

Radolfzell am Bodensee ,zeller magazin

2022
Januar - Februar

HERZLICH WILLKOMMEN

OB Simon Gröger!

250 JAHRE


Stadtkapelle Radolfzell

WILDE NATUR

am Litzelsee



METTNAU
inkl. METTNAU-Magazin

A photograph of a winter scene. In the foreground, there is a thick layer of snow. To the left, a modern house with dark grey siding and a balcony is built on wooden stilts over a body of water. The water is partially frozen, with several wooden posts visible. In the background, there are snow-covered trees and distant hills under a clear blue sky. The text is overlaid on the upper right portion of the image.

Wir wünschen allen Leserinnen
und Lesern des 'zeller magazins
ein gesundes und erfolgreiches
Jahr 2022!



Wie heißt es so schön: „Neues Jahr, neues Glück!“. 2021 stellte uns die Pandemie das zweite Jahr in Folge vor große Herausforderungen. Keiner weiß, wie sich die nächsten Wochen entwickeln werden und ob wir es in diesem Jahr schaffen, zu einem normalen Alltag zurückzukehren. Umso wichtiger ist es, dass wir alle geduldig bleiben und unser Bestes zur Situation beitragen. Lassen Sie uns die ruhige Zeit der Wintermonate zur Entschleunigung und zum Genießen nutzen. Sie bietet sich beispielsweise an, um unsere schöne Region zu entdecken – ob als Einheimischer oder Gast. Auch unsere Museumslandschaft lädt immer zu einer Entdeckungsreise ein. Und vielleicht überraschen uns der Januar und der Februar ja auch noch mit echten Winterfreuden wie im vergangenen Jahr, als der Schnee unsere Seelandschaft in eine ganz besondere Naturkulisse verwandelte. Einen Eindruck davon geben die Bilderseiten in dieser Ausgabe. Wir sollten alles daransetzen, unseren Handel und unsere Gastronomie zu unterstützen. Ihr Engagement und Bemühen kann man in diesen Zeiten nicht hoch genug wertschätzen.

Trotz Planungsunsicherheit gibt es schon wieder viele neue Ideen, um Radolfzell als erlebnisreiche Einkaufsstadt in Szene zu setzen. Schon jetzt gilt es, sich die verkaufsoffenen Sonntage vorzumerken.

Auch kulturell kündigt sich ein großes Ereignis an: Die Stadtkapelle Radolfzell feiert 2022 ein ganz besonderes Jubiläum. Sie wird sage und schreibe 250 Jahre alt, das ist Anlass für ein außergewöhnliches Jubiläumsprogramm.

Mit dem neuen Jahr beginnt auch eine neue Ära für Radolfzell am Bodensee: Im Dezember hat unser neu gewählter Oberbürgermeister Simon Gröger sein Amt angetreten. Wir heißen ihn und seine Familie in dieser Ausgabe herzlich willkommen und wünschen ihm einen guten Start.

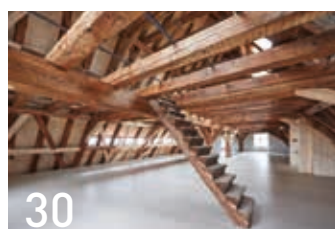
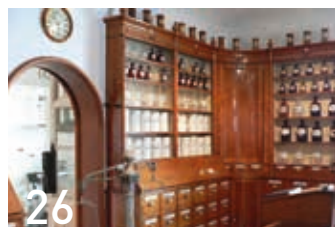
Ihnen allen beste Wünsche für ein gutes neues Jahr. Bleiben Sie zuversichtlich!

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

INHALT



Willkommen, Simon Gröger!	4-5
250 Jahre Stadtkapelle Radolfzell	6-7
So schön ist der Winter	8-9
Fabian Dieterle: Sein Herz schlägt im Klepperle-Takt	10-11
„Kultur Radolfzell 2030“	12-13
Sonderausstellung „Trachten Leben“	14
Lesen, Hören, Streamen in der Stadtbibliothek	15
Aktionsgemeinschaft: Radolfzell – natürlich schön	16-17
vhs: Miteinander lernen, Gesellschaft zusammenhalten!	18
Die METTNAU – das Gesundheitszentrum am Bodensee	19-24
Lesestoff von Labhard	25
Zeit für Museen	26-27
Wilde Natur am Litzelsee	28-29
Wirtschaftsförderung: Zimmerei Leiz: Tradition trifft Handwerk 4.0	30-31
Stadtwerke Radolfzell: Gelebte Nachhaltigkeit durch Regionalstrom und Ökostrom RE	32-33
Veranstaltungen	34-37
Impressum	37
Gewinnspiel Randnotiz RUDOLF	38



Willkommen, Simon Gröger!

Seit 1. Dezember ist Simon Gröger Chef im Radolfzeller Rathaus. Im Kurzinterview mit dem 'zeller magazin zeigt sich der neue Oberbürgermeister von seiner persönlichen Seite.



INTERVIEW MARINA KUPFERSCHMID FOTO THOMAS NIEDERMÜLLER

Was ging Ihnen durch den Kopf, als Sie erstmals realisiert haben, dass Sie nun neuer OB von Radolfzell werden?

Ich war überwältigt von dem großen Zuspruch und zugleich demütig.

Mit ihrer neuen Wirkungsstätte haben Sie sich Radolfzell am Bodensee bewusst auch als neue Heimat für sich und Ihre Familie ausgesucht. Was ist es, was Radolfzell für Sie persönlich ausmacht?

In meiner Freizeit bin ich sportlich und kulturell interessiert. Als Familie reizt uns natürlich die unglaublich schöne Natur, wir gehen gerne spazieren, wandern, Rad fahren und schwimmen. Das breite Angebot an Vereinen aller Art, Veranstaltungen für alle Altersgruppen und das bunte Zusammenleben verschiedener Kulturen gefällt uns sehr gut.

Wie wichtig ist Ihnen Heimat?

Heimat ist für mich der Ort, an dem ich mit meiner Familie bin. Somit wird Radolfzell für uns nicht nur unser Zuhause, sondern auch unsere Heimat werden. Wir wollen uns möglichst zeitnah und langfristig hier niederlassen und Wurzeln schlagen. Dies ist uns auch in Bezug auf unsere Kinder und deren Heimatgefühl wichtig.

Bislang waren Sie nur Gast in Radolfzell. Haben Sie schon einen Lieblingsplatz, an den es Sie immer wieder hinzieht?

Definitiv der Bodensee und da gilt immer: Je weiter der Blick schweifen kann, um so schöner. Da kann ich zur Ruhe kommen, Kraft sammeln und meine Gedanken sortieren. Die Mettnauspitze und das Ufer am Markelfinger Winkel sind Beispiele für solche Plätze, an denen es auch für unsere Kinder einiges zu erleben gibt.

Wie sehen Sie die Zukunft der Tourismusstadt Radolfzell am Bodensee?

Der Tourismus ist für die Wirtschaftskraft Radolfzells eine zentrale Säule. Wichtig ist hierbei, sowohl die Weiterentwicklung voranzutreiben, um für die Reisenden interessant zu bleiben, als auch die Bedürfnisse der Bürgerinnen und Bürger vor Ort nicht aus den Augen zu verlieren. In einem ausgewogenen Miteinander von attraktivem Wohnort und attraktiver Tourismusstadt können Synergien bestmöglich genutzt werden und die Stadt Radolfzell kann davon profitieren. Ein neues Tourismuskonzept, das sich verstärkt an Nachhaltigkeit und Qualität orientiert, ist zu entwickeln. Dabei sollte der Fokus auf Natur-, Rad-, Wander- und Gesundheitsurlaub ausgerichtet sein.

Wie finden Sie Radolfzell als Einkaufsstadt?

Der stationäre Handel hat, verstärkt durch die Pandemie, in den vergangenen Jahren Kunden an den Onlinehandel verloren. Jedoch erlebe ich das Angebot in den Ladengeschäften in Radolfzell als attraktiv, vielfältig und breit aufgestellt. Die Dienstleister sind sehr gefordert, für den Kunden attraktiv zu bleiben und dabei möchte die Stadtverwaltung gerne unterstützend tätig sein und mit der Aktionsgemeinschaft eng zusammenarbeiten.

Sowohl die Bürger der Stadt als auch Ihre neuen Mitarbeiter haben großes Interesse daran, Sie persönlich als Mensch kennenzulernen. Was ist Ihr Lebensmotto?

Ich habe kein Lebensmotto, aber mir sind Zuverlässigkeit, Ehrlichkeit und Vertrauen sehr wichtig. Außerdem bin ich ein humorvoller Mensch, der gerne neue Menschen kennenlernt, egal welcher Herkunft oder Religion.

Mit welchen Angewohnheiten können Ihre Mitmenschen Sie so richtig nerven?

Verärgern kann man mich mit Unwahrheiten und mit respektlosem Verhalten gegenüber fremdem Eigentum.

Was freut Sie am meisten?

Ich freue mich, wenn man gemeinsam Zeit verbringt, etwas unternimmt, zusammen lachen kann und Erinnerungen schafft.

Sie haben frei und können Ihren Tag mit der Familie nach Lust und Laune gestalten. Wie sieht für Sie der perfekte Tag aus?

An Tagen, die der Seele guttun, lassen wir es morgens gerne ruhig angehen, frühstücken gemütlich zusammen und unternehmen dann etwas. Ausflüge in die Natur, in Tierparks oder Museen sind bei uns immer eine gute Idee. Wobei ein schöner Tag auch im Garten stattfinden kann, da braucht es nicht viel, um glücklich zu sein.

Wie verbringen Sie am liebsten Ihren Urlaub?

Gerne an einem See oder in den Bergen, hauptsächlich geht es mir um Ruhe und Bewegung in der Natur. Ein leckeres, aber unkompliziertes Essen darf dabei nicht fehlen.

Was sind Ihre Leidenschaften?

Nennen Sie uns zwei, drei Dinge, die Ihnen Spaß machen.

Fahrrad fahren, gutes Essen, Zeit mit der Familie und Freunden verbringen.

Treiben Sie Sport, und – wenn ja – welchen?

In den letzten Monaten war es mir nicht möglich, regelmäßig Sport zu treiben, aber grundsätzlich gehe ich gerne Rad fahren und joggen. In meiner Jugend habe ich viele Jahre Handball gespielt und Aikido gemacht.

Die Zukunft ist bekanntlich nicht vorhersehbar.

Aber was wünschen Sie sich?

Ich wünsche mir, dass in Radolfzell ein gutes und respektvolles Miteinander gelebt wird.

Sie haben nun alle Fragen mit Bravour beantwortet.

Das letzte Wort haben Sie.

Vielen Dank für das Interview! Ich freue mich auf meine neuen Aufgaben und auf die Zusammenarbeit mit allen Radolfzellerinnen und Radolfzellern.

ZUR PERSON

Simon Gröger ist bei der OB-Wahl am 17. Oktober mit einer überwältigenden Mehrheit von 83 Prozent zum neuen Oberbürgermeister von Radolfzell gewählt worden. Der 36-jährige ist verheiratet und hat zwei Kinder im Alter von sieben und drei Jahren. Er ist im Landkreis Ludwigsburg aufgewachsen und studierte Wirtschaftswissenschaften an der Universität Hohenheim mit Abschluss Bachelor of Science. Von 2009 bis 2016 war er Projektleiter für den Bereich Städtebau bei der Wüstenrot Haus- und Städtebau GmbH in Ludwigsburg. 2016 wechselte Simon Gröger als Wirtschaftsförderer zur Stadt Tuttlingen. Derzeit wohnt die Familie Gröger noch in Wurmlingen.

Am 2. Dezember legte der neue Oberbürgermeister von Radolfzell seinen Amtseid ab. Unser Bild zeigt Simon Gröger mit Amtskette und seiner Frau Anita auf der Bühne des Milchwerks. Pandemiebedingt fand der Akt nur mit wenigen geladenen Festgästen statt.





**Tickets
zu gewinnen!**

siehe Seite 38

250 Jahre Stadtkapelle Radolfzell

Erneut lässt Radolfzell am Bodensee als Musikstadt aufhorchen: 2022 feiert die Stadtkapelle Radolfzell 1772 e.V. als eine ihrer wichtigen Impulsgeber und über-regionalen musikalischen Botschafter ihren 250. Geburtstag. Musikfreunde erwartet zu diesem außergewöhnlichen Ereignis ein spannendes Jubiläumsjahr.

+++ Highlights im Jubiläumsjahr 2022 +++ Frühjahrskonzert / Uraufführung der Komposition „Lacus Acronius“ 10. April Milchwerk +++

Es ist ein ganz besonderes Jubiläum, das einmal mehr zeigt, dass man in Radolfzell auf eine jahrhundertelange musikalische Tradition zurückblicken kann: Die Stadtkapelle Radolfzell 1772 e.V. wird 250 Jahre alt. Ihre Wurzeln sind bei den Pfeifern, Trommlern und Musikanten zu finden, die nachweislich bereits seit dem frühen 18. Jahrhundert im Auftrag der Stadt zu kirchlichen und weltlichen Festen musizierten. Im Jahr 1772 spielte dann eine größere Gruppe von Musikern im Auftrag der Stadt anlässlich der Festlichkeiten zu Ehren der Habsburger Majestäten. In den folgenden Jahrzehnten finden sich zunehmend Belege für eine kontinuierliche Tradition, mal in Form einer Bürgerkapelle, mal als Stadtmusik oder auch als Musikverein. Alle diese Gruppen waren in ihrem Wirken Vorläufer der heutigen Stadtkapelle. Ihr bindendes Element über 250 Jahre hinweg bleibt die wesentliche Mitgestaltung und Begleitung des öffentlichen und kulturellen Lebens Radolfzells im Zusammenwirken mit Stadt und Kirche. Auch wenn der Wirkungsbereich des heutigen Orchesters weiter gefasst ist, ist es vor allem diese seit dem 18. Jahrhundert gelebte Tradition, welche den besonderen Charakter und die hohe lokale Bedeutung der Stadtkapelle auszeichnet. „Wir gehen stolz und voller Motivation in unser Jubiläumsjahr – auch in dem Bewusstsein, einer der ältesten Vereine der Stadt zu sein, sagt Thomas Späth, Vorsitzender der Stadtkapelle Radolfzell.

Heute ist die 60-köpfige Stadtkapelle Radolfzell, die seit 2008 von Kuno Rauch geleitet wird, als Höchststufenblasorchester ein bedeutender Klangkörper mit Strahlkraft weit über die Region

hinaus. Ihr Ziel ist es, symphonische Blasmusik auf höchstem Niveau zu spielen. Es gilt für sie als selbstverständlich, kirchliche Feierlichkeiten wie den Weißen Sonntag und Fronleichnam zu umrahmen, ebenso wie die Gedenkfeier am Volkstrauertag. Neben ihren Fixterminen im Jahreskalender wie dem Frühjahrskonzert zusammen mit dem Jugendblasorchester, dem Open-Air-Konzert „Klassik am Marktplatz“, dem Festkonzert am Hausherrnsonntag und dem Adventskonzert in der Meinradskirche mit dem JBO nimmt die Stadtkapelle regelmäßig an nationalen und internationalen Wettbewerben und Wertungsspielen teil und führt Konzertreisen im In- und Ausland durch.

2019 erzielte sie beim Bundesmusikfest in Osnabrück den dritten Platz in der Höchststufe. Im gleichen Jahr qualifizierte sie sich als einziges Orchester beim Landesentscheid in Metzingen für den Deutschen Orchesterwettbewerb 2020 in Bonn, dem Corona allerdings einen Strich durch die Rechnung machte. Zuvor holte man 2018 beim Verbandsmusikfest in Singen einen hervorragenden Erfolg mit höchster Punktzahl von allen Teilnehmern.

Ein wichtiger Wegbereiter für die heutige Stadtkapelle und auch die Musikstadt Radolfzell war der frühere Stadtmusikdirektor Heinrich Braun, der das Orchester von 1964 bis 1999 leitete. Er baute in den sechziger Jahren die Musikschule Radolfzell auf und gründete das Jugendblasorchester Radolfzell, das der Stadtkapelle heute bestens ausgebildeten Nachwuchs sichert. Von Anfang an nahm er mit seinen Schülern und Orchestern an Wettbewerben teil und förderte Talente, von denen einige heute



TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTOS STADT RADOLFZELL

in renommierten Orchestern musizieren oder Professoren an Musikhochschulen sind. Auch Dirigent Kuno Rauch, der mit hochklassigen und immer besonderen Konzerten begeistert, ist ein „Spross“ von Heinrich Braun. Akzente, die bis heute wirken, setzte ebenso Dirigent Ladislaus Vischi, der auf Heinrich Braun folgte. Unter ihm wurden das Marktplatzkonzert und das

Stadt Radolfzell einerseits die lange Tradition der Stadtkapelle und ihr Wirken würdigen, andererseits die vielen Facetten der Musikstadt Radolfzell darstellen will. So werden zum Beispiel Erfolgsgeschichten von Musikern aufgegriffen, die ihre Wurzeln im Umfeld der Stadtkapelle haben, an Medienstationen kommen Zeitzeugen zu Wort und es wird interaktive, spielerische Elemente

++ Ausstellung „Musikstadt – Stadtmusik“ 10. April Stadtmuseum +++ Orchesterreise 24. Juli Kaiserliche Hofburg Innsbruck +++

Adventskonzert eingeführt. Basierend auf dem Hausherrenlied schrieb er für die Stadtkapelle das opulente Arrangement „Hausherrenprozession“, mit dem das Orchester 2005 beim Weltmusikfest in Kerkrade Gold holte. Das außergewöhnliche Engagement der Mitglieder gehört längst zum Markenzeichen dieses Orchesters, in dem zu einem großen Teil echte Zeller spielen. Viele musizieren – wie ihre Eltern und Großeltern früher – schon von Kindesbeinen an und oftmals heute noch Seite an Seite mit Freunden der ersten Stunde. Für sie bedeutet das Spielen in der Stadtkapelle ein Stück Heimat. Ein Grund mehr, dem hochkarätigen Jubiläum einen unvergesslichen Rahmen zu geben.

Das ist im Jubiläumsjahr geplant

Das Jubiläumsprogramm startet mit dem Frühjahrskonzert am 10. April im Milchwerk. Ein großes musikalisches Highlight kündigt Dirigent Kuno Rauch hier an, denn es ist die Uraufführung einer explizit für das Jubiläum in Auftrag gegebenen Komposition geplant. Das Werk mit dem Arbeitstitel „Lacus Acronius“ (Untersee) vernetzt verschiedene Themen rund um Radolfzell. Für die Realisierung wurden mit Johannes Mittl und Nikodemus Gollnau bewusst zwei Newcomer als Komponistenteam ausgewählt, empfohlen vom renommierten Professor Stefan Richard Halder, Dozent für Klarinette und Lehrbeauftragter für Blasmusikdirektion an der Musikhochschule Trossingen.

Unter dem Titel „Musikstadt – Stadtmusik“ wird ab 10. April eine große Ausstellung im Stadtmuseum zu sehen sein, mit der die

geben, die erleben lassen, wie die Musik an unterschiedlichen Positionen im Orchester klingt.

Breiter Raum ist der freien Musikszene gewidmet, denn in Radolfzell gibt es mehr als 2000 aktive Musiker, die sich leidenschaftlich in unterschiedlichen Orchestern, Bands, Ensembles und Chören engagieren. Die Stadtkapelle bringt sich seit Monaten in aufwändiger und zeitintensiver Arbeit in die Gestaltung der Ausstellung ein. „Wir finden es richtig spannend und es macht Spaß, mit dem Museumsteam zusammenzuarbeiten“, berichtet Thomas Späth.

Auch eine besondere Orchesterreise steht im Jubiläumsjahr an. Die Stadtkapelle hat eine Einladung zu den Innsbrucker Promenadenkonzerten erhalten und wird am 24. Juli im Innenhof der berühmten Kaiserlichen Hofburg eine Matinee bestreiten. Gemeinsam mit dem Jugendblasorchester geht die Reise dann weiter durch Österreich mit geplanten Auftritten in Salzburg und Ischgl.

Den Abschluss des Jubiläumsjahres wird das Adventskonzert bilden. Es ist daneben das ein oder andere Konzert mit Partnern geplant, das im Jahreskalender noch festgelegt werden muss. „Unser ganz großer Wunsch ist, dass wir all diese Aktivitäten gemeinsam in großer Zahl bestreiten können, auch um nach den schwierigen Pandemie-Jahren mit eingeschränktem Probenbetrieb Motivation für die nächsten Jahre schöpfen zu können“, so Thomas Späth abschließend.



1



2

So schön ist der Winter

Still ruht der See ...



4



5



6



- 1 Dick verschneit – die Radolfzeller Mole
- 2 Schlittenfahren am Schneckenberg bei Liggeringen
- 3 Schlittschuhfahren im Markelfinger Winkel
- 4 Schneewandern am Zeller See
- 5 Wäschbruck-Hafen

- 6 El Niño „schwebt“ im Winter auf dem Wasser
- 7 „Still ruht der See“: Gefiederte Wintergäste
- 8 Spaziergang im Mettnaupark auf der Halbinsel Mettnau
- 9 Urkundenhäuschen im Mettnaupark
- 10 Bischof Radolf am Wäschbruckhafen

FOTOS 1+4 MARINA KUPFERSCHMID | 2+5-10 KUHNLE + KNÖDLER | 3 GERALD JARAUSCH



Sein Herz schlägt im Klepperle-Takt

Fabian Dieterle engagiert sich für einen der wichtigsten närrischen Bräuche der Zeller Fasnet

Die Liebe zum „Kleppern“ habe er wohl bereits mit der Muttermilch aufgenommen, erzählt Fabian Dieterle lachend. Der dreifache Familienvater ist aus der Radolfzeller Fastnacht nicht mehr wegzudenken. Er führt die Tradition seiner Eltern weiter und setzt sich für den Brauch des Klepperns ein. Außerdem sorgte er als Mitglied der Rebberg-Musikanten auf musikalische Weise für Stimmung.

„Ich bin mit dem Kleppern aufgewachsen“, erzählt Fabian Dieterle. Seine Eltern leiteten für den Radolfzeller Turnverein über Jahrzehnte unzählige Klepperle-Kurse für Kinder und Erwachsene. „Wenn meine Eltern die Kurse gaben, war es ganz normal, dass sie mich und meinen zweieinhalb Jahre jüngeren Bruder schon als kleine Buben mitnahmen.“

Sein Vater, „Gustl“ Dieterle, der in Heimarbeit Unmengen von Klepperle-Hölzern hergestellt hat, schleppte diese in großen Säcken mit zu den Kursen, um sie dort zum Selbstkostenpreis zu verkaufen. Die Kurse fanden in den Anfangsjahren noch recht improvisiert statt, nämlich zuerst in den Umkleiden der Turnhalle in der Ratoldusschule. Später stellte die Schule dann ein Klassenzimmer als Übungsraum zur Verfügung. Wegen des Umbaus der Schule fanden die Kurse nun seit zwei Jahren in der Sonnenrainschule statt. „Dass meine Eltern sich für das Kleppern engagieren, das gehörte zu unserem Familienleben irgendwie dazu“, erzählt Fabian Dieterle. „Und dass ich später bei den Kursen mithalf, das war völlig selbstverständlich.“

Ein „Traditionsmeier in dem Sinne“ sei er nicht, betont er, aber er möchte das Brauchtum gerne weitertragen und ist dabei offen für moderne Einflüsse. Er erinnere sich an die schönen Kindheitserinnerungen, die er mit der Radolfzeller Fastnacht verbindet, und möchte das auch der nächsten Generation ermöglichen. Er weiß noch genau, wie die Fastnachtsvorbereitungen liefen und wie die Kunst des Klepperns Freude verbreitet hat. Vor allem das traditionelle Preiskleppern war für ihn das Highlight. Im Alter von vier Jahren nahm er zum ersten Mal selbst daran teil, zunächst mit kindlicher Unbedarftheit. Als er merkte, dass er gut war, war sein Ehrgeiz geweckt. Zweimal gewann er, wurde „Klepperle-König“, dreimal „Prinz“ und einmal „Garde“.

Mit 17 Jahren wurde er zusammen mit Günther Lienert in die Klepperle-Jury beim Preiskleppern aufgenommen und übernahm 2008 bis heute die Funktion des Zeremonienmeisters vom seinem langjährigen Vorgänger Max Rebholz. Im Alter von vierzehn Jahren, in dem man beim Preiskleppern nicht mehr teilnehmen darf, begann er, seine Eltern tatkräftig bei den Kursen zu unterstützen. Sein Vater hatte damals eine Idee:

Er holte die ehemaligen „Hoheiten“, die mittlerweile junge Erwachsene waren, mit ins Boot. Sie sollten nun auch Kindern und Erwachsenen das Kleppern beibringen.

Spätestens als sein Vater im Jahr 2017 starb, war es schwierig, jemanden zu finden, der dessen unvergleichlichen ehrenamtlichen Einsatz weiterführte, daher übernahm Fabian Dieterle die Aufgaben des Vaters – mit Einschränkungen. „Mein Vater war Frührentner, konnte sich daher voll und ganz dem Turnverein und vor allem den Klepperle-Kursen widmen. Ich bin berufstätig, habe eine Frau, drei Kinder, mache Musik, spiele bei den „Alten Herren“ vom FC Radolfzell Fußball und bin als Übungsleiter im Turnverein tätig. Ich kann zwar einiges für den Fortbestand der Klepperle-Kurse organisieren, aber ohne die vielen fleißigen Helfer vor und hinter den Kulissen und den Rückhalt meiner Familie wäre ich verloren“, gibt er ohne Umschweife zu. Dank seiner fleißigen Helfer wie Heidi Keller, Sabine Buhl, Gretel Honz, seinem Bruder Stefan und noch vielen anderen können die Klepperle-Kurse kostenlos angeboten werden, so dass sie für jeden, der Lust dazu hat, zugänglich sind.

Aber was ist denn nun der Reiz an dem Schwingen und Schlagen der Holzplättchen? „Ich glaube, man kann das gar nicht in ein paar Worten sagen“, so Fabian Dieterle. „Das Kleppern ist simpel, schnell erlernbar und man sieht zeitnah einen Erfolg. Wer möchte und kann, der erlernt sogar noch Kunststücke mit den Hölzern. Kleppern hat etwas Meditatives, ebenso ist es ein Stimmungsmacher, denn das Instrument lässt sich in der Hosentasche mitführen, spontan in die Musikstücke mit einsetzen, es hört sich gut an und man kann so zur Stimmung beitragen. Und letztendlich fördert das Musizieren im selben Rhythmus das Gemeinschaftsgefühl.“ Auf die Frage, ob denn seine eigenen Kinder auch vom Klepperle-Virus angesteckt wurden, antwortet Fabian Dieterle: „Ja, meine große Tochter Lenia hat mit fünf Jahren angefangen und es macht ihr total Spaß. Sie ist eine richtige Rampensau. Meine jüngere Tochter Emma kleppert zwar auch, steht aber nicht so gerne auf der Bühne.“ Bei Kindern sei das Kleppern ein Selbstläufer, erzählt er, denn sie gingen intuitiv an die Sache heran, hätten keine Angst, etwas falsch zu machen und schämten sich nicht, wenn es nicht gleich funktioniert. Eigentlich sei es aber der Motorik wegen erst für Kinder ab etwa sechs Jahre geeignet, rät er. Radolfzell sei eine der wenigen Orte der schwäbisch-alemannischen Fastnacht, in denen beidhändig gekleppert wird. Die Radolfzeller Fastnacht liegt ihm am Herzen. Und auch während seines Studiums der Sportwissenschaft in Köln hat er die schwäbisch-alemannische Fastnacht in Radolfzell stets dem Kölner Karneval vorgezogen und diese fünfte Jahreszeit in seiner Heimat verbracht.



TEXT UND FOTOS NICOLA M. WESTPHAL

Neben dem Kleppern hat ihn die Musik seit jeher begleitet. Im Jugendblasorchester unter Heinrich Braun das Bariton-Horn erlernt, war er 28 Jahre lang Mitglied der Rebberg Musikanten, die nicht nur an Fastnacht, sondern auch ganzjährig bei privaten und öffentlichen Veranstaltungen musikalisch Stimmung und gute Laune verbreiten. Vor zwei Jahren hat Fabian Dieterle die Rebberg-Musikanten verlassen. Aus Zeitgründen, so sagt er. Er sei jedoch mit den Musikerinnen und Musikern immer noch freundschaftlich verbunden. Auch ist er in keiner Zunft, das müsse man nicht sein, um die Fastnacht zu lieben und zum närrischen Treiben beizutragen. „Auch wenn es Menschen gibt, die meinen, ich stünde gerne im Mittelpunkt: Das ist nicht so!“, betont er. „Es ist die Freude, die das Kleppern und die Musik verbreiten, bei Kindern und bei den Erwachsenen, bei den Akteuren wie auch bei den Zaungästen. Das ist das, was mich erfreut und glücklich macht.“

Sein Wunsch:

„Für die Vereine wird es immer schwieriger, ehrenamtliche Helfer zu finden und die gesetzlich vorgeschriebenen Auflagen für Veranstaltungen finanziell zu stemmen. Ich würde mir wünschen, dass die Vereine und die Stadt-Politik an einem Strang ziehen und die Menschen allgemein wieder mehr zusammenhalten. Daher ist jeder Einzelne gefragt, durch Eintrittspreise, den Kauf von Merchandising-Produkten oder Spenden seinen finanziellen Beitrag zu leisten. Nur dann funktionieren ein lebendiges Brauchtum und ein gemeinsames Feiern von Jung und Alt.“





KULTUR
Radolfzell
präsentiert.

„Kultur Radolfzell 2030“

Neues Leitbild greift wertvolles Feedback
aus Bürgerworkshops auf

KULTUR
IN DIE
ZUKUNFT
DENKEN



Über mehrere Jahre war das mit über 3.000 Bürgerinnen und Bürgern entwickelte Kulturkonzept „KULTUR Radolfzell 2020“ ein wertvoller Kompass für die Ausrichtung der städtischen Kulturarbeit. Jetzt wird es im gemeinsamen Dialog mit den Bürgerinnen und Bürgern fortgeschrieben.

Das neue Leitbild „Kultur Radolfzell 2030“ wird auf der Konzeption fußen, die ab 2014 unter dem Titel „KULTUR Radolfzell 2020“ entwickelt wurde. Rund 3.000 Bürgerinnen und Bürger, Künstlerinnen und Künstler sowie Kulturakteure hatten damals daran mitgearbeitet. Von den insgesamt 60 projektierten Maßnahmen konnten bis Ende 2019 fast alle umgesetzt werden. Der ursprünglich auf fünf Jahre angelegte Plan soll nun bis 2030 fortgeschrieben werden.

Als kraftvollen Auftakt für diese Fortschreibung hat die Stadt Radolfzell im Oktober einen großen Kulturkongress ausgerichtet, zu dem der renommierte Zukunftsforscher Matthias Horx einen Impulsvortrag beisteuerte. Sein Thema lautete: „Zukunft der (Power-)Regionen in Zeiten von Corona“. Unter anderem zeigte er auf, wie wichtig Kultur im weitesten Sinne für eine nachhaltige und sinnvolle Entwicklung sein kann.

Kulturschaffenden komme dabei eine wichtige Rolle zu. Er ermutigte die Radolfzeller Kultur, die Kräfte vor Ort zu nutzen und auszubauen. Neben der Präsentation der Kulturabteilungen des Fachbereichs Kultur bot die Veranstaltung darüber hinaus interessierten Bürgerinnen und Bürgern aus Radolfzell eine Plattform zur Partizipation an der kulturellen Ausrichtung ihrer Stadt: Drei Workshops zu den Themenfeldern „Musikstadt Radolfzell“, „Kultur ist Gesellschaftspolitik“ und „Kultur ist Wandel“ wurden zur Ideenschmiede für die zukünftige städtische Kulturarbeit.

Im Rahmen der Workshops wurden der Leitsatz für die Kultur Radolfzell sowie die kulturpolitischen Leitlinien der Stadt gemeinsam mit den Bürgerinnen und Bürgern überarbeitet und die Ziele der Kulturarbeit dem gesellschaftlichen Wandel der letzten Jahre angepasst. So war es etwa ein Wunsch, dass die Stadt Kulturschaffenden gegenüber eine vor allem vermittelnde und

Der Fachbereich Kultur präsentierte sich mit seinen Abteilungen. Von links: Erik Hörenberg (Milchwerk), Christina Burchardt (Musikschule), Bürgermeisterin Monika Laule, Petra Wucherer (Stadtbibliothek), Stephan Kühnle (Volkshochschule Landkreis Konstanz e.V.) und Harald Kühl (Die Regionauten GbR).



FOTOS GERALD JARAUSCH

unterstützende Rolle einnimmt und einen noch stärkeren Fokus auf Kultur als gesellschaftliche Kraft zur Gestaltung der Zukunft legt. Viele Ergebnisse aus den Workshops finden nun Eingang in das Leitbild „Kultur Radolfzell 2030“.

Der neue Leitsatz und die Leitlinien werden im Kulturausschuss, in den Sitzungen der Ortschaftsräte sowie im Gemeinderat präsentiert und final zum Beschluss dem Gemeinderat vorgelegt. Bis zum Herbst 2022 können nun die Konzepte des Fachbereichs Kultur – mit den Abteilungen Kulturbüro, Musikschule, Stadtmuseum und -archiv, Stadtbibliothek sowie Milchwerk – und die einzelnen Maßnahmen ausgearbeitet werden, sodass voraussichtlich Ende 2022 bzw. Anfang 2023 die weitere Kulturentwicklungsplanung durch die entsprechenden Gremien beschlossen werden und die Umsetzung beginnen kann.

Erstes Ergebnis der Weiterentwicklung des Kulturleitbilds ist bereits jetzt die Einrichtung eines regelmäßigen Kultur-Netzwerktreffens. Zweimal jährlich wird es stattfinden, der Veranstaltungsort wechselt zwischen Kernstadt und Ortsteilen. Das erste Auftakttreffen wird gerade geplant. Es findet zum Thema Musikstadt im Frühjahr 2022 in der Kernstadt statt.



Neuformulierung der Ziele von Kulturarbeit

Kultur gestaltet:

Die Kultur leistet einen wesentlichen Beitrag zum gesellschaftlichen Zusammenleben und gestaltet aktiv die Zukunft der Stadt Radolfzell, ihrer Ortsteile und der Region.

Kultur für alle mit allen:

Gemeinsam mit und unterstützt von allen gesellschaftlichen Interessensgruppen.

Klarheit schaffen:

Zu wissen, was wir in Zukunft machen – die richtigen Dinge tun – und was wir nicht machen.

Weitere Informationen: www.kulturnews-radolfzell.de





KULTUR
Radolfzell
STADTMUSEUM

Trachten Leben

Sonderausstellung im Stadtmuseum Radolfzell



FOTO SEBASTIAN WEHRLE

Auf dem Kopf eine Radhaube aus Gold, ein Schultertuch ...

Mit leuchtenden Augen schildert Romy Bromma von der Trachtengruppe Alt-Radolfzell e.V. das besondere Gefühl, eine Tracht zu tragen. Wie lebendig das Thema „Tracht“ in Radolfzell ist, vermittelt die Videoinstallation, die in der aktuellen Sonderausstellung des Stadtmuseums Radolfzell „Trachten Leben“ die Besucherinnen und Besucher empfängt. Darin berichten Bromma und andere Trachtenträgerinnen und -träger von ihren Gefühlen und Erlebnissen mit der Tracht und natürlich vom Höhepunkt des Trachtenjahres in Radolfzell, dem Hausherrenfest. Tatsächlich schuf das Museum diese Sonderausstellung in enger Zusammenarbeit mit der Radolfzeller Trachtengruppe als Beitrag zu den diesjährigen Heimattagen Baden-Württemberg.

So ist eine Ausstellung entstanden, die über die reine Darstellung farbiger Trachten hinausgeht. Besondere Aufmerksamkeit widmet sie dem herausragenden Merkmal der Frauentracht, der Radhaube. Ihre Entwicklung, Verbreitung und schier uner-

schöpfliche Vielfalt ist einer der Schwerpunkte der Präsentation. Beispiele der kunstvollen Handarbeitstechniken für die Herstellung der Radhaube lassen die Besucherinnen und Besucher den hohen Zeitaufwand erahnen, der dafür notwendig ist. Schließlich stecken in jeder Radhaube rund 600 Arbeitsstunden – es sind wahre Meisterwerke! Wer will, kann sich selber an einer Station im Klöppeln einfacher Muster üben – und über die echte Klöppelspitze in der Vitrine daneben staunen.

Andere Meisterwerke werden im Untergeschoss des Museums präsentiert: Der Schwarzwälder Fotograf Sebastian Wehrle schuf in seiner Serie „Facing Tradition“ ausdrucksstarke Portraits moderner junger Frauen in Tracht, schön und rätselhaft zugleich. Die hochwertig auf Leinwand gedruckten Fotos in der Ausstellung zeigen Models in Radolfzeller und in Villingener Tracht. Sie können von den Besucherinnen und Besuchern nicht nur bewundert, sondern über das Museum auch in verschiedenen Größen als eindrucksvolle Dekoration für die eigenen vier Wände bestellt werden. Ein hochwertiger Fotobildband präsentiert das künstlerische Schaffen Wehrles. Tipp für Postkartenfreunde: Noch mehr Motive mit Regionaltrachten zeigen die Postkarten von Sebastian Wehrle, die ebenso wie der Bildband an der Museumskasse erworben werden können.



FOTO STADTVERWALTUNG RADOLFZELL

Die Sonderausstellung „Trachten Leben“

ist noch bis zum 20. Februar 2022
im Stadtmuseum Radolfzell zu sehen.
Öffnungszeiten: Donnerstag-Sonntag 11-17 Uhr
Eintritt: 6 Euro, ermäßigt 4 Euro

Bitte informieren Sie sich vor dem Besuch unter
www.stadtmuseum-radolfzell.de
über die aktuellen Sicherheits- und Hygienebestimmungen.



KULTUR
Radolfzell
STADTBIBLIOTHEK

Lesen, Hören, Streamen

Die Online-Angebote der Stadtbibliothek



FOTO MARCO DELING BACKGROUND PHOTODESIGN

Für persönliche Begegnungen, Beratung, Schmökern in Neuerscheinungen und die Verführung zum Lesen und Entdecken in schönster Atmosphäre empfiehlt sich der Besuch in der Stadtbibliothek im Österreichischen Schlösschen.

Ob eBooks, Magazine und ePapers lesen, Hörbüchern lauschen, Filme streamen, im Lexikon oder Schülerduden nachschlagen, die eBibliothek der Stadtbibliothek wartet mit einer Vielfalt an Online- und Streaming-Angeboten auf.

Die virtuelle Bibliothekszeitung Onleihe Hegau-Bodensee hat über 13.000 Romane, Sachbücher, Hörbücher, Zeitschriften und Zeitungen zum Download. Je nach Medienart können Smartphone, eBook-Reader, Tablet oder PC für die Lektüre genutzt werden. Für alle Cineasten und Eltern bietet sich das Portal „filmfreund“ an, mit dem sie Zugriff auf über 2.500 hochwertige Filme, Dokumentationen und Kinderfilme aus aller Welt haben. Die Plattform ist werbefrei und hat keine Laufzeitbegrenzung. Zudem wird die Altersfreigabe für Kinder bei der Anmeldung automatisch geprüft. „filmfreund“ wird durch das Förderprogramm „WissensWandel“ ermöglicht. Damit unterstützt der Deutsche Bibliotheksverband Bibliotheken und Archive bei ihrer digitalen Weiterentwicklung. Das Programm ist Teil des Rettungs- und Zukunftsprogramms NEUSTART KULTUR der Beauftragten der Bundesregierung für Kultur und Medien (BKM).

Die Stadtbibliothek ermöglicht ebenso den Zugriff auf das deutsche und internationale Zeitungs- und Zeitschriftenportal PressReader – egal ob auf Tagesspiegel, Washington Post, Neue Zürcher Zeitung und Zeitschriften aus allen Interessensgebieten. 6.000 Ausgaben in 60 Sprachen – so besteht hier auch reichlich Gelegenheit, Sprachkenntnisse aufzufrischen. Mit dem Brockhaus Online-Lexikon, mit zusätzlichem Jugend- und Kinderlexikon, gibt es ein gut recherchiertes, renommiertes Nachschlagewerk als alternative Quelle zu freien Nachschlagewerken. Für alle Schülerinnen und Schüler eine gute Ergänzung für die Recherche zu Referatsthemen. Mit den Online-Schüler-

duden für die 5.-10. Klasse und die Schülerduden Abitur hat man gebündelte Informationen für das kompakte Nachschlagen und Wiederholen von Schulstoff.

Viele der Angebote werden durch die Unterstützung der Messmer Stiftung ermöglicht. Die Nutzung ist für die Online-Besuchenden der Stadtbibliothek denkbar einfach: Die Anmeldung erfolgt einfach von zu Hause aus oder mobil mit einem gültigen Bibliotheksausweis (Nummer und Passwort) unter www.radolfzell-stadtbibliothek.de/eBibliothek. Die Online-Angebote ergänzen sich, sind aber unterschiedliche Portale, daher muss man sich bei jedem Angebot einloggen. Falls Sie noch keinen haben, den Bibliotheksausweis können Sie auch per E-Mail beantragen.

ÖFFNUNGSZEITEN

Dienstag, Donnerstag und Freitag 12-18.30 Uhr
Mittwoch 10-17 Uhr, Samstag 10-13.30 Uhr

WEITERE INFORMATIONEN

Stadtbibliothek im Österreichischen Schlösschen
Marktplatz 8 | 78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon 07732/81-382 | bibliothek@radolfzell.de
www.radolfzell-stadtbibliothek.de
Bitte beachten Sie die aktuellen Hygienebedingungen.



Radolfzell – natürlich schön

AKTIONSGEMEINSCHAFT
RADOLFZELL

„aufgehängt & hochgesehen“ – die längste Freiluftgalerie am Bodensee geht in die vierte Runde

Seit vier Jahren begeistern die Fotomotive in der Radolfzeller Seestraße von Frühjahr bis Herbst die Besucher der Stadt. „aufgehängt & hochgesehen“ ist der Name der längsten Freiluftgalerie am Bodensee. Hier haben Hobbyfotografen die Gelegenheit, ihre Werke in luftiger Höhe auszustellen. In jedem Jahr gibt es ein anderes Motto und eine versierte Jury hat im wahrsten Sinne des Wortes die „Qual der Wahl“, um aus den vielen Einsendungen 34 Motive auszuwählen, die von März bis Oktober die Besucher der Seestraße in die Höhe blicken lassen.



In diesem Jahr steht die Freiluftgalerie ganz im Zeichen von „Radolfzell – natürlich schön“. Bis Ende letzten Jahres konnten Fotografen ihre Werke einsenden. Welche Bilder es final in luftige Höhen schaffen werden, entscheidet die Jury aus Mitgliedern des für die Galerie zuständigen Arbeitskreises der Aktionsgemeinschaft gemeinsam mit den Experten des Fotoclubs Radolfzell und von kuhnle + knödler fotodesign. Und es ist schon gute Tradition, dass die Bilder im Rahmen der Kulturnacht Radolfzell Anfang Oktober verkauft werden. „Wir freuen uns sehr, dass die

Freiluftgalerie so gut ankommt. Das zeigen die vielen Teilnehmer, die mit ihren Fotos dabei sein möchten und die guten Abverkäufe am Ende jeder Galerie. Schön ist auch, dass wir mit der Galerie den Radolfzellern und unseren Gästen ein Angebot machen können, das wirklich unabhängig von allen Corona-Maßnahmen funktioniert – Genuss fürs Auge in luftiger Höhe und an der frischen Luft“, so Stefan Heck, Leiter des Arbeitskreises Freiluftgalerie und Vorstand in der Aktionsgemeinschaft.

Schöner Shoppen

Ein verkaufsoffener Sonntag in Radolfzell ist ein besonderes Erlebnis. Wie man es von den Radolfzeller Händlern gewohnt ist, verbinden sie den sonntäglichen Einkaufsbummel immer mit einem speziellen Motto, das für jeden Gast das Passende bietet. An diesen Tagen gehen Bummel, Genuss, Erlebnis und Einkauf Hand in Hand. Und die ganze Stadt macht mit.

Los geht es Ende März mit der „See(h)reise“.

Am Sonntag, **27. März**, steht von 12.30 bis 17.30 Uhr alles im Zeichen der touristischen Angebote rund um den See. Das macht nicht nur Lust auf Frühjahrsmode, sondern auch auf einen Besuch der schönsten Sehenswürdigkeiten am Bodensee oder eine Fahrt auf dem See.

Am **15. Mai** dreht Radolfzell wieder ein großes Rad.

Der „Tag des Rades“ steht ganz im Zeichen der Fortbewegung auf zwei oder vier Rädern. Bei den verschiedenen Verkaufsausstellungen, Parcours zum Selbstfahren und wahren Akrobaten

auf zwei Rädern kommt sicher keine Langeweile auf.

Und am letzten verkaufsoffenen Sonntag der Saison, der am **9. Oktober** stattfindet, gibt's was auf die Ohren. „Musik uff de Gass“ ist seit Jahrzehnten ein echter Dauerbrenner, an dem Solokünstler bis hin zu ganzen Musikgruppen dafür sorgen, dass es an jeder Ecke der Stadt swingt und klingt. Natürlich ist auch für das leibliche Wohl bestens gesorgt.

Drei Pflichttermine für alle Sonntagsshopper – unbedingt jetzt schon vormerken!

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

Elisabeth's LEDERWAREN

Neu in der Aktionsgemeinschaft und natürlich längst bekannt in Radolfzell ist das renommierte Lederwarenfachgeschäft jetzt in der Seemeile zu finden. Ob Sie auf der Suche nach einer schicken Tasche, einem neuen Geldbeutel, einem praktischen Rucksack oder einem robusten Koffer sind – hier werden Sie sicher fündig. Auch in Sachen Schulranzen ist man bei Elisabeth's Lederwaren bestens beraten – große Auswahl inklusive.

Elisabeth's Lederwaren

Saint-Johannis-Straße 14 | 78315 Radolfzell

Telefon: 07732/2295 | Elisabeths-lederwaren@t-online.de



FOTO PRIVAT

Aktionsgemeinschaft organisiert sich neu

Kreativ, unermüdlich und engagiert war sie schon immer – die Aktionsgemeinschaft Radolfzell. Seit 1976 kümmert sich der Verein im Ehrenamt um die Belange der Radolfzeller Händler, Gastronomen und Dienstleister. Hier werden Veranstaltungen wie die verkaufsoffenen Sonntage oder der Christkindemarkt organisiert, Informationen zum Zeller Handelsangebot gebündelt, die Interessen der Mitglieder auf unterschiedlichsten Ebenen vertreten und vieles mehr in Kooperation mit zahlreichen Partnern.

Anspruch des Vereins ist es auch, immer mit der Zeit zu gehen und den Bedürfnissen der vielfältigen Mitgliedschaft zu entsprechen. Dem trägt auch die veränderte Struktur in der Vorstandschaft Rechnung. Gab es bislang einen ersten und zweiten Vorsitzenden, sind es seit Oktober 2021 nun vier gleichberechtigte Vorstände, die in der Vorstandschaft durch Kassier und Schriftführung ergänzt werden.

„Künftig teilen wir die Verantwortung auf mehrere Schultern auf. Wir wünschen uns, dass das Ehrenamt auch in Zukunft Spaß macht und attraktiv bleibt. Wenn die Aufgaben in kleinere Häppchen geteilt sind, bleibt der Aufwand überschaubar und lässt

sich auch neben den ambitionierten beruflichen Verpflichtungen meistern. In einer Gruppe Gleichgesinnter macht es Spaß, Ideen zu erarbeiten und am besten gemeinsam umzusetzen“, so Andreas Joos, Vorstand der Aktionsgemeinschaft Radolfzell e.V.



FOTO AKTIONSGEMEINSCHAFT

Die neuen Vorstände der Aktionsgemeinschaft Radolfzell e.V. (v.l.): Vorstand Daniel Burger, DressCode und Steg 11, Kassier Thomas Dannenberger, Sparkasse Hegau-Bodensee, Vorstand Stefan Heck, Marketing seemaxx Outlet Center, Vorstand Andreas Joos, Zweirad Joos, Schriftführerin Barbara Burchardt, Marketing.Beratung, Vorstand Sandra Biller-Stocker, Lichthaus Biller.

Die vhs ist ein Ort, an dem sich Menschen in allen Lebenslagen begegnen – Gesellschaft im Kleinen. Schon 1953 wurde die vhs Radolfzell gegründet, 2016 fusionierte sie mit der vhs Konstanz-Singen zur vhs Landkreis Konstanz. 2019 bezog sie ihre neuen, modernen Räume im Millenium-Tower in Radolfzell.

Hier kommen Menschen zusammen, die unterschiedlicher nicht sein können. Der junge Geflüchtete, der Deutsch lernen und sich integrieren möchte, die pensionierte Softwareentwicklerin, die an den politischen Themen unserer Zeit interessiert ist, oder der sprachbegeisterte Krankenpfleger, der sich auf die nächste Reise vorbereitet und die Angestellte, die ihre Mittagspause für Bewegungskurse nutzt.

Bei der vhs ist auch die Koordinierungs- und Fachstelle „Demokratie leben!“ der Stadt Radolfzell angesiedelt. Und im Abendgymnasium der vhs im Berufsschulzentrum Radolfzell holen jedes Jahr hoch motivierte Erwachsene das Abitur oder die Fachhochschulreife nach.

MITEINANDER reden, sich verstehen

Die vhs-Sprachschule bietet Anfänger- und Fortgeschrittenkurse in über 20 Sprachen an. Allein in Radolfzell beginnen im Januar und Februar 22 verschiedene Kurse in Arabisch, Chinesisch, Englisch, Französisch, Neugriechisch, Schwedisch und Spanisch. Präsenz- und Online-Kurse schaffen unterschiedliche Möglichkeiten, eine Sprache neu zu lernen, aufzufrischen oder zu perfektionieren. Mitte März starten dann die neuen Anfänger- und Reisekurse.

MITEINANDER Fit bleiben

Mit dem BSV Nordstern bietet die vhs vor Ort in Radolfzell einen perfekten Ort, um fit zu bleiben oder es wieder zu werden. Zu Beginn des Jahres starten Kurse für Pilates, Rückenfit, Indian Balance und smovey WALK & FIT®.

MITEINANDER kreativ sein

Literaturcafé, Theaterspiel, Textilschablonen-Siebdruck, Collagen erstellen – auch Kreative und kulturell Interessierte finden immer etwas im Programm der vhs.

Aus dem vhs-Vortragsprogramm

Breit gefächert ist das Vortragsprogramm der vhs. Das neue Jahr startet gleich mit mehreren Veranstaltungen in Radolfzell.

Am **13. Januar** hält Prof. Dr. Jutta Allmendinger einen Festvortrag zum 50. Geburtstag der vhs und diskutiert mit Wissenschaft und Politik, welche Rolle die Erwachsenenbildung spielt, um wachsender Ungleichheit entgegenzuwirken (Livestream).

Am **19. Januar** um 19.30 Uhr ist Prof. Dr. Werner Mezger im Zunfthaus Narizella in Radolfzell zu Gast. Sein Thema: „Fastnacht, Fasching und Karneval in Europa. Eine Entdeckungsreise durch 20 Länder mit vielen Bildern“.

Am **31. Januar** um 19.30 Uhr referiert Prof. Dr. Anette Pohlmeier Im Rathaus Stahringen über Kopfschmerzen und Migräne.

LAUFEND NEUE KURSE – VOR ORT UND ONLINE

Geschäftsstelle Radolfzell | Schützenstraße 84 | 78315 Radolfzell am Bodensee
Telefon 07732/89348-60 | radolfzell@vhs-landkreis-konstanz.de
www.vhs-landkreis-konstanz.de



Die neuen, modernen Räume im Millenium-Tower in Radolfzell.



Die Kulissenschieber e.V., die Theatergruppe der vhs, ist bereits über 20 Jahre mit der Region verbunden. Pro Saison wird ein Theaterstück erarbeitet und in Radolfzell und Umgebung aufgeführt.



Textilschablonen-Siebdruck mit Till Rehfeld in der vhs (v.l.): Geschäftsstellenleiter Uwe Donat, vhs-Vorstand Nikola Ferling, Till Rehfeld und Bürgermeisterin Monika Laule.



Prof. Dr. Jutta Allmendinger hält einen Festvortrag zum 50. Geburtstag der vhs.

TEXT UND FOTOS VHS LANDKREIS KONSTANZ E.V.

**Gutscheine
zu gewinnen!**

siehe Seite 38



METTNAU – BEWEGUNG IST LEBEN

**In dieser Ausgabe mit
folgenden Themen:**
Fit durch die
kalte Jahreszeit

Ach wie (zucker)süß!

METTNAU erhält
erneut Zertifikat
„Station Ernährung“
der DGE

TEXT NICOLA M. WESTPHAL
FOTO METTNAU

Die METTNAU – wir heißen Sie herzlich willkommen

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

Die METTNAU bietet Kompetenz auf höchstem Niveau. Ein interdisziplinäres Team von Ärzten, Sportlehrern und Therapeuten arbeitet mit jahrelanger Erfahrung, fachübergreifend und Hand in Hand. Unser Ziel ist es, Krankheiten erst gar nicht entstehen zu lassen. So basiert unser Behandlungsspektrum auf zwei tragenden Säulen, der Rehabilitation nach Krankheit und der gesundheitlichen Prävention.

Das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM)

Die METTNAU ist seit Jahrzehnten in Sachen Gesundheitsprävention ein verlässlicher Kooperationspartner von Unternehmen unterschiedlicher Branchen und bietet mit seinen ambulanten und stationären Angeboten ein breitgefächertes

Leistungsspektrum. Die Angebote sind sowohl als Basisprogramm wie auch mit ergänzenden Modulen buchbar. Das zentrale Ziel dabei ist es, mithilfe eines ausgeglichenen Lebens- und Arbeitsstils sowie einer gesunden Ernährung die Leistungsfähigkeit und Lebensqualität zu steigern.

Egal, ob Sie über Ihren Leistungsträger zu uns kommen oder als Selbstzahler, wir begleiten Sie gerne auf Ihrem Weg in eine körperbewusste und gesunde Lebensführung.

Weitere Informationen unter Telefon 07732 151-806 oder per E-Mail an info@mettnau.com



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

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

Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage unter www.metttnau.com

Reservierungsanfragen

Telefon 07732/151-810
info@mettnau.com

Fit durch die kalte Jahreszeit

Schnee, Regen, Matsch, ein wolkenverhangener Himmel. Im Winter ziehen viele einen gemütlichen Abend auf dem Sofa einer knackigen Sporteinheit vor. Der „Winterspeck“, ein Überbleibsel aus der Weihnachtszeit, drückt noch zusätzlich unter dem Hosenbund. Die Motivation, in Bewegung zu kommen, geht bei vielen gegen Null. Dabei ist gerade im Winter Bewegung wichtig – besonders die Bewegung an der frischen Luft. Denn so stärken wir unser Immunsystem, sind weniger anfällig für Infekte, bauen Stress ab und bei Sonnenschein nehmen wir über die Sonnenstrahlen Vitamin D auf, dass für gute Laune verantwortlich ist.



Damit der Outdoorsport in der kalten Jahreszeit Spaß macht und das Verletzungsrisiko gering ist, sollte man folgendes beachten:

Die richtige Ausrüstung

Sportschuhe mit gutem Profil, angemessene Funktionskleidung, Mütze und Handschuhe. Bei Sport in der Dunkelheit Kleidung mit Leuchtstreifen und Reflektoren und gegebenenfalls eine Stirnlampe tragen.

Gutes Aufwärmen

Etwa fünf Minuten Aufwärmen mit Dehnübungen senken das Verletzungsrisiko. Zudem ist es sinnvoll, sich einzulaufen, also von einem gemütlichen Schlendern in einen zügigen Schritt zu wechseln und das Tempo anzuziehen.

Ob Sie nun (Nordic-)Walken, Joggen oder stramm spazieren gehen, Varianz bringen Sie in die körperliche Aktivität, wenn Sie einige Bewegungsübungen mit einbauen. Carmen Braun, Sporttherapeutin der METTNAU, hat für Sie Übungen zusammengestellt, die Sie je nach aktuellem Trainingsstand, Alter oder körperlichen Einschränkungen individuell intensivieren und beliebig wiederholen können. Mit den Übungen wird der Körper sanft gedehnt sowie die Körpermitte stabilisiert. Außerdem werden das Gleichgewicht und damit die Sturzprophylaxe geschult.

Wem es schwerfällt, das Gleichgewicht zu halten, der kann sich bei der Übungsfolge an einer Bank, Laterne, an einem Baumstamm festhalten oder sich mit seinen Walkingstöcken abstützen.

A Ausgangsposition

Suchen Sie einen ebenen Untergrund, so dass Sie einen guten Stand haben. Die Füße stehen parallel nebeneinander, der Körper ist aufgerichtet.



Übung 1

Ausfallschritt (Lunges) nach hinten. Das Becken bleibt gerade, das Knie geht senkrecht zum Boden.

Effekt: So werden der vordere Oberschenkel und der Hüftbeuger gedehnt.



Variation: Das Knie tiefer Richtung Boden, evtl. wippen oder eine Oberkörperdrehung (Wirbelsäulen-Rotation).



Übung 2

Mit dem vorderen Bein aus der Schrittstellung hochdrücken.

Effekt: Kräftigung des vorderen Beins; Stabilisierung der Körpermitte.



Variation: Wer mit Walking-Stöcken unterwegs ist, kann sich auch an diesen hochdrücken. Das entlastet das Bein und stärkt die Arme (ohne Foto).

Übung 3

Hinteres Ausfallschritt-Bein nach vorne holen und in einem Flow hoch zur Brust ziehen. Wer kann, der darf mithilfe der Arme das Bein nochmals bewusst Richtung Brust ziehen, um die Dehnung zu verstärken.

Effekt: Dehnung des herangezogenen Beins (hintere Kette und Gesäßmuskel), Gleichgewichtsübung, aufrechte Haltung.



Variation: Einfacher kann man das Gleichgewicht halten, wenn man das Bein zuerst abstellt und aus dem sicheren Stand heraus zur Brust zieht (ohne Foto).

Übung 4

Zurück zur **Ausgangsposition A**. Die Füße stehen parallel nebeneinander, der Körper ist aufgerichtet – atmen. Nun das Bein wechseln und die Übung von vorn beginnen.



Ach wie (zucker)süß!



TEXT MONIKA SATTLER | NICOLA M. WESTPHAL FOTOS METTNAU | NICOLA M. WESTPHAL

Braucht unser Körper Zucker? „Nein!“, sagt Monika Sattler, Diätassistentin und Ernährungsberaterin/DGE der METTNAU, und erläutert: „Zwar sind das Gehirn, die roten Blutkörperchen und das Nierenmark zur Energiegewinnung auf Glucose, also Traubenzucker, angewiesen, allerdings ist unser Körper durchaus in der Lage, Glucose unter Energieaufwand aus anderen Nahrungsbestandteilen selbst herzustellen.“ Zucker ist nicht grundsätzlich schlecht, jedoch kann die reine Energiezufuhr durch große Zuckermengen ohne Sättigung eine Gewichtszunahme begünstigen und Ernährungsexperten wissen: Übergewicht kann die Ursache zahlreicher Erkrankungen sein.

Zucker steckt in weit mehr Lebensmitteln, als wir denken und kommt vor allem in der Lebensmitteltechnologie zum Einsatz. So wird Zucker zum Süßen und Abrunden eines sauren oder bitteren Geschmacks eingesetzt, als Farbgeber, um eine braune Farbe zu erhalten, zur Lebensmittelkonservierung und um die Textur eines Produktes zu beeinflussen. Zucker verleiht – beispielsweise zusammen mit Pektin – der Marmelade ein „geleeartiges Mundgefühl“ oder bindet bei anderen Produkten Wasser, was den Effekt von Volumen und Feuchtigkeit erzeugt. Nicht zuletzt ist Zucker die Ausgangssubstanz für die alkoholische Gärung. Viele kennen das, sie haben „einen süßen Zahn“, brauchen Zuckerhaltiges. Der Zuckerkonsum sorgt für unser seelisches Wohlbefinden, indem es das Belohnungssystem im Gehirn aktiviert. Durch eine zuckerreiche Ernährung sinkt allerdings unsere Sensibilität für Süßes und unser Geschmacksempfinden wird regelrecht auf „süß“ getrimmt. Was aber noch bedenklicher ist, die Schwelle

für „süß“ wird kontinuierlich erhöht. Obwohl Zucker dem derzeitigen Wissensstand zufolge nicht wirklich abhängig macht, ist er tückisch, denn Zuckerverzicht kann zumindest suchtähnliches Verhalten mit regelrechten Entzugerscheinungen auslösen. Vor allem die Kombination aus Zucker und Fett, wie wir sie bei Pralinen oder zartschmelzender Schokolade finden, erzeugt ein wohliges Mundgefühl. Und wer sich nach einer süßen Belohnung sehnt, dem bietet Obst, das ebenfalls süß ist, wohl kaum eine befriedigende Alternative, denn der darin enthaltene Fruchtzucker aktiviert das Belohnungszentrum im Gehirn nicht in gleichem Maße wie der Haushaltszucker. Im Übrigen stecken auch in stärkehaltigen Lebensmitteln wie Getreideflocken, Brot, Reis, Nudeln, Kartoffeln oder Hülsenfrüchten Zucker – hier handelt es sich um Stärke, die eher mehlig schmeckt, und erst nach zahlreichem Kauen einen süßlichen Geschmack im Mund erzeugt. Nicht alle Zucker sind somit gleich süß.

Argumente der Zuckerlobby

Ein ganzer Industriezweig profitiert von dem Verkauf und der Verarbeitung von Zucker. Daher gibt es einige Aussagen, die die Weltgesundheitsorganisation (WHO) widerlegt. Auch wenn es bei der Zuckerlobby heißt: „Zucker ist kein Risikofaktor für Diabetes mellitus“ oder „Kohlenhydrate sind essentiell für das Gehirn“ – Fakt ist: Ein hoher Zuckerkonsum fördert Übergewicht! Auch die Aussage: „Seit 40 Jahren ist der Zuckerverbrauch konstant“, ist nur bedingt korrekt, denn sie gilt nur für die Erfassung des Haushaltszuckers. Der Einsatz von verstecktem Zucker ist in den letzten Jahren hingegen deutlich gestiegen.

Produktauswahl „zuckerfrei“ – ist das eine Alternative?

Immer öfter findet man in den Supermarktregalen zuckerfreie Alternativen zu gängigen Produkten. Aber wie sinnvoll sind diese? „Es ist richtig, dass zuckerfreies Naschwerk wie beispielsweise Bon-

bons ohne Zucker etwa 40 Prozent weniger Energiegehalt aufweisen“, so Monika Sattler. „Jedoch können diese Produkte durchaus unerwünschte Nebenwirkungen haben. Es werden sogenannte Zuckeraustauschstoffe (keine Süßstoffe!) eingesetzt, die im Darm wasserbindend wirken und somit bei großen Zufuhrmengen Durchfälle auslösen können.“ Besser ist es, Zucker einzusparen, indem man beim Einkauf von Lebensmitteln auf die Kennzeichnung achtet und diese richtig interpretiert. So finden sich auf Zutatenlisten zahlreiche für den Laien fremdklingende Bezeichnungen für Zucker, deren Namen mit „-ose“, und „-sirup“ enden. Beim Kauf von Lebensmitteln mit der Kennzeichnung „ohne Zuckerzusatz“ oder „ungesüßt“ wird tatsächlich vom Zusatz von Zucker beziehungsweise süßenden Zutaten abgesehen. Zudem ist es ratsam, bei „pikant schmeckenden“ Lebensmitteln genauer hinzuschauen. Wer hätte gedacht, dass sich in einer würzigen Currywurst, als Convenience-Produkt aus dem Kühlregal, acht Zuckerwürfel verstecken? Oder dass in 215 ml Balsamico-Creme, die mit „100 Prozent Süße aus Früchten“ wirbt, sogar 36 Zuckerwürfel enthalten sind? Eine weitere Falle wartet, wenn die deklarierte Zuckermenge anstelle von „pro 100 Gramm“ als „pro Portion“ angegeben wird. Eine Portion ist nicht eine Portion, sondern die Portionsgröße wird schließlich individuell unterschiedlich ausgelegt. Bei alledem

heißt es aber noch lange nicht, dass wir komplett auf Zucker verzichten müssen – lediglich der Umgang und die Menge entscheiden, ob wir uns gesund ernähren oder nicht. Monika Sattler betont, dass für die primäre Prävention von ernährungsmitbedingten Krankheiten weniger die Quantität als vielmehr die Qualität der Kohlenhydratzufuhr bedeutsam ist.

So ist die Aufnahme von Zucker in frischem Gemüse durchaus sinnvoll, denn das Gemüse liefert gleichzeitig jede Menge Vitamine sowie notwendige Ballaststoffe. Letztendlich könne man die Aufnahme von zu vielen Kohlenhydraten, vor allem von größeren Mengen Zucker, durch Bewegung wieder abbauen. Monika Sattler rät daher: „Essen Sie ruhig Süßigkeiten, aber nicht wahllos, sondern bewusster und in geringeren Mengen. Genießen Sie „süße Momente“ – das ist oft verbunden mit kleineren Mengen. Suchen Sie nach Alternativen zu zuckerhaltigen Getränken, so können Sie beispielsweise Mineralwasser mit Zitronenscheiben oder Zitronenmelisse verfeinern. Und vor allem: Prüfen Sie kritisch die Zutatenliste von Fertigprodukten.“ Eine Umstellung auf eine zuckerarme Ernährung dauert einige Zeit, aber das Verlangen nach Zucker wird immer weniger. Wer eine Zeitlang den Zuckerkonsum bewusst reduziert, der justiert damit sein Empfinden für Süßes neu und genießt anschließend um so mehr.

Orientierungshilfe beim Einkauf

Wer seinen Zuckerkonsum reduzieren möchte, für den lohnt sich ein Blick auf die Zutatenliste eines Produktes. Aber was bedeuten die Begriffe?

Zuckerfrei:

0,5 g Zucker pro 100 g pro ml.

Zuckerarm:

max. 5 g Zucker pro 100 g oder
max. 2,5 g Zucker pro 100 ml.

Ohne Zuckerzusatz:

kein zusätzlicher Zuckerzusatz (wie Haushaltszucker, Milch- und Fruchtzucker oder eine süßende Zutat, zum Beispiel Fruchtsirup).

Enthält von Natur aus Zucker:

als verpflichtender Hinweis für Lebensmittel, die von Natur aus zuckerreich sind (z.B. Fruchtsäfte).

Weniger Zucker / zuckerreduziert:

30 % weniger Zucker als in vergleichbaren Produkten.

Ungesüßt:

kein Einsatz von Zucker, süßenden Lebensmitteln und Süßungsmitteln.

METTNAU erhält erneut Zertifikat „Station Ernährung“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE)

Bewusste und ausgewogene Ernährung ist ein essentieller Baustein des METTNAU-Konzeptes. Dass die Radolfzeller Reha-Einrichtung dabei die höchsten Qualitätsstandards erfüllt, wurde nun erneut von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) bestätigt.

Damit eine Reha-Klinik das Siegel „Station Ernährung“ erhält, müssen umfangreiche Vorgaben des DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung erfüllt werden. Dazu gehören neben einer abwechslungsreichen Lebensmittelauswahl mit Vollkornprodukten, frischem Gemüse, Obst und Fisch sowie die Rücksichtnahme auf individuelle Unverträglichkeiten ebenso die Atmosphäre im Speisesaal.

Matthias Kienzle, Küchenchef der METTNAU, und sein Team erfüllten die Kriterien für die Zertifizierung „Station Ernährung“ mit 100 Prozent. Aufgrund des hervorragenden Ergebnisses erhielt die METTNAU das Zertifikat dieses Mal sogar für eine Laufzeit von drei Jahren.



„Wir möchten mit unserer vollwertigen Ernährung Impulse setzen und unseren Beitrag zu einem gesunden Leben leisten. Dass das von der DGE mit 100 % bestätigt wurde, freut mich und macht mich stolz auf unsere Arbeit und unser Team. Es zeigt jedoch nur die Momentaufnahme eines andauernden Weges. Unsere neuen Gäste begrüße ich immer mit dem Satz: Gute Ernährung, ausgewogener Sport, Humor und positives Denken sind der beste Weg, gesund zu werden und zu bleiben. Das spart vielleicht auch mal die ein oder andere Tablette.“

Matthias Kienzle, Küchenchef der METTNAU



NICO'S BLOG:

NIKOLAUSI VERSUS OSTERHASI



Nachdem noch im Dezember der „Black Friday“ und „Cyber Monday“ Kaufimpulse in unser Hirn sendete, damit wir eifrig Schnäppchen kaufen, heißt es nun im Januar: Alles muss raus! Und zwar Lebkuchen, Schokoladen-Nikoläuse und Weihnachtsplätzchen. Wer immer noch keine Überdosis der zimtigen und nussigen Zuckerbomben hatte, der kann jetzt die Restposten zu Dumpingpreisen erwerben. Aber mal ehrlich: Wer will das schon? Irgendwie sind wir doch alle vom Weihnachtswahn übersättigt, oder? Also zumindest mir geht es so. Während noch Anfang Dezember der Anblick eines geschmückten Tannenbaumes mein Herz erwärmte, finde ich es jetzt geradezu befreiend, ihn am Stamm durch die Wohnräume bis an die Straße zu ziehen, wo er auf die Christbaumabfuhr wartet. Zuvor noch schnell die Kugeln vom Baum rupfen, Nikoläuse, Elche und Pappsternchen in großen Kisten verstauen und nix wie weg damit, in die Kisten auf meinem Dachboden und im Keller. Au revoir bis zum nächsten Dezember! Und: Her mit bunten Primeln und Narzissen! Die gibt es nämlich schon wieder in den Blumenläden zu kaufen. In vielen Geschäften ist die Weihnachtsdekoration sogar schon Fastnachtstoküsten aus Plüsch und Polyester gewichen. In Kürze erwarte ich die Offensive der Schokoladenosterhasen. Ganz schön schnelllebig so ein Jahr, denke ich, und mir wird bewusst, dass es immer wichtiger wird, einmal inne zu halten, den Moment bewusst wahrzunehmen, zu genießen. Nichtsdestotrotz gehe ich nun Primeln kaufen. Und Narzissen. Und ich freue mich auf den Frühling.

Kommen Sie gesund durch das neue Jahr!

Ihre

Nicola M. Westphal

Ein Rezept aus unserer METTNAU-Küche:

Orangen, Äpfel und Walnüsse gehören zu Weihnachten dazu. Bleibt noch etwas davon übrig, lässt sich aus diesen Zutaten und Chinakohl im Handumdrehen ein kalorienarmer und herzhafter Salat zaubern.

Chinakohlsalat

■ Rezept für 4 Personen ■ Nährwert pro Portion 80 kcal



FOTO METTNAU

ZUTATEN

½ Kopf Chinakohlsalat
2 kleine säuerliche Äpfel
1 Orange
40 g Walnüsse (ca. 10 Stück)
2 EL weißer Balsamico- oder Obstessig
1 EL Zitronen- oder Limettensaft
1 TL Honig oder Orangenmarmelade
3 EL Rapsöl
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

Den Chinakohl putzen, waschen, trockenschleudern und in feine Streifen schneiden. Die Äpfel waschen, halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Die Apfelstücke fein würfeln. Die Orange mit einem scharfen Messer schälen und filetieren. Die Walnüsse grob hacken. Aus dem Essig, Zitronensaft, Honig, Rapsöl, Salz und Pfeffer ein Dressing zubereiten. Das Dressing mit den Zutaten vermischen und mit den gehackten Walnüssen bestreuen.

Dieses und weitere Rezepte finden Sie in unserem METTNAU-Kochbuch „... von Herzen genießen“. Das Buch, entwickelt von unserem Team aus dem „Fachbereich Ernährung“, enthält neben den Rezepten wertvolle Tipps und Tricks, die Sie dabei unterstützen, das ausgewogene Ernährungskonzept der METTNAU leicht in Ihrem Alltag umzusetzen. Beziehen

können Sie das Kochbuch an den Rezeptionen unserer Kliniken sowie in unserem Online-Shop unter www.metttnau.com/de/metttnau-shop.

Hätten Sie's gewusst?

Der Chinakohl ist eine Kreuzung aus Speiserübe und Pak-Choi. Nennenswerte Inhaltsstoffe sind Kalium, Calcium und Folsäure. Geschmacklich ist der Chinakohl milder als viele andere Kohlsorten und ist sowohl roh und fein geschnitten als Salat als auch mit Hackfleisch oder Puten- oder Schweinefleischstreifen in der Pfanne zuzubereiten. Ebenso schmeckt er als Wok-Gericht sowie mit Käse und Schinken gratiniert. Gedünstet oder geschmort ist er eine kalorienarme Beilage zu Fleisch und Fisch. Beim Putzen gilt es, die äußeren Blätter sowie das dicke Ende inklusive Strunk großzügig abzuschneiden. Dann den Chinakohl im Ganzen waschen, längs halbieren, vierteln und in Streifen schneiden.

Von Schlössern, Weinen und Feuerwehrautos

Das Schöne rund um den See im Blick – Lesestoff von Labhard Medien

Wissen Sie, warum man in Oberschwaben vom „Himmelreich des Barock“ und auf Schloss Arenenberg von den „Schicksalsjahren einer Königin“ spricht? Haben Sie Lust, mehr über die Geschichte der Kirchen und Klöster oder der Feuerwehr am Bodensee zu erfahren? Oder stehen Sie doch eher auf Insiderwissen über den Weinbau am See oder angesagte Restaurants von Lindau bis Schaffhausen?

Lesestoff-
zu
gewinnen!

siehe Seite 38

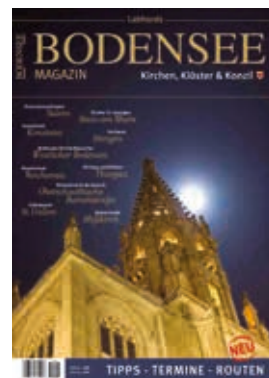
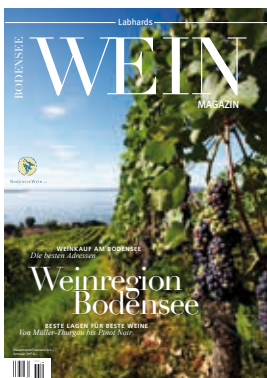
Labhard Medien bietet Lesestoff für Kenner der Region. Und für die, die es werden wollen. Seit vielen Jahren ist der Verlag mit Sitz in Konstanz auf all das Schöne und Interessante rund um den See spezialisiert, ab Januar 2022 kommt der akzent Verlag hinzu und vertieft das Angebot insbesondere in den Bereichen Gastronomie, Lifestyle und Kultur. Und zusammen haben sie als größter Magazin-Verlag am Bodensee ganz besonders die Menschen im Blick, die hier zu Hause sind und tiefer in die Besonderheiten ihrer Heimat eintauchen möchten.

Seit vielen Jahren werden bei Labhard Medien übrigens auch Bücher publiziert, wie beispielsweise die beliebte Reihe der Delphin-Bücher mit Konstanzer Beiträgen zu Geschichte und Gegenwart, der kulinarische Bestseller „Höri-Bülle“ über die Kultzwiebel vom Bodensee oder geschichtliche Fachliteratur.

Im Labhard-Shop wurden extra Pakete geschnürt, um den Wissensdrang der Leser zu stillen – zum Beispiel mit dem Kirchen- und Klöster- oder dem Geschichts-Paket.

Exklusiv für Leser des 'zeller magazin:

Einfach stöbern unter www.labhard-shop.de und Lieblingsmagazine im Januar und Februar 2022 online (Code: zeller) versandkostenfrei bestellen!



Zeit für Museen

In Kultur baden – die Vielfalt an Museen in Radolfzell und Umgebung verspricht zu jeder Jahreszeit Abwechslung.

Sputen muss sich, wer noch die Sonderausstellung „Trachten Leben“ im **Stadtmuseum Radolfzell** anschauen will, die bis 20. Februar zu sehen ist. Doch ein Besuch dieses Kleinods lohnt sich immer, denn das Stadtmuseum Radolfzell ist in der ehemaligen Stadtapotheke aus dem Jahr 1689 untergebracht. Ihre wertvolle Offizin aus der Biedermeierzeit, die Kräuterkammer und andere vor Ort erhaltene Apothekenräume versetzen den Besucher in vergangene Zeiten. Neben den Apothekenräumen beherbergt das Museum auch die stadtgeschichtliche Ausstellung, die schlaglichtartig wichtige Zeitschnitte aus der Geschichte Radolfzells illustriert, die Altertümersammlung mit einem Rückgriff auf historische Präsentationsformen sowie die „Scheffel-Separée“ genannte Abteilung mit originalen Objekten zu Joseph Victor von Scheffel, Bestseller-Autor des 19. Jahrhunderts und Ehrenbürger Radolfzells.

www.stadtmuseum-radolfzell.de

In die Anfänge des Computerzeitalters werden die Besucher im **CompuRama** versetzt. Das Technikmuseum im Ortsteil Liggeringen beleuchtet alle Aspekte der technischen Kommunikation. Interessierte stoßen hier auf historische Telefone, Schalttafeln und Schreibmaschinen sowie auf die ersten Rechenmaschinen und Computer. Aktuell findet in den Räumlichkeiten, Am Bord 1 (in der ehemaligen Kunststofffabrik), eine Computerausstellung zu den frühen Spielecomputern der späten 70er und frühen 80er Jahre statt. Dort können die heute historischen und wieder instand gesetzten Geräte sogar im Betrieb ausprobiert werden. Der Verein CompuRama Radolfzell e.V. versucht mit seiner Arbeit geschichtlich und historisch bedeutsame Informationstechnikgeräte sicherzustellen. Ihren Weg ins Museum haben sämtliche Geräte über private Spenden gefunden. Erreichbar ist das Museum vom ZOB Radolfzell mit der Stadtbuslinie 6, Ausstieg nächste Haltestelle nach Güttingen (noch vor Liggeringen).

www.compurama-radolfzell.de

Für Kunst- und Literaturfreunde ist die Höri ein schöner Anziehungspunkt. Im **Hesse Museum Gaienhofen** ist zu den Winteröffnungszeiten noch bis 16. Januar die Sonderausstellung „Ins Licht gerückt. Malerei und Grafik aus der Sammlung“ zu sehen. Bis zum Start der neuen Sonderausstellung „Ilse Schneider-Lengyel. Fotografin, Ethnologin, Dichterin“ am 20. März können die Dauerausstellungen besichtigt werden: Literaturlandschaft Höri, Künstlerlandschaft Höri und die Hermann Hesse Ausstellung: „Gaienhofener Umwege. Hermann Hesse und sein 1. Haus“.

www.hesse-museum-gaienhofen.de

Das **Museum Haus Dix** in Hemmenhofen ist im Winter geschlossen und öffnet am 19. März mit einer Ausstellung über das kreative Wirken von Jan Dix (1928-2019). Das ehemalige Wohn- und Atelierhaus der Familie Dix bietet heute unter der Leitung des Kunstmuseum Stuttgart die einzigartige Gelegenheit, Umfeld und Lebensmittelpunkt eines der bedeutendsten Künstler des 20. Jahrhunderts kennenzulernen. Otto Dix zog 1936 mit seiner Frau Martha und den drei Kindern Nelly, Ursus und Jan nach Hemmenhofen, wo er bis zu seinem Tod 1969 lebte.

www.museum-haus-dix.de

TIPP: Für den Besuch beider Museen (Hesse Museum Gaienhofen und Museum Haus Dix) gibt es ein Kombiticket zum Preis von 9 Euro. Am besten gelangt man mit dem Höribus Linie 200 nach Gaienhofen. Mit einer Wanderung auf der Kunstroute, die an der Tourist-Information Gaienhofen startet, kann man die beiden Museen erlebnisreich verknüpfen.

Das **Museum Lindwurm** in Stein am Rhein lässt das 19. Jahrhundert erleben. Im Salon erklingt Klaviermusik, der Esstisch ist festlich gedeckt, auf dem Dachboden trocknen Kräuter neben der frisch gewaschenen Wäsche und im Innenhof gackern die Appenzeller Spitzhaubenhühner. Das Haus ist so eingerichtet, als wäre es noch immer bewohnt. Auf 1500 m² fasziniert es Kinder und Erwachsene gleichermaßen. In schweren Leinwandhemden oder noblen Kleidern aus dem 19. Jahrhundert kann man in das Leben von früher schlüpfen, historische Spiele entdecken und auf Strohsäcken Probe liegen. Das Museum Lindwurm bietet Themen- und Sonderführungen für Kinder und Erwachsene an. Regelmäßig finden Lesungen der „Lindwurm-Lesereihe“ im Salon statt. Ab 1. März (nach der Winterpause) kann das Museum wieder besucht werden.

www.museum-lindwurm.ch

In Singen lockt der Dreiklang Kunst-Architektur-Oldtimer. Das Motto des **MAC Museum Art & Cars**, direkt am Fuße des Hohentwils gelegen, lautet „Einzigartig anders“ und findet sich sowohl in den beiden architektonisch einzigartigen Museumsgebäuden MAC 1 und MAC 2 als auch in der außergewöhnlichen Kombination von Kunst und historischen Automobilen wieder. Im MAC 1 wird in regelmäßig wechselnden Ausstellungen zeitgenössische Kunst regionaler, überregionaler und internationaler Künstler mit passenden Fahrzeugen gezeigt. Im MAC 2 sind Fotografie und internationale Lichtkunst im Zusammenspiel mit wertvollen Oldtimern zu sehen.

www.museum-art-cars.com



Stadtmuseum Radolfzell in der Alten Stadtapotheke.



Technikmuseum CompuRama, Liggeringen.



Hesse Museum Gaienhofen.



Museum Haus Dix, Hemmenhofen.



Museum Lindwurm, Stein am Rhein.



MAC Museum Art & Cars, Singen.



Thomas Giesinger auf Erkundungstour am wilden Litzelsee.

Wilde Natur am Litzelsee

Radolfzell ist die Stadt der vielen Seen. Einer davon liegt verborgen, urig und wild im Wald: Der Litzelsee zwischen dem Ortsteil Böhringen und Steißlingen ist ein besonderes Naturjuwel, das sich am besten mit Gummistiefeln erkunden lässt.

TEXT THOMAS GIESINGER FOTO MARINA KUPFERSCHMID



FOTO GERHARD RÖHNER



FOTO WOLFGANG FRIEDRICH



FOTO CAROLA SCHOLZ



FOTO ROLAND KALB

Dass der Bodenseeraum eine Eiszeitlandschaft ist, wird mancherorts besonders deutlich. Sowohl Schönheit und Reichtum der Natur rund um den Litzelsee als auch die Rolle des Gebiets als Zeuge der Eiszeit veranlassten 1981 das Regierungspräsidium Freiburg, hier ein Naturschutzgebiet auszuweisen. 55 Hektar meist bewaldete Fläche rund um den etwa drei Fußballplätze großen See sind heute geschützt.

Was ist ein Toteisloch?

Die Wissenschaft von Entstehung und Zusammensetzung der Erde, die Geologie, fand für manche Phänomene spannende Worte. Eines davon ist „Toteisloch“. Beim Schmelzen von Eiszeiglletschern bildeten sich am Rand runde Eisblöcke. Ab und zu wurde einer davon mit Kies und Sand bedeckt und blieb lange unterirdisch als Eis erhalten. Als es noch wärmer wurde, schmolz das Eis, eine Mulde entstand. Sie sind – wie der Litzelsee – mal mit Wasser gefüllt, mal trocken wie die 30 anderen Toteislöcher in der Umgebung. Das Geologische Landesamt beschreibt dieses Gebiet als einzigartig in Baden-Württemberg. Beim Litzelsee ist die „Lochform“ gut zu sehen. Bei den anderen, trockenen Mulden aus der Eiszeit muss man sich den Wald wegdenken, um ihre Gestalt zu erkennen.

Vielfältige Natur

Manchmal sieht man die Fische im Litzelsee springen. Angler haben dort Plattformen gebaut. Die Ringelnatter, unsere einzige Wasserschlange, und der Eisvogel, der gerne auf Zweigen über dem Wasser sitzt, lassen sich als Fischjäger hier beobachten. Die Vogelwelt im Waldmeister-Buchenwald und Nadelwald rund um den See ist vielfältig: Der große Schwarzspecht und drei

weitere, kleinere Spechtarten sind hier genauso zu sehen und zu hören wie der Schwarze Milan (nur im Sommer!), Sing- und Misteldrossel und kleine Singvögel wie Zilpzalp, Mönchsgrasmücke, Rotkehlchen oder Zaunkönig. Zusätzlich zu den Uferbäumen sorgen ein Röhrichtgürtel und Seerosen dafür, dass es einfach schön hier ist.

Biberland

Seit ein paar Jahren hat der Biber hinter dem Litzelsee Richtung Osten eine neue wilde Wasserlandschaft geschaffen. Eine riesige Biberburg, ein großer Haufen aus Ästen und Schlamm, ist entstanden. Kaum zu glauben, dass ein Tier dieses Bauwerk errichtet hat. Überall, vor allem an Haselsträuchern und anderen Weichhölzern, sieht man die Fraßspuren des großen Nagers. Wer Wildnis mag, wird sich hier wohlfühlen. Der neue Teich und die unter Wasser stehenden Wiesen können neue Nahrungs- und Brutplätze für Kröten und Frösche sowie für Vögel bieten. Auch der Graureiher und der exotische weiße Silberreiher wissen das zu schätzen. Letzten Oktober waren Tausende Libellen rund um das Biberland zu sehen.

Wirklich in Radolfzell?

Der Blick auf eine Karte mit den Stadt- und Gemeindegrenzen hält für viele Böhlinger und Radolfzeller eine große Überraschung bereit. Zwar sind die 55 Hektar des Naturschutzgebiets Litzelsee größtenteils auf unserer Gemarkung, der See selbst liegt aber auf Steißlinger Gemarkung. Die meisten Naturbeobachter am Litzelsee kommen trotzdem aus Radolfzell und seinem Ortsteil Böhlingen und betrachten das nordische Juwel im Wald als ihren See.

Wirtschaft im FOKUS

Die Wirtschaftsförderung, das heißt eindeutig, hat die besten Interessen

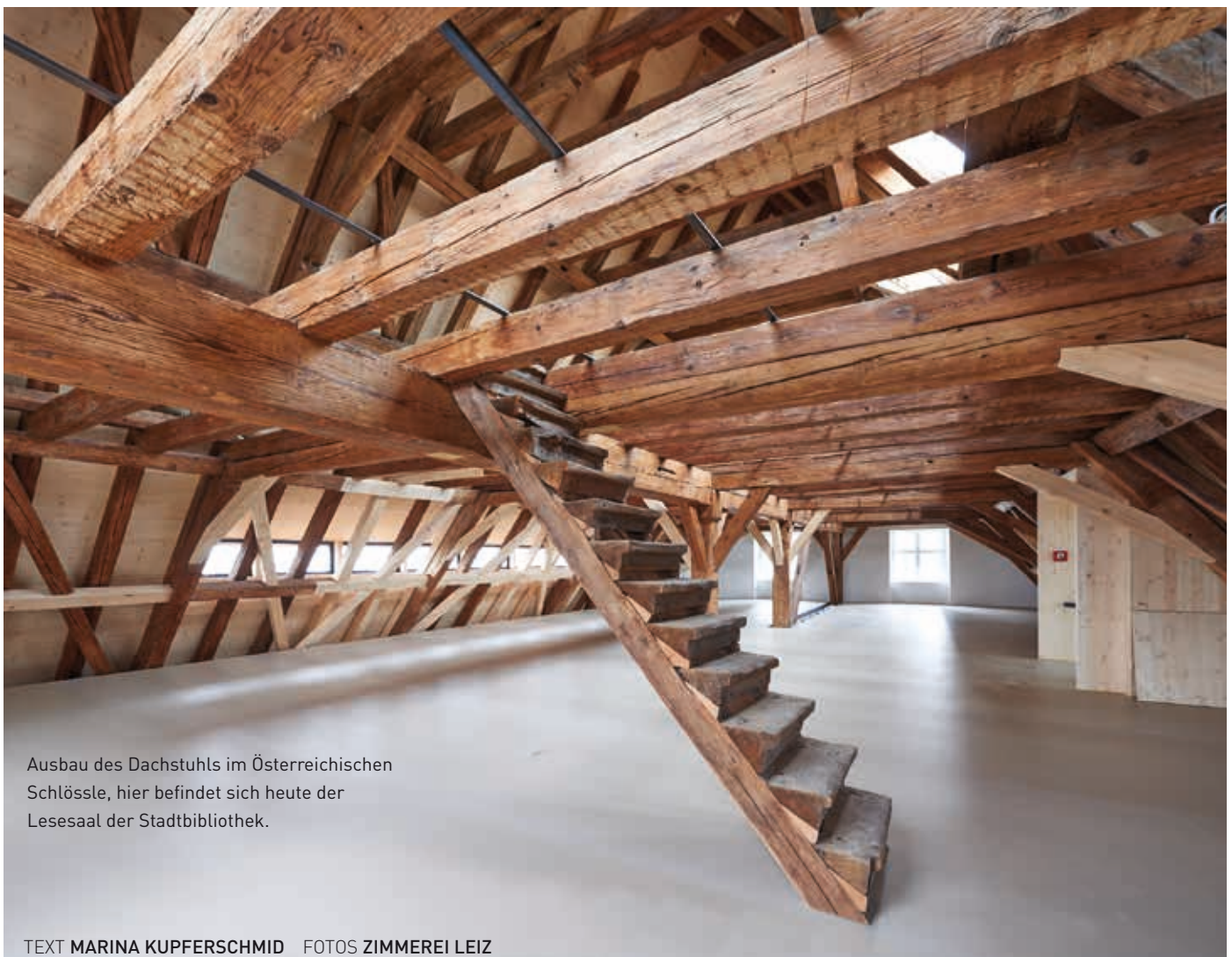


FOTO MARINA KUPFERSCHMID

Die Zimmerei Leiz ist als Holzbaubetrieb mit seiner breiten Palette an Leistungen nicht mehr aus der Region wegzudenken. Aus dem Ein-Mann-Betrieb vor fast 30 Jahren ist mittlerweile ein Familienbetrieb geworden, der 47 Mitarbeiter beschäftigt. Im Bild: Martin Leiz und sein Sohn Thomas.

Tradition trifft Handwerk 4.0

Nicht nur in der Industrie, sondern auch im Handwerk nimmt die Digitalisierung Tempo auf. Die Zimmerei Leiz im Radolfzeller Ortsteil Liggeringen ist ganz vorn dabei.



Ausbau des Dachstuhl im Österreichischen Schloßle, hier befindet sich heute der Lesesaal der Stadtbibliothek.

TEXT MARINA KUPFERSCHMID FOTOS ZIMMEREI LEIZ



Die Werkshalle mit Abbundanlage, in der die Bauteile zehntel-millimetergenau zugeschnitten, bearbeitet und zur Vormontage hochgenau zusammengefügt werden.

Der Zollstock hat in der Zimmerei Leiz schon lange ausgedient. Aufmaß nehmen per 3D-Laser-Scanning und digitale Planungsinstrumente, gefahrlose Dachbegutachtungen mit Drohnen, die zum Inspizieren eine Arbeitsbühne überflüssig machen, gehören längst zum Standard. Fast schon aus der Tradition heraus ist die Zimmerei Leiz bereits vor einigen Jahren in das Zeitalter der Digitalisierung aufgebrochen. Martin Leiz hat mit seinem Faible für moderne Maschinen von jeher die Nase vorn und die Zukunft im Blick. Schon 2007 verfügte er über die erste eigene Abbundanlage, die einen großen Teil der Handarbeit an Tragwerken, Bauteilen und Einbauteilen übernahm, und ersetzte sie immer wieder durch neuere Modelle. Vor einem Jahr investierte er in eine neue digital gesteuerte, vollautomatische Sechssachs-Abbundanlage, mit der Hölzer von allen Seiten bearbeitet werden können – Hölzer auch mit sehr großen Querschnitten, wie sie nur von wenigen Betrieben in der Region gefertigt werden können. Damit bleibt nun der komplette Abbund im Hause, was auch die Fehlerminimierung, Flexibilität und Schnelligkeit sichert. „Alles aus einer Hand – das ist eine unserer großen Stärken für einen reibungslosen Ablauf ohne Zeitverluste“, unterstreicht Martin Leiz. „Für Aufstockungen oder Dachausbau beispielsweise vermessen wir das Objekt mit 3-D-Laser-Scanning – selbst knifflige Bereiche mit Unebenheiten millimetergenau und präzise – und holen die Baustelle virtuell ins Büro“, erklärt Martin Leiz. In das simulierte 3-D-Modell wird dann mit modernsten CAD-gestützten Holzbauprogrammen die Holzkonstruktion bis ins Detail geplant und zur eigentlichen Fertigung optimal vorbereitet. Die Berechnungen werden dann an die Abbundanlage in der Werkshalle weitergegeben, wo die Bauteile zehntel-millimetergenau zugeschnitten, bearbeitet und zur Vormontage hochgenau zusammengefügt werden.

Die Palette der Leistungen der Zimmerei Leiz reicht vom klassischen Holzbau wie Treppen und den Innenausbau, Anbauten, Aufstockungen und die energetische Sanierung von Gebäuden bis hin zu schlüsselfertigen Holzhäusern und Industriebauten. Zum Beispiel trägt auch das Radhotel in Markelfingen die Handschrift der Firma Leiz. Stark gefragt sind die Kompetenzen von Leiz bei Flachdächern, für die das Liggeringer Unternehmen

groß zugeschnittene Folien ohne T-Stöße einsetzen kann. Auch denkmalgeschützte Arbeiten gehören zum Spektrum der Zimmerei Leiz. Eines der bekanntesten Beispiele ist das Österreichische Schlösschen in Radolfzell, in dem die Zimmerei den gesamten Dachstuhl und die Dacharbeiten ausgeführt hat. Besonders eindrucksvoll ist der Lesesaal im Dachgeschoss, in dem unter anderem zahlreiche Holzbalken durch neue Elemente ersetzt wurden. Sogar Glockenstühle kann das Liggeringer Unternehmen sanieren und bauen, wie es beispielsweise am Kulturerbe Reichenau unter Beweis stellte. Zwischenzeitlich verfügt das Unternehmen über sieben Baukräne und 14.000 Quadratmeter Gerüst. Rund 60.000 Meter Holz werden jährlich abgebunden, das entspricht einer Holzmenge für etwa 30 Häuser.

Nächstes Jahr kann die Zimmerei Leiz auf ihr 30-jähriges Bestehen zurückblicken. Der Betrieb ist aus Radolfzell und der Umgebung nicht mehr wegzudenken. Vom Einmann-Betrieb aus einer Garage heraus entwickelte sich das Unternehmen zu einem Betrieb mit heute 47 Mitarbeitern, darunter zahlreiche „Eigengewächse“ und qualifizierte Beschäftigte, die dem Betrieb bereits seit über 20 Jahren angehören. Mittlerweile ist die Zimmerei Leiz ein echter Familienbetrieb geworden. Der älteste Sohn Thomas Leiz ist Zimmermeister und Dachdeckermeister. Seine Ehefrau Bettina ist ebenfalls im Büro tätig. Stefan Leiz ist im Studium zum Bauingenieur und Martin Leiz' Ehefrau Sabine ist für das Personal zuständig.

Die Zimmerei Leiz kann – so gut wie sie aufgestellt ist – positiv in die Zukunft schauen. Sie sieht einen großen Bedarf vor allem in der Altbausanierung. Trotz allem will man nicht mehr wachsen, sondern den Fokus auf eine durchgängige Digitalisierung und Prozessoptimierung im Betrieb legen, nicht zuletzt, um den Mitarbeitern die Arbeit zu erleichtern. Auch dem Personalmangel will Martin Leiz vorbeugen. Zusammen mit Familie Honstetter, Eigentümer der Wirtschaft zum Kranz in Liggeringen, will er am Ortsrand von Liggeringen ein Mehrfamilienhaus bauen, um potenziellen Arbeitskräften als Anreiz bezahlbaren Wohnraum bieten zu können.

ZIMMEREI  **LEIZ**

Zimmerei Martin Leiz

Inhaber: Martin Leiz

Dettelbachstr. 27-27a | 78315 Radolfzell-Liggeringen

Telefon: +49 (0) 77 32-134 65 | Telefax: +49 (0) 77 32-144 62

info@leiz.de | www.leiz.de



FOTO ARCHIVIO GRUPPO DOLOMITI ENERGIA

Neben den regionalen Gewinnungsanlagen erhalten die Kunden zertifizierten Ökostrom aus Wasserkraftanlagen direkt aus der Alpenregion.

Gelebte Nachhaltigkeit durch Regionalstrom und Ökostrom RE

Viele Menschen denken um! Sie machen sich mehr Gedanken über ihre Ernährung und ihre Umwelt. In diesem Zuge verzichten sie auf exotische Importe und setzen vermehrt auf regionale Produkte. Sie wollen wissen, woher ihre Lebensmittel kommen und wie sie sich dadurch bewusster ernähren können. Dabei gilt die Devise „lokal statt global“. Was liegt näher, als auch den Strom, der in der Region erzeugt wird, hier wieder direkt zu verbrauchen?



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

Bereits seit 2015 beliefern die Stadtwerke Radolfzell ihre Kunden in den Standardtarifen mit Ökostrom. Das war dem Energieversorger nicht genug. Seit einem Jahr erhalten Radolfzeller ihren Strom direkt aus der Region. Mit dem Produkt „SWR Regio“ setzen sie nicht nur auf 100-prozentigen Ökostrom, sondern auch anteilig auf sauberen Strom aus ihrer Umgebung. Gemeinsam mit den Stadtwerken wird so ein wichtiger Beitrag zur Energiewende vor Ort und zur regionalen Wertschöpfung geleistet. „Die Nachfrage unserer Kunden nach Ökostrom steigt stetig und wir möchten den Wünschen unserer Kunden entsprechen, so Joachim Kania, Vertriebsleiter der Stadtwerke Radolfzell. Weiter führt er aus: „Uns ist klar, dass die konventionellen Energiequellen nicht nur endlich sind, sondern unser Klima belasten. Als verantwortungsvoller Energieversorger leisten wir mit dem Regionalstrom bzw. Ökostrom RE unseren Beitrag zum Ausbau erneuerbarer Energien.“

Grundsätzlich kann der Regionalstrom von allen EEG-geförderten Erzeugungsanlagen produziert werden, die Strom aus erneuerbaren Energiequellen wie Wind, Solar, Biomasse, Wasserkraft etc. produzieren können. Ausschlaggebend dabei ist, dass die Anlagen im Umkreis von 50 Kilometern um die Lieferstelle des Endverbrauchers liegen. In Radolfzell wird der Strom beispielsweise aus dem Solarpark in Steißlingen und „Reichenauer Wiesen“ in Rickelshausen, von den Windkraftanlagen nahe Tengen und von der Biogasanlage in Möggingen gewonnen – nachhaltig, zukunftsorientiert und regional.

Zusammen erzeugen der Solarpark in Steißlingen und die Windkraftträder etwa 35 Millionen Kilowattstunden Strom, genug für

die Haushaltskunden und Gewerbetreibenden der Region. Neben diesen Gewinnungsanlagen erhalten die Kunden zertifizierten Ökostrom aus Wasserkraftanlagen direkt aus der Alpenregion. Aber auch hier hört der nachhaltige Gedanke der Stadtwerke nicht auf. Ab 2022 wird für jede vom Endkunden verbrauchte Kilowattstunde in regenerative Projekte investiert. Geschäftsführer Andreas Reinhardt: „Wir haben mit Regionalstrom beziehungsweise Ökostrom RE einen Beitrag zur Energiewende in unserem Unternehmensleitbild integriert. Damit setzen wir uns zum Ziel, den Umwelt- und Verbraucherschutz in der Energiewirtschaft sowie die Energiewende voranzutreiben. Gleichzeitig verpflichten wir uns, pro Kilowattstunde Ökostrom RE in den Ausbau erneuerbarer Energien beispielsweise durch Errichtungen von Fotovoltaikanlagen in unserer Region zu investieren.“

Der zertifizierte Ökostrom garantiert den Ausbau regenerativer Energien. Um sicherzustellen, dass es sich auch wirklich um Ökostrom handelt, gibt es das Herkunftsnachweisregister (HKNR) des Umweltbundesamtes. Ein Herkunftsnachweis ist so etwas wie eine Geburtsurkunde für Strom. Darin wird vermerkt, wie und wo der Strom erzeugt wurde. Die Herkunftsnachweise werden im Register verwaltet und entwertet. Jeder Nachweis kann nur einmal entwertet werden, so wird eine Doppelvermarktung ausgeschlossen. Der Regionalstrom wird ebenfalls in einem Register des Umweltbundesamtes entwertet. Das Beste, besonders für preissensible Kunden: Alle Kunden im zuvor normalen Sondertarif erhalten dieses Ökostrom-Upgrade ohne Mehrkosten. Ganz nebenbei reduziert man als Stromkunde der Stadtwerke Radolfzell klimaschädliche Treibhausgase wie CO₂.



Wasserkraft aus der Alpenregion

Die Kraft des Wassers wird bereits seit Jahrhunderten genutzt, um z.B. Mühlen anzutreiben. Heute wandelt man die gewonnene Energie in Generatoren zu Strom um und erzeugt so umweltfreundlich und ressourcenschonend Elektrizität. Wasserkraft zählt zu den saubersten Energieformen, da Wasser natürlich vorkommt und je nach Region sehr gut verfügbar ist. Wasserkraftwerke werden dort gebaut, wo man das natürliche Gefälle einer Region nutzen kann, also in Regionen mit Bergen und Hügeln. Aber auch die Fließgeschwindigkeit eines Flusses bringt genügend Kraft mit sich, um Elektrizität zu erzeugen.



Windenergie aus dem Windpark „Verenafohren“ nahe Tengen

Windenergie ist eine der saubersten Energieformen, da sie natürlich vorkommt und je nach Region reichlich verfügbar ist. Und sie hat viel Potenzial: Ein weltweites Netzwerk von Windenergieanlagen wäre in der Lage, den aktuellen und künftigen Strombedarf der Menschheit zu decken. Bei der Erzeugung von Ökostrom wird durch die kontinuierliche Kreisbewegung des Rotors ein Generator angetrieben, der die Bewegungsenergie in elektrische Energie umwandelt.



Sonnenenergie aus dem Solarpark „Reichenauer Wiesen“ und dem „Solarpark Steißlingen“

Die Sonne liefert in wenigen Stunden so viel Energie, dass der Energiebedarf aller Menschen weltweit für ein Jahr gedeckt werden könnte. Das Potenzial der Solarenergie ist damit größer als das aller anderen erneuerbaren Energien zusammen. In sonnenreichen Gegenden nutzt man dieses natürlich vorkommende Potenzial und erzeugt mithilfe von Solarstrahlung Wärmeenergie oder Strom.

Da bei der Nutzung aller drei Energiearten keine fossilen Energieträger oder Atombrennstäbe zum Einsatz kommen, entstehen bei der Energieerzeugung weder CO₂-Emissionen noch atomarer Abfall. Daher ist der aus Wind- und Sonnenenergie oder Wasserkraft erzeugte Strom die sauberste Energieform und ein wichtiger Beitrag zum Klimaschutz.

Veranstaltungen Januar 2022

Sonntag, 2. Januar

Neujahrskonzert

mit der Südwestdeutschen Philharmonie
Konstanz
Ort: Milchwerk, 18-20 Uhr

Montag, 3. Januar

Schneewittchen

Familienmusical
Ort: Milchwerk, 16-18 Uhr

Mittwoch, 5. Januar

Theater: Gretchen89ff

mit den Kulissenschiebern
Stück von Lutz Hübner
Ort: Milchwerk, 19-21 Uhr

Freitag, 7. Januar

Kunst trifft Worte

Ort: Carl Duisberg Centrum, 18-21 Uhr

Dienstag, 11. Januar

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

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

Tabaluga – oder die Reise zur Vernunft

Das drachenstarke Familienmusical
von Peter Maffay
Ort: Milchwerk, 17-19 Uhr

Donnerstag, 13. Januar

Horror-Theaterstück

Theatre of horror: Zombie Inferno
Ort: Milchwerk, 19.30-21.30 Uhr

Wine & Food Tasting

Weine aus Italien
mit Martin Mayer und Dodaro
Ort: Hinterzimmer, Seestraße 4
19.30-22 Uhr

Festvortrag zum 50. Geburtstag der vhs

von Prof. Dr. Jutta Allmendinger
Diskussion (Livestream) mit
Wissenschaft und Politik:
„Welche Rolle spielt die Erwachsenen-
bildung, um wachsender Ungleichheit
entgegenzuwirken“

Freitag, 14. Januar

Der hohe Norden zu Gast am See

NABU-Exkursion
Treffpunkt: NABU-Infopavillon Mettnau
14-15.30 Uhr

Samstag, 15. Januar

Repair-Café

Reparieren statt wegwerfen
Ort: Mehrgenerationenhaus, 14-17 Uhr

Witz vom Olli – „Voll auf die 12“

mit Olli Gimber
Ort: Milchwerk, 20-22.30 Uhr

Mittwoch, 19. Januar

„Fastnacht, Fasching und Karneval in Europa“

vhs-Vortrag von Prof. Werner Mezger
Ort: Zunfthaus Narrizella, Radolfzell
19.30-21 Uhr | s.S. 18

Samstag, 22. Januar

Trauring Event – Big Love

Ort: Meister Manufaktur Radolfzell
10-18 Uhr

Theater: Kellnerin Anni

mit Dina Roos & Michel Wyss
Ort: Böhringen, Atelier die Werkstatt
19-22 Uhr

Sonntag, 23. Januar

Trachten Leben

Führung durch die Sonderausstellung
Ort: Stadtmuseum, 11-12 Uhr

Whiskyreise

Tasting mit Geschichten aus der
Whiskywelt mit Julia Nourney
Ort: Böhringen, Atelier die Werkstatt
17 Uhr

Montag, 24. Januar

Deutschland 2040

Vortrag von Günther Beckstein
Ort: Milchwerk, 19.30-21 Uhr

Dienstag, 25. Januar

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

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

Mittwoch, 26. Januar

Night of the Dance

Dublin Dance Factory
Ort: Milchwerk, 20 Uhr

Samstag, 29. Januar

Theater: Wenn der Dämon kommt

mit dem Theater SpielArt Emmendingen
Ort: Böhringen, Atelier die Werkstatt
19 Uhr

Träume und Inspiration

Performance von Simon Weiland

Malerei von Carmen Klocke
Ort: Carl Duisberg Centrum, 19-21 Uhr

Sonntag, 30. Januar

Edelle – A night about Adele

Konzertshow
Ort: Milchwerk, 19 Uhr

Montag, 31. Januar

„Kopfschmerzen und Migräne“

vhs-Vortrag von Dr. Anette Pohlmeier
Ort: Rathaus Stahringen
19.30 Uhr | s.S. 18

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

MIETEN SIE DIE ZUKUNFT!

100 % ELEKTRISCH ... DER NEUE RENAULT ZOE



Rufen Sie uns an und reservieren Sie Ihren Wunschtermin.
Tel. 0 77 32-98 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

Veranstaltungen Februar 2022

Donnerstag, 3. Februar

Wine & Food Tasting

Weine aus Spanien
mit Martin Mayer und Dodaro
Ort: Hinterzimmer, Seestraße 4
19.30-22 Uhr

Freitag, 4. Februar

Kunst trifft Yoga

Kunstevent am See
Ort: Carl Duisberg Centrum, 18-21 Uhr

Kriminal-Dinner

Blutbad im Gemeinderat
Ort: Markelfingen, NaturFreundehaus
19 Uhr

Dienstag, 8. Februar

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

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

Donnerstag, 10. Februar

Craft Beer Tasting

Bierverkostung mit der
Bierboutique Konstanz
Ort: Hinterzimmer, Seestraße 4
19.30-22 Uhr

Freitag, 11. Februar

Der hohe Norden zu Gast am See

NABU-Exkursion
Treffpunkt: NABU-Infopavillon Mettnau
14-15.30 Uhr

Kabarett: Lisa Feller

Ort: Milchwerk, 20 Uhr

Freitag, 18. Februar

Kabarett-Winter: Uli Masuth

Ort: Milchwerk, 20 Uhr

Sonntag, 20. Februar

Trachten Leben

Führung durch die Sonderausstellung
Ort: Stadtmuseum, 11-12 Uhr

Dienstag, 22. Februar

Naturerlebnis Mettnau-Spitze

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



FOTO MARINA KUPFERSCHMID




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



TEE POTT

Teefachgeschäft
und Teeversand
Löwengasse 8
Radolfzell
fon: 07732 3223

TEE-VOM-SEE.DE

→ 250 Jahre Stadtkapelle Radolfzell 1772 e.V.

Highlights im Jubiläumsjahr 2022:

10. April Milchwerk – Frühjahrskonzert /
Uraufführung der Komposition „Lacus Acronius“

10. April Stadtmuseum
– Ausstellung „Musikstadt-Stadtmusik“

24. Juli Orchesterreise Kaiserliche Hofburg Innsbruck und
weitere geplante Orte in Österreich



FOTO MARINA KUPFERSCHMID

Dauerveranstaltungen Januar-Februar 2022

MÄRKTE

Mittwoch + Samstag

Radolfzeller Wochenmarkt

Ort: Marktplatz, 7-13 Uhr

Jeden Samstag + jeden 1. Mi im Monat
Flohmarktlädele

der AG Terre des Hommes

Ort: Alte Pakethalle, Kapuzinerweg

10-13 Uhr

BEWEGUNG

Täglich

Seeufertour mit dem SEGWAY (PTi2)

Den Bodensee „schwebend“ erleben

Treffpunkt: Eventcenter Zweirad Joos

14-16 Uhr (Anmeldung erforderlich)

Jeden Dienstag, Mittwoch + Donnerstag

Qigong am Konzertsegel

Mit Heilpraktiker Hanno Kilian

Ort: Konzertsegel am Seeufer, 6.30-7 Uhr

Mittwoch + Samstag

Geführte E-Mountainbike-Tour

Treffpunkt: Eventcenter Zweirad Joos

Mi 10-13.30 Uhr, Sa 15-18.30 Uhr

(Anmeldung erforderlich)

AUSSTELLUNGEN

Mittwoch-Sonntag

bis 6. Februar

215 Jahre Kunst

Ausstellung des Kunstvereins

Radolfzell e.V.

Ort: Villa Bosch, 14-17.30 Uhr

Donnerstag-Sonntag

bis 20. Februar 2022

Trachten Leben

Sonderausstellung

Ort: Stadtmuseum Radolfzell

11-17 Uhr | s.S. 14

BULLS CUBE SCOTT PEGASUS FLYER FOCUS u.v.m.

Über 15.000 (€)-Bikes am Lager

Joos
Radolfzell | Konstanz | Gottmadingen | FN-Immenstaad

» **Riesige Auswahl** in 5 Filialen auf 10.000m²

» **Große Leihradflotte:**
400 Leihräder, davon über 160 €-Bikes

» **Online-Shop** www.fahrradlagerverkauf.com

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

Schlör

Stillen Sie Ihren Durst!
Herzlich Willkommen in unserem

Getränkemarkt

Öffnungszeiten
Montag – Freitag
09:00 – 12:00 Uhr
13:00 – 17:00 Uhr

Schlör Bodensee Fruchtsäfte GmbH
Eisenbahnstr. 20 · 78315 Radolfzell
Tel. 07732 9971-0

Terminvorschau 2022 Radolfzell a. Bodensee

Dienstag, 22. März
Frühlingsmarkt | 8-19 Uhr

Sonntag, 27. März
„See(h)reise“
Verkaufsoffener Sonntag
12.30-17.30 Uhr

Samstag, 14. Mai
Radolfzeller Kräutermarkt
9-16 Uhr

Sonntag, 15. Mai
„Tag des Rades“
Verkaufsoffener Sonntag
12.30-17.30 Uhr

Dienstag, 31. Mai
Pfingstmarkt | 8-19 Uhr

Freitag, 10. Juni
Kinderfest | 14-18 Uhr

Samstag, 25. Juni
Internationaler Tag
(26. Juni Ausweichtermin)

Jeden Donnerstag,
23. Juni-8. September
Radolfzeller Abendmarkt
16-21 Uhr

Freitag, 24. Juni
Marktplatzkonzert
der Stadtkapelle Radolfzell

Samstag, 2. Juli
Herz für Kinder | 10-14 Uhr

Freitag-Montag, 15.-18. Juli
Hausherrenfest

Sonntag, 17. Juli
Galakonzert Jugendblasorchester

Mittwoch, 27. Juli
Rock am Segel | 17-24 Uhr

Freitag+Sonntag, 29.+31. Juli
Radolfzeller Filmnächte
20 Uhr

Montag-Sonntag, 1.-7. August
METTNAU Taiji- und Qigongtage

Dienstag-Mittwoch, 2.-10. August
Internationale Sommerakademie Teil 1

Freitag-Dienstag, 12.-16. August
Internationale Sommerakademie Teil 2

Samstag, 20. August
Dîner en blanc | 18-22 Uhr

Samstag, 3. September
Radolfzeller Altstadtfest
11-22 Uhr

Sonntag, 2. Oktober
Kulturnacht | 18-24 Uhr

Sonntag, 9. Oktober
„Musik uff de Gass“
Verkaufsoffener Sonntag
12.30-17.30 Uhr

Martinimarkt | 8-19 Uhr

Donnerstag-Samstag, 24.-26. November
Radolfzeller Schokoladenmarkt
11-19 Uhr

Donnerstag-Sonntag, 1.-4. Dezember
Christkindlemarkt

Für alle Veranstaltungen gilt: Stand 29. November 2021, Änderungen vorbehalten.

Impressum

zeller magazin: Das Magazin für Einheimische und Gäste der Stadt Radolfzell am Bodensee, Ausgabe 1/22, 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: RCDRUCK GmbH & Co. KG, Albstadt
Titelfoto: TSR GmbH, Kuhnle + Knödler
Texte und Fotos: Wenn nicht anders vermerkt, wurden uns die Texte und Fotos freundlicherweise von den Projektpartnern zur Verfügung gestellt.

© 2022. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck mit Quellenangabe nur auf Nachfrage beim Verlag.



vorteil
WIR SIND
PROBLEMLÖSER FÜR
ALLE BEREICHE
DER SICHTBAREN
WERBUNG.

**dorner
WERBUNG**
bedrucken · bekleben · begeistern

**BESTICKEN.
BEEINDRUCKEN.
BEKLEIDUNG.**

So einzigartig wie Sie – Ihre Werbung. Unsere Stärken liegen in der großen Fertigungstiefe, schnellen Reaktionszeit und fachgerechten Beratung. Bei uns erhalten Sie alles aus einer Hand. Wir sind die Verbindung zwischen kreativen Leistungen mit ausgebildeten Mediengestaltern und dem traditionellen Handwerk mit eigener Produktion.

www.dorner-werbung.com

Abhol- und Lieferservice der Radolfzeller Gastronomie

Seit dem 4. Dezember gilt zur Bekämpfung des Coronavirus in Restaurants, Gaststätten, Cafés, Imbissen, Kneipen und Bars die 2G-Plus-Regelung. Aufgrund dessen bieten Radolfzeller Gaststätten wieder vermehrt zu ihrem regulären Betrieb hin einen Abholdienst an. Einige der Betriebe liefern ihre Speisen und Getränke zusätzlich auch aus. Die Tourismus- und Stadtmarketing Radolfzell GmbH hat auf ihrer Internetseite unter www.radolfzell-tourismus.de/lieferservice wieder eine Übersicht aller Betriebe mit entsprechendem Angebot eingerichtet. In den jeweiligen Einträgen wird ersichtlich, ob die Speisen abgeholt werden können und/oder geliefert werden. Außerdem sind die Zeiten aufgeführt, wie und zu welchen Zeiten die Betriebe erreichbar sind. Teilweise kann auch die aktuelle Speisekarte direkt heruntergeladen werden.

zum Schluss

Gewinnspiel!

Beantworten Sie unsere Gewinnspielfrage und gewinnen Sie einen unserer Preise:

- » 5 x 1 Gutschein je 20 Euro für die Volkshochschule Landkreis Konstanz e.V.
- » 2 Eintrittskarten für das Frühjahrskonzert der Stadtkapelle Radolfzell am 10. April
- » 3 x 1 SEEGenuss Bundle von Labhard Medien

GEWINNSPIELFRAGE:

Auf welches Jahr geht die Gründung der Stadtkapelle Radolfzell zurück?

Bitte schicken Sie uns Ihre Antwort mit Betreff „zeller Gewinnspiel“ bis 20. Februar 2022 an zeller@radolfzell-tourismus.de.

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

Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

TEXT MARINA KUPFERSCHMID
FOTO STADTWERKE RADOLFZELL »

Randnotiz: Neue Leihstation für E-Lastenräder

Klimaschutz fängt im Kleinen an. Um den Bürgern einen Anreiz zu geben, umweltfreundlich unterwegs zu sein, hat die Stadtverwaltung in der Nordendstraße neben der Kindertagesstätte Entdeckerkiste eine Leihstation für E-Lastenräder errichtet. Den Stein ins Rollen brachten Mitglieder des Jugendgemeinderates. Sie überzeugten nicht nur den Gemeinderat, einen Teil der finanziellen Mittel, die im städtischen Haushalt für Klimaschutz vorgesehen sind, zu verwenden, sondern packten auch beim Bau mit an. An der Leihstation stehen zwei E-Lastenräder bereit. Betrieben wird die Station von den Stadtwerken Radolfzell, die damit ihr Leihsystem Seefahrer erweitern. Gebucht werden können die Räder über die App Moqo, über die auch die Carsharing-Autos der Stadtwerke vermittelt werden. Die Anwendung kann in den App-Stores kostenlos heruntergeladen werden. Die Ausleihe der Lastenräder kostet zwei Euro pro halbe Stunde, für einen ganzen Tag werden über das in der App integrierte Bezahlungssystem 16 Euro berechnet.



zeller Radolfzell am Bodensee
magazin 2022

Das nächste 'zeller magazin' erscheint am 1. März 2022. 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

WIRKLICH VIELSEITIG EINSETZBAR....
DIESER NEUE „SEEFÄHRER“ !

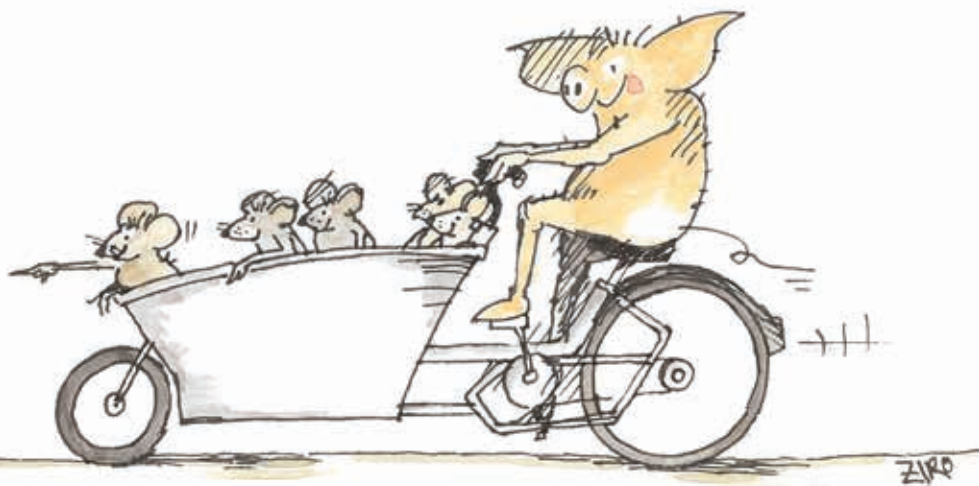




FOTO TSR GMBH / KUHNLE + KNÖDLER

A photograph of a woman with her hair in a bun, relaxing in a thermal pool at night. The water is illuminated with blue light, and the woman is looking down. The background is dark, with a small orange light visible in the distance.

bodensee
therme
konstanz

wohlfühlZeit
genießen

Buchen Sie online unter www.therme-konstanz.de ganz bequem Ihre gewünschte Wohlfühlzeit und gönnen Sie sich eine entspannende Auszeit.



Wärme. Wasser. Leben.

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

bo ra
HotSpaResort



bora HotSpaResort ****



www.bora-hotsparesort.de



Karl-Wolf-Str. 35 D - 78315 Radolfzell



T 0049-7732-950400

Wärme. Wasser. Leben.



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

