

,zeller

magazin

Radolfzell am Bodensee

2020
November - Dezember



HEIMATTAGE

Baden-Württemberg 2021

STIMMUNGSVOLL

Radolfzeller Adventsgassen

WINTERGÄSTE

Drehscheibe für den Vogelzug

METTNAU

inkl. METTNAU-Magazin





Wärme. Wasser. Leben.

84 Zimmer | Suiten | Restaurant RUBIN mit Terrassen | Sky-Lounge PURPUR
Events | Meetings | Seminare | HotSpa mit Seezugang | Japanisches
Onsen-Bad | Saunawelten | Seezugang | Pool | Segeln | Biken | Golfen

bo ra
HotSpaResort



bora HotSpaResort ****



www.bora-hotsparesort.de

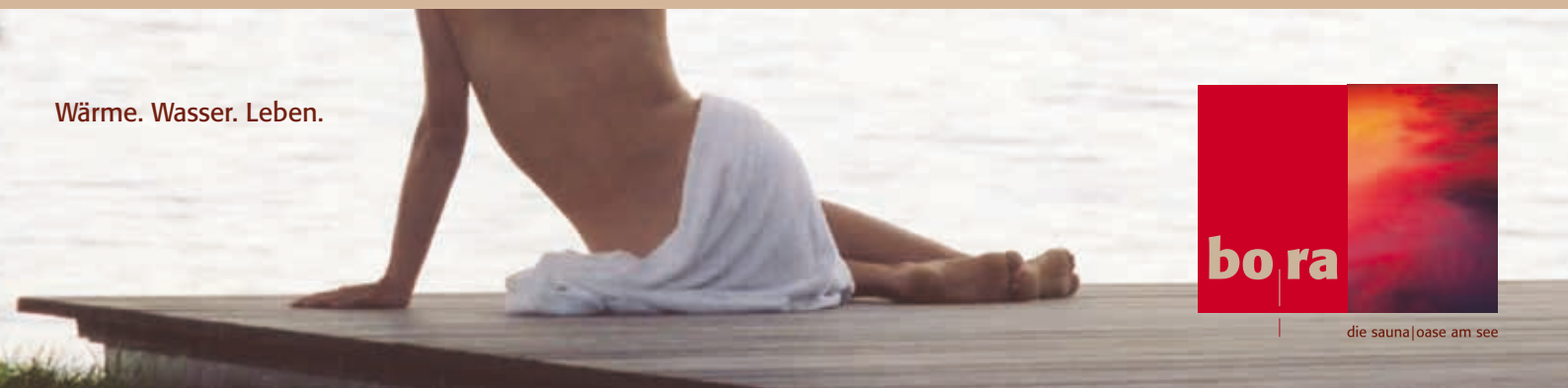


Karl-Wolf-Str. 35 D - 78315 Radolfzell



T 00 49 - 77 32 - 950 400

Wärme. Wasser. Leben.



Japanisches Onsen-Bad | Bambus-Sauna | Salz-Grotte mit Gradierwerk | Ruheraum mit Tatamimatten
Schaukelliegen | Rauchsauna | Kelo-Sauna | Erdsauna | Sanarium | Infrarot-Kabine | Dampfbad | Massagen
Oasen der Ruhe | Kaminecke | Steinduschen | Pool | Seezugang | Saunabar | Restaurant | Wellness





Von Natur aus wird es jetzt ruhiger am See. Normalerweise genießen wir Einheimischen diese besondere Zeit, die beim Spaziergang am Ufer schon ein wenig einstimmt auf die Entschleunigung, Ruhe und Besinnlichkeit der kommenden Wochen. Doch in Zeiten, in denen die Welt aus den Fugen geraten scheint und wir gezwungen sind, einmal wirklich inne zu halten, mag man gar nicht daran denken, dass sich schon bald wieder das Leben von draußen nach drinnen verlegt. Aber wir haben es in der Hand, das Beste daraus zu machen. Für Lichtblicke sorgen beispielsweise die stimmungsvollen Adventsgassen, mit denen Radolfzell in der Vorweihnachtszeit die Stadt erhellt. Vom Seetorplatz bis zum seemaxx Outlet Center erstrecken sich 28 festliche Adventshütten mit Kunsthandwerk und machen Lust auf den weihnachtlichen Einkaufsbummel in der Stadt. Bitte unterstützen Sie unsere lokalen, oftmals inhabergeführten Einzelhandelsgeschäfte und unsere Gastronomen, die die Weihnachtsumsätze jetzt ganz besonders dringend brauchen, um diese Krise durchzustehen. Vorfreude auf ein lebendiges neues Jahr

wecken aber auch die Heimattage Baden-Württemberg 2021, für die Radolfzell am Bodensee Ausrichter ist. Von Frühjahr bis Herbst ist ein abwechslungsreiches Programm mit vielen Highlights geboten, das situationsgerecht angepasst werden kann.

Zudem hält unsere Region zu jeder Jahreszeit einen Reichtum an wunderbaren Erlebnissen für Ausflüge allein, zu zweit oder mit der Familie bereit. Mit der Bodensee Card ^{Plus} steht hierfür eine Tourismuskarte zur Verfügung, die auch für Einheimische interessant ist. Und nicht verpassen sollte man das spektakuläre Naturschauspiel am Radolfzeller Ufer, wo jetzt Tausende von Wasservögeln aus ganz Europa Rast einlegen.

Lassen Sie uns geduldig und mit Zuversicht in die nächsten Wochen gehen. Bleiben Sie achtsam und gesund. Es lohnt sich für unsere Zukunft.

Ihre Nina Hanstein – Geschäftsführerin
der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH

INHALT



4



6



8



10



12

Bereit für die Heimattage Baden-Württemberg	4-5
Seefestival 2021 „Neue Ufer“	6-7
Malerische Heimat	8-9
Der Glitzerstein vom Bodensee	10-11
Radolfzeller Adventsgassen wecken Vorfreude	12-13
Gast in der eigenen Stadt	14-15
'zell mal 4: Mahlzeit!	16-17
Kabarett-Winter 2020 ist zurück!	18
KinderTheaterTage	18
Die METTNAU – das Gesundheitszentrum am Bodensee	19-24
Die Idee für Bücherfreunde	25
Die Bodensee Card ^{PLUS} : DIE Erlebniskarte auch für Einheimische	26-27
Drehseife für den Vogelzug	28-29
Wo das Handwerk Seesucht weckt	30-31
Möggingen teilt sich einen SEEFÄHRER	32-33
Veranstaltungen November – Dezember 2020	34-37
Impressum	37
Gewinnspiel Randnotiz RUDOLF	38



18



26



28



30



32



Bereit für die



Baden-Württemberg RADOLFZELL 2021

Radolfzell am Bodensee steht ein großes Jahr bevor:
2021 präsentiert sich die Große Kreisstadt als Ausrichter für die
Heimattage Baden-Württemberg.

Erstmals seit 1978 kehrt die Veranstaltung an den See zurück.
Das ganze Jahr über ist ein abwechslungsreiches Programm geboten,
das dem ganzen Bundesland die Heimat, die Traditionen und Bräuche
sowie das besondere Lebensgefühl am See näherbringt.

Die Vorbereitungen für die Heimattage laufen seit drei Jahren auf Hochtouren und die Vorfreude der Stadt auf das ereignisreiche Jahr ist riesig. Auch Corona trübt die Stimmung nicht. „Anders als die Stadt Sinsheim, die dieses Jahr alle Veranstaltungen absagen musste, haben wir den Vorteil, dass wir bereits mit Corona planen können“, hebt Oberbürgermeister Martin Staab hervor und betont: „Gerade nach einem Jahr wie diesem sind Veranstaltungen, die Identifikation und Gemeinschaft stiften, besonders wichtig!“ Auch das Ministerium in Stuttgart habe darauf gedrängt, die Heimattage 2021 auf gar keinen Fall ausfallen zu lassen. Sämtliche Veranstaltungstage werden selbstverständlich nach den Vorgaben der Landesverordnung umgesetzt und gegebenenfalls durch entsprechende Formate angepasst.

Zu den Höhepunkten im Veranstaltungsprogramm gehören der Baden-Württemberg-Tag (8. und 9. Mai), der Landesfestumzug (12. September), die Narrenreise der Radolfzeller Zünfte (16. Januar) und das Straßenmusikfestival mit internationalen Straßenmusikern (9. Oktober). Die Heimattage 2021 werden wissenschaftlich begleitet. In der Villa Bosch wird im Rahmen einer Kooperation mit der Universität Konstanz unter der Leitung von Maria Lidola und Teresa Renn vom 28. März bis 10. Oktober eine Ausstellung präsentiert, in der die Studierenden das Thema „Heimat“ untersucht und ihre Ergebnisse zu einem multimediale Erlebnis aufbereitet haben.

„Wir wollen Baden-Württemberg zeigen, was Radolfzell zu bieten hat. Wir sind eine traditionsreiche Stadt und wollen auch so wahrgenommen werden“, sagt Oberbürgermeister Martin Staab. Die-

se Schätze möchte man im Rahmen der Heimattage einer breiten Öffentlichkeit im Rahmen von Themenwochenenden zu drei Schwerpunkten vorstellen. Der erste Themenschwerpunkt wird das Brauchtum, Trachten, Dialekt, die Fasnacht und die Stadtgeschichte beleuchten. Der zweite Bereich deckt Aspekte wie Natur, Umwelt, Bodensee, Landschaft und Vogelkunde ab. Die Musikstadt Radolfzell stellt den dritten Themenschwerpunkt dar.

An den Naturerlebnistagen Möggingen (17. und 18. April) und den Naturerlebnistagen am Seeufer (16. und 17. Oktober) werden besonders die Themen Umwelt, Nachhaltigkeit, Insekten und Gesundheit in den Fokus gerückt.

Auch bereits bekannte Veranstaltungsformate wie das Seefestival (10. bis 13. Juni) und der verkaufsoffene Sonntag „Musik uff de Gass“ (10. Oktober) sollen der Musikstadt Radolfzell Ehre machen und im Zeichen der Heimattage stattfinden. Wie schon beim Stadtjubiläum 2017, das von großem Bürgerengagement lebte, beteiligen sich auch an den Heimattagen die sechs Ortsteile von Radolfzell mit vielfältigen, schönen Projekten, die Heimat vor Ort widerspiegeln.

Bereits der Neujahrsempfang der Stadt Radolfzell am 17. Januar im Milchwerk wird feierlich im Zeichen der Heimattage 2021 stehen. Als Festredner wird Ministerpräsident Winfried Kretschmann zu Gast sein und gemeinsam mit Oberbürgermeister Jörg Albrecht aus Sinsheim die Heimattage-Fahne an Oberbürgermeister Martin Staab übergeben.



Radolfzells Oberbürgermeister Martin Staab übergibt einen Heimattage-Sitzwürfel an Landrat Zeno Danner und bedankt sich für die Unterstützung des Großprojekts.



KULTUR
Radolfzell
präsentiert.

Seefestival 2021

„NEUE UFER“



FOTO MICHAEL SCHRODT

Gemeinsamer Auftritt von Folkshilfe und der Froschenkapelle Radolfzell am Seefestival 2019.

Das beliebte Radolfzeller Seefestival im nächsten Jahr steht ganz im Zeichen der Heimattage Baden-Württemberg 2021, für die Radolfzell am Bodensee Gastgeberin ist. In diesem Rahmen erhält das große Musikwochenende eine ganz besondere Ausrichtung unter dem spannenden Titel „Neue Ufer“.

Die Tatsache, dass das Seefestival eine ganz besondere Ausrichtung im Jahr der Heimattage 2021 erhalten soll, war Martin Lang vom Kulturbüro Radolfzell bereits vor der letzten Ausgabe des Festivals 2019 klar. „Die Musikstadt Radolfzell mit ihrem Fokus und der Leidenschaft für Musik und die Lage des Festival-Geländes direkt am Seeufer sind ideale Voraussetzungen, um die musikalischen Zentren des Landes Baden-Württemberg mit ihren überregional bekannten und aufstrebenden Musikern und Ensembles an den Bodensee einzuladen und zu präsentieren“, so der Leiter des Kulturbüros.

An dem dreitägigen Meeting und Show-Case Festival vom 11. bis 13. Juni 2021 werden die aktuellen popmusikalischen Strömungen und Trends aus Baden-Württemberg präsentiert und auch Zeit zur Diskussion und zum Austausch über aktuelle Entwicklungen der baden-württembergischen Musikförderung und -entwicklung soll dabei gegeben sein. Zudem konnte die renommierte Pop-Akademie aus Mannheim als Kooperationspartner gewonnen werden und Pop-Büros aus dem ganzen Land wie beispielsweise aus Stuttgart, Ulm, Ravensburg und Freiburg helfen bei der Auswahl der Künstler aus ihren Städten.

„Neue Ufer“ – so lautet der Untertitel des Festivals 2021, der sich zum einen auf den musikalischen Nachwuchs des Landes, zum anderen auch auf die musikalische Neuausrichtung des Festivals bezieht. Das Seefestival 2021 soll ein Treffpunkt für Musikliebhaber werden, die junge und unbekannte Bands kennenlernen möchten – Ensembles, die wiederum die verschiedensten musikalischen Genres bedienen.

Der Festivalfreitag 2021 wird dabei nochmals das Thema Brass- und Blasmusik aufgreifen. Am Festivalsamstag werden musikalische Strömungen aus den Bereichen Indie, Electro und Hip Hop zu hören sein und der Festivalsonntag ist für die Fans der Singer-Songwriter und der Popmusik genau die richtige Adresse. Passend dazu wird der Top Act, Gregor Meyle, im Rahmen der Heimattage Baden-Württemberg 2021 in Radolfzell das Festival abschließen. Gebürtig aus Backnang bei Stuttgart steht er für das musikalische Großwerden in Baden-Württemberg und konnte die Radolfzeller bereits vor einigen Jahren im Milchwerk von seinem Können überzeugen.

Wie bei vielen anderen Festivals und Großveranstaltungen, die für das kommende Jahr geplant sind, wird es auch für das Seefestival 2021 eine der Landesverordnung angepasste Umsetzung geben, die das Pandemiegeschehen rund um Corona berücksichtigt. Momentan ist der Vorverkaufsstart für Anfang November geplant, der vorerst auf 500 Tickets pro Festivaltag beschränkt sein soll. Gemeinsam mit dem Ticketanbieter reservix arbeitet das Kulturbüro an der Aufteilung der Plätze und Aufenthaltsbereiche. Auch so wird Musikgenuss höchster Qualität bei gleichzeitiger Beachtung der wichtigen Hygiene- und Abstandsstandards im kommenden Jahr möglich sein. Neue Ufer, auch in dieser Hinsicht.

Termin Freitag 11. Juni bis Sonntag, 13. Juni 2021

Ort Konzertsegel Radolfzell

Tickets im Vorverkauf sind voraussichtlich ab Anfang November bei reservix.de und bei der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH, Seestraße 30, Tel. 07732/81-500, erhältlich.

Weitere Infos musikstadt-radolfzell.de/seefestival

TOP ACT:
Gregor
Meyle!

HEIMATTAGE
Baden-Württemberg
RADOLFZELL 2021

FOTO RALF SCHOENENBERG



TEXT MARINA KUPFERSCHMID · FOTOS JANE UND GIUSEPPE DI DOMENICO

Tradition trifft Moderne in Radolfzell



Auch die Ortsteile sollen an den Heimattagen in den Blickpunkt der Besucher rücken. Im Vorfeld ging das Güttinger Fotografenpaar Jane und Giuseppe Di Domenico in den Dörfern und in der Kernstadt auf Fotopirsch, um ungewöhnliche Motive aufzuspüren, die Radolfzell und seine Teilorte in ihrer ganzen Schönheit zeigen. Rechtzeitig zum Start der Heimattage werden sechs Ortssporträts und ein Fotoreigen der Kernstadt mit jeweils fünfzehn Bildern in gebundener Form entstehen. Hier eine kleine Auswahl als Vorgeschmack.



Hofgut Rickelshausen, Böhringen



Spätsommerliche Impressionen in Stahringen

Malerische



Buchenseen Güttingen



Liggeringer Herbst mit Alpenblick

Heimat



Landidylle in Möggingen



Markelfinger Kirche mit Säntisblick



Der Glitzerstein vom Bodensee

„Ein solch kreativer Schub, wie ich ihn erfahren durfte, ist wahrscheinlich nur am Bodensee möglich“, sagt Angelika Müller-Zastrau. Seit über 20 Jahren ist sie zu Gast auf der METTNAU und obwohl ihr Aufenthalt im vergangenen Jahr anfangs unter keinem guten Stern stand, schöpfte sie in ihrer misslichen Lage Inspirationen für eine ganz besondere Geschichte.

Ein Wunsch geht in Erfüllung

Angelika Müller-Zastrau ist Grund- und Hauptschullehrerin und leitet die Maria Montessori Grundschule Hausen bei Stuttgart. Ihr Herz gehört den Kindern – jedoch ganz besonders ihren Enkeln. Einem von ihnen, dem kleinen Matteo, ist es nun zu verdanken, dass die promovierte Sozialwissenschaftlerin ein wunderschönes Kinderbuch geschrieben hat. „Mein letztjähriger Kuraufenthalt in der Klinik Seehalde auf der Radolfzeller Mettnau war anders als in den Jahren zuvor. Eine vorausgegangene, unglücklich verlaufene Operation hinderte mich daran, an dem einzigartigen Kurprogramm, auf das ich mich so gefreut hatte, teilzunehmen. Und obendrein erreichte mich dann noch die Nachricht, dass mein Enkel Matteo im Kindergarten einen schlimmen Unfall hatte, bei dem er zwei Schneidezähne verlor.“ Um Matteo zu trösten, versprach sie ihm am Telefon, dass er sich etwas von ihr wünschen dürfe, egal was. „Ich hatte das so voreilig und spontan ausgesprochen, dass ich erst nach dem Telefonat darüber nachdachte, ob ich überhaupt in der Lage sei, seinen Wunsch zu erfüllen, oder ob der Wunsch außerhalb meines Budgets liegen könnte“, erinnert sich die Stuttgarterin.

Am nächsten Tag erfolgte der Rückruf von Matteo: „Oma, ich wünsche mir einen Glitzerstein!“ Dieser Wunsch überraschte sie sehr. Einerseits war sie wegen des bescheidenen, immateriellen Wunsches gerührt, andererseits besorgt, denn woher sollte sie einen Glitzerstein nehmen? Dass sie wegen ihrer gesundheitlichen Einschränkung nun nicht in das straffe Therapieprogramm eingebunden war, kam ihr in dieser Situation sogar entgegen, denn somit hatte sie viel freie Zeit zur Verfügung, die sie für Spaziergänge entlang des Sees nutzte. Steine fand sie en masse, unifarbene, gemaserte Exemplare und Steine mit Punkten, aber keiner wollte glitzern. Nach langer Suche wurde sie schließlich auf der Insel Reichenau fündig. Als sie ihren Tischnachbarn in der Klinik Seehalde von Matteo und dem Glitzerstein erzählte, entwickelte sich fast nebenbei die Idee, aus der Begebenheit ein Kinderbuch zu schreiben. Und so entstand die (fast wahre) Geschichte rund um den kleinen Matteo und einem Glitzerstein, der magische Kräfte entwickelt. Der Stein hilft Matteo, wie seine Oma berichtet, bis heute bei der Überwindung so mancher Alltagsängste.

Der Zufall sorgt für tolle Teamarbeit

Zu der Geschichte hat sich Angelika Müller-Zastrau sogar erstmalig auf das Terrain der Komposition gewagt und mit Unterstützung des Chors der Montessori Grundschule Hausen und Musiklehrerin Regina Gromes ihr selbst geschriebenes Lied auf einer CD aufgenommen. Und was wäre ein Kinderbuch ohne lebendige Illustrationen? Über ein Nachbarschaftsportal ihres Wohnortes fand die kreative Autorin die gerade einmal neunzehnjährige Marie Filler, die der Geschichte mit 22 bunten, liebevollen Zeichnungen Lebendigkeit einhauchte. „Und für die graphische Umsetzung kam mir der Zufall zu Hilfe“, schmunzelt Angelika Müller-Zastrau, „Mein Haus ist so groß, dass ich eine Wohnung untervermietete. Und siehe da, meine Untermieterin, Sandra Storch, ist Grafikerin. Es hat sich einfach alles so gefügt, die Idee, der Text sowie die Bereitschaft der Illustratorin und der Graphikerin, mir zu helfen. Das Buch musste damit einfach gemacht werden.“

Der Bodensee als kreativer Schub

„Und einmal mehr zeigt sich, dass auf jedem Misthaufen auch Blumen wachsen können“, bewertet die Stuttgarterin im Nachhinein augenzwinkernd ihre Erfahrung, die sie im letzten Jahr auf der Mettnau machte. Nach ihrem kreativen Schub ist sie umso mehr von der Bodenseeregion begeistert. Im Interview schwärmt sie von der Radolfzeller Kureinrichtung, in der sie sich seit Jahren bereits am Ankunftstag wie zu Hause fühle. Entspannung, die Seele baumeln lassen, morgens, wenn die Halbinsel erwacht, durch den Park zu joggen, am Sport- und Ernährungsprogramm teilzunehmen, lässt sie auftanken und Kraft schöpfen. „Der Kurerfolg ist nachhaltig und ich zehre da wirklich lange davon“, betont sie. Nicht zuletzt seien es die wunderbaren zwischenmenschlichen Begegnungen innerhalb der Klinik, die maßgeblich zum Kurerfolg beitragen. Und das ansprechende kulturelle Angebot der Region würde das Gesamtpaket abrunden. So gehört jedes Jahr ein Besuch des Otto-Dix-Hauses zu ihrem Aufenthalt. Dieser Ort sei „Inspiration pur“. Kein Wunder, denn schließlich schuf auch Dix Bücher mit einer Auswahl seiner Zeichnungen für seine Kinder und seine Enkelin. Auf die Frage, ob weitere Kinderbücher in Planung seien, antwortet die Autorin: „Absolut. Ich habe schließlich sechs Enkelkinder und ich möchte jedem davon seine eigene Geschichte widmen.“

.....

Das Kinderbuch „Der Glitzerstein“ von Angelika Müller-Zastrau (Hardcover, mit 22 farbigen Zeichnungen von Marie Filler) enthält eine CD als Audio-Erzählung sowie dem dazugehörigen Lied (ebenso als gesungene wie auch als Playbackversion). Erhältlich ist es zum Preis von 18 Euro in der Radolfzeller Buchhandlung am Obertor und in der Buchhandlung Greuter.

Außerdem kann man das Buch „Der Glitzerstein“ ebenso wie ein weiteres Kinderbuch der Autorin („Ben, die Geschichte eines Schulhunds“ ISBN 783-0-00-437793) direkt unter bee@honey-and-more oder Amazon bestellen.

.....

TEXT UND FOTO NICOLA M. WESTPHAL





AKTIONSGEMEINSCHAFT
RADOLFZELL

„Radolfzeller Adventsgassen“ wecken Vorfreude



FOTO GERALD JARAUSCH

Die „Radolfzeller Adventsgassen“ laden vom 26. November bis 23. Dezember in die festlich geschmückte Innenstadt zum vorweihnachtlichen Bummel ein. Vom Seetorplatz bis zum seemaxx Outlet Center entdecken Besucher an rund 28 Christkindlemarkt-Hütten hochwertiges Kunsthandwerk und feine Dinge. Cafés und Restaurants vor Ort locken mit weihnachtlichen Angeboten zur Einkehr.

Radolfzell ohne Christkindlemarkt? Gibt's doch gar nicht! Und wie es das gibt! Mit einem ganz neuen Konzept, das die Aktionsgemeinschaft Radolfzell und die Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH im Rekordtempo für diese besonderen Zeiten auf die Beine gestellt haben, wächst die Vorfreude auf einen glänzenden Advent, der auch in diesem Jahr einen Besuch in der Stadt zu einem ganz besonderen Erlebnis werden lässt.

Die stimmungsvollen Adventsgassen führen mitten durch das historische Radolfzell – in der Kombination mit den charmanten Läden und den vielen inhabergeführten Geschäften der Einkaufsstadt sind sie also der perfekte Ort für den Weihnachtseinkauf. Und wie man es von Radolfzell kennt und liebt, wird sich die Stadt während der „Radolfzeller Adventsgassen“ von ihrer schönsten Seite zeigen. Die weihnachtlich dekorierten Hütten, ein Leitsys-



Termine der „Radolfzeller Adventsgassen 2020“

26. November – 23. Dezember Do – Sa 11 – 18 Uhr
21. – 23. Dezember zusätzlich Mo – Mi 11 – 18 Uhr

Schneeflocken-Gewinnspiel – Verkaufszeiten:

Immer donnerstags ab 16 Uhr (solange das wöchentliche Kontingent reicht)

Verkaufszeiten: 26.11., 3.12., 10.12. und 18.12.

Weitere Informationen

www.radolfzell-tourismus.de

www.herzlich-einkaufen.de



tem zur besseren Orientierung, die Weihnachtsbeleuchtung in der ganzen Stadt und nicht zuletzt der geschmückte und beleuchtete Christbaum auf dem Marktplatz schaffen ein Flair, das ganz sicher gebührend auf Weihnachten einstimmt. Die Adventshütten haben immer donnerstags bis samstags von 11 bis 18 Uhr geöffnet, vom 21. bis 23. Dezember zusätzlich Montag bis Mittwoch.

„Nachdem wir in diesem Jahr unsere verkaufsoffenen Sonntage und unseren Christkindlemarkt absagen mussten, haben wir alles darangesetzt, ein Veranstaltungsformat zu entwickeln, das Lust auf Einkauf und Genuss in unserer Stadt macht und dabei den Schutz aller gewährleistet“, so Andreas Joos, zweiter Vorsitzender der Aktionsgemeinschaft. Damit auch für das leibliche Wohl gesorgt ist, wird die vielfältige Radolfzeller Gastronomie mit ins Boot geholt. „Natürlich gilt es, Menschenansammlungen zu vermeiden. Wir freuen uns, dass unsere Gastronomen mitmachen“, so Nina Hanstein, Geschäftsführerin der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH. Die Restaurants, Bars und Cafés in Radolfzell können wie im Sommer auf ihren Freiflächen unter Einhaltung aller Corona-Schutzmaßnahmen bewirten und

sorgen so mit allen Organisatoren dafür, dass sich Genuss und größtmögliche Sicherheit bestens miteinander verbinden lassen.

Und eine kleine Reminiszenz an den Christkindlemarkt gibt es dann doch: Das beliebte „Schneeflocken-Gewinnspiel“ der Aktionsgemeinschaft Radolfzell findet auch in diesem Jahr statt. Jedes der rund 500 Tütchen, gefüllt mit „Schneeflocken“ aus handgemachten Meringen und Losen, gewinnt. Bernhard Kirchner, lange Jahre Chef-Organisator des Radolfzeller Christkindlemarktes und nun intensiv mit der Vorbereitung der „Radolfzeller Adventsgassen“ befasst, erläutert: „In diesem Jahr teilen wir die Schneeflocken-Päckchen in wöchentliche Kontingente für die Zeit der Adventsgassen auf, so dass Besucher noch öfter eine Chance haben, eines der begehrten Tütchen zu ergattern.“

Der Verkauf beginnt am Donnerstag, 26. November, ab 16 Uhr am Stand der Aktionsgemeinschaft in der Seestraße 41. Schneeflocken-Nachschub gibt es immer donnerstags am 3., 10. und 18. Dezember um 16 Uhr.

+++++++ Neues aus dem Handel +++++++

Jahrzehntelange Treue

Es gibt sie noch: Die Arbeitsverhältnisse, die viele Jahrzehnte überdauern. Erst jüngst wurden Claudia Keller und Hubert Kille für ihre Betriebszugehörigkeit zur Firma Elektro Biller geehrt. Ein ganz besonderer Anlass für das kleine, aber feine Radolfzeller Traditionsunternehmen, das in dritter Generation von Inhaberin Sandra Biller-Stocker geführt wird.

Claudia Keller begann vor 35 Jahren ihre Ausbildung als Verkäuferin und Einzelhandelskauffrau bei Elektro Biller und nach ihrem Abschluss blieb sie dem Unternehmen treu. Seit dem Ausscheiden von Seniorchefin Monika Biller liegt die Verantwortung für das Elektrogeschäft praktisch in ihren Händen, gemeinsam mit Andreas Parzer ist sie die immer freundliche und loyale Ansprechpartnerin für die Kunden.

Hubert Kille, der mit unglaublichen 45 Jahren Betriebszugehörigkeit noch zehn Jahre länger an Bord ist, begann seine Ausbildung mit gerade einmal 15 Jahren als Elektriker bei den Billers und blieb dem Unternehmen treu. Er ist heute als Top-Kundendienstmonteur der Leiter und das Gesicht des Biller-Kundendienstes.





TEXT TSR GMBH FOTO ADOBE STOCK/FRIENDS-STOCK

Gast in der eigenen Stadt

*Auszeit in der eigenen Stadt – am 7. und 8. November 2020
haben die Radolfzeller Bürger wieder die Möglichkeit, ihre Stadt
aus der Gast-Perspektive zu erleben.*

Im Mittelpunkt steht dabei das Angebot von Hotellerie und Gastronomie. Damit sich die Radolfzeller von den örtlichen Hotels ein Bild machen können, bieten die teilnehmenden Betriebe in der Nacht vom 7. auf den 8. November Übernachtungen zum halben Preis an. Bei Hausführungen am Sonntag, 8. November, gibt es die Gelegenheit, einen Blick hinter die Kulissen zu werfen.

Zum Urlaub gehört auch gutes Essen. Daher beteiligen sich Restaurants, Bistros und Bars mit verschiedensten Aktionen, vom „Probiererle“ bis zum Schlemmermenü zum Sonderpreis, am Programm „Gast in der eigenen Stadt“.

Für Radolfzeller, die mehr über ihre Stadt erfahren möchten, bieten am Sonntag, 8. November, zwei Stadtführungen die Gelegenheit dazu. Um 11.15 Uhr findet eine klassische Stadtführung „Auf den Spuren Radolfs“ statt, um 16 Uhr nimmt der „städtische Dienstbote Hannes“ die Teilnehmer der Führung mit in das

Radolfzell im Jahre 1913. Auch das Stadtmuseum Radolfzell beteiligt sich wieder an der Aktion und gewährt am Sonntag, 8. November, freien Eintritt für Radolfzeller.

Für die Stadt- und Hotelführungen und die gekennzeichneten Gastronomie-Aktionen gilt: Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, eine Anmeldung ist bis Freitag, 6. November, bei der Tourist-Information Radolfzell erforderlich. Die Buchung der Übernachtungen erfolgt hingegen direkt über die Hotels.

Das Aktionswochenende ist gültig für Radolfzeller Einheimische unter Vorlage des Ausweises mit aktueller Adresse.

Weitere Informationen Tourist-Information Radolfzell
Seestraße 30 | 78315 Radolfzell am Bodensee | Tel. 07732/81-500
info@radolfzell-tourismus.de | www.radolfzell-tourismus.de

Programm

Übernachtung zum halben Preis

Von Samstag, 7. auf Sonntag, 8. November

Hotel am Stadtgarten

www.hotel-am-stadtgarten.de

Hotel K99

www.hotel-k99.de

Am Gleis – Radhotel + Einkehr

www.amgleis.de

NaturFreundeHaus Bodensee

Plus Kennenlern-Menü nur für Übernachtungsgäste:
„Unsere Mini-Renner“ – ein kleiner Auszug aus der à la carte-Karte, 19,90 Euro pro Person
www.naturfreundehaus-bodensee.de

Hausführungen & Aktionen der Hotels

Sonntag, 8. November

Am Gleis – Radhotel + Einkehr

„Nachhaltig nächtigen“. Hausführungen zum ökologischen Konzept um 11 Uhr und 15 Uhr
www.amgleis.de

NaturFreundeHaus Bodensee

Hausführungen mit Kinderbetreuung „GPS-Tour auf dem NFHB-Gelände“ zur vollen Stunde von 11-17 Uhr
www.naturfreundehaus-bodensee.de

Jeweils kostenfrei, Teilnehmerzahl begrenzt,
Anmeldung bei der Tourist-Information Radolfzell erforderlich.

Gastro-Aktionen

Golden Dreieck

Samstag, 7. November, 12-18 Uhr

Alle Hauptgerichte 15 % reduziert
Facebook: goldendreieck

Restaurant Strandcafé

Samstag und Sonntag, 7. und 8. November

Kleiner vegetarischer Zwischengang (kostenfrei)
www.strandcafe-mettgau.de

Marmelad'Or

Samstag und Sonntag, 7. und 8. November

Eine Tasse Kaffee gratis zu einem Stück Kuchen oder Torte
www.marmelador.de

Rockcafé Zeitlos

Samstag und Sonntag, 7. und 8. November

Zu jedem Gericht ein Getränk nach Wahl gratis
www.bistro-zeitlos.de



FOTO ULRIKE KLUMPP

Steg 11

Sonntag, 8. November, 12-14 und 17.30-20.30 Uhr

Special Menü: „R'zeller Spritz“ als Aperitif, anschließend 4-Gänge-Menü der hausgemachten Specials. Es wird wild und winterlich (vegetarisch möglich), 36 Euro pro Person**
www.steg11.de

Am Gleis – Radhotel + Einkehr

Sonntag, 8. November, 12-14 und 18-21.30 Uhr

Menü „Gast in der eigenen Stadt“: das 2. Menü 25 % günstiger (25,50 Euro)**
www.amgleis.de

** Bei diesen Gastronomie-Aktionen ist eine verbindliche Anmeldung bei der Tourist-Information Radolfzell erforderlich!

Radolfzell kennen lernen

Stadtführung „Auf den Spuren Radolfs“ *

Sonntag, 8. November, 11.15 Uhr

Klassische Stadtführung

Eine Stadtführung im Jahre 1913 – Radolfzell auf dem Weg in die Moderne *

Sonntag, 8. November, 16 Uhr

Stadtführung mit Dienstbote Hannes

Stadtmuseum Radolfzell

Sonntag, 8. November, 11-17 Uhr

Kostenfrei

* Anmeldung bei der Tourist-Information Radolfzell erforderlich.

Mahlzeit!

Etwas Warmes braucht der Mensch. In Radolfzell ist der Mittagstisch für jeden Geschmack reich gedeckt. Vier Beispiele, die Appetit machen. Außerdem gibt es in der Tourist-Info einen Gastro-Führer für Radolfzell, in dem alle Restaurants mit Mittagstisch gekennzeichnet sind.



FOTOS STEG 11

Mittagstisch: Dienstag bis Freitag von 12 bis 14.30 Uhr.
Informationen: www.steg11.de

Steg 11 im Yachtclub

Direkt am Seeufer gelegen bietet der Mittagstisch in Steg 11 nicht nur leckeres Essen, sondern auch Gelegenheit, in großzügigem Ambiente eine schöne Auszeit zu genießen. Die Auswahl lässt keine Wünsche offen. Neben einer kleinen Mittagskarte mit Gerichten für den leichten Hunger wie Süßkartoffel-Pommes mit Dips, Salaten und Bruschetta gibt es ein täglich wechselndes Mittagsmenü sowie drei wöchentlich wechselnde Mittagsmenüs, die meist auch ein veganes oder vegetarisches Gericht bieten. Zu jedem Menü wird eine Suppe oder ein Salat serviert und oft gibt es als zusätzliches Angebot ein preiswertes Tagesdessert in Verbindung mit einem Espresso. „Wir stehen für ehrliche deutsche Küche – alles selbst zubereitet aus regionalen Produkten, vielfältig und raffiniert“, bringt Inhaberin Ramona Lerner das Angebot auf den Punkt. Während des Mittagstischs kann auf den Parkplätzen des Restaurants im Yachthafen geparkt werden.



Bio-Restaurant Safran

Für eine lebendige und frische Kochkultur, verbunden mit den Rhythmen der Natur und den Jahreszeiten, steht das Bio-Restaurant Safran am Gerberplatz. Als reines Tagesrestaurant mit durchgehend warmer Küche und als Unternehmen, das zu 100 Prozent biozertifiziert ist, d.h. ausschließlich mit Lebensmitteln und Gewürzen aus kontrolliert biologischem Anbau arbeitet, bietet das Safran keinen speziellen Mittagstisch, sondern von Montag bis Samstag eine täglich wechselnde Karte mit genussvollen und kreativen vegetarischen Gerichten, auch veganen, Speisen, zu angemessenen Preisen. Ganz wichtig in Corona-Zeiten sind Köchin und Inhaberin Tina Laakmann wärmende Gerichte, die das Immunsystem stärken. So machen in diesen Tagen Speisen wie Spaghetti mit Roter Beete, Buchweizen-Pesto und heimischem Ziegenkäse, Linsencurry aus der Alblinse oder Kürbis-Wirsing-Töpfchen mit Zimt Lust auf vollwertigen Mittagsgenuss. Und: „Gerade dadurch, dass unser Essen ohne künstliche Zusatzstoffe und Aromen auskommt, liegt das Mittagessen nicht so schwer im Magen und man fällt nicht in das typische Nachmittags-Loch“, so Tina Laakmann.

Das Bio-Safran verfügt über einen großen Gastraum.
Winter-Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 11 bis 17 Uhr,
Samstag von 10 bis 15 Uhr,

Informationen: www.biocatering-safran.de



FOTOS ANDREAS KOCHLÖFFEL

Restorama im Milchwerk

Seit die „Fetscher Event[n]Marketing GmbH“ als neuer professioneller Catering-Partner in diesem Jahr die gastronomische Versorgung im Milchwerk Radolfzell übernommen hat, gibt es dort im weiträumigen Foyer auch einen Tagesbetrieb. Dazu gehört Montag bis Freitag von 11.30 bis 14.30 Uhr ein täglicher Mittagstisch, der gut angenommen wird. Vor allem Mitarbeiter von den nahegelegenen Unternehmen wie Allweiler, Schiesser und Hügli nutzen das Angebot, sich mittags in relaxter Lounge-Atmosphäre des Restorama zu stärken. Ergänzend zur Grundkarte mit verschiedenen Wraps und saisonalen Spezialitäten sowie Salaten werden wechselnde herzhafte Gerichte angeboten wie etwa wärmende Suppen, Schweinebraten mit Rosmarinkartoffeln und bunten Kartoffeln oder Käsknöpfe mit geschmälzten Zwiebeln und Salaten. Auch vegetarische Gerichte wie Penne mit mediterranem Grillgemüse, gibt es auf Anfrage. Alles wird in der großen Küche des Milchwerks frisch gekocht, wobei Küchenleiter Philipp Rößler größten Wert auf Regionalität und Nachhaltigkeit legt. Wann immer möglich, gibt es den Mittagstisch vom Büffet, so dass jeder sein Tempo beim Essen selbst bestimmen könne, betont Standortleiter David Schoof.

Informationen: www.milchwerk-radolfzell.de/catering
facebook.com/MilchwerkCatering



TEXTE UND FOTO MARINA KUPFERSCHMID



un.ver.gleich.bar

Mit ihrem besonderen Konzept „LunchTime“ will Birgit Hotz von der un.ver.gleich.bar in der Poststraße alle ansprechen, denen es beim Mittagstisch nicht nur ums Sattwerden geht, sondern auch ums gegenseitige Kennenlernen unter Kollegen und den Austausch in der Mittagspause, „Es soll Gelegenheit bleiben für das gemütliche Gespräch, so dass die mittags knapp bemessene Zeit nicht mit großer Wartezeit verplempert werden muss“, unterstreicht sie. Deshalb bietet sie als besonderen Service an, für den Mittagstisch Montag bis Freitag von 11.30 bis 14.30 Uhr unter www.unvergleichbar-radolfzell.de einen Tisch zu reservieren und die Gerichte und Getränke gleich mit vorzubestellen. Die Speisen für den schmackhaften Mittagstisch wechseln wöchentlich. Die Gäste können aus einem abwechslungsreichen Angebot regionaler Küche wählen, die mit bodenständigen, modern interpretierten Gerichten aufwartet. Abgerundet werden kann der Mittagstisch mit einem Kaffee aus der eigenen Kaffeerösterei und hausgebackenen Kuchen. Birgit Hotz verweist darauf, dass bei schöner Witterung auch im Herbst und Winter der Biergarten geöffnet ist. Er wird beheizt. Restaurant und Café verfügen über eine Aerosol-Desinfektion zum Schutz der Gäste vor Corona-Viren. Informationen: www.unvergleichbar-radolfzell.de

FOTOS LICHTERLOH



KULTUR
Radolfzell
präsentiert.

KABARETT-WINTER 2020 ist zurück!



FOTO CHRISTOPHER KÖHLER – PRESSEFOTO

Bereits jetzt kann sich das Publikum auf einen rasanten Mix aus Comedy, Improvisation und Magie freuen, denn am **15. November** tritt **Christopher Köhler** im Rahmen des Kabarett-Winters mit seinem Programm „**Große Klappe – Tricks dahinter!**“ im Milchwerk auf. Mit simplen Requisiten, Alltagsgegenständen und einem saloppen Mundwerk weiß dieser Ausnahmekünstler, vielen bekannt als TV-Moderator in der Erfolgsshow „Der Magier“, sein Publikum bestens zu unterhalten und beweist mühelos, dass es nicht immer das gigantische Bühnenbild sein muss, um einen unvergesslichen Abend zu erleben. Die Veranstaltung ist für Kinder unter 12 Jahren nicht geeignet.

Den Abschluss des Kabarett-Winters macht am **22. November** **Uli Masuth** mit seiner Show „**Mein Leben als ICH**“. Der fantastische Beobachter, bissige Formulierer und Meister des rabenschwarzen Humors fragt sich: Was ist los in einer Zeit, in der sich die Menschen immer häufiger selbst fotografieren und die Mitmenschen zunehmend aus den Augen verlieren oder als Bedrohung empfinden? Eine Zeit, in der Ängste wachsen und Ablenkung immer größer geschrieben wird?

Die Termine des Kabarett-Winters wurden vom Frühjahr in den Herbst verlegt. Bereits gekaufte Tickets behalten ihre Gültigkeit. Kann der Termin nicht wahrgenommen werden, können die Tickets bei den jeweiligen Vorverkaufsstellen zurückgegeben werden.

Tickets sind erhältlich bei der Tourist-Information Radolfzell, Kirchgasse 30/Eingang Seestraße 30, Tel. 07732/81-500, bei allen Reservix-Vorverkaufsstellen sowie online unter mcd-ticketshop.reservix.de/events.

Informationen mcd-sportmarketing.de/kabarett-winter-1/

KinderTheaterTage

Die KinderTheaterTage sind seit 29 Jahren eine feste Größe im kulturellen Herbst in Radolfzell. Auch in diesem Jahr findet das im Landkreis Konstanz einzigartige Theater-Spektakel vom 8. bis 13. November statt, wenn auch in beschränktem Rahmen.

Lollipop – Das KinderKulturZentrum +, das von der städtischen Abteilung „Kinder und Jugend“ betrieben wird, lädt die Radolfzeller Schulen wieder zu ausgesuchten Theaterstücken von fünf Theatergruppen ein. In diesem Jahr liegt der Schwerpunkt auf modernen Märchen. Für die traditionelle Familienveranstaltung zur Eröffnung gibt es in diesem Jahr zwei Aufführungstermine im KinderKulturZentrum. So wird das **Berliner Theater Red Dog** sein Stück „**Vom Fischer und seiner Frau**“ am Sonntag, **8. November, um 11.30 und um 15 Uhr** darbieten.

Zum Inhalt: „Ein hölzerner Fischer spielt Akkordeon am Ufer des Meeres, sein Netz liegt trocken und zerknüllt zu seinen Füßen. Ein glänzender Butt steuert keck auf den Fischer zu. Plötzlich werden Wünsche erfüllt. Alles ändert sich in dem ruhigen Fischerdorf. Auf dem Marktplatz des Märchens erzählen die zwei Fischweiber Elfriede und Ursula mit scharfen Zungen und spitzer Freude das unausweichliche Schicksal jenes Fischerpaares, welches zwischen wachsenden Kostbarkeiten und Macht hin und her taumelt, von einem Fisch, der genau weiß, wie er dem Kochtopf

entkommt, von dem gewaltigen Unwetter, das alles wieder zu nichts zu machen droht.

IN DIESEM JAHR IST EINE ANMELDUNG ERFORDERLICH:

Lollipop – Das KinderKulturZentrum +
Waldstraße 26, Tel. 07732-9191-45/-46

Informationen unter www.kinderkulturzentrum.de



FOTO THEATER RED DOG BERLIN



METTNAU – BEWEGUNG IST LEBEN

**In dieser Ausgabe mit
folgenden Themen:**
Osteopathie –
Der Körper als Einheit

Mit Fingerspitzengefühl
zu Heilung und Wohl-
befinden

Gesundes Naschen –
Aprikosen-Nuss-Riegel
mit Mandeln

TEXT NICOLA M. WESTPHAL
FOTO METTNAU

Die METTNAU – Für Gesundheit und Wohlbefinden

Die METTNAU ist einmalig! Und das nicht nur wegen Ihrer außergewöhnlichen Lage inmitten der Natur und direkt am Ufer des Bodensees. Es ist vor allem das umfassende Therapiekonzept der Medizinischen Einrichtung, das unsere Gäste begeistert. Obwohl das Motto der METTNAU „Bewegung ist Leben“ heißt, ist es das ausgewogene Zusammenspiel zwischen Bewegung, Entspannung und Ernährung, das sich seit der Eröffnung im Jahre 1958 bewährt hat. Die Rehabilitationseinrichtung der Stadt Radolfzell ist auf die Störungen des Herz-Kreislauf-Systems spezialisiert. Ebenso werden orthopädische Befunde, Stoffwechselerkrankungen sowie die Folgen psychischer Überbelastung behandelt.

Prävention und Rehabilitation

Unser Ziel ist es, Krankheiten erst gar nicht entstehen zu lassen. Aber auch bei bestehender Krankheit oder nach Operationen sorgt unser Kompetenz-Team dafür, ihre Ressourcen möglichst rasch zu

reaktivieren. Unsere Sportlehrer und Therapeuten sowie Ärzte verschiedener Fachrichtungen arbeiten mit jahrelanger Erfahrung Hand in Hand für Ihr Wohlbefinden. Ob gesetzlich Versicherte oder Selbstzahler, ob Mitarbeiter und Führungskräfte von Kleinunternehmen oder internationale Konzerne, im Mittelpunkt einer erfolgreichen Therapie steht immer der Gast in seiner Gesamtheit und in seinem ganz persönlichen Umfeld.

Die METTNAU – Ihr Impulsgeber und Motivator für eine dauerhafte gesunde Lebensweise.

Informationen finden Sie auch online unter www.mett nau.com.

Sie wünschen Informationen zu unseren stationären und ambulanten Aufenthalten in Papierform oder bevorzugen ein persönliches Gespräch? Wir freuen uns, wenn Sie mit uns Kontakt aufnehmen!
Telefon +49 7732 151-810 oder reservierung@mett nau.com



Die METTNAU wurde als Ergebnis einer unabhängigen Befragung des Magazins FOCUS zum vierten Mal in Folge als eine der TOP Reha-Kliniken Deutschlands für das Fachgebiet Herz ausgezeichnet.

METTNAU Medizinische Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell
Strandbadstraße 106
78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon 07732/151-0

Reservierungsanfragen

Telefon 07732/151-810
info@mett nau.com
www.mett nau.com

Osteopathie – Der Körper als Einheit



FRAGEN NICOLA M. WESTPHAL FOTOS METTNAU | NICOLA M. WESTPHAL

Die Sportosteopathie ist einer der Schwerpunkte im Bereich Osteopathie und bietet hervorragende Behandlungsmöglichkeiten. Welche das sind, erklärt Dr. med. Sandra Unger, Fachärztin, Sportmedizinerin, Sportosteopathin und Funktionsoberärztin der METTNAU.

Frau Dr. Unger, was versteht man unter Osteopathie?

Vor 140 Jahren wurde vom amerikanischen Arzt Andrew Taylor Still die Osteopathie begründet und ihre Techniken in den darauffolgenden Jahrzehnten immer weiterentwickelt. Die Grundgedanken sind nach wie vor aktuell. Still betont die „ganzheitliche Herangehensweise an körperliche Beschwerden“ und betrachtet Muskeln, Gelenke, Nerven und Organsysteme wie Darm, Blase, Niere und Leber als eine biologische Einheit. Haben wir ein Problem an einer bestimmten Stelle unseres Körpers, wird jene in der Osteopathie nicht isoliert

betrachtet, denn sie kann neben dem lokalen Schmerz ebenso Beschwerden in ganz anderen Körperregionen verursachen.

Zum Beispiel?

Beispielsweise kann eine Störung am Fuß, der Osteopath spricht von einer sogenannten Dysfunktion, für Rückenbeschwerden verantwortlich sein. Der Ansatz von Still ist, dass der Körper über selbstregulierende Mechanismen verfügt. Unser Organismus ist bestrebt, alles so gut wie möglich im Gleichgewicht zu halten und kämpft daher ständig gegen alle möglichen Angriffe wie Krankheitserreger, Ernährungssünden,

Bewegungsmangel, Kälte und Hitze. Der Osteopath unterstützt den Körper, seine Selbstheilungskräfte einzusetzen. Daher bezeichnet man die Osteopathie als „Regulationstherapie“. Je akuter die Situation ist, desto häufiger wird behandelt, je länger die Beschwerden anhalten, desto größer sind die Behandlungsabstände. Denn der Körper benötigt nach einem gesetzten Reiz eine bestimmte Zeit, um zu regulieren beziehungsweise um zu regenerieren. Der Leitgedanke von Still „Leben ist Bewegung“ beruht auf seiner These, dass jede Zelle, jedes Organ des Körpers eine eigene Bewegung hat.

Die Osteopathie ist sicherlich als Ergänzung zur Schulmedizin zu sehen, oder?

Ja, denn mit der Osteopathie können nicht alle Beschwerden geheilt werden. Daher ist die Zusammenarbeit mit der klassischen Schulmedizin unverzichtbar.

Zum Leistungsspektrum der METTNAU gehört die Sportosteopathie, einem Spezialgebiet der Osteopathie.

Ja, hierbei werden die osteopathischen Prinzipien in die sportmedizinische Versorgung mit eingebunden. Es geht vor allem um die Behandlung von sportartspezifischen Verletzungen und, darauf beruhend, einen sinnvollen, individuellen Trainingsplan zu erstellen.

Wie sieht eine sportosteopathische Untersuchung aus?

Zunächst erlaubt eine Gangprüfung einen ersten Eindruck über die Statik und Funktion des Bewegungsapparates. In einem zweiten Schritt erfolgt eine gezielte Untersuchung von „Kopf bis Fuß“, um Dysbalancen – auch organübergreifend – genau zu fühlen und mit gezielten osteopathischen Techniken zu behandeln. Auf dieser Basis schaut sich der Sportosteopath die sportartspezifischen Belastungsmuster an. Er erarbeitet gemeinsam mit dem Athleten Kompensationsmöglichkeiten durch gezielte Übungen bis hin zu einer Veränderung des Trainingsplans. Auf diese Weise soll der Körper wieder in sein natürliches Gleichgewicht zurückgeführt werden. Ziel ist es, ein „Biotop“ zu schaffen, in dem die Heilungs- und Regenerationsprozesse optimal ablaufen können.

Für wen eignet sich denn überhaupt die Sportosteopathie?

Für den Gesundheitssportler, den der Arzt aufgrund bestimmter Erkrankungen zu mehr Bewegung ermutigt hat, den ambitionierten Hobbysportler sowie den Spitzensportler, der seine Leistung optimieren möchte. Beim „Einsteiger“ sind

oft die Muskeln und Sehnen nicht auf die gewählte Belastung vorbereitet und es liegen schon sogenannte „Dysfunktionen“ als Folgen des modernen Lebensstils vor. Die zusätzliche sportliche Aktivität führt zu spürbaren Verklebungen, Verhärtungen, Verspannungen und Blockaden. Damit geht ein erhöhtes Verletzungsrisiko einher. Bei Leistungssportlern sind es hingegen die oft einseitigen Belastungen, die zu Muskelverkürzungen, Gelenkblockaden und Verletzungen führen. Im Prinzip können alle sportlich aktiven Menschen von der Sportosteopathie profitieren.

Wie sieht die Sportosteopathie konkret auf der METTNAU aus?

Meist sehen wir Ärzte die Sporttreibenden erst als „Patient“, beispielsweise dann, wenn sie nach dem Lauftraining mit einer schmerzenden Achillessehne zu uns kommen. Mithilfe einer Ultraschalluntersuchung schauen wir uns die Struktur und eine mögliche Entzündungsaktivität dieser Sehne an. Damit erhalten wir eine orientierende Einschätzung der weiteren sportlichen Belastbarkeit. Im Anschluss folgt die ganzheitliche Untersuchung beim osteopathisch tätigen Arzt. Dieser kann die Muskel- und Faszienstrukturen ertasten, die meist viele Schmerzpunkte aufweisen. Gezielte sportosteopathische Behandlung sowie Eigenübungen helfen dem Patienten zur Genesung. Zudem werden Trainingsmethoden wie Trainingsumfang, -intensität, -häufigkeit und Trainingsinhalte detailliert abgefragt und, wenn notwendig, angepasst. Oft ergänzen wir unser Therapiekonzept durch physikalische Maßnahmen wie Elektro-, Ultraschalltherapie, Kinesio-Taping und kühlende Umschläge. In manchen Fällen kann die kurzfristige Entlastung in Kombination mit entzündungshemmenden Medikamenten hilfreich sein. Ergänzend erfolgen eine Beratung hinsichtlich möglicher Fußfehlstellungen und die Verordnung von orthopädischen Einlagen.

Kann Sportosteopathie auch präventiv eingesetzt werden?

Am besten ist es natürlich, wie es einige unserer Gäste bereits praktizieren, dass sie zur sportosteopathischen Untersuchung kommen, bevor Schmerzen auftreten. Im Rahmen des „Bewegungs-Checks“ arbeiten wir gezielt Dysbalancen, Verkürzungen, Blockaden oder Bewegungseinschränkungen heraus. Diese werden während des Aufenthaltes mit osteopathischen Techniken von Ärzten und Physiotherapeuten behandelt. Neben dem häuslichen Übungsprogramm bekommt der Patient schriftliche Empfehlungen mit auf den Weg, damit er auch zuhause schmerzfrei und mit Freude trainieren kann.



Dr. med. Sandra Unger beim Ertasten von Muskel- und Faszienstrukturen.

Mit Fingerspitzengefühl zu Heilung und Wohlbefinden



TEXT NICOLA M. WESTPHAL FOTOS METTNAU

Die Massage

Massagen wirken auf muskulärer und organischer Ebene und unterstützen unterschiedliche Heilungsprozesse.

Bei der klassischen Massage werden zuerst die oberen Hautschichten großflächig und mit relativ wenig Druck bearbeitet, um so die Muskulatur und die Haut vorzubereiten, zu lockern und die Durchblutung zu fördern. Tiefliegende Verhärtungen werden dann mithilfe kreisenden Bewegungen und Druck sowie durch Kneten gelockert. Auf diese Weise lösen sich nicht nur die Muskelverspannungen, sondern es werden gleichzeitig die Viscoelastizität und der Stoffwechsel beeinflusst, damit werden auch schädliche Substanzen und Ablagerungen schneller abtransportiert. Nicht zuletzt sorgen regelmäßige Massagen für eine gute Hautstruktur und eine geschmeidige Muskulatur.

Zum Leistungsspektrum der METTNAU gehören unter anderem: Klassische Massagen (Kopf-, Nacken-, Schulter-, Rücken-, Teil- und Ganzkörpermassage) sowie sogenannte „Wohlfühlmassagen“ wie die Hot Stone und Lomi Lomi Massage. Neben der Fußreflexzonenmassage, der Narbenbehandlung nach Böger und Lymphdrainage wird das Portfolio durch Anwendungen wie Elektro- und Ultraschalltherapie sowie lokale Wärme- und Kälteanwendungen ergänzt.

Nicht zuletzt steht eine Sauna zur Verfügung. Die sanfte Berührung in Verbindung mit duftenden Ölen ist gerade in der kalten Jahreszeit eine Wohltat – ebenso für den Körper wie auch für die Seele.



Fußreflexzonentherapie

Wer schon einmal eine Fußreflexzonenmassage bekommen hat, vielleicht als Wellnessanwendung, der weiß die wohltuende Wirkung zu schätzen. Die Fußreflexzonentherapie, kann jedoch weit aus mehr. Jürgen Pfau, Teamleiter der Massageabteilung auf der METTNAU erklärt: „Die Behandlung der Reflexzonen am Fuß findet ein großes Anwendungsgebiet. Über Druckpunkte am Fuß ist es möglich Einfluss auf den Bewegungsapparat zu nehmen wie auch auf die verschiedenen Organsysteme und auf das vegetative Nervensystem.“

Der Behandlungsansatz beruht auf der Erkenntnis, dass alle Organe und Systeme über die Behandlung am Fuß beeinflusst werden können. Angewendet wird die Therapie zum Beispiel bei Schmerzen im Bereich des gesamten Bewegungsapparates, Beschwerden im Bereich des Verdauungstraktes, Kopfschmerzen, häufig wiederkehrende Erkältungskrankheiten, hormonelle Störungen (z.B. Menstruations- oder Wechseljahre-Beschwerden), bei Nervosität, Unruhe sowie Schlafstörungen. Aber für wen eignet sich diese Behandlung? Jürgen Pfau sagt: „Grundsätzlich eignet sich die Therapie für jeden. Allerdings muss die Behandlung in Abhängigkeit von der Vitalität des Patienten individuell dosiert werden.“ Bereits Säuglinge können über die Füße behandelt werden, beispielsweise bei Blähungen oder bei Schmerzen in der Phase des Zahnens. Bei älteren Menschen stehen oft die Aktivierung der Lebenskraft und die Harmonisierung der Stimmungslage im Vordergrund. Zudem wird die Behandlung der Füße als ausgesprochen wohltuend empfunden. „Kontraindikationen gibt

es nur wenige“, erklärt Jürgen Pfau. Bei Arthrose mit starken Schmerzen in den Zehengelenken, einer akuten Entzündung des Venen- und Lymphsystems, fieberhaften oder stark entzündlichen Zuständen sowie bei schwer psychischen Erkrankungen wie beispielsweise Psychosen, wird von einer Fußreflexzonentherapie abgeraten.

Therapie und Therapiedauer

Beim ersten Termin erfolgt eine sorgfältige Anamnese. Eine optische Betrachtung des Fußes sowie ein Tastbefund geben Hinweise auf eine vorliegende Symptomatik. Die Folgetermine dienen dann der Behandlung des eigentlichen Beschwerdebildes und dauern in der Regel etwa 30 Minuten plus anschließender Ruhezeit. Eine Therapie bei bestehenden Beschwerden erfordert einen Zyklus von sechs bis zehn eng beieinanderliegenden Terminen. Ein einzelner Termin reicht in der Regel als präventive Maßnahme. Nebenwirkungen treten im Übrigen bei der Fußreflexzonentherapie nur selten auf und gelten als Reaktion auf den beginnenden Heilungsprozess.

Die Behandlung der Füße wird in einigen Kulturkreisen, gerade in den fernöstlichen, seit Jahrtausenden praktiziert. Der amerikanische Arzt William Fitzgerald (1872-1942) gilt als Pionier der westlichen Therapie. Sein System, den Körper längs und quer in Zonen einzuteilen, wurde Mitte des 20. Jahrhunderts von der amerikanischen Masseurin Eunice D. Ingham (1889-1974) und der aus dem Schwarzwald stammenden Heilpraktikerin Hanne Marquardt weiterentwickelt.



JETZT!

Mir kommt es vor, als sei es erst vor kurzem gewesen, dass wir uns in den Armen gelegen haben und um Mitternacht mit einem Glas Sekt das Jahr 2020 begrüßten. „Ein frohes neues Jahr“ hörte man allseits und bestaunte das bunte Feuerwerk am Himmel. Jeder hatte so seine eigene Perspektive auf das neue Jahr. Bei manchen stand eine berufliche Veränderung an oder vielleicht eine familiäre. Einige hatten bereits eine To-Do-Liste mit guten Vorsätzen, andere wollten alles auf sich zukommen lassen. Dass schon einige Wochen später unser Leben komplett auf den Kopf gestellt werden würde, das konnte keiner ahnen. Ein kleines Virus namens Covid-19 hat Angst und Schrecken verbreitet und unser Leben maßgeblich beeinflusst. Maskenpflicht und Lockdown, Hamsterkäufe von Toilettenpapier und Desinfektionsmitteln und tägliche neue Berichte über Infektionszahlen, die wie ein Damoklesschwert über unseren Köpfen schweben. Die Gesundheit hat dadurch einen noch größeren Stellenwert bekommen. Wie oft nehmen wir uns vor, gesünder zu leben, weniger Alkohol zu trinken, mit dem Rauchen aufzuhören und uns mehr zu bewegen? Gerne heißt es dann: „Nächste Woche Montag fange ich an!“, oder „Nach den Feiertagen werde ich ...“. Es gibt immer einen Grund, ein Vorhaben zu verschieben. Und auch wenn nun die Adventszeit kommt mit dem Duft von Plätzchen und Printen, mit dem Anblick eines üppigen Weihnachtssessens, wir haben die Möglichkeit, an kleinen Schrauben zu drehen und sofort damit zu beginnen, achtsam mit unserer Gesundheit umzugehen. Genuss soll und darf sein – in Maßen. Wichtig ist bei alledem, im Hier und Jetzt zu leben, jeden Tag zu genießen, das Leben zu schätzen. Um gute Vorsätze in die Tat umzusetzen, braucht es keinen Jahreswechsel.

Bleiben Sie gesund.

Ihre

Nicola M. Westphal

Nicola M. Westphal

Ein Rezept aus unserer METTNAU-Küche:



FOTO METTNAU

Aprikosen-Nuss-Riegel mit Mandeln

■ Rezept ergibt 20 Stück ■ Nährwert pro Stück 55 kcal ■ GESUNDES NASCHEN

Zutaten

70 g Aprikosen, getrocknet
1½ EL Margarine
30 g Honig, flüssig
55 g Zucker
½ Orange
70 g Dinkelflocken
35 g Haselnüsse, gehackt
30 g Mandeln, gehackt

Zubereitung

1 Backofen auf 150 °C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Getrocknete Aprikosen würfeln. Margarine, Honig und Zucker in einen kleinen Topf geben und aufkochen. Die halbe Orange heiß abspülen und trockenreiben. 1 Teelöffel Schale abreiben, den Saft auspressen. 1 Esslöffel Orangensaft und -abrieb, Dinkelflocken, Haselnüsse, Mandeln und gewürfelte Aprikosen mit der süßen Margarine verrühren. Die Masse mit einem feuchten Gummispachtel etwa 1-1,5 cm dick auf das Backpapier streichen. Im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene ca. 25 Minuten backen, auskühlen lassen und in Riegel schneiden.

Hätten Sie's gewusst?

Vitamine teilt man in fettlösliche und wasserlösliche ein. Eines der fettlöslichen, ist das Vitamin E. Das Besondere ist, Vitamin E wird im Körper gespeichert.

Das Vitamin E (Tocopherol) steckt in Pflanzenölen, Samen, Nüssen, Vollkornprodukten, grünem Blattgemüse und Eiern.

Vitamin E, das Antioxidans, welches unseren Körper vor freien Radikalen bewahrt, bei der Zellerneuerung hilft und dem vorzeitigen Alterungsprozess vorbeugt, stärkt auch unser Immunsystem, das Herz und die Arterien. Ein Mangel kann sich durch Muskelschwäche, Konzentrationsstörungen sowie Wundheilungsstörungen äußern.



KULTUR
Radolfzell
STADTBIBLIOTHEK

Die Idee für BÜCHERFREUNDE



FOTO MIRIAM LAMBEK

Kauf ein Buch, lies es und unterstütze Deine Stadtbibliothek

Ist es nicht schade? Ein Buch wird gekauft, gelesen und landet oft für viele Jahre im heimischen Regal. Viele Jahre später findet es dann den Weg auf einen Flohmarkt. Oder man möchte schon keine Bücher mehr kaufen, weil man keinen Lagerplatz mehr zuhause hat. Wäre es nicht nachhaltig, großzügig und umweltbewusst, die Bücher oder Hörbücher gleich nach der Lektüre an die Stadtbibliothek weiterzugeben, um damit viele weitere Leserinnen und Leser zu erfreuen? Sozusagen ein Geschenk unter Bücherfans.

Diese Sharing-Idee der Stadtbibliothek fanden Sabine Schlag, Inhaberin der Buchhandlung am Obertor, und Marie-Therese Kirow, Filialleiterin von Buch Greuter, großartig und waren sofort bereit, ein gemeinsames Projekt daraus zu machen.

In Zukunft werden Bücher, die für die Stadtbibliothek interessant wären, mit Lesezeichen der Stadtbibliothek versehen oder die Büchertitel werden extra in den beiden Buchhandlungen präsentiert. Für die Stadtbibliothek sind gerade die aktuellen Titel interessant, da diese auf großes Interesse beim Publikum stoßen. Während seiner Lebensdauer in der Stadtbibliothek wird ein Buch zwischen 50 und 150mal ausgeliehen.

Sabine Schlag ist überzeugt, dass ihre Kundinnen und Kunden sich gerne an der Aktion beteiligen werden. Marie-Therese Kirow meint: „Ein tolles Projekt, das uns als Kulturschaffende und alle Leserinnen und Leser zusammenbringt.“

„Ich bin glücklich, wie offen die Buchhandlungen für die Idee waren. Schön wäre natürlich, wenn das ein oder andere Buch mehr gekauft wird, mit dem guten Gewissen, dass noch viele Leserinnen und Leser daran Freude haben. Dann wäre es wirklich eine Win-Win-Situation“ sagt die Bibliotheksleitung Petra Wucherer. Natürlich können die Bücher auch direkt für die Stadtbibliothek gekauft werden.

Die Aktion ist am 14. Oktober bei Buch Greuter und in der Buchhandlung am Obertor gestartet. Die neuen gelesenen Bücher können zu den Öffnungszeiten in der Stadtbibliothek Radolfzell abgegeben werden, gerne auch versehen mit einem persönlichen Gruß an die zukünftige Leserschaft.

INFORMATIONEN zur Stadtbibliothek, Hygiene- & Sicherheitsmaßnahmen: www.radolfzell-stadtbibliothek.de

INFORMATIONEN zu den Buchhandlungen:
www.buch-greuter.de und www.obertor.de



FOTO MARTIN MAYER PHOTOGRAPHY

Sabine Schlag (1. von rechts in der zweiten Reihe), Inhaberin der Buchhandlung am Obertor, mit ihrem Team.



FOTO STADTVERWALTUNG RADOLFZELL

Marie-Therese Kirow, Filialleiterin bei Buch Greuter.

Die Bodensee Card ^{PLUS}

Gutschein
zu gewinnen!

siehe Seite 38

TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTO BJØRN JANSEN

DIE Erlebniskarte auch für Einheimische

Ob in der Feriensaison oder in ruhigeren Zeiten – wir Seebewohner haben so viele schöne Ausflugsziele vor der Haustür, dass es uns nicht langweilig wird, die Region zu erkunden. Und mit der Bodensee Card ^{PLUS} steht eine Tourismuskarte zur Verfügung, die auch für Einheimische interessant ist, zumal sie ab 2021 erstmals das ganze Jahr über vom 1. Januar bis zum 31. Dezember genutzt werden kann.

Mit der Bodensee Card ^{PLUS} erhalten Karteninhaber an drei oder sieben einzeln wählbaren Tagen freien Eintritt zu rund 160 Ausflugszielen in Deutschland, Österreich, der Schweiz und dem Fürstentum Liechtenstein und fahren im Sommer an zwei der drei bzw. vier der sieben Gültigkeitstage kostenfrei mit der Bodensee-Kursschiffahrt. So können die Karteninhaber unvergessliche Bergbahnfahrten erleben, in Bädern entspannen, Museen entdecken, die atemberaubende Natur rund um den Bodensee genießen. Allein 14 Bergbahnen sind im Angebot der Bodensee Card ^{PLUS} inklusive und befördern die Gäste in die Ostschweizer, Vorarlberger und Liechtensteiner Alpenwelt.

Einmal von Radolfzell auf den Säntis-Gipfel fahren und danach

in der Appenzeller Schaukäserei das Geheimnis des berühmten Appenzeller Käses lüften. Mit dem Kursschiff der Weißen Flotte rheinabwärts nach Schaffhausen fahren und in der Smilestones Miniaturwelt am Rheinfall die typischen Schweizer Landschaften interaktiv kennenlernen. Oder ab Konstanz mit dem Schiff zum Dornier und Zeppelin Museum in Friedrichshafen aufbrechen und die Pioniere der Luftfahrt erleben – das wäre beispielsweise mit der Bodensee Card ^{PLUS} für drei Tage zum Preis von 72 Euro pro Person möglich. So lässt sich erahnen, wie viele Erlebnisse man mit der 7-Tage-Karte zum Preis von 114 Euro schaffen kann.

Beim Betreten einer Attraktion oder eines Schiffes wird die Bodensee Card ^{PLUS} kontaktlos gescanned, damit gilt der Tag als angebrochen. Am selben Kalendertag kann die Karte noch beliebig oft für weitere Erlebnisse genutzt werden. Somit hat man die Möglichkeit, die Bodensee Card ^{PLUS} z.B. an einem Montag im April, einem Mittwoch im August und einem Sonntag im Dezember zu nutzen oder auch an drei bzw. vier Tagen hintereinander – ganz nach Gusto. Zudem verkürzt der exklusive Express Check-In bei vielen Ausflugszielen die Wartezeit vor Ort und macht die eigene Region kontaktlos erlebbar.

Attraktive Exklusivangebote

Die Inhaber der Bodensee Card ^{PLUS} erhalten zudem exklusive Angebote zu besonderen Konditionen. Zusätzlich zu den drei oder sieben Erlebnistagen gibt es für Karteninhaber in der Wintersaison 50 Prozent auf den Normalpreis der Bodensee-Fähre Romanshorn-Friedrichshafen, eine Hin- und Rückfahrt mit dem Katamaran Konstanz-Friedrichshafen für nur 10,90 Euro und zwei Euro Ermäßigung auf die Adventsfahrten der Bodensee Schiffsbetriebe.

Tipp 1: Kombiniert mit dem Bodensee Ticket, der länderübergreifenden Fahrkarte für den öffentlichen Nahverkehr, reisen auch Einheimische ganz bequem durch die internationale Bodenseeregion.

Tipp 2: Vom 1. November bis einschließlich 31. Dezember 2020 gibt es beim Kauf der Bodensee Card ^{PLUS} noch 10 % Vorverkaufsrabatt. Die Karte ist auch eine Geschenkidee, um mit Freunden oder mit der Familie die eigene Region neu zu entdecken.



DAS PLUS IN KÜRZE

- » Gültig an 3 oder 7 einzeln wählbaren Tagen im gesamten Jahr vom 1. Januar bis 31. Dezember
- » Einmalig freier Eintritt bei rund 160 Leistungspartnern
- » Freie Nutzung der Schifffahrt an 2 von 3 Tagen (Bodensee Card ^{PLUS} 3 Tage) bzw. 4 von 7 Tagen (Bodensee Card ^{PLUS} 7 Tage)
- » Grenzüberschreitend in der kompletten internationalen Bodenseeregion akzeptiert (Deutschland, Österreich, Schweiz, Fürstentum Liechtenstein)
- » Express Check-In bei vielen Ausflugszielen

Erhältlich ist die Bodensee Card ^{PLUS} im Webshop auf www.bodensee.eu, in der Tourist-Information Radolfzell, bei den Verkaufsstellen der Kursschifffahrt sowie bei vielen Ausflugszielen.



FOTO SANTISBAHN



FOTO MICHAEL SCHMID PHOTOGRAPHY



FOTO SMILESTONES



FOTO ACHIM MENDE



FOTO PFÄNDERBAHN

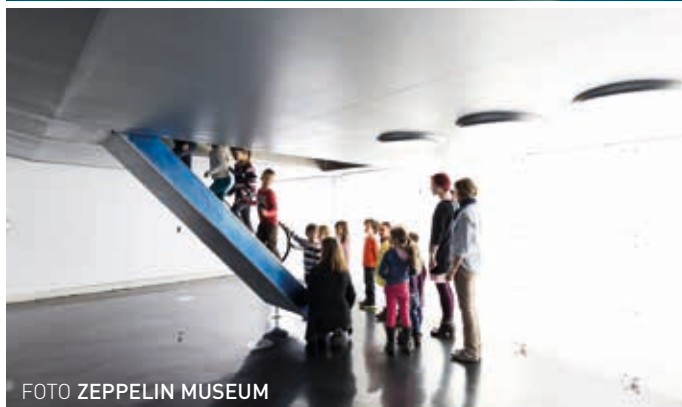


FOTO ZEPPELIN MUSEUM



TEXT THOMAS GIESINGER

FOTO GERALD JARAUSCH

Drehscheibe für den Vogelzug

Gerade im Winter wartet Radolfzell am Bodensee mit spektakulären Erlebnissen für Vogelbeobachter auf. Die vielen Flachwasserzonen am Untersee ziehen wie ein Magnet Wasservögel aus ganz Europa an.

Safran
BIO-RESTAURANT
BIO-CATERING, CAFE

*Kreative Bio-Küche
von regionalen Bio-Produkten*

Löwengasse 22
am Gerberplatz
78315 Radolfzell

07732-130 50 62
info@biocatering-safran.de
www.biocatering-safran.de

MIETEN SIE DIE ZUKUNFT!
100 % ELEKTRISCH ... DER NEUE RENAULT ZOE

RENAULT ZOE

Rufen Sie uns an und reservieren Sie Ihren Wunschtermin.
Tel. 07732-98 27 73 oder mail dialog@autohaus-blender.de

Sondertarife für Urlaubsgäste
z.B. Renault ZOE
Tagespauschale
inkl. 100 km € 69,-
Wochenendpauschale
inkl. 200 km € 179,-

Erfahren Sie die schöne
Umgebung mit einem
Mietwagen von uns.

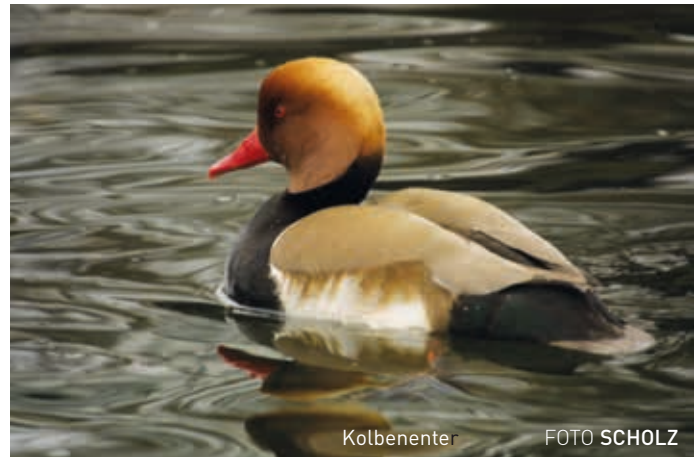
Autovermietung
BLENDER

AUTOHAUS BLENDER GMBH
Robert-Gerwig-Straße 6 · 78315 Radolfzell



Gänsesäger

FOTO KALB



Kolbenente

FOTO SCHOLZ

Dass viele unserer Brutvögel nach Afrika fliegen, ist allgemein bekannt. Aber auch am Bodensee verbringen viele gefiederte Gäste den Winter. Und viele Menschen, darunter Vogelkundler aus dem In- und Ausland, reisen zwischen November und Februar eigens hier her, um die großen Massen zu sehen.

Die meisten der 250.000 Wasservögel, die am Bodensee den Winter verbringen, brüten im fernen Sibirien oder in Skandinavien, manche reisen auch „nur“ aus Norddeutschland an. Reiher- und Tafelenten sowie Blässhühner bilden den Löwenanteil der Gäste. Sie kommen hierher, um in einer stillen Bucht ihren Gefiederwechsel, die Mauser, zu vollziehen oder weil die meist offenen Wasserflächen auch im Winter genug Nahrung bieten.

Bodensee statt Spanien?

Völlig unglaublich erscheint uns auf den ersten Blick das Verhalten des schönsten Wasservogels am Bodensee, der Kolbenente: Viele der in Südspanien brütenden Kolbenenten verbringen den Winter ausgerechnet bei uns, auf den Wasserflächen rund um Radolfzell. Warum aber bleiben sie nicht am Mittelmeer, wo es wärmer ist? Warum bevorzugen sie unsere kalte Region? Man muss wissen, dass ihre Brutge-

wässer in Spanien teichartige kleine Seen sind. Viele davon trocknen im Winter aus oder sie bieten in der kalten Jahreszeit nicht genug Nahrung. Anders als unsere großen, selten zugefrorenen, flachen See- teile Markelfinger Winkel und Zeller See, die mit ihrem Nahrungsreichtum die Vögel anziehen.

Gute Beobachtungsplätze

Die 250.000 Wasservögel-Wintergäste sind ungleich verteilt: Dort, wo der See flach ist, und sie gut an Nahrung herankommen, gibt es die meisten. Wir haben Glück: Weil der Untersee viele Flachwasserzonen hat, gibt es in Radolfzell und Umgebung zahlreiche gute Beobachtungsplätze. Das beginnt schon am Hafen und an der Seepromenade, wo auch seltene Vögel häufig nahe rankommen. Der Gänsesäger zum Beispiel ist oft im Becken des Yachthafens zu sehen. Bemerkenswert ist, dass man beim Blick von der Halbinsel Mettnau vom Nordufer aus andere Arten sieht als auf der Südseite. Auch auf dem Fahrrad- und Fußweg nach Markelfingen entlang des Schilfs gibt es mehrere gute Aussichts- plätze. Dicke Winterkleidung und ein gutes Fernglas oder Fernrohr mit Stativ sind für die Beobachtung von Enten, die auf dem Wasser ruhen, unerlässlich.

Aus Norddeutschland kommen im Winter krähengroße, hellbraune Vögel mit Stelzenbeinen nach Radolfzell: Die Großen Brachvögel. Mit ihren auffällig säbelförmigen Schnäbeln stochern sie in Wiesen nach Würmern und anderer Nahrung. Die milden Winter am See und unsere großen Riedwiesen, gepflegt von Landwirten im Auftrag von Naturschutzverbänden und Regierungspräsidium, sind besonders attraktiv für sie. So lassen sich an manchen Wintertagen im Naturschutzgebiet Radolfzeller Aachried zwischen Radolfzell und Moos bis zu 150 dieser Vögel zählen.

Füttern oder nicht?

Nicht alles, was Enten und andere Wasservögel zu sich nehmen, tut ihnen auch gut. Deshalb und auch wegen der Verunreinigung der Uferbereiche hat die Stadt Radolfzell ein „Fütterungsverbot von Wasservögeln gemäß § 12 der Polizeilichen Umweltschutzverordnung“ erlassen. Das Anfüttern von Wasservögeln, so die Stadt, begünstigt zudem die Baderdermatitis, die eine zwar harmlose, aber sehr unangenehme Hautreaktion auslösen kann. Eine Bekämpfung der Parasiten, die die Baderdermatitis verursachen, kann nur erreicht werden, indem man Wasservögel erst gar nicht füttert.

G
BUCH
GREUTER

LESEGLÜCK

beginnt bei uns

Schützenstraße 11 | Radolfzell

Onlineshop | buch-greuter.de

Lust auf Schmuck?

Margrit Pomrehn

Schmuckunikate

Seestraße 41 | 78315 Radolfzell

www.mp-schmuckatelier.de

Wirtschaft im FOKUS

Wie Wirtschaftsförderung, das immer wieder aktuell am Bodensee interessiert



Ein perfektes Duo: Jana Grünwald und Salomon Leu.



Das Auge isst mit: praktische Küchenhelfer ...

Wo das Handwerk *Seesucht* weckt

Ob mit ihrer kleinen, aber feinen Seesucht-Manufaktur, dem Label „Die Feierei“ oder mit der neuen Radolfzeller Event-Location „Das Hinterzimmer“ – Jana Grünwald und Salomon Leu wissen Liebhaber des Besonderen zu begeistern. Die Liebe zum Bodensee ist ihr Schlüssel zum Erfolg. Für seinen Unternehmergeist und seine Tatkraft bei der Vermarktung seiner kreativen Ideen wurde das Duo jüngst im Rahmen eines Exzellenzwettbewerbs des Fachmagazins dds als „Unternehmertalent 2020“ ausgezeichnet. Auch Corona kann die beiden „Seesüchtigen“ nicht ausbremsen.

Geschenkset
zu gewinnen!

siehe Seite 38



Ein Pop-up-Store voller Überraschungen!

TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTOS LICHTERLOH



... und ganz individuelle Stücke in tollem Design.

„Das Hinterzimmer“ als Event-Location wird gerne für Feiern oder eigene Events genutzt.



„Daraus lässt sich doch noch was machen!“ Das hat sich Salomon Leu schon während seiner Schreiner Ausbildung bei jedem Stück Holz gedacht, das als Verschnitt in den Ofen wandern sollte. So entstanden die ersten Bodensee-Speckbrettchen, die ihm Freunde förmlich aus den Händen rissen und auch auf dem Radolfzeller Christkindlemarkt im Nu ausverkauft waren. Die Liebe zum Bodensee ist es, die den Ausschlag dafür gibt, dass er 2014 gemeinsam mit Produktdesignerin Jana Grünwald – die beiden sind auch privat ein Paar – beschließt, hochwertige Bodensee-Produkte aus Holz der Region zu entwickeln, zu fertigen und zu vertreiben. Daraus entsteht eine kleine eigene Manufaktur, die auf nachhaltig Schönes und Nützliches spezialisiert ist. Mittlerweile finden die Schneidebretter, Küchenhelfer und Alltagsgegenstände für Seesüchtige, Landeier und Stadtfreunde deutschlandweit Abnehmer. Für die wertigen Produkte, die das Paar mitunter auch individualisiert, um andernorts Emotionen für Heimat zu wecken (etwa als Kölner Dom-Brettchen oder in Anlehnung an Bergwelten und andere Seen), gibt es inzwischen neben

Direktverkauf in ihrem Laden im Ortsteil Markelfingen und dem Onlinehandel um die 65 Verkaufsstellen, darunter die Tourist-Information Radolfzell. Neuester Coup der beiden kreativen Köpfe ist das Label „Die Feierei“, unter dem Salomon Leu – inzwischen Meister seines Handwerks – eine Edelson der bewährten Bierzeltgarnitur in ausgewählten Hölzern wie Esche, Eiche, Kirsche oder Nussbaum fertigt – auch als Handelsware. Der mit 1.500 Euro dotierte Preis des Fachmagazins dds kam für die Jungunternehmer genau zum richtigen Zeitpunkt. Schließlich haben sie erst vor wenigen Monaten in einen neuen Laser investiert, mit dem sie den Bogen spannen wollen zwischen traditionellem Handwerk und modernster Gestaltung. Dann kam Corona und damit für einige Wochen die Schließung von zahlreichen Verkaufsstellen ihrer Seesucht-Produkte. Jana Grünwald nutzte die Zeit, den Online-Shop des Unternehmens weiter auf Vordermann zu bringen, denn man möchte den Vertrieb ausweiten in Richtung Schweiz, Österreich und auch in die USA. Sie ist sich sicher, dass das Thema Heimat in Verbindung mit Nachhaltigkeit und Individualität für die

Menschen wichtig bleibt – vielleicht in Krisenzeiten umso mehr.

Erfinderisch zeigt sich das Paar auch bei seinem neuesten Projekt vor Ort, dem „Hinterzimmer“. Vor einem Jahr haben sie in der Radolfzeller Altstadt zusammen mit Gregor Repnik einen restaurierten alten Gewölbekeller mit verglastem Seekieselboden und schöner Decke aus alten Eichenbalken angemietet, um diesen als Eventlocation für Junggesellen-Abschiede, Hochzeiten, Firmenanlässe Musikveranstaltungen und Ähnliches zu vermieten oder zu eigenen Events wie Tastings, Weinyoga oder Handlettering-Kurse einzuladen. Durch Corona kam es erst gar nicht dazu. Kurzerhand haben die Betreiber im August einen Pop-up-Store eingerichtet, der nun bis Ende Dezember laufen soll: Zusammen mit – bisher – 20 Partnern werden schöne Dinge zu den Themenbereichen Wohnen, Kulinarik, Geschenke, Genuss, Design und Handwerk angeboten. Auch hier liegt ein besonderes Augenmerk auf der Nachhaltigkeit der Produkte.

www.hinterzimmer-events.de
www.seesucht-manufaktur.de



Ausgezeichnet! Bierzeltgarnitur im Edellook.



Möggingen teilt sich einen

SEEFÄHRER

Mit knapp 900 Einwohnern ist der Radolfzeller Ortsteil Möggingen eines der wenigen Dörfer bundesweit, in denen Bürger gemeinschaftlich ein Elektro-Fahrzeug nutzen können. Möglich wurde das E-Carsharing-Angebot durch die Zusammenarbeit der Stadtwerke Radolfzell mit der im Ort ansässigen Hauptgeschäftsstelle des Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland, Landesverband Baden-Württemberg.

Warum nicht ein Auto teilen? Die Idee entstand bei den Mögginger Bürgern schon in der Dorfwerkstatt 2018 und während des Wettbewerbs „Unser Dorf hat Zukunft“. Zwei Jahre später ist es soweit: Das E-Carsharing-Angebot „SEEFÄHRER“ der Stadtwerke Radolfzell ist in der idyllischen Gemeinde nahe dem Naturschutzgebiet am Mindelsee angekommen. Möglich wurde dies durch die Zusammenarbeit mit der in Möggingen ansässigen Hauptgeschäftsstelle des Bundes für Umwelt- und Naturschutz Baden-Württemberg (BUND), die die Basisauslastung und somit die Finanzierung des Fahrzeugs sichert. „Wir wollen als Umweltverband mit gutem Beispiel vorangehen und das Autoteilen, das in den Städten längst verbreitet ist, auch hier vor Ort bekanntmachen. Dass die Stadtwerke ihr Carsharing-Angebot mit Elektrofahrzeugen etabliert hat, begrüßen wir sehr. Denn die Abkehr vom

Verbrennungsmotor und eine Elektromobilität auf Basis von erneuerbar erzeugtem Strom ist eine wichtige Voraussetzung, um die Klimaschutzziele zu erreichen und die Erderwärmung auf 1,5 Grad einzudämmen“, betont BUND-Hauptgeschäftsführer Ralf Stolz während der Fahrzeugübergabe im August. Stationiert ist das E-Mobil im Ortszentrum an der Kirche. Der BUND nutzt das Elektrofahrzeug meist tagsüber, so dass gerade am Wochenende das E-Fahrzeug den Einwohnern und Gewerbetreibenden, aber auch den Besuchern und Touristen zur Verfügung steht. Der elektrisch betriebene Renault Kangoo ist dank seiner großen Ladefläche für die Besorgungen im Baumarkt, einem kleineren Umzug oder für den etwas größeren Einkauf für die Gartenparty ideal geeignet. Andreas Reinhardt, Geschäftsführer der Stadtwerke Radolfzell, machte deutlich, warum E-Carsharing eine Ergänzung

im Mobilitätskonzept der Stadt Radolfzell darstellt: „Die Frage, ob ein Zweitwagen überhaupt noch nötig ist, stellt sich verstärkt. Mit dem Carsharing-Angebot kann man nun auch in einem Radolfzeller Ortsteil – außerhalb der Fahrzeiten des Stadtbusses oder des Anruf-Sammel-Taxis – mehr mobile und spontane Flexibilität genießen.“

Das SEEFAHRER E-Carsharing-Angebot der Stadtwerke Radolfzell startete Anfang 2020 mit vier reinen Elektrofahrzeugen. Inzwischen sind sechs Fahrzeuge vom Kleinwagen bis zum Transporter im Einsatz. Im Oktober kam ein VW ID.3 hinzu. Carsharing ist ein wichtiger Baustein in der nachhaltigen Mobilität. Dank E-Carsharing wird die öffentliche Mobilität im ländlichen Raum

in ein trendbewussteres und nachhaltigeres Licht gesetzt. Dabei sinkt auch die Hemmschwelle gegenüber Elektromobilität. Ein Kfz öffentlich zu teilen, anstatt einen eigenen PKW anzuschaffen, ist gerade bei einer Fahrleistung unter 10.000 km im Jahr auch finanziell interessant. Dies überzeugte neben 300 privaten Nutzern auch den BUND und umliegende Gemeindeverwaltungen wie beispielsweise Moos auf der Höri, wo ebenfalls ein SEEFAHRER stationiert ist.

Die Preise für die Nutzung sind für jedes Fahrzeug individuell und setzen sich aus einem Kilometerpreis und einem Stundenpreis zusammen. Eine monatliche Grundgebühr, Registrierungskosten oder das Hinterlegen einer Kautions fallen bei dem E-Carsharing-Angebot der Stadtwerke Radolfzell nicht an.

Wie werde ich zum SEEFAHRER?

- 1 Laden Sie die App „moqo“ auf Ihrem Smartphone herunter.
- 2 Registrieren Sie sich.
- 3 Verifizieren Sie sich und Ihren gültigen Führerschein entweder vor Ort im Kundencenter der Stadtwerke Radolfzell, in der Tourist-Information Radolfzell oder online per Post Ident-Verfahren.
- 4 Die in Ihrer Nähe gelegenen Fahrzeuge werden Ihnen angezeigt (GPS muss aktiv sein).
- 5 Wählen Sie ein Fahrzeug und den gewünschten Zeitraum der Fahrzeugnutzung aus.
- 6 Buchen Sie einen SEEFAHRER. Falls Sie keine Buchung über die App durchführen möchten, haben Sie die Möglichkeit, sich über www.stadtwerke-radolfzell.de/mobilitaet/e-carsharing/ zu registrieren. Die Fahrzeug-Buchung erfolgt dann über die Internetseite.

Wie nutze ich ein SEEFAHRER-Fahrzeug?

- 1 Aktivieren Sie an Ihrem Mobiltelefon die Bluetooth-Funktion.
- 2 Sie erhalten eine Push-Meldung, dass Ihr gebuchtes Fahrzeug für Sie bereit steht.
- 3 Öffnen Sie die App und folgen Sie den Anweisungen – das Auto öffnet sich.
- 4 Der Schlüssel des Autos ist im Handschuhfach des Autos in einer Kontaktbox mit Chip hinterlegt.
- 5 Die Ladekarte, für das Laden unterwegs oder bei Abgabe des Fahrzeugs, ist ebenfalls im Handschuhfach hinterlegt.
- 6 Lösen Sie das Ladekabel vom Auto und hängen Sie das Kabel über die Ladestation (nicht beim Laden an öffentlichen Ladestationen). Schließen Sie die Ladeklappe.
- 7 Sie können nun losfahren. Die Öffnung des Fahrzeugs ohne Smartphone erfolgt über eine RFID-Karte (erhältlich im Kundencenter der Stadtwerke Radolfzell).

Wie beende ich die SEEFAHRER-Buchung?

- 1 Parken Sie das E-Auto an dem Standort, an dem Sie es abgeholt haben.
- 2 Entnehmen Sie alle Ihre persönlichen Sachen aus dem Fahrzeug.
- 3 Öffnen Sie die Ladeklappe des Autos.
- 4 Halten Sie die Ladekarte (im Handschuhfach) an das RFID-Symbol der Ladesäule.
- 5 Stecken Sie das Ladekabel, welches über der Ladesäule hängt, ein. Das Batterie-Symbol an der Ladesäule und am Fahrzeug leuchtet grün auf, das Fahrzeug lädt.
- 6 Stecken Sie die Ladekarte und den Autoschlüssel (Auto nicht abschließen) zurück in die Vorrichtung im Handschuhfach.
- 7 Schließen Sie die Türen des Fahrzeugs.
- 8 Öffnen Sie die App „moqo“.
- 9 Beenden Sie die Buchung und schließen Sie das Auto per App ab. Das Verschließen des Fahrzeugs ohne Smartphone erfolgt über die RFID-Karte.

STADTWERKE
RADOLFZELL



app laden – registrieren – mobil sein
www.stadtwerke-radolfzell.de



Segel- u. Motorbootführerscheine für Binnen und Hochsee Schnuppersegeln Charter

Wassersportzentrum Radolfzell

Event Segeln Bodensee

Events
Gin-Tasting u. Weinproben
Firmenausfahrten
Familienfeiern

Wassersportzentrum Radolfzell
Zeppelinstr. 23 78315 Radolfzell
Tel. +49 (0)7732 - 971 931 Mobil +49 (0)172 - 56 78 091
info@wassersportzentrum-radolfzell.de
<https://wassersportzentrum-radolfzell.de>

Event-Segeln-Bodensee GmbH
info@event-segeln-bodensee.de
<https://event-segeln-bodensee.de>

Regional und direkt vor Ort.

Schlör
BODENSEE
Säfte mit Stil

Schlör Direktverkauf · Herrenlandstraße 78315 Radolfzell · Tel. 07732 9971-0

Mo / Do / Fr 9 - 12 Uhr / 13 - 18 Uhr
Di / Mi 9 - 12 Uhr / 13 - 17 Uhr

Dauerveranstaltungen Nov.-Dez. 2020

MÄRKTE

Mittwoch + Samstag

Radolfzeller Wochenmarkt

Ort: Marktplatz, 7-13 Uhr

Jeden Samstag + jeden 1. Mi im Monat Flohmarktlädele

der AG Terre des Hommes

Ort: Alte Pakethalle, Kapuzinerweg
10-13 Uhr

BEWEGUNG

Jeden Samstag

Geführte Wanderung in die Umgebung

ca. 13-18 Uhr | **A/TI**

Treffpunkt/Uhrzeit werden rechtzeitig auf
www.radolfzell-tourismus.de angegeben.

Täglich

Seeufertour mit dem SEGWAY

Treffpunkt: Eventcenter Zweirad Joos,
Bismarckstraße 7

10.30 Uhr (Anmeldung erforderlich)

Geführte E-Mountainbike-Tour

Treffpunkt: Eventcenter Zweirad Joos,
Bismarckstraße 7

14-16 Uhr (Anmeldung erforderlich)

Dienstag-Donnerstag

Qigong am Konzertsegel

Starten Sie entspannt in den Tag

Ort: Konzertsegel, 6.30-7 Uhr

Dienstag + Donnerstag bis 1. Oktober

Yoga am Kneippbecken

Starten Sie entspannt in den Tag

Ort: Kneipp-Becken auf der Mettnau
17.30-18.30 Uhr

SCHIFFFAHRT

Dienstag + Donnerstag

31. Okt/1. Nov. + 7./8. Nov.

Grenzenloses Herbst-Hopping

mit der Schifffahrtsgesellschaft
Untersee und Rhein (URh)

Ort: Ab Hafen Radolfzell 10.30 Uhr,
12.30 Uhr und 15 Uhr, Fahrplan unter
www.radolfzell-tourismus.de



AUSSTELLUNGEN

Mittwoch-Sonntag bis 8. November

22. Bundeskunstpreis für Menschen mit Behinderung

Ausstellung mit 100 Werken inklusive der
15 Preisträger von 2020

Ort: Villa Bosch, 14-17.30 Uhr

Dienstag-Sonntag bis 7. Februar 2021

Die Wiederkehr der Hausherren

Kabinettausstellung

Ort: Stadtmuseum, 11-17 Uhr | s.S. 18

Mittwoch-Sonntag + Feiertag

28. November 2020-10. Januar 2021

BEGEGNUNGEN

15. Mitgliederausstellung des
Kunstverein Radolfzell e.V.

Ort: Villa Bosch, 14-17.30 Uhr

Täglich (Sonntag auf Anfrage)

28. November 2020-25. April 2021

SAGA.gallery | Kunst in der Kaserne

Barockoko – Die Künstlerin Anette

C. Halm zeigt den Barock des
21. Jahrhunderts

Ort: Kunst in der Kaserne, 9-18 Uhr

ALLTAGSMASKEN
MIT LOGO

dorner
WERBUNG
bedrucken · bekleben · begeistern

VON DER GESTALTUNG
BIS ZUR MONTAGE:
AUSSENWERBUNG
PRÄSENTATIONSSYSTEME
DRUCK UND PLOTT
SPEZIALFOLIEN
TEXTILVEREDELUNG

Karl-Bücheler-Straße 4 · 78315 Radolfzell
Tel. 07732-13539 · www.dorner-werbung.de

Grenzgänge.

Ilina Ewers-Wunderwald (1875-1957)
als Illustratorin, Übersetzerin und Autorin

20. September 2020 bis 10. Januar 2021

HESSE MUSEUM GAIENHOFEN
Kapellenstraße 8 | 78343 Gaienhofen | Telefon: 07735/ 440949
hesse-museum@gaienhofen.de
www.hesse-museum-gaienhofen.de

Öffnungszeiten
Dienstag bis Sonntag 10 - 17 Uhr
Ab 2. November 2020 bis 10. Januar 2021
Freitag und Samstag 14 - 17 Uhr | Sonntag 10 - 17 Uhr

Veranstaltungen November 2020

Sonntag, 1. November

Auf den Spuren Radolfs | A/TI

Stadtführung durch die Altstadt
Treffpunkt: Vor dem Stadtmuseum
11.15 Uhr

Theater: „Trommeln in der Nacht“ von Bertholt Brecht | Regie: Waltraud Rasch
Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum, 20 Uhr

Mittwoch, 4. November

Martinimarkt (Krämermarkt)

Ort: Radolfzeller Innenstadt, 8-19 Uhr

Freitag, 6. November

Zum Kriegsende 1945 in Radolfzell

Vortrag von Christof Stadler
Ort: Stadtmuseum, 19 Uhr

Freitag + Samstag, 6. + 7. November

Theater: „Die Verspätung“ von Wolfgang Hildesheim

mit der Theatergruppe Ra-Runzel
Regie: Waltraud Rasch
Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum
20 Uhr

Samstag + Sonntag, 7. + 8. November

Gast in der eigenen Stadt

Verschiedene Veranstaltungsorte | s.S. 14

Samstag, 7. November

Yoga am Bodensee mit Jana Scharr

Ort: Mettnau, Turnerheimgelände
8.30-9.30 Uhr

Sonntag, 8. November

Auf den Spuren Radolfs | A/TI

Stadtführung durch die Altstadt
Treffpunkt: Vor dem Stadtmuseum
11.15 Uhr

Eine Stadtführung im Jahre 1913 | A/TI

mit Hannes, dem Diensthofen
Treffpunkt: Vor dem Stadtmuseum, 16 Uhr

Dienstag, 10. November

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

Mit dem NABU den äußeren Teil der Mettnau erkunden
Treffpunkt: Mettnau, NABU-Infopavillon
15 Uhr

Vortrag von Ulrike Griesing-Kessler

Erfahrungen in der Sterbebegleitung
Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum
20 Uhr

Donnerstag, 12. November

Die Seidenstraße

Vortrag von Thomas Meixner über sein Radabenteuer
Ort: Milchwerk Radolfzell
16 und 19.30 Uhr

Nachtwächterführung | A/TI

Treffpunkt: Stadtmuseum, 19 Uhr

Freitag, 13. November

Vogelekkursion Mettnau

Der hohe Norden zu Gast am See, 14 Uhr
Treffpunkt: Mettnau, NABU-Infopavillon

Samstag, 14. November

Fahrrad-Codierung

Diebstahl-Prävention durch den ADFC
Ort: Parkplatz Weltkloster, 9.30-16 Uhr

Selbsthilfewerkstatt für RadfahrerInnen

mit dem ADFC Radolfzell
Ort: Parkplatz Weltkloster, 14-17 Uhr

Konzert: Joseh Indie-Folk aus Hamburg

Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum
20 Uhr

Sonntag, 15. November

Kabarett-Winter:

„Große Klappe – Tricks dahinter“

mit Christopher Köhler
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr | s.S. 18

Mittwoch, 18. November

Umarmen und Loslassen

Vortrag von Shabnam und Wolfgang Arzt
Ort: Milchwerk Radolfzell, 19.30 Uhr

Donnerstag, 19. November

Römer und frühe Christen

Archäologische Ausgrabungen in Markelfingen
Ort: Markelfingen, Sportheim am Ried
19 Uhr

Sonntag, 22. November

Kabarett-Winter:

„Mein Leben als ICH“ mit Uli Masuth
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr | s.S. 18

Dienstag, 24. November

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

Mit dem NABU den äußeren Teil der Mettnau erkunden
Treffpunkt: Mettnau, NABU-Infopavillon
15 Uhr

Donnerstag-Samstag, 26.-28. November

Radolfzeller Adventsgassen

Ort: Innenstadt bis Seemaxx | s.S. 12
11-18 Uhr

Weitere Termine siehe Dezember.



Freitag, 27. November

Der Freiheitsimpuls wirkt ...

Vortrag von Johannes Stüttgen
Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum
20 Uhr

Samstag, 28. November

Der Freiheitsimpuls wirkt ...

Workshop zum Vortrag von Johannes Stüttgen
Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum
10-16 Uhr

A/TI Anmeldung in der Tourist-Information erforderlich.



bei Reparatur
Leihrad kostenlos
www.Zweirad-Mees.de

Großer Fahrradverleih !

Inh. Bertram Pausch · Höllturm Passage 1 · Radolfzell · Tel. 07732-2828

Mo bis Fr 9.00 – 18.00 Uhr
Sa 9.00 – 14.00 Uhr

Verkauf · Verleih · Reparatur



Need some shoes?

HAFNER SCHUHE
SEESTR. RADOLFZELL
TEL. +49 (0)7732-3390

Veranstaltungen Dezember 2020

Donnerstag-Samstag, 3.-5. Dezember

Radolfzeller Adventsgassen

Ort: Innenstadt bis seemaxx | s.S. 12
11-18 Uhr

Samstag, 5. Dezember

Poesique

Ein Text, eingebettet in den Klängen von Cello und Akkordeon
Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum
20 Uhr

Dienstag, 8. Dezember

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

Mit dem NABU den äußeren Teil der Mettnau erkunden
Treffpunkt: Mettnau, NABU-Infopavillon
15 Uhr

Donnerstag-Samstag, 10.-12. Dezember

Radolfzeller Adventsgassen

Ort: Innenstadt bis seemaxx | s.S. 12
11-18 Uhr

Donnerstag, 10. Dezember

Nachtwächterführung | A/TI

Treffpunkt: Stadtmuseum
19 Uhr

Dornröschen

Sankt Petersburger Klassisches Ballett
Ballett in drei Akten und einem Prolog
Ort: Milchwerk Radolfzell, 19.30 Uhr

Freitag, 11. Dezember

Vogelekkursion Mettnau

Der hohe Norden zu Gast am See
Treffpunkt: Mettnau, NABU-Infopavillon
14 Uhr

Samstag, 12. Dezember

Yoga am Bodensee mit Jana Scharr

Ort: Mettnau, Turnheimgelände
8.30-9.30 Uhr

JAA!

Theaterstück der Jugendgruppe

mit Leiterin Anny da Silva
Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum
20 Uhr

Donnerstag-Samstag, 17.-19. Dezember

Radolfzeller Adventsgassen

Ort: Innenstadt bis seemaxx | s.S. 12
11-18 Uhr

Sonntag, 20. Dezember

JAA!

Theaterstück der Jugendgruppe

mit Leiterin Anny da Silva
Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum
20 Uhr

Montag-Mittwoch, 21.-23. Dezember

Radolfzeller Adventsgassen

Ort: Innenstadt bis seemaxx | s.S. 12
11-18 Uhr

Dienstag, 22. Dezember

Weihnachtstheater „In der Räuberhöhle“

Von Kindern für Kinder und Erwachsene
frei aus „Marias kleiner Esel“
von Gunhild Sehlin
Ort: Theater-Zeller-Kultur-Zentrum
17 Uhr

Donnerstag, 31. Dezember

Silvester-Theater: „Gretchen 89ff“

von Lutz Hübner
mit den Kulissenschiebern
Ort: Milchwerk Radolfzell, 17 Uhr

A/TI Anmeldung in der
Tourist-Information erforderlich.

Alle Informationen zu den Veranstaltungen nochmal zum Nachlesen und weitere Termine unter www.radolfzell-tourismus.de



un·ver·gleich·bar
Poststrasse 5 · 78315 Radolfzell · T 0 77 32 / 94 56 439



Über **10.000** (€)-Bikes am Lager

Joos
Radolfzell | Konstanz | Gottmadingen | FN-Immenstaad

- » **E-Bike Center**
in Radolfzell und FN-Immenstaad
- » **Riesige Auswahl**
im Hauptgeschäft Radolfzell und an unseren 4 Standorten auf 10.000m²
- » **Lagerverkauf**
in Konstanz und Gottmadingen
- » **Große Leihradflotte**
mit über 400 Leihrädern, davon 100 E-Bikes
- » **Online-Shop**
www.fahrradlagerverkauf.com

Zweirad Joos GmbH & Co. KG | Schützenstr. 11 + 14 | Radolfzell
T. 0 77 32 / 82 36 80 | www.zweirad-joos.de

Radolfzeller Adventsgassen



26. November-23. Dezember Do-Sa 11-18 Uhr
21.-23. Dezember zusätzlich Mo-Mi 11-18 Uhr



WICHTIGE HINWEISE ZU FÜHRUNGEN

Jeden Samstag finden geführte Wanderungen und Stadtführungen der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH statt. Zusätzlich werden Nachtwächterführungen, Kinderstadtführungen und Kostümführungen „Radolfzell anno 1551“ mit Pfarrköchin Anna angeboten. Die Teilnehmerzahlen sind auf maximal 20 Personen begrenzt.

Tickets für alle Führungen (außer „Eine Stadtführung im Jahre 1913“) sind ausschließlich in der Tourist-Information und auf www.reservix.de erhältlich, dabei müssen die Kontaktdaten angegeben werden. Besitzer von 10er-Wanderkarten müssen ihre 10er-Karte in der Tourist-Info gegen ein Ticket eintauschen. Während den Stadtführungen besteht Maskenpflicht.

Für alle Veranstaltungen gilt: Stand 14. November 2020.
Änderungen vorbehalten.

Jetzt dranbleiben und
Corona ausschalten.

Radolfzell
bleibt 

Bleibt vernünftig, bleibt dran, bleibt gesund:

Mund-Nasen-Schutz tragen

Hygienemaßnahmen beachten

Abstand halten

#wirbleibenON
wir-bleiben-on.de

Radolfzell
Tourismus

Landkreis
Konstanz



Heiße Winterzeit.

Glühwein & Früchtepunsch

Schlör Direktverkauf · Herrenlandstraße
78315 Radolfzell · Tel. 07732 9971-0

Mo / Do / Fr 9 – 12 Uhr / 13 – 18 Uhr
Di / Mi 9 – 12 Uhr / 13 – 17 Uhr

 Säfte mit Stil

ELEKTRO
WAGNER

Inhaber: Markus Maier

Elektro-
und
Gebäude-
technik

Seestraße 38
78315 Radolfzell
Tel. 0 77 32 / 34 94
Fax 0 77 32 / 5 63 43
elektrohaus-wagner@t-online.de
www.elektrohaus-wagner.de

Elektroinstallation
Hausgeräte
Wärmepumpen
Nachtspeicherheizungen
Stiebel Eltron Service und Verkauf
Braun Rasierer-Service
Klimaanlagen

Impressum

Radolfzeller magazin: Das Magazin für Einheimische und Gäste der Stadt Radolfzell am Bodensee, Ausgabe 6/20, Erscheinungsweise 6 x jährlich, Auflage: 9.000 Exemplare

Herausgeber: Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH, Geschäftsführerin Nina Hanstein, Kirchgasse 30, 78315 Radolfzell am Bodensee, Telefon 07732/81-500, www.radolfzell-tourismus.de
Partner: Med. Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell – METTNAU, Aktionsgemeinschaft Radolfzell e.V., Stadtwerke Radolfzell GmbH,

Stadtverwaltung Radolfzell – Fachbereich Kultur, Wirtschaftsförderung

Anzeigen und Produktion: Labhard Medien GmbH, Max-Stromeyer-Straße 116, 78467 Konstanz, Telefon 07531/9071-0, verlag@labhard.de, www.labhard.de,

Geschäftsführung: Steven Rückert

Redaktion: Marina Kupferschmid (Leitung), Nicola M. Westphal

RUDDOLF: Rolf Zimmermann, www.poth-zimmermann.de

Satz und Gestaltung: hggraphikdesign Heidi Lehmann, 78315 Radolfzell-Möggingen

Druck: Krüger Druck+Verlag, Dillingen

Titelfoto: Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH | Kuhnle & Knödler

Texte und Fotos: Wenn nicht anders vermerkt, wurden uns die Texte und Fotos freundlicherweise von den Projektpartnern zur Verfügung gestellt.

© 2020. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck mit Quellenangabe nur auf Nachfrage beim Verlag.

zum Schluss

Gewinnspiel!

Beantworten Sie unsere Gewinnspielfrage und gewinnen Sie einen unserer Preise:

- » Gutschein für 2 x 1 Bodensee Card ^{PLUS} für 3 Tage der Internationalen Bodensee Tourismus GmbH
- » Geschenkset aus der Seesucht-Manufaktur, bestehend aus Schneidebrett, Geschirrtuch „Fisch“, Kochlöffel und Schlüsselanhänger.
- » 3 x 2 Gutscheine für Mittagstisch vom Restorama im Milchwerk

GEWINNSPIELFRAGE: 2021 ist die Stadt Radolfzell
Gastgeber für _____ ?

Bitte schicken Sie uns Ihre Antwort mit Betreff „zeller Gewinnspiel“ bis 15. Dezember 2020 an zeller@radolfzell-tourismus.de.

Postadresse:

Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH
Kirchgasse 30, 78315 Radolfzell am Bodensee

Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTO KUHNLE & KNÖDLER »

Randnotiz: Tourist-Information

Der Umzug der Tourist-Information Radolfzell vom Bahnhof in die Seestraße ist vollbracht. Die Räumlichkeiten werden schon in den ersten Wochen gut angenommen, was sich auch in einem deutlich gestiegenen Umsatz von Souvenirs und regionalen Produkten zeigt. Vor allem aber freut sich die Tourist-Information, dass sie sich nach einem Check des Deutschen Tourismusverbands weitere drei Jahre mit dem roten „i“ schmücken darf, das bundesweit für einheitlich hohe Qualitätsstandards steht. Das Besondere: Nur Tourist-Informationen, die über eine sehr gute Beratungsqualität verfügen, umfangreiche touristische Informationen und zusätzliche Dienstleistungen für Gäste anbieten, können diese Auszeichnung erhalten. Unter den 40 Kriterien auf der Prüfliste finden sich auch Punkte zum Erscheinungsbild sowie zum Angebot von Souvenirs und regionalen Produkten. Mit einem Gesamtergebnis von 87 Prozent liegt sie weit über dem Ergebnis vor drei Jahren und über dem Landesdurchschnitt, der bei 80 Prozent liegt. Im Prüfbericht des Deutschen Tourismusverbands wurden in Radolfzell die Raumgestaltung, das freundliche Ambiente, das gute Informationskonzept und das attraktive Angebot gelobt.



zeller Radolfzell am Bodensee
magazin 2020

Das nächste 'zeller magazin' erscheint am 5. Januar 2021. Keine Ausgabe mehr verpassen!
Das 'zeller magazin' ist auch im Abo erhältlich (6 x 2,- Euro zzgl. Versandkosten).
Bestellung unter zeller@radolfzell-tourismus.de – Betreff: Abo zeller magazin

RUDOLF

BEI UMZÜGEN HELF ICH DOCH IMMER GERNE...
DENN „VIELE HÄNDE – SCHNELLES ENDE!“



möbel für's leben

COR interlücke

wohnstudio mattes

planen. einrichten. leben.

125 Jahre Wohnkultur

COR | Interlücke
Cassina
B & B Italia
Mobimex
Tonon
Schönbuch
Moroso
Kettner | u.v.m.

wohnstudio mattes | st.-johannis-straße 2-4 | 78315 radolfzell | fon 0 77 32 - 30 75 | www.wohnstudio-mattes.de

bodensee
therme
konstanz

... Zeit für mich

Täglich von 9 bis 22 Uhr

Bitte buchen Sie vorab Ihren gewünschten Zeitraum zum Entspannen ganz einfach online unter www.therme-konstanz.de

Die Konstanzer Bäder – ein Teil der STADTWERKE KONSTANZ GmbH 

A woman with long brown hair, wearing a plaid shirt and a dark jacket, is seen from the side, looking up towards the sky. She has a large backpack on her back. The background is a bright orange sky over a blue ocean. The image is split horizontally: the top half has an orange background and the bottom half has a blue background.

Über
40 Top-Marken
bis zu 70%
reduziert!

#markenglücklich

... im Mode-Outlet Radolfzell

seemaxx.
Outlet Center Radolfzell