

Juli 2026

MONATSSPIEGEL



Seit **49 Jahren** Ihre beliebte Stadtteilzeitung
Rüppurr - 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-Rüppurr
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



WEBER
immobilien

**Wir freuen uns über
Ihre Kontaktaufnahme:**

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



MONATSSPIEGEL

Liebe Leserinnen und Leser!

So so. Steigen die Spritpreise so steigt in ähnlichem Maße auch das Interesse an Elektrofahrzeugen. Ha! Als großer Verfechter und Verteidiger der Elektromobilität befürworte ich diese Entwicklung natürlich sehr. Gesellschaftlich spannend finde ich in diesem Fall, wie der eigene Geldbeutel doch großer Motivator und Hebel sein kann. Plötzlich sind Reichweite, errechnete CO₂-Bilanz über die gesamte Lebensdauer und der Abbau der benötigten Rohstoffe nicht mehr so wichtig. Erwischt! Gefällt mir, würde ich sagen.

Nicht, dass der Mensch immer noch eher über Schmerz zu bewegen ist, als durch gute Argumente. Nein. Eher, dass im Laufe der Nutzung eines Elektrofahrzeugs sehr schnell klar wird, dass diese Argumente für den Alltag so gut wie keine Bedeutung haben und die Vorzüge sehr schnell erkennbar sind. Natürlich sollte beim Abbau von Rohstoffen weder die Umwelt noch Menschen ausgebeutet werden. Das gilt selbstverständlich auch für den umkämpften Rohstoff Erdöl, welcher für die Herstellung von Benzin und Diesel benötigt wird - dessen Herstellung im Übrigen auch Strom benötigt. Je nach Betrachtung und Modell sogar mehr Strom als ein Elektroauto für die selbe zurückgelegte Distanz - schon spannend oder?

Wie in unserem Leserbeitrag in der Mai '26 Ausgabe von Peter K. bereits ausgeführt, gibt es im Alltag wenig bis keine Einschränkung mehr. Okay, die Ladedauer im Vergleich zum Tanken wird gerne angeführt und ist nicht ganz unberechtigt. Das Laden dauert länger als Tanken. Hier tut sich technisch einiges und Ladestationen erreichen mittlerweile Ladegeschwindigkeiten bis 300 kW und vereinzelt auch über 350 kW - was unfassbar viel ist. Zum Vergleich: ein durchschnittliches Einfamilienhaus verbraucht im Laufe eines Tages etwa 9 kWh an elektrischer Energie. Das bedeutet, eine Ladesäule, wie sie z.B. von

der EnBW an Einkaufsmärkten zu finden ist, wäre in der Lage den elektrischen Tagesbedarf von über 30 Einfamilienhäusern in nur einer Stunde zu liefern.

Anzumerken ist allerdings, dass die meisten von uns in der Lage sind zu Hause via "Steckdose" zu laden und somit im "Standby" - das Auto steht ja eh nur rum - wieder Reichweite bekommen und somit der Besuch einer Ladesäule im Alltag nicht notwendig ist. Sollte es doch mal so sein, dass einem der Saft ausgeht, spricht nichts gegen ein kleines Päuschen und die Zeit des Ladevorgangs kann hervorragend für, wie im Fall von Peter K., für einen Einkauf oder Kaffee, für Dehnübungen oder sogar ein kleines Schläfchen genutzt werden. Technisch sind wir schon lange soweit, dass die Arbeitsstellen zu denen pendeln Ladepunkte an Firmenparkplätzen zur Verfügung stellen und nach getaner Arbeit ein voll geladenes Vehikel bereit für die Heimreise steht. Perfekt ist es dann, wenn für diese Ladepunkte - sofern vorhanden - Solarstrom genutzt wird, der in der Regel tagsüber viel anfällt und die Unternehmen den günstig erzeugten Strom an ihre Mitarbeiter weitergibt. Nun schließen wir den Kreis. Kommen diese nahezu vollgeladenen E-Autos zu Hause an, könnten diese dort als erweiterter Hausstromspeicher genutzt werden. Bidirektionales Laden, nennt sich diese Technologie und ist auch nicht mehr neu. Beachten wir, dass E-Autos mittlerweile mit Akkukapazitäten von über 50 kW ausgestattet sind, wird der aufmerksame Leser feststellen, dass diese Kapazität reichen könnte um fünf EFH (50 kW/9 kW) einen Tag - oder eins fünf Tage mit Strom zu versorgen, sollte in dieser Zeit keine Sonne, Wind oder Wasserkraft Energie liefern. Elektromobilität könnte also ein sehr vielversprechender Weg sein, eine dynamische und dezentrale Stromversorgung von morgen zu schaffen.

Stellen Sie sich vor, Sie könnten ein Teil davon sein. Jetzt aber los, habe gehört, der Liter Diesel soll gerade 2 Cent günstiger als heute Morgen sein.

Moritz vom Team Monatsspiegel



Liebe Leserinnen und Leser des Monatsspiegels!

Die gute Nachricht zum Bücherschrank am Osterdorfplatz gab's im letzten Heft. Jetzt kommt die schlechte. Kaum war die Reparatur bezahlt, ist erneut eine Scheibe zu Bruch gegangen. Die neuen Scharniere sind zu schwach. Sie müssen alle ausgetauscht werden. Die Firma Farischon kam gleich nach dem Vorfall und hat den Bücherschrank professionell „gesichert“. Aber jetzt warten wir schon seit Wochen darauf, dass die richtigen Scharniere eingebaut werden. Dass der Bücherschrank bis dahin nur teilweise genutzt werden kann, ist einfach ärgerlich.

Die „Eingeborenen“, womit ich diejenigen meine, die in Rüppurr aufgewachsen sind, erinnern sich gerne, teilweise regelrecht begeistert, an den Medienbus der Stadtbibliothek. Der Bus ist jedoch arg in die Jahre gekommen. Schon vor einem Jahrzehnt war er gefühlt mehr in Reparatur als unterwegs, und es ist absehbar, dass er nicht mehr lange leben wird. Die Stadtbibliothek hatte deshalb zu einem Workshop für eine

Ersatzlösung eingeladen, an dem von uns Sebastian Kling teilgenommen hat. Dabei wurden drei Optionen vorgestellt: ein neuer Medienbus, zwei kleinere LKWs, die unregelmäßig verkehren, und Medienaussgabe-Automaten. Einen ausführlichen Bericht finden Sie auf unserer Website, aktuelle Beiträge: „Medienbus in Rüppurr“. Sebastian Kling ist übrigens noch Schüler am Max-Planck-Gymnasium und unser jüngstes Vorstandsmitglied.

Quasi über Nacht, und ohne dass wir vorher davon wussten, sind Anfang Mai die Straßenlaternen in der Lange Straße modernisiert worden. Die alten Laternen waren sehr dekorativ und verbreiteten ein angenehmes Licht. Sie sind vor drei Jahrzehnten auf Wunsch der Bürgergemeinschaft Rüppurr in dieser Bauform installiert worden, und die Rüppurrer Bevölkerung hat damals die Hälfte der Kosten beigesteuert. Die neuen Laternen sind hässlich. Ihr Licht ist kalt und deutlich heller; wir haben bereits Beschwerden darüber, dass es störend in Höfe und Fenster hineinleuchtet, was vorher nicht der Fall war. Wir haben deshalb an den Oberbürgermeister geschrieben, dass wir gerne an der Suche nach einer anderen Lösung teilgenommen hätten. Wenn wir rechtzeitig informiert worden wären. Den Wortlaut des Schreibens finden Sie – richtig geraten: auf unserer Website, aktuelle Beiträge.

Es grüßt Sie herzlich Ihr
Friedrich Lemmen
Vorsitzender

Das neue Buch von Klaus Eppele

Mit seinem neuen Buch „Schwarz auf Weiß – 100 Redewendungen in Bildern“ lädt der Karlsruher Fotograf und Autor Klaus Eppele dazu ein, Sprache auf ungewöhnliche Weise neu zu entdecken: visuell, spielerisch und überraschend. Das Werk versammelt 100 Redewendungen, die pointiert und kreativ fotografisch umgesetzt wurden. Jede Doppelseite präsentiert zunächst ein Bildmotiv, dessen Bedeutung sich erst beim Umblättern durch die passende Redewendung erschließt. So entsteht ein unterhaltsames Wechselspiel aus Bildsprache, Fantasie und sprachlicher Auflösung.

Lindemanns Bibliothek, Band 454

ISBN 978-3-96308-275-7, Hardcover,
204 Seiten, 100 Farbfotografien, 16 Euro



IHR MEISTERBETRIEB AUS RÜPPUR RUND UM FENSTER UND TÜREN.

MARKUS HOFMANN

Glasermeister
Herrenalber Straße 38
76199 Karlsruhe Rüppurr
Fon: 0721.890441

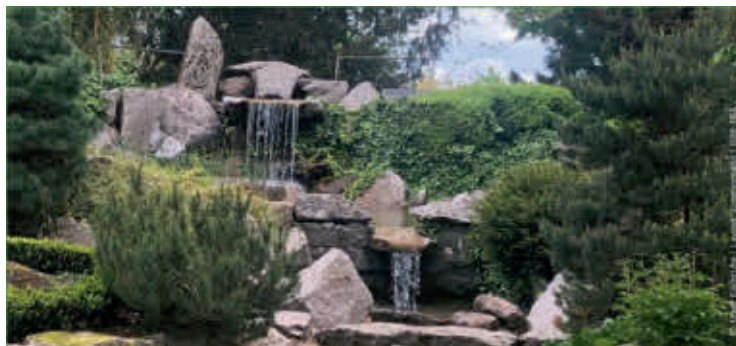
info@fensterbau-hofmann.de
www.fensterbau-hofmann.de

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



MARKUS HOFMANN

GLASEREI & FENSTERBAU
EHM. DÜHRING



Bestattungsinstitut der Stadt Karlsruhe



Erreichbar:
Tag und Nacht

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 Weiherfeld-Dammerstock e.V.



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



Sparkasse Karlsruhe - IBAN: DE38 6605 0101 0009 7197 58

Liebe Nachbarinnen und Nachbarn im Stadtteil,

der **Juli** liegt vor uns – und mit ihm für viele von uns noch einmal eine „heiße Phase“ der Termin-dichte - in der Hoffnung, dass die Sommerpause danach ihre Ruhe entfalten kann. So langsam haben wir uns als neuer Erweiterter Vorstand mit unseren Aufgaben vertraut gemacht – hier eine kleine Auswahl dessen, was uns aktuell beschäftigt:

Ist es Ihnen schon aufgefallen? An der Abfahrt von der Weiherfeldbrücke Richtung Friedrich-Kappes-Brücke klafft ein Loch in der Wiese, wo einst der **Spiegel** stand – hilfreich und unbedingt sicherheitsfördernd in der scharfen Linkskurve. Hinweise zum Verbleib nehmen wir gerne entgegen. Zuständig ist jedenfalls das Tiefbauamt, bei dem wir auf Ersatz hoffen.

Ebenfalls Hoffnung ist bei der neuen **barrierefreien Bushaltestelle im Weiherfeld/Neckarstraße** gefragt: Uns haben Hinweise erreicht, dass zwischen Bus und Bussteig regelmäßig eine nicht unbeträchtliche Lücke („Schlucht“) entsteht. Menschen mit Mobilitätseinschränkungen haben Probleme beim Ein- und Aussteigen, aber auch Kindern fällt der große Schritt nicht leicht. Wir haben deshalb beim KVV und Tiefbauamt nachgefragt, wie kurzfristig Abhilfe geschaffen werden kann.

Letzteres bräuchte es auch mit Blick auf die weitere **Ausbreitung des Japanischen Staudenknöterichs** entlang der Alb. Hier stehen wir mit dem Gartenbauamt zu wirksamen Strategien im Austausch.

Eine sicherlich positivere „Setzung im Grünen“ wird dagegen die Pflanzung unseres **Jubiläumsbaums** am Freitag, den 3. Juli - am Basketballfeld. Gemeinsam mit den "Gebern" vom PSK e.V. freuen wir uns über alle, die um 15 Uhr zum Klatschen und mit uns ins Gespräch kommen wollen.

Nach „Querbeet“ kommt dann auch schon das nächste Fest in Sicht: In Kooperation mit dem "Projekt Grünes Haus" veranstalten wir am Samstag, den 19. September, ab 18 Uhr erneut

unser **Stadtteil-Dinner**. Wir freuen uns auf bekannte und neue Gesichter, Mitgebrachtes und die Stimmung einer lauen Sommernacht – diesmal auf der Querbeet-erprobten Grünfläche an der Nürnberger Straße.

Und weil man sich insbesondere beim **Helfen** so gut kennenlernen kann, fragen wir diesmal möglichst viele von Euch und Ihnen nach einer „Stundenspende“. Eintragen könnt Ihr Euch ab sofort hier:

www.helferliste.online/stadtteil-dinner2026



Angelika Jäkel
für den Erweiterten Vorstand
des Bürgervereins
Weiherfeld-Dammerstock e.V.

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

Großeinsatz am Ostendorfplatz

Mitte Juni kam es an einem Samstagnachmittag zum Einsatz in einem Einkaufsladen mit Bäckerei am Ostendorfplatz. Nach starker Rauchentwicklung war ein Großaufgebot von Feuerwehr, DRK und Polizei angerückt, um Schlimmeres zu verhindern. So wurde zunächst die Bäckerei und der Einkaufsmarkt evakuiert. Die Einsatzkräfte von Berufs- und Freiwilliger Feuerwehr brachten die Lage schnell in den Griff. Als Ursache für die starke Rauchentwicklung konnte ein durchgeschmortes Kabel eines Kühlschranks in der Bäckerei ausgemacht werden. Zu einem Personenschaden war es glücklicherweise nicht gekommen.

Zusatzverdienst mit dem eigenen Girokonto

Im Internet finden sich immer wieder Angebote, bei welchem sich ohne große Anstrengung nebenbei „ein paar Mark“ verdienen lassen, seltenst aber seriös sind. Im nun geschilderten Fall soll das eigene Girokonto zur Verfügung gestellt werden, um darauf Gelder zu empfangen und diese nach Abzug einer Provision auf andere – deutsche oder ausländische – Konten zu überweisen. Klingt einfach und lukrativ, steckt aber eiskaltes Kalkül von meist unbekannten Tätern dahinter und bringt den Kontoinhaber definitiv in Schwierigkeiten!!

Bei den eingehenden Geldern handelt es sich um Zahlungen beispielsweise für Waren, die ein

anderer Bürger im Internet bestellt, nach Zahlung des Kaufpreises aber nicht erhalten hat. Da der Kaufpreis auf das zur Verfügung gestellte Konto überwiesen wurde, wird der Kontoinhaber zunächst eines Warenbetruges verdächtigt, hat dieser das Geld ja erhalten, die Ware aber nicht geliefert. Selbst wenn dieser Verdacht ausgeräumt werden kann, bleibt ein Ermittlungsverfahren wegen Geldwäsche gegen den Kontoinhaber aufrechterhalten, da Gelder aus einer Straftat empfangen, weitergeleitet und damit „rein gewaschen“ wurden. Beim Kontoinhaber spricht man in dieser Konstellation vom sogenannten „Finanzagenten“.

Die Hintermänner nutzen dabei oft mehrere aneinandergereichte Finanzagenten, um den Weg

des Geldes mehr und mehr zu verschleiern. Letztlich findet das Geld den Weg ins oft nicht-europäische Ausland, wo kaum mehr Ermittlungen möglich sind.

Übrigens gibt es auch den Begriff des „Warenagenten“ wo nicht bezahlte Bestellungen an einen zuvor angeworbenen Empfänger (siehe der obige Kontoinhaber) geliefert werden, der die Ware gegen eine geringe Provision empfängt und entweder an einen anderen Warenagenten oder an eine Person im Ausland weiterschickt.

Auch wenn sich die Angebote sehr verlockend anhören und scheinbar harmlos anmuten, nehmen Sie von solchen Tätigkeiten Abstand!!!

Michael Meier

Vorsicht bei Weitergabe von Vertrags- und Kundendaten:

Stadtwerke Karlsruhe warnen vor Betrugsmasche

Die Stadtwerke Karlsruhe haben Hinweise erhalten, dass derzeit in mehreren Karlsruher Stadtteilen **Personen unterwegs sind, die mit irreführenden Angaben auftreten und Kund:innen zu einem Anbieterwechsel bewegen wollen**. Eine Vorgehensweise dabei ist es, Kund:innen zum Vorzeigen ihrer Jahresverbrauchsabrechnung zu bewegen. Auf diesen Unterlagen befinden sich Informationen, die für einen Anbieterwechsel genutzt werden können. **Die Stadtwerke Karlsruhe informieren vorsorglich über die aktuellen Hinweise und empfehlen einen sorgfältigen Umgang mit persönlichen Daten sowie Vertragsunterlagen**. Betroffene haben im Anschluss an solche Aktionen Kündigungsbestätigungen

sowie Vertragsunterlagen anderer Energieversorger erhalten – ohne selbst aktiv einen Anbieterwechsel veranlasst zu haben. **Mitarbeitende der Stadtwerke Karlsruhe können sich jederzeit eindeutig ausweisen**. Dasselbe gilt für Mitarbeitende seriöser Energievermittler. **Wer Zweifel hat, sollte sich den offiziellen Dienstausweis zeigen lassen**, persönliche Daten zunächst nicht weitergeben und die Angaben telefonisch direkt beim jeweiligen Unternehmen überprüfen. **Besondere Vorsicht ist bei der Weitergabe von Zählernummern, Kundennummern, Vertragsunterlagen oder Bankverbindungen geboten**. Wer ungewollt einen Vertrag abgeschlossen hat, kann diesen bei Telefon- und Haustürgeschäften innerhalb von 14 Tagen – am besten per Einschreiben- widerrufen.

Bei Fragen erreichen Sie uns Mo.- bis Fr. von 07:00 bis 18:00 Uhr unter Tel.: 0721 599 2255



Auf zur App

Sie suchen Unternehmen und Angebote aus Ihrer Region? Wir schaffen Übersicht.
Freuen Sie sich bald auf einen folgenden Nachbarschaftshilfebereich und „Albspaziergang“-Podcast

app.monatsspiegel-ka.de



Apple-User: [...] /  Teilen /  Mehr anzeigen /  Zum Home-Bildschirm

Kammermusik in der Friedenskirche

Sonntag, 05.07.2026, 18:00 Uhr, Tauberstr. 10.

Eintritt frei, Spenden gerne.

- Musikalische Sommergrüße -

Werke für Trio D'Anches

Mitwirkende:

Trio Giocoso



Izumi Gehrecke (Oboe)

Nicole Dantrimont (Klarinette)

Marga Muselewski (Fagott)

Sommerkonzerte mit dem Neuen Orchester

Werke von Hector Berlioz bis Brahms

Zu zwei Sommerkonzerten in der **Pauluskirche Ettlingen** (Schlesierstr. 3) sowie im **Wohnstift Rüppurr** (Erlenweg 2) lädt das **Neue Orchester Karlsruhe** im Juli ein. Der Auftritt in Ettlingen findet statt am **So., 19. Juli**, im Wohnstift Rüppurr steht das Ensemble am **So., 26. Juli** auf der Bühne, jeweils **19 Uhr**.

Unter der Leitung von Daniel Schuler präsentiert das Orchester ein Programm aus der romantischen Epoche, das rhythmische Energie, exotische Klänge und virtuose Tänze in einem abwechslungsreichen Rundgang vereint.

Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten.

Weitere Infos unter:

www.neues-orchester-karlsruhe.de.

Foto: Julia Kesch



Neues Orchester Karlsruhe

Rotes Haus Karlsruhe

Rastatter Straße 17, 76199 Karlsruhe-Rüppurr

rotes-haus-ka@web.de



Freitag, 17. Juli 2026, 19 Uhr

- Vorträge mit Diskussion -

Hans Robert Hiegel, Freier Architekt, präsentiert zusammen mit dem Verein archEtrans, der Weinbrennergesellschaft e.V. und Persönlichkeiten aus Karlsruhe und Umgebung eine innovative spannende Karlsruher und internationale Resonanz zum Thema

„Weinbrenner sieht Rot“.

Friedrich Weinbrenner, mit Schinkel und Leo von Klenze einflussreichster Baumeister seiner Zeit, wurde 2002 mit u.a. Gesine Weinmiller, H. R. Hiegel und Manfred Klinkott gewürdigt. Zum **200. Todestag** verfolgen wir Spuren ein Viertel Jahrhundert rück- & vorwärts.

Eintritt 8 €, Mitglieder Freundeskreis Rotes Haus Karlsruhe sind frei.

Bitte um Anmeldung unter: info@archetrans.de



Altpapiersammeltermine der KJG Christkönig in Rüppurr

Gartenstadt, Märchenviertel, Seewiesenacker
und Neues Viertel:

Mi., 22.07.2026, ab 8:00 Uhr

Alte Gagfah, Neue Gagfah und Alt Rüppurr:

Mi., 29.07.2026, ab 8:00 Uhr

**Katholische
Junge
Gemeinde**



**KJG St. Franziskus
Rechts der Alb**

Altpapiersammlung in Weierfeld/Dammerstock

Dienstag, 28.07.2026

Altpapiersammlung in Beiertheim

Dienstag, 04.08.2026

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

Auf geht's, Segel setzen & aufs Meer ...

Die Reise geht weiter.

Wir sind Ihr Ansprechpartner,
wenn es um individuelle
Bestattungswünsche geht.

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

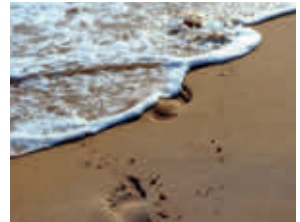


Die Stille nach dem Abschied

In den ersten Tagen nach einem Todesfall geschieht oft vieles gleichzeitig. Angehörige müssen Entscheidungen treffen, Dokumente zusammensuchen, Gespräche führen und den Abschied planen. Einige Menschen beschreiben diese Zeit später als einen Zustand des Funktionierens. Oft bleibt kaum Raum, wirklich zu begreifen, was eigentlich geschehen ist.

Und dann, irgendwann, kehrt langsam Ruhe ein. Die Trauerfeier ist vorbei. Die Besucher gehen nach Hause. Das Telefon klingelt seltener. Der Alltag beginnt zurückzukehren und genau dann entsteht häufig eine neue, ungewohnte Stille. Eine Stille, in der plötzlich bewusst wird, was fehlt. Oft sind es dabei nicht die großen Momente, die den Verlust spürbar machen, sondern vielmehr die

kleinen: Der leere Platz am Esstisch. Eine Gewohnheit, die geblieben ist. Ein Lied im Radio. Eine Neuigkeit, die man instinktiv noch erzählen möchte.



Und vielleicht gehört genau das zum Abschiednehmen dazu: nicht nur das Organisieren eines letzten Weges, sondern auch das langsame Verstehen, dass ein Mensch im eigenen Leben fehlen wird und gleichzeitig auf andere Weise bleibt. In Erinnerungen und den kleinen Spuren, die ein Leben hinterlässt.

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

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

Garten ist Leben

Hermann Danner
 Gartengestaltung und Pflege

Geroldsackerweg 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





Sie haben die Immobilie, wir den Käufer!

Tel.: 0721 **858581**

ivd

Unsere Erfahrung - Ihr Vorteil

HANS KOHRMANN
 Immobilien

www.hans-kohrmann-immobilien.de

heimidee

seit **1989**

- Kompetenz
- Kundenfreundlichkeit
- Hohe Qualität
- Günstiger Preis

Bodenbeläge
 Tapeten
 Gardinen

Über 35 Jahre heimidee, der Fachmarkt in Ihrer Nähe!

NEU EINGETROFFEN!!!
 RESTBESTÄNDE AN
 TEPPICHFLIESEN (50 X 50 CM)
 VERSCHIEDENE QUALITÄTEN UND
 FARBEN ZUM LOSE VERLEGEN!!!
 STÜCK AB **0,95 €**

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 9 – 14 Uhr,
 nachmittags Termine nach Vereinbarung, Sa. 9 – 13 Uhr

heimidee – Fachmarkt für Bodenbeläge • Blöth und Duß GmbH
 Einsteinstraße 35 • 76275 Ettlingen • Tel. (07243) 7 98 33
 www.heimidee.de • E-Mail: info@heimidee.de

Rezept des Monats:

Kühlende Gazpacho



Zutaten (2 Portionen)

- 500 g reife Tomaten
- ½ Gurke
- 150 g Erdbeeren
- ½ rote Paprika
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Weißweinessig oder Apfel-essig
- Einige Blätter frisches Basilikum
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Tomaten, Gurke, Paprika und Erdbeeren waschen und grob würfeln. Mit Knoblauch, Olivenöl und Essig fein pürieren. Abschmecken: Salz, Pfeffer, Basilikum - nach Geschmack

- Tomaten: wirken kühlend
- Erdbeeren: nähren das Yin und bringen leichte Süße
- Basilikum: unterstützt die Verdauung und gleicht aus

Die Gazpacho ist reich an **Vitamin C**, **Kalium** und dem antioxidativen Pflanzenstoff Lycopin aus den Tomaten. Erdbeeren liefern zusätzlich wertvolle Antioxidantien und unterstützen, gemeinsam mit dem Gemüse, eine gute Flüssigkeitsversorgung an heißen Tagen.



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

MONATSSPIEGEL
Wunderzeitung Baden - Württemberg - Saarland

gesunder TIPP des Monats

Bereits 10 Minuten
Tageslicht am
Morgen helfen
deinem Körper, den
natürlichen Schlaf-
Wach-Rhythmus zu
regulieren.



monatsspiegel-
karlsruhe.de



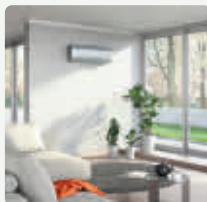
Das ist ein hoher
Lichtschutzfaktor!

KEHRBECK

Rollladen + Sonnenschutz - Technik GmbH

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

KEHRBECK.KANNS.



Raumkühlung für
alle Bedürfnisse.

- Split-Klimaanlagen
- Kontrollierte Wohnraumlüftung
- Mobile Klimaanlagen
- Wartungen

🌐 Klima

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

Die Macht der Sonne oder was macht die Sonne - Teil I

Wer schon einmal nach langer Winterzeit aus dem Haus getreten ist und die ersten warmen Sonnenstrahlen im Gesicht gespürt hat, kennt das Gefühl: Plötzlich erscheint der Nachbar sympathischer und die To-do-Liste erscheint weniger bedrohlich. Das Sonnenlicht hat die bemerkenswerte Fähigkeit Menschen innerlich und äußerlich aufzuhehlen.

Doch die Sonne ist nicht nur Lichtspenderin, sie gibt auch den Takt vor in dem Mensch, Tier und Pflanze ihren Tages- und Jahres-Rhythmus gestalten. Man schaue sich nur die eingelagerten „Grumbiere“ im Keller an. Begegnen sie den Frühlingssonnenstrahlen werden aus den blassen, schlängelnden Trieben – grüne, feste, aufgerichtete Sprossen und mit der aufgehenden Sonne beginnen die Vögel zu zwitschern.

Trifft natürliches Licht (am besten ungefiltert durch Fensterglas oder Sonnenbrille) auf unsere Augen, gelangen Signale zum Hypothalamus – einem wichtigen Schaltzentrum im Gehirn. Er verbindet innen und außen, koordiniert seelische und körperliche Reaktionen wie Körpertemperatur, Hunger und Durst, Blutdruck und den Wach-Schlaf-Rhythmus. Darüber hinaus beeinflusst er das vegetative Nervensystem (Sympathikus/Parasympathikus mit Vagusnerv) und ist an der Bildung von Neurohormonen wie dem Glückshormon Serotonin und dem „Kuschelhormon“ Oxytocin beteiligt. Das Sonnenlicht ist der älteste Wecker der Welt. Es hemmt die Melatoninbildung. Im Winter, wenn die Tage kurz und die Nächte lang sind, kommt es häufig zu Melatoninüberschuss, der sich als Winterdepression, in Müdigkeit und Schlafstörungen äußert. Da hilft es, sich zur Mittagszeit ins Freie zu begeben und Sonne zu tanken. Generell wird in unseren Breitengraden empfohlen 3-4-mal pro Woche möglichst um die Mittagszeit, das Gesicht, Hände und Arme für ca. 15 Min. der Sonne zu zeigen um die Produktion von Vitamin D anzukurbeln.

Im Winter, wenn wir die Sonne vermissen, auch an Johanniskraut (*Hypericum perforatum*) denken, denn diese Heilpflanze vermittelt Sonnenlicht indem sie das aufgenommene Licht in ein rotes Öl verwandelt, dass sie in den Blättern speichert. Sie blüht im Juni/Juli, soll zu Johanni (kann aber auch später) geerntet werden und kann als Tee getrocknet oder zu Hautöl weiterverarbeitet werden. Das Rot-

öl wirkt entzündungshemmend, schmerzlindernd und hautberuhigend. Als Massageöl zur Fuß- und Rückenmassage wirkt es aber auch beruhigend auf das Nervensystem. Achtung: es macht die Haut lichtempfindlicher, deshalb direkt nach der Einreibung die Sonne meiden. Heutzutage wird oft davor gewarnt, dass die Sonnenbestrahlung zu Hautkrebs führen kann. Das kann sie tatsächlich, jedoch nur bei Menschen deren Immunsystem geschädigt, deren Zellen nährstoffunterversorgt sind oder die sich ungeschützt stundenlang am Strand in der Mittagssonne braten, ohne sich vorher langsam an die erhöhte Lichtexposition zu gewöhnen.

Empfehlung: Krebszellen mögen keine Sonne, Prof. Dr. J. Spitz/Dr. W.B. Grant, Mankau-Verl. – das gut recherchierte Büchlein enthält viele Hinweise zum Thema Sonneneinwirkung, Diagnostik und Einsatz von Vitamin D und eine einfache, z.T. amüsante Erklärung und Umsetzung der Empfehlungen.

Naturheilpraxis Busch

Neckarstr. 25, 76199 Karlsruhe

Tel.: 0721 893 577 60, www.heilpraxis-busch.de

Buchi & the Southbound Allstars

Nächstes Jahresevent mit sensationellem Programm:

Sarah Lesch, Katharina Franck, Werner Schmidbauer & Reinhold Beckmann



Zum mittlerweile 4. Mal kommt der regional bestens bekannte und umtriebige Karlsruher Drummer Buchi mit seinen Southbound Allstars ins Tollhaus. Diesesmal begleitet die 7-köpfige Band wieder vier tolle Gäste und es wieder ein einmaliger; und wieder ganz anderer Abend werden - diesesmal Thema: Singer/Songwriter.

04.02.2027, 20:00 Uhr, www.tollhaus.de



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-Weiherfeld · Gottlob-Schreber-Weg 2
Telefon 07 21-8834 13 · www.zum-elsternest.de



Der Weltladen auf dem Weiherfelder Wochenmarkt:



Am Freitag, den **10.07.** sowie am **24.07.**
sind wir wieder mit unserem Stand
von **10:00 – 13:00 Uhr**
auf dem Weiherfelder Wochenmarkt vor der
Friedenskirche.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch
Ihr Weltladen-Team Weiherfeld

BAUBLECHNEREI MICHAEL TRUNK



**MEISTER-
BETRIEB**

HERSTELLUNG UND MONTAGE VON:

- BAUBLECHTEILEN U. KANTTEILE 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.Baublechneerei-Trunk.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

Schadstoffsammlungen Juli 2026



Beiertheim, Di., 14.07. Breite Str./Verl.
Gebhardstr., 15:30 - 16:15 Uhr

Rüppurr, Do., 02.07., Kuhlager-Seele-Weg
(beim MPG), 14:00 - 14:45 Uhr

Rüppurr, Do., 23.07., Lützowplatz,
15:30 - 16:15 Uhr

Baden-Württembergischer Landesranglistenlauf im Orientierungslauf in Rüppurr am Samstag, den 18.07.2026

Beim **Orientierungslauf** handelt es sich um eine faszinierende Sportart, bei der mit Karte und Kompass in möglichst kurzer Zeit Kontrollpunkte im Gelände angelaufen werden müssen. Das Gelände besteht vorwiegend aus urbanem Umfeld wie Wohngebieten, Schulhöfen, Grünflächen und Wegen. Die Streckenlängen variieren je nach Alterskategorie zwischen 2 und 8 km.



- Startzeit: 16:00 – 17:00 Uhr
- Kontrollposten im Gelände aufgestellt: ca. 14:00 – 19:00 Uhr
- Wettkampfbereich: **Vereinsgelände des TUS Rüppurr**
- Laufgebiet: angrenzende Wohn- und Schulgebiete am Eichelgartenwald
- Teilnehmerzahl: ca. 70 – 100 Sportler/innen aller Altersklassen, die einzeln im Minutenabstand starten

Hinweise für Anwohner/innen

- Im Zeitraum von 16:00 – 18:00 Uhr kann es zu erhöhter Nutzung von Wegen und Grünflächen durch Läufer/innen kommen.
- Bitte achten Sie auf querende Läufer/innen und lassen Sie besondere Vorsicht walten.

- Wichtig: Die im Gelände aufgestellten Kontrollposten (orange-weiße Markierungen mit elektr. Messeinheit) sind ein wesentlicher Bestandteil des Wettkampfs. Wir bitten Sie daher herzlich, diese weder zu entfernen noch zu versetzen oder zu verdecken. Sie werden unmittelbar nach der Veranstaltung wieder entfernt.

- Es werden keine Straßensperrungen vorgenommen. Die Veranstaltung findet überwiegend auf öffentlichen Wegen und Plätzen statt und ist vom Ordnungsamt der Stadt Karlsruhe genehmigt.



Sie möchten selbst Orientierungslauf ausprobieren?

Interessierte haben die Möglichkeit, auf zwei Einsteigerstrecken (3,9 km und 6,4 km) den Orientierungslauf selbst auszuprobieren.

www.tus-rueppurr.de/abteilungen/orientierungssport/wettkampfe

Wir freuen uns auf einen sportlichen Tag in Rüppurr und danken Ihnen für Ihr Verständnis und Ihre Unterstützung.

TUS Rüppurr – Abteilung Orientierungssport

E-Mail: ol@tus-rueppurr.de





FITNESS- & GESUNDHEITSKURSE SCHWIMMKURSE

3. KURSZYKLUS 2026

ANMELDE-START: MONTAG, 15.06.2026
KURS-START: MONTAG, 21.09.2026

10 WOCHEN - 10 EINHEITEN

PSK GELÄNDE, EXTERNE HALLEN & OBERWALDBAD

JETZT ANMELDEN!

FITNESS- & GESUNDHEITSKURSE



SCHWIMMKURSE





Der Monatsspiegel gratuliert ganz herzlich nachträglich

Zur Eisernen Hochzeit (65)

06.06. Heinz und Margarete Ebler,
geb. Geier, Rüppurr

Zum 90. Geburtstag

16.06. Frau Edith Herzog,
geb. Heinz, Dammerstock

21.06. Herrn Klaus Langenstein, Rüppurr

SOMMER

Die Sommerzeit steht vor der Tür
die Frage, was erwarten wir
tagtäglich blauer Himmel, Sonne
die Sorgen einfach in die Tonne
nur die Leichtigkeit des Seins
berauscht zu sein wie die des Weins.

Wir leben frei im Sommer, ungeniert
ein fremdes Wesen uns verführt
uns hat das Leben neu gepackt
in einem super tollen Takt
das sind im Jahr die irren Wochen
sie lassen die Gefühle überkochen.

Geht dann der Sommer wieder fort
verkröchen wir in unseren Hort
verblassen mit der Winterzeit
und leben nächstes Jahr erneut.

BRIGITTE BAUER

Celia,

Mischling, geb. Mai 2022, kastriert, ca. 50 cm

Celia ist eine sehr aparte, ruhige Hundedame, die Menschen und Artgenossen offen begegnet. Sie lässt sich anfassen und streicheln, sucht aber auch ihre Rückzugsräume, um alles etwas ruhiger anzugehen. Bedrängt werden möchte sie nicht. Mit Artgenossen kommt Celia bestens zurecht, Alter oder Größe der Hundefreunde spielen keine Rolle.

Für Celia suchen wir ein ruhiges Zuhause mit Garten bei einer Familie, die dem hübschen Mädchen die Zeit gibt, die es braucht. Ein Hund, der bereits in der Familie lebt, wäre ideal, ist aber keine Voraussetzung. Celia ist ein Diamant, den es zu entdecken gilt.

Begegnungsstätte Mensch-Hund e.V.

Gewann Grabenort 1-2,
76187 Karlsruhe

www.hundeheim-karlsruhe.de

Tel.: 0721 / 183 28 87



Depot für:

OLAPLEX
KÉRASTASE
L'OREAL

*...wir machen
es möglich!*

**Ute
Rodenberg
Frasuren**

Rüppurr

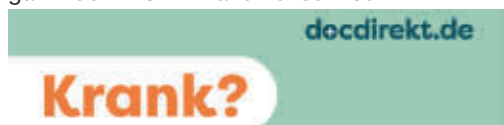
Nikolaus-Lenau-Straße 12
Heinrich-Heine-Ring

www.ute-rodenberg.de

**Terminvereinbarung
07 21 / 88 88 00**

docdirekt.de — digitale Anlauf- stelle der 116117

Sie sind akut erkrankt und erreichen Ihren Arzt oder Ihre Ärztin nicht? Unter **www.docdirekt.de** bekommen Sie rund um die Uhr eine medizinische Ersteinschätzung, also wie dringend Hilfe benötigt wird und welches Versorgungsangebot zur Verfügung steht. Dieses digitale Angebot ergänzt den **116117-Patientenservice**.



Wie funktioniert docdirekt?

Rufen Sie www.docdirekt.de auf und geben Ihre Postleitzahl ein. Danach werden Sie zur medizinischen Ersteinschätzung (SmED) weitergeleitet, die Beschwerden und Vorerkrankungen abfragt. Anschließend erhalten Sie eine fundierte Handlungsempfehlung – wie schnell und wo Sie behandelt werden sollten. Bei Empfehlung einer Videosprechstunde können Sie direkt im virtuellen Wartezimmer Platz nehmen und sich von qualifizierten Tele-Ärzten und -Ärztinnen beraten lassen.

Was kostet der Service?

Die medizinische Ersteinschätzung ist kostenlos und ohne Registrierung möglich. Wird eine Videosprechstunde durchgeführt, übernehmen für gesetzlich Versicherte die Krankenkassen die Kosten. Aus diesem Grund sind bei der Anmeldung zur Videosprechstunde auch Daten zur Versicherung anzugeben. Privatversicherte erhalten für die ärztliche Behandlung eine Rechnung vom Tele-Arzt.

Ein Versorgungsangebot der KVBW

docdirekt ist ein Angebot der niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte, organisiert von der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg. Ziel ist, die telemedizinische Versorgung für die Bevölkerung in Baden-Württemberg weiter auszubauen – digital, sicher und bedarfsgerecht.

Wussten Sie schon, wissen Sie noch?

Kleines Rüppurrer Lexikon

„Die Liegende“ vom Sixenrain

Der Bildhauer und Lyriker Hans Graef (1909 - 1963) schuf 1958/59 den Brunnen am Sixenrain in der Allmendsiedlung. Der Brunnen - inmitten von üppigem Grün gelegen - besteht aus drei großen polygonen Wasserbecken unterschiedlicher Höhe mit innen liegender überlebensgroßer Frauengestalt aus Bronze.

Den Auftrag für dieses Kunstwerk hatte seinerzeit die Heimstätten-Baugesellschaft Gagfah „zur Bereicherung einer Siedlung in Rüppurr Süd“ gegeben.



Quellen: Rüppurrer Straßen und Lebensräume, Rüppurrer Hefte, Band 3, Karlsruhe 2006, S. 104f; Stadtlexikon Karlsruhe digital; Stadtwiki Karlsruhe, Die Liegende

Keinen Monatsspiegel erhalten?



Foto:
Klaus Eppel

Wenden Sie sich
gerne an das
Redaktionsbüro

☎ **0721 88 65 25**



Praxis für
Körperpsychotherapie

Dipl.-Psych. Mirjam Bartlog

Rastatter Str. 74, Rüppurr

Tel.: 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



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



**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



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

Marktag bei nahkauf



- Leckeres Steinobst, frisches Beerenobst und knackige Salate
- 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



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

WWW.PETERSGUTEBACKSTUBE.DE



Sommerzeit ist Auszeit.

GEÄNDERTE ÖFFNUNGSZEITEN

Während der Schulsommerferien
haben wir an **allen Sonntagen** geschlossen.

GESCHLOSSEN AN FOLGENDEN SONNTAGEN:

2.8.	9.8.	16.8.	23.8.	30.8.	6.9.	13.9.
------	------	-------	-------	-------	------	-------

☑ Ostendorfplatz 1, 76199 Karlsruhe-Rüppurr | ☎ Tel.: 0721-891518

OSTER
 Kochen · Backen · Schenken · Genießen

Früchte-ZEIT

Alles rund um's Einmachen

**Einmach-
zubehör**

**Elektro- u.
Dampfsafer**

**Weck-, Twist-Off- u.
Bügelgläser von 30-4000 ml**

**Kirsch- u.
Pflaumen-
Entsteiner**

Ostendorfplatz 5 🍓 Karlsruhe-Rüppurr 🍓 Tel: 07 21 - 89 01 06 🍓 www.oster-ka.de

Der Sommer zu HEISS?
Wir haben
VENTILATOREN
in allen Größen!

Charlotten-Apotheke

seit 1923
103 Jahre Kundennähe und Beratung
für Sie vor Ort

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

aktuell
zur Reisezeit
Sonderpreisaktion

- ✓ Sonnenschutz
- ✓ Mückenabwehr

homöopathisch oder allopathisch

Nutzen Sie unsere Beratung
und Angebote –
und Sie können den Sommer
unbeschwert genießen!

Charlotten-Apotheke
Ostendorfplatz 4

**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

Es gibt nichts Gutes außer man tut es Positive Impulse geben



Willi und Annegret Brombacher

Willi und Annegret Brombacher wollen in ihrem kleinen Bereich positiv in die Gesellschaft wirken, "In den fünf Metern um sie herum", wie sie sagen. Seit mehreren Jahren

geben sie mit einer Gruppe von Engagierten einen Jahreskalender unter dem Motto "Leben ist mehr" weiter. Der enthält jeden Tag einen Gedanken aus Gottes Wort, was ein gutes Leben ausmacht. Einen Gedanke, der aufbaut, und damit ein Gegengewicht zu den beunruhigenden Nachrichten, mit denen wir täglich konfrontiert werden. Es geht darum, positive Impulse zu geben, sagen die beiden, und auch um Trost zu spenden. Daher wird der Kalender auch im Diakonissenhaus, in der Gefängnisseelsorge und in den Rüppurrer Wohnheimen verbreitet. Ein anderes Projekt ist ein Kalender mit Fotos von Karlsruhe und Umgebung, ergänzt um Geschichten, die zum Nachdenken anregen. Willi Brombacher sagt, er sei wohl eher ein Mann des Wortes. Aber er hilft doch tatkräftig mit, wenn Waffeln gebacken oder mit seiner Frau für eine Kinderfreizeit gekocht werden muss. Die Brombachers haben sich über die Gemeindefarbeit kennengelernt, haben sich neben Beruf und der eigenen Familie unter anderem in der Jugendarbeit engagiert. Jetzt betreuen sie einen Seniorenkreis in der Innenstadt, helfen bei Antragsstellung und Behördengängen und bringen Blumen zum Geburtstag. Es sind die christlichen Werte, die sie immer wieder bestärken, sich für die Gemeinschaft einzusetzen. Beide leben gerne in Rüppurr. Für unsere Stadtteile wünschen sie sich mehr Räume für echte Begegnung. Bisher sind solche Orte begrenzt, könnten aber durch das Aufstellen von Bänken oder Sitzgruppen geschaffen werden. Möglichkeiten dafür sieht Willi Brombacher z.B. vor der Christkönigskirche oder am Ostendorfplatz. Orte, an denen Menschen zusammensitzen und sich einander im Herzen ansprechen können.

Fritz Kölling



Orientierung für Berufe im Klimaschutz

Die Karlsruher Klimakampagne „KA° – Wir machen Klima“ erweitert ihre Plattform um das neue Thema „AusBildung wird Zukunft“: klima.karlsruhe.de/ausbildung-wird-zukunft. Das Angebot bündelt Informationen zur Berufsorientierung im Bereich Klimaschutz und Wärmewende. Ziel der neuen Inhalte ist es, konkrete Perspektiven in Berufen aufzuzeigen, die aktiv zur Energie- und Wärmewende beitragen.

Unter der Leitidee „Bring erneuerbare Wärme ins Haus“ stellt die erste Themengruppe zunächst fünf zentrale Berufsbilder vor: Energieberatung, Anlagenmechanik für Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik, Kältetechnik, Elektronik für Energie- und Gebäudetechnik sowie das Schornsteinfegerhandwerk. Ergänzt werden die Steckbriefe durch Video-clips, in denen Auszubildende und Fachkräfte Einblicke in ihren Berufsalltag geben und persönliche Erfahrungen teilen.

In den kommenden Monaten wird die Themenseite auf klima.karlsruhe.de um zusätzliche Berufsbilder aus den Bereichen Gebäudesanierung und nachhaltige Stadtentwicklung erweitert. Auch auf den Social Media-Kanälen sowie auf dem Blog der Klimaschutzkampagne warten immer wieder spannende Inhalte.

<https://klima.karlsruhe.de/ausbildung-wird-zukunft>

Büro- oder Praxisraum

in Rüppurr, ca. 22 qm, zentrale Lage, ebenerdig, Parkett + WC und kleiner Vorraum mit Spüle, ab 01.10.2026 zu vermieten.
Chiffre 100/07_26



**Max-Planck-
Gymnasium**

Das MPG informiert:

Herzlich einladen möchten wir alle Interessierten zum **Sommerkonzert** unserer musikalischen Ensembles. Dieser sommerliche Abend beginnt am **2. Juli um 19 Uhr** – bei gutem Wetter auf dem Schulhof.

Die Abiturfeier wird am **10. Juli** ausgerichtet. Hier verabschieden wir nach 8 Jahren Schulzeit unsere Abiturientinnen und Abiturienten. An diesem Abend erfolgen die Übergabe der Reifezeugnisse, die Vergabe der Preise sowie Danksagungen. Wir wünschen unseren Absolventinnen und Absolventen auf ihrem weiteren Lebensweg alles Gute.

Am **20.07.** steht für die Sechstklässler/innen der „**Katastrophenschutztag**“ auf dem Programm. Wir bedanken uns bei der Freiwilligen Feuerwehr Rüppurr, dem ASB, dem Roten Kreuz und dem Forstamt für die tolle Kooperation und wünschen allen einen spannenden Tag mit interessanten Einblicken.

Am **21.07.** fahren die Französischschüler/innen der 6. Kl. nach **Straßburg**, und die Lateinschüler/innen sind ebenfalls auf Tour.

Am **23.07.** wird der **Tag der Berufsorientierung** für die Klasse 10 und die Jahrgangsstufe 1 durchgeführt.

Der Ablauf der letzten Schultage vor den Sommerferien:

27.07.: Sporttag für die Klassen 5 bis 8. Die Jahrgangsstufe 1 erhält ein Bewerbertraining. Die 9. und 10. Klassen haben Unterricht.

28.07.: Wander- und Exkursionstag für alle Klassen

29.07.: Jahresabschlussveranstaltung der SMV sowie Ausgabe der Zeugnisse für alle Klassen

Wir wünschen allen Schülerinnen und Schülern im Anschluss schöne Ferien und freuen uns auf ein Wiedersehen am **14. September**.

Eichelgartenschule / Riedschule / Weiherwaldschule

Elterninformationsabend

für die Schulanfänger 2027/28

Die Eichelgartenschule, Riedschule und Weiherwaldschule laden alle Eltern, deren Kinder zum Schuljahr **2027/2028** eingeschult werden, zu einem Informationsabend am

Dienstag, den 10.11.2026 in die jeweiligen Schulen ein.

Beginn: Eichelgartenschule 19:00Uhr

Riedschule 19:00 Uhr

Weiherwaldschule 19:00 Uhr

Alle interessierten Eltern sind hierzu herzlich eingeladen.

Anmeldung der Schulanfänger 2027/2028

Mit Beginn des Schuljahres **2027/2028** werden alle Kinder **schulpflichtig**, die bis 30. Juni 2027 das 6. Lebensjahr vollendet haben. Die zwischen dem 01.07.2020 und 30.06.2021 geborenen Kinder müssen daher in der für den Wohnbezirk zuständigen Grundschule angemeldet werden.

Kinder, die zwischen dem **01.07.2021** und **30.06.2022** geboren sind, **können** von ihren Eltern zur Schule angemeldet werden. Kinder, die an Privatschulen angemeldet werden, müssen zuvor an der zuständigen Grundschule unter Vorlage des entsprechenden Nachweises abgemeldet werden. Die Eltern werden gebeten, die Kinder in der jeweils zuständigen Grundschule anzumelden. Schulanmeldung für die Schulanfänger ist am:

Mittwoch, 09.12.2026

Ebenso sind Anträge auf Zurückstellung sowie Schulbezirkswechsel zu diesem Termin zu stellen. Mitzubringen ist die Geburtsurkunde oder das Familienstammbuch, der Nachweis über die Masernschutzimpfung. Alle anzumeldenden Kinder sollen persönlich vorgestellt werden.

Nähere Informationen hierzu erhalten Sie rechtzeitig von den jeweiligen Schulen.

Zu diesem Termin erhalten Sie auch Informationen und Unterlagen zu:

Betreuungsmöglichkeiten und Scool Card.

Wir freuen uns, Sie und Ihr Kind zur Schulanmeldung begrüßen zu dürfen

Frau Bastida

Rektorin

Eichelgartenschule

Frau Coerper

Rektorin

Riedschule

Frau Baader

Rektorin

Weiherwaldschule



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!**

Bei „Verstopfung“ ist guter Rat notwendig - Teil II

Wenn bei einer Verstopfung (Obstipation) der Einsatz von Arzneimitteln nötig ist, nehmen Sie die Beratung Ihrer Apotheke in Anspruch, um aus der Vielzahl an Abführmitteln (Laxantien) das für Sie richtige Präparat auszuwählen. Laxantien unterscheiden sich in ihrer Wirkstärke, dem Wirkungseintritt, ihrer Anwendungsdauer sowie hinsichtlich möglicher Nebenwirkungen. Laxantien zur kurzfristigen Anwendung sind z.B. Bisacodyl- und Natriumpicosulfat-haltige Arzneimittel sowie pflanzliche Auszüge aus Sennesblättern und -früchten. Diese Laxantien wirken in aller Regel sehr gut und zuverlässig, sind aber nicht für den Dauergebrauch und nicht für jede Person geeignet. Ihre Anwendung sollte ohne Abklärung der Verstopfungsursache nicht ununterbrochen täglich und nicht über längere Zeiträume erfolgen.. Diese Laxantiengruppe bewirkt durch vermehrte Abgabe von Wasser und Elektrolyten in den Darm und der daraus resultierenden Volumenzunahme eine Darmentleerung. Bei zu häufigem Gebrauch muss mit Nebenwirkungen gerechnet werden. Es treten Elektrolytstörungen (vor allem ein möglicher Kaliummangel) auf.

Auch Glaubers- und Bittersalz dürfen wegen möglicher Nebenwirkungen nicht zur Dauertherapie verwendet werden, sondern sollten nur zur kurzfristigen Darmentleerung eingesetzt werden. Neben der Auswahl des

geeigneten Abführmittels stellt sich bei der Therapie einer Obstipation auch die Frage nach der geeigneten Darreichungsform. Orale Formen (Dragees und Tropfen) wirken erst nach einigen Stunden und werden daher abends eingenommen, damit die Wirkung morgens eintritt. Wenn eine schnellere Wirkung erwünscht ist, empfiehlt sich die Anwendung eines Zäpfchens oder - in besonders hartnäckigen Fällen - der Einsatz eines Klistiers. Zur Dauertherapie geeignet sind mildere Abführmittel, die bei bestimmungsgemäßem Gebrauch für die meisten Personen geeignet sind. Hierzu zählen Quellmittel, wie z.B.: Leinsamen, Flohsamen und Weizenkleie. Sie quellen im Darm unter Wasseraufnahme auf und bewirken eine Dehnung der Darmwand und somit eine beschleunigte Darmentleerung. Die Einnahme dieser Quellstoffe muss mit sehr viel Flüssigkeit erfolgen, da sonst keine ausreichende Quellung erfolgt, was zu einer gefährlichen Verstopfung des Darms führen kann. Zu den milden Abführmitteln für einen möglichen Dauergebrauch zählen auch Lactulosepräparate sowie Macrogolhaltige Abführmittel, welche einen Zusatz an Elektrolyten (wie Kalium und Natrium) enthalten, um einem möglichen Elektrolytverlust vorzubeugen.

Fragen Sie uns - **Ihre Rüppurrer Apotheken aus dem Dammerstock, Gartenstadt und Rüppurr** beraten Sie gerne und gut.

Dr. Benjamin Buckel
Apotheker

Gesundheitstipp:

Stark durchs Leben: Was PROTEIN wirklich leisten kann

Lange galt Protein vor allem als Thema für Bodybuilder und Leistungssportler. Doch die Ernährungsforschung hat ihre Sicht auf Eiweiß in den vergangenen Jahren deutlich verändert. Heute weiß man: Protein spielt nicht nur für Muskelaufbau eine Rolle, sondern ist ein zentraler Faktor für Gesundheit, Regeneration und gesundes Altern.

Proteine bestehen aus Aminosäuren, die der Körper unter anderem für Muskeln, Hormone, Enzyme und das Immunsystem benötigt. Neue Forschungsergebnisse zeigen außerdem Zusammenhänge mit Sättigungsgefühl, Gewichtsregulation, Blutzucker-Stabilität, Knochengesundheit und dem Erhalt der Mobilität im Alter. Besonders Muskelmasse gilt inzwischen als wichtiger Schutzfaktor für Stabilität, Selbstständigkeit und Lebensqualität.

Mit zunehmendem Alter reagiert die Muskulatur weniger empfindlich auf Eiweißreize („anabole Resistenz“). Deshalb rückt neben der Gesamtmenge auch die Verteilung über den Tag stärker in den Fokus. Viele Expert/innen empfehlen heute 3-4 proteinreiche Mahlzeiten täglich mit etwa 25–40 Gramm Protein pro Mahlzeit. Während früher oft nur die Mindestempfehlung von etwa 0,8 Gramm Protein pro Kilogramm Körpergewicht genannt wurde, diskutieren Fachleute heute differenzierter. Als sinnvolle Orientierungswerte gelten derzeit häufig:

- Wenig aktiv: ca. 1,0–1,2 g pro kg Körpergewicht
- Sport/Krafttraining: ca. 1,4–2,0 g pro kg Körpergewicht
- Ab 50–60 Jahren: eher 1,2–1,8 g pro kg Körpergewicht

Wichtig: Diese Empfehlungen gelten für gesunde Erwachsene. Bei bestehenden Nierenerkrankungen oder bestimmten anderen Erkrankungen sollte eine erhöhte Proteinzufuhr immer ärztlich abgeklärt werden. Entscheidend ist nicht nur die Menge, sondern auch die Qualität des Proteins. Gut kombinierte pflanzliche Lebensmittel ermöglichen



neben tierischen Quellen ebenso eine hochwertige Eiweißversorgung.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt eine Ernährung, die etwa zu 75 % aus pflanzlichen und zu 25 % aus tierischen Lebensmitteln besteht. Besonders geeignet sind beispielsweise Soja, Erbsenprotein, Reisprotein-Kombinationen, Hanf-Erbsen-Mischungen und Lupine. Auch beim Abnehmen spielt Protein eine größere Rolle als lange angenommen. Eiweiß sättigt stärker als Kohlenhydrate oder Fett, kann Heißhunger reduzieren, schützt Muskelmasse während Diäten und erhöht leicht den Energieverbrauch durch die Verdauung. Deshalb enthalten moderne Ernährungsstrategien heute oft bewusst mehr Protein.

Trotzdem gilt: Mehr Eiweiß bedeutet nicht automatisch mehr Gesundheit oder mehr Muskeln.

Entscheidend bleiben Bewegung und insbesondere Krafttraining, denn ohne Trainingsreiz kann selbst eine hohe Proteinzufuhr Muskelabbau nicht verhindern. Und wer seine Proteinzufuhr erhöht, sollte außerdem vor allem auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr und eine ausgewogene Ernährung mit ausreichend Ballaststoffen und Gemüse achten.

Quellen: aktuelle Veröffentlichungen und Leitlinien der DGE, aktuelle Metaanalysen aus der Ernährungs- und Sportmedizin

Corinna Bleidt
www.aktiviosport.de



Kommunaltag: Gemeinsam für eine klimaresiliente Stadt

„Auch der kleinste Beitrag wirkt“, fasst Silke Wüstholtz den Grünen Kommunaltag am 13. Juni zusammen. Über 50 Interessierte diskutierten auf Einladung der Gemeinderatsfraktion, wie unsere Stadtteile besser auf die Folgen des Klimawandels vorbereitet werden können – etwa auf Hitze, Starkregen oder Überschwemmungen.

Zum Auftakt sprachen Oberbürgermeister Dr. Frank Mentrup, Dr. Zoe Mayer und Bürgermeisterin Bettina Lisbach über aktuelle Herausforderungen und betonten die Bedeutung der Zusammenarbeit von Politik, Verwaltung und Bürgerschaft. Trotz angespannter Haushaltslage werde in Karlsruhe viel bewegt, so Mentrup, der die konstruktive Zusammenarbeit im Gemeinderat hervorhob. Zugleich verwies er auf die Komplexität vieler Maßnahmen, etwa bei Baumpflanzungen.

Zoe Mayer betonte die wichtige Rolle des Austauschs mit den Menschen vor Ort: Klimaresilienz betreffe den Alltag unmittelbar, Ideen aus der Zivilgesellschaft seien unverzichtbar.

Bettina Lisbach erklärte, dass Fördermittel oft nur kurzfristig zur Verfügung stehen und langfristige Projekte erschweren. Zudem müssten durch Trockenheit geschädigte Bäume leider zunehmend gefällt werden.

In der Diskussion wurde deutlich, wie stark der Klimawandel bereits spürbar ist und die Aufenthaltsqualität im Freien vermindere – etwa durch Hitze und steigenden Kühlbedarf. Gleichzeitig wurde das Potenzial bürgerschaftlichen Engagements hervorgehoben, etwa bei Radwegen oder Begrünungsprojekten.

Im Mittelpunkt stand die Frage, wie jede und jeder vor Ort aktiv werden kann: von Baumpfensenschaften oder zur Bepflanzung von Baumscheiben über mehr Grünflächen bis zu Stadtteilwerkstätten. Auch kleinere Projekte lassen sich oft noch durch städtische Fördermittel umsetzen.

Der Kommunaltag zeigte eindrucksvoll: Veränderung braucht Geduld und Dialog. Und er machte Mut, denn viele kleine Beiträge ergeben zusammen eine große Wirkung. Jede und jeder kann etwas tun – und hat die Möglichkeit, in unserer Stadt aktiv zu helfen, dem Klimawandel entgegenzustehen. Bringen Sie sich ein!

Kontakt: rueppurr@gruenekarlsruhe.de

Termine: gruenekarlsruhe.de/kalender

Silke Wüstholtz, Jens Görisch



DESCHNER

SCHÖNHEIT FÜR TISCH, HAUS UND GARTEN

Gewerbegebiet Nord, Am Hausberg
Linkerheimer Straße 55
76297 Gudenau-Blockenbach
Telefon (07244) 741357
E-Mail: info@deschner-gartenmoebel.de

Besuchen Sie unsere Ausstellung
Mo. - Fr. 9.00 - 19.00 Uhr
Sa. 9.00 - 16.00 Uhr
www.deschner-gartenmoebel.de



Sommersonne im Garten genießen!



Brauchen einfach schöner leben!



Große Feuchtheizung der Grillhersteller:







Karlsruher Energie- und
Klimaschutzagentur

Steigende Energiepreise? Jetzt richtig beraten lassen

Steigende Preise für Gas und Heizöl verunsichern viele Hauseigentümer/-innen. Eine Wärmepumpe kann helfen, Energiekosten langfristig planbarer zu machen. **Die Karlsruher Energie- und Klimaschutzagentur (KEK)** zeigt, worauf es ankommt.

- Wärmepumpen arbeiten bei niedrigen Vorlauftemperaturen besonders effizient. Flächenheizungen bieten gute Voraussetzungen, aber auch klassische Heizkörper können geeignet sein.
- Gute Dämmung und moderne Fenster senken den Wärmebedarf und verbessern die Effizienz der Wärmepumpe. Sanierungsmaßnahmen daher möglichst vor dem Heizungstausch durchführen.
- Die richtige Dimensionierung der Wärmepumpe ist entscheidend. Eine Analyse des Energiebedarfs und ein hydraulischer Abgleich helfen, die Anlage optimal einzustellen.

Kostenfreie & unabhängige Beratung bei der KEK

www.kek-karlsruhe.de/terminbuchung oder
Tel.: 0721 480 88 250.

Veranstaltungen

- Photovoltaik erleben | Info-Veranstaltung | 15.07. | 18 - 20:30 Uhr | IHK Haus der Wirtschaft
- Tipps für kühle Wohnräume | 21.07. | 17 - 18 Uhr | online
- Wärmepumpe im Bestandsgebäude | 23.07. | 18 - 19:30 Uhr | online

Anmeldung und weitere Veranstaltungen:
www.kek-karlsruhe.de/events
oder Tel.: 0721 480 88 250.

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

"Tanz deinen Tanz" – das Leben, die Musik und die Gemeinschaft feiern

Am Do., 09. Juli von 19:00 bis 21:00 Uhr lädt Isabel Schmidt zum nächsten freien Tanzen ins Gemeindehaus der Friedensebene, Tauberstr. 10 in Weiherfeld ein.

Es wird barfuß und nach Biodanza-Prinzipien getanzt, bitte bringt gemütliche Kleidung und etwas zu trinken mit. Im Sept., Okt. und Nov. folgen weitere Termine. Für Fragen und Anmeldung steht Isabel Schmidt unter info@gruenes-haus.org gern zur Verfügung.

Platz nehmen, teilen und genießen – Stadtteil-Straßen-Dinner im September

Eine lange, festlich gedeckte Tafel unter freiem Himmel lädt am **Sa., 19. Sept., ab 18 Uhr** dazu ein, mit Nachbarinnen und Nachbarn ins Gespräch zu kommen und einen besonderen Abend in Gemeinschaft zu verbringen. Bringt mit, was ihr gerne esst und trinkt, und teilt eure Lieblings Speisen mit anderen. Freut euch auf selbstgemachte Köstlichkeiten, frisch gebackenes Stadtteilbrot und viele schöne Begegnungen in entspannter Atmosphäre.

Für das Gelingen des Straßen-Dinners werden weiterhin **hilfende Hände** gesucht.

Wer unterstützen möchte, kann sich gerne unter info@gruenes-haus.org melden.

Das Orgateam vom Bürgerverein Weiherfeld-Dammerstock und vom Projekt Grünes Haus freuen sich auf einen spätsommerlichen Abend voller Austausch, Gemeinschaft und guter Gespräche.

Swenja Zaremba
für das Projekt Grünes Haus



Foto: Katrin van der Zandt

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

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



MOBILES LOBER
KÜCHENSTUDIO



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 Rüppurr prüft Ihre Küche
direkt bei Ihnen zu Hause und
zeigt passende Lösungen: Aus-
tausch von Backofen, Kochfeld,
Dunstabzug, Geschirrspüler oder
Kühlschrank, neue Arbeitsplatten
sowie moderne Spülen und Ar-
maturen. Auch Anpassungen und
Reparaturen werden fachgerecht
umgesetzt – mit persönlicher Be-
ratung und Prüfung, ob alles wirt-
schaftlich sinnvoll ist.

www.kuechenstudio-lober.de



Achtung! Achtung!

Sie brauchen noch ganz schnell einen Badeanzug, Bikini oder Tankini in dem Sie sich richtig wohlfühlen?

Lulu im Weiherfeld hat eine tolle Auswahl egal ob Sie groß, klein, schlank oder kurvig sind. Kommen Sie uns im schönen Weiherfeld besuchen.

Wir führen übrigens auch Bademoden für Herren und Kinder. Oder wie wäre es mit wunderschönen Sommerkleidern in verschiedensten Farben und Formen.

Das gesamte **Lulu-Team** freut sich auf Sie.

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

HEILSAMES SINGEN

in Rüppurr mit
Miriam Trauth

Nikolauskirche,
Rastatter Str. 57

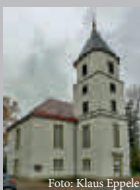


Foto: Klaus Eppele

Mittwoch 19 - 20 Uhr, 5 Euro

Termine: **08. & 22.07.2026**

www.heilsames-singen-ka.de

Redaktionsschluss
für die
August-Ausgabe:
15.07.2026

Wir wünschen
allen wunderschöne
Sommerferien.



Tag der offenen Tür

Samstag, 18. Juli 2026

in der Residenz Rüppurr
Erlenweg 2 in 76199 Karlsruhe

Entdecken Sie zwischen 9:00 bis 17:00 Uhr
unser ResidenzLädle und unser Café.



Sie erhalten an diesem Tag 20% auf das gesamte Sortiment im Lädle und auf Getränke und Speisen im Café.

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



GUTSCHEIN
für ein Glas Sekt an der
Bar. Einzulösen im
ResidenzLädle

Modellbahnanlage des Albtalmodulteam e.V.

im Bunker Dammerstock
Danziger Straße 4

Hallo Modelleisenbahner,

sollten Sie noch ein altes MÄRKLIN-Schätzchen zu Hause haben, das mal wieder auf Strecke gehen sollte? Wenn ja, dann kommen Sie doch einfach mal bei uns im Bunker im Dammerstock mit Ihrem Schätzchen – egal ob Analog oder Digital – vorbei, um es aufs Gleis zu setzen.

Wir sind immer mittwochs ab 18:00 Uhr dort anzutreffen.

Bitte anmelden unter Tel.: 07243 652 77 33

oder 07243 916 87

oder per Mail: thomas.mueller@albtalmodulteam.de

oder walter.lange@albtalmodulteam.de



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

ENGLISH CONVERSATION

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

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

Büro- oder Praxisraum in Rüppurr, ca. 22 qm, zentrale Lage, ebenerdig, Parkett + WC und kleiner Vorraum mit Spüle, ab 01.10.2026 zu vermieten. Chiffre 100/07_26

Rollator ANTA für drin und draußen, wenig benutzt, mit Sitz, Tasche u. Rückenlehne, bis 136 kg belastbar, 8,7 kg schwer, zusammenklappbar für 80 € VB. Tel.: 0721 47 51 56

Suche wenn mögl. **unmöbliertes WG-Zimmer** im Dammerstock-Weiherfeld befristet für ca. 6 Monate, für 150 – 200 € WM zu mieten oder möbliert mit einem Teil vom Keller (zum Möbel unterstellen). Bin ruhige alleinst. 76-jährige Dammerstocklerin. Mobil: 0157 83 46 58 98

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**

Sommerzeit nutzen um Sprachkenntnisse zu verbessern! **Biete** preisw./indiv. **Förderung in Englisch u. Französisch**, auch für Erw. Probestd. 15 €. Tel.: 0721 88 70 60

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

Briefmarkenkenner aufgepasst

Verkaufe umfangreiche Briefmarkensammlung mit sehr vielen historischen Marken. Preis VH. Tel.: 0721 88 25 65

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

Älterer, gut situierter Pensionär will näher bei der Familie in Rüppurr wohnen. Er **sucht** eine **2-3 Zi. EG-Wohnung**, möglichst barrierefrei, mit Dusche und Abstellplatz für E-Scooter. Höheres Geschoss mit Aufzug ist auch gut. Tel.: 0721 887103 oder Mobil: 0174 251 29 00

Hochwertige 3-ZKB in Alt-Rüppurr in Alblage zu vermieten, 103 qm, EG bzw. Hochparterre, ebenerdige Dusche, 2 WCs, komplett neu renoviert, gerne an Einzelperson oder Paar, € 1.200 kalt + NK, von privat. Kontakt Mail: blitz77@email.de, Mobil: 0163 764 83 73

Gartenservice Gabriel
Entrümpelung, Gartenpflege, Pflasterverlegen,
Hochdruckreinigung ... **01520 925 35 22**

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



Die Praxis für Entfaltungsräume

Andrea Hofmann-Schmidt

0178 202 689 5
der-entfaltungsraum.com

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

Die Brücke ...

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

Reinigungskraft dringend gesucht! Wir suchen für unseren rüstigen Vater in Rüppurr eine freundliche und umsichtige Reinigungskraft mit guten Deutschkenntnissen für 3-3,5 Std./Woche. Die Wohnung hat ca. 85 qm. Einmal im Monat fällt die Kehrwoche an. Außerdem müsste mit Unterstützung der Haushälterin die anfallende Wäsche gewaschen und gebügelt werden. Unser Vater ist ein sehr freundlicher und angenehmer Mensch! Mobil: 0151 252 889 13

Gartenpflege & Gestaltung im Weiherfeld

Ralf Schweickart - Donaust. 5 - 76199 KA
Wir bieten auch günstige Dauerpflege
Tel.: 0157 361 173 17

E-Bike gebraucht für Dame und Herr gesucht, 28 Zoll Rad, einfach alles anbieten mit Foto per Whats App oder direkt per Tel.: 0163 764 8373 oder email: blitz77@email.de. Freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme!

Weitblick pur!! -

Altersgerechte 3-ZKBB Rüppurr

ca. 90 qm, 7. OG, 2 Süd-Balkone, 2 WCs, sehr gepflegter Zustand, TG-Stellplatz + EBK incl., Am Rüppurrer Schloss 5, ideal auch für Kapitalanleger, auf Wunsch komplett hochwertig möbliert

VKP € 392.000,--

S&R Immobilien, info@sr-immobilien.eu
Tel.: 0163 764 8373, Ihre Ansprechpartnerin:
Martina Rastätter

„Hast du Lust auf eine **Physiotherapie-Praxis**, in der der Mensch wirklich im Mittelpunkt steht? Wir arbeiten ganzheitlich und wertschätzend - **und freuen uns auf dich.**“

Therapieteam - Weiherfeld

Tel.: 0721 88 66 06 oder
Mail: jb@jochenbredel.com



Praxis für Podologie

76275 Ettlingen · Untere Zwingerstraße 1
Telefon 07243 72 55 910

Suche freundliche und zuverlässige
MITARBEITERIN

für die Kundenbetreuung und den Servicebereich auf Minijob-Basis.
Arbeitszeiten: Do. + Fr. vormittags

Bei Interesse freue ich mich über telefonische Kontaktaufnahme, Beate Hück



SEYFRIED IMMOBILIEN

FACHBÜRO FÜR VERMIETUNG UND VERKAUF

Über 30 Jahre vor Ort!

VERKAUF VERMIETUNG

Tel.: 0721 / 988 60-0

www.seyfried-immobilien.de



ZU WENIG TASCHEN- GELD?

Der Monatsspiegel sucht zuverl. Austräger (Schüler ab 13 J.) als Ferienvertretungen für den **28./29.08.26**.
Bitte meldet euch unter
Tel.: 0721 88 65 25 oder
Mail: kontakt@monatsspiegel-ka.de

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 Juli:

Sa. 04.07. 9:00 h Christkönig Morgenlob

18:00 h St. Franziskus Eucharistiefeier

So. 05.07. 10:00 h Christkönig Open-Air-
Gottesdienst zum Sommerfest (Wiese neben
der Kirche)

Sa. 11.07. 9:00 h Christkönig Morgenlob

18:00 h St. Franziskus Eucharistiefeier

So. 12.07. 10:00 h Wohnstift Eucharistiefeier

11:00 h Christkönig Eucharistiefeier

Sa. 18.07. 9:00 h Christkönig Morgenlob

18:00 h Christkönig Eucharistiefeier

So. 19.07. 10:00 h St. Franziskus Eucharis-
tiefeier – anschl. Albwiesenfest

Sa. 25.07. 9:00 h Christkönig Morgenlob

18:00 h St. Franziskus Eucharistiefeier

So. 26.07. 10:00 h Wohnstift Eucharistiefeier

11:00 h Christkönig Eucharistiefeier

Herzliche Einladung zum Sommerfest

"Rund um den Kirchturm"

der Pfarrgemeinde Christkönig.

Samstag, 04.07.26 von 18 - 23 Uhr

Sonntag, 05.07.26 von 10 - 17 Uhr

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., 01. & 15.07.26 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:

Weierfeld/Dammerstock: Di., 28.07.26

Rüppurr: Mi., 22.07.26 (Gartenstadt, Märchen-
viertel, Seewiesenacker und Neues Viertel)

Mi., 29.07.26 (Alte Gagfah, Neue Gagfah und
Alt-Rüppurr)

Beiertheim: Di., 04.08.26

*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., 11. und 25. Juli, 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 – Weierfeld

Donastr. 7, 76199 Karlsruhe

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

Kontakt: nak-weierfeld@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@weiherfeld-dammerstock.de,

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

Gottesdienste und Veranstaltungen der Friedensgemeinde und Gemeinde Rüppurr:

Mi., 01.07. 19:30 h **Konzert** des Kammerchors
der Hochschule für Musik (Auferstehungskirche)

So., 05.07. 9:30 h Gottesdienst (Baumann /
Friedenskirche)

11:00 h Gottesdienst mit KiTa Kraichgaustraße

(Mack / Evang. Gemeindehaus Rüppurr)

11:00 h Gottesdienst (Baumann / Wohnstift)

Fr., 10.07. 16:00 h Kirche Kunterbunt Sommer-
fest (Evang. Gemeindehaus Rüppurr)

So., 12.07. 9:30 h Gottesdienst mit Abendmahl
(Busch-Wagner / Auferstehungskirche)

11:00 h Gottesdienst mit Abendmahl und mit
FrieTeam, gleichz. Kindergottesdienst, anschl.

Mittagessen (Busch-Wagner / Friedenskirche)

18:00 h Gottesdienst der Stille

(Heidt / Auferstehungskirche)

Mi., 15.07. 18:00 h Ökumenisches Abendgebet
(Kurrle / Nikolauskirche)

So., 19.07. 10:00 h Regionaler Gottesdienst für
Groß und Klein zum Gemeindefest mit Kin-
derchor und Posaunenchor (Mack / Evang.
Gemeindehaus Rüppurr)

11:00 h Gottesdienst (Heidt / Wohnstift)

Gemeindefest (Ev. Gemeindehaus Rüppurr)

So., 26.07. 9:30 h Gottesdienst mit anschl.
Kirchencafé (Häfele / Friedenskirche)

11:00 h **Kantatengottesdienst** (Häfele /
Auferstehungskirche)

Fr., 31.07. 18:00 h Markttag des Senioren-
forums (Evang. Gemeindehaus Rüppurr)

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. 03.07. 10:30 h Gottesdienst, Prädikantin
Siebler, Mutterhaus-Kapelle

14:30 h Kath. Patientengottesdienst, PRef Ruf,
Krankenhaus-Kapelle

Fr. 10.07. 10:30 h Gottesdienst, Oberin

Pfarrerinnen Rau, Mutterhaus-Kapelle

14:30 h Ev. Patientengottesdienst, Diakonin

Klingel, Krankenhaus-Kapelle

Fr. 17.07. 10:30 h Gottesdienst, Oberin

Pfarrerinnen Rau, Mutterhaus-Kapelle

14:30 h Kath. Patientengottesdienst,
Klinikseelsorgerin Machwirth, Krankenhaus-
Kapelle

Fr. 24.07. 10:30 h Gottesdienst, Diakonin

Klingel, Mutterhaus-Kapelle

14:30 h Ev. Patientengottesdienst, Diakonin

Klingel, Krankenhaus-Kapelle

Fr. 31.07. 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.

*Wir wünschen Ihnen eine gesegnete Zeit und
grüßen Sie herzlich aus der Ev. Diakonissenanstalt.*

Mittagstisch Rüppurr - gemeinsam essen



Alle sind herzlich
willkommen! Termine:

Mittwoch, 08. & 22.07.2026

12 bis 14 Uhr (Einlass ab 11:30 Uhr),

Evang. Gemeindehaus Rüppurr,

Diakonissenstr. 26, ohne Anmeldung,

Kosten 5 Euro. *Das Mittagstisch-Team*



So., 19. Juli 2026, ab 11 Uhr

Gemeindefest

der ev. Gemeinde Karlsruhe-Rüppurr
rund um das Gemeindehaus,
Diakonissenstr. 26

So., 26.07., 11:00 Uhr, Auferstehungskirche

Kantatengottesdienst
Johann Sebastian Bach

„Es ist dir gesagt Mensch, was gut ist“
BWV 45 - Vokalsolisten Kantorei &
Kammerorchester an der Auferstehungskirche
Leitung: Dieter Cramer



Versorgung in Ettlingen und Rüppurr

- Ambulante Kranken- und Altenpflege
- Tagespflege für Senioren, Montag-Samstag
- Betreuungsgruppen für Demenzzranke 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.**



Ettlinger Autorin Judence Kayitesi stellt neuen Roman „Brücke zwischen den Welten“ vor

Die offizielle Buchpräsentation findet am 1. Juli ab 18:30 Uhr im Begegnungsladen Ettlingen (Marktpassage 12) statt.

Der Roman beruht auf der Kurzgeschichte, mit der sie 2025 den Storyteller-Award der Landesliteraturtage in Ettlingen gewann. Judence Kayitesi erzählt die Geschichte einer Mutter, die zwischen zwei Kulturen lebt – ihrem Heimatland und dem Land, das sie heute zu Hause nennt. Als ihr Sohn nach seinen Wurzeln fragt, muss sie sich ihrer Vergangenheit stellen und öffnet alte Erinnerungen, die sie lange verdrängt hat. Das Buch erkundet Themen wie Identität, Zugehörigkeit und Heilung. Es zeigt, wie wir Brücken bauen können zwischen Vergangenheit und Zukunft, Schmerz und Hoffnung, sowie zwischen verschiedenen Welten des Herzens.

Eine besondere Atmosphäre wird durch die musikalische Begleitung der ruandischen Sängerinnen Josee und Ange geschaffen. Im Anschluss an die Vorstellung bietet sich die Gelegenheit für ein persönliches Gespräch mit der Autorin.

Die Veranstaltung ist öffentlich und kostenlos.



IN GUTEN HÄNDEN

Trauerhilfe seit 1902



TRAUERHILFE STIER

Gerwigstr. 10 · 76131 Karlsruhe · (0721) 9646010

Leserbeitrag – Pro & Contra E-Auto und Wärmepumpe

Meine Erfahrung hinsichtlich der **Lademöglichkeit für E-Autos** ist zwiespältig. Die Stadt müsste meines Erachtens mit ihren Vorschriften flexibler werden, da das Tanken vor der Haustüre das A und O der E-Mobilität ist, so wären viel mehr Nutzer bereit auf E-Mobilität umzusteigen, wie es meine Mieter eigentlich auch vorhatten. Ich hätte diese Investition für einen schwenkbaren Ladearm gerne für meine Mieter getätigt. Im Anschluss befindet sich die letzte Antwort der Stadt Karlsruhe über das Thema Ladearm.

Mit meiner **Wärmepumpe** habe ich hervorragende Erfahrungen gemacht. Sie ist kostengünstig, da Photovoltaik und sehr effizient. Alles sauber und sicher. Ich bin damit rundum zufrieden.

Hans-Peter Wößner, Rüppurr

Antwort von der Stadt Karlsruhe Umwelt- und Arbeitsschutz:

Sehr geehrter Herr Wössner, entschuldigen Sie bitte die sehr verspätete Antwort. Die vor Ihrem Anwesen befindliche Straße inklusive der Gehwege, die Sie oder Ihre Mieter zum Laden nutzen wollen, sind öffentlich gewidmet und der Allgemeinheit zum Verkehr überlassen. Der Ladearm ist uns als technisches Mittel bekannt, ist bei den Kommunen aber höchst umstritten. Bisher ist uns nur eine genehmigte Anlage deutschlandweit bekannt, die in Bremen zeitlich befristet bis zu einem bestimmten Ausbauzustand und mit hohen Auflagen und ohne Nutzungsgarantie erlaubt wurde. Die Bedenken, die wir und andere Kommunen haben, beziehen sich im Wesentlichen auf die Sicherheit und Leichtigkeit des Verkehrs, die wir gewährleisten müssen. Die Nutzung des Ladearms setzt voraus, dass das betreffende Fahrzeug vor dem Objekt auch geparkt werden kann. Es besteht allerdings kein Rechtsanspruch auf Nutzung dieser öffentlichen Fläche um Fahrzeuge dort abzustellen. Diese Priorisierung wäre aber erforderlich um Ihnen die Möglichkeit einzuräumen, Fahrzeuge vor dem Anwesen regelmäßig laden zu können. Eine Priorisierung öffentlichen Verkehrsraumes für private E-Fahrzeuge, wie beispielsweise bei Stellplätzen für behinderte Menschen, sieht der

Gesetzgeber auch unter dem Vorbehalt der Verkehrs- und Energiewende oder bekannten Umweltaspekten bisher nicht vor. Zudem müssen Sie zum Laden des Fahrzeuges das Ladekabel von Ihrem privaten Anschluss an das Fahrzeug über den Gehweg in der Konstruktion verlegen. Das Kabel wird dabei unweigerlich auch nach unten geführt und ist somit für alle Personen die die Verkehrsfläche nutzen wollen erreichbar. Kabelverlegung jedweder Art im öffentlichen Verkehrsraum, ob mit oder ohne Kabelbrücke, behindern dabei andere Personen im Fortkommen und beeinträchtigt die Sicherheit und Leichtigkeit des Verkehrs. Die Konstruktion stellt zudem eine nicht genehmigte Veränderung des Straßenraums dar und verletzt die öffentliche Ordnung. Zudem besteht eine erhebliche Haftungsgefahr für Sie als Betreiber bei Unfällen oder Schäden. Ob eine solche vorsätzliche Gefährdung durch eine Versicherung abgedeckt wird, halten wir für fraglich. Der Stadt Karlsruhe ist das barrierefreie und ungehinderte Fortkommen der Verkehrsteilnehmer sehr wichtig, was die Nutzung von Kabelbrücken und die Verlegung von Kabeln im Verkehrsraum ausschließt. Diese Haltung der Stadt Karlsruhe wurde bereits gerichtlich in gleichgelagerten Fällen bestätigt. Ein entsprechendes Urteil des VG Frankfurt finden Sie unter: **VG Frankfurt 12. Einzelrichter AZ:12 K 540/21.F Urteil vom 18.02.2022.** Weiterhin wird der Ausbau öffentlicher Ladeinfrastruktur im Bereich des AC-Ladens durch die Stadt vorangetrieben. Auch Rüppurr wird dabei berücksichtigt. Das Rahmenkonzept für den Ausbau öffentlicher und öffentlich zugänglicher E-Ladeinfrastruktur wurde fortgeschrieben und im September 2025 vom Gemeinderat beschlossen. Damit wird der Weg frei, um den Ausbau der Ladeinfrastruktur weiter zu verbessern. Mit der Fortschreibung des Rahmenkonzepts können nun auf öffentlichen Stellplätzen Langsamladesäulen entstehen, sofern Ladesäulenbetreiber Interesse zeigen.

Das Rahmenkonzept sowie den Leitfaden für den Ausbau von Langsamlade-Stationen können Sie unter folgendem Link einsehen: www.karlsruhe.de/elis-rahmenkonzept.



Das Jahr 2027 im Festspielhaus Baden-Baden beginnt glanzvoll: mit Gustav Mahlers neunter Sinfonie unter Klaus Mäkelä am Pult des Chicago Symphony, mit Johann Sebastian Bachs Matthäus-Passion dirigiert von Sir Simon Rattle, den Bamberger Sinfonikern mit Jakub Hrůša, dem Takeover-Festival und herausragenden Künstlerpersönlichkeiten. Den Auftakt macht die Sopranistin Asmik Grigorian, die mit einem Konzert am 10. Januar das Jahr festlich eröffnet. Ihr folgen Stars wie Diana Damrau, Hélène Grimaud und Beatrice Rana.

Der Vorverkauf für die Festspielhaus-Konzerte im ersten Quartal 2027, inklusive des Takeover Festivals, startete am 16. Juni 2026, in der Festspielhaus-App und am 23. Juni 2026, im Webshop sowie telefonisch und an allen Vorverkaufsstellen.

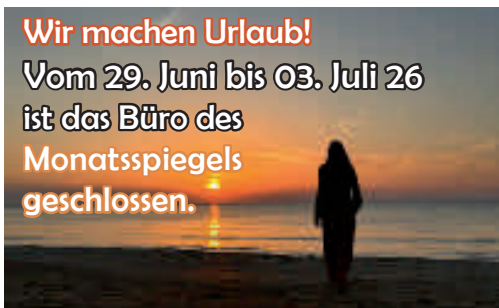
www.festspielhaus.de, Tel.: 07221 30 13 101



Samstag, 11. Juli, um 19:30 Uhr in der Kirche Christkönig in Rüppurr

Eintritt frei, Spenden willkommen!

Freuen Sie sich auf das Albsüdwest-Ensemble und das Vokalensemble der KHG mit Daniel Kaiser an der Orgel und unter der Leitung von Ralph Hammer.



Größtes Wasserwerk der Region: Stadtwerke bieten kostenfreie Führung durch das Wasserwerk Mörscher Wald an



Die Stadtwerke Karlsruhe laden Interessierte am **03. Juli 2026 um 16 Uhr** zu einer Besichtigung des Wasserwerks Mörscher Wald ein – dem größten und modernsten Wasserwerk der Region. Besuchende erwartet neben einer Führung durch das Wasserwerk auch eine Trinkwasserausstellung. Teilnehmende können sich dort an 14 Themenstationen über die Wasserversorgung und die Qualitätssicherung des Trinkwassers informieren. Ein besonderes Highlight der Führung ist die multimediale Kunstinstitution in der Netzpumphalle – ein einzigartiges Zusammenspiel aus Kunst und Technik.

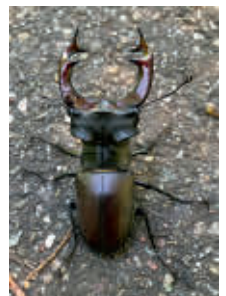
Die Teilnahme an der Führung ist kostenfrei, eine vorherige **Anmeldung** unter: www.swka.de/wasserwerk ist erforderlich.

Leserbeitrag –

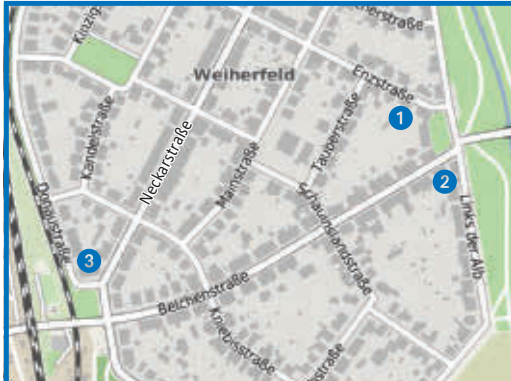
Aus dem Weiherwald

Gestern beim Joggen sind mir 2 besondere Tiere vor die Linse gekommen:

Ein Hirschkäfer saß auf dem Weg, den ich ausführlich fotografiert und danach auf die andere Seite in den Wald gesetzt habe. Dann habe ich gesehen, wie eine Krähe versuchte eine Blindschleiche auf dem Weg zu verspeisen. Ich konnte sie erfolgreich vertreiben. Auf der Flucht hat sie die Blindschleiche losgelassen, die dann panisch ins Gebüsch geflohen ist. Davon habe ich leider kein Bild, doch der Hirschkäfer war faszinierend.



Michael Müller



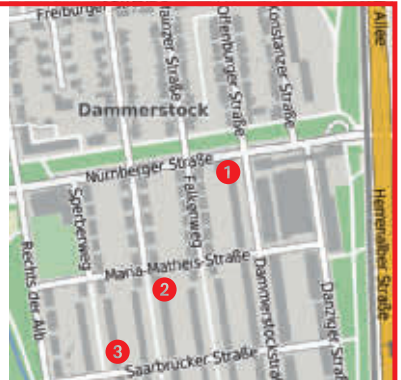
Wichtige Adressen im Weiherfeld:

- 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/CBBY-SA

Wichtige Adressen im Dammerrstock:

- 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/CBBY-SA

Impressum:

Herausgeber: R&S Medienverlag GbR, Lange Str. 4,
76199 Karlsruhe-Rüppurr, 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 Rüppurr, Weiherfeld, Dammerrstock 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 August-Ausgabe: 15.07.2026, Verteilung zum 29.07.2026



Foto: K. Eppele



**Leidenschaft
fürs Leben.**

**SRH Klinikum
Karlsbad-Langensteinbach**

Mach doch was mit Sinn. Starte Deine Ausbildung in der Pflege.

Es gibt viele Gründe, warum Menschen Pflege brauchen. Und es braucht Menschen wie Dich, damit alle von klein bis groß und von jung bis alt versorgt werden können. Deine Entscheidung für einen Pflegeberuf prägt die Zukunft von uns allen. Damit wirst Du nicht nur wichtige:r Wegbegleiter:in für Menschen auf ihrem Lebensweg. Du machst auch den entscheidenden Unterschied – im Leben der Menschen, die Du berührst. Und für unsere ganze Gesellschaft.

Mehr über unsere Klinik, Deine Ausbildung und Karriere-chancen erfährst Du hier: www.klinikum-karlsbad.de

Bewirb Dich jetzt!

Bei uns bekommst Du neben einer attraktiven Vergütung auch tolle Benefits für SRH Mitarbeiter:innen. Zudem startest Du mit einem tollen Wegbegleiter:innen-Set in Deine Ausbildung bei uns!



bit.ly/3WV7F6e