

,zeller

magazin

Radolfzell am Bodensee

2020
September - Oktober

GRENZENLOSES HERBSTHOPPING

Zwei Länder – ein See

DER HONIGMACHER

Schlaraffenland für Bienen

BUNDESKUNSTPREIS

für Menschen mit Behinderung



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





Nicht viele Menschen haben das Glück, in einer so reizvollen Urlaubsregion zu leben wie wir Radolfzeller. Dass trotz ausfallender Großveranstaltungen der Spätsommer und Herbst in Radolfzell am Bodensee auch in diesem besonderen Jahr viel Schönes für Gäste und Einheimische bereithält, zeigen wir Ihnen in dieser Ausgabe des 'zeller magazins. Das beginnt damit, dass am westlichen Bodensee im zweiten Jahr die Schifffahrtssaison verlängert wird. An vier Wochenenden im Oktober und November schickt die Schweizerische Schifffahrtsgesellschaft Untersee und Rhein ihre Flotte im Zweistundentakt auf Rundkurs. Viermal täglich kann man an diesen Wochenenden im Hafen Radolfzell zum „Grenzenlosen HerbstHopping“ aufbrechen, um in Orten am Deutschen und Schweizer Ufer Neues oder Altbekanntes wiederzufinden. Vor allem aber auch den See zu genießen. Ein tolles Angebot für Ausflügler ist das BODENSEE TICKET, mit dem man allein, zu zweit, mit der Familie oder in Kleingruppen preisgünstig per Bahn, Bus und Fähre die ganze internationale Bodenseeregion erkunden kann – neuerdings bis

ins Appenzellerland hinein. Überhaupt bricht jetzt die ideale Zeit zum Wandern und Radfahren an. Die Natur begeistert uns mit leuchtenden Farben, die Tage mit guter Fernsicht häufen sich und es gibt herrliche Aussichtsorte in der Region, wo uns die Alpen ganz nah sind. Holen Sie sich Anregungen in unserer Tourist-Information am neuen Standort in der Seestraße und lassen Sie sich von unserer Vielfalt an schönen Souvenirs inspirieren. Und dann stehen Sie auch schon mitten in der einzigartigen Freiluftgalerie unter dem Motto „Geheim-Blicke Radolfzells“. Machen Sie sich auf zum Shopping, genießen Sie die Einkaufsstadt Radolfzell und unsere Gastronomie, die jetzt mit den leckeren Früchten des Herbstes aufwartet. Für Kunstfreunde lohnt sich vor allem auch ein Besuch in der Villa Bosch mit ihrer großen Ausstellung zum 22. Bundeskunstpreis für Menschen mit Behinderung 2020, wo es sehenswerte und überraschende Werke zu bewundern gibt. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine interessante Lektüre und schöne Spätsommerwochen. Bleiben Sie gesund und achtsam!

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



4



6



8



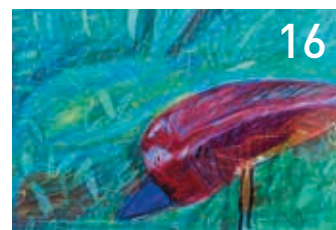
12



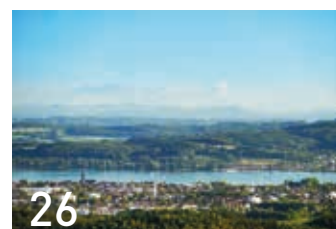
14

INHALT

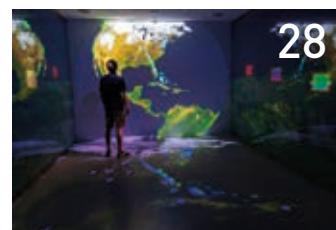
Ärztin, Pädagogin und Autorin Dr. med. Claudia Bignon: Total verliebt in Radolfzell	4-5
Genussliches HerbstHopping am westlichen Bodensee	6-7
BODENSEE TICKET: Da lacht das Ausflügler-Herz	8-9
Tourist-Information an neuem Standort	10-11
Der Honigmacher: Imkerei Christian Grisard	12-13
Aktionsgemeinschaft	14-15
Bundeskunstpreis für Menschen mit Behinderung	16-17
Kabinettausstellung im Stadtmuseum:	18
Hausherren in Purpur und Gold	
Vortrag im Stadtmuseum: „Radolfzeller Stiftungen“	18
Die METTNAU – das Gesundheitszentrum am Bodensee	19-24
Alumni-Konzert der Sommerakademie	25
Neuer Caterer im Milchwerk	25
Schöne Aussichten	26-27
Wenn Wissenschaft zum Erlebnis wird	28-29
Sensovation AG: Smart Imaging Solutions	30-31
Stadtwerke machen Radolfzell (E)-Mobil	32-33
Veranstaltungen September – Oktober 2020	34-37
Impressum	37
Gewinnspiel Randnotiz RUDOLF	38



16



26



28



30



32

Total verliebt in Radolfzell



„Wer in Radolfzell nicht glücklich ist, ist es nirgendwo auf der Welt“, sagt die Ärztin, Pädagogin und Autorin Dr. med. Claudia Bignion überzeugt. Die geborene Düsseldorferin lebt seit 2012 in Radolfzell – und hat sich in ihre Wahlheimat verliebt. Pünktlich zum Stadtjubiläum 2017 erschien ihr Buch „SensatioZell“. Vor kurzem wurde sie als Autorin für einen Audio-Walk durch Radolfzell ausgewählt.

Die Ärztin und Pädagogin

Claudia Bignion ist weltoffen. Nach dem Abitur in Wiesbaden wagte sie einen mutigen Schritt. Gerade einmal 18jährig, packte sie ihren Koffer und begann in Denver, Colorado, ihr Studium, das sie mit einem „Bachelor of Science“ im Bereich Zahnhygiene abschloss. Nach Deutschland zurückgekehrt, folgte ein Medizinstudium an der Uni Heidelberg sowie das Studium der Berufsschulpädagogik in Karlsruhe. Auf die Frage, warum sie nicht sofort Medizin studiert hätte, lacht sie und antwortet: „Ich habe mich nicht getraut. Obwohl ich einen guten Abidurchschnitt hatte, habe ich mich wohl mit meiner Nebensitzerin Dorothea verglichen. Bei ihr war klar, dass sie Medizin studieren würde und ich fand sie immer so unglaublich schlau.“ Claudia Bignion schloss ihre Studiengänge ab, doch obwohl ihr Leben ausgefüllt schien, war sie stets auf der Suche nach einer neuen Herausforderung. Bei einer Begegnung mit Dr. Josef Joffe, dem Herausgeber der „Zeit“, kam es zu einem inspirierenden Gespräch, das schließlich damit endete, dass Joffe zu ihr sagte: „Ich wünsche dir zu deinem Geburtstag die Promotion!“ In der Zwischenzeit war die große Blondine bereits Ende vierzig und die Kontakte zur Universität, die wichtig waren, um einen Doktorvater zu finden, lagen lange zurück. Dass sich das schließlich wie von selbst fügte, verdankt sie wohl ihrem unerschütterlichen Optimismus. „Ich weiß von meiner Tätigkeit als Notärztin, dass nichts wirklich vorhersehbar ist. Dennoch glaube ich, der Mensch denkt – Gott lenkt, und dass jeder seines Glückes Schmied ist, damit sich alles fügen wird. Und so war es bisher immer in meinem Leben.“ Ihr Doktorvater war Professor für „Geschichte der Medizin“, daher war das Thema ihrer Dissertation „Der Papst und der menschliche Körper“. Zu Recherchezwecken machte sich Claudia Bignion auf, bereiste Rom, Bethlehem und die Galapagosinseln. Ihre Doktorarbeit stieß schließlich bei Wissenschaftlern auf so großen Anklang, dass man Claudia Bignion motivierte, diese als Buch zu publizieren. „Kurz nach meinem 51. Geburtstag veröffentlichte der Centaurus Verlag Freiburg meine Dissertation als Buch in der Reihe Medizin und Wissenschaftsgeschichte. Meine erste Buchveröffentlichung“, erinnert sich die Medizinerin schmunzelnd.

Die Autorin

Viele weitere Bücher sollten folgen. Zunächst schrieb Bignion eine Sammlung von Geschichten rund um die Alzheimer-Krankheit. Außerdem entstanden auf der Basis ihrer langjährigen klinischen Tätigkeit sowie ihrer Erfahrungen, die sie als Pädagogin im Bereich der Gesundheits- und Krankheitslehre erwarb, die Reihe „Schulbücher Gesundheit“. Nicht zuletzt liegt sie mit ihren kindgerechten, pädagogischen Ratgebern zu Themen wie Umweltschutz, kulturelle Vielfalt oder das Leben in einer Patchwork-Familie thematisch am Puls der Zeit. Fast 30 Jahre lang lebte und arbeitete die Autorin in Heilbronn, einer Stadt, der sie „nie etwas abgewinnen konnte“, wie sie erzählt. Dazu hätte sie viel zu sehr ihre Kindheit geprägt, die Ferien, die sie regelmäßig am Gardasee verbrachte, wo ihre Tante ein Hotel betrieb. „Das italienische Leben, der See, das hat mich nachhaltig geprägt und so entschied ich mich, Heilbronn zu verlassen. Und welches Fleckchen Erde

kommt in Deutschland dem Gardasee wohl näher als der Bodensee?“ fragt sie lächelnd. Nicht ohne Stolz fügt sie hinzu: „Seit dem Jahr 2012 bin ich amtlich registrierte Zellerin!“ Sie habe sich in Radolfzell verliebt, in die Natur, den Park auf der Mettnau, sie liebt es zu segeln, kulturelle Veranstaltungen zu besuchen, einen Bummel durch die kleinen, gepflegten Gassen zu machen, das kulinarische Angebot, die Einkaufsmöglichkeiten. Mittlerweile praktiziert sie nicht mehr als Ärztin, sondern hält Vorträge über Stressmedizin, veröffentlicht dazu einen Blog auf ihrer Homepage und erklärt: „Es macht mir Spaß, mein Wissen zu teilen.“ Dass es als Autorin mit Prosa-Texten weitergehen sollte, ist einer Zufallsbekanntschaft zu verdanken. Claudia Bignion fand nach einem Seminar bei einer „Ur-Zellerin“ für die Heimreise eine Mitfahrgelegenheit. Die Frau wetterte gegen Radolfzell, dass es ein „langweiliges Nest sei, in dem nichts los wäre“. Empört wegen dieser Einschätzung, sprang Claudia Bignion für ihre Wahlheimat in die Bresche, verteidigte sie wortgewandt und kämpferisch. Und um der Liebe zu Radolfzell Nachdruck zu verleihen, schrieb sie schließlich pünktlich zum 750jährigen Stadtjubiläum ihr Buch „SensatioZell“, eine Sammlung von Kurzgeschichten in und um Radolfzell. Eine Hommage an ihre Wahlheimat.

Neues Projekt und Zukunftstraum

Mit einem sogenannten „Audiowalk“ begibt sich die Autorin aktuell auf ein völlig neues Terrain. Zwei Stipendiaten der Hochschule Stuttgart entwickeln als Geschäftsidee eine App, die deutschlandweit zu „Hörbuch-Spaziergängen“ einlädt. Bei einem ausgeschriebenen Ideenwettbewerb der Hochschule hatte auch Claudia Bignion eine Geschichte eingereicht und wurde als eine von sieben Autoren für das Projekt ausgewählt. Wer mag, der kann sich demnächst per App und Kopfhörer von der „Göttin Brigida“ durch Radolfzell führen lassen und für die Dauer von 45 Minuten in die Geschichte eintauchen, um Teil des Geschehens zu werden. Es scheint, als scheue Claudia Bignion kaum eine neue Herausforderung. Gefragt, welchen beruflichen Lebensraum sie noch gerne verwirklichen möchte, überlegt sie nicht lange und sagt: „Ich bin sehr neugierig, kommunikativ, offen und kann gut auf Menschen zugehen. Ich würde gerne wie Dr. Marianne Koch vor der Kamera Medizinthemen moderieren.“ Wer weiß, vielleicht darf sie auch bei diesem Traum auf ihr Motto vertrauen: Der Mensch denkt – Gott lenkt.

SensatioZell:

Radolfzeller Geschichten ISBN-13:978-3743111394
Erhältlich zum Preis von 7,99 Euro in den Radolfzeller
Buchhandlungen, in der Tourist-Information und online.

Audiowalk durch Radolfzell (kostenlos):

www.bignion.eu/audiowalk-radolfzeller-zauberbrunnen

Weitere Informationen zur Person sowie einen Blog zu medizinischen Themen von Claudia Bignion finden Sie hier: www.bignion.eu



Genüssliches

HerbstHopping

Wenn das Licht weicher und die Schatten länger werden, ist es ein besonderes Vergnügen, mit dem Schiff über den See zu gleiten und die Magie des Sees auszukosten, per Schiff Grenzen zu überwinden und die wundervolle westliche Bodenseeregion zu erkunden.

Dazu gibt es in diesem Herbst wieder Gelegenheit. Denn in Kooperation mit REGIO Konstanz-Bodensee-Hegau e.V. und Thurgau Tourismus verlängert die Schifffahrtsgesellschaft Untersee und Rhein (URh) zum zweiten Mal die Saison um vier Herbstwochenenden und schickt ihre Flotte im Zweistundentakt auf Rundkurs – zwischen Radolfzell und der Insel Reichenau, Gaienhofen und Hemmenhofen in Deutschland sowie Mannenbach, Berlingen und Steckborn am Schweizer Ufer. Ob am deutschen oder am Schweizer Ufer: Per Schiff erreichen die HerbstHopper Ausflugsziele in der gesamten Region.

TERMINE

17. + 18. Oktober
24. + 25. Oktober
31. Oktober + 1. November
7. + 8. November

Nach Belieben radeln, wandern oder schlendern

Auch das Fahrrad darf beim grenzenlosen Herbst-Hopping gratis mit auf Entdeckungsreise gehen. Jede Landestelle ist somit Ausgangspunkt abwechslungsreicher Radtouren – beispielsweise zum Napoleonmuseum auf dem Arenenberg, einem der schönsten Aussichtspunkte der Bodenseeregion. Oder auf die idyllische Halbinsel Höri, wo Kulturinteressierte den Spuren von Otto Dix und Hermann Hesse folgen. Im Radolfzeller seemaxx Outlet Center gehen Fashionverliebte auf Shoppingtour, Geschichtsbegeisterte lassen sich durch die historische Altstadt führen. Auch die berühmte Welterbe-Insel Reichenau mit ihren drei mittelalterlichen Kirchen ist ein attraktives Ziel.

Eine Landschaft zum Verlieben

Der See zeigt eine ganze Palette an Blautönen, am Ufer ringsum färben sich die Bäume gelb, rot und braun. Wie eine Kompassnadel, die in den herbstlichen Himmel zeigt, ragt die Kirchturmspitze aus dem charmanten Dorf Berlingen hervor. Hier bietet ein dreieinhalb Kilometer langer Panorama-Rundweg einmalige Aussichten auf den Untersee, die Halbinseln Höri und Reichenau sowie weit zu den Vulkanen im Hegau. In Berlingen selbst befindet sich zudem das Geburts-, Arbeits- und Wohnhaus des international anerkannten Kunstmalers Adolf Dietrich. Der rund zwölf Kilometer lange Steckborner Rundwanderweg gilt als einer der schönsten am Bodensee.

Die Spezialitäten der Region genießen

Goldbraun gebraten, mit einer knusprigen Kruste kommt die dampfende Rösti auf den Teller. Saftig und zart ist das Fleisch des Zwiebelrostbratens; würzig duftet die Höri Bülle, eine rote Zwiebel, die nur im milden Klima der Bodensee-Halbinsel zwischen Radolfzell und Stein am Rhein gedeiht. Beim „Grenzenlosen HerbstHopping“ können landestypische Spezialitäten kennen und lieben gelernt werden.

Preise

Erwachsene 17 Euro / 19 Franken

Kinder (6-16 Jahre) 8 Euro / 9 Franken

Familien (mit bis zu 4 Kindern) 44 Euro / 49 Franken.

Beim Kauf einer Tageskarte für das HerbstHopping ist die Fahrradbeförderung im Preis inbegriffen.

Keine weiteren Vergünstigungen (GA/Halbtax, Gästekarten und Abonnements sind nicht gültig).

Rollstuhlplätze werden ausschließlich über den Veranstalter unter der Telefonnummer +41 52 634 08 88 verkauft. Weitere Informationen und Tickets:

www.urh.ch · www.herbst-hopping.eu

Der etwa zweistündige Rundkurs ab Radolfzell

ist gewährleistet um 10.30 Uhr, 12.30 Uhr und 15 Uhr.

Die letzte Abfahrt um 17 Uhr endet in Mannenbach.

Tickets hierzu sind auch in der Tourist-Information Radolfzell erhältlich.

Den kompletten Fahrplan und weitere Infos gibt es unter www.radolfzell-tourismus.de



FOTOS REGIO | KUHNLE & KNÖDLER

Da lacht das Ausflügler-Herz!



FOTO PFÄNDERBAHN

Die Ausflugsmöglichkeiten in der internationalen Bodenseeregion sind nahezu unerschöpflich. Mit dem BODENSEE TICKET sind alle Highlights preiswert zu erreichen, egal ob allein, zu zweit, als Familie oder Radfahrer. Da lohnt es sich, den Radius auch mal auszudehnen. Der grenzüberschreitende Fahrschein für drei Länder gilt neuerdings sogar bis ins Appenzellerland.



Über alle Grenzen hinweg hat das BODENSEE TICKET Gültigkeit: Vom Rheinfluss bei Schaffhausen über den gesamten Bodensee bis nach Oberstaufen im Allgäu, von Ravensburg in Oberschwaben bis in die Ostschweiz. Seit diesem Jahr ist auch das schweizerische Appenzellerland mit dem Ticket erreichbar und damit etwa die Schwägalp, Talstation der Säntisbergbahn sowie die Bilderbuch-Orte Appenzell und Urnäsch. Der Clou: Das Ticket gilt nicht nur für Bahn und Bus, sondern auch für zwei Fährverbindungen quer über den See.

Mit Bus und Bahn entspannt rumkommen

Ausflügler reisen dabei umweltfreundlich und entspannt, viele Zuglinien führen direkt am Ufer entlang. Beste Aussichten über den See sind also inklusive. Gäste können unbesorgt ein und aussteigen, wo immer es gerade passt. Spontane Abstecher sind dabei genauso gut möglich wie Übernachtungen unterwegs. Denn das Ticket gibt es zum besonders günstigen Preis auch für drei Tage in Folge: Ideal für Freunde und Familien, Kinder reisen in der Kleingruppe sogar kostenlos mit.

West, Ost und Süd heißen die Zonen

Das BODENSEE TICKET basiert auf einem Dreizonenplan. Die Zone West enthält zusätzlich die Fähre zwischen Meersburg und Konstanz, die Zone Ost den Fährverkehr Friedrichshafen – Romanshorn. Beide Zonen können einzeln ausgewählt oder kombiniert werden. Das Dreizonen-Ticket enthält außerdem die Zone Süd und damit zusätzlich den neuen Geltungsbereich des Appenzellerlands.

Günstig reisen, ganz nach Wahl

Wer mit dem BODENSEE TICKET einen Tag lang in einer Zone (Ost oder West) unterwegs ist, zahlt 21 Euro pro Person. Die Kombi von Ost und West liegt bei 27 Euro pro Person. Drei Zonen inklusive Appenzellerland kosten für einen Tag 37 Euro. Die Kleingruppe zahlt 42 Euro für eine dieser Zonen (Ost oder West) und einen Tag. Diese Kleingruppe kann aus ein bis zwei Erwachsenen und bis zu vier Kindern bestehen. Weitere Ermäßigungen gibt es

mit allen nationalen Rabattkarten wie etwa mit der Bahncard in Deutschland. Zusätzliches Plus: Auch die Kursschiffe der Weißen Flotte auf dem Bodensee sind mit dem BODENSEE TICKET um 25 Prozent billiger.

Besondere Routen für Fahrrad-Fans

Weiterhin im Programm bleibt die „Fahrrad-Kombi“ des BODENSEE TICKETS, mit der spektakuläre Touren quer über den See möglich sind. Bei Benutzung der Fähren und längerem Zugfahren lohnt sie sich, bei Kurzstrecken sind die jeweiligen Landespreise günstiger. Zwei besondere Tipps für Rad-Enthusiasten: Sie fahren auf dem Königsee-Bodensee-Radweg von Oberstaufen durch das Allgäu bis Lindau – Anreise nach Oberstaufen und Rückreise ab Lindau mit der Bahn. Oder von Friedrichshafen mit der Fähre über den See nach Romanshorn, und weiter mit dem Zug nach St.Gallen. Von dort führt eine abwechslungsreiche Route über das sagenhaft schöne Wasserschloss Hagenwil und die Rosenstadt Bischofszell nach Weinfelden. Details siehe: www.bodensee-ticket.com/fahrrad

Weitere Informationen, Preise und Ausflugtipps gibt es unter www.bodensee-ticket.com. Das BODENSEE TICKET sowie eine umfassende Broschüre mit großer Karte sind in der Tourist-Information Radolfzell erhältlich.





TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTOS KUHNLE & KNÖDLER

Tourist-Information Radolfzell an neuem Standort

Nach 23 Jahren am Bahnhof ist die Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH (TSR) mit der Tourist-Information in die Seestraße 30 umgezogen. Mit dem neuen Anlaufpunkt für Bürger und Gäste im Ambiente der historischen Altstadt ist es gelungen, moderne Räumlichkeiten mit Wohlfühl-Atmosphäre für Information und Austausch zu schaffen. Das Wichtigste: Die professionelle und persönliche Beratung bleibt. Auch am neuen Standort bietet das Team der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH den gewohnt qualifizierten Service.

Die Räumlichkeiten zuvor im Bahnhofsgebäude waren nicht mehr zeitgemäß und repräsentativ, außerdem technisch nicht mehr auf dem neuesten Stand. Als Geschäftsführerin Nina Hanstein von dem Leerstand im ehemaligen Blumenladen mitten in der belebten Seestraße erfahren hat, war sie gleich begeistert und über-

zeugt: „Dies ist der beste Standort, den wir bekommen können.“ Dank schneller Entscheidungen im Gemeinderat lag zwischen der ersten Idee und der Eröffnung der neuen Tourist-Information am 1. August gerade mal ein Dreivierteljahr.

Die neuen Räumlichkeiten

Hell, freundlich und modern wirkt der neue Empfangsraum für die Gäste der Stadt. Die Informationsmaterialien und die Souvenirs können ansprechend und übersichtlich präsentiert werden. „Endlich haben wir auch ein großes Schaufenster, in dem wir unsere schönen Geschenkartikel und regionalen Produkte ausstellen können“, schwärmt Nina Hanstein. Der Zugang zur Tourist-Information ist ebenerdig, bis auf eine wenige Zentimeter hohe Schwelle, die noch mit einer kleinen Rampe komplett barrierefrei gemacht wird. Ein Teil des Counters ist mit dem Rollstuhl unterfahrbar, so dass alle Gäste auf Augenhöhe beraten werden können. Außerhalb der Öffnungszeiten können sich Gäste am Outdoor-Screen informieren und finden daneben die wichtigsten Prospekte.

Außer der Tourist-Information sind im Erdgeschoss zwei weitere Arbeitsplätze untergebracht. Das Gros der TSR-Mitarbeiter ist im ersten Stock tätig, wo sich weitere sieben Arbeitsplätze befinden. Das Niedrigenergiehaus ist auch technisch auf dem neuesten Stand, es wurde kürzlich mit einem Glasfaseranschluss für schnelles Internet versorgt, in der Tourist-Information und den Büros gibt es W-LAN.

Angebot der Tourist-Information

Die Tourist-Information Radolfzell ist nicht nur Anlaufstelle für Gäste, die sich über Ausflugsziele, die Bodenseeschiffahrt oder Unterkünfte informieren möchten. Auch Einheimische finden Anregungen für die Erkundung der Bodensee-Region, beispielsweise mit dem BODENSEE TICKET (siehe Seite 8-9) und der Bodensee Card ^{Plus}, die beide hier erhältlich sind. Zum Angebot an Souvenirs gehören viele Produkte mit Radolfzell-Motiven, darunter Tassen, Schirme und Magnete. Auch Kunsthandwerk, beispielsweise Holzprodukte von der Seesucht Manufaktur aus Radolfzell und handbenähte Geschirr- und Handtücher mit Bodensee-Motiv sind in der Tourist-Information erhältlich. Dazu kommen regionale Produkte wie Honig, Tee und diverse Brände aus der stadt eigenen Brennerei – denn Radolfzell ist eine der wenigen Städte Deutschlands, die noch ein Brennrecht hat. So ist ein kleiner, feiner Verkaufsraum entstanden, der jede Menge Inspiration bietet und zum Stöbern einlädt.

Die Tourist-Information ist Informations- und Verkaufsstelle für Stadtbustickets sowie Zeit- und Abo-Karten des VHB, für Schiffsfahrtsickets (Bodensee Schiffsbetriebe, HELIO Solarschiff, Sonderfahrten der Schifffahrt Untersee & Rhein) und für RESERVIX-Veranstaltungstickets (Führungen, Konzerte, Kabarett, Vorträge und Messen in Radolfzell und deutschlandweit).



Tourist-Information Radolfzell

Seestraße 30, 78315 Radolfzell am Bodensee
Tel +49 (0) 7732 81-500, info@radolfzell-tourismus.de

Öffnungszeiten

Bis Ende September Mo-Fr 9-18 Uhr, Sa 10-13 Uhr
Bis 13. September außerdem So 10-13 Uhr
Oktober-April Mo-Fr 9-13 Uhr + 14-17 Uhr, Sa 10-13 Uhr

Weitere Anlaufstelle in Markelfingen

Seit 2018 betreibt das Radhotel „Am Gleis“ im Auftrag der Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH von April bis Oktober eine Tourist-Information. Im Bereich der Rezeption des am Bahnhof Markelfingen gelegenen Hotels erhalten Gäste folgende Leistungen:

- » Ansprechpartner bei allen touristischen Fragen: Unterkünfte, Sehenswürdigkeiten, Gastronomie ...
- » Stadtbuss und VHB: Auskunft für Bus und Bahn
- » Schifffahrt: Ticketverkauf für Kurs- und Ausflugsfahrten der BSB, Rundfahrten mit dem HELIO Solarschiff

- » RESERVIX: Ticketvorverkauf für HSG Konstanz-Spiele, Führungen, Konzerte, Kabarett, Vorträge und Messen in Radolfzell und deutschlandweit
- » Verkaufsstelle der Bodensee Card ^{Plus}
- » Verkauf von Souvenirs und regionalen Produkten
- » E-Bike-Ladestation
- » Self-Service-Radreparaturstation
- » ADFC-Codier-Aktion, 4 x jährlich

Öffnungszeiten

Mo-Fr 10-12 Uhr + 15-18 Uhr, Sa 10-12 Uhr.

Der Honig macher

Honigpaket
zu gewinnen!
siehe Seite 38



TEXT UND FOTOS MARINA KUPFERSCHMID

Es muss schön sein, seinen Arbeitsplatz zwischen blühenden Wiesen und Obstbäumen aufzuschlagen, den Bodensee zu Füßen. Und noch schöner dürfte es sein zu sehen, was täglich geschafft und geschaffen wird in dieser Freiluftwerkstatt. „Mich voll der Imkerei zu widmen, war die beste Entscheidung meines Lebens“, sagt Christian Grisard, der vor dreieinhalb Jahren seinen lange ausgeübten Beruf als Elektroniker endgültig an den Nagel hängt, um sich mit seinen 70 Bienenvölkern selbstständig zu machen und mit seiner Tochter davon zu leben.

Honig Atelier

Imkerei Christian Grisard | Zum Lerchental 37 | 78315 Radolfzell am Bodensee | info@honig-atelier.de | Telefon 0174/8177188



FOTO CHRISTIAN GRISARD

Seinen bisherigen Beruf habe er zwar gerne ausgeübt, aber er habe ihn nie wirklich erfüllt, erzählt der gebürtige Radolfzeller. Alles habe dann damit begonnen, dass er vor vielen Jahren, als er von Berufs wegen bei Freiburg lebte, bei einem Spaziergang auf einen Bienenstock mit fliegenden Bienen im Winter gestoßen sei. Er recherchierte, las sich ein und kontaktierte Imker. „Am Anfang war es einfach spannend zu sehen, wie die Bienen arbeiten, wie sich die Bienenvölker organisieren und was sie alles machen. Und dann auch das Bewusstsein, dass Honig die Essenz einer jeden Landschaft ist.“ Die Faszination nahm ihren Lauf und im August 2006 schloss Christian Grisard seine zweijährige Berufsausbildung zum Tierwirt, Fachrichtung Imkerei, an der Landesanstalt für Bienenkunde der Universität Stuttgart Hohenheim ab. Christian Grisard arbeitet nach den Richtlinien des „Qualitätszeichens Baden-Württemberg“ und des Vereins „Gutes vom See“. Das milde Klima und die landschaftliche Vielfalt der Standorte in der Bodenseeregion, so der Radolfzeller Imker, böten den Bienen beste Voraussetzungen, sich mit Pollen und Nektar zu versorgen. So kann er direkt an den Überwinterungsplätzen regionalen Bodenseehonig ernten. Er selbst hat feste Standplätze für seine Völker in Möggingen, Markelfingen, auf dem Bodanrück und in Konstanz. „Das hier ist mein Lieblingsort“, führt er das 'zeller magazin auf eine Wiese hoch über dem Mindelsee gelegen. „Das Naturschutzgebiet mit seiner unglaublichen Vielfalt an Arten ist ein absoluter Hotspot für die Bienen“, erklärt er. Die Reichhaltigkeit der Natur, so macht er deutlich, spiegle sich auch im Genuss wider, wobei er unwillkürlich ins Schwärmen kommt über seinen Mögginger Frühlingsblüten- und Sommerblütenhonig. Für ihn sei es ein Geschenk, als Radolfzeller an seinem Heimatort solch einen einzigartigen Honig produzieren zu können. „Wir Imker haben es in unserer Region noch richtig gut“, unterstreicht er und lobt in diesem Atemzug die zahlreichen Landwirte in Markelfingen und Möggingen, die sich am EU-Programm FAKT beteiligen und auf Bienenweiden setzen.

Um neben Frühlings-, Raps- und Sommerhonig noch weitere Sorten Honige zu ernten, folgt Christian Grisard übrigens auch als Wanderimker dem Blütenangebot und kann dadurch zum Beispiel Kirschblüten, Edelkastanien-, Wald- und Tannenhonig

anbieten. „Es ist zwar sehr anstrengend, mit den Bienen nachts in andere Trachtgebiete zu wandern, aber die Mühe lohnt sich, denn ich kann erleben, wie die Bienen einen Honig produzieren, der die Charakteristik der einzelnen Landschaft wiedergibt“, erklärt er.

Christian Grisard ist Imker voller Leidenschaft. Die Bienen sind für ihn nicht nur Honiglieferanten und Kapital, sondern Verpflichtung für ihren Erhalt, im Ökosystem „das Richtige“ zu tun. Denn ohne Bienen und ihren wertvollen Beitrag in der Natur ist auf lange Sicht unser gesamter Nahrungsmittelbestand gefährdet“, macht er deutlich. Mit bienenfleißigem Einsatz stellt er deshalb im Rahmen einer natürlichen Völkerführung sicher, dass seine Bienen vital und widerstandsfähig bleiben, um nicht ihrem größten Feind, der vor Jahrzehnten aus Asien eingeschleppten Varroa-Milbe, zum Opfer zu fallen. „Unsere Honigbienen sind leider nicht in der Lage, diesen Parasiten effektiv zu bekämpfen. Es ist aber möglich, die Bienen ohne synthetische Mittel zu behandeln“, unterstreicht er. Er verwendet stattdessen Säuren, die ein natürlicher Bestandteil des Honigs sind. „Um die Reinheit seines Honigs zu belegen, lässt er jährlich eine Qualitätskontrolle durchführen. Die Honigernte findet ausschließlich aus frischen, unbebrüteten Waben und ohne Rauch statt. Einen Teil der Waben lässt er im Naturwabenbau errichten. Auch das trägt zu einem unverfälschten Geschmack und einem rückstandsfreien Honig bei, ebenso wie seine Bienenkästen, die er aus heimischem Holz fertigt und mit natürlichen Ölen vor Verwitterung schützt.

„Wir hatten ein sehr gutes Honigjahr“ freut sich Christian Grisard zum Ende der Saison. Jetzt bricht zwar die ruhigere Zeit für ihn an, dennoch muss er darüber wachen, dass die Bienen ihr Winterfutter rechtzeitig in die Waben einbringen. Vor dem ersten Frost müssen sie gut gefüllt sein, um das Überleben der Völker in der kalten Jahreszeit zu sichern. Den Winter überstehen die Bienen in einer dichten Traube, in der sich die Bienen durch gegenseitiges Wärmen aufheizen. Das kostet sie viel Energie.

Das gesunde, kostbare Gut aus dem Honig Atelier Grisard gibt es direkt beim Imker sowie in Hofläden und Lebensmittelmärkten, die die Regionalmarke „Gutes vom See“ führen, zu kaufen.



AKTIONSGEMEINSCHAFT
RADOLFZELL

Nach der Galerie ist vor der Galerie



FOTO KUHNLE & KNÖDLER

Auch wenn in diesem Jahr wahrlich alles anders ist – die Freiluftgalerie in der Seestraße bleibt. Mit 34 großformatigen Aufnahmen unter dem Motto „Geheim-Blicke Radolfzells“, die in luftiger Höhe zu bestaunen sind, erfreut sie derzeit viele Zeller und ihre Gäste. Und der Kunstgenuss zwischen Himmel und Erde dauert noch bis Ende September. Weil solch eine Galerie lange Vorbereitungen braucht, stehen die Details für die nächstjährige Ausschreibung bereits fest.

In der längsten Freiluftgalerie am Bodensee gibt es eine Menge zu sehen. Und zwar wunderschöne Motive von Hobbyfotografen, die vom Motto „Geheim-Blicke Radolfzells“ inspiriert wurden. Hier findet man Lieblingsplätze, lernt geheime Ecken in und um Radolfzell kennen oder entdeckt ganz neue Perspektiven von eigentlich bekannten Plätzen, die sich in ganz neuem Licht präsentieren.

Radolfzeller Perspektiven für Zuhause

Und weil sich die Bilder der Radolfzeller „Geheim-Blicke“ so großer Beliebtheit erfreuen, gibt es natürlich viele Möglichkeiten, sich ein Stück Freiluftgalerie oder sogar alle Motive nach Hause zu holen. Hier eine Übersicht über die vielfältigen Erinnerungstücke der Galerie für zu Hause:

Wer sich jeden Monat über eines der Bilder freuen möchte, für den ist der Kalender im Format DIN A3 genau richtig. Er ist für 12 Euro erhältlich. Alle 34 Motive auf einen Blick zeigt das Plakat im Hochformat DIN A2, das bereits für 5 Euro zu haben ist. Beide Artikel sind in der Geschäftsstelle der Aktionsgemeinschaft und der Tourist-Information zu erwerben.

Wer sich beim Blick in die Lüfte in ein ganz spezielles Motiv verliebt hat, der darf sich in diesem Jahr besonders freuen: Normalerweise werden die Original-Bilder im Rahmen der Kulturnacht versteigert und manches Motiv in der Vergangenheit erzielte stolze Verkaufserlöse. Da die Kulturnacht in diesem Jahr wegen der Corona-Pandemie ausfällt, gibt es ein spezielles Verfahren für den Kauf der Originale: In diesem Jahr sind die Motive zu einem Spezialpreis von 200 Euro erhältlich. Interessenten melden sich bei der Aktionsgemeinschaft, schließen einen Kaufvertrag ab und direkt nach dem Abhängen der Motive geht das Wunschbild in den Besitz des neuen Eigentümers über. Jetzt heißt es „schnell sein“, denn die ersten Anfragen für die 2m x 1,50 m großen Motive auf stabilen Alucobondplatten liegen bereits vor.

Alle Informationen zur Freiluftgalerie 2020 gibt es unter www.aktionsgemeinschaft-radolfzell.de/freiluftgalerie.

Auf geht's in die nächste Runde

Die diesjährige Freiluftgalerie hat es bewiesen: Das Organisationsteam der Aktionsgemeinschaft schafft es selbst in ambitionierten Zeiten, dass die großformatigen Fotos luftige Höhen erreichen. Die Resonanz auf dieses Engagement bestärkt die Akteure, im nächsten Jahr schon in die dritte Foto-Runde zu starten, damit von März bis Oktober 2021 wieder außergewöhnliche Bilder die Seestraße schmücken. Und der Wettbewerb ist eröffnet: Bis zum 31. Dezember können Hobbyfotografen ihre Werke einsenden, die zum neuen Motto „Unsere Heimat – Radolfzell und Ortsteile“ passen. Dieses Motto kommt nicht von ungefähr, denn im nächsten Jahr ist Radolfzell Gastgeber für die Heimattage Baden-Württemberg.

„Die Bilder sollen Heimatgefühl transportieren und Lust auf unsere tolle Stadt sowie deren Ortsteile machen“, erklärt Stefan Heck, Kopf des Organisationsteams der Aktionsgemeinschaft Radolfzell.



Anforderungen für die Teilnahme am Fotowettbewerb:

Einsendeschluss: 31. Dezember 2020

Bildversand an: freiluftgalerie@druckplus.com,
Dateien über 15 MB bitte per wetransfer.com

Technische Anforderungen an die Bilder:

mindestens 10 Millionen Pixel, geeignet für Querformat,
Dateiformat .jpeg, .tif oder .raw.

Teilnahmebedingungen:

unter www.aktionsgemeinschaft-radolfzell.de/freiluftgalerie.
Hier finden Sie auch die Teilnahmebestätigung, die fürs Mitmachen zwingend erforderlich ist.

TEXT BARBARA BURCHARDT

+++++++ Neues aus der Aktionsgemeinschaft +++++++

Ehrenamtliches Engagement lebt von Mitmachern und Mitdenkern, die Lust haben, sich einzubringen und dafür Zeit und Kreativität zu spendieren. So funktioniert auch die Arbeit der Aktionsgemeinschaft, die sich in Radolfzell für Handel, Dienstleistung und Gastronomie einsetzt: mit vielfältigsten Aktionen, Vertretung der Mitgliederinteressen auf unterschiedlichsten Ebenen und der Organisation von Werbekampagnen und Veranstaltungen wie beispielsweise den verkaufsoffenen Sonntagen oder dem Christkindlemarkt. Weil hinter jeder Idee immer engagierte Köpfe stehen, sind im Vorstand und im Beirat der Aktionsgemeinschaft insgesamt 17 engagierte Leute in verschiedenen Arbeitskreisen tätig. Und dass die ehrenamtliche Arbeit Spaß machen kann, zeigt das Engagement von vier neuen Beiräten in der Aktionsgemeinschaft:

Einer, der im Handel und in der Gastronomie zuhause ist, ist **Daniel Burger**. Ob im Dress-Code oder im Steg 11 – er engagiert sich in der Aktionsgemeinschaft, weil ihm Radolfzell am Herzen liegt. „Ich möchte mich für die anderen Radolfzeller Händler und Gastronomen einsetzen, Interessen vertreten und bei der Entwicklung der Stadt mitwirken. Die Arbeit der Aktionsgemeinschaft fasziniert mich, es wurde schon vieles auf die Beine gestellt und ich möchte mich gerne mit meinen Ideen einbringen. Außerdem ist das Team der Vorstandschaft ein guter Haufen, wodurch die ehrenamtliche Arbeit sehr viel Spaß macht.“



Bettina Leicher leitet das Marketing der Volksbank Konstanz. Sie organisiert künftig den Arbeitskreis für den verkaufsoffenen Sonntag „Musik uff de Gass“, den sie von ihrem Vorgänger in der Aktionsgemeinschaft, Roland Lang, übernommen hat. „Mich in der Region und für die Region zu engagieren, liegt mir als Marketingleiterin der Volksbank Konstanz quasi im Blut. Ich freue mich darauf, bei der Aktionsgemeinschaft Radolfzell viele tolle Ideen zu begleiten.“



Ein weiterer kreativer Kopf ist **Dieter Ruoff**, Geschäftsführer der Agentur Designum. Er bringt sich im Arbeitskreis Werbung mit seiner Expertise ein und bringt seinen Antriebspunkt auf den Punkt: „Ich bin bei der Aktionsgemeinschaft, um mit kreativen und innovativen Ideen und Konzepten den Einzelhandel, die Gastronomie und die Dienstleister vor Ort zu stärken und voranzubringen.“



Auch **Ralf Braun**, Chef des beliebten „Nordbahnhof“, bringt sich mit Rat und Tat in die Arbeit der Aktionsgemeinschaft ein. Er vertritt dabei vor allem die Interessen der Gastronomie in Radolfzell. „Ich bin seit 22 Jahren erfolgreich in Radolfzell als Gastronom tätig und finde es wichtig, dass auch diese Branche in der Aktionsgemeinschaft vertreten ist, da wir in Radolfzell viele Cafés, Bars und Restaurants haben, die ihren Teil zur Attraktivität unserer Stadt beitragen.“



Und wer bei so viel Begeisterung Lust bekommen hat, ebenfalls mitzumachen – die Aktionsgemeinschaft freut sich über jede Kontaktaufnahme!

FOTOS DESIGNUM





KULTUR
Radolfzell
VILLA BOSCH

Bundeskunstpreis für Menschen mit Behinderung



FOTOS MICHAEL SCHRODT

Platz 1 beim Bundeskunstpreis 2018: Kathrin Fuchs „Im schönsten Federkleid“.

Es ist wieder soweit! Ab dem 20. September sind für fast zwei Monate Bilder und Skulpturen von Künstlern mit Behinderung aus der ganzen Bundesrepublik in Radolfzell zu sehen.

Auch im 42. Jahr seines Bestehens sind beim Bundeskunstpreis sehenswerte und überraschende Werke zu bewundern. Bereits im vergangenen November startete die Ausschreibung zur Teilnahme am Preis, an der Kunstwerkstätten und Ateliers für Menschen mit Behinderung sowie Einzelkünstler teilgenommen haben.

Die Bandbreite der eingereichten Werke reicht von Skulpturen, Gemälden in Acryl und Öl, Zeichnungen mit Öl- und Wachskreide oder Fineliner sowie Aquarellen bis hin zu Linol- und Holzschnitten, Kaltnadelradierungen und Mischtechniken. Thematisch werden unter anderem gesellschaftliche Themen, subjektive Wahrnehmungen und Gemütszustände der bildenden Künstler behandelt. Bereits zum 22. Mal vergibt die Stadt Radolfzell diesen Preis an Künstler mit einer geistigen, psychischen oder körperlichen Behinderung mit einem Schwerbehindertengrad von mindestens 80 Prozent.

Die Jury rund um den Leiter der Heidelberger Sammlung Prinzhorn, Thomas Röske, hat aus den vielen Einreichungen 100 Exemplare für die Ausstellung ausgewählt und aus diesen nochmals 15 Preisträger gekürt. Die Schirmherrschaft für den Preis

hat in diesem Jahr die Kunst- und Wissenschaftsministerin des Landes Baden-Württemberg, Theresia Bauer, übernommen, die in einer Videobotschaft die Künstler, Mitwirkenden und Preisträger ehren wird.

Vor dem Hintergrund der Corona-Pandemie muss auf eine öffentliche Preisverleihung und eine Vernissage verzichtet werden. Die Ehrung der Künstler findet daher in diesem Jahr ausschließlich auf der Homepage des Kulturbüros statt. Hier wird auch die Videobotschaft von Theresia Bauer zu finden sein:

www.kulturbuero-radolfzell.de/bundeskunstpreis

Zwar ist der Ablauf in diesem Jahr ein anderer, dennoch kommt der analoge Kunstgenuss dabei nicht zu kurz. Im Zeitraum vom 20. September bis 8. November 2020 sind die Bilder und Skulpturen in der Villa Bosch in Radolfzell zu sehen und zu erwerben. Der Erlös kommt dabei den Künstlern zugute.

WEITERE INFORMATIONEN zur Villa Bosch, auch zu Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen gibt es unter www.villabosch-radolfzell.de





KULTUR
Radolfzell
STADTMUSEUM

Hausherren in Purpur und Gold

Bereits seit Juli sind in der Kabinettausstellung „Return of the Hausherren“ im Stadtmuseum abwechselnd kostbare Stücke aus dem Radolfzeller Münsterschatz zu sehen. Den Anfang machte die Festtagsmonstranz mit den Abbildern von Theopont, Senesius und Zeno. Seit 15. August kann ein aufwändig verziertes, purpurfarbenes Messgewand bewundert werden, das die Heiligen als kunstvolle, mit Goldfäden gespickte Stickereien zeigt. Und ab 5. Oktober werden zwei Hausherrenkelche die „Münsterschatz-Vitrine“ bereichern.

Bei dem einen Exponat handelt es sich um einen reich verzierten Barockkelch aus der Spitalkirche, der die Hausherren in klassischer Darstellungsweise mit den typischen Gesten und Körperhaltungen zeigt, die sie auch in der benachbarten Vitrine auf den historischen Ofenkacheln einnehmen. Dem gegenüber steht der jüngste Kelch aus dem Münsterschatz: der für Pfarrer Vogel angefertigte Hausherrenkelch. Dazwischen liegen rund 300 Jahre Geschichte.

Präsentiert werden die Kelche noch bis 1. November, danach öffnet sich die Schatzkammer für ein neues Ausstellungsstück.

Die Kabinettausstellung ist bis einschließlich 7. Februar 2021 im Stadtmuseum zu besichtigen.

Öffnungszeiten: Dienstag-Sonntag 11-17 Uhr

Weitere Informationen zur Ausstellung sowie zu den Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen des Stadtmuseums gibt es unter www.stadtmuseum-radolfzell.de.



FOTO STADTMUSEUM

Zur mildtätigen Unterstützung: „Radolfzeller Stiftungen“

Den Radolfzeller Stiftungen ist am 22. Oktober im Stadtmuseum ein Vortrag von Hildegard Bibby, stellvertretende Leiterin des Stadtarchivs, gewidmet.

Stiftungen gibt es in Radolfzell seit dem späten Mittelalter. Vor allem arme, alte, kranke und bedürftige Mitmenschen sowie sozial Benachteiligte kamen hier in den Genuss von Stiftungen. Auch würdige und begabte Kinder und Jugendliche wurden gefördert. Die älteste Radolfzeller Stiftung ist die des Heilig-Geist-Spitals. Mit der Erhebung zur Stadt 1267 wuchsen auch die sozialen Herausforderungen in Radolfzell. Vor diesem Hintergrund entstand im 14. Jahrhundert das dem Heiligen Geist geweihte Spital, in dem Kranke und Alte sowie Pfründner nebst Reisenden und Waisen versorgt wurden. Die Spitalstiftung ist eine Bürgerstiftung, die von der Radolfzeller Bürgerschaft ausging und dem Beispiel anderer Städte wie Konstanz und Überlingen folgte.

Die Radolfzeller Stifternamen reichen von Markus Tegginger und Johannes Büchelmann über Maria Theresia Bosch, Malwine Schiesser und Gotthard Allweiler bis zu Werner und Erika Messmer. Maria Theresia Bosch hinterließ nach ihrem Tod im Jahr 1900 eine Stiftung mit 195.000 Goldmark. Ihre Kinderlosigkeit war ein Grund, die Stadt Radolfzell als Alleinerbin einzusetzen. Ihr Ehemann Josef Franz Karl (gestorben 1881) war Apotheker und Erbauer der Villa Bosch (1863/64).



FOTO CHRISTOF STADLER

Das Heilig-Geist-Spital Radolfzell. Blick vom Innenhof auf das „Pfründnerhaus“ mit der großen Stube im ersten Obergeschoss und auf den Hauptbau an der Seestraße mit dem Kapellen-Dachreiter.

Vortrag: Donnerstag, 22. Oktober 2020, 19 Uhr, im Stadtmuseum

Gebühr: 5 Euro (mit Jahreskarte/für Mitglieder des Fördervereins und des Hegau-Geschichtsvereins 3 Euro)

Anmeldung erforderlich unter Telefon 07732/815 30

Weitere Informationen zum Vortrag sowie zu den Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen des Stadtmuseums gibt es unter www.stadtmuseum-radolfzell.de



METTNAU – BEWEGUNG IST LEBEN

In dieser Ausgabe mit folgenden Themen:

Entspann Dich!

Autsch! Das Kreuz mit dem Kreuz

Leicht & lecker – gewusst wie!

TEXT NICOLA M. WESTPHAL

FOTO METTNAU – ACHIM MENDE

Die METTNAU – für Ihre Gesundheit!

Seit ihrer Eröffnung im Jahre 1958 hat sich die METTNAU als eines der bedeutendsten und traditionsreichsten Zentren für Bewegungstherapie in Deutschland etabliert.

Die METTNAU ist als Medizinische Reha-Einrichtung der Stadt Radolfzell auf die Therapie bei Störungen des Herz-Kreislauf-Systems spezialisiert. Des Weiteren werden orthopädische Befunde, Stoffwechselerkrankungen sowie die Folgen psychischer Überbelastung behandelt. Die METTNAU betreut die Gäste während ihres Aufenthaltes und unterstützt sie, die eigenen Ressourcen wiederzuentdecken und zu reaktivieren. So lässt sich den Herausforderungen des Alltags wieder mit Gelassenheit entgentreten.

Die METTNAU bietet Kompetenz auf höchstem Niveau. Ein Team von über 330 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, darunter Sportlehrer, Therapeuten und Fachärzte wie Internisten, Kardiologen, Ernährungsspezialisten und Psychologen,

teilen ihren Erfahrungsschatz in einem interdisziplinären Team. Zu den Gästen der METTNAU gehören ebenso gesetzlich Versicherte und Selbstzahler wie auch Mitarbeiter kleiner und großer, weltweit agierender Unternehmen. Im Mittelpunkt einer erfolgreichen Therapie steht immer der Gast in seiner Gesamtheit und in seinem ganz persönlichen Umfeld. Neben der Rehabilitation nach Krankheit ist die Prävention mit einer gezielten Gesundheitsförderung eine weitere Säule des Behandlungskonzepts.

Nicht zuletzt lädt die einmalig schöne Lage direkt am Ufer des Bodensees dazu ein, auf der METTNAU zu Gast zu sein.

Gesund werden, gesund bleiben mit und auf der METTNAU.



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@mettnau.com
www.mettnau.com

Entspann Dich!

Psychische Belastungen und Stress spielen eine wesentliche Rolle bei der Entstehung von gesundheitlichen Beschwerden.

Allzu oft wird unser Alltag von Aufgaben und Terminen beherrscht. Nicht selten arbeiten wir unter Zeitdruck. Dabei ignorieren wir, wie unsere Anspannung wächst, wir gehetzt sind, sich der Körper verkrampft. In der Folge kann es zu Symptomen wie Muskelverspannungen, Herzrasen oder Kopfschmerzen kommen. Es gibt jedoch verschiedene Entspannungsverfahren, die sich positiv auf Körper und Seele auswirken. Das Sporttherapeuten-Team der METTNAU stellt einige davon vor:



DAGMAR ABLEITNER:

QIGONG

Beim Qigong (vor etwa 5000 Jahren in China entstanden) handelt es sich um feste Bewegungsfolgen, die langsam und fließend ineinander übergehen - ähnlich einem „stillen Tanz“. Neben der Bewegung liegt der Fokus auf der Konzentration, Meditation und Atmung. Qigong ist ein wichtiger Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). „Qi“ heißt übersetzt Energie, Atem, Beseeltheit; „Gong“ wird mit Arbeit, Fähigkeit oder beharrlichem Üben erklärt. Ziel ist es, die Lebensenergie Qi im Fluss zu halten, beziehungsweise so zu beeinflussen, dass der Organismus gestärkt und der Geist beruhigt wird. Der Übende führt im Zeitlupentempo Bewegungen aus, die bildhaft Namen tragen, wie – „die verschlungenen Wurzeln eines alten Baumes“. Die Übungen sollen die Meridiane dehnen und Akupunkturpunkte stimulieren, damit das Qi leichter strömen und in die richtigen Bahnen gelenkt werden kann. Qigong schult die Konzentration, Entspannung und verbessert die Beweglichkeit und Kraft. Außerdem werden die Selbstwahrnehmung und die Achtsamkeit verbessert. Da die körperliche Belastung eher gering ist, können die Übungen in jedem Alter ausgeführt werden.



TEXT NICOLA M. WESTPHAL FOTOS METTNAU

JÖRN SCHILLING:



PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG NACH JACOBSON

Das tiefenmuskuläre Entspannungstraining nach Jacobson (auch progressive Muskelentspannung genannt) basiert auf der Beobachtung, dass wir uns in Zuständen innerer Unruhe, bei Schlafproblemen, Stress und Angst auch muskulär anspannen. Durch das bewusste Anspannen und Entspannen einzelner Muskelgruppen von Kopf bis Fuß, soll nun die Muskelspannung herabgesetzt und damit auch eine psychische Entspannung erreicht werden. Das Training wirkt sich nachweislich positiv auf eine Reihe körperlicher Funktionen aus, wie beispielsweise die Atmung, die Herzfrequenz, den Blutdruck sowie die elektrische Hirnaktivität. Das tiefenmuskuläre Entspannungstraining ist einfach zu erlernen. Regelmäßig praktiziert (auch in verkürzter Form) fällt es schon nach wenigen Übungen leichter, gedanklich abzuschalten und zur Ruhe zu finden. Über eine längere Zeit geübt, lassen sich vegetative Störungen abbauen. Zudem wird ein positiver Effekt auf das Herz-Kreislauf- und Immunsystem erzielt.

ALEXANDRA SCHEFCZYK:



TANZ UND ENTSPANNUNG

Musik kann Medizin sein. Die heilende Kraft der Musik wird bereits bei diversen Therapien eingesetzt. Studien zeigen, dass angenehme Musik die Gefäßfunktion bei Patienten mit koronarer Herzerkrankung verbessert. Bei hohem Blutdruck ist Tanzen ebenso gut geeignet wie Walking, Schwimmen oder Kraftausdauertraining. Tanzen verbessert die Koordination, die Gedächtnisleistung, die Beweglichkeit, den Gleichgewichtssinn und die Körperwahrnehmung. Die Bewegung im Takt der Musik wirkt ebenso ausgleichend wie stimulierend. Das Angebot der METTNAU „Tanz und Entspannung“ verbindet ruhige Musik mit fließenden Bewegungsabläufen und einfache Schrittfolgen zu leicht erlernbaren Choreografien. Innere Achtsamkeit und Präsenz macht die Schönheit der Tänze aus. Tanzen als kleine Insel der Harmonie und Entspannung in der Hektik des Alltags.

SUSANNE GLASER:



YOGA

ist so alt wie die Menschheit. Die indisch philosophische Lehre verhilft uns den Blick nach innen zu richten, das Bewusstsein zu erweitern, achtsam zu sein. Mithilfe der Übungen werden die Körperwahrnehmung geschult sowie die Beweglich-, Dehn- und Entspannungsfähigkeit verbessert. Wichtig ist es, die einzelnen Übungen ohne Leistungsdruck, sondern mit Achtsamkeit und Respekt sich selbst gegenüber durchzuführen. Auf der METTNAU stehen am Anfang und Ende einer Yogaeinheit jeweils eine „Körperreise“, die es den Teilnehmer ermöglicht, innezuhalten und ebenso bewusst wie wertfrei Gedanken und Körperempfindungen wahrzunehmen. Denn nur das, was man wahrnimmt, kann man auch bewusst loslassen. Auf diese Weise ist es möglich, die „Sprache des eigenen Körpers“ besser zu verstehen – auch im Alltag.



AUTSCH!

Das Kreuz mit dem Kreuz

„Ich hab' Rücken“, heißt es oft umgangssprachlich. Rückenschmerzen gelten als der Volksschmerz Nummer Eins. Laut Aussage der Krankenkassen gelten Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems als eine der Hauptursachen für krankheitsbedingte Fehltag. Wenn das Kreuz schmerzt, stehen Ärzte oft vor einem Rätsel, denn die Ursachen können vielfältig sein.

Nur selten sind Knochenbrüche, Infektionen oder Tumore die Schmerzursache. Diese bedürfen einer weiterführenden ärztlichen Abklärung und Therapie. Meist handelt es sich um Beschwerden, welche auf zu viel oder zu wenig, auf einseitige Bewegung oder andere „ungünstige Lebensumstände“ zurückzuführen sind. Diese Art von Beschwerden lassen sich in der Regel durch gezielte Veränderungen des Lebensstils positiv beeinflussen.

Die Muskulatur und deren Hüllen

Wir besitzen etwa 500 Muskeln, die es uns ermöglichen zu atmen, lachen, rennen, springen oder zu klettern. Etwa ein Drittel dieser Muskeln haben einen direkten Einfluss auf die Wirbelsäule und stützen sie zu 90%. Zudem spielen die Faszien, „unser unbekanntes Sinnesorgan“, eine entscheidende Rolle. Faszien sind Häute, die sich über Muskeln, Organe, Blutgefäße und Nervenstränge legen und weitaus mehr Sensoren besitzen, als unsere Muskeln. Dr. med. Sandra Unger, Fachärztin, Schmerztherapeutin, Osteopathin und Funktionsoberärztin der METTNAU erklärt: „Die Faszien spielen eine bedeutende Rolle in der Entstehung und dem Fortbestehen von Rückenschmerzen. Sie melden nicht nur Informationen über Bewegung, Lage, Druck, Spannung und Schmerzen des Körpers, sondern senden auch positive und negative Gefühle an das Gehirn sowie an unser vegetatives Nervensystem. Diese Informationen werden durch unsere Datenautobahn, den Rücken, beziehungsweise das Rückenmark, transportiert. Der Rücken ist sozusagen das Spiegelbild unseres Befindens und sendet Warnsignale, wenn ihm etwas nicht gefällt.“ Generelle Belastungen im Alltag, wie Stress am Arbeitsplatz oder in der Familie, wirken sich auf den Rücken aus und lassen die Muskeln verspannen. Symptome wie Ischias Beschwerden, steifer Nacken oder ein Hexenschuss sind nicht selten Ausdruck seelischer Erschöpfung und machen sich bemerkbar, wenn Betroffene „viel zu tragen“ haben. Diagnose und Therapie

Ein akuter Schmerz hat immer eine Warnfunktion und gibt die Möglichkeit, etwas an der momentanen Situation zu ändern. Ein chronischer Schmerz hingegen, der mehr als drei bis sechs Monate andauert, beeinträchtigt die Lebensqualität erheblich. So kann er Betroffene nicht nur in die körperliche, und seelische, sondern auch in die soziale Isolation treiben und „füttert“ zudem unser Schmerzgedächtnis. Patienten gelten dann nicht mehr als „rückenkrank“, sondern als „schmerzkrank“. Infolgedessen flüchten sie sich zunehmend in ein ausgeprägtes Schonverhalten und Ängste. „Das ist ein Teufelskreis.“; so Dr. Unger. „Denn der negative Stress triggert die Schmerzen erneut.“



TEXT NICOLA M. WESTPHAL FOTO METTNAU

Damit sich Rückenschmerzen nicht chronifizieren, gilt es frühzeitig auch psychosoziale Belastungsfaktoren zu erkennen. Wichtig ist eine ausführliche ärztliche Befragung des Patienten (Anamnese) und Untersuchung, um die Ursachen und Begleitumstände des Schmerzes zielgerichtet herauszuarbeiten. Erfahrene Ärzte können zudem mithilfe einer gezielten Untersuchung der Muskeln, Bänder, Sehnen und Gelenke – beispielsweise verhärtete Muskeln oder ein blockiertes Kopfgelenk – gut ertasten. Die Therapie hat sich im Laufe der Jahre verändert, denn während Ärzte früher zu Ruhe rieten, heißt es heute einerseits „rein in die Bewegung“ und sich ebenso gezielte Auszeiten zu nehmen. Der durchschnittliche „Büromensch“ bewältigt täglich gerade einmal 1800 Schritte, empfohlen werden jedoch mindestens 4000. Studien belegen, dass Menschen, die täglich drei bis fünf Kilometer zügig gehen, vielen Krankheiten „davonlaufen“. Neben der Prophylaxe von Rückenschmerzen, werden so auch der Blutdruck gesenkt, die Fettverbrennung angeregt und die Insulinresistenz, die für einen Diabetes mellitus Typ II verantwortlich ist, positiv beeinflusst. Also: Kommen Sie in Bewegung!“

TIPP

→ Wechselnde Körperhaltungen während der Arbeit, Bewegungs- und Lockerungsübungen zwischendurch, ausreichend sportliche Aktivitäten in der Freizeit und Ruhephasen während der Nacht.

→ Den Stress-Zyklus unterbrechen, („bewegte“) Pausen in den Alltag einbauen und entspannen – gegebenenfalls mit Yoga, Meditation oder Ausdauertraining.

→ Bei unvermeidbar längeren Sitzphasen: Regelmäßig die Sitzposition wechseln, den Körper dehnen, die Schultermuskulatur entspannen und die Wirbelsäule rotieren. „Die nächste Sitzposition ist immer die beste.“

Und denken Sie daran: Bleiben Sie in Bewegung!

Leicht & lecker – gewusst wie!

„Du bist, was Du isst“

Dieses Zitat des deutschen Philosophen Ludwig Feuerbach hat wohl auch heute, gut 170 Jahre später, nicht an Bedeutung verloren. Vielen Menschen sieht man an, wie sie sich ernähren. Sie essen zu viel, zu fettig, zu ungesund. Zwischen Arbeit und Alltag heißt es nämlich oft nur „Nahrungsaufnahme“ statt „gesunder Ernährung“. Fast Food, Pizza und Kantinenessen am Mittag, abends ein Brot mit Wurst oder Käse. Dabei kann Kochen und gesunde Ernährung richtig Spaß machen! Allein der Gang über den Wochenmarkt und aus der Vielfalt an frischem Obst und Gemüse auszuwählen, kann zu einem wahren Vergnügen werden. Und beachtet man bei der Zubereitung der Speisen noch einige kleine Tipps und Tricks, lassen sich Nährstoffe und Vitamine bestmöglich erhalten und überflüssige Kalorien einsparen.

Kochen mit Köpfchen

Wählen Sie fettarme und nährstoffschonende Garmethoden. Das heißt: Gemüse und Kartoffeln am besten dämpfen oder dünsten, denn so bleiben Vitamine und der Eigengeschmack der Lebensmittel optimal erhalten. Frittierte und panierte Fleisch- und Fischgerichte sollten die Ausnahme bleiben, besser eignet sich das Grillen oder das Braten in beschichteten Pfannen. Oft reicht es dabei aus, die Pfanne lediglich mit etwas Öl einzupinseln, anstatt eine große Menge Öl direkt in die Pfanne zu gießen. Größere Fleischstücke lassen sich hervorragend im Römertopf oder in einem Bratschlauch zubereiten, auf diese Weise garen sie im eigenen Saft und benötigen kein zusätzliches Öl. Fischfilets und Gemüsepackchen gelingen saftig und schmackhaft in Alufolie verpackt, im Backofen oder auf dem Grill gegart.

Alles in Butter?

Der obligatorische „Klacks“ Butter oder der großzügige „Schuss“ Sahne an Soßen oder Suppen schmeckt zwar gut, liefert aber viele Kalorien und tierische Fette. Sahne lässt sich gut durch fettarme Milch, Kondensmilch oder Kaffeesahne ersetzen. Saure Sahne mit 10 % Fett ist ein prima Ersatz für Schmand oder Crème fraîche. Wichtig ist, die saure Sahne vorher mit etwas warmer Soße zu verrühren und nach dem Einrühren in die Speise nicht mehr aufzukochen, da sie sonst ausflockt. Sämige Soßen entstehen, wenn man das mitgekarte Gemüse püriert und der Soße zufügt oder pflanzliches Bindemittel wie Johannisbrotkernmehl oder Guarkernmehl einrührt. Beide quellen sehr stark, so dass es ausreicht, nur eine Messerspitze pro 250 ml Flüssigkeit zu verwenden. Bei Aufläufen lässt sich die Sahne durch fettarme Milch und Ei ersetzen und zum Gratинieren eignet sich eine würzige Mischung aus geriebenem Mozzarella und geriebenem Parmesan.

Auf's Brot gestrichen

Ein „Butterbrot“ am Abend? Das ist für viele Menschen immer noch der Klassiker. Je nach Art und Menge des Brotes, Streichfettes und Belags wie Wurst oder Käse, in denen sich zusätzlich viel Fett versteckt, kann sich das Abendbrot als Kalorienbombe entpuppen. Das Streichfett (Butter, Margarine) lässt sich gut durch Quark, Hütten- oder Frischkäse oder durch selbstgemachte kalorienarme Brotaufstriche ersetzen. Magerquark, der leicht trocken schmeckt, bekommt durch das Anrühren mit kohlesäurehaltigem Mineralwasser einen sahnigen Geschmack. Verfeinert man diesen mit frischen oder tiefgekühlten Kräutern, verwandelt man ihn in einen aromatischen Kräuterquark. Alternativ zu Butter oder Margarine schmecken unter Wurst und Käse auch Senf, Tomatenmark oder Meerrettich. Ergänzt mit Rohkost wie Gurke, Tomate, Paprika, Salatblätter oder Zwiebel wird das Brot zu einem schmackhaften und vollwertigen Sandwich.



TEXT UND FOTO NICOLA M. WESTPHAL

NICO'S BLOG:

E-MAIL FÜR MICH!



Nach längerer Zeit leere ich mal wieder mein E-Mail-Postfach. Nicht mein berufliches, sondern das, welches ich extra für Bestellungen angelegt habe. 258 Mails haben sich angesammelt. Zwischen Spendenaufrufen und Schnäppchenangeboten hätte ich ordentlich auf Payback sonderpunkten können. Blöd, habe ich zu spät gesehen. Zudem gibt es Anfragen, ob ich nicht gegebenenfalls meinen Stromanbieter wechseln, meinen Gewinn von einer Million Euro einlösen oder Bauchfett loswerden wolle. Auch viele persönliche Mails sind wieder dabei, von Freunden aus aller Welt. Also solchen, von denen ich bisher gar nichts wusste. So schreibt mir in gebrochenem Englisch ein John aus Afrika, dass er mein Bild gesehen hat (wo auch immer) und mich gerne kennenlernen und „in Germany“ besuchen wolle. Schade, ich bin liiert, sonst hätte ich hier bestimmt einen Beitrag zur Völkerverständigung leisten können. „Anna“ verspricht mir eine garantiert langanhaltende Erektion und eine unbekannte Dating-Plattform hat ein Match für mich gefunden, mit „Sexi Hexi 66“. Die Zahl verweist wohl auf ihr Alter. Und wie nett, sie hat ein Brustbild von sich eingestellt, also wörtlich genommen. So etwas passiert mir öfter, weil der Name Nicola nicht so ganz eindeutig einem Geschlecht zuzuordnen ist. Für einen Moment lang ziehe ich in Erwägung, das Angebot eines Anbieters für Cannabis-Öl anzuklicken. Damit könnte ich vielleicht das freizügige Foto wieder aus meinem Kopf bekommen.

Mal ehrlich, täglich werden wir mit Nachrichten, Informationen und Eindrücken überflutet und sind gezwungen, zu selektieren. Das ist Arbeit und kostet Zeit. Zeit, die wir wertvoller verbringen könnten, indem wir uns mal wieder auf Wesentliches konzentrieren oder uns einfach nur entspannen und den Kopf ausschalten. Um das zu üben, gibt es eine Reihe von Entspannungstechniken. Einige davon stellen wir Ihnen in dieser Ausgabe auf Seite 20-21 vor. Kommen Sie entspannt durch den Spätsommer

Herzlichst Ihre

Nicola M. Westphal
Nicola M. Westphal

Ein Rezept aus unserer METTNAU-Küche:



FOTO METTNAU

Kartoffel-Pilzkuchen

■ Für 4 Personen ■ Nährwert pro Portion 360 kcal ■ VEGETARISCH

Zutaten

1 Für den Teig:

350 g Pellkartoffeln
100 g Weizenvollkornmehl
2 EL Weizengrieß
1 Ei (Gr. M)

2 Für den Belag:

1 Zwiebel
1 EL Olivenöl
½ Bund Petersilie
500 g Champignons oder Shiitakepilze
1 Ei (Gr. M)
30 ml Kondensmilch, 4 % Fett
50 ml Milch, 1,5 % Fett
120 g Edamer, 30% Fett i.Tr., gerieben

Zubereitung

1 Kartoffeln mit der Schale dämpfen, pellen, durchdrücken und etwas abkühlen lassen. Menge mit Weizenvollkornmehl, Weizengrieß und dem Ei mischen. Den Kartoffelteig ausrollen und in eine mit Backpapier ausgelegte Springform (Ø 26 cm) geben, dabei einen 2 cm hohen Rand ziehen.

2 Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und in Olivenöl andünsten. Die Petersilie fein hacken, Pilze putzen, in Scheiben schneiden und beides zu den Zwiebeln geben. Evtl. 2-3 EL Wasser zugeben und 1 Minute dünsten. Die Kondensmilch, das Ei und die Milch unterrühren.

Die eine Hälfte des Edamers unter die Pilzmasse geben, diese auf dem Kartoffelteig verteilen und mit dem restlichen Käse bestreuen.

3 Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C ca. 50 Minuten backen, anschließend kurz ruhen lassen.

4 Kuchen aufschneiden und anrichten. Dazu passt ein knackiger Blattsalat.

TIPP

In der Saison und wenn es etwas edler sein darf, gehen auch sehr gut Pfifferlinge oder Steinpilze, man kann natürlich auch eine Pilzmischung nehmen.

Hätten Sie's gewusst?

Pilze müssen „atmen“, da sie sonst schnell Schimmel ansetzen. Am besten sollten sie unverpackt gekauft werden. Sind sie verpackt, gleich die Plastikfolie entfernen. Bei Lagerung hilft es, sie in ein trockenes, sauberes Tuch zu wickeln. Im Gemüsefach des Kühlschranks halten sie sich dann maximal drei bis vier Tage. Wenn möglich, Pilze immer frisch verzehren.



KULTUR
Radolfzell
präsentiert.

Alumni-Konzert der SOMMERAKADEMIE



FOTO YUMIKO YUMIBA – PRIVAT

Seit über 25 Jahren kommen Musikstudenten aus aller Welt nach Radolfzell, um sich bei der Internationalen Sommerakademie in den Instrumentalfächern Violine, Violoncello und Klavier eine Woche lang weiterzubilden. Vor dem Hintergrund der Corona-Pandemie konnten die Meisterkurse in diesem Jahr leider nicht durchgeführt werden. Jedoch finden sich erfreulicherweise in jedem Jahrgang der Akademie Musikstudenten, die nicht nur alleine konzertieren, sondern sich mit anderen Mitstreitern zu einem Duo, Trio, Quartett oder größerem Ensemble zusammenschließen, um im Folgejahr ein Konzert in Radolfzell zu geben. So konnte auch für den Herbst 2020 eine exzellente Musikerin aus dem Akademie-Jahrgang 2019 für ein Konzert in Radolfzell gewonnen werden.

Die japanische Geigerin Yumiko Yumiba, die bereits bei zahlreichen renommierten internationalen Wettbewerben ausgezeichnet wurde, konzertiert gemeinsam mit ihrem nicht weniger erfolgreichen Klavierpartner Ji-Hwan Hong am **Sonntag, 25. Oktober, um 11 Uhr im Foyer des Milchwerks.**

Als Konzertprogramm bringen sie eine wunderschöne Auswahl an Werken von Beethoven, Sibelius, Ysaÿe und Ravel mit..

Der Eintritt ist frei. Wer sich einen Platz sichern möchte, kann sich unter kulturbuero@radolfzell.de bis zum 21. Oktober mit seinen Kontaktdaten anmelden. Für alle anderen Interessierten und Kurzentschlossenen besteht die Möglichkeit, ohne Voranmeldung das Konzert zu besuchen und dabei die Kontaktdaten direkt am Veranstaltungstag vor Ort in eine entsprechende Liste einzutragen. Das Kulturbüro und die Musikschule freuen sich über eine Spende zur Unterstützung der Künstler.

Neuer Caterer im MILCHWERK

Nach vielen erfolgreichen Jahren hat Frank Münz seine langjährige Tätigkeit als Milchwerk-Caterer beendet. Mit der Fetscher Event[n]Marketing GmbH aus Ittendorf ist nun ein neuer professioneller Partner für die gastronomische Versorgung im Milchwerk zuständig. Im Landkreis Konstanz hat sich das Unternehmen auch als Veranstalter einen Namen gemacht. Unter anderem organisiert es das Deutsch-Schweizer Oktoberfest und die Südwestmesse in Villingen-Schwenningen. Doch es tritt nicht nur als Caterer unterschiedlichster Veranstaltungen auf, sondern kann zusätzlich Zelte und andere Dinge, die für Veranstaltungen benötigt werden, auch außer Haus vermieten. „Wir müssen gerade auch in diesen besonderen Zeiten für unsere Gäste da sein und mit kreativen Ideen weiterhin Veranstaltungen ermöglichen“, betont der Geschäftsführer des Unternehmens, Hans Fetscher. „Wir wollen nicht nur Caterer, sondern auch Veranstalter sein!“ Zum neuen Angebotsportfolio gehört bereits seit Juli ein Tagesgastronomieangebot mit Mittagstisch im Foyer des Milchwerks, das allen Radolfzellerinnen und Radolfzellern zugänglich ist. Unter dem Namen „Restorama“ werden täglich (Mo-Fr 11-15 Uhr) im Foyer wechselnde Gerichte sowie Kaffee, Kuchen und Snacks angeboten. Und ab sofort werden auch Aufträge für Außerhaus-Catering am westlichen Bodensee angenommen.

Weitere Informationen unter milchwerk-radolfzell.de/catering, fetscher-event-marketing.de/de/firmenwelt/milchwerk-radolfzell und auf facebook.com/MilchwerkCatering.



FOTO STADTVERWALTUNG RADOLFZELL

Standortleiter David Schoof, Erik Hörenberg von der städtischen Abteilung Milchwerk, Hans Fetscher und Philipp Rößler (Küchenleiter) an der Theke im Milchwerk-Foyer, wo zukünftig unter dem Namen „Restorama“ auch ein Mittagstisch angeboten wird.

Schöne Aussichten



TEXT THOMAS GIESINGER FOTOS KUHNLE & KNÖDLER

Der Spät- und Altweibersommer ist eine hervorragende Zeit zum Wandern rund um Radolfzell. Herrliche Aussichtsorte, Tage mit guter Fernsicht und schöne Wanderangebote ergänzen dieses besondere Erlebnis. Es lohnt sich, sich auf den Weg zu machen.

Im September und Oktober ist es besonders schön, in unserer Landschaft zu wandern. Es ist nicht mehr so heiß wie in den Monaten zuvor, aber die Temperaturen sind meistens noch so angenehm, dass man sich zur Vesperpause auch hinsetzen oder an einem Aussichtspunkt länger verweilen kann. Die Luft ist oft klarer als im Sommer, die Landschaft wirkt intensiver und näher, auch die Tage mit guter Fernsicht häufen sich. Der Säntis und andere Alpengipfel grüßen aus der Schweiz und dem österreichischen Vorarlberg. Im Oktober beginnt sich das Laub zu verfärben. Die grüne Landschaft bekommt immer mehr goldene und weinrote Farbtupfer. Jetzt ist auch die ideale Zeit, die herrliche Landschaft zu fotografieren.

Beobachtungen im Herbst

Auch die Natur hat noch viel zu bieten: Einige Sommerblumen wie die Witwenblume oder die Wiesenflockenblume blühen noch, dazu kommt an trockenen Südhängen die Goldaster und dort, wo es etwas feuchter ist, die Herbstzeitlose. 2020 ist ein Apfel- und Birnenjahr: Es ist schön zu sehen, wie die Bäume auf den Streuobstwiesen rund um unsere Stadt vollhängen. Für die Vogelbeobachtung lohnt sich ein Fernglas: Auf Schlickflächen am Seeufer können Wanderer rastende Watvögel entdecken, den Kampfläufer oder den Kiebitz etwa. Seit einigen Jahren bleiben Stare in großen Schwärmen im Bodenseeraum. Auch auf ihre spektakulären Flüge sollte man achten. Finken tun sich nun zu vagabundieren-

den Trupps von einigen Dutzend Vögeln zusammen. Um die Mittagszeit kreisen oft Bussarde, Milane und andere Greifvögel am Himmel, unter ihnen nun viele Durchzügler. Im Oktober kommen die ersten Wintergäste aus Skandinavien und Sibirien – große Ansammlungen von Enten auf dem Wasser können zum Beispiel von der Radolfzeller Uferpromenade aus, zwischen Hafenmole und Yachtclub, gut beobachtet werden.

Schöne Aussichtsorte

Oberhalb der Radolfzeller Ortsteile Güttingen, Liggeringen und Stahringen werden die Wanderer mit besten Aussichten belohnt. Auf einigen Wanderstrecken lassen sich mehrere Aussichtsorte miteinander verbinden: So kann man mit dem Stadtbus nach Güttingen fahren und den Durchenberg erklimmen. Der Gipfel des mit Gras bewachsenen eiszeitlichen Hügels erinnert an eine umgedrehte Schüssel. Von dort hat man einen schönen Blick auf Radolfzell, den Bodensee und die Hegauberge, allen voran den Hohentwiel bei Singen. Richtung Stahringen lässt sich die Wanderung fortsetzen über einen weiteren Berg, die Schlosshalde hoch und von dort zur Homburg. Dort wird der Wanderer für seine Mühen mit dem vielleicht schönsten Rundum-Blick auf das Stadtgebiet von Radolfzell entschädigt. Zurück kommt man dann stündlich mit dem Seehäsele-Zug vom Bahnhof Stahringen nach Radolfzell.

Bisons und Seeblicke

Eine andere ausgesprochen schöne Wanderstrecke führt von Liggeringen aus (ebenfalls mit dem Stadtbus erreichbar) den Berg hinauf bis zum Bisonsgehege. Es liegt in einer Insel aus Wiesen und Äckern mitten im Laubwaldgebiet Bodenwald. Gleich hinter dem Gehege warten schöne Aussichtspunkte zum anderen Seeteil, dem Überlinger See. Der Wanderweg zurück nach Liggeringen ist deshalb besonders reizvoll, weil er durch den schönsten und größten Wald auf Radolfzeller Gebiet führt.

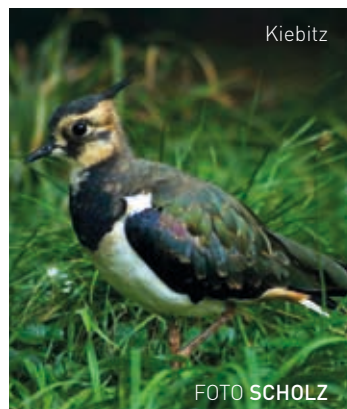
WANDERANGEBOTE

Für alle, die sich allein auf den Weg machen wollen, gibt es die Wanderkarte „Radolfzeller Runden“ mit vier reizvollen Wandervorschlägen, erhältlich bei der Tourist-Information Radolfzell oder als Download unter www.radolfzell-tourismus.de, ebenso wie Kartenmaterial zum Premium-Wanderweg SeeGang, der oberhalb von Radolfzell über Liggeringen vorbeiführt.

Geführte Wandertouren und Exkursionen bieten die Tourist-Information, BUND, NABU und der Schwarzwaldverein an. Beachten Sie bitte, dass zu Corona-Zeiten die Angebotspalette eingeschränkt ist.

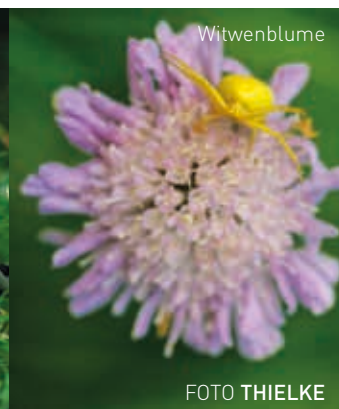
INFORMATIONEN & KONTAKTE

Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH:
www.radolfzell-tourismus.de
 Schwarzwaldverein: swv-radolfzell.de/wandern
 BUND-Naturschutzzentrum Radolfzell-Möggingen:
 Telefon 07732-15070
 NABU: www.NABU-Bodenseezentrum.de



Kiebitz

FOTO SCHOLZ



Witwenblume

FOTO THIELKE



Wo Wissenschaft



zum Erlebnis wird



Nirgendwo ist die interessierte Bevölkerung so nah dran an der Wissenschaft wie im Max-Planck-Institut für Verhaltensbiologie im Radolfzeller Ortsteil Möggingen. Ein Besuch im Medienhaus „Hennhouse“ von MaxCine, dem Zentrum für Kommunikation und Austausch, ist etwas Besonderes.

*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

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



Von außen unscheinbar, innen eine multimediale Erlebniswelt: das Hennhouse.

TEXT UND FOTOS MAXCINE

Über die Wissenschaft informieren, Forschung miterleben, digital in der Natur unterwegs sein und die Zukunft auf unserem Planeten aktiv mitgestalten – auf diesen Aspekten liegt der Fokus der Öffentlichkeitsarbeit bei MaxCine. Besonderes Augenmerk legt das Institut auf Kinder und Jugendliche, die Wissenschaftler von Morgen.

Seit zehn Jahren lässt MaxCine mit seiner Multimediainstallation „Hennhouse“ große und kleine wissenschaftsbegeisterte Menschen an der Arbeit der Forscher teilhaben.

Das Medienhaus „Hennhouse“ ermöglicht Besuchern ohne vorherige Anmeldung, die Arbeit des Instituts und aktuelle Forschungsprojekte zu erleben – lebendig und abwechslungsreich in Multimediashows, die von 15 Computern, zehn Touchscreen-Monitoren und fünf Projektoren generiert werden.

Durch die besondere Gestaltung des Innenraums und die Projektion auf dem Boden werden die Besucher beim Betreten des eher „unscheinbaren“ Gebäudes unmittelbar in eine andere Welt versetzt. Der denkmalgeschützte alte Hühnerstall an der idyllischen Schlossmühle eignet sich optimal als Ausflugsziel, auch bei Regenwetter.

Es lohnt sich auch ein Abstecher zur BienenMarie, der Bienenweide von MaxCine: Auf einer Fläche von 1.500 Quadratmetern wurde ein Lebensraum für Vögel, Insekten und Kleintiere angelegt, der nicht nur zu Forschungszwecken dient, sondern auch Naturfreunden und Kindern Einblicke in das vielfältige Leben auf einer naturbelassenen Wiese bietet.

Im Rahmen der Online-Vortragsreihe „Science Goes Public“ berichten die Forscherinnen und Forscher des Max-Planck-Instituts für Verhaltensbiologie von ihrer

wissenschaftlichen Arbeit, die sie oft rund um den Globus führt. Die Vorträge finden dienstags live auf dem MaxCine-Youtube-Kanal statt: www.youtube.com/channel/UCakELsdaeQZM1GxIT2Y6c-A.

Auf dem gleichen Kanal findet sich auch eine Auswahl der im „Hennhouse“ gezeigten Filme.

Im Herbst 2020 wird sich das Team von MaxCine wieder eine Woche im „Hennhouse“ einschließen, um aktuelle Inhalte einzuspielen, neue Features einzubauen und alle Geräte zu warten. Während dieser Zeit bleibt das „Hennhouse“ geschlossen. Den genauen Termin sowie weitere aktuelle Informationen über das „Hennhouse“, das Programm von MaxCine und die Online-Vorträge gibt es auf www.ab.mpg.de/maxcine oder auf unserem Instagram-Kanal www.instagram.com/maxcine_mpiab.

G

BUCH
GREUTER

LESEGLÜCK

beginnt bei uns

Schützenstraße 11 | Radolfzell

Onlineshop | buch-greuter.de

Margrit Pomrehn | **Schmuckunikate**
Seestraße 41 | 78315 Radolfzell

Lust auf Schmuck?



Dr. Matthias Hinzpeter.



Fertigungsmitarbeiter beim Überprüfen der hochkomplexen Elektronik ...



... und bei der präzisen Prototypen des neuesten

Smart Imagine Solutions

Hochkomplexe, bildgebende Systeme sind aus der klinischen Diagnostik und Biotechnologie heute nicht mehr wegzudenken. Die Sensovation AG in Radolfzell ist Spezialistin für diese Technologien und behauptet sich mit ihren Entwicklungen und Produkten weltweit am Markt.

Gegründet im Jahr 2000 und heute im Zentrum der Stadt zwischen dem Jahrhundertbau und dem Verwaltungsgebäude von Schiesser gelegen, hat sich die Sensovation AG zu einem spezialisierten Anbieter

von Systemen im Bereich digitaler Pathologie und multiparametrischer Labordiagnostik entwickelt. In den letzten drei Jahren ist die Zahl der Mitarbeiter von 28 auf rund 100 gewachsen und das Unterneh-

men will seinen Standort weiter ausbauen. Schon der Firmenname, für den die Begriffe „Sensorik“ und „Innovation“ standen, weckt Spannung auf das, was bei der Sensovation AG geschieht.



Komponenten in der Optikmontage, welche unter dem Mikroskop zu Modulen zusammengefügt werden.



Baugruppenmontage für den Entwicklungsprojektes.



Sensovation's digitales Hellfeld-Mikroskop in einem Applikationsbeispiel.



Die Mitarbeiter der Sensovation AG – auch beim Betriebsausflug auf der Überholspur.

Zunächst ein Blick auf die Vision der Gründer: Einzigartige Geräte für die Forschung und Diagnostik durch die Verbindung von bildgebenden Technologien mit intelligenter Datenverarbeitung schaffen. Heute ist es die Kombination von Hochleistungs-Mikrooptik mit präziser Mechanik, hochentwickelter Elektronik und komplexer Datenverarbeitung, die der Sensovation AG ihre Einzigartigkeit beschert.

Seit 2017 gehört die Sensovation AG zur Miltenyi Biotec Group und unterstützt diese bei ihrer Mission: „Make Cancer History“. Der Markt für die medizinischen Laborgeräte ist riesig. Am Standort in Radolfzell entwickelt und produziert Sensovation Systeme für externe Auftraggeber aus über 20 Ländern weltweit sowie für die Mutterfirma Miltenyi Biotec. Um die vielfältige Entwicklung kümmert sich ein Team von Spezialisten aus Disziplinen wie Systementwicklung, Konstruktion, Elektronik- und Softwareentwicklung. Bei der Produktion, die unter anderem in einem speziellen Reinraum stattfindet, werden sowohl feinmechanische, optische wie auch elektronische Baugruppen überwiegend in Handarbeit gefertigt. Diese Baugruppen werden anschließend zum fertigen Gerät zusammengefügt und für den Versand vorbereitet.

Wie muss man sich die innovativen, hochempfindlichen Geräte aus Radolfzell vorstellen, die weltweit auf dem Life-Science-Markt gefragt sind? Standortleiter Dr. Matthias Hinzpeter führt hier beispielsweise

se Sensovation's digitales Hellfeld-Mikroskop an, das voll motorisiert ist und hauptsächlich in der Pathologie zur Erkennung von Tumoren und Tumorzellen in Gewebeschnitten oder Abstrichen eingesetzt wird. Oft sind schnelle Entscheidungen oder Expertenmeinungen gefragt. Hier kann der Pathologe digital aus der Entfernung auf das Gerät zugreifen oder entfernten Kollegen Zugriff auf das Gerät ermöglichen. Ein weiteres Beispiel: Sensovation's Microarray Analyser bieten die Möglichkeit, hoch komplexe Diagnostik-Tests auszulesen. Diese Tests selbst werden von den SensoSpot®-Kunden hergestellt und ermöglichen die Generierung großer Datenmengen mit minimalen Mengen an Patientenproben. So können zum Beispiel in Kombination verschiedene Antigene im Blut getestet werden und Lebensmittelallergien des Patienten diagnostiziert werden. Weitere Anwendungsbereiche sind die Diagnose von Infektionskrankheiten und Autoimmunerkrankungen.

Bei den Entwicklungsprojekten der Sensovation AG, so erklärt der Standortleiter weiter, werden die Kernkomponenten der Optik zur Bildgebung in Systeme mit Verfahrenseinheiten, Pipettiereinheiten, Probenvorbereitungssystemen und Liquid handling integriert. Große Mengen an Bilddaten werden aufgenommen, verarbeitet und entsprechend der Anwendung ausgewertet. Durch ihren agilen und effizienten Entwicklungsprozess, basierend auf den Qualitätsmanagementsystemen ISO 9001 und ISO 13485, hat sich die Sensovation AG

als Technologieexpertin für Miltenyi Biotec herausgebildet. Insbesondere dann, wenn es darum geht, die Innovationen von Firmen der Miltenyi Biotec Group von der Entwicklung in die Serienproduktion zu überführen.

„Hier bietet sich sowohl für Entwickler als auch für Fertiger eine hochinnovative Spielwiese, die es ermöglicht, sich auszuleben und eigene Ideen einzubringen“ wirbt Dr. Matthias Hinzpeter für das Unternehmen. „Die Sensovation AG ist weiter auf Wachstumskurs“, blickt er positiv in die Zukunft. Dazu brauchen wir weiterhin Mitarbeiter, die mit Leidenschaft Lösungen entwickeln und zum wissenschaftlichen Fortschritt beitragen wollen.



Sensovation AG

Markthallenstraße 5
D-78315 Radolfzell am Bodensee
www.sensovation.com

TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTOS SENSOVATION AG

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



Stadtwerke machen Radolfzell (E)-Mobil



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

Mit dem neuen Elektromobilitätsinfrastruktur-Gesetz (GEIG) ist ein weiterer Schritt getan, um die Elektromobilität voranzubringen. Die Stadtwerke Radolfzell können zur Schaffung von Ladeinfrastruktur für Elektroautos bereits Lösungen bieten und stehen sowohl für Ladepunkte im privaten wie auch im gewerblichen Bereich als Ansprechpartner zur Verfügung.

In Sachen Klimawende soll der Ausbau von Elektromobilität als einer der zentralen Säulen fungieren. Das GEIG sieht vor, dass künftig bei Neubau oder größeren Renovierungen von Wohngebäuden mit mehr als zehn Parkplätzen jeder Stellplatz mit Ladeinfrastruktur ausgestattet werden muss. So ist etwa beim Bau bzw. der Renovierung von Bürogebäuden oder Lagerhallen mit mehr als zehn Stellplätzen ein Ladepunkt zu installieren und jeder fünfte Stellplatz mit entsprechenden Leitungen zu versehen. Dadurch soll es künftig möglich sein, sein Elektrofahrzeug zu Hause, am Arbeitsplatz oder wenn man für alltägliche Besorgungen unterwegs ist, problemlos aufzuladen. Das Gesetz soll dazu beitragen, dass Bauherren und sanierende Eigentümer im Bestand zum einen die Infrastruktur dafür schaffen, zum anderen auch Ladepunkte für Elektrofahrzeuge bereitstellen. Dazu kommen für Elektromobilität so viele finanzielle Anreize wie noch nie. Neben der staatlichen Förderung für den Kauf eines E-Auto in Höhe von bis zu 9.000 € erhalten Stromkunden von den Stadtwerke Radolfzell einen Bonus für den Kauf einer privaten Wallbox.

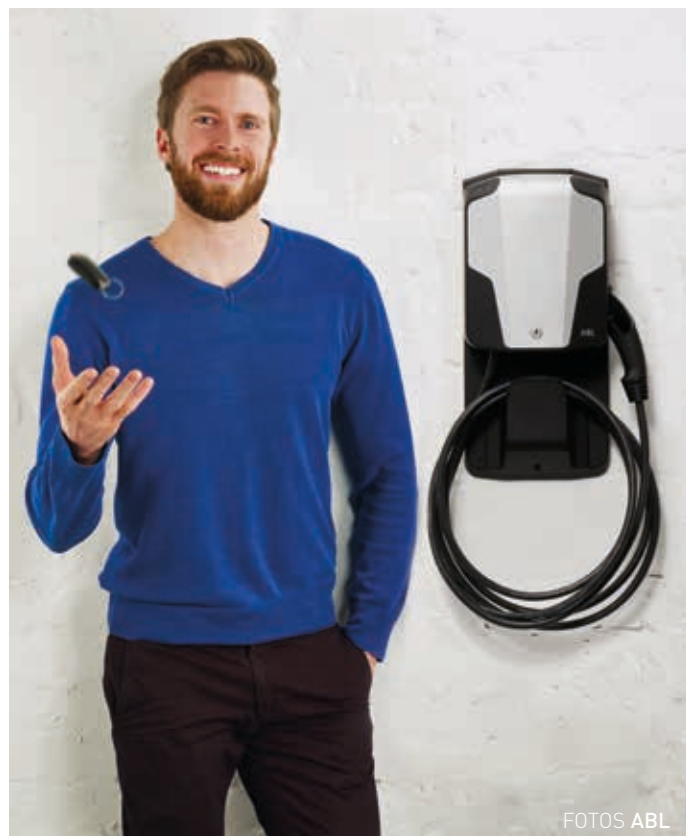
Fast 80 % der Ladevorgänge finden zu Hause statt. Wallboxen sind besonders praktische Lademöglichkeiten für die eigenen vier Wände. Dabei gilt es den richtigen Partner an der Seite zu haben. Ein wichtiger Bestandteil von nachhaltigem und zukunftsorientiertem Bauen ist die Energieversorgung. Zukunftsthemen wie Photovoltaik mit Speicher und Elektromobilität sollten berücksichtigt werden. Bei der Planung und Umsetzung der gesetzlichen Vorgaben können die Stadtwerke Radolfzell bereits standardisierte Ladelösungen für Privatpersonen, genauso wie individuelle Realisierungen von Mobilitätskonzepten für Firmen anbieten. Dabei prüfen die Stadtwerke unter anderem die technischen Gegebenheiten im Gebäude. Generell liegen die Vorteile einer Wallbox für Zuhause dabei auf der Hand: Signifikant kürzere Ladezeiten, der Schutz vor Leitungsüberlastung oder auch eine intelligente An- und Abschaltung zwischen Stromnetz und Ladeelektronik des E-Autos uvm.

Um einen Blick in die Zukunft zu richten: Mit der Anschaffung eines Elektroautos und einer Ladestation, kombiniert mit einer Photovoltaikanlage ist es in Zukunft möglich, den eigenen produzierten Strom zum Laden eines E-Autos zu verwenden. So kann man sicher sein, dass der erzeugte Strom aus erneuerbaren Energien stammt. In Kombination mit einem Stromspeicher lässt sich eine höhere Unabhängigkeit des Versorgers erreichen, so dass man nahezu autark wird.

So sieht eine Wallbox aus

Die perfekte Wallbox für Garage oder Carport als Standard-Lösung ist platzsparend, kann jedes Auto laden und ist sowohl für den Innenbereich als auch für die Installation im Freien geeignet.

Es gibt auch Premiumlösungen, die hochwertiges Design mit Funktionalität und besonderem Bedienkomfort verbinden. Dank praktischer Kabelaufhängung wird störendes Kabelgewirr vermieden. Mit einer App lässt sich die Elektromobilität optimal in intelligente Hausinstallationen integrieren. Auch die Anbindung an die eigene Photovoltaikanlage ist möglich. Auch der optionale Einsatz von RFID-Karten ist möglich – perfekt, wenn die Ladestation mehrere Nutzer hat wie beispielsweise in Hotels, Mehrfamilienhäusern oder Gewerbebetrieben.



FOTOS ABL

Segel- u. Motorbootführerscheine für Binnen und Hochsee Schnuppersegeln Charter

Event Segeln Bodensee

Wassersportzentrum Radolfzell

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
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 Sept.-Okt. 2020

MÄRKTE

Mittwoch + Samstag

Radolfzeller Wochenmarkt

Ort: Marktplatz, 7-14 Uhr

Jeden Samstag + jeden 1. Mi im Monat Flohmarktläden

der AG Terre des Hommes

Ort: Alte Pakethalle, Kapuzinerweg
10-13 Uhr

FÜHRUNGEN

Jeden Samstag bis 3. Oktober

Auf den Spuren Radolfs | A/TI

Stadtführung durch die Altstadt

Treffpunkt: Vor dem Stadtmuseum
10.30 Uhr

BEWEGUNG

Jeden Samstag

Geführte Wanderung in die Umgebung

ca. 13-18 Uhr | A/TI

Treffpunkt & genaue 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

Jeden Mittwoch bis 30. September

Breitensport- und Gästeturniere

Ort: Tennisclub Radolfzell, Mettnau
15-17 Uhr

SCHIFFFAHRT

Dienstag + Donnerstag bis 24. September

Sonnenuntergangsfahrten

mit dem HELIO Solarschiff

Treffpunkt: Anlegesteg Mettnau

Strandbadstraße

Uhrzeiten siehe www.solarfaehre.de

AUSSTELLUNGEN

Täglich bis 2. Oktober

aufgehängt & hochgesehen

Freiluftgalerie „Geheim-Blicke Radolfzells“

Ort: Seestraße

Montag-Freitag bis 2. Oktober

Kunst im Baudezernat

Ausstellung der Werke von Shady Almatar

Ort: Baudezernat, Güttinger Straße 3
8-12 Uhr

Dienstag-Sonntag bis 2. Oktober

Fotoausstellung

„Radolfzell. Wie's war, wie's ist.“

Bilder der 50er und 60er-Jahre

Ort: Stadtmuseum, 11-17 Uhr

20. September-8. November

Mittwoch-Sonntag

22. Bundeskunstpreis für Menschen mit Behinderung

Ausstellung mit 100 Werken inklusive der 15 Preisträger von 2020

Ort: Villa Bosch, 14-17.30 Uhr | s.S. 16

Dienstag-Sonntag bis 7. Februar 2021

Die Wiederkehr der Hausherren

Kabinettausstellung

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



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



**HERMANN-HESSE-
TAGE GAIENHOFEN**

**LIEBESGESCHICHTEN
UND
FAMILIENBANDE**

**16. BIS 18. OKTOBER
2020**

INFOS UND ANMELDUNG:
KULTUR- UND GÄSTEBÜRO
IM KOHLGARTEN 2
78343 GAIENHOFEN
TEL. 07735/9999123
INFO@GAIENHOFEN.DE

VORTRÄGE UND LESUNGEN

© WASSMER

Radolfzeller Wochenmarkt



Jeden Mittwoch und Samstag
von 7-14 Uhr auf dem Marktplatz



Veranstaltungen September 2020

Mittwoch, 2. September

„Waldbaden“

Eintauchen in die Welt des Waldes
und dabei tief entspannen
Ort: Wald bei Liggeringen, 16.30-19 Uhr
Info unter www.in-der-natur-sein.com

Donnerstag, 3. September

Skulpturenspaziergang

Führung mit Bildhauerin Heike Endemann
zu Kunstwerken der Bildhauersymposien
2015-2018

Treffpunkt: Urkundenhäusle Mettnaupark
16 Uhr

A | kulturbuero@radolfzell.de oder
Telefon 07732/81377

Freitag, 4. September

Kinderstadtführung | A/TI

Mit „Magd Marie“ durch die Altstadt
Treffpunkt: Stadtmuseum, 11 Uhr

Samstag, 5. September

Strandbadfest

mit der Band Recover
Ort: Strandbad Radolfzell, 17 Uhr

Kulinarische Schifffahrt

Badisch Schlemmen

an Bord der MS Stadt Radolfzell
Abfahrt: Hafen Radolfzell, 20-22.30 Uhr

Sonntag, 6. September

Jazz Open

mit dem Manfred Junker Trio
Ort: Konzertmuschel Mettnau, 11-13 Uhr

Dienstag, 8. September

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

Mit dem NABU den äußeren Teil der
Mettnau erkunden
Treffpunkt: NABU-Infopavillon, Mettnau
15-17 Uhr

Donnerstag, 10. September

Radolfzell anno 1551 | A/TI

Stadtführung mit Pfarrköchin Anna
Treffpunkt: Stadtmuseum, 19.30-21 Uhr

Samstag, 12. September

ADFC-Fahrrad-Codierung

als Diebstahl-Prävention
Ort: Parkplatz Weltkloster, 9.30-16 Uhr
Selbsthilfewerkstatt für RadfahrerInnen
mit dem ADFC Radolfzell
Ort: Parkplatz Weltkloster, 14-17 Uhr

Felchenfahrt

mit dem HELIO Solarschiff
Abfahrt: Hafen Radolfzell, 18.30-20.30 Uhr

Sonntag, 13. September

Yoga am Bodensee

mit Jana Scharr
Ort: NaturFreundehaus Bodensee,
Markelfingen, 8.30-9.30 Uhr

Geführte Tages-Radtour mit dem ADFC

Rund um die Halbinsel Höri
über Stein am Rhein
Treffpunkt: Bahnhof Radolfzell, 9-18 Uhr

Mittwoch, 16. September

Wälder am Mindelsee – Ökologie und Management

Spaziergang mit dem BUND
Treffpunkt: Parkplatz am Waldfriedhof
Markelfingen, 16.30-19 Uhr

Fledermäuse auf der Halbinsel Mettnau

NABU-Führung
Treffpunkt: wird bei Anmeldung bekannt
gegeben, 18.30 Uhr

Samstag, 19. September

Yoga am Bodensee

mit Jana Scharr
Ort: Surfplatz und Surfschule Radolfzell
8.30-9.30 Uhr

Sonntag, 20. September

Geführte Tages-Radtour mit dem ADFC

Vom Oberen Hegau ins Donautal
Treffpunkt: Bahnhof Radolfzell, 8.30-18 Uhr

Sonntagsspaziergang auf der Mettnau

Treffpunkt: NABU-Infopavillon Mettnau
10-11.30 Uhr

Jazz Open

mit dem Lake Side Jazz Orchestra
Konzertmuschel Mettnau, 11-13 Uhr

Harfefahrt

Konzert mit Johanna Dammert auf dem
HELIO Solarschiff
Abfahrt: Hafen Radolfzell, 18-20 Uhr

Dienstag, 22. September

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

Mit dem NABU den äußeren Teil der
Mettnau erkunden
Treffpunkt: NABU-Infopavillon, Mettnau
15-17 Uhr

Bibi Blocksberg – Das Musical

Alles wie verhext
Ort: Milchwerk Radolfzell, 16-17.30 Uhr

Mittwoch, 23. September

Qigong am Kneippbecken

Ort: Kneipp-Becken auf der Mettnau
18-19 Uhr

Donnerstag, 24. September

Nachtwächterführung | A/TI

Treffpunkt: Stadtmuseum, 20-21.30 Uhr

Freitag, 25. September

Das Franziskus-Komplott

Vortrag von Marco Politi
zum Semesterauftakt
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20-21.30 Uhr

Sonntag, 27. September

Yoga am Bodensee

mit Jana Scharr
Ort: NaturFreundehaus Bodensee,
Markelfingen, 8.30-9.30 Uhr

Mittwoch, 30. September

Einführung in die Kneippische Wassertherapie

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

.....
A/TI Anmeldung in der
Tourist-Information erforderlich.

Veranstaltungen Oktober 2020

Donnerstag, 1. Oktober

Yoga am Kneipp-Becken

mit dem Yogastudio Bauer

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

Sonntag, 4. Oktober

Radolfzell im Jahre 1913 | A/TI

Stadtführung mit Hannes,
dem Dienstherrn

Treffpunkt: Stadtmuseum, 16-17.30 Uhr

Mittwoch, 7. Oktober

Pilze des Waldes

Exkursion am Mindelsee mit dem BUND

Treffpunkt: Parkplatz am Waldfriedhof
Markelfingen, 16-18.30 Uhr

Samstag, 10. Oktober

ADFC-Fahrrad-Codierung

als Diebstahl-Prävention

Ort: Parkplatz Weltkloster, 9.30-16 Uhr

Selbsthilfswerkstatt für RadfahrerInnen

mit dem ADFC Radolfzell

Ort: Parkplatz Weltkloster, 14-17 Uhr

Sonntag, 11. Oktober

Geführte Tages-Radtour mit dem ADFC

in den Hegau/Wasserburger Tal

Treffpunkt: Seetorplatz am Stadtmuseum
9-18 Uhr

Sonntag, 11. Oktober

„Musik uff de Gass“

Verkaufsoffener Sonntag

Ort: Innenstadt, 12.30-17.30 Uhr

Rundfahrten

auf dem HELIO Solarschiff

Abfahrt: Hafen Radolfzell

14.15-16.15 Uhr stündlich

Dienstag, 13. Oktober

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

Mit dem NABU den äußeren Teil der
Mettnau erkunden

Treffpunkt: NABU-Infopavillon Mettnau
15-17 Uhr

Donnerstag, 15. Oktober

Nachtwächterführung | A/TI

Treffpunkt: Stadtmuseum, 19-20.30 Uhr

Freitag, 16. Oktober

Sonderkonzert „Stadtkapelle Unlocked“

der Stadtkapelle Radolfzell e.V.

Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

Samstag, 17. Oktober

Spielzeugbörse

Modellbahnen, Modellautos,

Blechspielzeug, Puppen ...

Ort: Milchwerk Radolfzell, 10-15 Uhr

Herbstspaziergang am Mindelsee

mit dem BUND

Treffpunkt: Parkplatz am Waldfriedhof

Markelfingen, 14-17 Uhr

Kulinarische Schifffahrt

Wildspezialitäten

an Bord der MS Stadt Radolfzell

Abfahrt: Hafen Radolfzell, 19.15-22 Uhr

„90 Jahre Akkordeonmusik in Radolfzell“

Herbstkonzert mit dem

Akkordeon-Orchester Radolfzell

Ort: Milchwerk Radolfzell, 20 Uhr

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



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

Sonntag, 18. Oktober

Sonntagsspaziergang auf der Mettnau

Treffpunkt: NABU-Infopavillon Mettnau
10-11.30 Uhr

Tennis-Saisonabschlussturnier

Lockeres Mixturnier für alle
Tennisbegeisterten
Ort: Tennisclub Radolfzell, Mettnau
14-18 Uhr

Kabarett Winter: „Tanz der Puppen“

mit Tim Becker – Bauchredner
(Nachholtermin)
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20-22 Uhr

Montag, 19. Oktober

Krisen der Demokratie

Vortrag von Prof. Sven Jochem
Ort: Milchwerk Radolfzell, 19.30-21 Uhr

Freitag, 23. Oktober

Kabarett Winter:

„Die Bürde des weisen Mannes“
mit Rene Sydow (Nachholtermin)
Ort: Milchwerk Radolfzell, 20-22 Uhr

Samstag, 24. Oktober

ADFC-Fahrrad-Codierung

als Diebstahl-Prävention
Ort: Parkplatz Weltkloster, 9.30-16 Uhr

Marlies Blume „ohne dich fehlt dir was“

Kabarett von und mit Heike Sauer
Ort: Atelier „die Werkstatt“, Böhringen
19 Uhr

Sonntag, 25. Oktober

Geführte Tages-Radtour mit dem ADFC

Abradeln durch den Hegau mit Einkehr
Treffpunkt: Bahnhof Radolfzell, 9-18 Uhr

Montag, 26. Oktober

Peppa Pig™

Familienmusical mit dem süßesten
Schwein und all seinen Freunden
Ort: Milchwerk Radolfzell, 16-18 Uhr

Dienstag, 27. Oktober

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

Mit dem NABU den äußeren Teil der
Mettnau erkunden, 15-17 Uhr
Treffpunkt: NABU-Infopavillon Mettnau

A/TI Anmeldung in der
Tourist-Information erforderlich.

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. August 2020,
Änderungen vorbehalten.**



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

zeller magazin: Das Magazin für Einheimische und Gäste der Stadt Radolfzell am Bodensee, Ausgabe 5/20, 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: REGIO Konstanz-Bodensee-Hegau e.V. | 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:

- » Ein Einkaufsgutschein im Wert von 50 Euro für das seemaxx Outlet Center Radolfzell
- » 3 x 3 Gläser regionalen Honig aus der Imkerei Christian Grisard.

GEWINNSPIELFRAGE: Welche bedeutende Ausstellung ist ab 20. September in der Villa Bosch zu sehen?

Bitte schicken Sie uns Ihre Antwort mit Betreff „'zeller Gewinnspiel“ bis 16. Oktober 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 PLAN SCHAUDT ARCHITEKTEN »

Randnotiz: Molencafé

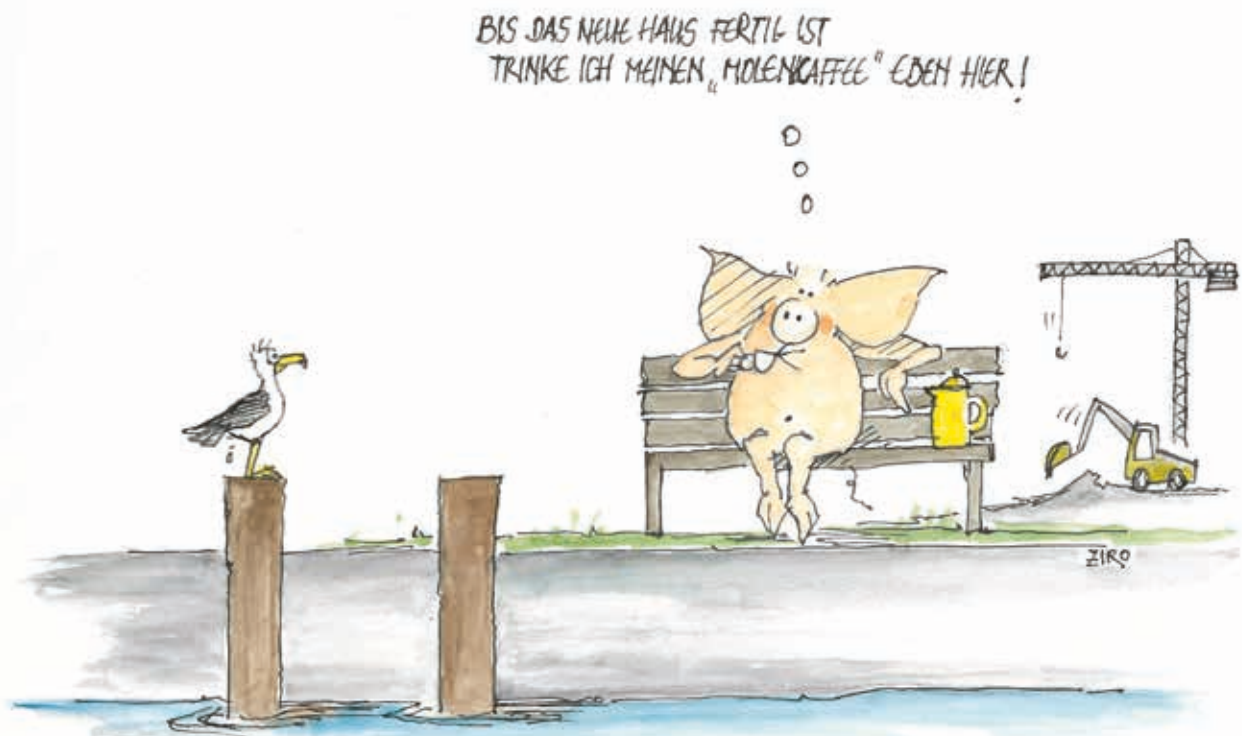
Viele werden es schon vermisst haben, das ehemalige Molencafé am Radolfzeller Ufer. Doch mit dem Abriss des Gebäudes vor einigen Wochen kündigt sich an dieser bedeutenden Stelle eine neue attraktive Ganzjahresgastronomie an. Bauherrin ist die Bodensee-Hafen-Gesellschaft (BHG), eine Tochtergesellschaft der Stadtwerke Konstanz. Sie investiert rund 2,65 Millionen Euro in das neue Gebäude, dessen Fertigstellung im Frühjahr 2022 geplant ist. Im Erdgeschoss und auf einer Galerie sollen 110 Sitzplätze entstehen. Hinzu kommen 60 Plätze auf der Terrasse sowie ein Biergarten mit rund 300 Plätzen. In dem Gebäude werden außerdem ein Verkaufsschalter der Bodensee-Schiffsbetriebe (BSB) sowie eine öffentliche Toilettenanlage untergebracht. Für das Projekt gab es einen Architektenwettbewerb unter fünf Büros. Das Preisgericht entschied sich 2018 für den Entwurf von Schaudt Architekten, Konstanz. Sie planen ein Gebäude, das an Hafen- und Markthallen erinnert.



'zeller Radolfzell am Bodensee
magazin 2020

Das nächste 'zeller magazin erscheint am 30. Oktober 2020. 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



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.

Über
40 Top-Marken
bis zu 70%
reduziert!

#markenglücklich

... im Mode-Outlet Radolfzell

seemaxx.
Outlet Center Radolfzell