

Radolfzell am Bodensee

zeller

magazin

022015
Schutzgebühr 2 Euro



FELIX HUBY

„Etwas Magisches“

BÄRLAUCHFESTIVAL

Den Frühling schmecken

SEEGANG

Neuer Premiumwanderweg



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

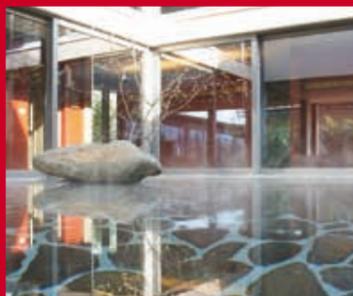
Karl-Wolf-Str. 35 D - 78315 Radolfzell

T 0049-7732-950400

Wärme. Wasser. Leben.



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



bo|ra karl-wolf-strasse 33 D · 78315 radolfzell fon +49 . 77 32 . 940 63 30

www.bora-sauna.de



Impressum

'zeller Magazin: Das Magazin für Einheimische und Gäste der Stadt Radolfzell am Bodensee, Ausgabe 2/15, Erscheinungsweise 6 x jährlich, Auflage: 10.000 Exemplare
Herausgeber: Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH, Geschäftsführer Jürgen Schmid (V.i.S.d.P.), Bahnhofplatz 2, 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
Anzeigen und Produktion: Labhard Medien GmbH, Max-Stromeyer-Str. 116, 78467 Konstanz, Telefon 07531/9071-0, verlag@labhard.de, www.labhard.de, Geschäftsführung: Thomas Willauer, Gabriele Schindler
Redaktion: Miriam Lambek (Leitung), miriam.lambek@stadt.radolfzell.de, Nicola M. Westphal, Marina Kupferschmid, Melina Meuli, Meike Rohrbeck
RUDOLF: Rolf Zimmermann, www.poth-zimmermann.de
Gestaltung: hggraphikdesign Heidi Lehmann, 78315 Radolfzell-Möggingen
Druck: Nino Druck
Titelfoto: Am See | Kuhnle und Knödler
Texte und Fotos: Wenn nicht anders vermerkt, wurden uns die Texte und Fotos freundlicherweise von den Projektpartnern zur Verfügung gestellt.
© 2015. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck mit Quellenangabe nur auf Nachfrage beim Verlag.

TAXISIMMEN ☎ Radolfzell 07732/ 3885

- Taxifahrten • Flughafentransfer zu Festpreisen • Krankenfahrten • Fahrten zur Dialyse, Strahlen- und Chemotherapie
- Vorbestellservice • 24-Stunden-Service

NEU! Rollstuhltaxi (kein Umsetzen erforderlich)

Tel. 07732/38 85 | Fax 07732/98 85 59-16 | taxi@taxi-simmen.de | www.taxi-simmen.de

Editorial



Das Leben ist kein Ponyhof. Schade eigentlich ... ich zumindest assoziiere mit den possierlichen Huftieren Friedfertigkeit, schöne Kindheitserinnerungen und ja – eine deftige Prise Stallgeruch. Also bis auf letzteres schon eine ganze Menge, was ein gutes Leben ausmacht. Deshalb ist für mich der tierische Neuzugang vor dem wunderbar sanierten

Österreichischen Schlösschen ein sehr schönes Symbol. Und apropos neu – es tut sich immer was im Städtle. Die Radolfzeller haben ihre eigene Art, die Dinge anzugehen. Phase I: Immer ein offenes Ohr für gute Ideen haben. Phase II: Den Vorschlag auf Herz und Nieren prüfen und intensiv mehrfach kritisch bis skeptisch hinterfragen. Phase III: Bei Zustimmung gibt es kein Halten mehr. Alle sind dann mit an Bord. Und gemeinsam mit Feuer, Flamme und unermüdlicher Energie dabei. Von dieser höchst effektiven Vorgehensweise profitieren Groß und Klein, Einheimische und Gäste gleichermaßen. Freuen Sie sich mit mir in den nächsten Wochen und Monaten auf zahlreiche Veranstaltungen mit vielen tollen Begegnungen. Ich hoffe, wir sehen uns!

Zu welcher Veranstaltung kommen Sie in Radolfzell am liebsten? Verraten Sie es mir unter miriam.lambek@stadt.radolfzell.de

Ihre Miriam Lambek
Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH

Inhalt

Editorial Inhalt Impressum	3
Krimi- und Drehbuchautor Felix Huby	4
Bärlauchfestival	6
UNIVERSUM – Kino mit Charme und Geschichte	8
Radolfzeller Rundgang – Teil 1	10
Rund um den Bodensee – See(h)reise	11
Runde Sache – Tag des Rades	11
Wandern vom Feinsten – Premiumwanderweg SeeGang	12
Inspirierendes Medienzentrum – die neue Stadtbibliothek	14
25. Kabarett-Winter 2015	16
Die METTNAU – das Gesundheitszentrum am Bodensee	17-22
Kultur Radolfzell 2020	23
Natürlich Radolfzell	24
Wissen teilen – Unternehmerforum Radolfzell	26
Ortstermin: ANELK Pharma GmbH & Co. KG	27
Immer gut vernetzt –	
Ausbildungskooperation der Stadtwerke	28
Mit Forschern am Puls des Planeten	30
Veranstaltungen März-April	32
Gewinnspiel Randnotiz RUDOLF	34



Die Halbinsel hat etwas Magisches.

Seit vielen Jahren ist der bekannte Autor Felix Huby zu Gast auf der METTNAU. Hier kommt er zur Ruhe, schöpft Kraft und findet Inspiration. Ich treffe ihn im Strandcafé auf der Mettnau und die Zeit vergeht wie im Flug, als er über seine Arbeit, seine Erfahrungen in der Filmbranche und seine Erfolge erzählt.

Krimi- und Drehbuchautor Felix Huby

Herr Huby, seit 15 Jahren sind Sie Gast auf der METTNAU.

Das stimmt. Erstmals war ich allerdings schon 1975 in der Herz-Kreislauf-Klinik. Ich hatte während meines Aufenthalts viel Zeit für mich, und ich schrieb damals meinen ersten Kriminalroman. Hier auf der METTNAU waren also die Anfänge meiner Arbeit als Kriminalschriftsteller. Vor 15 Jahren habe ich dann erstmals eine private Kur auf der METTNAU gemacht und war absolut überzeugt von dem Resultat. Der Aufenthalt ist wirklich eine Rundumerneuerung und ich buche seitdem bei Abreise schon wieder gleich für das nächste Jahr.

Was ist für Sie das Besondere an der METTNAU?

Die Halbinsel hat etwas Magisches. Die herrlichen Sonnenaufgänge und der Blick auf die Alpen, der Sonnenuntergang über dem Hohentwiel, der alte Baumbestand, die Geschichten Victor von Scheffels, das alles ist faszinierend. Trotz meines Alters arbeite ich noch viel, und an diesem Ort komme ich zur Ruhe. Zudem habe ich hier

den Arzt meines Vertrauens, Dr. Witzel, der mich seit 15 Jahren begleitet. Er ist menschlich wie fachlich ein Vertrauter und ich würde ihn – wenn notwendig – sogar von Berlin aus um Rat fragen. Nicht zuletzt treffe ich bei meinem Aufenthalt fast immer auf dieselbe Gruppe von Gästen und es ist über die Jahre eine Freundschaft entstanden. So zum Beispiel mit Claus Kleber, der mittlerweile zusammen mit seiner Frau hierher kommt. Das sind bei Tisch immer sehr anregende und gute Gespräche, ein lebendiger Austausch. Meine Tischgruppe hat auch meinen neuen Roman gelesen und mich interessiert ihre Meinung dazu.

Das heißt, Ihnen ist es nach so vielen Jahren Erfolg immer noch wichtig, was andere über ihre Arbeit denken?

Natürlich. Mir ist jedes Urteil wichtig, so lange es von jemandem kommt, der wirklich etwas zu sagen hat.

Nachdem Sie als Krimi-Autor erfolgreich waren, kam die Bavaria 1981 mit der Bitte auf Sie zu, die Figur eines neuen Kommissars zu entwickeln und ein Drehbuch zu schreiben. Götz George stand als Nachfolger für Hansjörg Felmy fest und Sie haben mit ihm gemeinsam den legendären Kommissar Schimanski erschaffen.

Mit ihm, zwei Produzenten, zwei Regisseuren und zwei Autorenkollegen. Mein erster Auftrag für ein Drehbuch war ein wahrer Glücksfall. Das war, im Nachhinein betrachtet, eines der wenigen Drehbücher ohne großartige Änderungen. Ich fuhr damals nach München zur Bavaria und hatte zwar schon die Geschichte im Kopf, jedoch noch keine Idee, wie die Figur Schimanski aussehen sollte. Die Redakteure und Götz George hatten jedoch ganz konkrete Vorstellungen. Der Nachfolger von Felmy, der ein Image als Saubermann hatte, sollte ruppig sein, mit Ecken und Kanten. Zurück in Stuttgart habe ich mich an meinen Schreibtisch gesetzt, drei Tage und drei Nächte durchgearbeitet und fertig war das

Drehbuch. Damals habe ich das noch alles von Hand geschrieben. Meine Schwester tippte die Seiten ab, wir schickten das Manuskript zur Redaktion und die haben es so genommen. Normalerweise werden Drehbücher selten in einer so frühen Fassung abgenickt. In der Regel heißt es höchstens: „Sie sind auf einem guten Weg.“ Und dann kommen die ganzen Änderungen und man schreibt es immer wieder neu. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass die zweite Fassung meist die beste ist. Danach quatscht einem jeder rein, die Redakteure, die Regisseure, wenn man Pech hat sogar der Ehemann der Regisseurin oder die Geliebte des Hauptdarstellers ...

Götz George ist ein sehr lebendiger und kreativer Mensch. Wie war die Zusammenarbeit?

Er ist in der Tat überaus kreativ, nicht ganz einfach, schießt manchmal auch über das Ziel hinaus und ist nie zufrieden. Die Zusammenarbeit war sehr gut und sehr eng. Ich schätze ihn sehr, aber eine Freundschaft ist es nicht. In diesem Job ist man nicht wirklich miteinander befreundet, sondern man macht seine Arbeit und dann geht jeder seines Weges. Im Übrigen gibt es nur noch einen Schauspieler, den ich beruflich mehr schätze als Götz. Und zwar Manfred Krug. Er versteht unglaublich viel von Drehbüchern, verbessert oft die Dialoge und hat ein tolles Gespür für Dramaturgie.

Sie haben einige Figuren entwickelt, die in Serie gingen. Dennoch haben Sie dann nicht alle weiteren Drehbücher geschrieben.

Die Zusammenarbeit mit den Regisseuren und Redakteuren ist nicht immer leicht. Oftmals spielen persönliche Präferenzen und Kontakte eine erhebliche Rolle. Als Drehbuchautor braucht man ein dickes Fell. Ich habe Kollegen, die den Job geschmissen haben und lieber wieder Romane schreiben. Das ist wesentlich stressfreier.

Rosa Roth mit Iris Berben stammt aus Ihrer Feder. Die Zusammenarbeit mit der Redaktion war aber auch schnell beendet. Schmerzt es persönlich, sein „Baby“ zu verlieren?

Mal mehr, mal weniger. Ich bin im Laufe der Jahre zum Pragmatiker geworden. Bei Rosa Roth war es so, dass ich nicht nur die Namen erfunden habe, sondern das komplette Drehbuch schrieb. Die Zusammenarbeit funktionierte aber einfach nicht und was nicht geht, geht nicht. Dann sollte es halt jemand anders machen. Bei der Ausstrahlung der Pilotfolge habe ich dann festgestellt, dass gut 70 Prozent aus mei-

ner Feder stammten. Gleichwohl habe ich keinen Nachfolgeauftrag bekommen.

Die Bedingungen in der TV-Produktion haben sich im Laufe der Jahre verändert – die Verdienstmöglichkeiten auch.

Ja, die goldenen Zeiten sind definitiv vorbei. 1975 habe ich für eine Tatort-Folge bei Erstaussstrahlung über 20.000 DM bekommen. Bei jeder weiteren Ausstrahlung in der ARD jeweils noch mal die Summe, bei Ausstrahlungen auf einem anderen Sender zumindest noch prozentual ein Honorar. Heutzutage kann man von solch einer Bezahlung und solchen Konditionen nur noch träumen.

Sie haben so vielfältig gearbeitet. Krimis, Kinderbücher, Theaterstücke, Drehbücher und Hörspiele geschrieben.

Woher nehmen Sie die Ideen?

Es ist anders herum, nämlich so, dass die Ideen mich nehmen! Ich brauche nur eine Anfangsidee und die Figuren entwickeln ein Eigenleben. Meine Frau sagt mir, dass sie am Rhythmus der Tastatur erkennen kann, was für eine Szene ich schreibe, ob es eine Verfolgungsjagd ist, oder ob es eine Szene ist, in der ein Fall gedanklich aufgeklärt wird. Ich schreibe aus dem Bauch raus und wundere mich manchmal am nächsten Tag, wenn ich die Texte lese, wer das überhaupt geschrieben hat. So spannend ist es auch, ein Buch zu schreiben. Und ich freue mich, dass ich damit auch noch Geld verdienen kann.

Sie sind schon längst im Rentenalter, arbeiten noch viel. Wieviel Zeit nimmt das noch in Anspruch?

Früher hatte ich bestimmt eine 60-Stunden-Woche, habe oft bis tief in die Nacht hinein gearbeitet. Mittlerweile lasse ich es ruhig angehen. Ich stehe auf, dusche, frühstücke am Arbeitsplatz, schreibe dann etwa zwei bis drei Stunden und nachmittags noch einmal zwei Stunden. Dazwischen fahre ich mit dem Rad zum Einkaufen und manchmal koche ich sogar. Ich kann das nicht, aber so was wie ein Salat geht ganz gut.

Sie schauen auf eine beeindruckende Karriere zurück, haben mit tollen Schauspielern zusammen gearbeitet. Gibt es noch einen beruflichen Wunschtraum?

Nein! Definitiv nicht. Meinen ganz persönlichen Wunschtraum habe ich mir mit meinem neuesten Roman „Heimatjahre“ erfüllt. Ich bin ein Unterhaltungsschrift-

steller, wobei man gar keine klare Grenze zwischen „U“ und „E“ ziehen kann (U und E bezeichnet die verschiedenen Genres Unterhaltung und Ernsthaftes, Anm. der Red.). 20 Jahre lang hegte ich den Wunsch, einen literarischen Roman zu schreiben, einen autobiografischen Dorf- und Heimatroman. Aber ich bin einfach nicht dazu gekommen. Ich habe mir dann auf der Insel Usedom eine kleine Wohnung am Meer gemietet, um dort, abgeschottet und konzentriert, mit dem Schreiben zu beginnen. Fast ein Jahr lang habe ich an dem fast 500 Seiten starken Buch gearbeitet, weil ich so viele Szenen verworfen und neu geschrieben habe. Der Roman ist Ende September 2014 auf den Markt gekommen, und wir sind schon jetzt bei der zweiten Auflage. Das macht mich sehr stolz.

Sie lieben nach wie vor den persönlichen Kontakt zu Ihren Lesern, sind viel mit Ihren Lesungen unterwegs. Im April werden Sie in Radolfzell sein.

Ja, Radolfzell ist mir ans Herz gewachsen, hierhin kehre ich immer wieder zurück. Und ich freue mich, am 24. April bei der Buchhandlung Greuter zu Gast zu sein.

Fragen: Nicola M. Westphal
Foto: Katleen Westphal

Felix Huby, bürgerlicher Name Eberhard Hungerbühler, geboren 1938 in Dettenhausen bei Tübingen, gehört zu den meistbeschäftigsten Drehbuchautoren des deutschen Fernsehens und ist an zahlreichen Serien beteiligt.

Seit 1976 verfasst er Sachbücher, Kinderbücher und Kriminalromane. 1981 schrieb er erste Fernsehfilme. Bis heute verfasste er 34 Tatorte und viele Einzel Filme. Huby war der erste „Rosa-Roth“-Autor und mit vielen anderen Fernsehserien erfolgreich. Zudem schrieb er Theaterstücke, Hörspiele und ein Musical. Der Autor erhielt eine Vielzahl von Auszeichnungen. Unter anderem den Robert-Geisendörfer-Preis, den Berliner Krimipreis und 1999 den Ehrengläuser. Huby lebt in Berlin, ist verheiratet und hat zwei erwachsene Söhne.

Am 24. April liest Felix Huby um 19.30 Uhr bei der Buchhandlung Greuter in Radolfzell aus seinem neuesten Roman „Heimatjahre“.



Warenkunde: BÄRLAUCH

Der Bärlauch, verwandt mit dem Schnittlauch, Knoblauch und der Zwiebel, hat seine Blütezeit von April bis Mai. In Deutschland ist er eher im Süden als im Norden verbreitet, doch wenn er einmal auftritt, dann meist im Massenvorkommen. Er fühlt sich in Wäldern an feuchten und schattigen Plätzen wohl. Der Bärlauch zeichnet sich durch seinen typischen Knoblauchgeruch und Geschmack aus. Er kann komplett gegessen werden, von der Wurzel bis zur Blüte. Des Weiteren wirkt er sich positiv auf die Verdauung und den Blutdruck aus. Der Bärlauch steht zwar nicht unter Naturschutz, unterliegt aber trotzdem einem Mindestschutz und darf nur für den Eigenbedarf in geringen Mengen gesammelt werden.

ACHTUNG! Beim Bärlauch sammeln diesen bitte nicht mit Maiglöckchen, Blättern der Herbstzeitlosen oder des Gefleckten Aronstabs verwechseln. Diese Pflanzen sind im Gegensatz zum Bärlauch giftig!

Foto: www.shutterstock.com

Bärlauchfestival

Elmar Hullermann-Walden ist Küchenchef des Restaurants Rubin, das im bora HotSpaResort beheimatet ist. Die Philosophie seiner modernen Küche besinnt sich auf traditionelle Werte. Regionalität wird von Elmar Hullermann-Walden gelebt, so ist es für ihn eine Leidenschaft, für jedes Lebensmittel den besten Produzenten zu finden. Ein aufwändiges, aber unbezahlbares Verfahren. Spargel von der Höri, Lammfleisch aus Schienen oder Mozzarella aus Hohentengen – die Gäste des Restaurants Rubin schmecken Ursprünglichkeit, Land und Leute.

Der zweite wichtige Ansatz heißt „from head to tail“. Von Kopf bis zum Schwanz bedeutet dieser wieder entdeckte Kochtrend übersetzt. Mit Respekt und Achtsamkeit wird möglichst das ganze Produkt verarbeitet. Sei es bei Tieren oder auch bei Pflanzen. So kann man im Restaurant Rubin je nach Saison den Geschmack von Sonnenblumenwurzeln oder Bärlauchblüten entdecken.

Elmar Hullermann-Walden konzipiert seine Speisekarte monatlich neu und überrascht in dieser Jahreszeit mit außergewöhnlichen Bärlauch-Kompositionen. Hier gibt es nun einen Vorgeschmack zum selbst ausprobieren:

Restaurant Rubin
im bora HotSpaResort
Karl-Wolf-Straße 35
D-78315 Radolfzell
Telefon 07732/950 400
info@bora-hotsparesort.de
www.bora-hotsparesort.de

BIO ONSEN-EI | SPINAT | BÄRLAUCHSCHAUM | BELPER KNOLLE

Rezept für 4 Personen

ZUTATEN

4 sehr frische Bio-Eier (Klasse L, zimmerwarm)
800 g Spinat
100 g Bärlauch
1 Belper Knolle
2 Schalotten
15 g Butter
100 ml Sahne
100 ml Gemüsefond
0,1 l Weißwein
Olivenöl, Meersalz
Pfeffer aus der Mühle
Muskatblüte

GARNITUR

Sakura-Kresse, Bärlauchblüten

ZUBEREITUNG

1 Einen Topf mit Wasser füllen und mithilfe eines Thermometers auf konstante 68 Grad erhitzen. Die Eier in der Schale vorsichtig ins Wasser geben und 45 Minuten bei 65-67 Grad garen lassen.

Danach die Eier vorsichtig aus dem Wasserbad nehmen und kurz abschrecken. Entweder so benutzen oder sehr behutsam wie ein Schnitzel panieren und in Butterschmalz schwimmend zügig ausbacken.

2 Inzwischen den Spinat putzen, gründlich waschen und trocken schleudern. 1 Schalotte fein würfeln. Butter in einem breiten Topf erhitzen und die Schalotten darin glasig dünsten. Spinat zugeben und zugedeckt zusammenfallen lassen.

3 1 Schalotte sowie Bärlauch in Nativem Olivenöl Extra bei mittlerer Hitze anbraten, mit Weißwein ablöschen und Gemüsefond aufgießen. Anschließend auf die Hälfte einkochen. Sahne zugeben, pürieren und durch ein feines Sieb gießen. Mit feinem Meersalz, Pfeffer aus der Mühle und Muskatblüte abschmecken. Bärlauchsauce mit einem Pürierstab schaumig aufschlagen.

4 Spinat, Eier und Bärlauchschaum gefällig anrichten.

5 Die Belper Knolle hobeln und mit Sakura-Kresse und Bärlauchblüten ausgarnieren.

Guten Appetit
Ihr

Elmar Hullermann-Walden



Einkaufszettel: BELPER KNOLLE

Ein Käse wie ein Trüffel. Der handgeformte Hartkäse aus dem Schweizer Kanton Bern ist ein wahres Multitalent. In Elmar Hullermann-Waldens Küche kommt die Belper Knolle zum Beispiel als Topping von Rindercarpaccio, Kalbsbries, Pasta oder auch vielen vegetarischen Gerichten zum Einsatz. Erhältlich ist die Belper Knolle im gut sortierten Lebensmittelhandel oder auf dem Radolfzeller Wochenmarkt.



Texte: Miriam Lambek und Melina Meuli
Fotos: Miriam Lambek



Text: Marina Kupferschmid | Fotos: Gerald Jarausch

Kino ... mit Charme und Geschichte

Acht Jahre, nachdem im letzten kommerziellen Kino von Radolfzell die Lichter ausgegangen sind, mausert sich die Stadt langsam, aber sicher, zum neuen Geheimtipp für Kino-Enthusiasten. Mit bisher fast 25.000 Besuchern und stetig wachsender Fangemeinde ist das vor viereinhalb Jahren eröffnete UNIVERSUM-Nostalgiekino eine Institution geworden. Menschen aus der ganzen Region lieben den Charme dieses zum Leben wieder erweckten UNIVERSUM-Filmtheaters, das Mitglieder des Kinovereins in mehreren tausend Arbeitsstunden vor dem Abbruch gerettet haben.

Das komplett erhaltene und renovierte Kino ist Nostalgie pur, angefangen von der kleinen Kassenkabine mit der Glaswand, aus der Eintrittskarten von der Rolle aus-

gegeben werden, bis hin zur sehr persönlichen Kurzeinführung in jeden Film durch ein Mitglied des Kinovereins.

Uwe Kemmer, Vorsitzender des Vereins UNIVERSUM-Nostalgiekino, setzt sich in einen der 185 lila Plüschsessel und freut sich wie ein Kind über die Jahrzehnte alten Rituale, an denen die Kinomacher heute noch festhalten, um an den Glanz alter Kinozeiten anzuknüpfen. „Wenn die Leute den Gong hören, dann werden sie ganz still. Wenn dann das Licht ausgeht und sich der schwere Vorhang hebt – das ist einfach wunderschön und auch das Lächeln auf den Lippen, mit dem die Besucher das Kino verlassen.“

Geplant war von Anfang an ein Spielbetrieb an Wochenenden. Und wenn im Programm wieder einer der großen Filmklassiker ist, der seit Jahren nicht mehr in den Kinos zu

sehen war, dann freuen sich die Mitglieder des Vereins besonders.

Fast lautlos vollzog sich hinter den Kulissen des kleinen Nostalgiekinos Mitte letzten Jahres Großes. Nach Renovierungskosten von 150.000 Euro inklusive Arbeitsstunden, hat der gemeinnützige Betreiberverein kurzfristig rund 60.000 Euro investiert, um das Filmtheater auf digitale Technik umzurüsten.

Mainstream-Kino, das auf kommerzielle Ansprüche ausgelegt ist, wird es jedoch auch künftig nicht geben: „Wir zeigen Filme, die das Prädikat „wertvoll“ oder „besonders wertvoll“ haben und versuchen, die Wünsche der Besucher zu erfüllen“, erklärt Kemmer. Auch wolle man als gemeinnütziger Verein nicht in Konkurrenz zu

Der Kassenbereich wie in alten Tagen



Lila Plüsch ... schummrige Beleuchtung – gleich geht's los. Spule ab ...



Der alte Projektor wird auch nach der Digitalisierung gehütet wie ein Schatz. Von links: Günther Brandenburg, Heidi Kemmer, Dieter Bretzke, die Brüder Dieter und Uwe Kemmer.



Wenn dann das Licht ausgeht und sich der schwere Vorhang hebt – das ist einfach wunderschön ...

gewerblichen Kinos treten. „Wir wollen erst dann zum Zug kommen, wenn ein neuer Film die erste Welle bei den großen Kinos hinter sich hat.“ So wie es etwa bei „Fack ju Göthe“ der Fall war, den das Nostalgiekino an drei Wochenenden fünfmal zeigte oder im August bei der Komödie „Monsieur Claude und seine Töchter“, mit der mehr als 1000 Besucher erreicht wurden. Durch solche Erfolge ist fast jedes Wochenende Kino in Radolfzell angesagt. Ein ehrenamtliches Kernteam von 15 Leuten meistert diesen Betrieb.

Auch wenn die aktuellen Filme in letzter Zeit überwiegen und ein wirklicher „Schinken“ höchstens alle sechs Wochen gezeigt wird, will man die alte Technik auch in Zukunft nicht vernachlässigen. „Die alten Projektoren bleiben stehen“, sagt Vorführer Dieter Kemmer, dem es schon etwas wehtut, dass die ratternden Apparate mehr oder weniger zu Museumsstücken werden. Was es auf 35-Millimeter-Rollen von der Cinemathek noch gibt, wird herkömmlich abgespielt, ebenso die alten Schätzchen und Besonderheiten aus dem beachtlichen Archiv des Nostalgiekinos. „Die knisternden Zelluloid-Streifen sorgten einfach für einen unvergleichlichen Charme“, so Dieter Kemmer.

Programm März – April

Freitag, 6. März

20 Uhr **Honig im Kopf**

Sonntag, 8. März

15.30 Uhr **Honig im Kopf** | 20 Uhr **Das Mädchen Wadjda** (Weltfrauentag)

Freitag, 20. März

20 Uhr **Stadthistorische Kurzfilme** in Zusammenarbeit mit dem Filmclub Singen-Radolfzell und der Stadt Radolfzell

Freitag, 27. März

20 Uhr **Grand Budapest Hotel**

Sonntag, 29. März

20 Uhr **Grand Budapest Hotel**

Freitag, 10. April

17.30 Uhr **Baymax** | 20 Uhr **Mortdecai der Teilzeitgauner**

Sonntag, 12. April

15.30 Uhr **Baymax** | 20 Uhr **Mortdecai der Teilzeitgauner**

Freitag, 24. April

20 Uhr **Frau Müller muss weg**

Sonntag, 26. April

20 Uhr **Frau Müller muss weg**

Neuerdings kann für das Smartphone eine kostenlose App aus dem App-Store heruntergeladen werden, die über das aktuelle Programm informiert.

www.universum-radolfzell.de



Foto: Aktionsgemeinschaft

Teil 1

Radolfzeller Rundgang

Hier gibt es was zu entdecken. Kommen Sie mit uns auf einen Streifzug durch die Radolfzeller Gassen und Straßen. Es lohnt sich. Deshalb stellen wir Ihnen an dieser Stelle eine Straße oder ein bestimmtes Quartier der Radolfzeller Innenstadt vor.

Fährt man mit der Bahn nach Radolfzell, kommt man direkt zwischen See und südlicher Innenstadt an. So beginnen wir unsere Serie auch am Seetorplatz, der nicht von ungefähr so heißt. Für Besucher präsentiert sich dieser Platz wie ein breites Tor in die Radolfzeller Innenstadt: Rechter Hand ein Lederwarenfachgeschäft und ein thailändisches Restaurant mit Sushiangebot, links Imbiss, Optiker und das Stadtmuseum, das in der Alten Stadtapotheke untergebracht ist. Geradeaus der Blick auf die leicht ansteigende Seetorstraße, oft liebevoll auch Rathausbuckel genannt, die den Weg zum Münster und dem Marktplatz weist.

Das Stadtmuseum. Im Jahr 1689 erwarb der Radolfzeller Apotheker Johann Franz Zangerer das Grundstück und errichtete darauf eine Apotheke. Über 300 Jahre dauerte die Apothekertradition, bis nach umfangreichen Renovierungsarbeiten 2006 das Stadtmuseum Einzug hielt, das heute mit wechselnden Sonderausstellungen und vielem mehr begeistert.
www.stadtmuseum-radolfzell.de

Wir halten uns nach dem Stadtmuseum links Richtung Seestraße und unser Blick fällt direkt auf ein mächtiges mittelalterliches Eckhaus. Im 16. Jahrhundert wählte die Hegauritterschaft Radolfzell zu ihrem politischen Zentrum und errichtete das Ritterschaftshaus als Versammlungsstätte und Rathaus. Heute ist in dem markanten Gebäude das **Amts- und Arbeitsgericht** untergebracht.

In der **Seestraße**, einem der schönsten Straßenzüge in Radolfzell, haben sich kleine Boutiquen und Fachhändler verschiedener Couleur, Blumenläden und Cafés angesiedelt.

Von Mai bis Oktober ist diese Seestraße ein besonderer Blickfang: Kunst hängt in der Luft. Für die See(h)straßengalerie werden jedes Jahr 24 großformatige Bilder zwischen den Häuserfronten der Seestraße aufgehängt und schweben über den Köpfen der Menschen.
www.seestrassengalerie.de

Auch ein Blick auf das Spital und die Alte Forstei (auch Petershauser Amtshaus genannt) lohnt sich. Am Ende der Seestraße findet sich das 1619 errichtete ehemalige Amtshaus der Abteien Petershausen und Sankt Georgen. 1799 wurde es als französisches Lazarett genutzt und 1806 für vier Jahre von der württembergischen Kameralverwaltung als Kanzlei.

Der Name „**Forstei**“ leitet sich von der hier untergebrachten Bezirksforstei unter badi-scher Herrschaft ab, die auch dem kleinen Platz (Forsteiplatz) und dem Brunnen (Forsteibrunnen) ihre Namen gegeben hat.

Die Ursprünge des **Spitals** reichen bis in das 14. Jahrhundert zurück. 1541 wurde

der Komplex nach einem Brand in seiner heutigen Form errichtet. Das Haus mit seiner wunderschönen kleinen Kapelle ist seit rund 100 Jahren Alters- und Pflegeheim.

Und überhaupt: Die Stadt Radolfzell und ihre Brunnen ... Doch dazu mehr in der nächsten Ausgabe des 'zeller magazins.



Stadtmuseum



Spital

Fotos: Miriam Lambek

Lust auf mehr?

Die Aktionsgemeinschaft Radolfzell e.V. lädt mit ihrem Stadtplan

„Se(e)henswertes“

zu einem detaillierten Rundgang durch Radolfzell ein. Dieser ist kostenlos in der Tourist-Information, im Stadtmuseum, in der Geschäftsstelle der Aktionsgemeinschaft und bei vielen Einzelhändlern erhältlich.



www.aktionsgemeinschaft-radolfzell.de

Verkaufsoffene Sonntage in Radolfzell am Bodensee



Rund um den Bodensee: See(h)reise

Der verkaufsoffene Sonntag unter dem Motto „See(h)reise“ am 15. März 2015 ist traditionell die erste große Veranstaltung, mit der die Radolfzeller Händlerwerbegemeinschaft in ihr prall gefülltes Veranstaltungsjahr startet.

Von 12.30 bis 17.30 Uhr zeigt sich die Stadt Radolfzell von ihrer besten Seite und macht Lust auf Urlaub. Traditionell präsentieren sich in der gesamten Stadt die touristischen Schmankerl rund um den See. Ausflugsziele, Schifffahrtsunternehmen und natürlich Hotels und Restaurants präsentieren sich mit ihren attraktiven Angeboten, außerdem stehen Wassersport und Immobilien im Fokus.



Runde Sache: Tag des Rades

Unter dem Motto „Tag des Rades“ findet am 3. Mai 2015 von 12.30 bis 17.30 Uhr schon der nächste verkaufsoffene Sonntag in Radolfzell statt. Und alles, was Räder hat, ist mit dabei.

Ein Höhepunkt ist die Bike-Messe mit dem Schwerpunkt „Elektrische Mobilität“. 15 Hersteller zeigen auf dem Marktplatz, in der Schützen- und in der Kaufhausstraße ihre Produkte. Testen und fachsimpeln ist natürlich ausdrücklich erwünscht.

Und das ist noch lange nicht alles: Von der Einradgruppe, dem Segway-Testparcours, der Go-Kart-Ausstellung und der begehbaren Laufrolle auf dem seemaxx-See über die Ausstellung aktueller Autoneuheiten und der Oldtimer- und Vespa-Präsentation bis zu Infoständen des ADFC, verschiedener Radreiseveranstalter und der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH. Eindrucksvoll ist auch die Trial-Show von Markus Stahlberg. Der Deutsche Meister auf dem Mountainbike in der Disziplin Trial tritt mehrmals auf dem Seetorplatz auf. Über 90 Geschäfte haben am Tag des Rades geöffnet und laden mit zahlreichen Aktionen zum Bummeln und Einkaufen ein.

Wandern vom Feinsten – Premiumwanderweg SeeGang



Wie ist Liggeringen an der Entwicklung des SeeGangs beteiligt?

Wir haben die AG SeeGang intensiv beraten, was die Wegeführung auf der Radolfzeller Gemarkung betrifft und uns auch bei den Verhandlungen mit den Grundbesitzern engagiert. Die Wegebaumaßnahmen wurden von der Ortsverwaltung koordiniert. Circa ein Kilometer wurde ganz neu erstellt.

Herr Leiz, wie oft sind Sie selbst denn schon auf dem SeeGang gewandert?

Das lässt sich gar nicht mehr zählen. Ich bin ein bodenständiger fanatischer Heimatliebhaber und nutze jede freie Minute,

um wenigstens kurz auf ein Bänkle an unserem Wanderweg zu sitzen. Gerade die grandiose Alpensicht vom Schneckenberg aus ist unvergleichlich. Zehn Minuten am Tag das Panorama genießen reicht im Zweifelsfall schon.

Bemerken Sie die Eröffnung des SeeGangs in Liggeringen?

Ein klares Ja! Unser neu erstellter Teilbereich des SeeGangs ist sehr frequentiert. Man trifft tatsächlich mehr Leute dort oben. Viele machen auch einfach einen Rundgang vom Grill- und Parkplatz „Brand“ aus und genießen so einen kleinen Abschnitt des Premiumwanderwegs. Fakt ist, der SeeGang belebt den Tourismus und wir Liggeringer freuen uns auf zahlreiche Wanderer!

Neue Wege mit offenen Augen gehen, bekannte Wege mit neuen Augen sehen – es spielt keine Rolle, ob man die Gegend wie die eigene Westentasche kennt oder ob man zum ersten Mal in der Bodenseeregion ist. Der neue Premiumwanderweg SeeGang führt von Überlingen nach Konstanz und fasziniert mit einmaligen Aussichten. Bereits direkt zur Eröffnung im November 2014 wurde der SeeGang auf Platz eins in Baden-Württemberg und auf Platz drei in Deutschland bewertet. Ein sieben Kilometer langer Abschnitt führt entlang des Radolfzeller Ortsteils Liggeringen. Für Ortsvorsteher Hermann Leiz das schönste Fleckchen Erde überhaupt.

Daten + Fakten zu Liggeringen | Ca. 1.000 Einwohner · in Radolfzell am Bodensee eingemeindet seit 1974 · Busanschluss · Grundschule · Kindergarten · 3 Gaststätten · Metzgerei mit Lebensmittelangebot · Landwirte mit ab Hof-Verkauf



Weitere Informationen
www.premiumwanderweg-seegang.de
www.radolfzell-tourismus.de

Komfortabler Einstieg

Ein wichtiges Kriterium, das zu der sehr guten Bewertung des SeeGangs geführt hat, ist der einfache Zustieg in den Wanderweg. Dieser ist nämlich je nach Standort per Schiff, Bus oder Zug möglich.

Tipp: Mit der VHB-Gästekarte, die Gäste von Radolfzell und weiteren Orten am Untersee bereits ab der 2. Übernachtung erhalten, sind alle Bus- und Bahnfahrten zwischen Überlingen und Konstanz kostenlos.

Text und Fotos: Miriam Lambek



Foto: Ulrike Klumpp

Trendstudio

qualität vor augen

Zeit, an sich selbst zu denken.
Dinge tun, für die sonst die Ruhe fehlt.
Brille aussuchen, fernab des Alltags.

Höllstraße 5 | 78315 Radolfzell
Telefon 0 77 32 / 37 07
info@optik-apel.de | www.optik-apel.de



Seestraße 38
78315 Radolfzell am Bodensee
Tel. 07732-34 94
Fax 07732-563 43
Mobil 0171-605 55 10
elektrohaus-wagner@t-online.de
www.elektrohaus-wagner.de

ELEKTRO WAGNER
Elektro- und Gebäude-technik

Inhaber: Markus Maier

- Neues Lampensortiment • Hausgeräte
- Wärmepumpen • Nachtspeicherheizungen
- Stiebel Eltron Service und Verkauf
- SECTRA-Sicherheitssysteme • Klimaanlage

Feinste handgefertigte Pralines und Schokoladen
Souvenirs · Geschenke · Stehcafé

Schokolädchen und mehr...
Höllstraße 1 · 78315 Radolfzell · Telefon 07732 98 89 88

INDIVIDUELL | FLEXIBEL | HERZLICH | KUNDENORIENTIERT
LEIDENSCHAFTLICH | INDIVIDUELL | FLEXIBEL | HERZLICH

Wohnwerte Schütz
Immobilien aus der Region.

WIR BEWEGEN IMMOBILIEN!
Sie wollen Ihre Immobilie verkaufen?
Unser Ziel ist: Der bestmögliche Preis für Sie.

SEESTRASSE 19 · 78315 RADOLFZELL
TEL. 077 32 - 9 40 73 08 www.wohnwerte-schuetz.de

Margrit Pomrehn
Schmuckunikate
Seestraße 41
78315 Radolfzell
Tel: 07732-6544
www.mp-schmuckatelier.de

Perlenkettenschließe

janik.kw
Küchen- und Wohnwerkstatt
Radolfzell am Bodensee

KÜCHEN BAUEN IST WIE KOCHEN: DIE ZUTATEN SIND ENTSCHEIDEND

next125

www.janik-kuechen.de | Seestraße 24 - 28 | 78315 Radolfzell



KULTUR
Radolfzell
STADTBIBLIOTHEK

**Inspirierendes
Medienzentrum**



LESEN

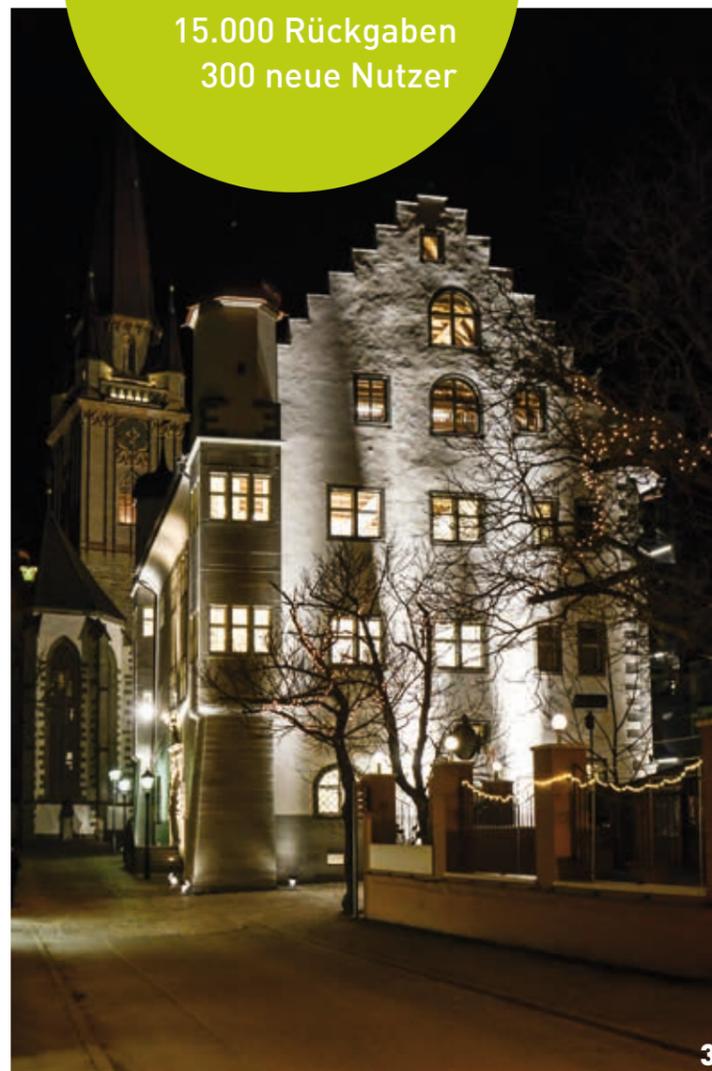
ENTDECKEN

LERNEN

AUSTAUSCHEN

Die Eröffnungswoche
in Zahlen:

12.000 Besucher
12.500 Ausleihen
15.000 Rückgaben
300 neue Nutzer



3



4

Seit Januar hat die Stadtbibliothek
im Österreichischen Schösschen ihre Tore geöffnet

Mit der Sanierung des historischen Gebäudes ist wahrlich ein Glanzstück gelungen. Über den neuen Aufgang an der Nordseite gelangt man barrierefrei zu den beiden Untergeschossen und über helle Etagen mit bemalten Stuckdecken bis hinauf in den Dachstuhl mit seinem schönen Gebälk und herrlicher Seesicht. Für die Sanierung gab es finanzielle Unterstützung durch den Bund und das Land Baden-Württemberg sowie privat durch Ehrenbürger Werner Messmer wie auch über die Werner und Erika Messmer-Stiftung.

„Wir sind überwältigt von der großen positiven Resonanz“, so Petra Wucherer, Leiterin der städtischen Bibliothek, „denn nun ist ausreichend Platz für das Verleihen von Büchern, Musik-CDs, Filmen, Xbox One Games, E-Book-Readern, Ting-Stiften sowie einem Daisy-CD-Player für Sehbehinderte. Zum Service gehören die Nutzung von Zeitungen, Zeitschriften, Tablets, Hörstationen, DVD-Playern, Lesebrillen und Xbox sowie die Fernleihe, Onleihe und freies WLAN im Haus. Attraktive Angebote für KITAs und Schulen, Spielwiese und Elternforum im Familienbereich, die entspannte Leselounge mit Kaffeegenuss, Lesungen und vieles mehr locken zum Besuch der hochmodernen Bibliothek in historischem Ambiente.“

Fotos: Gerald Jarausch

- 1 Beim Festakt zur Wiedereröffnung konnten sich 150 Festgäste von der gelungenen Sanierung überzeugen. Mit dabei war Regierungspräsidentin Bärbel Schäfer (3.v.l.) neben Oberbürgermeister Martin Staab, Ehrenbürger Werner Messmer und Bürgermeisterin Monika Laule. Ganz rechts Architekt Matthias Eck.
- 2 Am Eröffnungswochenende tummelten sich alle gerne mit dem „Leselöwen“ auf der neuen Spielwiese im Familienbereich.
- 3 Macht sich auch im Dunkeln gut – die Stadtbibliothek ist auch nachts ein imposanter Anblick.
- 4 In allen Bereichen laden Lesensischen zu Kaffee, Schmöckern oder einfach einer Pause ein.

WEITERE INFORMATIONEN

Stadtbibliothek im Österreichischen Schösschen
Marktplatz 8 | 78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon 07732/81-382 | bibliothek@radolfzell.de
WWW.RADOLFZELL.DE/STADTBIBLIOTHEK

ÖFFNUNGSZEITEN

Dienstag, Donnerstag und Freitag 12-18.30 Uhr, Mittwoch
10-18.30 Uhr, Samstag 10-15 Uhr, Montag geschlossen.



1



2

BUCH GREUTER

AUSWAHL
ENTSPANNUNG
ATMOSPHERE

BUCHGENUSS
SERVICE
LESEPASS

Buch Greuter Radolfzell
Schützenstraße 11
78315 Radolfzell
Tel. 07732-940899-0
radolfzell@buch-greuter.de

Buch Greuter Singen
Heggenstraße 17
78524 Singen
Tel. 07731-8769-0
mail@buch-greuter.de

Buch Greuter Tuttlingen
Balehstraße 24
78532 Tuttlingen
Tel. 07461-9605-0
tuttlingen@buch-greuter.de

www.buch-greuter.de die Welt des Lesens neu entdecken



KULTUR
Radolfzell
präsentiert.

25. Kabarett-Winter 2015

Donnerstag **19.03.**

Freitag **06.03.**

Frederic Hormuth

„Mensch ärgere dich“

Ja, er will nur spielen. Aber das Spiel heißt: MENSCH ÄRGERE DICH!



Ingo Appelt

„Besser ... ist besser!“

Der Wanderprediger ist zurück: In seinem letzten Erfolgsprogramm „Göttinnen“ betete Ingo Appelt die Frauen an – doch beim selbsternannten „Konkursverwalter der Männlichkeit“ geht noch so viel mehr! In der Zwischenzeit ist einiges passiert – und der Comedian brennt darauf, seine neuesten Erkenntnisse auf der Bühne zu präsentieren. Geht es doch darum, die Männer immer wieder neu auf das Leben einzustellen. So ist „Besser ... ist besser!“ auch eine Art „Männer-Verbesserungs-Comedy“, was wiederum die Frauen freuen dürfte.



Freitag **20.03.**



Sarah Hakenberg

„Struwwelpeter reloaded“

Klavierkabarett. Bitterböse Ironie, garantiert pädagogisch wertfrei und urkomisch – die allseits bekannten Geschichten vom Struwwelpeter in die heutige Zeit versetzt.

Freitag **27.03.**



Markus Barth

„Mitte 30 und noch nicht mal auferstanden“

„In meinem Alter war Jesus schon auferstanden. Ich bin noch nicht mal tot. Da läuft doch was schief!“

Milchwerk Radolfzell

Beginn ist jeweils um 20 Uhr | Einlass um 19.15 Uhr

Tickets sind erhältlich in der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH, Tel. 07732/81-500, sowie über alle Reservix-Vorverkaufsstellen oder über www.reservix.de

Den Programmflyer zum Downloaden gibt es unter www.radolfzell.de/kabarett-winter

Eintrittspreise (reservierte Platzkarten):

Vorstellungen im Kleinen Saal 18,- Euro | ermäßigt 14,- Euro. Vorstellung im Großen Saal am 19. März 28,-/ 24,-/ 20,-Euro | ermäßigt je 4,- Euro weniger.

Veranstalter: Kulturbüro



Die METTNAU – Das Gesundheitszentrum am Bodensee

Fotos: METTNAU

Die Philosophie der METTNAU

Die METTNAU ist als Medizinische Reha-Einrichtung der Stadt Radolfzell auf die Therapie bei Störungen des Herz-Kreislauf-Systems spezialisiert. Ebenso werden Stoffwechselerkrankungen, orthopädische Befunde und die Folgen psychischer Überbelastung behandelt.

Die METTNAU bietet Kompetenz auf höchstem Niveau. Ein Team von 330 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern kümmert sich ganzjährig um die Gesundheit der Gäste und Patienten.

Auf der METTNAU bildet nicht nur die Rehabilitation nach Krankheit und Operation Schwerpunkte, sondern insbesondere die Prävention. Das Experten-Team gibt Anleitungen zu einer gesunden Lebensweise und motiviert zu Sport und Bewegung. Zu einer gesunden Lebensführung gehört aber auch die richtige Ernährung. Und dass „gesund“ und „schmackhaft“ kein Widerspruch ist, das beweist die Küche der METTNAU! Das Ernährungs-Team zeigt den Gästen, wie einfach es ist, sich gesund und genussreich zu ernähren und gibt Tipps, wie sich diese Ernährung auch zu Hause leicht umsetzen und weiterführen lässt.

Neben dem Küchenchef kümmern sich acht weitere Köchinnen und Köche, die zum Großteil diätetisch geschult sind, um das leibliche Wohl der Gäste und Patienten. Bei der Lebensmittelauswahl wird vor allem auf Frische und Qualität geachtet. Obst und Gemüse werden täglich frisch angeliefert und stammen – wann immer möglich – von einheimischen Gemüse- und Obstbauern. Und eines wird auf der METTNAU bewiesen:

„Essen mit Genuss ist Lebensqualität!“

„Keine Lebensmittel sind verboten – alles ist eine Frage der Menge“ ...

... so lautet die Devise der Ernährungsberatung. Die neutrale und unabhängige Ernährungsberatung arbeitet nach fundierten wissenschaftlichen Erkenntnissen, gemäß den Empfehlungen der „Deutschen Gesellschaft für Ernährung“ (DGE), der Deutschen Diabetes Gesellschaft und nach neuesten Erkenntnissen der Ernährungsmedizin. Das Spektrum reicht von speziellen Ernährungsthemen, wie beispielsweise bei Diabetes mellitus, Übergewicht, Arthritis, Allergien, Magen-Darm-Erkrankungen, bis hin zu Sonderforen der Ernährung bei Dialyse. Auch wer sein Gewicht dauerhaft reduzieren möchte, erhält professionelle Unterstützung von den Experten. Wichtig ist die enge Zusammenarbeit von Ernährungsberatung und Patienten. Gemeinsam werden Maßnahmen erarbeitet, die sich leicht im Alltag realisieren lassen. Wertvolle Tipps und Tricks zur gesunden Ernährung, ein Einkaufstraining im Supermarkt, wie auch Kochkurse in der einrichtungsinternen Lehrküche, runden das Informationsangebot ab.



Auf der METTNAU steht der Gast und Patient auch in Fragen der Ernährung im Mittelpunkt und wird kompetent und individuell beraten.



Texte: Nicola M. Westphal | Foto: Nicola M. Westphal

Sport und Therapie

Die METTNAU – Bewegung ist Leben!

Sport und Bewegung werden auf der METTNAU großgeschrieben. Ein erfahrenes Team von Sporttherapeuten, darunter Bewegungstherapeuten, Diplom-Sportlehrer, Sport- und Gymnastiklehrer, Ergotherapeuten, Physiotherapeuten und Masseur steht den Gästen für Ihre persönliche Betreuung zur Verfügung.

Mehrfach täglich findet in den großzügig eingerichteten fünf Sporthallen und vier Bewegungsbädern das Bewegungsprogramm der METTNAU statt. Die Gruppengymnastik in Form einer Trocken- oder Wassergymnastik und Einzelbewegungen variieren und sind ausdauer-, kraft- oder koordinationsorientiert. Eines haben sie alle gemeinsam:

» Auf der METTNAU macht Bewegung Spaß! «

Individualität und Fachkompetenz

Um den individuellen Anforderungen und Bedürfnissen der Gäste gerecht zu werden, bietet die METTNAU im Rahmen ihres Therapieprogramms unterschiedliche Belastungsstufen an. So wird jeder Gast entsprechend seines persönlichen Gesundheits- und Trainingszustands individuell gefördert und betreut.

Zum Programm gehören neben den Konditions- und Wirbelsäulengruppen auch die Dehngymnastik (Stretching), Morgenübungen und bedarfsweise Knie-, Hüft- und Schultergruppe sowie Angebote zur Rückengymnastik. Darüber hinaus werden Ausdauersportprogramme wie Nordic Walking, Jogging und Rudern angeboten. Die erfahrenen Therapeuten begleiten ihre Gäste und leiten sie fachlich und persönlich zu einem sinnvollen und beschwerdefreien Lauftraining an. Dieses kann unter anderem mit Hilfe einer professionellen Laufstilanalyse inklusive Videoaufzeichnung erfolgen, die auf physiologischen und medizinischen Aspekten basiert. So werden die Trainierenden unterstützt, leicht und ökonomisch zu laufen und sich vor Überlastungen zu schützen.

Ergometertraining

Als Besonderheit bietet die METTNAU ein auf jeden Gast zugeschnittenes und am Belastungs-EKG orientiertes Ergometertraining an. Für Herzpatienten besteht zudem die Möglichkeit, ein kontrolliertes, gerätegestütztes Krafttraining durchzuführen.

Je nach Eignung und Neigung bietet die METTNAU viele weitere Möglichkeiten, sich sportlich zu betätigen, wie zum Beispiel: Krafttraining, Ballspiele, Tanzgymnastik, intuitives Bogenschießen, Rudern, Boulen, Tennis, Hatha Yoga und vieles, vieles mehr.

Organisierte Wanderungen in die Umgebung bieten nicht nur Bewegung, sondern auch die Möglichkeit, die Schönheit der Bodenseeregion zu entdecken. Ein Bus-transfer und die Begleitung eines Sporttherapeuten runden den Service ab. Um den Herzpatienten die Teilnahme zu ermöglichen, werden Sie zusätzlich ärztlich begleitet. Bei den Sportmöglichkeiten der METTNAU findet jeder seinen Favoriten und Lust an der Bewegung.

Die METTNAU – Bewegung ist Leben.



Foto: METTNAU

Wassergymnastik

Effektivität und Spaß an der Bewegung

Die Wassergymnastik ist eine der wenigen Sportarten, die unabhängig vom eigenen Körpergewicht Spaß macht. Die Bewegung im Wasser lässt überschüssige Pfunde schmelzen und ist äußerst effektiv und gelenkschonend.

Die Wassergymnastik gehört zum Bewegungsangebot der METTNAU und wird als Konditionstraining durchgeführt, um die Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit der Teilnehmer zu steigern.

Die einzelnen Übungsinhalte beinhalten dabei immer mehrere Trainingsformen, so dass jeweils unterschiedliche Schwerpunkte gesetzt werden. Varianz in die Übungen bringt der Einsatz von Bällen, Tennisringen, Wasserhandeln, Schwimmbrettern, Stäben oder Schwimnudeln.

Die Therapeuten integrieren zudem auch verschiedene Geh- und Schwimmtechniken in das Sportprogramm, so dass diese Gymnastikform äußerst abwechslungsreich ist.

Den Auftrieb des Wassers nutzen

Bei der Wassergymnastik wird der Auftrieb des Wassers genutzt, um das gefühlte Körpergewicht deutlich zu reduzieren. So ist es auch Personen mit Knie- oder Wirbelsäulenproblemen und Übergewichtigen möglich, die Übungen intensiv und gleichzeitig gelenkschonend durchzuführen. Der Wasserwiderstand sorgt gleichzeitig dafür, die Übungen zu intensivieren und macht sie dadurch noch anspruchsvoller.

Michael Jugert ist erfahrener Sporttherapeut auf der METTNAU und weiß um den Nutzen dieser Gymnastikform. Er erklärt: „Neben der Motivation zur Freude an der Bewegung findet eine Ökonomisierung der Herz-Kreislauffunktionen statt. Es wird Stress abgebaut und eine Verbesserung des Allgemeinbefindens erreicht. Zudem wird der Stoffwechsel positiv beeinflusst, was in der Regel auch zur Gewichtsreduktion beiträgt. Die Massagewirkung des Wassers fördert zudem die Durchblutung der Haut, des Bindegewebes und der Muskulatur.“

Die Wassergymnastik eignet sich für fast jeden.

Kontraindikationen bestehen lediglich bei frisch operierten Patienten oder Menschen mit ausgeprägter Herzschwäche.



Foto: Nicola M. Westphal



Fragen: Nicola M. Westphal · Foto: METTNAU



Ernährung und Essen

Aus emotionalen Gründen – der „kleine“ Unterschied

Ute Annabring, Diplom-Psychologin der METTNAU, im Interview:

Frau Annabring. Was ist aus psychologischer Sicht so schwierig am Abnehmen?

Essen dient in erster Linie der Energiezufuhr und der Aufrechterhaltung der lebensnotwendigen Körperfunktionen. Würde es um eine reine Energiebilanz gehen, wäre die Thematik rund ums Essen, eine gewünschte Gewichtsabnahme oder zumindest der Erhalt einer Gewichtsgrenze für viele Menschen nicht so problematisch. Schon sehr früh – eigentlich mit dem ersten Atemzug – lernen wir sehr unterschiedliche Dinge rund um die Nahrungsaufnahme: wir sind soziale Wesen, auch das Essen ist ein sozialer Akt, der mit Kontakt, An- und Entspannung, Zufriedenheit oder Frustration belegt ist und somit eine weitaus größere und vielfältigere Bedeutung hat, als die reine physiologische Seite der Nahrungsaufnahme. In den ernährungspsychologischen Beratungsstunden werde ich häufig gefragt,

warum es so schwer ist, langfristig abzunehmen und nachhaltig ein gewünschtes Gewicht zu halten. Trotz aller verfügbaren Informationen, und oft auch einem starken Wunsch, das eigene Ernährungsverhalten gesundheitsrelevant zu ändern, gelingt es oftmals nicht. Dafür gibt es verschiedene Gründe: Wir müssen essen, um zu überleben und können dem Reiz „Nahrung“ nicht ausweichen, wie etwa beim Nikotin oder Alkohol. Unser evolutionäres Programm datiert noch aus einer Zeit, in der es kein Überangebot an Nahrungsmitteln gab und die Maxime hieß: „Kohlenhydrat- und fettreich: hau rein und leg Vorräte für die schlechten Zeiten an“, die regelmäßig kamen und erst seit wenigen Jahrzehnten von ständig verfügbaren Nahrungsmitteln aller Art abgelöst wurden.

Dies bedeutet, dass wir beim Abnehmen nicht nur eine starke Motivation benötigen, sondern uns auch gegen allgegenwärtige Reize und das interne evolutionäre Pro-

gramm stemmen müssen. Dazu kommt noch die Macht der liebgewonnenen Gewohnheiten, wie zum Beispiel: „Seit 20 Jahren gibt es bei uns zuhause nachmittags Kaffee und Kuchen, das gehört einfach dazu.“, und die starke psychische Komponente des Essens aus emotionalen Gründen. Essen gegen Langeweile, Einsamkeit, Kummer, Frustration, Anspannung, Stress, aufschieben unangenehmer Aufgaben und der Wunsch nach Belohnung für getane Arbeit. Am wirksamsten für emotionales Essen sind Nahrungsmittel mit einer hohen Energiedichte, die über ihren guten Geschmack Wohlgefühle auslösen. Kurzfristig hilft das Essen aus emotionalen Gründen also tatsächlich, damit wir uns wohlfühlen und zufrieden sind.

Das Wohlgefühl hält oft nur kurz an, ehe die Reue kommt.

Ja, nach dem Prinzip „Short on the lips, long on the hips“ stellt sich bei vielen Men-

schen danach ein frustrierendes Gefühl ein, versagt zu haben. Oft ein Teufelskreis mit dem weiteren Gedanken „jetzt ist es auch schon egal“. Dies kann in eine emotionale Abwärtsspirale führen. Trotzdem gibt es aber Menschen, die ihr gestecktes Ziel erreichen und im Großen und Ganzen auch halten können.

Gibt es Studien zur erfolgreichen Gewichtsreduktion?

Ja, psychologische Studien zeigen, wie es Menschen schaffen, langfristig nach einer Gewichtsabnahme ein erwünschtes Gewicht zu erhalten. Neben der regelmäßigen, sportlichen Betätigung ist ein gesundes Ernährungsverhalten wichtig. Aber auch die kognitive Einstellung: „Meine Gesundheit und das Erhalten eines bestimmten Gewichtes ist eine lebenslange Aufgabe“ und ist nicht mit einer einmaligen Crash-Diät oder einer einfachen Willensbekundung erledigt. In der Beratung auf der METTNAU ist für die Gäste neben den fundierten Informationen zur Nahrungszusammenstellung und Tipps rund ums Essen an sich vor allem wichtig, geplante Verhaltensänderungen nachhaltig und realistisch im persönlichen Alltag umzusetzen und möglichst motiviert zu bleiben.

Was sind zentrale Aspekte der Motivation?

Sie sollten sich fragen: Wollen Sie selbst Ihr Verhalten ändern oder wünscht dies Ihre Umwelt, Ihr/e Arzt/Ärztin, Ihr/e Partner/in. Es liegt auf der Hand, dass die innere Motivation nachhaltiger wirkt. Formulieren Sie „fromme Wünsche“ wie beispielsweise: „Ich sollte mal 4 kg abnehmen.“, in konkrete Ziele. Hilfreich ist dabei die SMART-Regel: Was genau wollen Sie erreichen? Zum Beispiel 3 kg Gewichtsabnahme. Wie können sie den Erfolg messen/kontrollieren? Dazu können sie sich 1 x pro Woche auf die Waage stellen. Was sind Sie bereit, dafür zu tun? Wie zum Beispiel eine gesunde Ernährungsumstellung, 2 x pro Woche Nordic Walking etc. Den größten Erfolg erzielen Sie mit einer Kombination aus Ernährungsumstellung und regelmäßiger, moderater sportlicher Aktivität. Überprüfen Sie: Sind Ihr Ziel und Ihre damit verbundene Aktivität realistisch machbar, passen sie zu Ihrer aktuellen privaten und beruflichen Situation, zu Ihrem Gesundheitsstatus, zu Ihrem „Typ“ sowie zu Ihren sportlichen Vorlieben? Je realistischer die Vorgaben sind, desto erfolgsversprechender. Fragen Sie sich, bis wann werden Sie Ihr Ziel oder Zwischenschritte erreichen? Zu bedenken ist, dass die Gewichtsabnahme nicht immer gleichmäßig

verläuft. Es wird Zeiten der Hochgefühle und Zeiten der Stagnation/Frustration geben. Gewichtsschwankungen sind völlig normal. Haben Sie Geduld und bleiben Sie sich selbst gegenüber wohlwollend. Dies gilt auch für das Halten eines gewünschten Gewichts. Sinnvoll ist es, eine Liste mit Aktivitäten anzulegen, die Sie wirklich genießen und belohnen Sie sich damit. Das könnte ein Kinobesuch, ein Ausflug oder ähnliches sein. Lernen Sie Ihre persönlichen Gründe für emotionales Essen kennen und entdecken Sie Alternativen. Seien Sie achtsam sich selbst gegenüber. Genuss kann auf allen Sinneskanälen stattfinden und manches muss wieder – oder neu entdeckt werden. Finden Sie sinnvolle Alternativen zum Essen. Und ganz wichtig ist es, bei all dem flexibel zu bleiben. Dies bedeutet, keine generellen Verbote, die unweigerlich zur Frustration und Schwächung der Motivation führen. Fokussieren Sie Ihre Erfolge und loben Sie sich. Das stärkt Ihre Motivation.

Oftmals haben wir Hunger und zudem verlernt, unserem Sättigungsgefühl zu vertrauen.

Ja, das Sättigungsgefühl setzt erst nach etwa 20 min. ein, daher ist es sinnvoll, langsamer zu essen und Speisen gut zu kauen. Vermeiden Sie Hungerzustände. In diesem schaltet der Organismus auf den physiologischen Autopiloten, Ihr Wille zur Zielerreichung hat dann keine Chance. Vielen fällt die Abnahme leichter, indem sie Gleichgesinnte suchen. Menschen, die Sie aktiv und emotional unterstützen.

Im Arbeitsalltag hat man nicht immer die Möglichkeit, sich an die Regeln zu halten und für eine regelmäßige Nahrungsaufnahme zu sorgen. Dann kommt es gerne zu sogenanntem „Stressessen“.

Entspannungsverfahren können helfen, damit umzugehen. Genießen geht nicht unter Zeitdruck und Anspannung. Ein konstruktiver Umgang mit Stress und Ärger hilft auch, langfristig zu einem gesunden Essverhalten zu finden. Und wenn Sie bemerken, dass Sie sich trotz aller Bemühungen frustriert und emotional gestresst mit dem Thema Essen und Gewicht fühlen, scheuen Sie sich nicht, professionelle psychologische Hilfe zu suchen. Auf der METTNAU können Sie neben der Bewegung auch zu den Themen „Essen“ und „Entspannung“ ein vielfältiges Angebot an Einzelberatung, Vorträgen und Seminaren nutzen. Das gibt Ihnen einen optimalen Einstieg in ein Gesundheitsverhalten mit Erfolg.



Foto: Nicola M. Westphal

Tipps & Tricks zur Gewichtsreduktion, Fitness und Nachhaltigkeit

... Lernen Sie Genuss. Gönnen Sie sich nicht nur beim Essen etwas Besonderes.

... Zielformulierung nach der SMART-Regel – aufschreiben und z.B. an den Kühlschrank hängen (contra Frust und Misserfolge). Was wollen Sie ganz konkret wie und wann erreichen? Nicht zu viele Vorhaben auf einmal, lieber eines nach dem anderen, mit dem leichtesten beginnen.

... Flexible Esskontrolle, nichts ist verboten, alles Kalorienreiche in Maßen.

... Langsam, in kleinen und realistischen Schritten und vernünftig abnehmen.

... Eigene/innere Motivation: gute Gründe für Abnahme/Sport finden.

... Unterstützung einholen, Sport mit anderen, Gleichgesinnte ins „Boot holen“, aktiv werden.

... Belohnungen konkret einplanen, vor allem für kleine Erfolge.

... Sich satt essen, langsam und bewusst essen und gut kauen, vor dem Essen Wasser trinken, Salat, Suppe als Vorspeise essen, biologischen Hunger-Sättigungsmechanismus beachten (z.B. nicht den Teller leer essen).

... Kein schlechtes Gewissen, keine Selbstvorwürfe und Geduld für einen guten langfristigen Umgang. Seien Sie achtsam mit sich und wohlwollend.

... Informieren Sie sich über den Kaloriengehalt, der in den Lebensmitteln steckt.

... Abnehmen geht nur in Kombination Essverhaltensänderung/Bewegung.

... Entspannungs- und Kommunikationstechniken erlernen, um Frust-/Stressessen vorzubeugen.

... Teufelskreis des Essens aus emotionalen Gründen: Psychologische Beratung/Psychotherapie als Unterstützung in Anspruch nehmen. Neue Strategien zum Umgang mit negativ erlebten Gefühlen.

... Satt und mit Einkaufsliste einkaufen gehen.

... Kritische Lebensmittel selten und in kleinen Verpackungseinheiten kaufen.

Ein Rezept von METTNAU-Küchenchef Matthias Kienzle:



Foto: Nicola M. Westphal

Gefüllte Wirsingköpfchen auf Schwarzwurzelragout mit Kartoffeln

für 2 Personen | Pro Portion 400-500 kcal

■ VEGETARISCH

- 1** 1 kleiner Wirsingkohl
- Je 50 g Karotten, Lauch, Pastinaken (oder Sellerie, Petersilienwurzel)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Rapsöl
- 50 g Magerquark
- 1 Ei
- 20 g Semmelbrösel
- Petersilie, Muskat, Kümmel, Pfeffer und Salz
- 2** 400 g Schwarzwurzel
- 150 ml Milch (1,5 % Fettgehalt)
- 150 ml Schwarzwurzelud
- 15 g Butter
- 3 TL Mehl
- 3** 300 g Kartoffeln (geschält, halbiert und in Salzwasser gekocht)

1 6 schöne Wirsingblätter vom Kohl abtrennen, in Salzwasser blanchieren und in kaltem Wasser abschrecken. Karotten, Lauch, Pastinaken und 50 g Wirsing in feine Streifen schneiden, die Gemüsestreifen mit dem Knoblauch in Rapsöl leicht anbraten. Mit Quark, Ei, gehackter Petersilie und Semmelbrösel mischen und mit Kümmel, Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

2 Von einem Wirsingblatt etwa die Hälfte des Strunks ausschneiden, auf ein Tuch legen, die Füllung darauf geben, das Blatt einschlagen und mit Hilfe des Tuches vorsichtig zu einer Kugel drehen. Die Wirsingköpfchen in eine Form geben, mit etwas Gemüsebrühe angießen, abdecken und im Ofen bei 180 °C etwa 15 Minuten erhitzen.

3 Für das Ragout werden die Schwarzwurzeln mit dem Sparschäler geschält, in ca. 3 cm lange Stücke schräg geschnitten, so dass sie in etwa gleich dick sind. Dann in wenig Salzwasser weich kochen. Den Gemüsefond einkochen, Milch dazugeben, mit einer Mehlschwitze (Butter und Mehl) abbinden und mit Salz, Pfeffer, Muskat, etwas Zitronensaft und eventuell einer Prise Zucker oder Honig abschmecken. Die Sauce gut durchkochen und wenn sie eine sämige Konsistenz hat, die Schwarzwurzelstücke hinzugeben.

4 Auf zwei vorgewärmten Tellern je drei Wirsingköpfchen auf dem Schwarzwurzelragout anrichten und die mit gehackter Petersilie bestreuten Salzkartoffeln dazu reichen.

Aus der METTNAU-Küche

Annette Wild, staatlich anerkannte Diätassistentin und Diabetesassistentin/DDG, erklärt:

Dieses Gericht ist für die Jahreszeit ideal zum Nachkochen, da saisonale Gemüsesorten verwendet werden, die einen hohen Vitamin- und Mineralstoffgehalt aufweisen und zudem geschmackvoll und preiswert sind. Mit ca. 400-500 kcal ist dieses Mittagessen optimal, weil es ca. 1/3 bis 1/4 der täglichen Energiemenge eines erwachsenen Menschen liefert.

Durch die Verwendung von Magerquark als Füllung hat es zudem einen hohen Eiweißanteil, was über die Ballaststoffe in Gemüse und Kartoffeln hinaus eine gute Sättigung bietet.

Mein TIPP für Fleischliebhaber:

Die Wirsingköpfchen und das Schwarzwurzelragout eignen sich auch sehr gut als Beilage zu Fleisch, wie beispielsweise zu Medallions vom Schweinefilet. In dem Fall verwendet man pro Person 2 kleine Schweinefilets à 60 g, 1 kleinen Wirsingkohl sowie Schwarzwurzeln und Kartoffeln. In beiden Fällen hat eine Portion 460 kcal.

Spargel statt Schwarzwurzel

In der Spargelsaison kann die Schwarzwurzel hervorragend durch Spargel ersetzt werden.



Kultur Radolfzell 2020

KULTUR-
Apéro
Milchwerk
Radolfzell



Beim Kultur-Apéro am 18. Januar ließen sich etwa 140 interessierte Zuhörer im Milchwerk von dem erarbeiteten Leitbild „Kultur Radolfzell 2020“ inspirieren. Mit Spannung erwarteten die Teilnehmer die Ergebnisse, die nach einem intensiven Arbeitsprozess innerhalb des letzten Jahres entstanden sind.

Dieser Prozess gründete auf acht Kulturgesprächen, zu denen alle Bürger, aber auch kulturinteressierte Einwohner der Region eingeladen waren, auf einer Fragebogen-Aktion, an der ca. 1000 Personen teilgenommen haben, auf zahlreichen internen Workshops und nicht zuletzt auf der intensiven Erarbeitung der visuellen Marke Kultur Radolfzell. Regelmäßig begleitet wurde der Prozess durch eine Informationsreihe der regionalen Tageszeitung. Das Ergebnis spiegelt sich in dem Leitsatz

„Kultur Radolfzell 2020 schöpft aus der kreativen, regionalen Fülle und inspiriert nach Innen und nach Außen“.

Mit Inhalten gefüllt wird dieser Leitsatz durch sechs Leitlinien, die Orientierung bieten, in welche Richtung sich „Kultur

Radolfzell 2020“ entwickeln will. Die Ergebnisse der Arbeit wurden im Dezember dem Gemeinderat vorgestellt und von diesem einstimmig befürwortet.

Mit der prägnanten Aussage „Wer Kultur hat, hat Kultur“ eröffnete Prof. Michael Hoyer die Veranstaltung und erinnerte dabei auch an die tags zuvor getroffene Aussage von Oberbürgermeister Staab: „Kultur rechnet sich nicht – aber Kultur zahlt sich aus“. Die Fachbereichsleiterin Kultur Angelique Tracik bedankte sich für die Unterstützung bei diesem durchaus ambitionierten Projekt bei Bürgermeisterin Monika Laule, bei den Sponsoren, bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Kulturabteilungen, bei den fachlichen Begleitern des Kommunikationsprozesses und nicht zuletzt bei den aktiven Teilnehmern der Kulturgespräche.



Wie geht es weiter?

Basierend auf den erarbeiteten Ergebnissen wird der nächste Schritt die Umsetzung der Kulturleitlinien in den Kulturkonzepten der einzelnen Kulturabteilungen sein. Es gab weiter die Zusage, dass Fragen aus dem Teilnehmerkreis zu Jugendkultur, Kultur in den Ortsteilen und Ausstrahlung in die Region in die weitergehende Arbeit einfließen werden. Der informative und kurzweilig gestaltete Nachmittag endete mit der Einladung zu den beiden weiteren Kultur-Gesprächen, die für dieses Jahr geplant sind.

Die gesamte Präsentation des Leitbildes ist im Internet unter www.radolfzell.de/kultur nachzulesen.

Text: Martin Lang

Fotos: Martin Lang und Lucia Bruttel



Foto: Nürnberg Luftbild

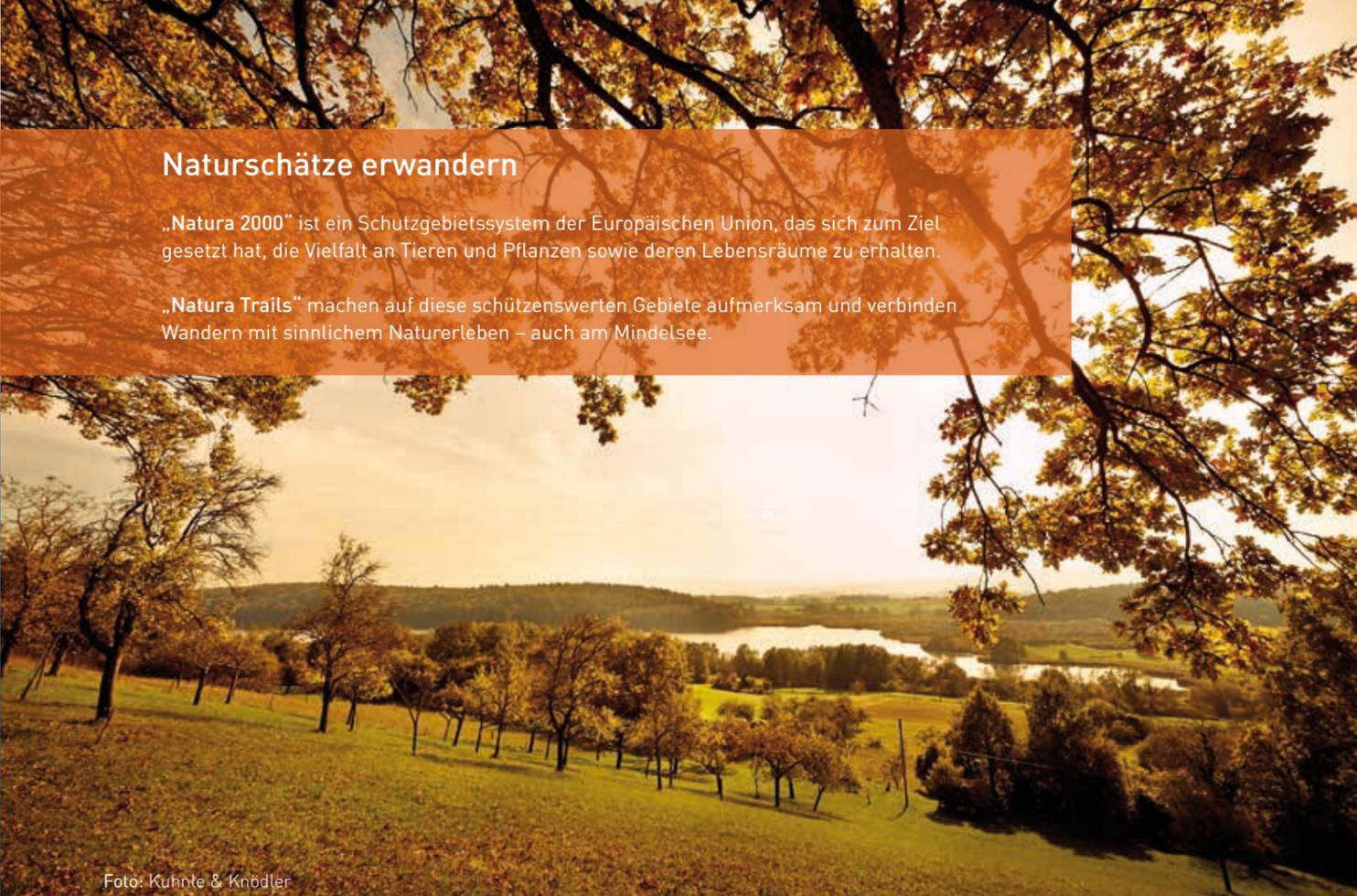


Foto: Kuhnle & Knödler

Naturschätze erwandern

„Natura 2000“ ist ein Schutzgebietssystem der Europäischen Union, das sich zum Ziel gesetzt hat, die Vielfalt an Tieren und Pflanzen sowie deren Lebensräume zu erhalten.

„Natura Trails“ machen auf diese schützenswerten Gebiete aufmerksam und verbinden Wandern mit sinnlichem Naturerleben – auch am Mindelsee.



Natürlich Radolfzell

Radolfzell ist die Stadt mit dem längsten Uferabschnitt am Bodensee. Hier am Untersee erstreckt sich ein Stück weitgehend unberührte Natur: ausgedehnte Riedlandschaften, artenreiche Wälder und bunte Wildblumenwiesen. Neben dem Bodensee bieten fünf Naturseen einer Fülle von seltenen Tier- und Pflanzenarten ein naturbelassenes Refugium.

Von internationaler Bedeutung sind die Flachwasserzonen des Untersees als Brut- und Rastgebiet für Vögel – mit bis zu 50.000 Wintergästen pro Jahr. Als Lebensraum zahlreicher Wasservögel ist

die Halbinsel Mettnau bei Wanderern und Spaziergängern sehr beliebt. Lediglich zur Brutzeit ist die Spitze der Halbinsel gesperrt. Ein wunderbarer Aussichtspunkt ist der knapp 18 m hohe Mettnau-Turm. Er bietet einen herrlichen Blick auf die Bodenseelandschaft.

Der 2,2 km lange und 500 m breite Mindelsee gilt seit 1976 als „international bedeutendes Feuchtgebiet für Wat- und Wasservögel“ und ist Heimat von mehr als 2.000 verschiedenen Tierarten. 594 Käfer-, 433 Schmetterlings- oder 50 Libellenarten gilt es hier zu entdecken.

Tourismus- und Stadtmarketing
Radolfzell GmbH
Bahnhofplatz 2
78315 Radolfzell am Bodensee
Tel. 07732/81-500
marketing@radolfzell.de
www.radolfzell-tourismus.de

TEEPOTT RADOLFZELL
Teefachgeschäft und Teestube
Löwengasse 8
reinschauen & wohlfühlen
www.tee-vom-see.de

Eine große Auswahl an
Bodensee- und Internationalen Weinen
WEINMAYER | Weinimport + Weinhandel
Herrenlandstr. 69 • 78315 Radolfzell • Tel. 07732 99790 • www.weinmayer.de

Wir machen Sie und Ihre Anzeigen mobil!
Seestraße 57/ Radolfzell / www.babelfischmedia.de

Need some shoes?
HAFNER SCHUHE
SEESTR. RADOLFZELL
TEL. +49 (0)7732-3390

SSS Tina Laakmann Safran
Löwengasse 22
am Gerberplatz
78315 Radolfzell
Telefon: 07732-130 50 62
Mobil: 0175-634 68 87
info@biocatering-safran.de
www.biocatering-safran.de
Bio-Restaurant · Café · Bio-Catering

TÄGLICH MARKT IN RADOLFZELL
da kauf ich „natürlich“
Landwirtschaftliche Produkte aus der Region
Auch als Geschenk oder Souvenir
BAUERNMARKT
Bahnhofstraße 5 - Radolfzell



2009

Karl Ludwig Oehler
„Mitarbeiterführung mit Herz & Verstand“



2010

Kasim Mohamed
„Megatrends und ihre Auswirkungen auf unsere Gesellschaft“



2011

Beat Krippendorf „Kundenorientierung und Kundennähe als ultimative Erfolgsfaktoren im neuen Jahrtausend“



2012

Bernd Reutemann
„Kunden-Begeisterungs-Strategie“



2013

Anitra Egglar
„E-Mail macht dumm, krank und arm“



2014

Prof. Dr. Claudius A. Schmitz
„Charismatic – so entwickeln Sie Ihr Unternehmen zur Marke“

Wissen teilen – Unternehmerforum 2015

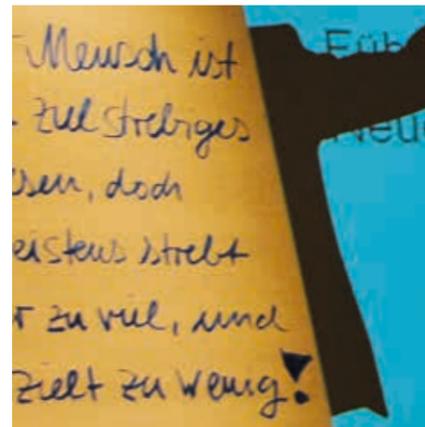
Bereits zum 7. Mal lädt die Wirtschaftsförderung der Stadt Radolfzell alle ansässigen Geschäftsleute zum intensiven Gedankenaustausch ins Milchwerk ein. Auch das diesjährige Unternehmerforum am 7. Mai 2015 steht ganz im Zeichen der Vernetzung.

Der Termin ist für viele Radolfzeller Unternehmerinnen und Unternehmer fest im Kalender gesetzt – seit 2009 trifft man sich alljährlich zum Unternehmerforum. Den Auftakt bildete jeweils ein spannender Vortrag, der immer mit großem Nutz- und Unterhaltungswert gekoppelt schon für den ersten Gesprächsstoff beim anschließenden Dialog im Foyer des Milchwerks sorgte.

Themen wie Mitarbeiterführung, E-Mail-Wahnsinn oder Megatrends trafen stets genau den richtigen Nerv und neben vielen

unterhaltsamen Aha-Effekten wurden (geschäfts-) lebensnahe Lösungsvorschläge von den Referenten gleich mitgeliefert.

Die Vorbereitungen laufen derzeit auf Hochtouren. Das weiter entwickelte Konzept des erfolgreichen Formats zielt in Zukunft noch stärker auf die Vernetzung der Entscheider in den Radolfzeller Unternehmen ab. Vertreter aus hiesigen Firmen berichten in drei Impulsvorträgen zu den Themen Personal, Marketing sowie Umwelt- und Klimaschutz von ihren Erfahrungen und stehen im Anschluss auch an ihren Infoständen im Foyer für Gespräche zur Verfügung. Hier ebenfalls vertreten sind die Energieagentur, der städtische Klimaschutzmanager Markus Zipf sowie der Landkreis Konstanz mit Infos zur Fachkräfteallianz und der Arbeitsgemeinschaft Betriebliches Gesundheitsmanagement.



INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Unternehmerforum am 7. Mai 2015
"Wissen teilen – Radolfzeller Firmen packen aus"

Die Veranstaltung ist offen für Entscheider- und UnternehmerInnen aus Radolfzell und seinen Ortsteilen.

Telefon 07732/81-106
wirtschaftsfoerderung@radolfzell.de
www.radolfzell.de/unternehmerforum

Texte und Fotos: Miriam Lambek

Ortstermin: ANELK Pharma GmbH & Co. KG

Die ANELK Pharma GmbH & Co. KG hat es sich zur Aufgabe gemacht, den globalen Pharma-Markt zu durchsuchen und so Arznei- und Medizinprodukte von Originalherstellern zu den besten Konditionen anbieten zu können.



Die Erteilung der Großhandelserlaubnis für Arzneimittel war der Startschuss. Seit Juli des letzten Jahres haben Geschäftsführer Andreas Kammerzell und sein Team ihre Tätigkeit aufgenommen. Der Standort wurde sehr bewusst ausgewählt, denn in Radolfzell gibt es bisher keinen vergleichbaren Großhändler für pharmazeutische und medizinische Produkte. Und außerdem hat man die optimalen Räumlichkeiten in der Kasernenstraße gefunden. „Unser Firmengebäude bietet sehr gute Voraussetzungen für die hohen gesetzlichen Anforderungen an die logistischen Prozesse von medizinischen und pharmazeutischen Produkten.“ erklärt Andreas Kammerzell. Denn ein funktionierendes Logistiksystem ist unabdingbar für das junge Unternehmen.

„Unser Anliegen ist es, die Apotheken, Arztpraxen, Pflegeeinrichtungen und Sanitätshäuser vor Ort und in der Region bei der optimalen Versorgung zu unterstützen.“ sagt Andreas Kammerzell. „Durch

die intensive und stetige Durchleuchtung des Marktes können wir Original-Markenqualität zu günstigen Preise anbieten!“ Zudem ist es über die ANELK Pharma möglich auch kleine Stückzahlen schnell und zuverlässig zu beziehen. Andreas Kammerzell kommt aus Rielasingen. Der 36-Jährige ist samt Familie in der Bodenseeregion fest verwurzelt.

KONTAKT

ANELK Pharma GmbH & Co. KG
Kasernenstraße 89
78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon 07732/95063-0
info@pharma-anelk.de
www.pharma-anelk.de



Bei Andreas Kammerzell dreht sich alles um pharmazeutische und medizinische Produkte. Doch ihm geht es um mehr als um die reine Kostenreduzierung im Gesundheitsbereich, vielmehr steht die optimale Versorgung im Fokus.



Kooperieren heißt profitieren – der Geschäftsführer der Stadtwerke Konstanz Kuno Werner (links) und der Geschäftsführer der Stadtwerke Radolfzell Andreas Reinhardt besiegeln die Zusammenarbeit bei der Aus- und Weiterbildung mit ihrer Unterschrift.

Immer gut vernetzt

Was begeistert Menschen an ihrer Arbeit? Für die meisten soll es eine sinnstiftende Tätigkeit sein, die leistungsgerecht und angemessen bezahlt wird und durch gute Aus- und Weiterbildung jedem ermöglicht, sein Bestes zu geben. Ein gutes Arbeitsklima ist unabdingbar, die Krönung ein attraktiver Standort. All dies trifft auf die Stadtwerke Radolfzell zu. Dennoch ist es nicht einfach, gute Fachkräfte zu finden. Darum geht man nun in der Aus- und Weiterbildung gemeinsam mit den Stadtwerken Konstanz innovative neue Wege.

Die Energiewirtschaft ist eine Zukunftsbranche. „Wer jetzt dabei ist, hat definitiv eine hervorragende Perspektive!“ sagt Andreas Reinhardt, seit 2014 Geschäftsführer der Stadtwerke Radolfzell. Er brennt spürbar für sein Metier und erläutert mit Begeisterung die Vielzahl an persönlichen Entwicklungsmöglichkeiten, die Stadtwerke heutzutage zu bieten haben.

Denn womöglich verbindet nun nicht jeder auf Anhieb mit einem Berufsbild „Anlagenmechaniker“ kreative Vielseitigkeit, herausfordernde Komplexität und gute Verdienst- und Karrierechancen. Doch es lohnt sehr wohl, genauer hinzuschauen. Für junge Menschen, die ihr Berufsleben noch vor sich haben, aber genauso für Quereinsteiger, die im zweiten Anlauf richtig durchstarten möchten.

Mit den Stadtwerken Konstanz lässt man nun eine Kooperation wieder aufleben, um vorhandene Ressourcen gemeinsam zu nutzen und den Wissenstransfer voranzutreiben. Ein wichtiges Instrument, um dem spürbaren Fachkräftemangel Taten entgegen zu setzen. „Wir verbinden die Kernkompetenzen unserer Häuser.“ sagt Kuno Werner, Geschäftsführer der Stadtwerke Konstanz. „Wir haben schon immer sehr großen Wert darauf gelegt, umfassend auszubilden.“

KONTAKT

Stadtwerke Radolfzell GmbH
Untertorstraße 7-9
78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon: 07732/8008-0
info@stadtwerke-radolfzell.de
www.stadtwerke-radolfzell.de

Stadtwerke Konstanz GmbH
Max-Stromeyer-Straße 21-29
78467 Konstanz
Telefon: 07531/803-0
Info@Stadtwerke.Konstanz.de
www.sw.konstanz.de

Text und Fotos: Miriam Lambek

Konkret sieht dies beispielsweise so aus: Die moderne Lehrwerkstatt in Konstanz ist fester Bestandteil des Ausbildungs- und Weiterbildungsplans für die Nachwuchskräfte beider Unternehmen. Auch die Vorbereitung und Betreuung aller Belange zu Berufsschule, Berufsakademie oder Seminaren werden intensiv unterstützt und begleitet.

Die Fürsorgepflicht und das Verantwortungsbewusstsein als Arbeitgeber hat für beide Stadtwerkechefs höchste Priorität. Für die Menschen und die Unternehmen, denn es sind Veränderungen auf dem Arbeitsmarkt festzustellen. Viele junge Leute zieht es nicht mehr in die Ferne, vielmehr ist ein hoch qualifizierter Ausbildungs- oder Arbeitsplatz in unmittelbarer Nähe des Wohnortes hoch geschätzt.

Die Produkte der Stadtwerke sind Strom, Gas, Wasser, Wärme, Stadtbus und Internet.

Ausgebildet wird sowohl im kaufmännischen als auch im technischen Bereich in folgenden Ausbildungsberufen:

- » Elektroniker/-in für Betriebstechnik
- » Anlagenmechaniker/-in für Rohrsystemtechnik
- » Fachkraft für Lager & Logistik
- » Informatikkaufmann/-frau
- » Industriekaufmann/-frau

Die Stadtwerke Radolfzell haben noch Ausbildungsplätze frei. Auch Quereinsteiger sind herzlich eingeladen, sich zu bewerben. Ausbildungsleiterin ist Nicole Hummel. Gerne erteilt sie weitere Informationen unter bewerbung@stadtwerke-radolfzell.de oder unter Telefon: 07732/8008-156.

„Das mit Abstand Beste, was das Leben uns bietet, ist hart an etwas zu arbeiten, das einen Sinn hat.“

Theodore Roosevelt am 7. September 1903 anlässlich einer Rede zum Tag der Arbeit



▲ Pascal Laqua, 21 Jahre

Nach dem erfolgreichen Abschluss seiner Ausbildung zum Elektroniker für Betriebstechnik im Januar 2015 ist er bei den Stadtwerken Radolfzell als Netzmonteur tätig.

„Hier gibt es sehr gute Weiterbildungsmöglichkeiten. Ich habe viele nette Kollegen und es geht familiär zu. Wir haben ein tolles Betriebsklima!“

« Heike Moll, 20 Jahre

Abschlussprüfung zur Industriekauffrau im Mai 2015, danach Übernahme in ein festes Arbeitsverhältnis.

„Meine Ausbildung bei den Stadtwerken Radolfzell ist sehr vielseitig und abwechslungsreich. In den letzten zwei Jahren habe ich alle Bereiche kennen gelernt und konnte viele Aufgaben selbstständig übernehmen.“



Fotos: Max-Planck-Institut

Mit Forschern am Puls des Planeten

Was sich über Jahrzehnte in den Köpfen der Einheimischen verankert hat, ist nur schwer wieder herauszubekommen, etwa der lapidare Name „Vogelwarte“ für eine Forschungseinrichtung, die zwar seit ihren Anfängen bedeutsame wie faszinierende Erkenntnisse aus dem Vogelzug zieht, längst aber die Ornithologie in ihrer Bedeutung für komplexe Ökosysteme erforscht und derzeit vor einem revolutionären Erkenntnissschub für die großen Fragen der Menschheit steht. Die Rede ist vom Institut für Ornithologie im Radolfzeller Ortsteil Möggingen, einer von drei ornithologischen Abteilungen des Max-Planck-Instituts, dessen zweiter Sitz sich mit zwei Abteilungen im bayrischen Seewiesen bei Starnberg befindet. Einmalig am Wissenschaftsstandort in Radolfzell ist, dass für die Öffentlichkeit die Möglichkeit besteht, in die Forschung des Instituts integriert zu werden.

Seit sieben Jahren wird das Max-Planck-Institut für Ornithologie von Prof. Dr. Martin Wikelski, Professor für Ornithologie an der Universität Konstanz, geleitet, der als Ökologe die Wanderbewegungen von Tieren erforscht. Ihm ist es zu verdanken, dass im direkten Umfeld der Wissenschaftler das Besucherzentrum MaxCine mit durchgehendem Programm für Erwachsene und Kinder entstanden ist, das nicht nur Neugierde wecken und Forschung

erlebbar machen will, sondern gleichermaßen auf Wissensvermittlung und Austausch setzt, um im besten Fall wissenschaftlichen Nachwuchs zu rekrutieren. Dies nicht ganz uneigennützig, denn manchmal eröffnen auch Kinder durch ihre unvoreingenommene Art und entsprechende Fragestellungen bei den Wissenschaftlern neue Perspektiven – ein Potenzial, das in der Grundlagenforschung, wie sie das MPI betreibt, wertvoll sein kann.

Spannend wird's immer beim Blick auf die Arbeit der Forscher, die verstehen wollen, wie sich Tiere über den gesamten Planeten bewegen, wie sie ihre schwierigen Wanderungen überleben, wie und warum sie letztendlich sterben. Dazu werden unterschiedlichste Tiere wie beispielsweise Amseln, Störche, Enten, Schildkröten, Albatrosse, Ziegen, Wasserbüffel und Elefanten mit technologisch ständig weiterentwickelten Biologern, mit kleinsten Sendern, ausgestattet. Die gewonnenen Daten über die Bewegungen werden in einer jedermann zugänglichen Datenbank, einer sogenannten „Movebank“, gespeichert. Martin Wikelski vergleicht unseren Planeten mit einem pulsierenden Gesamtorganismus. „Wir möchten verstehen und vorhersagen können, welche Entscheidungen Tiere auf ihren Reisen treffen, wie sie mit der sich stets wandelnden Umgebung interagieren und welche

Konsequenzen ihre Wanderungen auf Ökosysteme und den Menschen haben. Dies wird uns ermöglichen, vorauszusagen, was mit uns und dem Planeten geschieht und welchen Einfluss der Mensch auf diese Vorgänge hat.“

Die Forschungen derzeit beziehen sich beispielsweise auf Flughunde als Ökosystemdienstleister. Es sind frucht fressende Fledermäuse, die in Millionen jeden Abend über den Tropengürtel fliegen und als Samen-Transporteure und aktive Baumpflanzer auf dem afrikanischen Kontinent effektiver und kostengünsti-

ger sind als jedes menschliche Aufforstungsprogramm. Martin Wikelski ist maßgeblicher Treiber des weltweit einzigartigen Forschungsprojekts „Icarus“, eines satellitengestützten neuen globalen Beobachtungs- und Kommunikationssystems zur Fernerkundung von Tierwanderungen aus dem Weltall, das 2016 an den Start gehen soll. „Da erwarten wir revolutionäre Erkenntnisse, die Rückschlüsse beispielsweise auf die Ausbreitung von Krankheiten, auf Klimawandel und für Katastrophenvorhersagen zulassen“, kündigt der Institutsleiter an.

Lust, Forscher zu werden?

Mit der Animal-Tracker App des Max-Planck-Instituts für Ornithologie kann jeder Bürger Forscher werden und durch eigene Beobachtungen aktiv zu den internationalen Forschungsprojekten über Tierwanderungen beitragen.

Weltweit fangen Biologen Wildtiere, befestigen kleine Fahrtenschreiber und lassen die Tiere wieder frei. Die winzigen Chips, mit Solarelementen ausgestattet, registrieren die GPS-Position der Tiere ein Leben lang, speichern sie und senden sie über Satellit oder Handnetzwerk an die Movebank-Datenbank des Instituts. „Wir können zwar die Position bestimmen, wissen aber in den seltensten Fällen, was die Tiere gerade machen. Fressen Sie? Wenn ja, was? Oder ruhen sie sich aus? Sind sie allein oder mit vielen Artgenossen? Gibt es Interaktionen zwischen den Tieren? Diese Informationen sind für die Interpretation der Bewegungsdaten sehr wichtig.“ erklärt Prof. Dr. Martin Wikelski. „Jeder, der ein von uns besendertes Tier in der Natur sieht und uns seine Beobachtungen mitteilt oder seine Fotos hochlädt, hilft uns enorm.“ unterstreicht er.

Durch die Besenderung ein Tierleben lang könne man interessante Einsichten gewinnen, etwa ob ein einzelnes Tier immer die gleiche Route fliegt oder es sein Winterquartier von Jahr zu Jahr wechselt. So könne man auch feststellen, welche Phasen im Leben der Tiere besonders gefährlich sind. Sterben sie während ihrer Wanderungen? Während der Fortpflanzungszeit? Sind unerfahrene Jungtiere besonders gefährdet oder sterben mehr Alttiere? Wo gibt es besondere Gefahrenquellen? „Animal-Tracker helfen uns, mit der Zeit einzigartige Sammlungen entstehen zu lassen – die spannenden Lebensgeschichten wild lebender Tiere.“ macht Wikelski deutlich.

Momentan kann man in Echtzeit mit Störchen und Waldkrähen auf Reisen gehen. In den nächsten Monaten werden weitere Tierarten hinzugefügt.



Osterprogramm im MaxCine

Dieses Jahr dreht sich das Osterferienprogramm des Instituts für Ornithologie um die Insektenwiese „BeeMarie“ – um alles, was krecht, fleucht und wächst rund um das Öffentlichkeitszentrum MaxCine. Wie die Wissenschaftler am Institut will man sich an den vier Workshop-Tagen mit Kindern und Jugendlichen im Alter von 5 bis 14 Jahren aus verschiedenen Richtungen anpirschen, entdecken und forschen. Am Ende des Programms entsteht ein gemeinsames kleines Kunstwerk.

www.orn.mpg.de/MaxCine

Text: Marina Kupferschmid

KONTAKT

Max-Planck-Institut für Ornithologie
Vogelwarte Radolfzell
Am Obstberg 1
78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon 07732/150-10
www.orn.mpg.de

 **Andreas Ernst**
Fruchte + Gemüse-Großhandel
(Nachfolge E. Haaga GmbH)

Ihr Frischelieferant für Obst und Gemüse

Holzackstr. 1 · 78224 Singen · Tel. 07731-630 57 · Fax 07731-630 58

Ausbildung aller Segel- und Motorbootführerscheine
Kinder- und Jugendsegelkurs
Segel- und Motorboot-Charter

 Wassersportzentrum Radolfzell
Zeppelinstraße 23 · 78315 Radolfzell
Tel. 07732 971931
info@wassersportzentrum-radolfzell.de
www.wassersportzentrum-radolfzell.de

 **Zweirad MEES**

bei Reparatur Leihrad kostenlos
www.Zweirad-Mees.de

Großer Fahrradverleih!

Inh. Bertram Pausch · Höllturmpassage 1 · Radolfzell · Tel. 07732-2828

Mo bis Fr 9.00 – 18.00 Uhr
Sa 9.00 – 14.00 Uhr **Verkauf · Verleih · Reparatur**

 **Joos**

2.000 m²
Ausstellungsfläche - **RIESIGE AUSWAHL**

Schützenstr. 11 + 14 | 78315 Radolfzell | Fon. 07732 / 823680



NACHTWÄCHTERFÜHRUNG



RÜDIGER NEHBERG



FREDERIC HORMUTH



INGO APPELT



SARAH HAKENBERG



MARKUS BARTH



JBO & STADTKAPELLE RADOLFZELL



KINDERMUSICAL

Veranstaltungen März 2015

Sonntag, 1. März – Sonntag, 8. März
BILDER-WORTE-FIGUREN
Bruno Eppler – Ausstellungstrilogie
Themenjahr WORTE, Villa Bosch, Stadtmuseum, Stadtbibliothek
www.radolfzell.de/Worte



Sonntag, 1. März
Führung – Bruno Eppler
Themenjahr WORTE, Villa Bosch, 15 Uhr
www.radolfzell.de/Worte

Donnerstag, 5. März
Nachtwächterführung
Stadtmuseum Radolfzell, 19 Uhr
www.radolfzell-tourismus.de

Freitag, 6. März
Expedition Erde, Rüdiger Nehberg
Milchwerk Radolfzell, 19.30 Uhr
www.milchwerk-radolfzell.de

Freitag, 6. März
„Mensch ärgere dich!“ – Frederic Hormuth, Kabarett-Winter
Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr
www.milchwerk-radolfzell.de | s.S.16

Samstag, 7. März
Los Caminantes, Themenjahr WORTE
Zeller Kultur, 20 Uhr
www.zellerkultur.de

Mittwoch, 11. März
Krämermarkt
Innenstadt Radolfzell, 8-19 Uhr
www.radolfzell.de

Donnerstag, 12. März
Bruno Eppler liest Mundart
Stadtmuseum, 19 Uhr
www.radolfzell.de/stadtmuseum

Samstag, 14. März
Kriminal Dinner, Themenjahr WORTE,
NaturFreundehaus Markelfingen, 19 Uhr
www.nfhd.de

Samstag, 14. März
Alltag zwischen Idylle und Detonation,
Alfred Heizmann
Gasthaus Adler Möggingen, 20 Uhr
www.radolfzell.de/Worte

Samstag, 14. März
Bauch-Rede-Künstler Giovanni Sia
und Frederic, Zeller Kultur, 20 Uhr
www.zellerkultur.de

Sonntag, 15. März
Verkaufsoffener Sonntag "See(h)reise"
Innenstadt Radolfzell, 12.30-17.30 Uhr
www.aktionsgemeinschaft-radolfzell.de

Sonntag, 15. März
ISLAND-Naturwunder: Insel der
Gletscher, Vulkane und Geysire
Milchwerk Radolfzell, 16 Uhr
www.milchwerk-radolfzell.de

Donnerstag, 19. März
„Besser ... ist besser!“ – Ingo Appelt
Kabarett-Winter
Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr
www.milchwerk-radolfzell.de | s.S.16

Freitag, 20. März
„Kinder und Jugendhilfe als Netzwerk“ –
Tischmesse, Milchwerk Radolfzell, 14 Uhr
www.milchwerk-radolfzell.de

Freitag, 20. März
„Struwelpeter reloaded“ –
Sarah Hakenberg, Kabarett-Winter
Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr
www.milchwerk-radolfzell.de | s.S.16

Samstag, 21. März
7. Stadt- und Seeputzete
Technische Betriebe Radolfzell, 10-14 Uhr
www.radolfzell-tourismus.de

Samstag, 21. März
Sentenzen & starke Worte, Ausstellung
Themenjahr WORTE
Stadtbibliothek Radolfzell, 16 Uhr
www.radolfzell.de/stadtbibliothek

Mittwoch, 25. März
Glücksdrachenzzeit – Lesung mit
Katrin Zipse, Themenjahr WORTE
Buchhandlung am Obertor, 19 Uhr
www.radolfzell.de/Worte

Freitag, 27. März
Vergnüglich-Literarisches
Überraschungspäckchen
Liggeringen Torkel, 19 Uhr
www.radolfzell.de/Worte

Freitag, 27. März
„Mitte 30 und noch nicht mal auferstan-
den“ – Markus Barth, Kabarett-Winter
Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr
www.milchwerk-radolfzell.de | s.S.16

Samstag, 28. März
Stadtführung
Stadtmuseum Radolfzell, 10.30 Uhr
www.radolfzell-tourismus.de

Sonntag, 29. März
Frühjahrskonzert – JBO & Stadtkapelle
Radolfzell, Milchwerk Radolfzell, 18 Uhr
www.milchwerk-radolfzell.de

THEATER
Die Färbe
SINGEN

Premiere 11. März 2015
BASILIKA
Deutsche
Erstaufführung
Dario Fo
„Gott ist schwarz!“
sowie Szenen aus
„Mistero buffo“

Vorstellungen im März/April
Mi, Do, Fr, Sa 20.30 Uhr

THEATER-CAFÉ
an den Vorstellungstagen
ab 18 Uhr geöffnet

Karten & Information:
(07731) 64646 + 62663
Abendkasse ab 19.30 Uhr
Schlachthausstraße 24
www.diefarbe.de

Veranstaltungen April 2015

Freitag, 3. April
Stefan Bresser rezitiert Rainer Maria
Rilke – Lesung, Themenjahr WORTE
Stadtbibliothek Radolfzell, 20 Uhr
www.radolfzell.de/stadtbibliothek

Samstag, 4. April
Stadtführung
Stadtmuseum Radolfzell, 10.30 Uhr
Weitere Termine im April unter:
www.radolfzell-tourismus.de

Donnerstag, 8. April
Nachtwächterführung
Stadtmuseum Radolfzell, 20 Uhr
www.radolfzell-tourismus.de

Freitag, 10. April
Mittelalterführung – **JETZT NEU!**
Stadtmuseum Radolfzell, 15 Uhr
www.radolfzell-tourismus.de

Freitag, 10. April
Die Spielverderber, Michael Ende –
Theater, Themenjahr WORTE
Weitere Termine: 11./12./24./25./26.04.
Zeller Kultur, 20 Uhr
www.zellerkultur.de

Sonntag, 12. April
Eine Stadtführung im Jahre 1913 –
Radolfzell auf dem Weg in die Moderne
Stadtmuseum Radolfzell, 16.30 Uhr
www.radolfzell-tourismus.de

Donnerstag, 16. April
Geführte Radtour in die Region
Seetorplatz Radolfzell, 14 Uhr
www.radolfzell-tourismus.de

Freitag, 17. April
Käpt'n Blaubär – Kindermusical
Themenjahr WORTE
Milchwerk Radolfzell, 15 Uhr
www.milchwerk-radolfzell.de

Freitag, 24. April
Joseph Victor von Scheffel lädt ein
Stadtmuseum Radolfzell, 18.30 Uhr
www.radolfzell-tourismus.de

Freitag, 24. April



„Ich will im Stehen
sterben. Autono-
mie und Fürsorge
am Lebensende“.

Interview und Podi-
umsgespräch mit
Franz Müntefering

Milchwerk Radolfzell, 19 Uhr
www.milchwerk-radolfzell.de

Freitag, 24. April
Laslo's Räubergeschichten – Gesang
und Erzählungen, Themenjahr WORTE
Atelier, Die Werkstatt, 19.30 Uhr
www.radolfzell.de/Worte

Freitag, 24. April
Heimatjahre – Lesung mit Felix Huby
Themenjahr WORTE
Buch Greuter, 19.30 Uhr
www.buch-greuter.de | s.S. 5

Samstag, 25. April
Das Kasperkoffer –
Kindertheater
Themenjahr WORTE
Zeller Kultur, 12 Uhr
www.zellerkultur.de



Foto: © Uwe Arens | Sony Classical

Samstag, 25. April
Frühjahrskonzert,
Musikverein Böhringen
Mehrweckhalle Böhringen, 20 Uhr
www.musikverein-boehringen.de

Veranstaltungen ganzjährig

Mittwoch + Samstag 7-13 Uhr
Radolfzeller Wochenmarkt
Marktplatz Radolfzell
www.radolfzell-tourismus.de

Samstag 13 Uhr
Geführte Wanderung in der Umgebung
Bahnhofsplatz Radolfzell
www.radolfzell-tourismus.de

Aktuelles Kinoprogramm in Radolfzell
www.universum-radolfzell.de | s.S.9

Samstag, 25. April
ECHO-Klassik-Preisträger
„Alexander Krichel“
(*1989) mit der Südwestdeutschen
Philharmonie zu Gast im Milchwerk
Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr
www.milchwerk-radolfzell.de

! Karten zu gewinnen !
siehe Seite 34

Alle Informationen
nochmal zum Nachlesen unter
www.radolfzell-tourismus.de

METTNAU-Hallenbad:
Öffnungszeiten Kurmittelhaus für die Öffentlichkeit unter
www.metttau.com/de/hidden-pages/therapiezentrum-kurmittelhaus



'zum Schluss

Gewinnspiel!

Einer der herausragenden jungen Pianisten unserer Zeit ist am 25. April 2015 um 20 Uhr im Milchwerk Radolfzell zu erleben. Alexander Krichel ist Sony-Classical-Exklusivkünstler und Preisträger des Klassik-ECHOs und als Solist im Konzert der Südwestdeutschen Philharmonie mit dem Klavierkonzert für die linke Hand von Maurice Ravel zu sehen und zu hören.

Darüber hinaus ist Chefdirigent Vassilis Christopoulos zum letzten Mal in seiner Funktion als Chefdirigent in Radolfzell zu erleben. Sein Orchester spielt, neben dem Klavierkonzert, die Ouvertüre zu Hamlet von Peter Tschaikowski und die Enigma-Variationen von Edward Elgar.

Weitere Informationen unter www.philharmonie-konstanz.de

Leserinnen und Leser können 3 x 2 Konzertkarten für ECHO-Klassik-Preisträger Alexander Krichel mit der Südwestdeutschen Philharmonie gewinnen.

GEWINNSPIELFRAGE: In welchem Jahr wurde Ausnahmepianist Alexander Krichel geboren?

Bitte schicken Sie uns Ihre Antwort mit Betreff „zeller Gewinnspiel“ bis zum 12. April 2015 an marketing@radolfzell.de. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Randnotiz: Das Pony vor dem Schlösschen

Vor kurzem hat die Stadt tierischen Zuwachs bekommen. In der Verlängerung der Bahnhofstraße vor dem Österreichischen Schlösschen ist neuerdings ein Pony aus Stein beheimatet.

Das Klettertier wurde vom Familienverband gestiftet und ersetzt den Wippfrosch vor dem Eiscafé Tiramisu, der dort einer erweiterten Bestuhlung weichen musste. So ist auf dem Marktplatz für die Kleinsten weiterhin eine Kletter- und Spielmöglichkeit geboten. Mit der Abteilung Stadtplanung der Stadtverwaltung entschied sich der Familienverband für einen so genannten Streichelstein der Firma Richter. Das noch namenlose Pony besteht aus durchgefärbtem Beton mit einer sehr glatten Oberfläche und bringt gut 500 Kilogramm auf die Waage. Die Designerin ist Lissy Boesen aus Kopenhagen.

Uneinigkeit herrscht sich bei der Farbe zartes Orange



bislang lediglich darüber, ob es um kräftiges Rosa oder eher ein handelt. Den Kindern ist das einerlei – sie sind zu Recht vom neuen Reittier begeistert.

Das Pony ist schon fester Bestandteil des Radolfzeller Stadtbildes.

Text und Foto: Miriam Lambek

Radolfzell am Bodensee
'zeller
magazin

Das nächste 'zeller magazin erscheint am 30. April 2015. Keine Ausgabe mehr verpassen! Das 'zeller magazin ist auch im Abo erhältlich (6 x 2,- Euro zzgl. Versandkosten). Bestellung unter marketing@radolfzell.de – Betreff: Abo zeller magazin



Digitale Gestaltungs GmbH
DORNER

FIRMENSCHILDER
FAHRZEUGBESCHRIFTUNG
LEITSYSTEME
DISPLAYS
MESSEBESCHRIFTUNG
WERBEPLANEN + BANNER
BERATUNG + ENTWURF
DIGITALDRUCK
TEXTILDRUCK

Karl-Bücheler-Str. 4 Radolfzell Tel. 07732-13539
www.dorner-werbung.de

MUSEUM LINDWURM
STEIN AM RHEIN

Zeitreise

Museum Lindwurm, Stein am Rhein:
Tauchen Sie ein in den Alltag um 1850!
www.museum-lindwurm.ch
März bis Oktober täglich von 10 bis 17 Uhr

möbel für's leben

COR interlübke

wohnstudio mattes

planen. einrichten. leben.

125 Jahre Wohnkultur

COR | Interlübke
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

seemaxx.

Factory Outlet Center Radolfzell

* Gegenüber der ehemaligen unverbindlichen Preisempfehlung des Herstellers.



seemaxx –
das Outlet Center
am Bodensee

TOP-MARKEN
zu Outlet-Preisen!



Mehrwertsteuer-Rückerstattung
für unsere Schweizer Kunden.



Preisvorteil*
bis zu
70%

TOMMY HILFINGER

camel
ACTIVE

MARC
ART OF WALKING

felina

DOCKERS
SAN FRANCISCO

GERRY WEBER

CHEVY
SHORTWEAR

TOM TAILOR

uncover

KENNEL & SCHMENGER
SCHUHMANUFAKTUR

CALAMAR

MILANO
ITALY

SCHIESSER

Levi's



OTTO KERN

MEXX

FRIEDA & FREDDIES®
NEW YORK

pierre cardin

Mo-Sa, 10-19 Uhr · Schützenstraße 50 · 78315 Radolfzell
Telefon +49 (0) 7732-940 999 30 · www.seemaxx.de