Verlust dar. Um ihrem Abschiedsschmerz Ausdruck zu verleihen, haben sie das Bedürfnis, ihrer Trauer eine Heimat zu geben – dies kann im eigenen Inneren sein, aber auch ein Ort, zu dem sie hingehen können, um sich ihrem Kind nahe zu fühlen.

Eltern, die ihr Recht auf eine individuelle Bestattung wahrnehmen, bietet der RuheForst® Südpfälzer Bergland Wilgartswiesen an, ihr Kind an einem RegenbogenBiotop® beizusetzen.

Die Grabstätte wird in Form eines Nutzungsvertrages erworben, dem dieselbe Friedhofssatzung zugrunde liegt wie für die anderen RuheBiotope®, allerdings stellt RuheForst® die Grabstätten an den RegenbogenBiotopen® den Eltern unentgeltlich für die gesamte Vertragslaufzeit zur Verfügung. Für die Beisetzung fällt

ein reduziertes Entgelt an und auch die Gutenberger® Bio-Holzurne für Kinder wird von RuheForst® aus eigenem Bestand zu einem günstigeren Entgelt angeboten. Die Eltern können mit ihrer Familie und allen An- und Zugehörigen vor der Beisetzung ganz individuell eine kleine Abschiedsfeier gestalten und hierfür den wettergeschützten Pavillon oder die offene Andachtstätte kostenfrei nutzen.

Informationen über die Einzelheiten zum Nutzungsvertrag über die Grabstätte sowie zu den Möglichkeiten der Gestaltung einer Abschiedsfeier erteilt gerne das RuheForst-Team in Wilgartswiesen.

Alle Folgen des RuheForst® Podcast „(Un)Endlich Wald!“:

ruheforst-suedpfaelzerbergland.de/podcast und überall dort, wo es Podcasts zu hören gibt.



unter allen wipfeln ist ruh!
RuheForst® Südpfälzer Bergland Wilgartswiesen

Führungen:
1. Sonntag im Monat
Treffpunkt: 10 Uhr, Parkplatz „RuheForst“
Anfahrt: Wilgartswiesen, Richtung Hermersbergerhof

Broschüre, Informationen:
Tel.: 06392 4090177
info@ruheforst-suedpfaelzerbergland.de
www.ruheforst-suedpfaelzerbergland.de





FREIZEIT-TIPPS



ERDBEERFEST
VOM FELD DIREKT IN DEN MUND
25. & 26. Mai

Kulinarische Genüsse
rund um die Erdbeere

Live-Musik auf zwei Bühnen
Programm für Groß & Klein

www.erdbeerfest-oberkirch.de

RIETBURGBAHN EDENKOBEN

Raus in die Natur!

Die Rietburgbahn Edenkoben hat täglich für ihre Gäste geöffnet. Bequem geht es an der frischen Luft in nostalgischen Doppelsesseln vom Schloss Villa Ludwigshöhe hinauf zur Ruine Rietburg.

In diesem Jahr dürfen die Gäste besonders gespannt sein, denn neben den bereits beliebten Events **Familienwochenende** und **Lichterfahrten**, überrascht die Sesselbahn anlässlich ihres **70-jährigen Bestehens** im Sommer mit weiteren Veranstaltungen und lädt ihre Gäste zum Mitfeiern ein.



Bereits **ab sofort gilt**: In diesem Jahr erhalten alle Geburtstagskinder, die die Seilbahn an ihrem Geburtstag besuchen, freie Fahrt. **Im Jahr 1954 Geborene** sind aufgefordert, sich an der Kasse Talstation zu melden, dort erhalten sie beim ersten Besuch der Seilbahn in diesem Jahr ein kleines Geschenk. Bitte jeweils den Ausweis mitbringen.

Das Team der Rietburgbahn freut sich bereits auf fröhliche Ausflügler in dieser Saison.

Weitere Infos: Tel. 06323-1800, www.rietburgbahn-edenkoben.de



Rietburgbahn Edenkoben

HÖHENGASTSTÄTTE
WILDGEHEGE
HERRLICHE WANDERWEGE

Täglich geöffnet!
Vom Schloss Villa Ludwigshöhe schwebt man hinauf zur Ruine Rietburg. Gastronomie an Berg- und Talstation

www.rietburgbahn-edenkoben.de · Tel.: 06323-1800
Anfahrt: A65 – Abfahrt Edenkoben

Kartbahn Ortenauring Urloffen

Fahrspaß pur mit unseren Sodi-Leihkarts!
Buchen Sie Ihr Firmen- oder Privat-Event!



Let's go Racing!

Kontakt Daten Geschäftsstelle
Telefon: 07805/913851
E-Mail: kartbahn-urloffen@t-online.de
www.ortenauring.de

KARLSRUHER FRÜHJAHRSMESS'

Vom 30. Mai bis 10. Juni 2024

Über 80 Schaustellerinnen und Schausteller verwandeln den Messplatz an der Durlacher Allee in einen farbenfrohen Rummel mit jeder Menge Attraktionen.

Adrenalinhungrige kommen beim **Top-Fahrgeschäft Airborne** voll auf ihre Kosten. In 65 Metern Höhe rotieren die Insassen mit bis zu 120 Stundenkilometern kopfüber an einem Propeller. Nach über zehn Jahren kehrt die größte mobile **Geisterbahn** der Welt, das **Daemonium**, nach Karlsruhe zurück. Ebenfalls nach langer Pause wieder dabei ist die **Wildwasserbahn Piratenfluss**. Mit der **Wilden Maus** und der **Kinderradachterbahn Crazy Jungle** haben

Coaster-Fans noch mehr Auswahl. Für Fahrspaß sorgen auch **Devil Rock**, **Break Dance**, **Disco Circus**, **Riesenrad**, zwei **Autoscooter** und **zahlreiche Kinderfahrgeschäfte**. In der aufwändig gestalteten Anlage **Pirates Adventure** gilt es in fünf elektronisch gesteuerten Erlebniskammern unterschiedliche Piraten-Abenteuer zu bestehen. Und im **Action House** werden alle Sinne auf die Probe gestellt. Aufregende **Spiele** und **klassische Volksfest-Kulinarik** runden das Mess'-Programm ab.

Die Mess' hat **täglich von 14 bis 23 Uhr, sonn- und feiertags ab 12 Uhr** geöffnet. **Freitags und samstags bis 24 Uhr**.

Weitere Informationen gibt es auf der Internetseite: www.karlsruhe.de/marke.

Das Programm:

Donnerstag, 30. Mai (Fronleichnam)
ab 12 Uhr | Geschäfte öffnen

17 Uhr | Eröffnung mit Fasanstich durch Erste Bürgermeisterin Gabriele Luczak-Schwarz und den Europafanfare

Sonntag, 2. Juni
14 bis 18 Uhr | Kostenloses Kinderschminken und Schatzsuche im Sandkasten beim Festzelt

Montag, 3. Juni
Ganztags | Montags-Spass: In der örtlichen Presse können Coupons gesammelt und an diesem Tag auf der Mess' eingelöst werden.

Dienstag, 4. Juni – Nachmittag der Senioren

14 bis 18 Uhr | Alle Gäste über 65 Jahren erhalten eine Freifahrt im Riesenrad.

An vielen Ständen winken zudem Vergünstigungen für alle Ü-65 Gäste. Außerdem: gedämpfte Musik mit Oldies und Evergreens auf dem gesamten Platz.

Donnerstag, 6. Juni – Familientag
Ganztags | Stark ermäßigte Preise an allen Geschäften

Sonntag, 9. Juni
14 bis 18 Uhr | Kostenloses Kinderschminken und Schatzsuche im Sandkasten beim Festzelt

Montag, 10. Juni – Filmheldentag
Ganztags | Montags-Spass: In der örtlichen Presse können Coupons gesammelt und an diesem Tag auf der Mess' eingelöst werden.



Foto: Fabry

16 bis 20 Uhr | Filmheldentag – Star Wars & Co. eine Überraschung! Komm' als Filmheld verkleidet auf die Mess' und sichere Dir von Spiderman, Mehr Infos: www.karlsruhe.de Stichwort: Karlsruher Mess'

30. KULTURSOMMER GERMERSHEIM
07. Juni bis 13. Juli 2024

KOMPASS EUROPA
Sterne des Südens

Kartenverkauf unter
07274-960-217 oder 07274-960-301
www.reservix.de

Freitag, 7.6.2024 18:00 Uhr OPEN AIR LESUNG „Dunkle Verwicklungen auf La Palma“	Samstag, 22.6.2024 19:00 + 21:00 Uhr WALK 1 + 2 Rotationsereignis in den Festungsgängen
Samstag, 8.6.2024 19:00 Uhr OPEN AIR KINO „Cinema Paradiso“	Samstag, 6.7.2024 18:00 Uhr STADTWALK Kultur in Bewegung!
Samstag, 15.6.2024 15:00 Uhr MUSIKSCHULTAG der Städtischen Musikschule und Musikakademie Germersheim	Sonntag, 7.7.2024 16:00 Uhr OPEN AIR MUSICAL „Die kleine Meerjungfrau“
Sonntag, 16.6.2024 10:30 Uhr MUSIKALISCHE WANDERUNG auf dem Pfälzer Jakobsweg	Samstag, 13.7.2024 20:00 Uhr JUBILÄUMSKONZERT „Hitparade meets Classic“ mit dem SAP Sinfonieorchester

PROGRAMM UNTER WWW.KUSO-GER.DE

Hauptsponsoren
KULTUR SOMMER RHEINLAND PFALZ
Sparkasse Südpfalz
SWG STADTWERKE Germersheim GmbH
LANDKREIS GERMERSHEIM
VR Bank Südpfalz
Germersheim

fichtenkamm



Sommerurlaub Rimini-Torre Pedrera oder Cesenatico

- familiäre 3 oder 4*-Hotels am Meer ab € 675,-
- wöchentlich, ab 21.06. nur Transfer € 265,-

23.06. – 27.06. Blütenzauber Lüneburger Heide – Celle & Altes Land, 3*-Hotel + Ausflüge	€ 699,-
30.06. – 05.07. Urlaub im Großröhl – Tal der Almen & Königsee, 4*-Hotel + Ausflüge	€ 799,-
04.07. – 08.07. Königstour Belgien: Gent – Brügge – Brüssel – Antwerpen, 4*-Hotel / HP	€ 819,-
11.07. – 15.07. Alles Marille! – Wien & Wachau, 4*-Hotel / HP + Führungen	€ 759,-
17.07. – 21.07. Urlaub in Maria Alm – Salzburg – Steinernes Meer, 4*-Hotel / HP	€ 735,-
20.07. – 24.07. Alpenromantik Wilder Kaiser – idyllische Filmschauplätze, 3*-Hotel / HP	€ 699,-
29.07. – 03.08. Urlaub am Bleder See – Julische Alpen & Kranjska Gora, 4*-Hotel / HP	€ 955,-
19.08. – 22.08. Minikreuzfahrt nach Schweden: Malmö & Kopenhagen, inkl. Führung	€ 519,-
14.09. – 18.09. Spätsommer am Bodensee – Insel Mainau – Lindau, 4*Hotel / HP	€ 710,-
30.10. – 04.11. Olivenölfestival in Ligurien – Blumenriviera – San Remo, 4*Hotel / HP	€ 774,-

Saisonalabschlussreise nach Kroatien

- 4*-Hotel in Strandnähe / HP + vielen Extras € 669,- für 4 Tage
- 20.10. – 24.10. oder 20.10. – 25.10. € 772,- für 5 Tage

TAGESFAHRTEN:

03.07. Dinkelsbühl – schönste Altstadt Deutschlands, inkl. Führung & Mittagessen	€ 84,-
28.07. Planwagenfahrt & Bad Sobernheim, inkl. Planwagenfahrt & Essen	€ 73,-
03.08. Rothaus Erlebnis & Freiburg, inkl. Programm m. Mittagessen	€ 89,-

Mühlgasse 38, 76764 Rheinzabern • Tel. 07272 97 22 00 • www.fichtenkamm.de

MAXIMALER GENUSS | GEHEIMTIPP IN DER PFALZ

– der Paddelweiher in Hauenstein

Sterne Koch Max Strohe spürt "Die Geheimnisse unserer Lieblingsgerichte" auf



Foto: Seven.One / René Lohse

Pizza, Pasta, la dolce vita. Die italienische Küche ist die beliebteste Länderküche der Deutschen! Aber warum lieben wir Speisen aus bella Italia so sehr? Was macht sie besonders lecker? Der Berliner Sterne Koch Max Strohe will das in der neuen SAT.1-Reihe "Die Geheimnisse unserer Lieblingsgerichte" ab 29. Mai um 20:15 Uhr in SAT.1 herausfinden. Dazu wirft der Profikoch einen Blick in die Küchen von Kolleginnen und Kollegen in Bologna und Neapel und beobachtet, wie unsere italienischen Lieblingsgerichte – von Spaghetti Bolognese über Pizza bis hin zu Tiramisu – in Deutschlands Küchen zubereitet werden. Wer macht die beste "Bolo"? Der Lieblingsitaliener nebenan oder "la famiglia" zu Hause? Welche Zutaten sind für eine gute Pizza unverzichtbar? Und sind auch mal die Fertigsoße aus der Tüte oder die Pizza

aus der Tiefkühltruhe erlaubt?

Sterne Koch Max Strohe: "Bodenständige Küche ist oft eine Wohlfühlküche verbunden mit kulinarischen Sehnsuchtsorten. Ich freue mich sehr darauf, hinter die Fassaden dieser Orte zu blicken, um die Geschmacks-Geheimnisse unserer Lieblingsgerichte herauszufinden."

Weitere "Geheimnisse unserer Lieblingsgerichte":

In den nächsten Folgen taucht Max Strohe in folgende kulinarische Themenwelten ein: "Pizza, Pasta & Co" (29. Mai), "Asia, Sushi & Co" (5. Juni) und "Burger, BBQ & Co" (12. Juni).

"Die Geheimnisse unserer Lieblingsgerichte", drei Folgen, ab Mittwoch, 29. Mai, um 20:15 Uhr in SAT.1 und kostenlos streamen auf Joyn

Mehr Infos: www.sat1.de

Hier zeigt sich der Pfälzerwald von seiner schönsten Seite. Die Paddelweiher-Hütte in Hauenstein ist ein Freizeitparadies für Groß und Klein. Gönnen Sie sich ein paar schöne Stunden zum Ausspannen, Relaxen, Schlemmen oder einen Spaziergang im Queichtal (gut ausgeschildert).

Die Kinder freuen sich über einen tollen Spielplatz und eine Runde Treibbootfahrt auf dem Weiher, während es sich die Erwachsenen im Biergarten unter den Schatten spendenden Baumkronen gut gehen lassen.

Das Küchenteam bietet eine gut bürgerliche und saisonal abgestimmte Küche, die bis ca. 19.00 Uhr geöffnet ist.

Genießen Sie dazu ein Glas spritzigen Pfälzer Wein oder ein frisch gezapftes Bier vom Fass, na dann Prost!



In dem urig-gemütlichen Gastraum ist Platz für rund 135 Personen. Als besonderer Blickfang befindet sich dort ein naturbelassener Eichenstamm sowie ein Kaminofen, der im Winter für besondere Wärme sorgt – hier fühlt man sich einfach wohl.

Für Ihre Hochzeit, Familienfeste, den Betriebsausflug oder die anstehende Weihnachtsfeier ist die Paddelweiher-Hütte auch eine sehr empfehlenswerte Adresse.

Für diese Gelegenheiten bietet Ihnen das Team verschiedene Vorschläge.

Infos unter: www.paddelweiher.de

Öffnungszeiten:

1. März bis 1. November, täglich ab 11.00 Uhr geöffnet (Montag Ruhetag außer an Feiertagen)

November bis Februar: Samstag und Sonntag ab 11.30 Uhr geöffnet

Ihr Ausflugsziel im Pfälzerwald

1. März - 1. November
täglich ab 11.00 geöffnet
Küche bis ca. 19.00 Uhr
Montag Ruhetag außer an Feiertagen
November bis Februar
Samstag & Sonntag geöffnet

Paddelweiher-Hütte

IM HAUENSTEINER QUEICHTAL

Durchgehend warme Küche
Verschiedene Fisch-, Fleisch- & Wildgerichte,
knackige Salate, Pfälzer Spezialitäten,
Flammkuchen, Kaffee und Kuchen

Ihr Gastwirt Christof Engel Gaststätte und WC barrierefrei

76846 Hauenstein • Telefon: 06392 - 99 45 18
Aktuelle Infos im Internet: www.paddelweiher.de

MALWETTBEWERB

Motto: „KAI – der Hai mein bester Freund“

Karlsruhe – Viele Kinder kennen den großen Sympathieträger, das lebensgroße Maskottchen des Europabades Karlsruhe „KAI – der Hai“. Das Europabad lädt alle Vorschulkinder, die in diesem Jahr eingeschult wer-

den, zu einem Malwettbewerb ein.

Große und kleine Kinder freuen sich und sind begeistert, wenn sie dem riesigen Plüschhai mit Schwimmflügeln begegnen. Alle Vorschulkinder sind eingeladen, am großen Malwett-

bewerb 2024 mit dem Thema „Mein bester Freund KAI – der Hai!“ teilzunehmen!

Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Die gemalten Kunstwerke einfach mit Namen, Alter und Adresse auf der Rückseite versehen und bis spätestens 30.06.2024 an die Karlsruher Bädergesellschaft mbH, Hermann-Veit-Str. 7, 76135 Karlsruhe senden. Kindertagesstätten sind herzlich eingeladen, am Malwettbewerb teilzunehmen und können einen persönlichen Besuch von KAI – der Hai im Kindergarten gewinnen. Verlost werden unter allen eingeschickten Bildern Freikarten, KAI – der Hai Pakete und vieles mehr.

Weitere Informationen unter: ka-europabad.de



Zeichnung: Teilnehmendes Kind vom vergangenen Malwettbewerb

Das Solarschiff „Neckarsonne“

Die Attraktion in Heidelberg

Fahrpreise

Erwachsene	€ 13,50
Rentner	€ 12,50
Kinder (3-13 J.)	€ 6,-
Schüler/Studenten	€ 11,-
Behinderte	€ 11,-

Gruppen (15 Erwachsene & mehr) 10 % Rabatt

Schulklassen (1 Begleitperson frei, kein Gruppenrabatt) pro Person (unter 14 J.) € 6,-

Gruppenfahrtscheine sind geschlossen zu lösen.

Fahrkarten sind direkt an Bord erhältlich. Oben genannte Preise gelten pro Person.

Mit dem Solarschiff lautlos und abgasfrei die Schönheit der Stadt erleben – bei Sonnenschein, Regen, Dämmerung und bei Nacht.

Anfragen und Buchungen unter:
Heidelberger Solarschiffahrtsgesellschaft mbH
Kapitän Ingo Ilzhöfer • Telefon: 07263/40 92 84 • Mobil: 0173/983 86 37
E-mail: neckarsonne@t-online.de • Internet: www.hdsolarschiff.com

Reptilium.de
Terrarien- und Wüstenzoo Landau

Gutschein: 1 Kind frei!

Gültig für ein Kind in Verbindung mit einem vollzahlenden Erwachsenen; nicht gültig an Sonderveranstaltungen

Entdecke die Welt der MiniDinos!

- 365 Tage Urlaubswärme/ Indoor
- Gratis Foto mit Schlange
- Ausflug für die ganze Familie

ZOOHAUS MIT SCHLANGENFÜTTERUNG
AN JEDEM 1. DONNERSTAG IM MONAT BIS 21 UHR GEÖFFNET

KINDERGEBURTSTAGE
MIT ERLEBNISFÜHRUNG, REPTILIENMENÜ & GETRÄNKEFLATRATE

AUSSENANLAGE MIT EINHEIMISCHEN REPTILIEN
MIT SPIELPLATZ UND BIERGARTEN

TIERPFLEGER FÜR EINEN TAG
FÜR KINDER UND ERWACHSENE

ERLEBNISGASTRONOMIE UNTER ECHTEN PALMEN
FAMILIENFEIERN, GRUPPENAUSFLÜGE, ETC.

STÜNDLICHE SCHAU-FÜTTERUNGEN UND TIERPRÄSENTATIONEN JEDEN TAG

Reptilium Terrarien - und Wüstenzoo

Werner-Heisenberg-Str. 1 * 76829 Landau * Tel. 06341/5100-0

tägl. geöffnet von 10 - 18 Uhr * www.reptilium.de * info@reptilium.de

WOCHEN HOROSKOP

Was sagen die Sterne?
vom 20.05. bis 26.05.



Widder 21.03. – 20.04.

Menschen, die Sie in nächster Zeit treffen werden, könnten eine große Rolle in Ihrem Leben spielen. Versuchen Sie, sich entsprechend vorsichtig zu verhalten.



Stier 21.04. – 20.05.

Lassen Sie sich das ungerechte Verhalten Ihnen gegenüber am Arbeitsplatz nicht gefallen, das haben Sie nicht verdient. Bleiben Sie aber höflich dabei.



Zwillinge 21.05. – 21.06.

Durch Zufall werden Sie erfahren, dass jemand Ihr Vertrauen ziemlich missbraucht hat. Versuchen Sie trotzdem, nicht zu hart mit dem Schuldigen umzuspringen.



Krebs 22.06. – 22.07.

Sie bringen Ihre Mitmenschen mit Ihren Launen in Bedrängnis, da Sie nie wissen, was Sie wirklich wollen. Ergründen Sie das richtig, dann läuft vieles einfacher.



Löwe 23.07. – 23.08.

Wenn Sie schmolten, da Sie sich schlecht behandelt fühlen, dürfen Sie sich nicht wundern, wenn man Sie nicht ernst nimmt. Versuchen Sie es mit einer Aussprache.



Jungfrau 24.08. – 23.09.

Auch wenn es Ihnen schwerfallen sollte: Aufrichtigkeit ist in Ihrer Situation das Beste. In der Familie können Sie sich über angenehme Aussichten freuen.



Waage 24.09. – 23.10.

Von den Eindrücken, die Ihnen ein überraschendes Erlebnis verschaffen, können Sie noch länger zehren. Lassen Sie sich bei Entscheidungen vom Partner beeinflussen.



Skorpion 24.10. – 22.11.

Auch wenn Ihnen ein Mensch, der Ihnen begegnen wird, sehr imponiert, sollten Sie nicht alles nachahmen, was Sie beeindruckt, das ist einfach nicht möglich.



Schütze 23.11. – 21.12.

So viele Ideen, wie Sie jetzt haben, können Sie gar nicht verwirklichen. Versuchen Sie lieber, sich auf wenigere zu konzentrieren, dies dann aber richtig zu machen.



Steinbock 22.12. – 20.01.

Auch wenn Sie es nicht wahrhaben wollen: Ihre Gesundheit bedarf mehr Aufmerksamkeit! Nehmen Sie sich Zeit für sich selbst, anstatt sich zu überarbeiten.



Wassermann 21.01. – 19.02.

Wenn es Ihnen gelingt, mehr auf die Wünsche des Partners einzugehen, werden Sie Schwierigkeiten umgehen können. Finanzielles sollten Sie noch mal überdenken.



Fische 20.02. – 20.03.

Sie lassen sich zu sehr von anderen Menschen einspannen und einnehmen. Versuchen Sie, sich mal gegen die anderen durchzusetzen und Sie werden erstaunt sein!

▲ **KSC Autogrammball** Orig., Aufsteigsjahr 2007/08, € 40,-, 0170-3025522

▲ **Alte Telefonkarten** Telekom/1996-2006/Preis VHS € , 01621-508656

▲ **Ü-Eier-Inhalte** ab 50 Cent, suche ältere Inhalte aus 70/80er alles anbiet., 0157-57456477

▲ **5 DM und 10 DM Münzen**, ab € 2,50 bzw. € 5,-, zu verkaufen, 0157-57456477

▲ **Modellauto-Sammler sucht** Modellautos in allen Maßstäben aus Plastik o. Metall, T. 0151-27002905

▲ **Leinwand, 5tlg., org.**, 1 Bild vorgezeichnet, 2 Mappen Pinsel neu. € 25,-, 0721-386061

▲ **Dig. Kompaktrad** i. Holz, Silvercrest, 25x11x14 cm, 220 V., € 35,-, 0151-56164481, ab 10 Uhr

▲ **Kuhstirnband**, € 12,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Alte Zigarrenpresse** aus Holz € 26,-, T. 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Schmiedeeiserner** Kerzenständer, € 7,-, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Trachtenhalsmulett**, am Sandband, Rosenthal, € 25,-, 07083-7864

▲ **4 Keramikfiguren**: 1x Clown, 1x Reh, 1x Seepferdchen, € 5,-, 07232-312534

Schmuck & Uhren

▲ **Grover Uhr, neu**, € 49,-, 0721-47003504

▲ **Krawattennadeln**, Goldfarben, je € 9,-, 0170-3025522

▲ **Versch. Manschettenknöpfe**, je Paar ab € 5,-, 0170-3025522

▲ **Damen-Collier**, Modeschmuck, Gold/Platinfarben, wie neu, € 39,-, 0170-3025522

▲ **Moderne Citizen** Herrenarmbanduhr, silber, m. Datumanzeige, € 39,-, 0170-3025522

▲ **Uhrensammler sucht** Armband-Taschenuhren, Pendulen, Standuhren, Wanduhren, uvm., auch hochwert. & reparaturb., 0178-6352024, 0721-4671467

Dekoartikel

▲ **Kronleuchter, 5-armig**, komplett mit Kabel, dunkles Glas, € 33,-, 0175-2255284

▲ **Wagenrad aus Holz, D: 90** cm, m. Beleuchtung, € 30,-, 0170-3025522

▲ **3 rustikale Wagenräder** aus Holz, D: 42 cm, m. Patina, je € 10,-, 0170-3025522

▲ **Zigarrenpresse**, Holz, 20 Fächer, Antik, € 35,-, 0176-41026826

▲ **Weihnachtskrippe**, mit Figuren, € 47,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Majolika Rehkitz**, € 47,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Präparierter Marder**, € 46,-, 07251-966171 & 0160-7541819

▲ **Gasballonflasche**, € 14,-, 07251-966171 oder 0160-7541819

▲ **Dreschflegel**, € 26,-, 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Zinksaatwanne**, € 35,-, T. 07251-966171, 0160-7541819

▲ **Rebstöcke für Deko**, € 5,-/Stk., 07251-966171, 0160-7541819

Tausch

▲ **Fahradgepäckträger**, blau-schwarz, gg. 6 Fl. Wasser, 0160-93377959

▲ **Camping-/Fest-Zelt**, 3x9 m, blau-weiß gegen gut erhaltenes Fahrrad oder Preis VHB, 0175-7341593

▲ **Mountain-Bike gegen** Herren Rentner-Fahrrad zu tauschen, 07232-312534

▲ **3 schwarze Klappstühle** & weißer Klappstisch, € 5,-, 0160-93377959

▲ **Römertopf, Reiskochoer**, nw. gg. je 6 Fl. Wasser, 0160-93377959

▲ **Cannabismühle, neuw.**, gg. 12 Fl. Bier, 0160-93377959

Verschiedenes

▲ **2 große Kartons mit** Flohmarkt-artikel, € 10,-, 0721-24013

▲ **Hörgerätebatterien 312**, 54 Stück, weg. Fehlkauf, € 12,-, 0721-95964445

▲ **Tischdecke: Blumenmuster** Länge: 124 cm Breite: 120 cm € 5 T. 0176-62971090

▲ **Heliumbehälter für** 50 Luftballons, € 10,-, 0721-47003504

▲ **Speditions-Umzugskartons**, viele 1x benutzt, je € 1-2,-, sehr stabil, in Baden-Baden, 0178-7332012 SMS

▲ **Doppelluftbett, elektr.**, Elkt. pumpe, € 20,-, 0721-95964445

▲ **Waeco Kühlbox**, 12V-220V, € 50,-, 0721-95964445

▲ **Damenlederjacke**, Braun, Gr. 48, € 30,-, 0721-95964445

▲ **Fußwärmer, OVP**, € 11,-, 0157-77768533

▲ **Nokia 3330 f.** € 35,-, Nokia 3210 f. € 45,-, 0176-87126742

▲ **Umzugs-ähnliche-Kartons**, je € 1,-, 07246-5628

▲ **Wäschespinn** für € 10,- zu verkaufen. T. 07246-5628

▲ **Jede Menge Lesebrillen**, verschiedene Stärken, je € 1,-, 07246-5628

▲ **Abschleppseil, neu**, € 5,-, 07246-5628

▲ **Ravensburger 3D-Puzzle**, London Big Ben, zuverkaufen für € 8,-, T. 0721-572544

▲ **23x Umzugskartons**, Gr., 1x gebr., für € 30,-, T. 0170-6406840

▲ **Ravensburger 3D Puzzle**, Leuchtturm, zuverkaufen für € 8,-, T. 0721-572544

▲ **Moderne Socken**, versch. Gr. u. Farben, handgestr., ab € 12,-, 0721-572544

▲ **Ravensburger 3D Puzzle**, Eifelturm, zuverkaufen für € 8,-, T. 0721-572544

▲ **Ravensburger Puzzle 1000** T. Paris Morgenglanz zu verk., € 6,-, T. 0721-572544

▲ **Fischer-technik advanced** universal, 3 Model 40., für € 20,-, T. 0721-572544

▲ **Schuhmacher-Dreifuß**, Top Zustand, € 10,-, 0170-3025522

▲ **Koffer Retro, braun**, Top, 70x45x25 cm, € 29,-, 0170-3025522

▲ **Rucksack Maranello**, neu, OVP, schwarz/gelb, € 19,-, 0170-3025522

▲ **Fahnenmast aus Stahl**, 4,45 m. lang, DM: 6 cm, Top Zustand, € 30,-, 0170-3025522

▲ **Reiseschreibmaschine** Olivetti Lettera 22, im Koffer, € 15,-, 0170-3025522

▲ **Holzschachbrett**, € 15,-, T. 0176-41026826

▲ **Chinesische Vase**, 70 cm, € 9,-, T. 0176-41026826

▲ **Altes Festnetztelefon**, Wählscheibe am Hörer, € 30,-, 07232-312534

▲ **Steckdosen Heizlüfter** Mit Fernbedienung, 1000W Heizstrahler € 10 T. 0176.62971090

▲ **So auffallend kann Ihre** Anzeige sein. Mit Raster & Rahmen für nur € 11,- zusätzlich.

▲ **Geschenkidee: Original** Zeitung von jedem Tag, Jahrgangs-Weine von jedem Jahr 1920-2023, www.historia.net, Tel. 0761-79027900

▲ **20 m Verlängerungskabel** € 8,-, T. 0162-1508656

▲ **Original BW Parker** Gr.M/ausknöpfbarem Innenfluss, € 37,-, 0162-1508656

FLOHMÄRKTE

18.05. Festplatz Rastatt zur Friedrichsfeste, 9 – 14 Uhr

25.05. Dickhäuter Platz Ettlingen, 8 – 14 Uhr

22.06., 27.07., 14.09. Messplatz Karlsruhe, 8 – 15 Uhr

ACHTUNG! NEU! JEDEM FREITAG, 10 – 15 Uhr

FLOHMARKT auf dem Parkplatz des VFB-Grötzingen!

Bitte jeweils gleich anmelden: www.timke.com · 07147-13399

▲ **Jede Woche aktuell** – die Flohmärkte in Ihrer Region (in und um Karlsruhe, Bruchsal, Rastatt)

▲ **Bananenkisten, stabil**, Stück je € 1,-, 07251-966171, 0160-7541819

**FRIEDT'S
FLOHMÄRKTE**
Immer wieder gut!

76726 Germersheim

bei Kaufland, Mainzer Str.
jeden Mittwoch + Samstag

Besuch von 8 – 16 Uhr
Platzvergabe ab 6:30 Uhr

info.friedtsflohmaerkte@gmail.com
0176 - 31 63 44 35 (Lisa)
0176 - 30 38 38 44 (Laila)
oder 07251 - 8 80 77 (Büro)

▲ **Haushaltsauflösung**: viele versch. Artikel, von Privat, jeden Samstag, 10-17 Uhr, in Rülzheim, 0176-95157902

▲ **Wohnungsflohmarkt**, Sa. 18.05. & Sa. 25.05., 11-16 Uhr, in Karlsruhe, 01522-2019577

**FLOHMARKT
KARLSRUHE**



Achtung, Achtung!

Flohmarkt Karlsruhe,
Bannwaldallee 48.
Freifläche und Hallenplätze.

**Jeden Samstag von
7.00 – 15.00 Uhr**

Jeder kann mitmachen!

MERCADO

0170 - 5 87 34 87
www.mercado-maerkte.de

Kosmetik & Wellness

▲ **Whirlpoolsatz** für Badewanne, neu, € 49,-, 0176-41026826

▲ **Schminkkoffer**, hellbraun, mit Spiegel, € 9,90, T. 0176-41026826

Gesundheit & Massagen

▲ **Shiatsu-Massagegerät**, VHB € 20,-, T. 07246-5628

▲ **Ich massiere Sie gerne!** Wellnessmasseurin bietet Teil- & Ganzkörpermassagen an (kein Sex). Ich freue mich auf Ihren Anruf! T. 0173-3426314

▲ **Chinesische LiLi Massage**, T. 0176-28556946 kein Sex

▲ **Loslassen und Entspannen** Wellnessmassage, 0152-29228908, FR bis SO von 10-20 Uhr (k. Sex)

▲ **Wohlfühlmassagen** entspannen, genießen & abschalten (kein Sex), Susanne, 0160-1824180

▲ **Innige Ganzkörpermassage** Volle Entspannung für ihn in KA. T. 0176-42647516 - kein GV

▲ **PARADIES-Mass.** (Ganzkörper, fachlich, sinnlich, wie neu geboren) kein Sex, 0172-4356150

▲ **Massage in** Massagepraxis Durlach, nur private Krankenversicherungen oder Barzahler, 0721-497807

▲ **Fuß-Perlbad**, m. Vibrationsfunkt. u. Wärme, Gebr.anltg., € 20,-, 0721-683761

▲ **Toilettensitzerhöhung**, m. Deckel, 14 cm, neuwertig, OVP, € 45,-, 07083-7864

▲ **Fußsprudelbad**, gut erhalten, € 10,-, 0721-41125

Fundbüro

▲ Schlüssel verloren???

Schlüssel gefunden? Katze entlaufen? Hund zugelaufen? ... Unter dieser Rubrik können Sie die ersten 3 Zeilen KOSTENLOS inserieren. Ein Service von Ihrem Eukalyptus Verlag.

Zu verschenken

▲ **NEU: Weltatlas v.** Bertelsmann, zu verschenken, 0151-56164481, ab 10 Uhr

▲ **NEU: 100 Spielesammlung** mit Kniffel, zu verschenken, 0151-56164481, ab 10 Uhr

▲ **Polstermöbel**, 3- & 2-Sitzer, grau, hohe Sitzhöhe, völlig unbeschädigt, Teppich, 300x350 cm, Wolle, unbeschädigt, Auskunft unter 07252-41993

▲ **Überraschungseier-Inhalt**, querbeet zu verschenken, 0157-57456477

▲ **Unter dieser Rubrik** können Sie im Eukalyptus kostenlos inserieren. Ein Service von Ihrem Eukalyptus Verlag

▲ **Honiggläser "Engelhardt"** 0721-4539400

▲ **Epson Drucker XP412**, zu verschenken, Druckkopfreinigung nötig, T. 0721-623761 mit AB

Flohmarkt

▲ **Riesen-Flohmarkt** Klingenmünster, Klingbachhalle + Festplatz, So. 26.5., 11-17 Uhr. Keine Neuware! Besucher folgen bitte dem Verkehrs-Leitsystem. Falls die beiden Großparkplätze überfüllt sind, parken Sie bitte in der Ortsmitte! Info + Anmeldung i. A. BIRG-MÄRKTE, T. 0151-55300042

Karlsruher Mess'

30. Mai bis 10. Juni

Volksfest/Messplatz

Täglich: 14 bis 23 Uhr
 Freitag und Samstag bis 24 Uhr
 Sonn- und feiertags ab 12 Uhr

www.karlsruhe.de/maerkte



Stadt Karlsruhe
 Marktamt



<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1/2 Fahrpreis Disco Circus – Guido Bergmann Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 Euro Ermäßigung Geisterbahn Daemonium – Blume Attraktionen GmbH Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 3 x fahren Autoscooter „NO LIMIT“ – Benjamin Frank Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 Euro Ermäßigung Wilde Maus – Göbel-Worms GmbH Gültig für 1 Person</p>
<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 Euro Ermäßigung Riesenrad „Juwel“ – Göbel-Worms GmbH Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x fahren Disco-Skooter „number 1“ – Autoskooter Haas e. K. Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 Euro Ermäßigung Breakdance No. 1 – Kinzler & Rasch GmbH Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 Euro Ermäßigung Familienachterbahn „Crazy Jungle“ – Tanja Luxem Gültig für 1 Person</p>
<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1,50 Euro Ermäßigung Airborne – Willy Ordellmann Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x fahren Bayern Wippe – Marc Schultz und Sohn Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x fahren Kettenkarussell – Marco Spindler Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x spielen Verrückte Dosen – Petra Böhme-Spindler Gültig für 1 Person</p>
<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 10 Pfeile – 5 Euro Pfeilwerfen – Nadine Eichel Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x spielen Büchsenwerfen „Gaudi Alm“ – Susanne Eichel Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 5 Schuss – 3 Euro Schiess-Sport-Halle Roder – Dayana Roder Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x spielen „Der Greifer“ – Beate Schell Gültig für 1 Person</p>
<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 5 Schuss – 3 Euro Schießsport – Jeanette Spindler Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x spielen Hau den Lukas – Holger Vetter Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 Langos mit Apfelmus – 2,50 Euro Ungarische Langos – R. & M. Eichel Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 Waffel mit Puderzucker – 2 Euro Crêperie am Eiffelturm – Ute Frank Gültig für 1 Person</p>
<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni Volksfestbier 0,5 l – 3,50 Euro Gastronomiebetrieb – Willy Krusig Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 Langos mit Puderzucker oder Zimt und Zucker – je 3 Euro Langos – Lango-Länge Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x fahren Zauberwelt – Liselotte Krusig Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x fahren Mini Rallye um die Welt – Willy Krusig Gültig für 1 Person</p>
<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x fahren Regenbogenreise – Ludwig Roder Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x fahren König der Löwen – Anton Schubert Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x fahren Tal der Löwen – Lothar Schubert Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x fahren Kinderkarussell – Mondy Thelen Gültig für 1 Person</p>
<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 x zahlen – 2 x fahren Kinder-Autoscooter „Crazy Time“ – Toni Thoma Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 Zuckerwatte – 1 Euro Süßer Basar – Nicole Brückel Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 2 kaufen – 3 bekommen JUST FRUIT & fresh – Adolf Gronen/William Frank Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 Zuckerwatte – 1 Euro Der Nuss Basar – Hedwig Kaufmann Gültig für 1 Person</p>
<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 Euro Ermäßigung Sky Jumper – Caroline Krusig Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 1 Euro Ermäßigung Action House – Schmelter-Dreßen GbR Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 100 g Bonbons – 1 Euro Bonbonbar – Ursula Weber-Greßmann Gültig für 1 Person</p>	<p>Montags-Spaß einzulösen auf der Karlsruher Mess' am 3. Juni und 10. Juni 20 % auf Handytaschen Handyzubehör und Uhren – Abdelkader Zarjoh Gültig für 1 Person</p>