

Mai 2026

MONATSSPIEGEL



Seit **48 Jahren** Ihre beliebte Stadtteilzeitung
Ruppurr - Weiherfeld - Dammerstock

☎ 0721 88 65 25 • Lange Straße 4 • 76199 Karlsruhe
kontakt@monatsspiegel-ka.de • monatsspiegel-karlsruhe.de

OTICON | Zeal

oticon
life-changing technology

UNSEEN WONDER

Das erste Hörgerät,
das alles kann

Diskret

KI-basierte
Klangverarbeitung

Konnektivität

Wiederaufladbar

Flexibel anpassbar
noch am selben Tag

Jetzt
Oticon Zeal™
kennenlernen -
und staunen!



 **laurentdotter**

*alles aus meisterhand
eigene werkstatt*

Ostendorfplatz 3
76199 KA-Ruppurr
Tel.: 0721 132 44 70
kontakt@laurentdotter.de
www.laurentdotter.de

Wenn der Mensch
den Menschen braucht ...



Trauerhilfe Raithel

- 
- Bestattungsvorsorge
 - Erd-/ Feuerbestattung
 - Eigene Trauerredner
 - Formalitätenservice
 - Naturbestattung
 - Seebestattung
 - Trauerfloristik
 - Trauerdruck

Trauerhilfe Raithel
Nähe ViDia Kliniken Rüppurr
Diakonissenstraße 14
76199 Karlsruhe

Tag & Nacht
 0721 204 009 04

www.trauerhilfe-raithel.de | info@trauerhilfe-raithel.de

Unsere Tätigkeitsschwerpunkte sind:

- Verkauf und Vermietung
- Kaufberatung und Immobilienbewertung
- Mietverwaltung für Wohn- und Gewerbeimmobilien



**Wir freuen uns über
Ihre Kontaktaufnahme:**

Mail: info@id-weber.de
Mobil: 0170 96 78 588



MONATSSPIEGEL

Liebe Leserinnen und Leser, KI oder No:KI, das ist diesmal Frage.

Kürzlich habe ich auf der Kinder-Musikstreamingbox des Marktführers eine Geschichte für meinen Sohn gesucht. Die schiere Masse an Höhrmöglichkeiten ist, wie ich finde, kaum vorstellbar und überwältigend. Klar weiß ich, dass es eine sehr große Auswahl gibt, damit auch für jeden was dabei ist. Doch der Überfluss ist schon gigantisch. Egal. Nach wenigen Minuten konnten wir, dank Suchleiste, dann das gewünschte Hörbuch finden. Kurz studierte ich das Cover und war verwundert darüber, was mir ins Auge sprang. War das etwa? Ich las die Zeilen erneut, um mich zu vergewissern was mein Hirn auf den ersten Blick zu erkennen meinte: "OHNE KI". Stand dort wahrhaftig in den blauen Störer geschrieben. "Ohne KI? Hm ... Ich habe schon Aufrufe von deutschen Künstlern gehört die Spotify und andere Streamingdienste auffordern die Flut an KI-generierter Musik auf ihren Portalen zu stoppen und zu verbieten, von Künstlern, die nach Entschädigung und Beteiligung verlangen und das Data-Mining ihrer Texte verbieten wollen", fiel mir dazu ein. Doch dies "No-KI Label" steht ja auf der anderen Seite. Auf der Seite des Konsumenten. Ein solches Label setzt beim Nutzenden voraus, dass er/sie selbst oder seine/ihre Kinder keine KI-Inhalte konsumieren sollen oder wollen und ein Bewusstsein ja sogar eine Meinung dazu hat.

Gibt es diese Leute? Die selbst keine KI Tools nutzen, keine ChatBots und auch nicht die KI Zusammenfassung der Suchergebnisse bei Google anfragen? Sind das dann die Menschen, die eben

auch Wert darauflegen, dass Medien die konsumiert werden von Menschen erschaffen wurden? Ich finde dieses Thema unfassbar spannend, denn so einfach ist es vermutlich nicht.

Beobachte ich mich selbst, erkenne ich, dass ich keine Kunst und keine Medien konsumieren möchte, von denen ich weiß, dass sie KI generiert sind - freue mich aber über die Hilfe und massive Zeitersparnis, die einige Tools im IT-Troubleshooting und in der Programmentwicklung mit sich bringen. Dann gibt es ja auch noch die große Gefahr der "Deep-Fakes", die nicht gerade künstlich, sondern durchaus real ist oder das Problem, sich in einen ChatBot unglücklich zu verlieben, weil der/die so gut "zuhört" und "immer für einen da" ist.. Naja. Wie sagt "ChatGPT" so gerne: Ich habe da kein gutes Bauchgefühl.

Jedenfalls ist dieser Text ganz KI-frei entstanden und ich frage mich, wie Sie das so finden. Haben Sie eine Meinung dazu? KI or No:KI?

Moritz vom Monatsspiegel Team

Erinnerung:

Wir suchen echte Menschen für unseren Podcast „Albspaziergang“.

kontakt@monatsspiegel-ka.de

Keinen Monatsspiegel erhalten?

wenden Sie sich
gerne an das
Redaktionsbüro


 **0721 / 88 65 25**



Foto:
Klaus Epple





Liebe Leserinnen und Leser des Monatsspiegels!

Vom 29. April bis 03. Mai findet wieder unser Maibaumfest statt, mit dem traditionellen Maibaumstellen durch die freiwillige Feuerwehr Rüppurr am 30. April ab 18:00 Uhr. Unser Festwirt Michael Koffler und wir freuen uns auf Sie.

Seit Anfang April befindet unser Bücherschrank sich in Reparatur. Kurz davor war noch eine zweite Scheibe zu Bruch gegangen. Zum Zeitpunkt, da ich dies schreibe, steht das Zelt noch, in dem die Arbeiten stattfinden. Durch die „Fenster“ im Zelt sieht man aber schon: Er sieht aus wie neu. Unser Dank gilt der Firma Farischon, die die Arbeiten übernommen hat. Und Frau Krug, der Betreiberin des Verkaufs, wo wir die Bücher haben Zwischenlagern können. Den fleißigen Helfern, die zweimal die Scherben beseitigt und die Bücher ausgeräumt haben. Jens Görisch, der die Reparatur organisiert hat. Last

not least den Spendern, die bis jetzt 620 € zu den Reparaturkosten beigetragen haben. Unser Schrank ist übrigens eine kleine Berühmtheit. Mehr davon auf unserer Website.

Am 11. April fand bei strahlendem Frühlingswetter der von der BGR organisierte „Rüppurrer Dreck-Weg-Tag“ statt. Ein Bild der Teilnehmer an dieser Aktion veröffentlichen wir auf unserer Website. Auch andere Personen, die auf dem Bild nicht zu finden sind, habe ich beim Abfall sammeln gesehen. Allen sei für diesen Akt des Gemeinsinns herzlich gedankt.

Im letzten Heft hatte ich zu den Artikeln des Berichts Ergänzungen auf unserer Website angekündigt. Das hat ein bisschen gedauert, aber jetzt ist es soweit. Zum „Bilderrätsel Herrenalber Straße“ finden Sie die Ergänzung im Menü „Aktuelles | Blog“ auf Seite 2 (Hinweis: die Seitennummerierung befindet sich unten), und zur „Europäischen Güterzugmagistrale“ ausgelagert auf „Aktuelles | Geplante Baumaßnahmen“. Neu in die Bürgergemeinschaft Rüppurr eingetreten sind:

Familie Stefan, Isabell, Elise und Thilo Merseburg, Pfauenstr. 58.

Herzlich willkommen!

Es grüßt Sie herzlich Ihr
Friedrich Lemmen
Vorsitzender



Basisschulung für rechtliche Betreuung

Die Aufgabe einer rechtlichen Betreuerin/eines rechtlichen Betreuers, Menschen zu unterstützen, die wegen einer Erkrankung oder Behinderung ihre rechtlichen Angelegenheiten nicht mehr selbstständig regeln können, ist interessant, vielseitig, verantwortungs- und anspruchsvoll. Eine rechtliche Betreuung kann auch im Ehrenamt geführt werden. Für Interessierte an diesem Ehrenamt, für

generell am Thema rechtlicher Betreuung Interessierte und für Menschen, die bereits ehrenamtlich eine rechtliche Betreuung von Angehörigen oder nahestehenden Personen führen, bietet der Diakonieverein für rechtliche Betreuungen Landkreis Karlsruhe e.V. eine Basisschulung an. Die Veranstaltung ist kostenfrei.

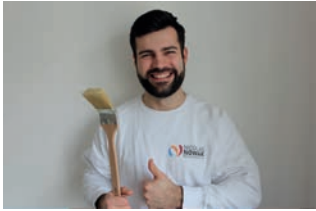
Wann:

Samstag, 09. Mai 2026,
von 10 – 15:00 Uhr

Wo:

Diakonisches Werk in Ettlingen
(Scheune, Zugang über den Hof),
Pforzheimer Str. 31, 76275 Ettlingen.

Weitere Informationen und Anmeldung bis 06.05. unter Tel.: 07243 54 95-0 oder diakonieverein.laka@diakonie-laka.de



Tel. 0177 / 689 40 94
info@nicolas-nowak.de
www.nicolas-nowak.de

Ihr Spezialist für
Entrümpelungen und
Haushaltsauflösungen!

Zuverlässig, ordentlich
und günstig!



Wir räumen für Sie aus!

Tel. 0151-61407788
team@allesrausprofis.de



gesunder TIPP des Monats



Schon ein
Glas Wasser
am Morgen hilft
deinem Körper,
nach der Nacht
wieder in Balance
zu kommen.



monatsspiegel-
karlsruhe.de

Hundesaison im Zoo kann kommen

„Endlich geht der lang gehegte Wunsch vieler Hundebesitzer in Erfüllung: Die erste reguläre Hundesaison im Zoo startet noch in diesem Jahr“, kommentiert Fraktionsvorsitzender Detlef Hofmann. „Vor allem freuen wir uns, dass wir dem Zoo mit unserer CDU-Initiative für mehr Hundetage den entsprechenden politischen Rückenwind aus dem Gemeinderat verleihen konnten. Jetzt steht das Konzept: An insgesamt vier Wochenenden zwischen November und Februar dürfen Vierbeiner den Zoo ganz regulär besuchen.“

„Bei aller Tierliebe freut sich darüber natürlich auch die Stadtkasse, da pro Hund 5 Euro für den Eintritt fällig werden. Das rettet natürlich nicht unseren Haushalt, aber es kommt eine weitere Einnahmequelle hinzu, die niemanden gängelt oder zusätzlich belastet, sondern erst Anreize schafft, städtische Einrichtungen zu besuchen. Es sind Aktionen wie diese, die unseren Zoo für Besucher noch attraktiver machen, auch weit über die Stadtgrenzen hinaus. Unser Dank gilt daher vor allem Zoodirektor Dr. Matthias Reinschmidt und seinem Team, die das neue Hundekonzept so aktiv vorantreiben“, so Hofmann abschließend.



Wärme
spürbar für Alle.

- Wärmepumpen
- Pelletkessel
- Solaranlagen
- Fernwärme
- Öl- und Gasheizungen
- Wartung

Heizung

Werling GmbH | Industriestraße 19 | 76189 Karlsruhe |
0721 / 9 31 74-0 | info@werling.de | werling.de

WERLING
Tradition und Fortschritt seit 1912

BAUER

RAUMAUSSTATTUNG

Meisterbetrieb
seit 1973

- Gardinen
- Teppichböden
- PU.-Designbeläge
- Parkett, Kork
- Sonnenschutz
- Polsterarbeiten
- Markisen
- Insektenschutz

Lange Straße 73 • 76199 Karlsruhe • Tel.: 0721-886165

www.bauer-raumausstattung.de

IHR MEISTERBETRIEB AUS RÜPPURR RUND UM FENSTER UND TÜREN.

MARKUS HOFMANN

Glasermeister
Herrenalber Straße 38
76199 Karlsruhe Rüppurr
Fon: 0721.890441

info@fensterbau-hofmann.de
www.fensterbau-hofmann.de

- Fenster und Haustüren
- Insektenschutz
- Sicherheitsfenster und Sicherheitstüren von PaX
- Nachrüstung von Sicherheitsbeschlägen
- Reparaturverglasungen
- Glasbearbeitung
- Austausch von angelaufenen Isolierverglasungen
- Bauschreinerarbeiten



Bestattungsinstitut der Stadt Karlsruhe



Telefon: 0721 964133
info@bestattungen.karlsruhe.de
bestattungsinstitut.karlsruhe.de



PROFI24 Das Sanitätshaus Der Pflegedienst



Unser Standort

- 76135 Karlsruhe, Gartenstr. 71
- Telefon 0721 132030-20, www.profi24-ka.de

Seit 1994 in
Karlsruhe



Individuelle Beratung und Verkauf von Pflegehilfsmitteln.

- Rollatoren und Rollstühle
- Patientenlifter
- Kompressionsstrümpfe
- Inkontinenz-Material
- Schiebehilfen von Rollstühlen u. v. m
- Treppensteigergeräte
- Pflegebetten
- Badehilfsmittel
- Bandagen

... Begleitung in allen Fragen
und Anliegen rund um Ihre
Mobilität!

Ihr Wohlbefinden steht für uns im Mittelpunkt!

**Bürgerverein
Weierfeld-Dammerstock e.V.**

Links der Alb 25, 76199 Karlsruhe
E-Mail: info@weierfeld-dammerstock.de
Internet: www.weierfeld-dammerstock.de




Sparkasse Karlsruhe - IBAN: DE38 6605 0101 0009 7197 58

Liebe Stadtteilgemeinschaft,

der Monat Mai steht vor der Tür – und mit ihm die schönste Zeit des Jahres. Die Tage werden länger, die Natur zeigt sich in voller Blüte, und unser Stadtteil erwacht spürbar zu neuem Leben. Wir freuen uns, Sie und Euch alle wieder draußen zu treffen.

Wer ist „wir“, fragt sich die eine oder der andere vielleicht: Bei der **Mitgliederversammlung des Bürgervereins im März** wurden unter reger Beteiligung der anwesenden Vereinsmitglieder **Änderungen in unserer Satzung beschlossen und Neuwahlen durchgeführt**. Der Vorstand des Vereins wird künftig gleichberechtigt als Kollektiv geführt Angelika Jäkel, Daniel Katzer und Norbert Schenk vertreten den Bürgerverein gemeinsam nach außen und treten die Nachfolge der bisherigen ersten und zweiten Vorsitzenden Joachim Hornuff und Gisela Fischer an. Gemeinsam mit den Wiedergewählten Bettina Brüstle, Reiner Hille, Ulrike Reichert, Wolfgang Seilstorfer, Silke Seilstorfer, Diana Stratil-Krittian und Ulrike Ziegler sowie den neu Gewählten Anita Rogge, Andrea Rothe, Oliver Stoll und Simone Wimmer bilden sie den Erweiterten Vorstand. Dieses Leitungsgremium trifft die wesentlichen Entscheidungen und führt zukünftig die Geschäfte des Bürgervereins. Als zentrales Anliegen nannten die Kandidierenden in ihren persönlichen Vorstellungen vor allem die Stärkung von Begegnung und Austausch im Stadtteil.

Passend zum 100-jährigen Jubiläum des Bürgervereins hat uns der PSK e.V. in der Versammlung ein wunderbares Geburtstagsgeschenk gemacht: ein prächtig blühendes Kurilen-Kirschbäumchen samt Plakette. Liebe PSK-Freunde, wir freuen uns schon aufs gemeinsame Einbuddeln mit Euch!

Wiedererblüht, so könnte man sagen, ist auch der **Albspielplatz** – Junge und Junggebliebene haben die neuen Geräte schon wieder vollständig in Besitz genommen. Auf Initiative des Bürgervereins wurde zudem die Umfahrung entlang des Spielplatzes bepflanzt, sodass unsere

Kinder nun noch geschützter zwischen Alb und Spielplatz unterwegs sein können. Unser herzlicher Dank gilt dem Gartenbauamt für die gelungene Umsetzung.

Auch in Sachen **Güterverkehrsstrasse Rotterdam – Genua** gibt es Neuigkeiten: Auf Anregung der AKB (Arbeitsgemeinschaft der Karlsruher Bürgervereine e.V.) hat sich in unserem Stadtteil eine **Bürgerinitiative „Güterverkehr Lärmschutz Weierfeld-Dammerstock“** gegründet. Aktuell plant die DB – entgegen einem einstimmigen Beschluss des Karlsruher Gemeinderats von 2022 – ohne Tunnel und ohne ausreichenden Lärmschutz. Die zentralen Ziele der Bürgerinitiative und in Anlehnung daran auch unserer Stellungnahme in Richtung der Stadtverwaltung sind daher: ein wirksamer Lärm- und Erschütterungsschutz für Wohngebiete, der vollständige und barrierefreie Erhalt des Zugangs zu Naherholungsgebieten sowie die Durchsetzung einer Planungsbeschleunigung mit Fokus auf einer verträglichen Verkehrslösung. Mit großem Engagement haben die Initiierenden bereits über 350 Unterschriften gesammelt und viele Menschen im Stadtteil informiert – die Unterschriftenlisten liegen in den Geschäften des Stadtteils weiter aus. Dennoch zeigt sich, dass das Thema noch nicht überall bekannt ist. Deshalb unsere Bitte: Erzählt es weiter.

Weitere Infos bei: bi.laermschutz.wd@gmail.com
auf www.weierfeld-dammerstock.de und monatsspiegel-karlsruhe.de.

Am Samstag, 09. Mai, lädt **„Querbeet“** von 14 bis 18 Uhr wieder dazu ein, Weierfeld und Dammerstock neu zu entdecken – mit zahlreichen Ständen von Hausgemeinschaften, Initiativen und Institutionen (im letzten Jahr über 100). Auch wir sind mit einem eigenen Stand am Kirchplatz der Friedensgemeinde vertreten – wir freuen uns auf den Austausch vor Ort. Ab 19 Uhr findet dann wieder das Stadtteilpicknick im Grünzug in der Nürnberger Straße (Höhe Speyerer Straße) statt. Anlässlich des 100-jährigen Jubiläums unterstützen wir das Picknick mit Getränken zum Anstoßen und mit Snacks.

Alle Infos:

www.weierfeld-dammerstock-querbeet.de.

Lasst uns gemeinsam einen lebendigen, starken und lebenswerten Stadtteil gestalten – gerade jetzt, wo der Frühling uns dazu einlädt, wieder mehr zusammenzukommen.

Euer Bürgerverein Weierfeld-Dammerstock



Fachanwaltskanzlei für Erbrecht und Familienrecht

Anwaltskanzlei Schrey & Krieg



Eberhard F. Schrey

Rechtsanwalt
Fachanwalt für Familienrecht
Fachanwalt für Erbrecht
Testamentsvollstrecker

NEU:

Lorenzstraße 20 · 76135 Karlsruhe · Tel.: 0721 / 98 20 10
www.ra-recht.eu · schrey@ra-recht.eu · www.vorsorge-karlsruhe.de

- ▲ Erbrecht
- ▲ Testamentsgestaltung
- ▲ Nachlassaufteilung
- ▲ Pflichtteilsrecht
- ▲ Familienrecht
- ▲ Scheidung
- ▲ Eheverträge
- ▲ Unterhaltsrecht

Der Polizeiposten berichtet: Revier Rüppurr Tel.: 0721 499 747 40

Trickdiebstähle an der Haustür

Anfang April nutzten unbekannte Täter einen Vorwand, um an das Ersparte eines Mitbürgers im Erlenweg zu gelangen. So erhielt der Senior einen Anruf eines angeblichen Teppichhändlers aus Karlsruhe, der ihm einen Teppich schenken wollte. Da der spätere Geschädigte in der Vergangenheit tatsächlich schon einmal einen Teppich bei einem Karlsruher Händler gekauft hatte, willigte er einem Besuch des Anrufers ein. Wenige Minuten später klingelte es an der Tür; der angebliche Teppichhändler wollte von der Schenkung eines Teppichs aber nichts mehr wissen, sondern bat den älteren Herrn um eine geringe Geldgabe und gelangte dadurch in die Wohnung des Seniors. Dort entwendete der unbekannte Täter in einem unbeobachteten Moment ein Kuvert mit 700 € Bargeld.

Dieser Trickdiebstahl reiht sich in verschiedene „Geschichten“ mit denen sich Täter zum Teil auch nach telefonischer Vorankündigung Zugang zur Wohnung Ihrer Opfer verschaffen. Tricktäter/innen sind erfinderisch und schauspielersisch begabt. So denken sie sich immer neue „Schachzüge“ aus, die an dieser Stelle nie vollständig aufzuzählen sind. Dabei sind der „Glas-Wasser-Trick“, der „falsche-Handwerker-Trick“, der „Papier-und-Bleistift-Trick“ oder der „Geschenk-Abgabe-Trick für einen Nachbarn“ nur Beispiele, wie Sie von den findigen Tätern dazu überredet werden sollen, diese in Ihre Wohnung zu lassen.

Fallen Sie nicht darauf rein - lassen Sie keine unbekanntenen Personen in Ihre Wohnung - sprechen Sie Besucher über die Sprechanlage oder über die vorgelegte Kette an - bitten Sie einen Nachbarn hinzu, wenn Sie unsicher sind oder verständigen Sie Ihre Polizei vor Ort.

Streitigkeiten zwischen zwei Hunden

Bereits Ende März kam es zu einem Vorfall, bei welchem sich zwei Hundehalter bei ihren Gassigängen in der Tulpenstraße im Bereich der Christkönig-Kirche begegneten. Dabei ging einer der Hunde, ein Staffordshire/Pitbull-Mischling, auf den anderen Hund zu und verbiss sich im Kopf seines Kontrahenten. Nur durch den körperlichen Einsatz beider Hundehalter konnten die Tiere getrennt werden. Auch wenn keiner der beiden Hunde verletzt wurde, wird der Eigentümer des Staffordshire/Pitbull-Mischlings gebeten, sich mit dem Polizeiposten Rüppurr in Verbindung zu setzen. Sollten Sie im Bereich der Gartenstadt einen Halter eines Hundes dieser Rasse kennen, melden Sie sich bitte ebenfalls bei uns.

Michael Meier

*Eins mit der Natur,
unbeschwert vom Wind
getrieben ...*

Ich bin bereit für meinen letzten Weg.

Unsere Bestattungsvarianten
sind bunt wie der Regenbogen.

Telefon: 0721 915 880 21 · Tag & Nacht
Rastatter Straße 74 · 76199 Karlsruhe
www.bestattungshaus-regenbogen.de



Rundgang über den Friedhof Rüppurr

Was ist der Friedhof für Sie? Ist er hauptsächlich ein Beisetzungsort, ein Ort an dem Menschen ihre letzte Ruhe finden? Oder ist er mehr als das?

Für viele Menschen sind Friedhöfe in erster Linie Orte des Gedenkens, welche die Möglichkeit bieten, innezuhalten, zu trauern und Trost zu finden. Dabei sind sie viel mehr als das. Sie sind Begegnungsstätten: Hier treffen sich Angehörige, Nachbarn, Spaziergänger und Menschen, die bewusst Ruhe suchen. Sie sind grüne Lungen: Mit ihren Bäumen, Wiesen und vielfältigen Pflanzen verbessern sie das Klima, fördern die Artenvielfalt und schaffen wertvolle Rückzugsräume für Mensch und Tier. Sie sind Parks: Besonders in großen Städten gelten sie als seltene naturna-

he, würdige und öffentlich zugängliche Orte. So verbinden sie auf einzigartige Weise Kultur, Natur, Geschichte und Gemeinschaft und sind seit jeher ein unverzichtbarer Bestandteil unseres Lebens. Wenn Sie den Friedhof Rüppurr genauer kennenlernen möchten, Wissenswertes über seine Geschichte, Gestaltung und Besonderheiten erfahren möchten, laden wir Sie herzlich ein zu einer **Führung am Do., 21. Mai 2026, um 18 Uhr**. Weitere Informationen zur Veranstaltung finden Sie auf unserer Website.



Ihr Andreas Becker mit Team
vom Bestattungshaus Regenbogen

Seit 1960
MEDER
BODENBELÄGE + PARKETT
WIR VERLEGEN MEISTERLICH

**Bodenbeläge Parkett Laminat Malerarbeiten
Kettelservice**

**Ihr kompetenter
Partner!**

Kai Meder
Lange Str. 23
76199 KA-Rüppurr
Fax 0721 / 88 69 45
Mobil 0172 933 90 50
kaimeder@t-online.de

www.Raumausstattung-Meder.de

BIRGIT STOCK
freie rednerin

mobil +49 162 2818 777
www.birgitstock.de
birgitstock@e-mail.de

Abschiedsfeiern mit Tiefe und Leichtigkeit



**URIGE
KLÄNGE**

Freie Musikschule
Ricarda Klang
Telefon 0721/9 89 22 28
www.urige-klaenge.de
info@urige-klaenge.de

Musikschule „Urige Klänge“

Herzliche Einladung zu unseren Musikkursen:

Gruppenkurse für Gitarre bei Georg Gerardi 😊:

Mi. 15:15 – 16:00 h für Kids 8 - 11 J. und
Mi. 17:00 – 17:45 h für Jugendl. 12 - 16 J.
weitere Zeiten auf Anfrage.

**Gitarren-Sing und Spielkreis für Erw.
bei Ricarda Klang** 😊.

Neue Musikkurse für Kinder im April/Mai 😊:

Di. 15:15 – 16:00 h „Spielen mit Musik 1“ für 1 - 3 J.

Do. 16:00 – 16:45 h „Spielen mit Musik 2“ für 1 - 3 J.

Di. 17:15 – 18:00 h „Musikal. Früherziehung“
für 3 - 5 J.

Do. 15:15 – 16:00 h **Ukulele-Kurse** für 5 - 7 J.

Mo. 17:15-18:00 h **Ukulele-Kurs** für 7 - 10 J.

Weitere Kurse für Block- und Querflöte, Violine, Cello, Kontrabass, E-Gitarre und E-Bass, Klavier, Akkordeon, Bodhran, Tin-Whistle sowie Gesang u.v.m. auf Anfrage. Wir freuen uns auf Ihr Interesse!

Unser komplettes Angebot finden Sie unter:

<https://urige-klaenge.de>

Info+Anmeldung:

Ricarda Klang, info@urige-klaenge.de

Lust auf „Rüppurr – Weiherfeld – Dammerstock – Austauschplattform und Bilderwelten“?

Dann ab zu Facebook (siehe QR-Code oder per Eingabe/Suche des Gruppennamens). Alles Weitere findest du in der Gruppe!

Komm vorbei – wir freuen uns 😊



Klangpädagogik

Klangmassage

Ingeborg Moser

info@klangmassage-moser.de

www.klangmassage-moser.de

Tel.: 0721/69 43 32 Fax: 0721/20 44 288

Herzliche Einladung in meinen **Klangraum** sich im Frühlingsmonat Mai wohltuende Klänge und Schwingungen zu gönnen. Um sich selbst auf beruhigende, leichte und gleichzeitig lebendige Weise zu begegnen – das innere, Sie stärkende Frühlingserwachen wahrzunehmen und in Ihren Alltag zu integrieren. Ich freue mich auf die Begegnung mit Ihnen, herzlichst Ingeborg Moser



Info, Beratung und Anmeldung:

Klangpädagogik-Klangmassage

Lange Str. 4, 76199 Karlsruhe

Tel.: 0178 / 819 77 15, 0721 / 69 43 32

info@klangmassage-moser.de

Rotes Haus Karlsruhe

Rastatter Straße 17, 76199 Karlsruhe-Rüppurr



Fr., 29. Mai 2026, 19 Uhr

- Vortrag -

Dr. med. Bernd Schmude,

Vorsitzender STARK gegen KREBS e.V.

Diagnose Krebs -

Mit Optimismus Leben verändern

Eintritt 8 €, Mitglieder frei.

Herzlich willkommen im Roten Haus Karlsruhe

Freundeskreis Freibad Rüppurr und PSK kooperieren

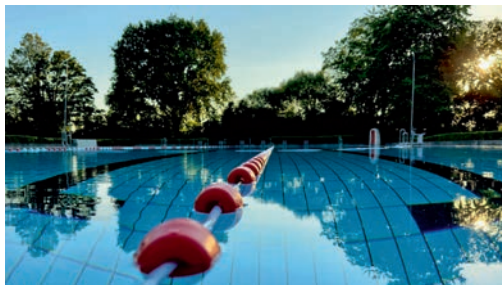


Bald ist es soweit: Im Mai öffnet unser schönes Freibad wieder. Der Freundeskreis Freibad Rüppurr freut sich, dass die Öffnungszeiten erhalten bleiben, und hat für die Sommersaison einiges vor. So wollen ehrenamtliche Helfer/innen zu Stoßzeiten im Bad die städtische Beckenaufsicht wieder unterstützen. Wer hier noch mitmachen möchte, kann sich auf unserer Homepage [www. freunde-fr.de](http://www.freunde-fr.de) sehr gerne melden.

Finanziert hat unser Verein 10 weitere Pfandleihen, die für einen entspannten Besuch im Bad ausgeliehen werden können. Auch die Tischtennisplatten sind wieder uneingeschränkt für alle nutzbar. Der Freundeskreis hat die restlichen 3 dank Unterstützung eines Fachmanns kostengünstig hergerichtet. Und man kann natürlich ab Saisonstart wieder die Wassertemperaturen im Bad auf unserer Homepage erfahren.

Erstmals hat der Freundeskreis einen Kooperationspartner: den großen **Post Südstadt Karlsruhe e.V.** Geplant ist, dass der PSK an 5 Samstagen zwischen Mai und September vormittags ein **Angebot auf dem Rasen und im Wasser** macht: Es gibt einen Fit4You Kurs (10 bis 11 Uhr) und Aqua-Gym im Nichtschwimmerbecken (11:15 bis 12:15 Uhr), jeweils geleitet vom PSK.

Start ist am 16. Mai, vorausgesetzt, dass das Bad wie geplant öffnet. Dann ist auch der Freundeskreis Freibad Rüppurr mit einem Infostand präsent und **verkauft Kuchen**. Die An-



gebote des PSK sind nicht kostenfrei, sondern pro Einheit werden 5 Euro zusätzlich zum Bad Eintrittspreis fällig. Die Platzzahl ist begrenzt, daher empfiehlt sich ab 25. April für Interessierte Anmeldung unter: www.online-psk.de.

Kinder können an den PSK Vormittagen ohne Voranmeldung und kostenlos zwischen 10 und 12 Uhr bei „Spiel, Spaß und Bewegung“ auf dem Rasen mitmachen. Der Freundeskreis freut sich über die Zusammenarbeit mit dem PSK und hofft, dass die Angebote bei den Badegästen ankommen.

Flagge zeigen werden bereits am **09. Mai bei „Querbeet“**, dem Stadtteilstfest in Weiherfeld-Dammerstock. Von 14 bis 18 Uhr planen wir einen Stand mit Kaffee und Kuchen in der Straße Rechts der Alb 27. Wir hoffen, dort bei guten Gesprächen noch mehr Menschen davon überzeugen zu können, dem Freundeskreis Freibad Rüppurr beizutreten.

Diesem Monatsspiegel liegt ein Flyer über den Freundeskreis Freibad Rüppurr bei, gebt ihn gerne an Familie, Nachbarn und Freunde weiter. Wir können jede Unterstützung gebrauchen.

Heidi Schulte-Walter
für den Freundeskreis Freibad Rüppurr



Praxis für
Körperpsychotherapie

Dipl.-Psych. Mirjam Bartlog

Rastatter Str. 74, Rüppurr
Tel. 0721-89 35 78 88 oder 0163-139 10 97
Nähere Infos unter www.fuehlraum.de

[dr.ka]

ZAHNARZTPRAXIS
Dr. Simone Kalina & Team

Wir ziehen um! Ab dem 15.9.25.
Neue Adresse:

Steinhäuserstraße 9 | 76135 Karlsruhe
T 0721 811158 | info@dr-ka.de
www.dr-ka.de





LineDance	LineDance	Latin Lady's
Beginner	Fortgeschrittene	sonntags
donnerstags 18:00 - 19:00	L1 Mo 18:00 - 19:00 L2 Do 19:00 - 20:00	16:00 - 17:00
optimal auch für Senioren	L3 Mi 18:30 - 19:30	BabyChata donnerstags 16:30 - 17:30

robert-bosch-str. 5 ettlingen 07243 79829 tanzcentrum-ettlingen.de

Solotanz - immer beliebter!

Viele Menschen haben den Traum vom Tanzen und lieben die Bewegung zur Musik als ganz besondere Bereicherung ihres Alltags - und das in jedem Alter! Was aber, wenn man keinen Partner oder Partnerin hat, der oder die das mit einem teilen möchte? In diesen Tagen wird der Solotanz immer beliebter! Tanzen ohne Partner hat sich inzwischen sogar als eigenständige Disziplin (Standard/Latein) etabliert. Viele genießen das Gefühl von Freiheit, das man beim Solotanz erlebt. Koordination, Fitness sowie individueller Ausdruck werden gefördert. Zusätzlich bietet es körperliche Auslastung und stärkt das Selbstbewusstsein.

In unserer Tanzschule in Ettlingen bieten wir gleich mehrere Möglichkeiten für tanzbegeisterte „Solisten“:

Linedance - für alle Altersstufen und in unterschiedlichen Leveln.

Gerade für Senioren ist der beliebte Linedance in der Gruppe eine willkommene Abwechslung im täglichen Einerlei, gibt Auftrieb und bringt nachhaltig Freude.

Latin Lady's - Tanzen zu lateinamerikanischen Rhythmen wie z.B. ChaChaCha und Rumba oder Latino Tänze wie Bachata oder Salsa.

Babychata - Babychata ist ein spezieller Tanzkurs, bei dem Mütter mit ihren Babys (in Trage oder Tragetuch) zu Bachata-Rhythmen tanzen. Es fördert die Bindung von Mutter und Kind, bringt Spaß und Spannung zugleich und bietet einen sanften Wiedereinstieg in den Fitnessbereich.

www.tanzcentrum-ettlingen.de



#TeamZuhause

LBS

Günstiges Baugeld sichern!

stellv. Bezirksdirektor Jesko Falk
0721 91326 30
jesko.falk@lbs-sued.de




**Küche modernisieren
statt neu kaufen**

**Kostenlose Vor-Ort-Beratung
mit ehrlicher Einschätzung**

✉ info@montageservice-lober.de
 🌐 www.kuechenstudio-lober.de
 ☎ 0721-989 601 68

Eine gezielte Modernisierung

ist oft die bessere Alternative zur neuen Küche. Häufig sind nur einzelne Geräte veraltet oder Details nicht mehr zeitgemäß. Das mobile Küchenstudio Lober aus Ruppurr prüft Ihre Küche direkt bei Ihnen zu Hause und zeigt passende Lösungen: Austausch von Backofen, Kochfeld, Dunstabzug, Geschirrspüler oder Kühlschrank, neue Arbeitsplatten sowie moderne Spülen und Armaturen. Auch Anpassungen und Reparaturen werden fachgerecht umgesetzt – mit persönlicher Beratung und Prüfung, ob alles wirtschaftlich sinnvoll ist.

www.kuechenstudio-lober.de



Der Vagusnerv – „vagabundierender“ Supernerv

Spätestens seit der Polyvagalthorie des Neurowissenschaftlers S. Porges konnte man unser Nervensystem (NS) nicht mehr mit einem Ein/Aus-Schalter betrachten, sondern als geniales Konstrukt bei dem der Vagusnerv, der „Chef“ dieses weitverzweigten Netzwerkes ist, der vom Gehirn, über die Brust bis zu den Bauchorganen zieht. Jedoch ziehen nur 20 % der Fasern vom Gehirn zum Bauch - die anderen 80 % ziehen vom Bauch zum Gehirn! Dieser ständige Dialog erklärt vielleicht warum eine ungesunde Ernährung, eine gestörte bzw. entzündete Darmschleimhaut auch Krankheiten des zentralen NS wie z.B. Erschöpfung, Depressionen, oder Parkinson begünstigen. Ein gut funktionierender Vagusnerv dagegen, sorgt für innere Stabilität und schützt vor stressbedingten Krankheiten wie: schlechtem Schlaf, Konzentrationsstörungen, Stimmungsschwankungen, Reizdarm, erhöhter Herzfrequenz, Entzündungsneigung und häufigen Infekten. Ja sogar eine erhöhte Schmerzempfindlichkeit bei den chronischen Erkrankungen wie Rheuma, Rückenschmerzen/ Gelenkerkrankungen, Migräne etc. geht von ihm aus. Der Grund dafür ist ein (meist nicht empfundener) Dauerstress. Das Sympathische System, der Stressmotor, läuft immer auf Vollgas und die Bremse – der Vagusnerv – funktioniert nur noch schwach. Wie kann ich den Vagusnerv unterstützen? Eines ist klar: der „Chef“ ist kein Fan von Zielvereinbarungen, Affirmationen oder einem „Reiß dich zusammen“. Er möchte sich und seine „Arbeiter“ in Sicherheit wissen ☺

Basis-Unterstützungs-Maßnahmen für den Vagusnerv:

- ∞ Die „Länger aus als ein“ oder 4711-**Atmung** (kann man sich gut merken): 4 Sek. einatmen, 7 Sekunden ausatmen – 11-mal. Hilft bei akutem Stress, aber auch als Dauerübung morgens und abends, noch im Bett.
- ∞ **Kältereiz**: 20 Sek. Gesicht unter Kaltwasserhahn oder mittels Kompresse. Herzschlag wird verringert, Atmung ruhiger (akut).
- ∞ **Summen**: tief einatmen und bei Ausatmen „mmm“ summen, dabei spüren wie es im Kopf, Hals und bis in den Bauch vibriert. 2 - 3 Min lang.
- ∞ **Selbstkontakt**: Eine Hand auf die Brust, die andere auf den Bauch legen oder sich an den Oberarmen selbst Umarmen, langsam atmen, Positionen min. 30 - 60 Sek. halten.

∞ **Bewegung**: Entweder Ausdauertraining: joggen, radeln oder auch gehen. Besser überhaupt bewegen als gar nicht ☺.

Wichtig dabei: Bewegung und gleichmäßiges Atmen kombinieren.

∞ **Schlaf**: Chronischer Schlafmangel führt zur Aktivierung des Stressmotors! Zu festen Zeiten ins Bett und ausreichend lange (7 - 8 h!) schlafen.

∞ **Rotlichttherapie**: kombiniert mit kürzeren 630 – 670 nm und längeren 810 – 850 nm Wellenlängen, für körperliche (Muskel-) u. Vagus-Entspannung (z.B. heilys ® Rotlichtlampen)

∞ **Rücken-Fußreflex-Massagen** oder eine Bauchmassage, (die man sich selbst verabreicht) stärken den Vagus – da dadurch parasympathische Reflexe ausgelöst werden.

Fazit: Der Vagusnerv verbindet Körper und Geist und entscheidet mit, ob man/frau einigermaßen entspannt durchs Leben geht oder ständig auf „Alarm“ läuft. Deshalb sollte man den „Chef“ unterstützen. Buchtipp: Sich(er) Fühlen; von Kathleen Kunze; mvglverlag

Naturheilpraxis Busch

Tel.: 0721 893 577 60

www.heilpraxis-busch.de



Jeden Mittwoch-Freitag
2 Tagesmenüs
mit Salat

Zum Elsternest
mit ungarischen Spezialitäten

**Biergarten, Terrasse,
Kinderspielplatz und Nebenzimmer**

**Von Freitag Abend bis Sonntag Abend:
Wochenendkarte!**

Öffnungszeiten:
Mittwoch - Samstag 11.30 - 22.00 Uhr
Sonntag und Feiertage 11.30 - 22.00 Uhr
Montag+Dienstag Ruhetag

Inh. Familie Szebenyi
76199 KA-Weierfeld · Gottlob-Schreiber-Weg 2
Telefon 0721-8834 13 · www.zum-elsternest.de



Garten ist Leben

Hermann Danner

Gartengestaltung und Pflege

Geroldsäckerweg 33 • 76139 Karlsruhe
Telefon 0721/68024-31 • Telefax 0721/68024-32
Am Waldsaum 13 • 76275 Ettlingen-Oberweier
www.danner-gala.de • info@danner-gala.de

Neuanlagen und Umgestaltungen von Grünflächen • fachkundige Beratung, Planung und Ausführung • Pflanzungen, Pflege und Grünholzschnitt • Hinterhof- und Dachbegrünungen • Naturstein- und Pflasterarbeiten • Beregnungsanlagen

Ihr Experte für Garten & Landschaft



Tomaten-Zucchini-Reis

(ca. 20 Minuten)



Zutaten

- 150 g Reis
- 1 Zucchini
- 200 g gehackte Tomaten
- 400 ml Gemüsebrühe
- 1 kleine Zwiebel
- 1 TL italienische Kräuter
- (Optional: mit Kichererbsen und Paprika anrichten)

Zubereitung

Ggf. Zwiebel anbraten, Reis kurz mit rösten. Tomaten + Brühe einrühren. (Je nach Reis 15 Min. köcheln lassen). Mit Kräutern abschmecken.

Wissenswertes über Kräuter:

Basilikum: Unterstützt die Verdauung und hilft gegen Völlegefühl.

Oregano: leicht wärmend und trocknend.

Petersilie: Wirkt ausgleichend bis leicht kühlend - unterstützt Entgiftung.

• **Tomaten & Zucchini** -> eher kühlend.

• Deshalb sind **leicht wärmende Kräuter (Basilikum, Oregano)** ideal zum Ausgleich.

• **Petersilie** bringt Balance & Frische.

Sie haben die Immobilie, wir den Käufer!

Tel.: 0721 **858581**



Unsere Erfahrung - Ihr Vorteil
HANS KOHRMANN
Immobilien

www.hans-kohrmann-immobilien.de



Immer erreichbar,
sofort Hilfe.

- Wartungen Sanitär, Heizung, Klima
- Reparaturen aller Art
- Schadenssanierung von Wasser- und Brandschäden
- Kanalreinigung und Videinspektion
- 24 Std Notdienst an 365 Tagen im Jahr

Service

Werling GmbH | Industriestraße 19 | 76189 Karlsruhe |
0721 / 9 31 74-0 | info@werling.de | werling.de

WERLING
Tradition und Fortschritt seit 1912

Wir bieten Ihnen:

- Büroreinigung - Glasreinigung
- Treppenhausreinigung - Wohnungsreinigung
- Baureinigung - Hausmeisterservice

Abrechnung über Pflegekasse möglich.

Gerne dürfen Sie uns kontaktieren:

Reinigungsdienste Winterstein

Hohewiesenstr. 55a | Ettlingen | 07243 947 58 31
www.reinigungsdienste-winterstein.de



Bei **Lulu im Weiherfeld**, gibt es eine tolle Auswahl an wunderschönen Bademoden.

Ob Damen, Herren oder Kinder - von klein bis groß - wir finden genau das Richtige für Sie. Fehlt Ihnen noch ein schönes Kleid, eine Tunika oder eine leichte Sommerbluse? Auch hier haben wir ein erstklassiges Sortiment.

Kommen Sie vorbei, wir beraten Sie gerne.
Ihr **Lulu-Team**

Firma Harbrecht

Enzstr. 5-7, 76199 Karlsruhe

Tel.: 0721 / 88 14 04

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 8:00 - 19:00 Uhr

Sa. 8:00 - 16:00 Uhr

www.lulu-weiherfeld.de

Öffnungszeiten:

Montag & Mittwoch 8:00 - 16:00

Dienstag, Donnerstag & Freitag 8:00 - 13:00

Samstag 8:00 - 12:00

Muttertag 10:00 - 12:00

ResidenzLädle

Exklusiv für den Muttertag am 10. Mai können Sie bei uns Blumen vorbestellen:

Herzstück € 15 | Glücksgriff € 20

Prachtstück € 30 | Premium-Traum € 50

Passend zu unseren frischen Sträußen finden Sie bei uns auch leckere Pralinen und handverlesene kleine Aufmerksamkeiten.

Jetzt stressfrei bis 04.05.2026 vorbestellen.

Telefon: 0721 / 8801-604

e-mail: laedle@wohnstift-ka.com

Erlenweg 2 | 76199 Karlsruhe



@ info@wohnstift-karlsruhe.de www.wohnstift-karlsruhe.de



gesunder TIPP des Monats

Schon 10 Minuten Bewegung täglich senken das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen deutlich



monatsspiegel-karlsruhe.de

HEILSAMES SINGEN

in Rüppurr mit Miriam Trauth

Nikolauskirche, Rastatter Str. 57



Foto: Klaus Eppel

Mittwoch 19 - 20 Uhr, 5 Euro
Termine: **27.05.2026**

www.heilsames-singen-ka.de

Einsatz von Bodycams: AVG erteilt DB-Prüfpersonal Genehmigung



Einzelne gewalttätige Übergriffe auf Prüfpersonal in Bussen und Bahnen anderer Nahverkehrsunternehmen haben kürzlich zu Recht landes- und bundesweit für große Erschütterung gesorgt. Sowohl von Seiten der Politik als auch von Seiten der Branche wurde dieses Thema deshalb aktuell verstärkt in den Fokus gerückt. Auch mit Blick auf unsere Karlsruher Nahverkehrsunternehmen hat die Sicherheit und der Schutz sowohl unserer Mitarbeiter*innen im Fahr- und Prüfdienst als auch unserer Fahrgäste selbstverständlich höchste Priorität. Auf Wunsch der DB hat die Albtal-Verkehrsgesellschaft (AVG) dem in AVG-Bahnen eingesetzten DB-Prüfpersonal in diesem Zusammenhang nun den Einsatz sogenannter Bodycams ab sofort dauerhaft genehmigt. Die Bodycams dienen sowohl dem präventiven Selbstschutz des DB-Personals als auch der Dokumentation möglicher Übergriffe im Nachgang, um Täter besser ermitteln zu können.



UmweltWerkstatt

Müllsammeln und Bienen-Kino

Am 11. April fand in Rüppurr die Aktion „Ein Stadtteil räumt auf“ statt. Organisiert von der BGR und im Rahmen der Karlsruher Dreck-weg-Wochen beteiligten sich bei schönstem Wetter rund 30 Personen, darunter auch viele Kinder. Nach zwei Stunden kamen die verschiedenen Teams mit vollen Müllsäcken zurück zum Treffpunkt am Rüppurrer Markt. Dort gab es für die Aktiven Brezeln und Erfrischungsgetränke. Eine tolle Aktion, die im nächsten Jahr wiederholt werden soll. Auch wenn die meisten Straßen und Wege in unserem Stadtteil einigermaßen sauber sind, so wird doch vieles achtlos weggeworfen. Vor allem Zigarettenskippen fanden sich überall und sind doch so giftig für die Umwelt.

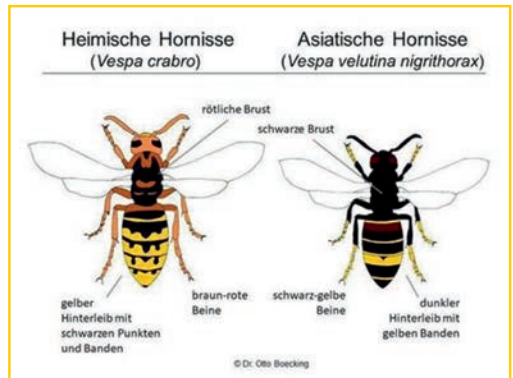
Am nächsten Tag organisierte die Umweltwerkstatt der BGR einen Kinonachmittag zum Thema Bienen. Der Film "Tagebuch einer Biene" lockte mehr als 30 Zuschauer in den Hans-Kampffmeyer-Saal der Gartenstadt, darunter viele Kinder. Im Anschluss gab es die Möglichkeit, Fragen an ExpertInnen zu stellen, außerdem eine Bastelaktion. Ein Imker hatte Honigwaben und andere Gegenstände der Imkerei zum Anfassen mitgebracht, eine Expertin berichtete über Wildbienen. Abends wurde dann der Dokumentarfilm "Land des Honigs" gezeigt. 25 Zuschauer nahmen am Leben der letzten Wildbienenimkerin in der kargen Landschaft Mazedoniens teil - ein berührendes Leben



in Einsamkeit. Der Film löste eine Diskussion darüber aus, wie unverantwortliches Handeln und Übernutzung die Natur aus dem Gleichgewicht bringen kann. Dabei wurde auch über die asiatische Hornisse berichtet: Es gab einen Aufklärungsfilm und eine Anleitung, wie Fallen für diese invasive und für unsere Bienen und andere Insekten schädliche Art gebaut werden können. Die Asiatische Hornisse (links) unterscheidet sich von der Europäischen (rechts) durch einen dunkleren Hinterleib und gelbe Beinenden.

Mehr Infos zum Thema Hornissen unter:
www.monatsspiegel-karlsruhe.de

Fritz Kölling



Max-Planck-Gymnasium

Das MPG informiert:

Nach den Osterferien beginnt mit den schriftlichen Abiturprüfungen die heiße Prüfungsphase für unsere Abiturientinnen und Abiturienten. Wir wünschen allen viel Erfolg.

06. - 07.05.: Besuch der Schüler/innen aus der Bretagne

08. - 22.05.: **Bildungsreise nach China** für die Teilnehmer/innen aus den Kl. 8 und 9

12.05.: Elternbeiratssitzung um 19 Uhr

Besonders freuen wir uns auf die **Eröffnung der Jahreskunstausstellung am 21.05.26 um 16 Uhr**. Wie jedes Jahr präsentieren die Schüler/innen aller Klassen ihre Ergebnisse aus einem Jahr Kunstunterricht. Organisiert und mit großem Aufwand präsentiert wird die Veranstaltung von den Kolleginnen und Kollegen der Fachschaft "Bildende Kunst". **Interessierte** sind zu der Eröffnung herzlich eingeladen.

IHR FACHGESCHÄFT

DESCHNER
SCHÖNES FÜR TISCH, HAUS UND GARTEN
















Linkenheimer Straße 55 · 76297 Stutensee-Blankenloch · Telefon 07244 741357
 Jetzt Sommeröffnungszeiten: Montag bis Freitag von 9 bis 19 Uhr und Samstag von 9 bis 16 Uhr

Reparaturen von Fenster,
Türen und Rollläden

Insektenschutz

Sonnenschutz



Fentec

FENSTER - TÜREN - BAUELEMENTE

Fentec | Im Mittelfeld 11 | D-76135 Karlsruhe GERMANY
 Telefon: 0160 / 969 20 343 | 0721 / 570 33 920
 Internet: www.fentecgmbh.com



Katholische Kirche Karlsruhe

**Viele Menschen.
Eine Gemeinschaft.
Meine Kirche.**

Vielfalt, Dialog und Gemeinschaft – sind für uns täglich gelebte Werte. Wir sind offen für alle und haben Platz für jeden Einzelnen. Entdecke unsere vielfältigen Angebote. **Miteinander Glauben leben.**

Folge uns auf Instagram @kath.kirche.ka

Alle Infos gibt's hier:
kath-karlsruhe.de



Es gibt nichts Gutes außer man tut es

Aktiv bleiben!

Susanne und Matthias Zedelius sind schon seit einigen Jahren im Ruhestand. Ruhig geht es im Leben der ehemaligen Ergotherapeutin und des Arztes trotzdem nicht zu. Beide engagieren sich mit einer Vielzahl von Aktivitäten für das Gemeinwesen: Susanne in der Gemeinde, beim Begegnungscafé, Kirchencafé und Mittagstisch, als Vorlese-Oma im Kindergarten und Besuchsdienst im Wohnstift sowie mit den "Omas for Future" beim Einsatz für Klimaschutz. Matthias war lange Zeit im Ältestenkreis der evang. Gemeinde, ist dort noch als Lektor tätig, organisiert Kinovorstellungen und Vorträge bei den „Jungen Alten“, moderiert Veranstaltungen, und sammelt Spenden für das „Semja“-Projekt in Belarus. Die beiden kennen man auch vom „Weltlädle“, wo sie und ihr Team alle zwei Wochen am Rüppurrer Markt fair gehandelte Produkte für einen guten Zweck verkaufen. Ausgangspunkt für das Engagement war schon früher die Kirchengemeinde: In einem Pfarrhaus aufgewachsen, war Ehrenamt und Einsatz für Frieden und andere Menschen bei Susanne prägend. Als junge Frau demonstrierte sie, angestoßen durch die Bewegung "Frieden, Gerechtigkeit und Bewahrung der Schöpfung", gegen Aufrüstung und unterstützte nach der Reaktorkatastrophe von Tschernobyl eine Freizeit in Deutschland für Kinder aus Belarus. Später leitete sie Kindergottesdienste und Krabbelgruppen. Es ist wichtig, dass es Spaß macht, erklärt sie. Was beiden gefällt, ist der Austausch mit anderen Menschen. Man kann doch nicht einfach nur zu Hause herumsitzen, lacht Susanne, und Matthias ergänzt: Es ist ein Geben und Nehmen, das Engagement hält fit und man lernt immer dazu. Obwohl die beiden inzwischen zehn Enkel haben, denken Sie nicht daran, ihre Aktivitäten einzuschränken. Es geht ihnen auch darum, ein Zeichen nach außen zu senden, dass Kirche lebendig ist. Mit Freude sehen sie, dass sie nicht allein unterwegs sind, gerade auch jüngere Leute in unseren Stadtteilen aktiv werden und sich für Gemeinschaft und Umweltthemen einsetzen. Im Sinne von: wo viele kleine Leute viele kleine Dinge tun, können sie das Gesicht der Welt verändern.

Fritz Kölling



Depot für:
OLAPLEX.
KÉRASTASE
L'ORÉAL

*...bei Anruf
Schnitt!*

**Ute
Rodenberg
Frisuren**

Rüppurr
Nikolaus-Lenau-Straße 12
Heinrich-Heine-Ring
www.ute-rodenberg.de

Terminvereinbarung
07 21 / 88 88 00



Altpapiersammeltermine der KJG Christkönig in Rüppurr

Gartenstadt, Märchenviertel, Seewiesenäcker
und Neues Viertel:

Mi., 10.06.2026, ab 8:00 Uhr

Alte Gagfah, Neue Gagfah und Alt Rüppurr:

Mi., 17.06.2026, ab 8:00 Uhr

**Katholische
Junge
Gemeinde**



**KJG St. Franziskus
Rechts der Alb**

Altpapiersammlung in Weierfeld/Dammerstock
Dienstag, 16.06.2026

Altpapiersammlung in Beiertheim
Dienstag, 05.05.2026

Bitte stellen Sie Ihr Papier bis **spätestens 8:00 Uhr**
gut sichtbar und gebündelt an den Straßenrand.



VERANSTALTUNGS-KALENDER

Teilen Sie Ihre Termine mit der Region.
(www.monatsspiegel-karlsruhe.de/kalender)



Konzertankündigung 100 Jahre „Harmonie“ Rüppurr

Mit einem besonderen Frühjahrskonzert feiert der Musikverein „**Harmonie**“ Rüppurr sein **100-jähriges Bestehen**. Gemeinsam mit dem **Musikverein Ettlingen** präsentiert die Spielgemeinschaft unter der Leitung von **Benjamin Schneider** das Jubiläumsprogramm „**100 Jahre Harmonie**“.

Im **Joseph-Keilberth-Saal des Wohnstifts Rüppurr** nimmt das Orchester sein Publikum mit auf eine musikalische Reise durch ein ganzes Jahrhundert. Das Programm vereint klassische Blasorchesterwerke mit modernen Kompositionen und beliebten Arrangements aus Film und Unterhaltungsmusik, u.a. „**Festive Overture**“, „**Morning Star Variations**“, ein Medley aus „**Porgy & Bess**“, „**A Young Person's Guide to John Williams**“, „**Lord Tullamore**“ sowie Arrangements mit Musik von **Charlie Chaplin**

„harmonie“ rüppurr
musikverein
ettlingen

100 JAHRE

MUSIKVEREIN HARMONIE
19 26
RÜPPURR e.V.

Sa. 9. Mai 2026, 19:30 Uhr
Joseph-Keilberth-Saal KA-Rüppurr
Leitung: Benjamin Schneider | Eintritt frei

und **Elvis Presley**. Das Konzert verspricht einen ebenso festlichen wie unterhaltsamen Abend und würdigt die lange musikalische Tradition des Vereins auf besondere Weise. **Beginn Sa., 09. Mai, um 19:30 Uhr. Eintritt frei.**



Weitere Jubiläumsveranstaltungen

Ein sommerlicher Genuss erwartet die Besucher am **So., 21. Juni** beim „**Midsummer Jazz Brunch**“ in der **Dreschhalle Rüppurr**. In Kooperation mit dem Dreschverein und der Bürgergemeinschaft Rüppurr entsteht ein stimmungsvolles Event angelehnt an die am Vorabend stattfindende traditionelle Sonnwendfeier. Für den musikalischen Rahmen sorgen die Up to Date Bigband sowie die Albgau Big Band. Auch im Herbst dürfen sich Musikfreunde auf ein außergewöhnliches Konzert freuen: Gruselig wird es am **Sa., 31. Oktober um 19:30 Uhr** beim großen **Halloweenkonzert in der Stadthalle Ettlingen**. Unter dem Motto „Scary Music – ein Konzert zum Fürchten“ präsentiert das Orchester geheimnisvolle und spannende Klänge. Ein Konzertabend zum Fürchten – und zum Staunen. Den musikalischen Abschluss des Jubiläumsjahres bildet das **Konzert zum 4. Advent am So., 20. Dezember um 18:00 Uhr in der Auferstehungskirche Rüppurr**. In festlicher Atmosphäre wird das Orchester auf die Weihnachtszeit einstimmen.

Der Musikverein probt immer **dienstags von 20 - 22 Uhr** abwechselnd im Feuerwehrhaus Rüppurr und im Proberaum in Ettlingen. **Neue Musiker sind immer herzlich willkommen.**

www.mv-rueppurr-ettlingen.de



Ostendorfplatz 4,
76199 Karlsruhe,
Tel.: 0721 / 989 21 70

Spargel im nahkauf



- Erweitertes tägliches Angebot von frischem deutschem Spargel
- Weine zum Spargel
- Frisches Obst und Gemüse vom Karlsruhe Großmarkt
- Passend zur Grillzeit: Saucen in großer Auswahl
- Gekühlte Getränke
- Holzkohle, Grillschalen ...
- Frische Blumen und Topfpflanzen
- Erweitertes Drogeriesortiment

Öffnungszeiten: Mo. - Fr.: 7.30 Uhr - 19.30 Uhr, Sa.: 7.00 Uhr - 15.00 Uhr

www.nahkauf-karlsruhe.de



APFEL-RHABARBER-KÜCHLE

AB JETZT LÄNGER
**SONNTAGS
FÜR EUCH DA**
08 - 12 UHR

KARLSRUHE RÜPPURR OSTENDORFPLATZ 4
MO-FR: 06 - 19:30 | SA: 06 - 15:00 | SO: 08 - 12:00

WWW.PETERSGUTEBACKSTUBE.DE



SCHORK KAUFFMANN BREMENKAMP
Rechtsanwälte

- Verkehrsrecht
- Arbeitsrecht
- Familienrecht
- Strafrecht
- Erbrecht
- Mietrecht
- Vertragsrecht
- Handels- und Gesellschaftsrecht

Tel.: 0721 / 952 73 80-0

info@skb-legal.com · www.skb-legal.com
Kaiserstr. 90 · 76133 Karlsruhe

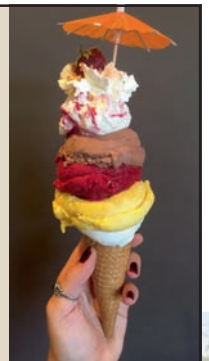


• DAS •
RIEBERG
Konditorei, Café, Bistro

Ostendorfplatz 1
76199 Ka-Rüppurr

0721 89 15 18
info@dasrieberg.de

Di - So 9 - 18 Uhr geöffnet
www.dasrieberg.de





KOCHEN - SCHENKEN

oster

BACKEN - GENIEßEN

ALLES für die Grill- und Spargelzeit

Ostendorfplatz * Rüppurr * T: 89 01 06
www.oster-ka.de



Charlotten-Apotheke
seit 1928 -
103 Jahre Kundennähe und Beratung
für Sie vor Ort

Dr. L. Kammerer
Ostendorfplatz 4 Tel.: 89 00 92

Bei uns im Mai:

Jetzt schon an den Sommer denken!

10 % Preisaktion auf Sonnenschutz und Zeckenschutz-Produkte

... und die „Draußen-Saison“ kann kommen!

Charlotten-Apotheke
Ostendorfplatz 4
... natürlich gesund bleiben

OTICON | Zeal

Das erste Hörgerät, das alles kann

Jetzt Oticon Zeal™ kennenlernen - und staunen!

Geschenke & Lesecke

Neue Öffnungszeiten:
Mo - Fr 7.00 - 13.00 und 14.30 - 19.00 Uhr
Sa von 8.00 - 13.30 Uhr

Postfiliale

· Presse/Toto-Lotto/Zeitschriften · Schulbedarf
Kopien · Geschenkartikel · Reinigungsannahme
· Süßigkeiten u.v.m.

Pavlos Alexiadis & Lazaros Chotamanidis
Ostendorfplatz 3 · Telefon 14 50 489


*alles aus meisterhand
eigene werkstatt*

Ostendorfplatz 3, 76199 KA-Rüppurr
Tel.: 0721 132 44 70
kontakt@laurentdotter.de
www.laurentdotter.de



Charlotten-Apotheke
Dr. Lothar Kammerer e.K.
Ostendorfplatz 4

Tel.: 07 21/89 00 92
Fax: 07 21/88 62 87
charlotten-apo@aponet.de



Gropius-Apotheke
Dr. Benjamin Buckel
Nürnberger Straße 7-9

Tel.: 07 21/98 85 70
Fax: 07 21/988 57 20
service@gropius-apotheke.de



Heinrich-Heine-Apotheke
Cornelia Freund e.K.
Nikolaus-Lenau-Str. 18

Tel.: 07 21/988 71 00
Fax: 07 21/988 71 01
heinrich-heine-apo@t-online.de



Rosen-Apotheke
Christiane Ulmer e.K.
Breisgaustraße 9

Tel.: 07 21/88 10 27
Fax: 07 21/88 10 12
rosen@apotheke-ulmer.de



Südstern-Apotheke
Margrit Schmelzeisen e.K.
Am Rüppurrer Schloß 5

Tel.: 07 21/88 25 40
Fax: 07 21/89 31 430
info@apotheke-suedstern.de

**Hier wohne ich – hier kaufe ich –
hier werde ich gut beraten!**

Blütezeit ist auch Heuschnupfenzeit

Rund 15 % aller Erwachsenen leiden an Heuschnupfen – Tendenz steigend. Frauen sind in der Regel davon etwas häufiger betroffen als Männer. Niesattacken, Fließschnupfen und verstopfte Nase, sowie juckende, brennende oder tränende Augen – das sind die typischen Symptome eines allergischen Schnupfens (allergische Rhinitis) bei einer häufig gleichzeitigen Entzündung der Bindehaut des Auges (Konjunktivitis). Heuschnupfen ist im Frühjahr eine häufige Erkrankung, die in erster Linie auf einer Reaktion des Immunsystems gegen Blüten- und Gräserpollen beruht. Doch damit nicht genug: Wird ein Heuschnupfen nicht rechtzeitig behandelt, kann ein sogenannter „Etagenwechsel“ drohen, bei dem die Beschwerden von den Augen über die Nase zu den Bronchien übergehen. Im schlimmsten Fall können dann Atemnot und Asthma ausgelöst werden. Zur Vorbeugung und Linderung gibt es in Ihren **Rüppurrer Stammapotheken aus Dammerstock, Gartenstadt und Rüppurr** eine Vielzahl an Arzneimitteln:

- **Antihistaminika** helfen z.B. indem sie die Wirkung des körpereigenen Histamins hemmen. Bei leichteren Beschwerden reichen diese als Augentropfen oder Nasenspray aus. Gegen länger anhaltende und stärkere Beschwerden gibt es Tabletten und Tropfen zum Einnehmen sowie für Kinder geeignete Säfte.

- Wenn die Nasenschleimhaut stark angeschwollen ist und das antihistaminhaltige Nasenspray keine ausreichende Wirkung erzielt, kann ein modernes entzündungshemmendes **Cortison-Nasenspray** angewendet werden, das nur lokal in der Nase wirkt und deshalb im Allgemeinen unbedenklich ist.

- **Cromoglicinsäurehaltige Augentropfen und Nasensprays** dienen vor allem der Vorbeugung. Hier ist es wichtig 2-3 Wochen vor Beginn des Pollenflugs mit der Behandlung zu beginnen, damit das Arzneimittel seine volle Wirkung entfalten kann.

Das erste Gebot bei jeder Allergie besteht darin, die einmal festgestellten Allergene möglichst zu meiden. Halten Sie sich möglichst in Innenräumen auf und verzichten Sie auf körperliche Anstrengungen. Waschen Sie sich vor dem Schlafengehen die Haare und damit mögliche Pollen aus den Locken. Trocknen Sie die Kleidung möglichst nicht im Freien. Eine Nasendusche befreit die Nasenschleimhaut zusätzlich von den lästigen Pollen.

Wenn Sie den Frühling unbeschwert genießen wollen, fragen Sie **Ihre Rüppurrer Stammapotheken aus Dammerstock, Gartenstadt und Rüppurr**. Hier werden Sie zum Thema Allergie gerne und gut beraten.

Dr. Benjamin Buckel
Apotheker

Der Weltladen auf dem Weiherfelder Wochenmarkt:



Am Freitag, den **08.05.** sowie am **22.05.2026**
sind wir wieder mit unserem Stand
von **10:00 – 13:00 Uhr**
auf dem Weiherfelder Wochenmarkt vor der
Friedenskirche.

Auf Ihren Besuch freut sich
Ihr Weltladen-Team Weiherfeld

Der KiGa Friedensnest bietet an den folgen-
den Freitagen - zusätzlich zum Wochenmarkt -
Kuchen an: 15. Mai & 12. Juni,
10:00 - 14:00 Uhr, Tauberstr. 10, Weiherfeld

BAUBLECHNEREI MICHAEL TRUNK



HERSTELLUNG UND MONTAGE VON:

- BAUBLECHTEILEN U. KANTEILE
BIS 6 m LÄNGE
- METALL-BEDACHUNGEN
- DACHRINNEN U. LAUBSCHUTZ
- BLENDEn U. ABDECKUNGEN
- GAUBEN U. KAMINVERKLEIDUNGEN
- ALUMINIUMSCHWEISSEN
- EDELSTAHLVERARBEITUNG
- BERATUNGS- U. PLANUNGSBÜRO

IHR KOMPETENTER PARTNER IN SACHEN BLECH!

WERKSTATT: ENGLERSTR. 6-8 · 76275 ETTLINGEN

KARLSRUHE 07 21 / 57 99 94 · FAX 957 36 92

ETTlingen 0 72 43/94 75 74-0 · FAX 947574-10

www.Baublecherei-Trunk.de



Ab 01.06.2026 neu im Team:
Tina Holzwarth
Herzlich Willkommen!
www.haarkreativ.eu

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.
RUFEN SIE AN 0721 / 88 38 24
Ostendorferplatz 6, 76199 KA



Wednesday Night GUTIS Club

Eine neue Veranstaltungsreihe startet am 20.
Mai um 20 Uhr im Gutenberg (Nelkenstr. 27
Karlsruhe). Sängerin Alica Hagenmüller ist Gast-
geberin und hat mit Andi Bock, Claus Bubik &
Stefan „Buchi“ Buchholz eine prominente Be-
gleitband am Start. Als Bandmitglied von „Bu-
chi & the Southbound Allstars“ ist die Frau mit
der Hammerstimme in Karlsruhe auch schon
bestens bekannt. Jeder Abend ist anders - mal
alleine; mal mit Gast - aber immer 100 % live
und mit Seele! Durch das „Neue“ Gutenberg am
Gutenbergplatz eine tolle Kombination aus Un-
terhaltung & Genuss.

Wir sehen uns!

Kerstin Föll

PSYCHOLOGISCHE UND SYSTEMISCHE BERATUNG

Sie erleben herausfordernde Lebenssituationen
und wünschen sich Unterstützung und neue
Perspektiven, Halt und Orientierung?

Ich biete Ihnen professionelle, vertrauliche Hilfe
und Beratung zentral in Ruppurr.



Kerstin Föll
Psychologische Beratung
Rastatter Str. 74
76199 Karlsruhe

Mi. + Do. 16 bis 17 Uhr
Telefon 07248-2180166
www.kerstinfoell.de



wertschätzend herzlich individuell



Wussten Sie schon, wissen Sie noch?

Kleines Rüppurrer Lexikon

Rüppurrs Friedhöfe

Der **Rüppurrer Friedhof** wurde zwischen 1582 und 1594 an der Stelle, an der er sich noch heute befindet, angelegt. Er lag „vor dem dorff“, d.h. außerhalb des Wohngebiets Ober-Rüppurr. Vor seiner Fertigstellung wurden die hiesigen Verstorbenen in Ettlingen bestattet.

In den folgenden Jahrhunderten scheinen die Rüppurrer das große Friedhofsgelände an der Alb nicht immer pfleglich behandelt und zuweilen sogar als Acker- oder Gartenland genutzt haben. So diente das kleine Gelände hinter der Auferstehungskirche Rüppurrer Bürgern noch bis Anfang der 1950er Jahre teilweise als Nutzgarten.

Die „Leichenhalle“ (Bild um 1950) mit drei kleinen Räumen lag nahe der Alb. Die Aufbahrung des Sarges und die Versammlung der Trauergemeinde vor dem Gang zum Grab erfolgten vor der „Leichenhalle“.



Erheblich erweitert wurde der Friedhof Anfang der 1950er Jahre. Zur westlichen Seite der Alb führt seit 1955 eine kleine steinerne Brücke zum „neuen Friedhof“.

Ein **Friedhof bei der St. Nikolauskapelle** soll schon im 14. Jh. bestanden und als Begräbnisplatz für die Bewohner des nahe gelegene „Klein-Rüppurr“ mit dem Schlossbereich gedient haben. Der Friedhof wurde noch im frühen 19. Jh. genutzt: Bestattet wurden z.B. auch in den kriegerischen Ereignissen des späten 18. und frühen 19. Jahrhunderts zu Tod gekommene Militärs.



Nikolauskirche (ca. 1950), Friedhof links

Quellen: Lebrecht Mayer: Mitteilungen aus Rüppurr, Bühl 1910; Ekkehard Schulz, in: 900 Jahre Rüppurr, Karlsruhe 2003; Bestattungskultur in Karlsruhe, hrsg. Stadt Karlsruhe, 2007; Archiv Geschichtswerkstatt Rüppurr



Der Monatsspiegel gratuliert ganz herzlich nachträglich

Zur Goldenen Hochzeit (50)

07.04. Prof. Dr. Reinhard Trinkmann
und Michaela Rendler-Trinkmann,
geb. Rendler, Rüppurr

Zum 90. Geburtstag

25.04. Frau Helga Freudenberger,
geb. Dochat, Weiherfeld-Dammerstock

Zum 102. Geburtstag

06.05. Frau Jolanda Busse,
geb. Schroll, Rüppurr



Karlsruher Energie- und
Klimaschutzagentur

Energiesparen mit dem Stromspar-Check der KEK

Die Karlsruher Energie- und Klimaschutzagentur (KEK) zeigt mit ihrem kostenlosen Stromspar-Check, wie sich mit einfachen Mitteln Energie und bares Geld sparen lassen: Stefan verbraucht auf 50 qm nur 550 kWh Strom pro Jahr. Bei einem typischen Single-Haushalt sind es zwei- bis dreimal so viel. Sein Rezept: Viele Geräte hängen an Mehrfachsteckdosen mit Kippschalter und der WLAN-Router ist nachts aus. „Bei mir laufen nur der Kühlschrank und die Uhrzeitanzeige am Herd. Alles andere nur, wenn ich es wirklich brauche“, sagt Stefan. Nach dem Stromspar-Check der KEK wurden zudem alte Glühbirnen durch LEDs ersetzt, ein sparsamerer Duschkopf eingebaut und ein verbrauchsärmerer Kühlschrank angeschafft – mit kleiner Eigenbeteiligung. Ergebnis: rund 118 Euro Ersparnis pro Jahr. Inzwischen produziert Stefan mit einem Balkonkraftwerk auch eigenen Solarstrom.

Machen auch Sie den Stromspar-Check

Der Stromspar-Check der KEK richtet sich an Haushalte mit geringem Einkommen (Karlsruher Pass, BAföG, Wohngeld). Geschulte Stromsparhelfer kommen kostenlos zu Ihnen nach Hause.

Termin unter **0721 480 88 16** oder

www.kek-karlsruhe.de/stromspar-check.



Stromsparhelfer der KEK kommen nach Hause und bringen kleine Energiespar-Teile mit.

© KEK

Leserbeitrag – Pro & Contra E-Auto und Wärmepumpe

Wir wohnen zu fünft in einer Doppelhaushälfte (Baujahr 1921, kernsaniert 2004) im alten Kern von Rüppurr. Im Sommer 2024 haben wir unsere alte Gasheizung durch eine moderne Wärmepumpe ersetzt. Für das Aufstellen des Außengeräts musste der halbe Vorgarten umgegraben werden, aber ansonsten verlief der Umbau recht schnell und reibungslos. Wir haben außerdem auf dem Dach des Hauses und auf dem Schuppen hinter dem Hause PV-Anlagen sowie einen Batteriespeicher im Keller. Die gesamte Anlage ist nun zwei Winter ohne Probleme gelaufen. Nur die Enteisung musste noch einmal etwas nachjustiert werden. Über das Jahr verteilt erzeugen wir in etwa so viel Strom wie wir verbrauchen. Durch den höheren Bedarf im Winter, wenn wenig Sonne scheint, bleiben somit nur die Kosten an uns hängen, die aus der Differenz zwischen Einspeisung und Netzstrom entstehen. Anhand diverser Apps kann man genau sehen, wann wieviel erzeugt, verbraucht und gespeichert wird und flexible Verbraucher wie Wasch- und Spülmaschine sowie die Wärmepumpe selbst danach ausrichten. Wir sind froh, dass wir mit dieser Umstellung einen Beitrag zu Klimaschutz und geopolitischer Unabhängigkeit Deutschlands leisten können. Aber auch finanziell wird sich die Investition auszahlen, denn Gaspreis und Netzentgelt werden in den kommenden Jahren aller Voraussicht so stark steigen, dass für konventionelle Heizungen eine Preisfalle droht. Wir möchten somit auch andere Hausbesitzer:innen und Vermieter:innen in Rüppurr ermutigen, in klimafreundliche und finanziell nachhaltige Heizungen zu investieren, die Deutschland weniger abhängig von fossilen Despoten macht.

Peter Knippertz, Rüppurr

Einen weiteren ausführlichen Beitrag zum Thema von Jürgen Miller aus Rüppurr finden Sie auf unserer Homepage:

www.monatsspiegel-karlsruhe.de.

ZEEB

Steinmetz | Natursteinbetrieb

Unser Herz schlägt für die Kunst,
Ihre Andenken und Erinnerungen
in Stein zu bewahren.

Einzigartige Grabmale:

Jedes Werk ist ein liebevoll gestaltetes Einzelstück, das die Geschichte eines Lebens erzählt.

Einfühlsame Beratung:

Wir hören zu, verstehen und helfen, Ihre Gefühle und Wünsche in Stein zu fassen.

Besuchen Sie unsere Ausstellung:

Entdecken Sie in Stille und Ruhe die Möglichkeiten, die Liebe und das Gedenken an Ihre Liebsten zu ehren.



Erfahrung, Zuverlässigkeit und hoher Qualitätsanspruch.

Zeeb Steinmetz- und Natursteinbetrieb GmbH
Carl-Metz-Str. 9 | 76275 Ettlingen
Tel.: 07243 123 09 | www.zeebsteinmetz.de



Heinrich-Heine-Ring, Foto: Jutta Kretschmer

Frühlingskonzert des Kammerorchesters Weiherfeld **Ein Abend der Neu- und Wiederent- deckungen**

Das Frühlingskonzert, zu dem das Kammerorchester Weiherfeld unter Leitung der Dirigentin Lydia Breuning einlädt, ist weniger ein Abend der „großen Namen“ als vielmehr einer der lohnenswerten Neu- und Wiederentdeckungen. Zwar bringt das Streicherensemble bei seinem Auftritt am Mi., 13. Mai um 18 Uhr in der Friedenskirche (Tauberstr. 10) mit den beiden ersten Sätzen des heiteren Divertimento F-Dur KV 138 von Wolfgang Amadeus Mozart auch ein Kammermusikstück eines bekannten Komponisten zur Aufführung, um sich dann mit der „Suite for Strings“ des 1945 geborenen Briten John Rutter traditionellen Klängen in eingängiger Deutung zuzuwenden: Handelt es sich doch um eine künstlerische Verarbeitung bekannter und beliebter englischer Folksongs.

Als Solistin brilliert Elisa Rekers beim „Adagio für Klarinette und Streicher“ von Heinrich Joseph Baermann, den im frühen 19. Jhd. der Bedarf an neuem musikalischem Material überhaupt erst vom Instrument zum eigenen Komponieren brachte. Zunächst bekannt als virtuoser, europaweit gefeierter Klarinettist, schuf er sich – weil nur wenige Werke für sein Instrument geschrieben wurden – seine neuen Stücke selbst.

Zum Finale des Abends erklingt die operettenhafte „Serenade for Strings“ des amerik. Komponisten Victor Herbert, mit deren feinen Klangfarben der damals 29-Jährige nach der gefeierten Uraufführung 1888 seine ersten anhaltenden Erfolge feiern konnte – mit Melodien, die schon Elemente späterer Filmmusik vorwegzunehmen scheinen. Der Eintritt ist frei, Spenden werden erbeten.

www.kammerorchester-weiherfeld.de

Jetty

Mischling, geb. Nov. 2018, ca. 35 cm, kastriert

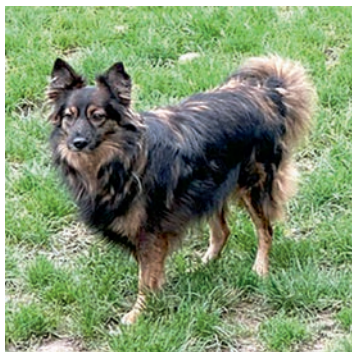
Jetty hat sich in sich zurückgezogen und erwartet wohl schon lange nichts mehr von der Welt - zumindest nicht von Menschen. Mit Artgenossen kommt sie ausgezeichnet zurecht.

Als Jetty zu uns kam, war sie ihrer Angst vollkommen ausgeliefert. Im Laufe der Zeit wurde es besser, obgleich man ihre Überforderung in manchen Situationen bis heute spüren kann. Sie hat inzwischen gelernt, dass Geschirr und Leine nicht ihre Feinde sind. Dennoch muss hier noch gearbeitet werden. Jetty ist eine zauberhafte kleine Hündin, die es verdient, geliebt zu werden. Wir suchen für sie erfahrene Menschen, die nichts von ihr erwarten, die ihr alle Zeit der Welt geben und die ihr mit steter Liebe, Ruhe und Verständnis begegnen. Kein Mitleid, sondern Klarheit und Fürsorge und wenn möglich einen Garten mit einem Hundefreund.

Begegnungsstätte Mensch-Hund e.V.

Gewann Grabenort 1-2,
76187 Karlsruhe

www.hundeheim-karlsruhe.de
Tel.: 0721 / 183 28 87



Basteln Sie nicht länger herum!
Setzen Sie auf hochwirksamen
Insekten- und Pollenschutz.

KEHRBECK

Rollladen + Sonnenschutz - Technik GmbH

Schleinkoferstr. 6 ☎ 07243 12158 www.kehrbeck.com
76275 Ettlingen 📠 07243 31372 info@kehrbeck.com

KEHRBECK.KANNS.

betten füger

Tradition aus Ettlingen seit 1953

- » **Beratung** durch geschultes Personal
- » **Probeliegen** in unserem Matratzen-Studio
- » **Zufuhr** frei Haus und Einbau in das Bettgestell
- » **Entsorgung** des Altmaterials

So richtig guter Service? Na klar! Kostenlos?

Leopoldstraße 41 • 76275 Ettlingen • 07243/31398 • www.betten-fueger.de



**Intakt
Service
GmbH**

Nabil Gabrielael
Ostendorfstr. 7
76199
Karlsruhe Rüppur

HAUSHALTSGERÄTE, GEWERBEGERÄTE,
KUNDENDIENST UND VERKAUF

Miele

Autorisierter Mielepatner

0721 2010 925
intakt-gmbh.de
service@intakt-gmbh.de

KLEINANZEIGEN

Suche Mehrfamilienhaus, Einfamilienhaus und / oder Grundstück. Mobil: 0172 933 90 50

Probleme in Mathe? Abi! Davor? Oder Ziele danach? Prof. Nachhilfe. Mobil: 0176 38 73 44 11

Braucht Ihr Kind Unterstützung in Französisch? Gymnasiallehrerin erteilt Französisch Unterricht für Schüler und Erwachsene. Alle Lernstufen. Auch Hilfe beim Abitur. Tel.: 0721 81 63 66

Klavier- und Gitarrenunterricht im Weiherfeld bei Shorena Schönecker, Enzstr. 16. Tel.: 0721 180 30 633

Unterricht für **GITARRE/ E-GITARRE/E-BASS** Jörn Masuch. Tel.: 0721 88 27 77 Mobil: 0160 96 44 70 73

Alltags- u. Reparaturhilfe für die Region Erledige gerne kl. Reparaturen wie Tausch od. Installation von Lampen, Wasserhahn erneuern, Kleinmöbel u.a. montieren. Fachhandwerker in R., kompetent, zuverlässig, zeitnah. Ich freue mich auf Sie. Mobil: 0176 85 97 39 47 oder 0721 554 4 64

Rüppurrer sucht Garage für gepflegten Mercedes SL Anwohner aus der Nikolaus-Lenau-Straße sucht trockene Einzelgarage oder TG-Platz zur langfristigen Miete. Zuverlässigkeit und faire, marktgerechte Bezahlung garantiert. Mobil: 01523 181 36 26

Gitarrenunterricht von erfahrenem Gitarrenlehrer, Sören Jordan, Mobil: 0177 763 73 60

Sammler sucht alte HiFi-Geräte von Marantz, Pioneer, Revox, Yamaha, Kenwood usw. sowie Lautsprecher, auch defekt. Bitte alles anbieten (auch Schallplatten) Mobil: 0173 316 52 16

Dammerstock / Weiherfeld: Oberstudienrat **sucht 1-3 Familienhaus** (auch DHH etc.) in Dammerstock, Weiherfeld oder Rüppurr zum Kauf. Gerne Altbau. Auch renovierungsbedürftig. Biete zuverlässige, zügige Abwicklung an. Bitte Mail an: mittendrin55@web.de

Gartenpflege
Ralf Schweickert
Tel.: 0157 36 11 73 17
Donaustr. 5
76199 Karlsruhe
Wir übernehmen auch Hof-, Pflaster- und Terrassen-Reinigung.

Wir kaufen **Antiquitäten, Schmuck & Zahngold**, Tafelsilber, Figuren, Porzellan, Münzen – fair, schnell und zuverlässig. Florian: Mobil: 0172 765 98 99

ENGLISH CONVERSATION Englischlehrer (Muttersprachler) gibt Nachhilfe bis zum Abitur. Bei ihm können Erwachsene ihr Englisch auffrischen. Außerdem können Geschäftsleute u. Wissenschaffler ihr Fachenglisch verbessern. Tel.: 0721 182 77 35 oder 0176 23 53 08 75

Soforthilfe bei Problemen mit PC, Internet, Drucker, Tablet, Smartphone, Tarife- & Kurz-Schulung, günstig & kurzfristig, Vor-Ort-Service, Rüppurr & Stadtteile - **Tel.: 0160 99 45 43 66**

Ehem. Rüppurrer Ehepaar mit Tochter (16 J.) **sucht** wegen Eigenbedarfsk. **3-Zi.-Whg** in Rüppurr und Umgebung, gerne mit Balkon, ges. Eink., ab sofort. Mobil: 01575 612 71 72, andreanebinger74@gmail.com

Familie mit 2 Kindern hat das Leben in Weiherfeld lieb gewonnen und **sucht nun Eigenheim** in der Gegend: neueshaus@online.de

3-Zimmer-Wohnung zu verkaufen
3-Zimmer-Wohnung in der Baumgartensiedlung zu verkaufen. 84 qm. Guter Zustand, renoviert, moderne Bäder, Einbauküche. 329.000 Euro. Chiffre: 100/05_26

Sie können auch **per E-Mail auf Chiffreanzeigen antworten**, ich leite sie dann gerne weiter. Die Redaktion *Eike Koch*

GARAGE GESUCHT! BMW Oldtimer sucht Mietgarage/ Stellplatz, Umkreis Rüppurr, Mobil: 0160 280 33 53

Putzfee dringend gesucht. Wir suchen für unseren rüstigen Vater (96) eine nette, deutschsprachige Putzhilfe 14-tägig ca. 3 Std. Mobil: 0152 37 33 49 74

Wir haben auch noch Platz für **IHRE Anzeige.**

Helle Wohnung gesucht! Paar mittleren Alters sucht eine bezahlbare 3-Zimmer Wohnung. Balkon und Wohnküche wären wunderbar. Kontakt per Tel. oder WhatsApp: 0176 20 94 48 18

Ruhige Versicherungsangestellte **sucht 2-3-Zimmer-Wohnung** zur Miete/Kauf in Rüppurr, Weiherfeld, Dammerstock oder Ettlingen (kein Hochhaus), gerne mit Balkon/Garten. Ich bin 55, NR, keine Haustiere: wohnung-sca2026@gmx.de

Mietgesuch 2-3 Zimmer-Wohnung für älteren Herrn, Nichtraucher, ab sofort gesucht, Erdgeschoss oder mit Aufzug, möglichst barrierefrei in Rüppurr, Weiherfeld oder Dammerstock. Kontakt: 0721 88 71 03 oder 0174 251 29 00

Hausarzt im Ruhestand, Karlsruher, NR, hilfsbereit, freundlich, zuverlässig, **sucht ruhige 3-Zi.-Whg** in Rüppurr und näherem Umkreis, Kontakt: gw-ka@web.de Mobil: 0171 38 31 738

Welcher Hobbygärtner hat Zeit und Lust mich bei der Gartenarbeit am Haus in Rüppurr gegen Bez. **zu unterstützen?** Mobil: 0176 92 12 44 87

KLEINANZEIGEN

3-4-Zi. Mietwhg. in Weiherfeld-Damm. od. Rüppurr **gesucht!** Sympathische Familie sucht wg. Eigenbedarf-künd. eine Mietwhg. in Weiherfeld/Rüppurr. Wegen Liebe zum Viertel & Kita-Plätzen, suchen wir hier ein neues, langfristiges Glück (gerne mit Garten). Wir freuen uns auf Ihren Anruf, Mobil: 0157 51 30 14 61

Rotel Bügelautomat aus der Schweiz/Messeschlag-ger Offerta für alle Materialien auch Aufdrucke und Applikationen, mit Leitungswasser. Messepreis 199 € wenig benutzt für 130 €. Tel.: 0721 989 18 44

Teilhaushaltsauflösung hauptsächlich Geschirr, kl. Küchengeräte u.v.m. auch Bilder im Dammerstock, Falkenweg 8, Tel.: 0721 88 31 86 oder 0162 63 48 060

Grafiker u. Künstler in Anstellung **sucht Werkstatt/ Atelier mit Wohnung**, oder beides separat. Etwas Außenfläche wäre toll. Fläche je ca. 50 - 70 qm. Tel. oder WhatsApp: 0178 235 87 26

TelefonSeelsorge www.telefonseelsorge.de
0800-1110111, 0800-1110222
Tag & Nacht erreichbar

Baumservice Fingerle - der Baumspezialist von nebenan. Ganzjährig biete ich **Pflegeschnitt, Totholz-entfernung** und **Baumfällung** mittels Seilklettertechnik. 0177 811 35 39 oder wolfgangfingerle@web.de

IHRE **KLEINANZEIGE** mitten in Ihrer Nachbarschaft **ab 9,- €**
Online konfigurieren:
www.monatsspiegel-karlsruhe.de

Die Brücke ...

Die Initiative zur Unterstützung des Biolandhofes Schleinkofer informiert Sie über aktuelle Entwicklungen **zur Brücke** monatlich **online** unter: www.monatsspiegel-karlsruhe.de

Hier ist **dein** Raum für Entspannung, Regeneration und Potentialentfaltung.



Die Praxis für Entfaltungsräume

Andrea Hofmann-Schmidt

0178 202 689 5
der-entfaltungsraum.com

Gartenservice Gabriel

Gartenpflege, Pflasterverlegen,
Hochdruckreinigung ... 01520 925 35 22

SCHMERZEN im Liegen DAS ANDERE KONZEPT
keine Übungen sondern Analyse der Liegeposition
und Anpassung in Theorie und Praxis
KA-Dammerst. / Christiane Rudolph / Ergotherapeu-
tin / 01577 4683418 / www.christiane-rudolph.de



Foto: Michael Müller

SEYFRIED IMMOBILIEN
FACHBÜRO FÜR VERMIETUNG UND VERKAUF

Über 30 Jahre vor Ort!

VERKAUF
VERMIETUNG

Tel.: 0721 / 988 60-0

www.seyfried-immobilien.de

Essen auf Rädern

Jeden Tag lecker – frisch auf den Tisch

Speisepläne: www.paritaet-ka.de/essen

0721 91230-10

Bestellung:
Mo-Fr von 8-13 Uhr



Paritätische
Sozialdienste

SRH Klinikum
Karlsbad-Langensteinbach

Mein Rücken – Wirbelgleiten und Bandscheibenvorfall

Besuchen Sie uns zu
„2 Stunden Gesundheit“
am 21. Mai 2026 um 18:00 Uhr
im Hörsaal, Klinikum
Karlsbad-Langensteinbach
Eintritt frei

Wir freuen uns auf Sie!

T +49 7202 61-0 | info.kkl@srh.de
www.klinikum-karlsbad.de

@srh.kkl
   



Vortrag 1

**Wenn Wirbel aus der
Reihe tanzen: Ursachen
und Behandlung des
Wirbelgleitens**

Dr. med. Gregor Ostrowski
Chefarzt Wirbelsäulenchirurgie

Vortrag 2

**Wenn die Bandscheibe
drückt: Diagnose und
Therapie von
Bandscheibenvorfällen**

Dr. med. Holger Meinig
Oberarzt Wirbelsäulenchirurgie

TuS Rüppurr

Vorstellung einer der größten Beachvolleyballanlagen in Baden-Württemberg



Dieses Jahr gehen wir mit unserer auf 9 Felder erweiterten Beachvolleyballanlage in die 4. Saison. Wir, das ist der sicherlich weitläufig bekannte TuS Rüppurr im Allgemeinen und seine Volleyballabteilung im Speziellen. Nach jahrelanger Vorbereitung erfolgte im Sommer 2022 der erste Spatenstich für die Erweiterung von 3 auf 9 Spielfelder. Bereits im Frühjahr 2023 ging die außergewöhnliche Sportanlage in Betrieb. Seitdem hat sich sportlich bereits viel getan. Für die größte Aufmerksamkeit sorgten sicherlich die beiden ausgerichteten Deutschen Meisterschaften der U16 im Jugendbeachvolleyball. Einige der damaligen TeilnehmerInnen sind inzwischen auf internationalem Niveau aktiv. Ein Beispiel ist Filo Wüst, der im vergangenen Jahr gemeinsam mit Jonathan Bungert U18-Vize-Weltmeister wurde. Auch von Annalena Richter, deren Karriere bei der VSG Ettligen/Rüppurr zunächst in der Halle und später im Rüppurr Sand begann, wird man in Zukunft noch hören. Aktuell wurde sie als Sportlerin des Jahres in Ettligen ausgezeichnet. All dies geschieht leider weitgehend abseits der breiten öffentlichen Wahrnehmung. Selbst in Rüppurr wissen viele vermutlich nicht, was sich auf der Anlage Richtung Oberwald alles veranstaltet wird. Doch nicht nur der Leistungssport prägt das Bild der Anlage. Im Alltag wird das Gelände von allen genutzt, die Freude am Ballsport im Freien haben. Regelmäßig sind alle Felder ausgebucht. Das Spektrum reicht vom geselligen Betriebssport bis hin zum ambitionierten Training von Erstligaspielern und baden-württ. Meistern. Dabei begegnen sich alle auf Augenhöhe und schätzen die besondere Atmosphäre, die SpielerInnen aus dem gesamten Großraum K'he immer wieder nach Rüppurr zieht. An vielen Wochenenden im Sommer übernehmen wir zudem Verantwortung als eine von nur zwei Anlagen dieser Größenordnung in ganz Baden-Württ. und richten Turniere im Breiten- und Leistungssport für alle Altersklassen aus. Dabei gehören wir zu den größten Aus-

richtern der 3 baden-württ. Landesverbände. Teams aus dem gesamten Bundesland sowie häufig auch aus angrenzenden Regionen treten bei uns an und sammeln Punkte für die regionalen und nationalen Ranglisten. Die große Beliebtheit der Anlage in allen Bereichen motiviert uns in unserer ehrenamtlichen Arbeit und bestärkt uns darin, diesen Weg weiterzugehen. Dabei legen wir großen Wert auf eine maßvolle Weiterentwicklung im Einklang mit der Nachbarschaft und den Anforderungen des Landschaftsschutzes, um den besonderen Charakter des Geländes langfristig zu erhalten. Gleichzeitig sind wir für die Zukunft des Projekts auf Unterstützung angewiesen. Insbesondere freuen wir uns über engagierte Partner aus dem regionalen Handwerk sowie über Sponsoren, die gemeinsam mit uns die sportliche Infrastruktur in der Region stärken möchten. Mit entsprechender Unterstützung verfolgen wir das Ziel, die Anlage zu einem Aushängeschild für Rüppurr zu entwickeln. Ebenso möchten wir auch denjenigen, die einer solchen Entwicklung möglicherweise mit Bedenken begegnen, ein offenes Ohr bieten. Bei allen Fragen oder Anliegen im Zusammenhang mit dem Betrieb der Anlage stehen wir jederzeit gerne zur Verfügung, um gemeinsam konstruktive Lösungen zu finden. Kontakt unter: beachwart@volleyball-vsg.de. Schauen Sie doch einfach mal bei uns vorbei – ob als Zuschauer oder selbst im Sand. Bei uns geht es nicht nur um Sport, sondern um Freude und das Miteinander.

Mehr Infos unter: www.volleyball-vsg.de.



Für den Verein und die Abteilung,
Holger Goth.

Katholische Kirchengemeinde Karlsruhe



Pfarrbüro: Gebhardstr. 44a, 76135 Karlsruhe,
Tel.: 0721 95 78 47-0

E-Mail: pfarrbuero@st-nikolaus-ka.de

Öffnungszeiten:

Mo. + Di. 09 - 11:00 Uhr und Do. 16 - 18:00 Uhr
(oder gerne nach Vereinbarung)

Telefonisch erreichbar:

Mo., Di. und Fr. 09 - 11 Uhr + Do. 16 - 18 Uhr

Öffnungszeiten des Präsenzbüros in

Christkönig: Tel.: 0721 89 08 68

Di. 10 - 11:30 Uhr und Do. 15 - 16:30 Uhr

GOTTESDIENSTE im Mai:

Sa. 02.05. 9:00 h Christkönig Morgenlob

18:00 h St. Franziskus Eucharistiefeier

So. 03.05. 11:00 h Christkönig Eucharistiefeier
und Kinderkirche

Sa. 09.05. 9:00 h Christkönig Morgenlob

18:00 h Christkönig Eucharistiefeier

So. 10.05. 10:00 h Wohnstift Eucharistiefeier

11:00 h St. Franziskus Eucharistiefeier

Christi - Himmelfahrt

14.05. 9:30 h St. Franziskus Eucharistiefeier

Sa. 16.05. 18:00 h Christkönig Eucharistiefeier

So. 17.05. 11:00 h St. Franziskus

Eucharistiefeier

18:00 h St. Franziskus Maiandacht

Sa. 23.05. 18:00 h St. Franziskus

Eucharistiefeier

Pfingstso. 24.05. 10:00 h Wohnstift

Eucharistiefeier

11:00 h Christkönig Eucharistiefeier

Pfingstmo. 25.05. 11:00 h Friedenskirche
ev. ökumenischer Gottesdienst (Weiherfeld)

Sa. 30.05. 9:00 h Christkönig Morgenlob

18:00 h St. Franziskus Eucharistiefeier

So. 31.05. 11:00 h Christkönig Eucharistiefeier

11:00 h Wohnstift ökumenischer Gottesdienst

Kinderkirche & Newsletter

Familiengottesdienste:

Kinderkirche findet bei den Gottesdiensten um
11 Uhr statt, aber in den Schulferien nicht.

Newsletterbestellung für 1x wöchentl. unter:
teresa.ostertag@st-nikolaus-ka.de

Ökumenisches Abendgebet:

in St. Nikolaus **Mi., 06. & 20.05.26 um 18 Uhr**

Kath. Gottesdienste in St. Nikolaus:

an jedem Montag um 18.00 Uhr.

Gottesdienste im Wohnstift:

1. + 3. So. im Monat um 11 Uhr ist der

evangelischer Gottesdienst –

2. + 4. So. um 10 Uhr ist die **kath.** Messfeier.

Am 5. So. im Monat ist ggf. um 11 Uhr

ökumenischer Gottesdienst.

Altpapiersammlungen ab 8 Uhr:

Weiherfeld/Dammerstock: Di., 16.06.26

Rüppurr: Mi., 10.06.26 (Gartenstadt, Märchen-
viertel, Seewiesenacker und Neues Viertel)

Mi., 17.06.26 (Alte Gagfah, Neue Gagfah und
Alt-Rüppurr)

Beiertheim: Di., 05.05.26

*Es kann zu kurzfristigen Änderungen in der
Gottesdienstordnung oder bei der Altpapier-
sammlung kommen. Bitte informieren Sie sich
auch im Pfarrblatt oder: www.st-nikolaus-ka.de*

Das Weltlädle auf dem Rüppurrer

Wochenmarkt:

Sa., 09. und 23. Mai, 9-12 Uhr, bietet das
Weltlädle wieder Waren aus fairem Handel auf
dem Rüppurrer Wochenmarkt an.

Der Verkauf findet bei Regen nicht statt.

Sie können aber auch bestellen unter Tel.: 0721

88 48 49 oder per Mail: zedelius@t-online.de.

Bitte geben Sie Ihre Tel. an!

Neuapostolische Gemeinden

Zu Gottesdiensten, sowie allen
anderen Veranstaltungen sind inter-
essierte Leser herzlich willkommen.



Karlsruhe – Weiherfeld

Donastr. 7, 76199 Karlsruhe

Gottesdienste: So. 9:30 Uhr, Do. 20:00 Uhr

Kontakt: nak-weiherfeld@gmx.de

Über weitere Aktivitäten wie Chorproben, Senioren-
treffen oder Sonntagsschule für Kinder informieren
wir Sie gerne.



Evangelische Gemeinde Rüppurr

Gemeindebüro:

Evang. Gemeindehaus,
Diakonissenstr. 26,

Tel.: **89 14 20**, Fax: 89 24 63

Öffnungszeiten: Mo. 10-12 h, Di. 16:30-18 h, Mi. 11-13 h
(in den Schulferien nur Di. 16:30-18 h)

Auferstehungskirche, Lange Straße 28

info@evkirche-rueppurr.de, www.rueppurr-frieden.de



Evangelische Friedensgemeinde

Tauberstraße 8, 76199 K'he

Tel.: **88 14 34**, Fax: 59 84 989

friedenskirche@weierfeld-dammerstock.de,

www.rueppurr-frieden.de, **Öffnungszeiten:** Do. 14-16 h

Gottesdienste und Veranstaltungen der Friedensgemeinde und Gemeinde Rüppurr:

So. 03.05. 9:30 h Gottesdienst (Mack /
Langeneck / Auferstehungskirche)

9:30 h Gottesdienst (Busch-Wagner/Friedensk.)

11:00 h Gottesdienst (Busch-Wagner/Wohnstift)

18:00 h Gottesdienst der Stille (Heidt /
Auferstehungskirche)

Mi. 06.05. 12:00 h Mittagstisch (Ev. GH Rüpp.)

18:00 h Ökumenisches Abendgebet (Kurrle /
Nikolauskirche)

So. 10.05. 10:00 h Gottesdienst mit Feier der
Konfirmation (Mack / Auferstehungskirche)

11:00 h Gottesdienst mit FrieTeam, gleichzeitig
Kindergottesdienst, anschließend Mittagessen
(Narr / Friedenskirche)

10.05. 19:00 h Dankfeier der Konfirmanden
(Mack / Auferstehungskirche)

Di. 12.05. 20:15 h Informations- und Anmelde-
abend Konfirmationsjahrgang 2026/27
(Evang. Gemeindehaus Rüppurr)

Mi. 13.05. 17:00 h **Kinderchormusical**
(Evang. Gemeindehaus Rüppurr)

Do. 14.05. 10:00 h Ökumenischer Regio-
Himmelfahrtsgottesdienst mit Chor und
Bläserensemble (St. van Rensen / Ostertag /
Chae / Stephanienbad Garten)

So. 17.05. 9:30 h Gottesdienst (Berggötzt /
Auferstehungskirche)

10:00 h Gottesdienst mit Feier der Konfirmation
(Mack / Friedenskirche)

11:00 h Gottesdienst (Berggötzt / Wohnstift)

19:00 h Dankfeier der Konfirmanden mit
Abenmahl (Mack / Friedenskirche)

Mi. 20.05. 12:00 h Mittagstisch
(Evang. Gemeindehaus Rüppurr)

Mi. 20.05. 18:00 h Ökumenisches Abendgebet
(Heidt / Nikolauskirche)

Do. 21.05. 18:00 h KörperGebet "Mensch-
Welt-Gott" (Auferstehungskirche)

So. 24.05. 9:30 h Gottesdienst mit Abendmahl,
anschl. Kirchencafé (Busch-Wagner/Friedensk.)

11:00 h Gottesdienst mit Abendmahl (Busch-
Wagner / Auferstehungskirche)

Mo. 25.05. 11:00 h Ökum. Gottesdienst (Mack,
kath. Hauptamtlicher / Friedensk. Kirchplatz)

So. 31.05. 9:30 h Regionaler Gottesdienst mit
Taufe, anschließend Kirchencafé

(Leytz / Auferstehungskirche)

11:00 h Ökumenischer Gottesdienst
(Leytz / Wohnstift)

Evangelische Diakonissenanstalt Rüppurr

Sekretariat der Oberin:

Graf-Eberstein-Str. 2, 76199 Karlsruhe

Tel.: **598 42-26 11**, Fax: 598 42-29 41

sekretariat-oberin@diak-karlsruhe.de

www.diak-karlsruhe.de

Fr. 08.05. 10:30 h Gottesdienst, Oberin
PfarrerIn Rau, Mutterhaus-Kapelle

14:30 h Heilige Messe, Pfarrer Mertins,
Krankenhaus-Kapelle

Do. 14.05. 10:00 h Gottesdienst zum
175. Jahresfest, Oberin PfarrerIn Rau, MHK

Fr. 15.05. 14:30 h Kath. Patientengottesdienst,
Klinikseelsorg. Machwirth, Krankenh.-Kapelle

Fr. 22.05. 14:30 h Ev. Patientengottesdienst,
Diakonin Klingel, Krankenhaus-Kapelle

So. 24.05. 10:00 h Gottesdienst zum Pfingst-
sonntag, Oberin PfarrerIn Rau, Mutterh.-Kapelle

Fr. 29.05. 10:30 h Gottesdienst, Diakonin
Klingel, Mutterhaus-Kapelle

14:30 h Ev. Patientengottesdienst, Diakonin
Klingel, Krankenhaus-Kapelle

Café im Rudolf-Walter-Haus

Mit Kuchen und Gebäck vom Café "Das Rieberg"
aus Rüppurr. **Jeden Freitag von 14 – 16 Uhr**
im Foyer des RWH.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Mittagstisch Rüppurr - gemeinsam essen

Alle sind herzlich willkommen! Termine:

Mittwoch, 06. & 20.05.2026

12 – 14 Uhr (Einlass ab 11:30 Uhr),

Evang. Gemeindehaus Rüppurr,

Diakonissenstr. 26, ohne Anmeldung,

Kosten 5 Euro. *Das Mittagstisch-Team*



Mi., 13.05.26, 17:00 Uhr, Ev. Gemeindehaus

Kindermusical „Das Wilde Pack“

nach der bekannten Geschichte von
André Max & Boris Pfeiffer
mit Musik von Robert Neumann
Kinderchöre an der Auferstehungskirche
Leitung: Dieter Cramer & Team



Langjähriger Pflegedirektor verabschiedet sich in den Ruhestand

Neustrukturierung der Pflegedirektion der ViDia Kliniken

Nach fast 19 Jahren engagierter Tätigkeit verabschiedet sich Herr Alexander Dress, Pflegedirektor der ViDia Kliniken, zum 30. April 2026 in den wohlverdienten Ruhestand. Herr Dress hat im Rahmen seiner Funktion wichtige Impulse gesetzt und die Entwicklung der Pflege in den ViDia Kliniken maßgeblich gestaltet. Mit großem Einsatz, fachlicher Kompetenz und Weitblick führte er die größte Berufsgruppe im Krankenhaus durch zahlreiche Veränderungen und Umstrukturierungen und setzte entscheidende Akzente für moderne Strukturen und Abläufe.

Nach Ausscheiden von Herrn Dress werden der langjährige Pflegedirektor Herr Jürgen Schnebel, gemeinsam mit der neu berufenen stellvertretenden Pflegedirektorin, Frau Tina Rihm, die Verantwortung für den Pflege- und Funktionsdienst übernehmen.



Foto: ViDia Kliniken

Das Team der Pflegedirektion der ViDia Kliniken (v.l.n.r.): Ute Müller (Sekretariat), Peter Benkowitz (Pflegedienstleiter), Natalie Dudkiewicz (Pflegedienstleiterin), Alexander Dress (Pflegedirektor), Sara Ksyk (Sekretariat), Jürgen Schnebel (Pflegedirektor), Tina Rihm (stellvertretende Pflegedirektorin), Isabella Oberdörfer (Pflegedienstleiterin).



Ev. Diakonissenanstalt
Karlsruhe-Rüppurr

Herzliche Einladung zum 175. Jahresfest

Die Ev. Diakonissenanstalt feiert in diesem Jahr einen besonderen Geburtstag und wird **175 Jahre** alt – das ist ein Grund zum Feiern!



Im Jubiläumsjahr geht unser Dank an Menschen, die dem Diak verbunden sind und uns unterstützen. Vor allem geht der Dank an Gott, der mit großer Treue die Geschichte des Diak begleitet hat.

Wir laden Sie herzlich ein, mit uns zu feiern: **am Himmelfahrtstag, 14. Mai 2026 um 10:00 Uhr** im und um das Rudolf-Walter-Haus, Graf-Eberstein-Str.2, 76199 Rüppurr.

Unser Programm:

- 10:00 Uhr Festgottesdienst in der Mutterhaus-Kapelle
- 11:15 Uhr Jahresberichte
- 11:45 Uhr Grußworte
- ab 12:00 Uhr Mittagessen mit anschließendem Kaffee und Kuchen, Fotopräsentation: 175 Jahre Diak, Fotobox, Eiswagen
- ab 13:30 Uhr Konzert mit dem „Bläserkreis an der Christuskirche“

Was wünschen Sie der Ev. Diakonissenanstalt zum 175. Jubiläum? Machen Sie mit! Schicken Sie uns dazu Ihre Wünsche postalisch oder per E-Mail zu, die wir dann beim Jahresfest veröffentlichen.

Wir freuen uns schon jetzt auf Ihren Besuch!



Versorgung in Ettlingen und Rüppurr

- Ambulante Kranken- und Altenpflege
- Tagespflege für Senioren, Montag-Samstag
- Betreuungsgruppen für Demenzkranke in Ettlingen, Schluttenbach und Bruchhausen
- Liebevolle Hilfe im Haushalt
- Hausnotrufdienst / 24h-Erreichbarkeit
- Kostenlose, kompetente Beratung

Telefon: 07243/3766-0

Fax: 07243/3766-91

oder besuchen Sie uns in der
Heinrich-Magnani-Straße 2+4
in 76275 Ettlingen

info@sozialstation-ettlingen.de
www.sozialstation-ettlingen.de



Kirchliche
Sozialstation
Ettlingen e.V.

Weil dein Körper mehr kann, als du denkst!

In meiner Praxis öffne ich Dir einen sicheren Raum, in dem Veränderung leicht und spürbar ist. Mit der effektiven hnc Körpermethode und ganzheitlichen Hormonberatung erzielst du mit mir:



- Ruhe im Nervensystem - dein Körper findet Heilung, neue Kraft und Beweglichkeit
- Hormone im Gleichgewicht - für Klarheit, Energie & gute Laune
- Alltag voller Leichtigkeit - wieder mit Freude schmerzfrei aktiv sein

Jenny Bohnert
Rastatter Str. 75
76199 Karlsruhe
Handy: +49 1590 6196318
www.balanceyourflow.de



Am Ende HOCH HINAUS?



TRAUERHILFE STIER

Gerwigstr. 10 · 76131 Karlsruhe · (0721) 9646010

Maler- und Tapeziergeschäft

M. Beisel

Ausführung sämtlicher Tapezierarbeiten und Verlegung von Teppichböden, Laminat und PVC-Beläge



Rosenweg 31, 76199 K'he
Tel.: 0151 26 21 78 34
Mail: mariobeisel@t-online.de



GLASEREI
FENSTERBAU

SAND

EINE KLARE SACHE

- FENSTER
- HAUSTÜREN
- GLASARBEITEN
- FENSTERREPARATUR
- DENKMALPFLEGE
- EINBRUCHSCHUTZ



FENSTERBAU · SANIERUNG · BERATUNG

Glaserei Sand
und Co. GmbH
Greschbachstr. 17
76229 Karlsruhe

Tel. 0721 9400150
info@sand-glas.de
www.sand-glas.de

Projekt Grünes Haus: DIES & DAS

Infos und Termine rund um das Projekt Grünes Haus – eine Weiherfeld-Dammerstock Initiative: www.gruenes-haus.org / info@gruenes-haus.org

Querbeet 2026 – allein schon schön, mit Nachbarn legendär!

Am Sa., 09. Mai, ab 14 Uhr ist es soweit: „Querbeet“, der Stadtteiltag in Weiherfeld-Dammerstock geht nach der erfolgreichen Premiere im letzten Jahr in die 2. Runde.

Als Besucher Querbeet durchs Quartier

Alle, die das Viertel entdecken oder neu kennenlernen möchten, können gemeinsam stöbern, kleine Aktionen erleben oder einfach das Viertel erkunden. Kinder gehen auf Schatzsuche auf den vielen kleinen Flohmärkten in den Hinterhöfen, die ältere Generation kann gemütlich spazieren oder bei Kaffee und Snacks ins Gespräch kommen; Familien nehmen an gemeinsamen Bastelaktivitäten teil oder besuchen ein Gartenkonzert.

Orientierung auf dem Übersichtsplan mit neuen Suchfunktionen

Besucher:innen hilft der interaktive Online-Übersichtsplan unter weiherfeld-dammerstock-querbeet.de bei der Orientierung, um

Nachbar:innen, Initiativen und neue Lieblingssorte kennenzulernen. Mit praktischen Such- und Filterfunktionen unterstützt er dabei, passende Angebote schnell zu finden.

Mitmachen im eigenen Hof oder Garten – bitte in der Übersicht eintragen!

Hausgemeinschaften oder Einzelpersonen oder Vereine und Initiativen sind eingeladen, ihre Höfe, Gärten oder Garagen für Besucher:innen öffnen und ihr Angebot im Übersichtsplan einzutragen. Die Anmeldung erfolgt unkompliziert online über die Querbeet-Website. Dies funktioniert für Spontane auch in der allerletzten Minute kurz vor Beginn der Veranstaltung – aber je früher, desto mehr Vorfreude für die Besucher:innen (keine Sorge: Änderungen sind später noch möglich).

Gemeinsamer Abschluss beim Stadtteilpicknick

Ab 19 Uhr sind alle eingeladen, den Tag beim Stadtteilpicknick im Grünzug der Nürnberger Straße (Höhe Speyerer Str.) gemeinsam ausklingen zu lassen. Einfach Decke, Essen und Getränke mitbringen und den Abend in geselliger Runde genießen. Organisiert wird „Weiherfeld-Dammerstock Querbeet“ als Kooperation des Bürgervereins Weiherfeld-Dammerstock und der Initiative Projekt Grünes Haus.

Anmeldung & weitere Infos unter: weiherfeld-dammerstock-querbeet.de

Norbert Schenk/Swenja Zaremba,
Projekt Grünes Haus (info@gruenes-haus.org)

The logo for PSK Oberwaldbad features a stylized lion's head in white and blue, looking forward. Below the head, the text 'POST SÜDSTADT KARLSRUHE' is written in small letters, followed by 'PSK' in large, bold, white letters with a blue outline, and 'OBERWALDBAD' in white letters on a blue banner below it.

**POST SÜDSTADT
KARLSRUHE E.V.**

ETTLINGER ALLEE 9,
76199 KARLSRUHE

VON JUNG BIS ALT.
VON BREITEN- BIS LEISTUNGSSPORT.
4.700 MITGLIEDER IN ÜBER 20
ABTEILUNGEN.

An advertisement for a swimming pool employee. It features a smiling man in a red polo shirt and a red cap, standing by a swimming pool. The background shows a blue pool with lane lines. Text elements include: 'WIR SUCHEN DICH!' in white on a blue banner at the top; 'Mitarbeiter im Schwimmbad (m/w/d)' in white on a blue banner below; three icons (a swimmer, a person with a gear, and a person with a gear) in blue circles; and 'JETZT BEWERBEN!' in white on a red banner at the bottom.

**WIR SUCHEN
DICH!**

Mitarbeiter
im Schwimmbad (m/w/d)

JETZT BEWERBEN!



**Wir sind wieder
Badens beste Bank.**

Oh ja, hier geht es mit rechten Dingen zu. Für Sie zaubern wir auch in 2026 nur beste Beratung aus unserem Hut!

#BadensBesteBank #einfachmagisch



**Das grenzt
an Magie:
14x Testsieger!**



Sparkasse
Karlsruhe

*Ihre Hausärzte vertreten sich gegenseitig und
wünschen Ihnen schöne Pfingstferien.
Zu folgenden Zeiten haben wir geschlossen:*

Fr. Barbara Dunkelberg, Dr. Andreas Etzler, Fr. Ute Rogge
Am Rüppurrer Schloss 1, Tel.: 88 12 88
Urlaub vom 26.05. - 05.06.2026

Fr. Barbara Kochendoerfer, Heckenweg 63, Tel.: 88 39 85
Urlaub vom 26.05. - 05.06.2026

Hr. Dominik Lochner, Nikolaus-Lenau-Str. 14, Tel.: 88 32 27
Urlaub vom 26.05. - 05.06.2026

Dr. Katja Lüdke, Fr. Elke von der Groeben
Lange Str. 2, Tel.: 27 66 72 50
kein Urlaub

Dr. Johannes Printz, Hinterm Dorf 33, Tel.: 88 13 33
kein Urlaub

Fr. Daniela Török, Donaustr. 35, Tel.: 598 48 08
Urlaub vom 26.05. – 05.06.2026

Dr. Gertrud Wigand, Rosenweg 3a, Tel.: 88 36 00
kein Urlaub



Strom in den Tank – hält den Geldbeutel schlank

Die hohen Kraftstoffpreise beschäftigen viele Haushalte und Betriebe. Angesichts der weltpolitischen Lage wird Öl und Gas wohl bis ins kommende Jahr teuer bleiben. Zwar hat Deutschland, dank der hartnäckigen Politik der GRÜNEN, im Strommix einen vergleichsweise hohen 60 %-Anteil erneuerbarer Energien. Im Verkehrssektor liegt dieser bei nur 8 % des Verbrauchs (Biotreibstoffe, grüner Strom). Das zeigt die starke Abhängigkeit von Öl. Seit März liegen die **Kosten pro Kilometer bei Verbrennern deutlich über denen von Elektroautos**. Wird zuhause

Netzstrom geladen, ist Stromfahren heute etwa zwei- bis dreimal, mit eigener PV-Anlage bis zu 8-mal günstiger.

Damit wir diese Vorteile nutzen können, braucht es dringend **öffentliche Ladeinfrastruktur**. Bisher gibt es lediglich in Dammerstock zwei Ladesäulen. Wir GRÜNE fordern daher endlich den konsequenten Ausbau. Dieser gelingt dort am besten, wo **Bürger/innen ihn aktiv einfordern und mitgestalten** und Stadt und Betreiber in die Pflicht nehmen. Vorschläge sind ausdrücklich erwünscht. Standorte in könnten neben der Sparkasse Rüppurr, beim Parkplatz Nahkauf/Oster, beim Festplatz oder bei Netto sein. Jetzt gemeinsam aktiv werden – für bezahlbare Mobilität, mehr Klimaschutz und zukunftsfähige Stadtteile.

Engagieren Sie sich! Ortsverbandstreffen/
Kontakt: rueppurr@gruenekarlsruhe.de,
Termine: gruenekarlsruhe.de/kalender.

Fritz Kölling / Jens Görisch

Gesundheitstipp

Wunderpille Muskel – warum Krafttraining in jedem Alter sinnvoll ist

Krafttraining hat oft ein veraltetes Image. Dabei steckt dahinter weit mehr als Muskelaufbau oder Optik – es ist eine der wirksamsten Maßnahmen für Gesundheit und Alltagstauglichkeit.

Mit 30 – 40 % unserer Körpermasse ist Muskulatur unser größtes Organ. Sie beeinflusst nicht nur Bewegung, sondern auch Stoffwechsel, Immunsystem und Gehirn. Verantwortlich dafür sind sogenannte Myokine – hormonähnliche Botenstoffe, die bei Muskularbeit freigesetzt werden und im ganzen Körper wirken: Sie unterstützen Heilungsprozesse, regulieren Entzündungen und stehen im direkten Austausch mit Organen wie Herz, Leber, Darm und Gehirn. Das erklärt auch, warum regelmäßiges Krafttraining weit über die Muskulatur hinaus wirkt. Studien zeigen, dass aktive Muskeln das Risiko für Zivilisationskrankheiten senken können – darunter Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Stoffwechselstörungen wie Diabetes und sogar neurodegenerative Erkrankungen wie Alzheimer oder Demenz. Gleichzeitig können sie Alterungsprozesse verlangsamen. Auch in der Krebsforschung rückt die Muskulatur zunehmend in den Fokus. Untersuchungen, unter anderem von Wilhelm Bloch, zeigen, dass Myokine

das Wachstum und die Ausbreitung von Tumorzellen beeinflussen können. Bewegung ersetzt keine Therapie – kann aber den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen, die Prognose verbessern und das Fortschreiten einer Erkrankung oder Rückfälle um 10 – 40 % reduzieren. Ein oft unterschätzter Aspekt: Körperzusammensetzung statt Körpergewicht. Muskeln sind kompakter als Fett – bei gleichem Volumen wiegen sie etwa 10 – 15 % mehr. Das bedeutet: Die Zahl auf der Waage kann gleichbleiben – während sich die Gesundheit deutlich verbessert. Schon nach 6 - 8 Wochen regelmäßigem Training zeigen sich erste Veränderungen: mehr Stoffwechselaktivität, mehr Belastbarkeit im Alltag und Sicherheit bei Bewegungen. Gut trainierte Muskeln reagieren schneller und helfen, Stürze zu vermeiden – ein entscheidender Faktor für Selbstständigkeit im Alter. Dabei braucht es keine Extremprogramme. Zwei bis drei gezielte Einheiten pro Woche kombiniert mit proteinreicher Ernährung reichen aus, um spürbare Effekte zu erzielen. Krafttraining ist damit keine Frage von Alter oder Fitnesslevel, sondern neben der Ernährung eine der effektivsten Formen moderner Gesundheitsvorsorge. Es stärkt nicht nur den Körper, sondern wirkt bis in unsere biologischen Systeme hinein – wie eine kleine körpereigene Apotheke.

Corinna Bleidt
www.aktiviosport.de

Tanz in den Mai





MONATSSPIEGEL

Stadtteilzeitung Ruppurr - Weiherfeld - Dammerstock

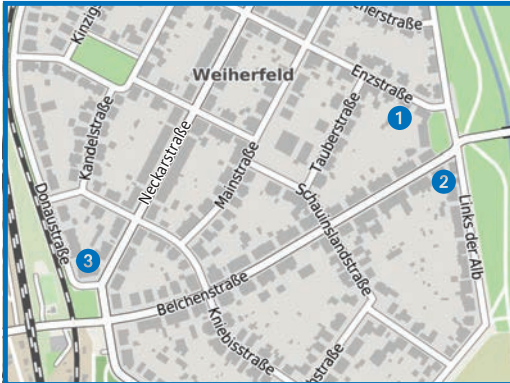
Unser BILDERRÄTSEL für Sie.

Finden Sie rechts **7 Fehler**

Auflösung ONLINE:
(www.monatsspiegel-karlsruhe.de)

Tanz in den Mi





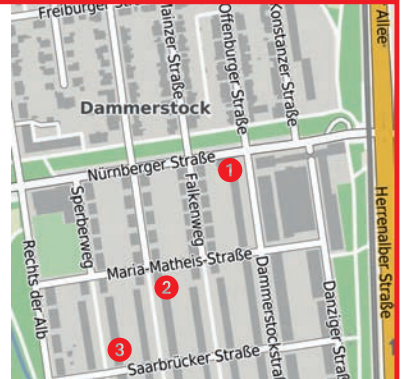
Wichtige Adressen im Weiherfeld:

- 1 **LULU im Weiherfeld, Ihr Textilhaus**
Enzstr. 5-7, Tel.: 88 14 04
www.lulu-weiherfeld.de
- 2 **Zahnarztpraxis Ralf Wahl**
Belchenstr. 1, Tel.: 88 13 80
www.zahnarzt-wahl.de
- 3 **Wieland Woitzik – Steuerberater**
Dipl.-Betriebswirt (BA),
Neckarstr. 66, Tel.: 59 84 19 03
kontakt@steuerkanzlei-woitzik.de

openStreetMap.org/CCBY-SA

Wichtige Adressen im Dammerstock:

- 1 **Gropius Apotheke, Nürnberger Str. 7-9, Tel.: 98 85 70**
- 2 **Hundesalon Pfortentreff, die prof. Fellpflege,**
Maria-Matheis-Str. 5, Tel.: 174 63 85, 0176/49 52 76 58,
www.hundestuebchen.jimdo.com
- 3 **Hauser Heizung-Sanitär-Solar,**
Sperberweg 41, Tel.: 88 37 57



openStreetMap.org/CCBY-SA

Impressum:

Herausgeber: R&S Medienverlag GbR, Lange Str. 4,
76199 Karlsruhe-Ruppurr, Tel.: 0721/88 65 25
E-Mail: kontakt@monatsspiegel-ka.de, www.monatsspiegel-karlsruhe.de
Redaktion: Eike Koch, Bürozeiten:
Mo. 07:30 - 12:00 und 13:00 - 15:00 Uhr; Mi. 07:30 - 12:00 und 13:00 - 15:00 Uhr;
Fr. 08:00 - 12:00 Uhr; Di. und Do. geschlossen!
Druck: Stober Medien GmbH, 76344 Eggenstein, Industriestraße 12

Der Monatsspiegel ist unabhängig, überparteilich, erscheint zum Monatsanfang. Kostenlose Verteilung an alle Haushalte in Ruppurr, Weiherfeld, Dammerstock und in den Geschäften von Bulach, Beiertheim und Ettlingen. Für unverlangt eingesandtes Manuskriptmaterial, sowie für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen wird keine Gewähr übernommen. Platzierungswünsche können unverbindlich angenommen werden. Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers verwendet werden. Leserbriefe und gezeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers, nicht die der Redaktion wider. Fotos, falls nicht anders vermerkt, von pixabay.com oder unsplash.com. Für Preise und Satzfehler keine Haftung.

Auflage: 11.000, Anzeigenschluss für die Juni-Ausgabe: 15.05.2026, Verteilung zum 29.05.2026.



Foto: K. Eppele



**SOLA &
WOHLGEMUTH**
WÄRME- UND GEBÄUDETECHNIK



Kosten sparen mit Förderung.

Bis zu 70% Zuschuss
für ihre neue
Wärmepumpe!

Beispielrechnung:

Bosch Luft-Wasser Wärmepumpe
inkl. 7 Jahre Gerätegarantie
(bei Bosch) und fachgerechtem
Einbau: Angebotspreis ab 35.000€
Abzüglich KfW-Zuschuss (max.)
bis zu 21.000€
Ihr Investitionsanteil: ab 14.000€

NACHHALTIG HEIZEN. REGIONAL GEPLANT.

MIT SOLA & WOHLGEMUTH AUS KARLSRUHE

Wärmepumpen sind die Heiztechnik der Zukunft: effizient, leise und unabhängig von fossilen Brennstoffen. Wir beraten Sie individuell, planen passgenau für Ihre Immobilie und begleiten Sie von der Installation bis zur Förderung.

Und natürlich sind wir auch weiterhin Ihr Ansprechpartner für Reparatur und Wartung bestehender Heizungsanlagen – effizient, nachhaltig und regional.

Sola & Wohlgemuth
Wärme- und Gebäudetechnik
Neckarstraße 66 | 76199 Karlsruhe
Info@SW-SHK.de | www.SW-SHK.de
Tel.: 0721 609 995 11