

Sei dabei!

Eßlinger Zeitung
LAUF 2026
So., 5. Juli 2026

**Das Laufvergnügen
für die ganze Familie!**

www.ez-lauf.de
Folge uns auf Facebook & Instagram!  
Jetzt anmelden!



AKTUELLES

„Parkinson-Tag“
im Treffpunkt

Wendlingen. Die Medius-Kliniken des Landkreises laden am Samstag, 13. Juni, zu einem „Parkinson-Tag“ im Treffpunkt Stadtmitte in Wendlingen. Ab 10 Uhr gibt es umfassende Informationen zu dieser neurodegenerativen Erkrankung sowie zu aktuellen Diagnose- und Therapiemöglichkeiten. Im Mittelpunkt der Veranstaltung stehen Fachvorträge.

Offene Chorproben
des Oratorienvereins

Plochingen. Der Oratorienverein Plochingen lädt an den Montagen, 15. und 22. Juni, jeweils ab 19.30 Uhr, zu offenen Chorproben in den Musiksaal im Gymnasium Plochingen. In einem neuen Projekt wird der Oratorienverein das „Magnificat cum Angelis“ von Janet Wheeler einstudieren und am 24. Oktober aufführen. Der Chor freut sich über neue Sängerinnen und Sänger. Mehr Informationen unter <https://oratorienverein-plochingen.blankmusic.org/>

Tag der offenen Tür
bei der Straßenmeisterei

Geislingen. Am Sonntag, 14. Juni, gibt es bei der Straßenmeisterei in Geislingen an der Steige (Stuttgarter Straße 350/1) einen Tag der offenen Tür. Ein Programm für die ganze Familie wird angekündigt. Die Gebäude des gemeinsamen Straßenbauamts der Landkreise Esslingen und Göppingen wurden in den vergangenen Jahren modernisiert. Zur Einweihung wird der Neubau mitsamt Fuhrpark vorgestellt. Ab 10 Uhr gibt es Ansprachen, um 11.30 Uhr startet das Programm. *red*

Wo Holzköpfe reden
und Damen den Weg weisen

Peter Degendorfer, Hans Mendler und Wolfgang Thiel bieten in Plochingen an zwei Ausstellungsorten dem grauen Alltag Paroli: Eine Kunst-Schnitzeljagd durch die Stadt ist möglich.

Egal, wo man anfängt, in der städtischen Galerie im Herzen Plochingens oder im Schaumraum mitten im idyllischen Kulturpark Dettinger – der Weg ist das Ziel. Zwischen den beiden Ausstellungsorten gibt es viel zu entdecken. Plochingen hat so viele Sehenswürdigkeiten im öffentlichen Raum, wie kaum eine andere Neckarstadt. Ein Grund mehr, sich die Stadt für einen ausgedehnten Kunstspaziergang gründlich vorzunehmen.

Die meisten Arbeiten stammen vom künstlerischen Multitalent Wolfgang Thiel, einem der drei Protagonisten der Doppelausstellung der „3 Artisten“, die bis 12. Juli zu sehen ist. Ihm ist diese heiter-tiefgründige Sommerausstellung zu verdanken. Thiel gilt als einer der wichtigsten figurativen Vertreter Süddeutschlands und hat sein Atelier im Kulturpark Dettinger.

Mit Peter Degendorfer und Hans Mendler verbindet ihn eine Freundschaft seit dem Studium an der Stuttgarter Kunstakademie Anfang der 70er-Jahre. Gemeinsames Studieren, Experimentieren und Reisen schweißt die drei bis heute zusammen. Wobei man damals nicht nur lobte und feierte. In der direkten Auseinandersetzung mit den Kommilitonen habe er am meisten gelernt, gibt Hans Mendler freimütig zu. Der Satz „Des taugt nix“ konnte dabei durchaus fallen. „Man hat sich nicht geschont.“

Trotz intensiver privater und künstlerischer Verbindung haben sich die drei Artisten in verschiede-

ne Richtungen entwickelt und eine jeweils eigenständige künstlerische Sprache gefunden. Die Figuration ist dabei das verbindende Element, freilich auf sehr verschiedene Weise. Spontan und direkt arbeitet Peter Degendorfer. Er nimmt große Farbflächen, die er mit grafischen Formen als rätselhafte Zeichen bespielt. Die Figur ist in seinem Werk fast verschwunden und taucht nur noch als hieroglyphisches Anliegen auf, durchaus mit Humor.

Einst Aushängeschild
eines Modegeschäfts

Anders Hans Mendler. Bei ihm kommt die Figur deutlicher zur Geltung. Sie symbolisieren die Leichtigkeit des Seins, den spielerischen Umgang mit dem, was möglich ist in der bildenden Kunst. So entstanden auch die drei Holzköpfe, die laut Mendler etwas mit den drei Artisten zu tun haben. Die Stücke sollten eigentlich im Ofen verheizt werden, doch Mendler sah etwas in ihnen und machte Kunst daraus.

Wolfgang Thiel hingegen inszeniert die Kunst im öffentlichen Raum, was sich in Plochingen an vielen Stellen augenfällig zeigt. Einige Appetizer seiner theatralischen Arbeiten sind im Bildhauergarten inszeniert, gleich neben dem Schaumraum im Hof hinter dem Ateliergebäude zu finden. Von dort geht es quer durch den idyllischen Park zur Mosaiksäule mit Dame in der Urbanstraße 2. Das leuchtend-



Wolfgang Thiel, Peter Degendorfer und Hans Mendler (von links) stellen auch im Schaumraum des Kulturparks Dettinger aus. Foto: Petra Bail

bunte Mosaik war einst Aushängeschild eines Modegeschäfts.

Thiels Arbeiten gehen eine sorgfältige Planung voraus. Schließlich müssen Statik und Sicherheit im öffentlichen Raum gewährleistet sein. Das wird bei der Station am Fischbrunnenplatz besonders deutlich. Dort steht eine der acht Damen, die in Plochingen sagen, wo's langgeht. Die hölzerne Frauengruppe wurde bei einem Unfall mit einem Lkw von ihrem Betonsockel geholt. Dass sie wieder steht, ist sicherlich den sorgfälti-

gen Berechnungen ihres Schöpfers zu verdanken.

In der Marktstraße vor der Plochingen-Info weist eine weitere Figur den Weg direkt in die städtische Galerie, zum zweiten Teil der Präsentation. Dort finden sich von allen drei Künstlern figurative Arbeiten, die auf zwei Etagen einen lebendigen Dialog entfalten. Man kann sich förmlich vorstellen, wie Mendlers Holzköpfe mit Peter Degendorfers „Sitzende“ und Wolfgang Thiels „divodiva“ lustvoll über alte Zeiten plaudern. 600 Meter

weiter Richtung Stumpfenhof an der Einmündung Schorndorfer Straße in die Hindenburgstraße wird der Mensch förmlich in den Himmel gehoben. Wolfgang Thiel hat für „Kleines Denkmal“ selleriegelte, menschliche Umrisslinien für Fußgänger und Autofahrer gut sichtbar auf einen Sockel gestellt.

Ein Stadtpaziergang auf Spuren der Kunst für die ganze Familie, der zeigt: Kunst versteckt sich nicht in Galerien und Museen, sie wartet an der nächsten Ecke – zumindest in Plochingen. *pb*

AKTUELLES

Musikfest bei der
Breitwiesenhalle

Hochdorf. Der Musikverein Hochdorf lädt von Samstag bis Montag, 13. bis 15. Juni, zu seinem Musikfest. Los geht es am Samstag im Festzelt bei der Breitwiesenhalle um 18 Uhr mit dem Fassantrieb, ab 20.30 Uhr spielt die Trachtenkapelle Winterbach. Zum Festauftakt am Sonntag spielt ab 11.30 Uhr die Stadtkapelle Wernau. Nach einem Jugendausschritt (14 Uhr) sowie Auftritten des Musikvereins Berkheim (15.30 Uhr) und von „Achims Kleine“ (17.30 Uhr) wird am Abend das Fußball-WM-Spiel Deutschland gegen Curacao live gezeigt. Am Montagabend spielen ab 18 Uhr die MVH-Jugend (zum Jahrgangstreffen), der Musikverein Schlierbach und schließlich die Gastgeber zum Festausklang.

Bastian Bielendorfer
im Neckar Forum

Esslingen. Der Comedian Bastian Bielendorfer macht am Sonntag, 21. Juni, 18 Uhr, Station im Neckar Forum in Esslingen. Im Gepäck hat er sein Programm „Gamechanger – alles ändert sich schneller als man denkt“. Tickets gibt es unter www.s-promotion.de und der Hotline 0 60 73/ 72 27 40.

Sommerfest
„In den Horben“

Aichwald. Der Musikverein Aichschieß lädt am Samstag (ab 17.30 Uhr) und Sonntag (10.30 Uhr), 13. und 14. Juni, zum Sommerfest „In den Horben“. Der Samstagabend steht unter der Überschrift „Blasmusik 2.0“. Am Sonntag sorgt ein Familienprogramm mit Frühschoppen, Kinderprogramm und Oldtimertreffen für besondere Erlebnisse. *red*

Anzeigen

Sichere **Baumfällung**
In jeder Lage und Größe „Klettertechnik“
! Alle **Garten-** Arbeiten!
Neu-/Umgestaltung, Baum-
Gehölz- u. Heckenrückschnitt, etc!
- J. Kälberer staatl. gepr. Forstwirt -
Alles Festpreise!
Kostenl. Besichtigung u. Beratung
Stgt., Tel. 0711 / 69 82 41

Lokal verwurzelt:
**Engagement, das
verbindet.**

www.extra-wochenende.de

HERZHALT
HAUSHALTSHILFEN & MEHR

**BENÖTIGEN SIE UNTERSTÜTZUNG
IM HAUSHALT?**

Pflegebedürftige mit Pflegegrad 1-5 haben Anspruch auf **Entlastungsleistungen**. Nutzen Sie Ihren Restbetrag aus dem Entlastungsbetrag 2025 noch bis zum **30.06.2026**, bevor Ihr Anspruch verfällt!



JETZT Entlastungsbetrag ab 131,- mtl. nutzen
Abrechnung mit allen Pflegeklassen möglich

Unsere Leistungen

- Haushaltshilfe
- Einkaufsservice
- Wäscheservice
- Alltagsbegleitung
- Fensterreinigung
- Kehrwoche

Jetzt kostenlos beraten lassen

☎ 0711 45 14 1143 ✉ info@herzhalt.de 🌐 www.herzhalt.de

eSecco
weiß oder rosé
Perlwein frisch und spritzig
0,75-Ltr.-Fl. (1 Ltr. = 7,99)
€ 5.99

Angebote
gültig bis
24.6.2026

Getränke-Kompetenz
seit 1890

BAYHA
Getränke-Center
BAYHA GmbH & Co. KG
Fritz-Müller-Str. 148
Esslingen-Industriegebiet

Heilbronner Schillerwein
1 Ltr. Fl. + 0,02 Pfand **€ 3.49**

Dinkelacker Privat, CD-Pils, Kellerbier oder Hell
20 x 0,5 Ltr.-Fl. + 3,10 Pfand (1 Ltr. = 1,50) **€ 14.99**

Erdinger verschiedene Weißbiere
20 x 0,5 Ltr.-Fl. + 3,10 Pfand (1 Ltr. = 1,60) **€ 15.99**

Aqua Römer Classic, Medium, Still oder Naturell, 9 x 1,0-Ltr.-Fl. + 2,85 Pfand (1 Ltr. = -61) **€ 5.49**

Angebote gültig bei Abholung. Solange Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung.

Hier passiert's: **Im EXTRA.**

www.extra-wochenende.de

**Sooowas von gut...
Jetzt doppelt
Sparen zum
Jubiläum!**

30 JAHRE

Polsterwelt ENGELHARDT

JUBILÄUMSRABATT
*Bis zu
-30%
auf Neubestellungen!

JUBILÄUMSLIEFERUNG
0€ **ZUSÄTZLICH**
Lieferung kostet nix!

Longchairgruppeca. 171 x 271 cm, in Stoffbezug mit einer tollen Lederoptik und einer wertigen Konstrukt, Füße Metall schwarz, ohne Kopfteilverstellung.

JUBILÄUMSPREIS
ab **1.698,-**

Polsterwelt ENGELHARDT GmbH
Mo-Fr 10 - 19 Uhr / Sa 10 - 18 Uhr
www.polsterwelt-engelhardt.de

Zollbergstr. 8 - 10
73734 Esslingen
Tel. (0711) 25 28 100

*Gültig nur für Neuaufträge. Basis ist der Engelhardt-Listenpreis vor Rabatt, wird sofort an der Rechnung gekürzt. Nicht gültig auf Werbepreise, Sonderpreise, reduzierte Ware sowie in Prospekten beworbene Preise und bereits getätigte Aufträge.

Sanierung der Schulklos verzögert sich

Viele Schulklos in Esslingen sind in desolatem Zustand. 182 WC-Anlagen sollen saniert werden. Doch für die Umsetzung gibt es einen neuen Fahrplan. Dass die Stadt darüber nicht informiert hat, führt zu Irritationen.

Viele Schult Toiletten sind in einem so schlechten Zustand, dass Schülerinnen und Schüler den Toilettengang so lange wie möglich hinauszögern. Lehrkräfte berichten immer wieder, dass Kinder und Jugendliche möglichst wenig trinken, um ja nicht in der Schule auf die Toilette gehen zu müssen. Das ist nicht gesund und bestimmt auch nicht förderlich für das Lernen. Auch in Esslinger Schulen sind viele Toiletten alt und in einem schlechten Zustand. Die Stadt will deshalb bis zum Jahr 2028 schrittweise 182 WC-Anlagen in 30 Schulgebäuden sanieren lassen und investiert dafür rund 7,1 Millionen Euro.

Stelle zur Koordination der Arbeiten

Grundsätzlich wurde dies bereits im Jahr 2024 beschlossen. Im ersten Quartal 2025 stimmte der Schulausschuss des Gemeinderats dann noch dem Zeitplan zu und gab zudem grünes Licht für eine auf vier Jahre befristete Stelle zur Koordination der Arbeiten. Diese Stelle konnte inzwischen besetzt werden, allerdings auf Wunsch der Stelleninhaberin nur zu 60 Prozent. Zudem gibt es noch eine externe Projektsteuerung.

Die Situation in den Schulen hat sich unterdessen aber nicht verbessert. Dem ursprünglichen Zeitplan zufolge hätten die ersten Toiletten teilweise 2025 und 2026 fertig sein sollen. Doch das habe sich nicht zuletzt wegen der umfangreichen Ausschreibung als zu ambitioniert

erwiesen, wie Vertreter des Eigenbetriebs Städtische Gebäude (SGE) Ende April im Ausschuss für Bildung, Erziehung und Betreuung einräumten. „Wir müssen uns bei der Größe dieser Maßnahme zwingend an das Vergaberecht halten“, sagte der technische Betriebsleiter der SGE, Oliver Wannek, mit Blick auf die Millioneninvestition. Nach außen kommuniziert wurde diese Verschiebung allerdings nicht.

Das hat offenbar zu Irritationen an den betroffenen Schulen und zu Frust unter den Eltern geführt. Wohl deshalb waren in die Sitzung auch einige Eltern gekommen. „Das Vertrauen ist beschädigt“, sagte die Vorsitzende des Gesamtelternbeirats, Catrin Spickermann, in ihrer Funktion als beratendes Ausschussmitglied. Die Schulklos seien nicht einfach nur irgendein Bauprojekt. „Es geht hier um den Alltag unserer Kinder“, betonte sie. Teilweise habe sogar bereits das Gerücht die Runde gemacht, dass die Toilettensanierung aufgrund der städtischen Sparmaßnahmen ganz auf Eis gelegt wird, berichtete Spickermann. Dem widersprach Bürgermeister Yalcin Bayraktar ausdrücklich: „Stand heute ist nicht geplant, die Gelder zu streichen.“

Bis 2028 abgeschlossen

Auch die Ausschussmitglieder bemängelten fehlende Transparenz und Kommunikation. „Es wurden Erwartungen in den Schulen geweckt, die nicht erfüllt werden

konnten“, kritisierte beispielsweise Aglaia Handler von der CDU-Fraktion. „Die Not ist groß, die Missstände müssen endlich beseitigt werden“, sagte Annette Silberhorn-Hemminger (Freie Wähler).

Fehler bei der Kommunikatio

Klaus-Rainer Hillmann, der bei der SGE für die Instandhaltung und Modernisierung zuständig ist, räumte Fehler bei der Kommunikation ein: „Wir haben hier eine offene Flanke. Ich entschuldige mich ausdrücklich.“ Gleichzeitig betonte er, dass der ursprüngliche Termin 2028, bis zu dem alle Sanierungen abgeschlossen sein sollen, nach wie vor angepeilt wird. „Das ist zu schaffen“, sagte er. Die Ausschreibung für die Sanierungsarbeiten, die extern geplant und ausgeführt werden sollen, erfolgt demnächst. Mit der Umsetzung soll Mitte 2027 begonnen werden. Um das Gesamtprojekt zu beschleunigen, wird die SGE einzelne WCs in der Lerchenäckerschule, der Hainbachschule, der Herderschule, dem Mörike-Gymnasium, dem Georgii-Gymnasium und der Schillerschule in Eigenregie sanieren. Der Start an einigen dieser Schulen ist in diesem Jahr geplant. Die Realisierung könnte bis 2027 dauern. Es wurde vereinbart, dass die SGE künftig regelmäßiger über den Stand der Sanierungen berichtet, etwa in Form einer kurzen Notiz unter dem Tagesordnungspunkt „Informationen zu aktuellen Nachrichten“. In den 22 städtischen



Alt und muffig: In Esslingen müssen viele Schult Toiletten dringend saniert werden (Symbolbild). Foto: Imago/Funke Foto Services

Schulen in Esslingen gibt es 370 WC-Räume, getrennt nach Mädchen-, Jungs-, Lehrer- und Behinderten-WCs auf einer Gesamtfläche von fast 4000 Quadratmetern.

Bei 188 WC-Räumen stuft die Verwaltung den Sanierungsbedarf als „nachrangig“ ein, sie räumte aber in einem Bericht ein, dass insgesamt ein Sanierungsstau augenfällig ist und viele Toiletten das Ende ihres Lebenszyklus erreicht haben. Vorausgegangen war die Begehung aller Schult Toiletten. Ihr Zustand wurde mit Schulnoten von eins bis sechs eingestuft. Der Maßstab für die Bewertung waren bereits sanierte Toiletten in der Grundschule Sulzgries sowie am Mörike-Gymnasium.

SANIERUNG

Standardelemente: Den Plänen aus dem Jahr 2025 zufolge wird die Stadt Esslingen bei der Sanierung auf standardisierte Elemente zurückgreifen. So sollen beispielsweise überall die gleichen Fliesenformate, Trennwände und fugenlosen Böden verwendet werden, die leicht zu reinigen und zudem langlebig sind.

Mitbestimmung: Bei der Vorstellung der Pläne für die Toilettensanierung im ver-

gangenen Jahr wurde erwähnt, dass Schülerinnen und Schüler sowie Schulleitungen bei der individuellen Gestaltung, etwa bei der Farbauswahl, mitbestimmen können. Diese Beteiligung soll zu einer höheren Identifikation führen und so vor Vandalismus schützen. Wie groß die Einbindung tatsächlich sein wird, ist laut einer aktuellen Ausschussvorlage je nach Schulart und Alter der Schülerschaft unterschiedlich.

Mutter und Tochter stellen aus

Baltmannsweiler. Die Ausstellung „Mother & Daughter“, die Anfang dieser Woche im Rathaus Baltmannsweiler eröffnet worden ist, bringt erstmals die Arbeiten von Mutter Anette C. Halm und Tochter Sissi-Madelaine Schöllhuber in einen künstlerischen Dialog, der trotz unterschiedlicher Medien und Bildsprachen verbindet. Während Schöllhuber in ihrer neuen Serie „Mimosis“ hybride Bildwelten zwischen Verletzlichkeit, Identität und Transformation entwickelt, untersucht Halm unter dem Titel „The Cut“ Erinnerung, Verlust und die materiellen Spuren eines gelebten Lebens.

Beide Positionen, so betonen die Künstlerinnen, machen Unsichtbares sichtbar: psychische Zustände, Erinnerungen und Veränderungsprozesse, die sich einer eindeutigen Form entziehen. In der Kombination entsteht ein generationsübergreifender Dialog über Transformation, Vergänglichkeit und die Frage, was vom Menschen bleibt.

In den Bereichen Malerei, Performance und Video sind „Mother & Daughter“ gleichermaßen zuhause. Anette C. Halm ist zudem künstlerisch-fotografisch tätig, während Sissi-Madelaine Schöllhuber auch zeichnerisch arbeitet. Derzeit bastelt sie bei Professor Christian Jankowski an der Staatlichen Akademie der Bildenden Künste in Stuttgart an ihrer Bachelorarbeit.

Info: Zu sehen ist die Ausstellung „Mother & Daughter“ bis zum Ende dieses Jahres, und zwar zu den üblichen Öffnungszeiten des Rathauses in Baltmannsweiler.

Impressum
Verlag
Bechtle, Graphische Betriebe und Verlagsgesellschaft GmbH & Co. KG, gesetzlich vertreten durch den Geschäftsführer Herbert Dachs, Zeppelinstraße 116, 73730 Esslingen.
Verantwortlicher für die Redaktion
Reimund Abel, Südwest Media Network GmbH, Plieninger Str. 150, 70567 Stuttgart, Telefon 07 11 / 9310-145.
Verantwortlicher für den Anzeigenteil
Lars Barnstorf, Südwest

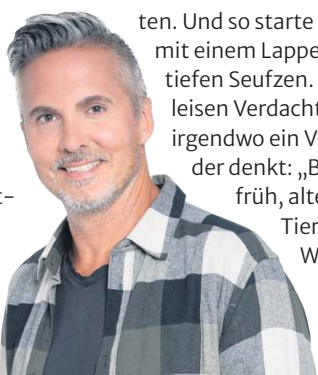
Media Network GmbH, Plieninger Str. 150, 70567 Stuttgart, Telefon 07 11 / 7205-0.
Druck
MHS Print GmbH, Plieninger Straße 150, 70567 Stuttgart, gesetzlich vertreten durch den Geschäftsführer Johannes Degen
Anzeigen
extra@swm-network.de
Kontakt zur Redaktion
redaktion-extra@swm-network.de
Kontakt Zustellung
qualitaet@mmd-verteildienst.de

ORIGINAL OSTERMANN

Ein liebevoller Gruß auf der Motorhaube

Es gibt Beziehungen im Leben, die entwickeln sich durch Zuneigung, Respekt und Vertrauen. Und dann gibt es die Beziehung zwischen den Vögeln in meiner Nachbarschaft und mir. Sehr körperlich, sehr direkt, und im Fokus steht mein Auto. Jeden Morgen, wenn ich im Halbschlaf das Haus verlasse, ist er wieder da. Dieser liebevolle Gruß auf meiner Motorhaube. Weiß, dick, frisch serviert. Man könnte fast sagen: Ein Natur-Statement mit klarer Handschrift. Ich weiß nicht, was ich falsch gemacht habe. Ich habe weder einen Vogel beleidigt noch einen Baum gefällt. Und trotzdem hat mein Auto offenbar den Status „Zielobjekt mit Lackfläche“ bekommen. Das Faszinierende daran ist ja die Präzision. Es ist immer exakt mein Auto! Als hätte eine Vogel-Planungsgruppe beschlossen: „Team, heute wieder das silberne Ding mit den Rädern.“ Und während andere Menschen morgens ihren Kaffee und den Sonnenaufgang genießen, erlebe ich biologisches Flächenmanagement. Inzwischen versuche ich das Ganze sportlich zu sehen. Vielleicht ist es ein Zeichen. Vielleicht bin ich auch einfach Teil eines natürlichen Ökosystems. Also bleiben mir nur Akzeptanz und ein guter Reiner. Bestimmt ist das die wahre Lehre: Man kann nicht alles kontrollieren. Nicht das Wetter, nicht seine Mitmenschen und ganz sicher nicht Vögel mit sehr klaren Prioritäten. Und so starte ich jeden Tag mit einem Lappen und einem tiefen Seufzen. Und dem leisen Verdacht, dass irgendwo ein Vogel sitzt, der denkt: „Bis morgen früh, alter Mann.“ Tierisch schönes Wochenende,

Euer Ostermann



Anzeige

UNSERE LESERREISEN



Bosnien-Herzegowina

Städte, Natur und Geschichte entdecken

04. - 11. September 2026

Der Reisepreis beträgt p.P. im Doppelzimmer: **ab € 1.659,-***

Einzelzimmerzuschlag: € 239,-

Transfer nach/von Stuttgart: € 85,-

Im Reisepreis enthalten:

- Hapag-Lloyd Reisebegleitung
- Flug Stuttgart nach Sarajevo und zurück
- 7 Nächte in 3/4* Hotels
- 7x Frühstück, 6x Abendessen, 1x Mittagessen Lammspieß
- Deutschsprachige örtliche Reiseleitung
- Eintritte und Führungen lt. Programm

Frühbucherpreis bis zum 30.06.2026!



Hotel Edita

Work Life Resort in Scheidegg (Allgäu)

02.-04.10. / 16.-18.10. / 06.-08.11.26

Der Reisepreis beträgt p.P. im Doppelzimmer Deluxe: **ab € 319,-***

Einzelzimmerzuschlag: € 60,-

Im Reisepreis enthalten:

- 2 Nächte im Deluxe Zimmer Aussicht mit Blick auf die Allgäuer Alpen
- 2x 4 Gang Verwöhn - Menü am Abend
- Reichhaltiges Frühstück
- "edita"-Wellnesstasche, Wohlfühl-Bademantel und Badelatschen
- Wellnessnutzung der Pool-und Saunabereich



Kairo - Zusatztermin

mit Grand Egyptian Museum

05. - 09. Oktober 2026

Der Reisepreis beträgt p.P. im Doppelzimmer: **€ 2.189,- ***

Transfer nach/von Stuttgart: € 85,-

Im Reisepreis enthalten:

- Hapag-Lloyd Reisebegleitung
- Flug Stuttgart - Kairo und zurück (Umsteige Verbindung, teilweise Zug)
- Transfer Flughafen-Hotel-Flughafen
- 4 ÜB. im Cairo Marriott Hotel 5*, Vollpension
- Eintritte und Führungen lt. Programm
- Visa Gebühren bei Einreise

Nur noch wenige Plätze!



La Palma

La Isla Bonita

17. - 24. November 2026

Der Reisepreis beträgt p.P. im Doppelzimmer: **ab € 1.669,-***

Einzelzimmerzuschlag: € 299,-

Transfer nach/von Stuttgart: € 85,-

Im Reisepreis enthalten:

- Flug von Stuttgart nach La Palma und zurück
- Hapag-Lloyd-Reisebegleitung
- 7 ÜB. im 4* Hotel H10 Taburiente Playa (o.ä.)
- Halbpension
- Ausflüge und Besichtigungen laut Programm inklusive Eintrittsgelder
- Örtliche, Deutsch sprechende Reiseleitung

Veranstalter: SÜDWEST PRESSE + Hapag-Lloyd Reisebüro GmbH & Co.KG | Karlstr. 3 | 89073 Ulm

*Alle angegebenen Preise verstehen sich zzgl. Servicepaket Gruppenreisen € 15,90 pro Person.

Sicher mit dem E-Bike fahren

Ein Pedelec-Fahrtraining für Senioren in Wernau soll für mehr Sicherheit im Straßenverkehr sorgen.

Zwar sind Pedelecs bequem zu fahren, aber selbst weniger trainierte Personen können damit mit beachtlicher Geschwindigkeit fahren. Gleichzeitig steigen laut Polizeistatistiken jedoch auch die Unfallzahlen – teilweise mit schweren Folgen. Viele unterschätzen einfach die Geschwindigkeit und das Gewicht der elektrischen Fahrräder. Beides führt zu einem veränderten Fahr- und Bremsverhalten. Gerade ältere Menschen verunglücken laut Statistik besonders häufig mit dem Pedelec.

Anfahren, bremsen, anhalten, ausweichen

Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken, bietet der Stadt seniorenrat Nürtingen in Kooperation mit dem Kreisseniorenrat Esslingen und dem Referat Prävention des Polizeipräsidiums Reutlingen ein Pedelec-Training für Seniorinnen und Senioren an.

Die Teilnehmenden erhalten laut dem Veranstalter unter fachkundiger Anleitung wichtiges Wissen rund um die Technik, die rechtliche Stellung von Pedelecs sowie Informationen zu aktuellen Verkehrsregeln. Im praktischen Teil des Trainings werden dann insbesondere das sichere Anfahren, Bremsen, Anhalten und Ausweichen sowie die richtige Einschätzung von Geschwindigkeit intensiv geübt.

Anmeldung: Der Kurs findet am Freitag, 19. Juni, von 13.30 bis 16 Uhr, am Parkplatz am Eisstadion in Wernau statt. Es können maximal 14 Seniorinnen oder Senioren teilnehmen. Der Kurs kostet 30 Euro. Es müssen eigene Pedelecs und Helme mitgebracht werden. Anmeldung und weitere Informationen unter der E-Mail: cornelia.frey@keppler-stiftung.de. Anmelde-schluss ist am 17. Juni.



Durch die zusätzliche Antriebskraft des Motors unterschätzt man schnell, mit welcher Geschwindigkeit man unterwegs ist. Zudem haben E-Bikes meist ein höheres Gewicht als reguläre Fahrräder. Foto: Friso Gentsch/dpa

AKTUELLES

Das historische Plochingen erkunden

Plochingen. Bei einer Stadtführung am Freitag, 19. Juni, werden die Geschichte und die historischen Bauwerke Plochingens veranschaulicht. Vom Marktplatz über den Kirchberg mit der Stadtkirche St. Blasius, vorbei an der ehemaligen Waldhornbrauerei und zurück zur Innenstadt wird das historische Plochingen erkundet. Die Führung beginnt um 15.30 Uhr und dauert 90 Minuten (eine Anmeldung ist unter Mail: tourismus@plochingen.de möglich).

Bläsermatinee im „Neuen Blarer“

Esslingen. Der Fachbereich Blasinstrumente der städtischen Musikschule Esslingen lädt am Sonntag, 14. Juni, 11 Uhr, zur Bläsermatinee ins „Neue Blarer“ (evangelisches Gemeindehaus am Blarerplatz) in Esslingen. Besucherinnen und Besucher erwartet ein abwechslungsreiches Konzertprogramm.

Verkleidet den Holocaust überlebt

Ruth Rosenstock Michel berichtet am Campus Flandernhöhe der Hochschule Esslingen aus ihrem ereignisreichen Leben.

Esslingen. Sie kann vieles berichten. Nichts Erfundenes oder Ausgedachtes. Ruth Rosenstock Michel gibt ihre eigenen, autobiografischen Erfahrungen wieder. Dank einer Verkleidung überlebte sie Holocaust, Vertreibung und Bedrohung.

Am Freitag, 19. Juni, 13.30 Uhr, erzählt sie an der Hochschule Esslingen die Geschichte ihres Lebens. Es ist eine ergreifende Geschichte von Leben und Überleben. Ruth Rosenstock wurde 1928 in Königsberg geboren. Ihr Vater war

jüdischen Glaubens, ihre Mutter Christin. Wie im Internet und in verschiedenen Zeitungsartikeln zu lesen ist, wurde sie wie viele andere Opfer des Rassenwahns der Nationalsozialisten. Nach Umzügen und sich immer wieder verschiebenden Grenzen während des Zweiten Weltkriegs erlebte sie im Juni 1941 den Einmarsch der deutschen Wehrmacht in Russland. Viele

jüdische Mitbürger ihres Wohnortes Mikuliczyn wurden ermordet – darunter auch ihr Vater. Ein erster Fluchtversuch misslang. Doch unter dem Druck der Gestapo machte sie sich im August 1942 nochmals mit ihrer Mutter, ihren Schwestern und ihrer Großmutter auf den Weg. Sie gelangten zurück nach Königsberg. Getarnt als polnische Hilfsarbeiterin überlebte Ruth Rosenstock dort Bomben-

nächte, Einkesselung der Stadt und Straßenkämpfe sowie die Wirren des Kriegsendes. Doch als eine Typhus-Epidemie ausbrach, floh sie nach Frankfurt am Main. Die Verfolgung und Ermordung unschuldiger Menschen solle nicht vergessen werden, schreibt Ruth Rosenstock Michel auf einer Internetseite am Ende ihrer Kurzbiografie. Auch darum spricht sie an der Hochschule Esslingen. Rek-

tor Christof Wolfmaier und Michael Blume, Beauftragter der baden-württembergischen Landesregierung gegen Antisemitismus und für jüdisches Leben, werden an diesem Nachmittag Grußworte sprechen. Professorin Nina Kölsch-Bunzen hat die Veranstaltung organisiert. Für die Musik sorgen nach Angaben der Hochschule Alon Wallach von Asamblea Mediterra-

nea als Gitarrist und Sophie Macher als Sängerin. Im Anschluss können sich Zuhörer in einer Ausstellung über die Ergebnisse aus dem studentischen Projekt „Erziehung nach Auschwitz“ informieren. Die Veranstaltung findet im Raum 111 im ersten Obergeschoss des Gebäudes 1 am Campus Flandernstraße der Hochschule Esslingen in der Flandernstraße 101 statt. Der Eintritt ist frei.

Anzeige

Gesundheit

ANZEIGE



Gesichts-rötungen? – Nein danke!

Rötungen an Nase und Wangen entstehen, wenn die Äderchen im Gesicht stärker durchblutet werden und durch die Haut schimmern. Gründe dafür können häufige Temperaturwechsel, zunehmendes Alter oder UV-Strahlung sein. Viele versuchen, dem Problem mit verschiedenen Präparaten entgegenzuwirken.

Unser Tipp: Eine Spezialcreme mit einzigartigem 3-fach-Effekt (Deruba, Apotheke)! Dank mikroverkapselter Pigmente kaschiert Deruba Gesichtsrötungen sofort. Die spezielle Aktivstoff-Formel mildert sie längerfristig. Der integrierte UV-Schutz mit LSF50+ beugt der Entstehung neuer Rötungen vor. Deruba – die Rundum-Antwort auf Hautrötungen!



(Abbildung Betroffenen nachempfunden)

Ein Gefühl von geschwollenen, schweren Beinen?

Ein innovatives Pflege-Gel mit Multi-Target-Komplex soll Erleichterung schaffen. Doch was kann der Ansatz mit den Inhaltsstoffen aus der Nobelpreis-Forschung wirklich?

Schwere und geschwollene Beine – ein Problem, das fast 80 Prozent aller Erwachsenen kennen. Betroffene berichten häufig, dass sich die Beine nicht nur schwer, sondern auch dick anfühlen. Gerade im Umfeld von Venenleiden sind solche Beschwerden bekannt. Häufig hängt dieses Empfinden mit Wassereinlagerungen in den Beinen zusammen.

Das Zusammenspiel von Mikro-zirkulation, Ödemen und Wahrnehmung

Schwere Beine sind aber kein eindimensionales Beschwerdebild! Unter anderem entscheidend ist die Mikro-zirkulation. Sprich: der Blutfluss in den kleinsten Gefäßen. Ebenso wie der Abtransport von Flüssigkeit aus dem Gewebe. Dies führt oft zu geschwollenen schweren Beinen, was für Betroffene häufig auch ein kosmetisches Problem darstellt. Denn die Beine fühlen sich nicht nur dick an, sie sehen auch dick aus.

Wassereinlagerungen und vorübergehende Ödeme gehen oft auch mit Nervenkompressionen einher. Dadurch können Spannungs- und Druckempfindungen stärker wahrgenommen werden. Denn durch Wassereinlagerun-



gen und Ödeme kann der Druck im Gewebe steigen.

Faktor Haut: Mehr als nur eine Hülle

Auch unsere Haut reagiert sensibel auf Spannung und Trockenheit. Wenn sich Wasser in den Beinen oder Füßen sammelt, wird die Haut gedehnt. Sie wird

trocken und rau. Somit können Reize intensiver wahrgenommen werden und Schweregefühle und Brennen können subjektiv verstärkt werden.

Der Multi-Target Ansatz für schwere Beine

Deutsche Wissenschaftler haben daher ein besonderes Pflege-

Gel mit Multi-Target-Ansatz entwickelt. Das bedeutet, dass mit einem Produkt mehrere Punkte angegangen werden. Die Nervenspezialisten der Nr. 1 Apotheekenmarke Restaxil haben sich dabei von der Nobelpreisforschung inspirieren lassen.

Herzstück der Formulierung ist der Pflanzenkomplex Legactif aus Goldrute, Mäusedorn und Zitrone. Er vereint die Heilpflanzen zu einem intelligenten Komplex, der dazu beitragen kann:

- Die Mikro-zirkulation anzuregen
- Die Hautdicke und die damit verbundenen Ödeme zu reduzieren¹
- Die Durchblutung feiner Gefäße zu unterstützen und den Flüssigkeitsabtransport zu fördern

Die Nobelpreis-Forschung: Pflege für Ihre Haut

Mit Hydagen Aquaporin enthält die Formulierung zudem einen Pflegebaustein, der auf der Nobelpreis-prämierten Grundlagenforschung zu Aquaporinen basiert – winzigen Kanälen in der Haut, die eine Rolle beim Wassertransport spielen. Zudem setzt die Menthol-Formulierung Koko ML Plus an den Kälterezeptoren der Haut an und erzeugt

ein Frischegefühl. Das Produkt lässt sich auch ideal als Massage-gel anwenden. Das Einmassieren wird von vielen genutzt, um den Abtransport von Flüssigkeit zu unterstützen.

Qualität aus Deutschland

Restaxil Gel wird in Deutschland hergestellt. Das Gel ist dermatologisch geprüft, hautverträglich und für die regelmäßige Anwendung geeignet.

Erhältlich ist das Produkt in jeder Apotheke; es ist aufgrund der Nachfrage nicht immer vorrätig. Sollte die Apotheke das Gel nicht verfügbar haben, ist es in wenigen Stunden für den Kunden abholbereit. Alternativ kann es online erworben werden.

Für Ihre Apotheke: **Restaxil Gel** (PZN 19649387)

www.restaxil.de



Restaxil Gel ist ein Kosmetikum • *OTC Arzneimittel bei Nervenschmerzen zur oralen Einnahme, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2026 • ¹Das zeigten Legactif und dessen Inhaltsstoffe in Studien. S.h. Provital S.A.U.: Legactif™, Natürlicher Wirkstoff für die Pflege müder Beine, 2023 [Interne Herstellerunterlagen, unveröffentlicht] • Abbildung Betroffenen nachempfunden



Auf einem Rondell am Hafenmarkt sind die Esslinger Partnerstädte aufgeführt. Foto: Roberto Bulgrin

Partnerstädte sollen Spardiktat kaum spüren

Die Stadt Esslingen muss sparen – auch bei den Städtepartnerschaften. Was bedeutet das für die teils schon jahrzehntelang gepflegten Beziehungen zu Partnerstädten im Ausland?

Fast 70 Jahre ist es her, dass die Stadt Esslingen ihre erste Städtepartnerschaft mit dem französischen Vienne besiegelte. Inzwischen hat Esslingen zwölf Partnerstädte in Europa und darüber hinaus. Bis nach Sheboygan in den USA und Coimbatore in Indien reichen die freundschaftlichen Beziehungen. Doch Esslingen muss spa-

ren, das Budget für Städtepartnerschaften sinkt. Können die Beziehungen in alle Welt trotzdem weiter so gepflegt werden wie bisher?

Zusätzliche Einnahmen durch Fördermittel

Nicole Amolsch, Leiterin des Esslinger Oberbürgermeister-Büros, zeigt sich zuversichtlich. Man versuche, das reduzierte Budget für die Städtepartnerschaften mit zusätzlichen Einnahmen durch Fördermittel zu kompensieren, erklärt sie. „Grundsätzlich legen wir viel Wert darauf, unsere bestehenden Partnerschaften weiterhin zu pflegen und sie zu festigen“, betont Amolsch. Städtepartnerschaften seien für die Stadt Esslingen und ihre Bürgerschaft seit der ersten Partnerschaft mit Vienne im Jahr 1958 eine Brücke nach Europa und in die Welt.

Esslingen will mehr digitalen Austausch

Doch auch in diesem Bereich muss gespart werden. Bis 2029 soll das Budget um rund 60 000 Euro im Jahr reduziert werden. Unter anderem sollen die bisherige Vollzeitstelle für die Abteilungsleitung auf 80 Prozent gekürzt und das Sachkostenbudget reduziert werden. Man will sich künftig auf bestimmte Projekte fokussieren und verstärkt auf digitale Austauschformate setzen – etwa auf digitale sogenannte „Coffee Talks“, wie es sie zwischen Menschen aus Esslingen und Sheboygan bereits gab.

Schüleraustausch wird gepflegt

Das könne und werde Reisen von Delegationen nach Esslingen oder in die Partnerstädte zwar nicht ersetzen, stellt Amolsch klar. Aber man müsse die Kosten und die Anzahl der Teilnehmenden an solchen Reisen im Blick behalten.

Explizit nicht angetastet werden sollen laut Amolsch die Schüleraustausche in die Partnerstädte Vienne in Frankreich, Udine in Italien und ins polnische Piotrków Trybunalski. Zusätzlich gebe es am Mörike-Gymnasium einen Austausch mit dessen Partnerschule im spanischen Ribadasella. Pro Jahr nehmen laut Amolsch 100 bis 150 Schülerinnen und Schüler an den Austauschfahrten teil. „Gerade für junge Menschen ist der Austausch sehr bereichernd: Sie lernen sich kennen, bauen Vorurteile ab und entwickeln Vertrauen“, betont Amolsch. Dadurch werde friedliches Zusammenleben gefördert und das europäische oder internationale Gemeinschaftsgefühl gestärkt.

Austauschformate für Erwachsene

Auch für Erwachsene gebe es Austauschformate. Besonders gut funktionieren laut Nicole Amolsch derzeit der Choraustausch des Liederkranzes mit Neath Port Talbot in Großbritannien, das Engagement der Ost-West-Gesellschaft in Polen und der Ukraine, der Austausch der Weingärtner aus Esslingen und Vienne und der Austausch der Feuerwehr mit Kamianets-Podilskyi.

Besonders intensive Kontakte

Generell besonders intensiv seien derzeit die Kontakte in die Partnerstädte Kamianets-Podilskyi (Ukraine), Piotrków Trybunalski (Polen), Vienne (Frankreich), Neath Port Talbot (Großbritannien), Udine (Italien), Velenje (Slowenien), Sheboygan (USA) und Eger (Ungarn). Weniger eng seien derzeit die Beziehungen nach Coimbatore (Indien), Norrköping (Schweden), Molodetschno (Belarus) und Schiedam (Niederlande).

28 Kommunen dabei beim Stadtradeln

In den kommenden drei Wochen wird wieder in die Pedale getreten. Es gibt auch etwas zu gewinnen.

Kreis Esslingen. Vom 13. Juni bis zum 3. Juli tritt auch der Landkreis Esslingen gemeinsam mit 28 Kommunen beim bundesweiten Wettbewerb Stadtradeln an. In diesem Zeitraum können Bürgerinnen und Bürger möglichst viele Radkilometer „sammeln“ und so ein Zeichen für Klimaschutz, nachhaltige Mobilität und eine gesundheitsbewusste Lebensweise setzen.

Unter dem Motto „Gemeinsam Kilometer machen, gemeinsam Großes bewegen“ ist es die sechste Stadtradeln-Teilnahme des Landkreises. Die Erste Landesbeamtin Marion Leuze-Mohr verweist auf das Vorjahr, als der Landkreis ein Rekordergebnis von mehr als zwei Millionen Kilometern erreicht hat. „Ich bin gespannt, ob wir das gemeinsam noch übertreffen können.“

Ob auf dem Weg zur Arbeit oder zur Schule oder in der Freizeit: jeder gefahrene Kilometer zählt. Der besondere Reiz des Stadtradelns liegt im gemeinschaftlichen Wettbewerb. Unternehmen, Schulen und Vereine können „Unterteams“ bilden und innerhalb eines Hauptteams gegeneinander antreten. Das sorgt für Motivation und stärkt zugleich den Teamgeist. Die Teilnahme ist unkompliziert: Über die kostenlose Stadtradeln-App können die Teilnehmenden die geradelten Strecken per GPS tracken und direkt ihrem Team und ihrer Kommune gutschreiben. Aber auch ohne App können die gefahrenen Kilometer gesammelt und online in das Kilometer-Buch eingetragen werden.

28 Landkreiskommunen sind beim gemeinsamen Stadtradeln für den Landkreis Esslingen mit von der Partie und bieten über die drei Wettbewerbswochen hinweg auch Veranstaltungen und Touren an. Bereits zum Auftakt am 13. Juni wird es vielerorts Aktionen geben. Wie im Vorjahr wird der Landkreis bei einer Preisverleihung die aktivsten Teams, Schulen und Kommunen auszeichnen. Darüber hinaus werden unter allen Teilnehmenden Preise verlost.

Info: Für Spätentschlossene: weitere Informationen, Anmeldung und Termine unter <https://www.stadtradeln.de/landkreis-esslingen>.

Anzeigen



Wir leben Zusammenhalt

Wir suchen ab sofort eine

Sachbearbeitung für das Bürgeramt (m/w/d)

Die Gemeinde Denkendorf im Landkreis Esslingen, (ca. 11.000 Einwohner) sucht ab sofort eine Sachbearbeitung für das Bürgerbüro (m/w/d) mit einem Beschäftigungsgrad von 90-100%.

Ihr Aufgabengebiet umfasst im Wesentlichen die Klassiker im Bürgerbüro:

- Selbständige Bearbeitung aller Angelegenheiten des Einwohnermeldewesens
- Bearbeitung von Pass- und Personalausweisthematen
- Erledigung von Gewerbean-, -um- und -abmeldungen
- Entgegennahme und Weiterleitung von Anträgen sowie allgemeine Aufgaben im Bürgerservice
- Bearbeitung von Fundsachen
- Führen der Wählerverzeichnisse

Wir suchen eine motivierte Persönlichkeit mit einer strukturierten, selbständigen, verlässlichen und engagierten Arbeitsweise. Neben einer abgeschlossenen Berufsausbildung zum/r Verwaltungsfachangestellten oder einer vergleichbaren Qualifikation sollten Sie ein freundliches und überzeugendes Auftreten mitbringen.

Kommen Sie in unser Team und gestalten Sie mit!

Wir bieten Ihnen eine abwechslungsreiche Tätigkeit mit einer guten Arbeitsatmosphäre in einem aufgeschlossenen Team, Jobticket, Jobrad und vieles mehr. Eine kollegiale Einarbeitung und kurze Kommunikationswege sichern wir Ihnen zu. Die Einstellung erfolgt in Entgeltgruppe 7 TVöD.

Interesse?
Dann bewerben Sie sich bitte bis zum **05.07.2026** über <https://www.mein-check-in.de/denkendorf>



 Frau Schilling: 0711 341680-244
 Frau Steinacker: 0711 341680-230
 Furtstr. 1, 73770 Denkendorf
 www.denkendorf.de



Wir leben Zusammenhalt

Wir suchen ab sofort eine

Sachbearbeitung im Finanzwesen (m/w/d)

Die Gemeinde Denkendorf im Landkreis Esslingen (ca. 11.000 Einwohner) sucht zum frühestmöglichen Zeitpunkt eine Sachbearbeitung für das Finanzwesen in Teilzeit/Vollzeit (90-100 %) in EG 8 (mit Entwicklungsperspektive).

Es erwartet Sie eine abwechslungsreiche und verantwortungsvolle Tätigkeit mit folgenden Aufgabenschwerpunkten:

- Ausführung und Verwaltung des Zahlungsverkehrs
- Mitwirkung im Forderungsmanagement und in der Vollstreckung
- Schnittstellenfunktion zwischen Bürgern und Steueramt
- Mitwirkung im Bereich Grundstücksverkehr und -verwaltung
- Mitarbeit in Projekten wie Einführung des § 2b UStG und eines Tax Compliance Systems

Die genaue Abgrenzung des Aufgabengebietes behalten wir uns vor.

Wir suchen eine motivierte Persönlichkeit mit einer strukturierten, selbständigen und verlässlichen Arbeitsweise. Sie verfügen über eine abgeschlossene Ausbildung zur/zum Verwaltungsfachangestellten oder über eine vergleichbare Qualifikation. Idealerweise haben Sie bereits einschlägige Erfahrungen im Kassen- oder Bankbereich.

Kommen Sie in unser Team und gestalten Sie mit!

Wir bieten Ihnen eine interessante Tätigkeit in einer modernen, bürgerorientierten Verwaltung, eine gute Arbeitsatmosphäre in einem aufgeschlossenen Team, Jobticket, Jobrad und vieles mehr. Eine kollegiale Einarbeitung und kurze Kommunikationswege sichern wir Ihnen zu.

Interesse?
Dann bewerben Sie sich bitte bis zum **05.07.2026** über <https://www.mein-check-in.de/denkendorf>



 Frau Ludwig: 0711 341680-220
 Furtstr. 1, 73770 Denkendorf
 www.denkendorf.de



Traumbäder

TIPPS!

Ab in die Wanne!

Auf der Suche nach Wohlfühl? Verspannungen überall? Gründe, in die warme Wanne zu steigen, sind vielfältig. Zwei Ärztinnen klären die wichtigsten Fragen zum Wellness-Ritual.

Frankfurt. Gefühlt gibt es zwei Arten von Menschen: die, die das Baden lieben, und diejenigen, die dem Abtauchen im Schaum nichts abgewinnen können. Letztere können jetzt mit den Lesen aufhören. Für alle anderen klären eine Hautärztin und eine Kardiologin die wichtigsten Fragen rund um das Wellness-Ritual.

Ist Baden gesund?
„Eindeutig ja“, sagt Christiane Tiefenbacher, Vorstandsmitglied der Deutschen Herzstiftung. „Baden entspannt, reduziert Stress und lässt einen zur Ruhe kommen.“ Das gilt aber nur für Bade-Enthusiasten. Baden fällt in die Kategorie „Seelenmedizin“. Wer ihm nichts abgewinnen kann, wird keinen positiven Effekt spüren. Nebenaspekt: Da

Baden das Herz-Kreislauf-System beansprucht, werden je nach Temperatur und Dauer ein paar Extrakalorien verbrannt. „Als Diätmaßnahme eignet sich die Methode allerdings nicht“, sagt Tiefenbacher. Viele steigen nur in die Wanne, wenn sie erkältet sind: Das Baden an sich lässt den Infekt zwar nicht schneller verschwinden. Es kann aber Symptome lindern, etwa durch ätherische Öle in Badezusätzen, die besser durchatmen lassen.

Wer sollte besser aufs Baden verzichten?
Gesunde Menschen können so heiß, oft und lange baden, wie sie es als angenehm empfinden, sagt Kardiologin Tiefenbacher. Grundsätzlich spricht wenig gegen ein Wannenvergnügen. „Anders als vor Jahren emp-

fohlen, eignen Bäder sich auch für Menschen mit schwacher Herzleistung oder sehr niedrigem Blutdruck. Bei 37 Grad und zehn Minuten passiert in der Regel nichts.“ Bei Herz-Kreislauf-Problemen oder Hauterkrankungen sei aber ratsam, Badepläne vorab ärztlich abzuklären. Bei Neurodermitis und Co. können bestimmte Zusätze sogar nachweislich Linderung verschaffen, erklärt Dermatologin Marion Moers-Carpi.

Worauf sollten Schwangere achten?
Baden kann vor allem in den letzten Wochen der Schwangerschaft entlastend sein und ist damit laut Tiefenbacher ratsam. Wichtigste Regel: Besser nur dann in die Wanne, wenn ein weiterer Erwachsener in der Nähe ist. „Baden senkt den Blutdruck und erhöht die Herzfrequenz. Das kann zu Schwindel und im ungünstlichsten Fall zu Ohnmacht führen.“ Daher gibt sie den Tipp, sich vorsichtshalber heraushefen zu lassen. Ein Blick auf den Badezusatz ist

ebenfalls ratsam. „Bestimmte ätherische Öle wie Kampfer oder Lavendel stehen im Verdacht, wehenfördernd zu wirken.“

Welcher Badezusatz ist gut für die Haut?

Lustige Schaumbäder sind für die Haut alles andere als spaßig. „Die darin enthaltenen Tenside trocknen aus“, sagt Hautärztin Moers-Carpi. Rückfettende Zusätze auf Basis von Mandel- oder Jojobaöl sind meist die richtige Wahl. Es darf neben pflegenden Eigenschaften auch angenehm duften – etwa mit pflanzlichen Inhaltsstoffen wie Kamille, Ringelblume oder Baldrian. Bei Neurodermitis oder Schuppenflechte setzt die Hautärztin auf medizinische Zusätze mit Eichenrinde oder Salz vom Toten Meer. „Sie lindern Juckreiz und machen die Haut geschmeidig.“

Warum werden Hände und Füße im Wasser schrumpelig?
Nicht schön, aber sinnvoll: Durch ausgiebiges Baden quellen die o-

beren Hornschichten der Haut auf und werden faltig. In freier Wildbahn würde diese körperliche Reaktion helfen, sich beim Aus-dem-Wasser-Ziehen besser festhalten zu können, so Marion Moers-Carpi. Zu Hause ist es das Signal: „Das Bad dauert zu lange. Jetzt aber raus.“

Wie sieht das perfekte Baderitual aus medizinischer Sicht aus?
Die Expertinnen raten: Geben Sie in den frühen Abendstunden ein Badeöl aus natürlichen Zutaten in 36 bis 38 Grad warmes Wasser. Versinken Sie mit einem tiefen Seufzer darin, schließen Sie die Augen und denken Sie möglichst an gar nichts. Erheben Sie sich nach zehn, allerhöchstens 20 Minuten langsam und tupfen Sie die Haut mit einem weichen Handtuch ab. Nach einer kurzen Ruhezeit den Körper mit einer Bodylotion auf Aloe-Vera- oder Urea-Basis eincremen, kuschelige Socken anziehen und ab unter die Decke. Ganz wichtig: Trinken nicht vergessen. *Friederike Ostermeyer, dpa*



MEISTERFACHBETRIEB

Hertler Sanierungen

3-D Badplanungen

Sicher ins neue Bad

Barrierearm, komfortabel und individuell geplant.

- Bodengleiche Dusche
- Rutschhemmende Fliesen
- Haltegriffe & Sitzlösungen

Alles aus einer Hand – von der Planung bis zur fertigen Badsanierung. Jetzt unverbindlich beraten lassen.



Hertler Sanierungen – Wir freuen uns Ihr Projekt umzusetzen!
Esslinger Str. 4 · 73765 Neuhausen · Tel: 07158 9149029
www.hertler-sanierungen.de · info@hertler-sanierungen.de

Veranstaltungskalender

SA 13. JUNI

Theater

Premiere: Die Zauberflöte – the Opera but not the Opera, Esslingen, Württembergische Landesbühne, Maille-Park (Freilicht), 20 Uhr

Erwachsenenspielclub: (Über)Leben, Esslingen, Württembergische Landesbühne, Studio am Blarerplatz, 20 Uhr

Das Klugscheißerchen, Esslingen, Württembergische Landesbühne, Podium II, 15 Uhr

Link-Michel: Schampus für alle!, Esslingen, Kabarett der Galgenstricke, 20 Uhr

Backblech: Die Familie, die ich rief, Comedy, Stuttgart, Theaterhaus, 20 Uhr

Der kleine Prinz, Frickenhausen, Theaterspinnerei, 20 Uhr

Anastasia – das Musical, Leinfelden-Echterdingen, Theater unter den Kuppeln Stetten, 20.30 Uhr

Premiere: Die drei Musketiere, Aichtal, Naturtheater Grötzingen, 20.30 Uhr

Musik

Die Damen: Gesänge für den Frieden, Nürtingen, katholische Kirche St. Johannes, 19 Uhr

Blues Train, Wernau, Blues in Town, 20 Uhr

Les Brünettes: A Women Thing 2.0, Stuttgart, Renitentztheater, 20 Uhr

Sonstiges

Maientag, Nürtingen, Auftakt Turmbläser von der Stadtkirche 7 Uhr, Brotübergabe am Rathaus 10.15 Uhr, Festumzug Start Rathaus 10.30 Uhr, Festbetrieb und Vergnügungspark Festplatz Oberensingen 11 Uhr, sportliche Wettspiele 12.30 Uhr, Partyband „Die Lausbuba“ 19 Uhr

Musikfest des Musikvereins Hochdorf, Hochdorf, Festzelt bei der Breitwiesenhalle, 18 Uhr

Sommerfest des Musikvereins Aichschieß, Aichwald, In den Horben, 17.30 Uhr

WM-Fanfest, Kirchheim, Freifläche am Bahnhof, 20 Uhr

Parkinson: neue Wege der Diagnose und Therapie, Vorträge und mehr (Veranstalter Medius-Kliniken), Wendlingen, Treffpunkt Stadtmitte, 10 Uhr

Street-Food-Fiesta, Ludwigsburg, Arsenalplatz, 11 bis 22 Uhr

Musikschulfest und Tag der offenen Tür, Wolfschlugen, Musikschule, 11 Uhr

Kinder- und Familienfestival, Stuttgart, Schlossplatz/Königsstraße, 11 bis 18 Uhr

Flohmarkt, Nürtingen, Kreuzkirche, 8 bis 15 Uhr

Spazierwandern für Trauerned, Beuren, Treffpunkt Haupt-

eingang Therme, 13 Uhr

Bayrischer Abend mit Live-musik, Wendlingen, Gasthaus zum Lamm (Biergarten), 18 Uhr

buntES Frühlingsfest, Esslingen, Kulturzentrum Dieselstraße, 15 Uhr

SO 14. JUNI

Theater

Rapactiv, Talentshow, Esslingen, Kunstdruck-Central-Theater, 19 Uhr

Erwachsenenspielclub: (Über)Leben, Esslingen, Württembergische Landesbühne, Studio am Blarerplatz, 18 Uhr

Premiere: Der Zauberer von Oz, Aichtal, Naturtheater Grötzingen, 15 Uhr

Premiere: Jim Knopf und Lukas der Lokomotivführer, Leinfelden-Echterdingen, Theater unter den Kuppeln Stetten, 15 Uhr

Musik

Die Damen: Gesänge für den Frieden, Nürtingen-Zizishausen, evangelische Kirche, 19 Uhr

Serenadenkonzert mit Lehrkräften der Musik- und Jugendkunstschule Nürtingen, Nürtingen, Kreuzkirche, 18 Uhr

King Rocko Schamoni, Stuttgart, Theaterhaus, 19 Uhr

Bläsermatinee der Musikschule Esslingen, Esslingen, Neues Blarer (evangelisches Gemeindehaus am Blarerplatz), 11 Uhr

Sonstiges

Maientag, Nürtingen, Festplatz Oberensingen, ökumenischer Gottesdienst 10 Uhr, Festbetrieb und Vergnügungspark 11.30 Uhr

Musikfest des Musikvereins Hochdorf, Hochdorf, Festzelt bei der Breitwiesenhalle, 11.30 Uhr

Sommerfest des Musikvereins Aichschieß, Aichwald, In den Horben, 10.30 Uhr

Rotgockelfest, Kirchheim-Ötlingen, rund ums Rathaus, 10.30 Uhr

ökumenischer Gottesdienst, 11.30 Uhr

Bewirtung und Programm

Kinder- und Familienfestival, Stuttgart, Schlossplatz/Königsstraße, 11 bis 18 Uhr

Café denk.art: Pythagoreische Prinzipienlehre am Beispiel der Musik, mit Leslie Schillen, Nürtingen, Alte Seegrasspinnerei, 11 Uhr

Literatur trifft Film: Der Fremde (Albert Camus), Kirchheim, Kommunales Kino, 11 Uhr

Flohmarkt, Großbettlingen, katholisches Gemeindehaus (Panti), 10 Uhr

Eröffnung des Event-Show-

„ZUGABE!“



Der spanische Pantomime Carlos Martínez gastiert in diesen Tagen mit dem Programm „Zugabe!“ bei den Galgenstricken in Esslingen.

Foto: Hannes Keller

rooms der „Möglichmacher“

Reichenbach, ehemaliges Starmix-Gelände, 13 Uhr

WM-Fanfest, Kirchheim, Freifläche am Bahnhof, 17 Uhr

Yoga am See, Nürtingen, Beutwangensee Neckarhausen, 10.30 Uhr

Street-Food-Fiesta, Ludwigsburg, Arsenalplatz, 11 bis 19 Uhr

Tag der offenen Tür, Geislingen (Stuttgarter Straße 350/1), Straßenmeisterei (zuständig für die Landkreise Esslingen und Göppingen), 10 Uhr

Musik

Offene Chorprobe des Oratorienvereins Plochingen für das Projekt „Magnificat cum Angelis“, Plochingen, Gymnasium (Musiksaal), 19.30 Uhr

Sonstiges

Maientag, Nürtingen, Festplatz Oberensingen, Festbetrieb und Vergnügungspark 14 Uhr, Seniorennachmittag 14.30 Uhr, After-Work-Party 18.30 Uhr

Musikfest des Musikvereins Hochdorf, Hochdorf, Festzelt bei der Breitwiesenhalle, 18 Uhr

WM-Fanfest, Kirchheim, Freifläche am Bahnhof, 17 Uhr

DRK-Blutspendetermin, Kirchheim, Gemeindehalle Jesingen, 14.30 bis 19.30 Uhr (Terminreservierung: www.blutspende.de/termine)

MO 15. JUNI

Theater

Ladies Football Club, Aufführung der Württembergischen Landesbühne, Nürtingen, Stadthalle K3N, 20 Uhr

diesen Tagen mit dem Programm „Zugabe!“ bei den Galgenstricken in Esslingen.

Foto: Hannes Keller

Café Media

Nürtingen, AKL-Treff, 15.30 Uhr

Informationsveranstaltung über Möglichkeiten der Jugendbeteiligung, Veranstalter: Stadtverwaltung, Kirchheim, Altes Gemeindehaus, 13 bis 17 Uhr

Musik

Dennis van Aarssen & die DVA Bigband: Keep The Great Crooners Alive, Stuttgart, Theaterhaus, 20 Uhr

Sonstiges

Studium Generale: Vortrag „Damit es gut bleibt, muss es sich ändern – Gemeinschaftsprojekt Gesundheit“ mit Bernadette Klapper, Hochschule Esslingen,

Campus Stadtmitte (Gebäude 1), 18 Uhr

Formularsprechstunde, Nürtingen, Bürgertreff, 15 Uhr

Digitalatsprechstunde des Stadtseniorenrats, Nürtingen, Gemeinschaftshaus Roßdorf, 15.30 bis 17 Uhr

WM-Fanfest, Kirchheim, Freifläche am Bahnhof, 20 Uhr

MI 17. JUNI

Theater

Muttersprache Mameloschn, Esslingen, Württembergische Landesbühne, Podium I, 20 Uhr

Musik

Mid-Week-Session, Wernau, Blues in Town, 20 Uhr

Spatenkonzert – Konzert für die Kleinsten, Nürtingen, Haus der Künste, 16 Uhr

Sonstiges

Flohmarkt, Nürtingen, Schillerplatz, 11 bis 17 Uhr

Johann Christoph Gok und der Wein: Vortrag mit Weinbegleitung, Nürtingen, Hölderlinhaus, 19.30 Uhr

Gemeinsam statt einsam, Nürtingen, Bürgertreff, 16 Uhr

WM-Fanfest, Kirchheim, Freifläche am Bahnhof, 18 Uhr

DO 18. JUNI

Theater

Carlos Martínez: Zugabe!, Pantomime, Esslingen, Kabarett der Galgenstricke, 20 Uhr

Die Zauberflöte – the Opera but not the Opera, Esslingen, Württembergische Landesbühne, Maille-Park (Freilicht), 20 Uhr

Heute weder Hamlet, Esslingen, Württembergische Landesbühne, Schauspielhaus, 19.30 Uhr

Theater-AG Staufer-Gymnasium: Das Wintermärchen, Waiblingen, Kulturhaus Schwanen, 11.30 Uhr und 18 Uhr

Roberto Capioni: 60 ist das neue 40, Comedy, Stuttgart, Renitentztheater, 20 Uhr

Kuhhle, Gaedt, Baisch: In 180 Jahren um die Welt, Comedy, Stuttgart, Theaterhaus, 20 Uhr

Sonstiges

Zeitzeugin zu Gast: Ruth Rosenstock Michel erzählt aus der Geschichte ihres Lebens und Überlebens der Shoah, Hochschule Esslingen, Campus Flandernstraße (Gebäude 1), 13.30 Uhr

Pflasterhock, Frickenhausen-Linsenhofen, 19 Uhr

Diesel-Disco, Esslingen, Kulturzentrum Dieselstraße, 21 Uhr

WM-Fanfest, Kirchheim, Freifläche am Bahnhof, 20 Uhr

Stadtführung „Historisches Plochingen“, Plochingen, Treffpunkt Marktplatz, 15.30 Uhr (Anmeldung unter tourismus@plochingen.de)

Poetry Slam, Nürtingen, Alte Seegrasspinnerei (Innenhof), 20 Uhr

„Musik & Cocktail“ – ein besonderer Abend für Frauen, Schlaifdorf, Gemeindehaus, 19 Uhr

Anzeigen

KRAFTFAHRZEUGE

KAUFE IHR AUTO T. 07021 6531

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer erreichbar** ☎ 0711 - 46 922 796 KFZ-Händler

A N K A U F gepflegter Fahrzeuge !! Alle Marken & Modelle! Limousinen-Sportwagen-Cabrios-Coupés-SUVs-Vans-Wohn-/Camping-/&Reisemobile Old-&Youngtimer!☎ 0711-3424 7363 Email: info@auto-schwab-fellbach.de

Ankauf aller PKWs u. Reisemobile.Jedes Alter. Fa. MAX ☎ 0711/8283706

AUDI

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer erreichbar** ☎ 0711 - 46 922 796 KFZ-Händler

Kaufe bar alle Autos auch Unfall und defekte. Tgl. unter ☎ 0711/50446844

BMW

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer erreichbar** ☎ 0711 - 46 922 796 KFZ-Händler

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer erreichbar** ☎ 0711 - 46 922 796 KFZ-Händler

Kaufe bar alle Autos auch Unfall und defekte. Tgl. unter ☎ 0711/50446844

CITROEN

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer erreichbar** ☎ 0711 - 46 922 796 KFZ-Händler

FORD

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer erreichbar** ☎ 0711 - 46 922 796 KFZ-Händler

MERCEDES

A N K A U F gepflegter MERCEDES !! Alle Marken & Modelle! Limousinen-Sportwagen-Cabrios-Coupés-SUVs-Vans-Wohn-/Camping-/&Reisemobile Old-&Youngtimer!☎ 0711-3424 7363 Email: info@auto-schwab-fellbach.de

Kaufe bar alle Autos auch Unfall und defekte. Tgl. unter ☎ 0711/50446844

OPEL

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer erreichbar** ☎ 0711 - 46 922 796 KFZ-Händler

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer erreichbar** ☎ 0711 - 46 922 796 KFZ-Händler

Kaufe bar alle Autos auch Unfall und defekte. Tgl. unter ☎ 0711/50446844

TOYOTA

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer erreichbar** ☎ 0711 - 46 922 796 KFZ-Händler

VOLKSWAGEN

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer erreichbar** ☎ 0711 - 46 922 796 KFZ-Händler

Kaufe bar alle Autos auch Unfall und defekte. Tgl. unter ☎ 0711/50446844

WOHNWAGEN

Kaufe alle Wohnwagen. KFZ-Händler, immer erreichbar ☎ 0711 - 46 922 796

Kaufe Wohnwagen ab Bj. 2000/2026 evtl. m. Abbau auf jedem Campingplatz im Umkreis 800 km. Fa. Claus Koch Wohnwagenvertrieb ☎ 0171/8183623

Kaufe Wohnwagen aller Art, Zustand egal, auch von Camping. ☎ 07181/994 64 65 ☎ 0174-775 52 63

Wowa Ankauf 0711/8283706 Fa. Max

WOHNMOBILE

Wir kaufen gepflegte Wohn & Reisemobile aller Klassen! ☎ 0711-3424 7363 info@auto-schwab-fellbach.de

Junge und alte Wohnmobile kauft MAX Caravane ☎ 0711 / 8283706

Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen 0 39 44 - 3 61 60 www.wm-aw.de Fa.

MOTORRÄDER

MOTORROLLER

Motorroller-Oldtimer, Piaggio Sfera NSL 80, Bj. 1992, 10450km, TÜV 9/27, top Zustand, Preis 600,- € zu verkaufen, Tel. 0711/374221

ER SUCHT SIE

Liebevoller, einfühlsamer, vielseitiger Mann, 70, 178, sucht Dich zum Wandern, Reisen, Verlieben, Begeistern, Freude haben, Kultur genießen, weiterentwickeln. ☎ 0711 62091994 ☐ freude.jk@gmx.de

Viel Wandern/Reisen & Nähe. Attr. Single (63) su. attr. Frau. WApp ☎ 0157-56910661

Italiener, 47 J., aus Kirchheim-Teck su. Frau, 45-55 Jahre, für Beziehung ☎ 0172-34 97 298

Jetzt Mehrwegbecher entdecken!



CUP CONCEPT®

cupconcept.com

EXTRA

AM WOCHENENDE

www.extra-wochenende.de

Inspiration für das eigene Gartenparadies

Bei der Aktion „Offene Gärten“ öffnen am Sonntag, 14. Juni, zum 16. Mal Gartenbesitzer ihre privaten Paradiese für interessierte Besucher. Initiator Michael Eppinger aus Esslingen über Trends und Entwicklungen rund ums Gärtnern.

Aktuelle Schätzungen gehen davon aus, dass in Deutschland bis zu 45 Millionen Hobbygärtnerinnen und -gärtner ein Stück Land pflegen. 28 Gartenbesitzer in Esslingen, Nürtingen, Köngen und Wendlingen, in Kirchheim, auf den Fildern und im mittleren Neckarraum öffnen am Sonntag, 14. Juni, zwischen 11 und 18 Uhr, ihre grünen Paradiese für Besucher. Zwischen blühenden Pfingstrosen, aromatischem Lavendel und duftenden Rosensträuchern darf man in diesen Gärten herumschlendern, sich Ideen und Rat für Garten, Terrasse oder Balkon zuhause holen oder mit den Gartenbesitzern fachsimpeln.

Der Esslinger Michael Eppinger hat diese Idee der „Offenen Gärten“, die ursprünglich aus England stammt und über die Niederlande nach Deutschland kam, im Jahr 2010 hierher gebracht. Aus damals zehn Gärten in Esslingen wurden knapp 30 im gesamten Mittleren Neckarraum. Mittlerweile ist die Aktion als Verein organisiert und findet bereits zum 16. Mal statt.

Mit dabei sind auch Kleingartenanlagen

Neben privaten Gärten sind mit den Gartenfreunden Seracher Heide, dem Obst- und Gartenbauverein RSKN und den Gartenfreunden Köngen auch gemeinschaftlich bewirtschaftete Kleingartenanlagen mit dabei. Auch der Lehr- und Versuchsgarten Braike, der von den Profis der Hochschule für Wirt-

schaft und Umwelt Nürtingen-Geislingen bestellt wird, ist vertreten. Und im Wendlinger Rosenparadies von Experte Wolfgang Jurisch sorgen mehr als 1000 Strauch-, Beet- und Ramblerrosen für eine überwältigende Farb- und Duftsinfonie.

Stellte Michael Eppinger die Aktion anfangs allein auf die Beine, packen mittlerweile acht Engagierte mit an: Bei einem Treffen im September werden jedes Jahr erste organisatorische Weichen gestellt. Wer mit seinem Garten teilnehmen möchte, sollte sich bis November angemeldet haben. Anfang Februar gilt es, die umfangreiche Broschüre zusammenzustellen und Inserenten zu gewinnen, ein Plakat zu entwerfen, die Webseite zu aktualisieren, die Öffentlichkeit über die Presse zu informieren und eine Haftpflichtversicherung abzuschließen. Ab Mitte Mai werden die Plakate und Broschüren, die in Eppingers Keller zwischengelagert werden, verteilt. Die teilnehmenden Gärtnerinnen und Gärtner werden immer mal wieder auch zum Gedankenaustausch und zum geselligen Beisammensein geladen, in diesem Jahr treffen sie sich im Wendlinger Pfarrgarten, der nach historischen Vorlagen liebevoll von Ehrenamtlichen wieder hergerichtet wurde und der am 14. Juni ebenfalls geöffnet sein wird.

Im Lauf der vergangenen Jahre haben sich die Interessen der Besucherinnen und Besucher verändert, hat Michael Eppinger beobachtet: „Die Zielgruppe wird zunehmend jünger und urbaner. Der Trend geht

zum ‚Urban Gardening‘ auf dem Balkon, auf der Terrasse oder im Gemeinschaftsgarten. Und Gartenbesitzer interessieren sich immer stärker für nachhaltiges Gärtnern, fürs Gärtnern ohne Gift und Torf, für einheimische Pflanzen und für tier- und insektenfreundliche Gartenanlagen.“

Erfahrung, Knowhow, anstrengende Arbeit

Immer häufiger werde er nach hitze- und trockenheitsresistenten Pflanzen gefragt, die an den Klimawandel angepasst sind: „Viele mediterrane Pflanzen, die mit hohen Temperaturen und wenig Wasser gut zurechtkommen, mögen leider unsere lehmigen Böden nicht. Deshalb muss man die Gartenböden entsprechend vorbereiten“, erklärt der Hobbygärtner. Über die Tendenz zum „Gärtnern light“ muss er schmunzeln: „Da hat man dann eine eher sterile Rasenfläche, ein paar Büsche drumherum und ein paar aufgeräumte Hochbeete. Das bedeutet wenig Arbeit, viel Freizeit. Also Liegestuhl und Grillen statt Spaten, Unkrautjäten und Gießen.“ Dass in einem gut gepflegten Garten nicht nur Erfahrung und Knowhow, sondern auch sehr viel anstrengende Arbeit steckt, weiß Michael Eppinger wohl.

Er selbst hat seinen Garten im Esslinger Stadtteil Rüdern für eine lebens- und schützenswerte Umwelt bewusst naturnah angelegt: Neben mustergültig gepflegten Beeten und Selbstversorger-Flächen gibt es auch



Elisabeth und Michael Eppinger in ihrem Garten in Rüdern (Archivfoto).

Foto: Ines Rudel

AKTION „OFFENE GÄRTEN“

Vielfalt: Jeder teilnehmende Garten trägt die Handschrift seiner Besitzer: Da gibt es große und kleine, akkurat strukturierte und wild wuchernde, sonnige und schattige, bunt durchmischte oder auf bestimmte Pflanzen spezialisierte Anlagen zu besichtigen. Bei den „Offenen Gärten“ kann man sich anregen lassen, Ideen abgucken, Tipps einholen oder über Blattläuse, Buchsbaumzünsler und Bodenverbesserung fachsimpeln.

Information: 28 Gärten öffnen am 14. Juni bei der Aktion „Offene Gärten in Esslingen und im Mittleren Neckarraum“ von 11 bis 18 Uhr ihre Pforten. Das Betreten der Gärten erfolgt auf eigene Gefahr, der Eintritt ist frei. Die Gartenbesitzer bitten aber um eine kleine Spende zur Unterstützung der Familienherberge Lebensweg in Illingen-Schützungen. Nähere Informationen: www.offenegaerten-esslingen.de

Erlebnisswelt für Kinder

In Stuttgart findet am Wochenende das Familienfestival statt.

Stuttgart. Am Samstag und Sonntag, 13. und 14. Juni, jeweils von 11 bis 18 Uhr, verwandelt sich die Stuttgarter Innenstadt in eine große Erlebnisswelt: Beim 22. Stuttgarter Kinder- und Familienfestival erwartet Besucherinnen und Besucher an beiden Tagen ein abwechslungsreiches Programm mit Sport, Spiel, Kreativität, Mitmachaktionen und Erlebnisangeboten.

Rund um Schlossplatz und Königstraße präsentieren zahlreiche Vereine, Organisationen und Unternehmen ein buntes Festivalprogramm. Dabei stehen Bewegung, Gemeinschaft und Kreativität im Mittelpunkt. So können am Wochenende verschiedene Sportarten ausprobiert werden. Die Jugendfeuerwehr ist mit Einsatzfahrzeug und Mitmachaktionen vor Ort. Es geht auch um Verkehrssicherheit; zudem werden digitale Spielwelten entfaltet. Beim VVS können junge Kräfte gemeinsam und mit einem Abschleppseil einen Omnibus ziehen. Auf einem Testparcours können Kinder E-Lastenräder ausprobieren. Auf einer Bühne gibt es ein Sportprogramm und Musik. Es geht auch um Zahngesundheit. Und vielerorts gibt es zu essen, naschen und trinken.

Die Veranstalter weisen darauf, dass das Kinder- und Familienfestival für Offenheit, Vielfalt und gemeinsames Erleben steht. Ziel sei es, Kindern und Familien unabhängig von Herkunft, sozialem Hintergrund oder individuellen Voraussetzungen unvergessliche Tage mitten in der Stadt zu ermöglichen – und das kostenfrei. *red*

Anzeige

Gesundheit

ANZEIGE

Schmerzen bekämpfen – doppelt so schnell¹

Das geht mit flüssigem Ibuprofen in Kapselform

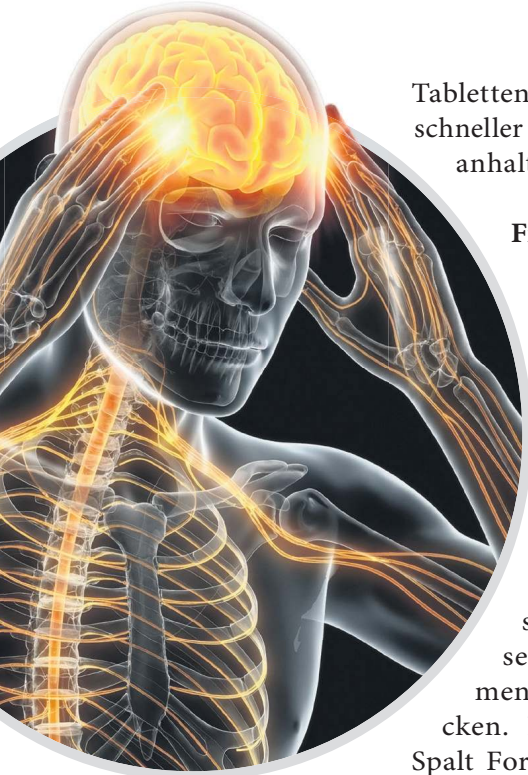
Ein Pochen an der Schläfe, ein Stechen im Knie, ein dumpfes Dröhnen im Kopf – Schmerzen kennt jeder von uns. Besonders häufig treten Kopf- und Gelenkschmerzen auf. Manchmal begleiten uns die Schmerzen Stunden, manchmal Tage und manchmal bleiben sie sogar dauerhaft. Der Wunsch der Betroffenen ist jedoch immer derselbe: den Schmerz schnell abzuschalten!

Schneller schmerzfrei mit Spalt: flüssiges Ibuprofen in Kapselform

Seit über 88 Jahren vertraut Deutschland auf Spalt, wenn es um Schmerzen geht.

Mit Spalt Forte hat die Expertenmarke eine Flüssigkapsel entwickelt, die mit flüssigem Ibuprofen einen deutlich schnelleren Wirkeintritt ermöglicht als herkömmliche Ibuprofen-Tabletten.

Das Besondere: 400 mg vollständig gelöstes Ibuprofen wur-



Tablettenform. Das Ergebnis: schneller schmerzfrei mit langanhaltendem Effekt.

Fragen Sie gezielt nach Spalt Forte

Neben der extra schnellen Schmerzlinderung bekämpft Spalt Forte zusätzlich entzündlich- sowie schwellungsbedingte Schmerzen und Fieber. Zudem sind die kleinen Kapseln leicht einzunehmen und gut zu schlucken. Kein Wunder, dass Spalt Forte Flüssigkapseln in Deutschland so beliebt sind. Spalt – schaltet den Schmerz ab, schnell!

Spalt schaltet den Schmerz ab - schnell!

Für Ihre Apotheke: **Spalt Forte** (PZN 00793839)



den in eine einen Millimeter dünne, weiche Hülle in einer innovativen Flüssigkapsel eingeschlossen. Im Gegensatz zur Tablettenform liegt der flüssige Wirkstoff Ibuprofen deutlich schneller frei verfügbar vor, denn er muss nicht erst im Dünndarm aufgelöst werden. So wird die maximale Konzentration von Ibuprofen im Blutplasma doppelt so schnell¹ erreicht wie bei Ibuprofen in

Hilfe, Verstopfung!

Darm im Fokus: Aktivieren Sie Ihre Verdauung auf intelligente Weise

Stress, wenig Bewegung oder eine ballaststoffarme Ernährung führen häufig zu einer reduzierten Darmaktivität. Der Transport der Nahrung durch den Darm dauert dann deutlich länger und die Verdauung gerät ins Stocken – unregelmäßiger Stuhlgang oder sogar Verstopfung sind die Folge. Noch dazu tritt häufig ein unangenehmer Blähbauch auf.

Darmpassage erleichtern, gesunden Darm erhalten
Forscher haben mit Kijimea Regularis PLUS jetzt ein Produkt entwickelt, das den Darm in seiner natürlichen Funktion unterstützt. Kijimea Regularis PLUS enthält Methylcellulose und Psyllium, welches hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten¹. Denn es quillt im Darm auf und dehnt die Darmmuskulatur so sanft. Dadurch erhält sie den Impuls, sich wieder zu bewegen. So kommt der Darm aus eigener Kraft in Schwung und die Verstopfung löst sich² – planbar und zuverlässig. In der Folge können auch die Gase im Darm reduziert werden, wodurch der Blähbauch zurückgeht. Außerdem

enthält Kijimea Regularis PLUS über 300 Millionen Bakterien pro Portion – ein zusätzliches Plus für Ihren Darm.

Ganz einfach zum neuen Darmgefühl
Kijimea Regularis PLUS lässt sich kinderleicht in den Alltag integrieren: ein- bis dreimal täglich einen Löffel des einzigartigen Granulats in ein Glas Wasser einrühren und trinken.³ Der Darm wird so wie durch ein sanftes Training von innen heraus zur Bewegung animiert und der Bauch fühlt sich daraufhin angenehm leicht an. Kijimea Regularis PLUS wirkt rein physikalisch und führt selbst bei langfristigem Verzehr zu keinem Gewöhnungseffekt. Auch Neben- und Wechselwirkungen sind nicht bekannt.



Für Ihre Apotheke: **Kijimea Regularis PLUS** (PZN 18788684)



www.kijimea.de

¹Die Angabe „Hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten“ bezieht sich auf einen dreimaligen Verzehr pro Tag. • ²Das enthaltene Psyllium hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten.

KIJIMEA®

AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

¹PharmaSGP GmbH, Fachinformation des Arzneimittels „Spalt Forte“ beschreibt die doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs Ibuprofen vom menschlichen Körper; Stand der Information: Januar 2022. ²SPALT FORTE, Wirkstoff: Ibuprofen. Für Erwachsene zur kurzzeitigen symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen, Fieber. Spalt Forte soll nicht längere Zeit oder in höherer Dosierung ohne ärztlichen oder zahnärztlichen Rat eingenommen werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing



Julian (links) und Raphael Ambrozy starten mit ihrer Firma Lichtbild Manufaktur durch.
Foto: Caroline Holowiecki

Heimatverbundene können sich ihr Dorf an die Wand hängen

Ob New York, Berlin, Esslingen oder Musberg: Ein Start-up aus Unteraichen stellt 3-D-Stadtmodelle her. Gegründet hat das Unternehmen ein junges Brüderpaar aus Ostfildern.

Das Surren unzähliger 3-D-Drucker wird zum Dauerrauschen im Hintergrund. Unaufhörlich bewegen sich automatische Arme hin und her, lassen Millimeter für Millimeter aus Kunststoff Häuser, Türme und berühmte Bauwerke wachsen, Städte und Bergketten, Inseln und Meere. Hier, bei der Firma Lichtbild Manufaktur im Leinfelden-Echterdingen Ortsteil Unteraichen, entstehen detailgetreue 3-D-Stadt- und Landschaftsmodelle im Maßstab 1 zu 5000 und darüber. Egal ob Berlin-Mitte mit dem prägnanten Fernsehturm, Paris mit dem Eiffelturm im Zentrum oder ein abgelegenes Dorf irgendwo auf der Schwäbischen Alb: Jeder Ort der Welt kann von der Kundschaft auf der Firmenhomepage als Satellitenbild ausgewählt und dann als gerahmtes Modell im quadratischen Format hergestellt werden. „Wir machen täglich Kartenverbesserungen“, erklärt Julian Ambrozy, der Gründer. Der junge Mann aus dem Stadtteil Scharnhäuser Park in Ostfildern hat die Software entwickelt, die es ermöglicht, weltweit Karten zu sammeln und topografische Daten in die detaillierten 3-D-Modelle umzuwandeln. Dabei ist Julian

Ambrozy gerade mal 22 Jahre alt. Vor nicht allzu langer Zeit hat er sein Studium im Fach angewandte Informatik in Konstanz abgeschlossen, Schwerpunkt künstliche Intelligenz. Doch schon als Schüler hat er als Tüftler von sich reden gemacht. 2021, mitten in der ganz heißen Phase der Coronapandemie, hat er ein Portal programmiert, das Impfwillingen die Suche nach einem Impfzentrum mit freien Terminen erleichterte. Da war er gerade mal 17 Jahre alt. Wenig später, mit 18 Jahren, brachte der junge Erfinder eine eigene Hausaufgaben-App heraus. Erst im Elternhaus, dann im gemieteten Büro Bei der Lichtbild Manufaktur mit im Boot ist auch Julian Ambrozys jüngerer Bruder Raphael. Der ist 18 Jahre alt und hat im vergangenen Jahr sein Abitur gemacht. Gemeinsam hat das Brüderpaar anfangs daheim im Elternhaus gearbeitet, doch „wir wussten, dass wir ein Büro mieten müssen, sobald wir mit Uni und Studium fertig sind“, sagt Julian Ambrozy. Seit dem vergangenen Jahr ist das Start-up im Gewerbegebiet

von Unteraichen ansässig, das Team ist schon auf zehn Personen gewachsen, Werkstudenten inklusive. „Wir können das nicht mehr zu zweit“, sagt Julian Ambrozy. Schon jetzt geht der Lichtbild Manufaktur der Platz aus. Das findige Brüderpaar sucht aus diesem Grund bereits größere Räume, idealerweise auf den Fildern, „weil wir unsere Mitarbeiter nicht verlieren wollen“. Die Geschäftsidee kommt ziemlich gut an. Julian Ambrozy berichtet von mehr als 10 000 Kundinnen und Kunden, seitdem es das Business gibt. Die Bestellungen gingen aus der ganzen Welt ein, aus den USA, aus Australien oder Singapur. Zur Kundschaft gehören demnach Kommunalverwaltungen, Architekten- und Immobilienbüros, aber vor allem Privatpersonen, die sich ihr Heimatdorf, ihre Traumstadt oder ihren Lieblingsort daheim an die Wand hängen wollen oder ein individuelles Geschenk suchen. Zudem ist es möglich, in den Modellen beispielsweise einzelne Häuser oder Wanderrouten farbig zu markieren. „Es geht um persönliche Orte“, sagt Julian Ambrozy, jedes Produkt sei ein Unikat. Er lacht auf. „Es ist wie ein Poster, nur cooler.“ car

Polizei sucht Eigentümer von Diebesgut

Nach der Festnahme eines mutmaßlichen Einbrechers in Esslingen sucht die Polizei die Besitzer von beschlagnahmten Wertgegenständen.

Kreis Esslingen. Die Polizei sucht nach der Festnahme eines mutmaßlichen Einbrechers Ende August vergangenen Jahres die Eigentümer von sichergestelltem Diebesgut. Eine spezialisierte Ermittlungsgruppe der Kriminalpolizeidirektion Esslingen mit Sitz in Tübingen ist auf eine überregional agierende Tätergruppe gestoßen, der zahlreiche Einbrüche in den Landkreisen Esslingen, Böblingen, Karlsruhe, Offenburg, Mannheim und weiteren Städten in Rheinland-Pfalz zugeordnet werden konnten, wie die Staatsanwaltschaft Stuttgart und das Polizeipräsidium Reutlingen in einer gemeinsamen Mitteilung schreiben.

Am Abend des 25. August 2025 war in der Mülberger Straße in Esslingen ein 28-Jähriger nach einem versuchten Einbruch in ein Wohnhaus auf frischer Tat erwischt und vorläufig festgenommen worden. Seinem Komplizen war damals die Flucht gelungen. Der 28-jährige befindet sich seitdem in Untersuchungshaft. Bei den anschließenden Ermittlungs- und Durchsuchungsmaßnahmen stellten die Beamten umfangreiche Beweismittel sicher. Diese konnten bislang jedoch nur teilweise verschiedenen Einbrüchen zugeordnet werden. Bei zahlreichen Schmuckstücken und sonstigem

mutmaßlichen Diebesgut sowie auf beschlagnahmten Datenträgern gefundenen Bildern ist noch nicht bekannt, woher sie stammen und wem sie gehören. Die Polizei hat im Internet eine Fahndungsseite erstellt, auf der die mutmaßlich aus Einbruchsdiebstählen stammenden Gegenstände eingesehen werden können. Zur Internetseite gelangen Interessierte über den Link fahndung.polizei-bw.de/tracing/ueberregional-einbrueche. ff

Info: Wer auf den Bildern sein Eigentum erkennt, wird gebeten, sich per E-Mail zu melden an: Esslingen.KD.K2.WED@polizei.bwl.de



Becoming ... Friends

Future Day! Find genau dein Ding und werde ein Teil von Mercedes-Benz.

Informier dich am Future Day über eine Ausbildung oder duales Studium im Mercedes-Benz Werk Untertürkheim.

Wann: 19. Juni 2026, 10 – 17 Uhr
Wo: Ausbildungszentrum Esslingen-Brühl

Keine Anmeldung notwendig – komm einfach vorbei!

Der Countdown läuft. Bewirb dich ab 1. Juni 2026 um einen Ausbildungs- oder dualen Studienplatz im Mercedes-Benz Werk Untertürkheim ab Herbst 2027.

Together for excellence.

Jetzt bewerben.
mb4.me/bewirb dich jetzt



Mercedes-Benz

WENN DIE WELT KOPF STEHT

MACH' DEIN ZUHAUSE ZU DEINER URLAUBSINSEL

OHNE WENN UND ABER: ZUSÄTZLICH ⁽²⁵⁾ **20%** MÖBELRABATT AUF ALLES!

Ausgenommen ist in Prospekten & Anzeigen beworbene sowie bereits reduzierte Ware, die im Haus gekennzeichnet ist, sowie die Marke Team 7.

KÜCHENAKTION

NUR FÜR KURZE ZEIT

BIS ZU **1/2 PREIS** AUF IHRE KÜCHE ^(*)

10x KÜHLSCHRANK GEFÜLLT ^(**) IM GESAMTWERT VON 1.000€

GRATIS LIEFERUNG & MONTAGE ⁽¹⁾



Ventu
FRESCHER WIND FÜR IHRE KÜCHE

SIE SPAREN 50%

11.996,-
5.998,-
EINBAUKÜCHE

EINBAUKÜCHE WIN Cremegrau matt, ca. 300 + 305 cm, inklusive Elektrogeräte von TERMA-COOK (Induktionskochfeld mit Mullenlüfter ZMLB8, STYL/D/EEK**A++ von 2014), CANDY (Hochbau-Backofen CABNP312HTB/EEK**A+, Kühl-/Kaffee-Kombi CMBOL3518EV/EEK**E) & Einbauspüle (GFA300L-TD). Ohne Tisch, Hocker & Deko. 315029***

(25), (**), (KF) Nähere Infos auf www.hofmeister.de/aktionsbedingungen/. Gültig bis 21.06.26. Hofmeister Bietigheim GmbH & Co. KG - Kirchheimer Straße 5 - 74321 Bietigheim-Bissingen | TGZ_266292/34_182,7x250_26v5

hofmeister

Die Erlebnis-Wohnzentren in Bietigheim & Sindelfingen

VERSCHIEDENES

**Liebevolle, erfahrene Altenpflege-
rin sucht** neue Aufgabe in der 24-h-Se-
niorenbetreuung. Biete Haushaltsführung,
Körperpflege, Alltagshilfe, Betreuung ge-
nerell, Einkaufen usw. ☎ 015901489862

Suchen zuverlässige, Reinigungs-
kraft aus Esslingen für 2 Zi.-Whg. in
Privathaushalt in Esslingen.
☎ 0152-38027172 ☎ 07153/7505104

Malermeister im Ruhestand hat noch
Zeit für Innen- und Außen Tätigkeiten.
Tel.: 0711 - 21579939
Mob.: 0163 - 4703222

☒ unter ZZ209535 an SWMN GmbH, Postfach 10 44 27, 70039 Stuttgart oder chiffre@swm-network.de

Ingenieur sucht
2-3-Zimmer-Wohnung: ich bin 58 J., ledig, NR, keine HT, in Ulm geboren, zuverlässig, selbständiger Internetexperte, u.a. bei Daimler, ges. Eink.. Suche möglichst bald ein nettes Plätzchen ab 50m² in Esslingen. Ich freue mich auf Ihren Kontakt: ☎ 0172-72 68 551 oder ✉ srubby@online.de

Dringend gesucht von Rentnerin
2 Zi.-Whg. langfristig, ca. 45 m², 1. Stock,
kl. Balkon, (k. WG) in Denkendorf,
Nellingen, Berkheim, Esslingen/
Zollberg. ☎ 0711 / 38 88 21

Kaufe Bücher und Kleidung
aller Art, Tel. 0152-51499493.

Kaufe Damen u. Herrenkleidung
aller Art, Handtaschen, Schmuck,
Armbanduhren. Tel. 0152-51499493.

500,- Euro zahlt Sammler für alte Reklame-/Emailschilder ☎ 0711/6405870

Alte Märklin-Eisenbahn, altes Spielzeug dringend von Sammler zu Spitzenpreisen gesucht. Tel. 0711/9561221

BARANKAUF alles vom 1. und 2. Weltkrieg ☎ 0711 / 6405870

Pelze Pelze Pelze
Kaufe Pelze aller Art: Abendgarderobe,
Hüte, Antikes, Möbel, Bilder, Porzellan,
Vasen, Figuren, Zinn u. Silberwaren,
Puppen, Militaria, Besteck, Armband u.
Taschenuhren, Briefmarken, Münzen,
Schmuck aller Art. Gerne auch kompl.
Nachlässe. Bitte alles anbieten.
Herr Eckstein Tel. 07307-9209570
oder 0152-52151604

Suche Modelleisenbahn.
☎ 070 22 / 95 10 57

Computerhilfe vom Profi!
Kostengünstige Lösung von Computer und Smartphone-Problemen, sowie Unterstützung bei Kauf, Installation und Bedienung von technischen Geräten. Ich freue mich auf Ihren Anruf. ☎ **070429631240**

Er, 30, sucht Frau für's Leben ab-
seits von konventionellen Dating-
Apps. Familienmensch, tierlieb, Fes-
tivals und Zeit in der Natur. Teck &
Umgebung. ✉ fsdgl@web.de 😊

**Hole Schrott ab. Suche Flohmarkt-
sachen. Tel.: 0151-68472152**

VfB Stuttgart: Suche alte Trikots vor 1990. Auch Stadionhefte + Programme. Tel. 0421/32257353

HANDWERKLICHE DIENSTLEISTUNGEN

JUNGES FLIESENLEGER TEAM!!!

- Fliesen • Bäder • Balkone
- Treppenhausb. • Trockenbau
- Aus-/Umbau zum Festpreis!

07 11-96 89 87 11 – 01 52 -34 04 86 64

Biete Gartenarbeit an
Tel: 0152 53401841

**Haushaltsauflösungen
Hunsicker**
Entrümpelungen • Entsorgungen
Ankauf von Nachlässen und Antiquitäten
☎ 0711 6071832 oder 0176 80771094
www.hunsicker.eu

GESUNDHEIT

Griechenland-Segeln 11.-26.9. oder
28.9.-13.10. Segelerfahrung nicht er-
forderlich. ☎ 06172/939516

Hier passiert's:
Im EXTRA.

www.extra-wochenende.de

The image shows the Eßlinger Zeitung website on multiple devices: a laptop, a tablet, and a smartphone. In the foreground, there is a printed copy of the newspaper. The website layout is responsive, adapting to the screen size of each device. The printed copy shows the masthead 'Eßlinger Zeitung' and a large photograph of a building.

*Angebotsbedingungen: Dieses Angebot gilt nur für Kunden, die kein aktives Abonnement der digitalen oder gedruckten Eßlinger Zeitung haben. Nach Ablauf der 6 Wochen verlängert sich das Testabo automatisch zum Normalpreis und ist anschließend monatlich kündbar. Preisstand: 01.01.2026