SOMMER 2023

Kunstgriff

KULTUR | KULINARIK | LIFESTYLE

















Altstadtfest
Kaiserslautern

Die Künstler für die Kunstgriffbühne Salzstraße

Unser Line-Up für das Altstadtfest Kaiserslautern

mehr dazu ab Seite 36



Foto: Ursula Engelmann

SOMMER, SONNE, PARTYZEIT!



Nach einer gefühlten Ewigkeit ist es endlich so weit, **das Altstadtfest in Kaiserslautern** findet nach Corona erstmals seit 2019 wieder statt – und **Kunstgriff ist wieder mit einer Bühne in der Salzstraße vom Fr. 30.06. bis So. 02.07.2023 dabei.** Welche Künstler auf unserer Bühne auftreten, sehen Sie auf dem Cover - und im Innenteil haben wir allen Künstlern und Bands eine Infoseite gewidmet. Also informieren Sie sich und blättern Sie das Magazin online durch oder laden Sie sich einfach die PDF-Datei herunter: www.pfalzdigital.de/magazin

Neben dem Altstadtfest, der bereits stattgefundenen Langen Nacht der Kultur und vielen weiteren kleinen Veranstaltungen, finden **seit Anfang Juni bis Mitte August** auf einer mobilen Bühne und unterschiedlichen Locations der Stadt die **Lautrer Sommerabende** statt. Lauschen Sie nach Ihrem Einkaufsbummel durch die City dem Musikprogramm und genießen Sie die Zeit bei den ortansässigen Gastronomen. Übrigens: Auf **Pfalz Digital** finden Sie den Gastro Guide mit vielen Lieblingslokalen.

Haben Sie sich schon das neue Portal **Pfalz Digital** angeschaut? Im Mai haben wir einen Relaunch gestartet und das Portal für Sie so richtig aufgepeppt. Noch mehr Infos, Events, News, Tipps, Jobs und Partner aus der Region und nicht zu vergessen unsere Gewinnspiele.

Mit unserem aktuellen Gewinnspiels auf www.pfalzdigital.de von unserem Partner NordPfalz Energie eG können Sie nicht nur eine Balkon-Solaranlage im Wert von 605,00 € gewinnen, nein, Sie gewinnen auch zusätzlich, indem Sie mit Ihrem eigenen kleinen Kraftwerk, einer Stecker-PV-Anlage, umweltfreundlichen Strom erzeugen und so eine Menge Geld sparen! Die Verlosung dieser Anlage findet anlässlich des **"Nordpfälzer Sonnentags" am Sonntag, den 16.07.23 in der Imsweiler Mühle statt, ein traumhafter Ort für Feste und Feiern: www.imsweiler-muehle.de**

Wenn Sie ein Thema haben und Fachperson auf einem bestimmten Gebiet sind, aber nicht genug Reichweite allein generieren können und Sie mit der digitalen Welt nicht so vertraut sind, dann melden Sie sich gerne bei uns. Unter der **Rubrik "Autoren und Fachpersonen" stellen wir Ihr Expertenwissen vor und teilen es über unsere sozialen Netzwerke, so dass Ihr Thema mehr Aufmerksamkeit generiert. Wir freuen uns auf Ihre Beiträge!**

Die Digitalisierung und KI ist mit schnellen Schritten auf dem Vormarsch! Langsam, aber sicher hält die Digitalisierung auch bei den Ärzten Einzug. Das E-Rezept, dass schon seit einigen Jahren angekündigt wurde, kann nun **endlich ab 01. Juli** 2023 von Ärzten ausgestellt und von den Patienten direkt an die bevorzugte Apotheke über die App übermittelt werden. Dort kann das Medikament bequem abgeholt oder per Botendienst überbracht werden. Die bekannteste E-Rezept-App ist wohl die der gematik – sie heißt „Das E-Rezept". Diese können Sie sich kostenfrei im Apple App Store und über Google Play herunterladen.

Unter dem Motto **„Gestalte Deine Stadt" von Unser Lautern – herzlich digital**, haben sich Jugendliche und Erwachsende in verschiedenen Workshops bei der Gestaltung eines multifunktionalen Raums im Rahmen von **Stadt.Raum.Wir** eingebracht. Wie es weiter geht, lesen Sie Innenteil des Magazins.

Natürlich stellen wir Ihnen auch wieder einige regionale Ausflugsziele und Fernreisen vor. Die Reise mit der Artania geht weiter von der Westküste Spaniens ins Sherry Paradies, Jerez de la Fronterra, mit einer der bekanntesten Sherry Brennereien Spaniens. Danach geht´s weiter nach Lissabon.

Nehmen Sie an unserem Gewinnspiel teil und abonnieren Sie unseren Newsletter. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und wünschen Ihnen viel Glück und einen schönen Sommer!

Ihre Ursula Engelmann

Inhaltsverzeichnis

Kultur - Musik - Events

06 Partner Locations
08 Pfalz Digital
09 Pfalz Digital Gewinnspiele
42 Events
48 Unser LIne-Up für das Altstadtfest Kaiserslautern
68 KL mit Wirkung
70 Buchtipps

Wohnen - Garten - Bauen - Auto

14 Nordpfälzer Sonnentag
16 Der Nordpfälzer Sonnentag im Imsweiler Hof
58 Home Staging
60 Kärcher - Unsere Leistungen
62 Dr. Rechs Vitanal
76 Trendseller Holz im Garten
78 Schritt für Schritt zur perfekten Garenparty









Lifestyle - Essen - Gesundheit

18 Klassiker auf dem Rost
20 Lust auf Meer!
36 Reisetipp
38 Das E-Rezept kommt
41 Sommerzeit ist Pollenzeit
66 Serviceleistungen erleichtern den Urlaub
65 Wandern im Pfälzerwald

















ASZ GALAPPMÜHLE



An der Galappmühle 3
67659 Kaiserslautern
0631 3163633
galappmuehle.de

HARDROCK CAFÉ

Rittersberg 2
67657 Kaiserslautern
0631 61805



BREMERHOF



Bremerhof 1
67663 Kaiserslautern
0631 31 63 20
bremerhof-kl.de

ZUR FEIERMAUS

Auf der Brücke 6
67661 Kaiserslautern
06301 7988277
zur-feiermaus.de



DONNERSBERGHALLE



Obermühle 1
67806 Rockenhausen
06361 993215
rockenhausen.de

MÜHLE AM SCHLOSSBERG

Schlossberg 16
67681 Wartenberg
06302 923 40
muehle-schlossberg.de



EDITH-STEIN-HAUS



Engelsgasse 1
67657 Kaiserslautern
0631 36380
kunstgriff-event.de

FRUCHTHALLE KAISERSLAUTERN

Fruchthallstraße 10
67655 Kaiserslautern
0631 365 34 50
kaiserslautern.de



IRISH HOUSE KL



Eselsfürth 11
67657 Kaiserslautern
0631 40680
irishhouse.de



Wir unterstützen die Region mit unserer Kulturförderung.

www.sparkasse-kl.de

Sparkasse Kaiserslautern

IHR PARTNER FÜR DRUCKPRODUKTE

und vieles mehr ...

KERKERDRUCK.DE

Telefon 06301/7987-0 • daten@kerkerdruck.de



PFALZ DIGITAL

Das Portal für uns Menschen aus der Pfalz !

Haben Sie sich schon das neue Portal Pfalz Digital angeschaut? Im Mai haben wir einen Relaunch gestartet und das Portal für Sie so richtig aufgepeppt. Noch **mehr Infos, Events, News, Tipps, Jobs und Partner aus der Region und nicht zu vergessen unsere Gewinnspiele.**

Werden auch Sie Teil von Pfalz Digital - das geht ganz einfach:

- **als Unternehmen über eine Mitgliedschaft**
- oder **wenn Sie sich als Fachperson auf einem bestimmten Gebiet bezeichnen**, nicht genug Reichweite allein generieren können und Sie mit der digitalen Welt nicht so vertraut sind, dann melden Sie sich gerne bei uns.

Unter der **Rubrik Autoren und Fachpersonen stellen wir Ihr Expertenwissen vor und teilen es über unsere sozialen Netzwerke, so dass Ihr Thema mehr Aufmerksamkeit generiert.**

Was haben Sie als Unternehmen davon?

- Sie erhalten eine eigene Landingpage auf Pfalz Digital
- Größere Sichtbarkeit - erhöhen so Ihre Reichweite
- werden in unterschiedlichen Themenblöcken präsentiert!
- Neue potenzielle Kunden werden auf Sie aufmerksam!
- Sie können Ihre Termine über unsere Eventseite kostenfrei eintragen!
- Ihren Onlineshop direkt verlinken und den Verkauf Ihrer Produkte/-oder Dienstleistungen ankurbeln.
- Mehr Umsatz!
- Ihr Unternehmen mit den richtigen Partnern vernetzen!
- die Vorteile unserer sozialen Netzwerkgruppen nutzen, Ihre Angebote, Dienstleistungen teilen!

Sie wollen mehr darüber erfahren – rufen Sie uns an oder schicken Sie uns eine E-Mail, wir beraten Sie gerne:

Engelmann Promotion
Tel.: 06301 -796455
E-Mail: info@engelmann-promotion.de



Gewinnspiele auf Pfalz Digital



Auf Pfalz Digital findest du immer großartige Gewinnspiele – es lohnt sich, hier regelmäßig vorbeizuschauen: gemeinsam mit unseren Partnern bringen wir tolle Preise an den Start.

Verlosung einer Stecker-PV-Anlage

Nehmen Sie jetzt an unserem Gewinnspiel teil und sichern Sie sich die Chance auf diese tolle Photovoltaik-Anlage!



Am Sonntag, den 16.07.23 findet in der Imsweiler Mühle der "Nordpfälzer Sonnentag" statt, bei dem es um wichtige Themen wie erneuerbare Energien, Mobilität, Bauen und Wohnen oder Ernährung geht. Freuen Sie sich auf Info- und Verkaufsstände, Kurzvorträge, ein Kinderprogramm, leckere Speisen und Getränke sowie Live Musik.
An diesem Tag wird eine hochmoderne mobile Photovoltaikanlage verlost, die Sie ganz einfach zu hause installieren können, um **umweltfreundlich Strom zu erzeugen und bares Geld zu sparen!**

JETZT QR CODE SCANNEN ODER AUF WWW.PFALZDIGITAL.DE TEILNEHMEN

2 Freikarten für Simon & Garfunkel Tribute



Zwei Stimmen, die perfekt harmonieren, akustische Gitarren, die dies gefühlvoll unterstützen, Songs zwischen Folk und Pop, die Musikgeschichte geschrieben haben: Mrs. Robinson, Homeward bound, The Boxer...

All das hat die **Central Park Band** zu bieten – aber es ist mehr als das! Rock 'n' Roll, Kraft, Energie und Dynamik sind die andere Seite des Repertoires von Simon & Garfunkel und des Repertoires der Central Park Band: Baby driver, The sounds of silence, Call me Al.

Es ist schon eine Menge Handwerk dabei – aber viel mehr sind es Gefühl, Leidenschaft und Atmosphäre, die sich von der Bühne auf das Publikum übertragen. So gehört es zu den magischen Momenten eines Central Park Konzerts, wenn ein ganzer Saal oder ein Marktplatz in den Refrain von „Bridge over troubled water" einstimmt! Ganz authentisch wie bei „I am a rock" oder mit stimmigen Eigeninterpretationen wie bei „El condor pasa": **die Central Park Band erweckt die Musik von Simon & Garfunkel in jedem Fall zu neuem Leben!**

JETZT QR CODE SCANNEN ODER AUF WWW.PFALZDIGITAL.DE TEILNEHMEN

Gesundheit Fitness Lifestyle...

...neu definiert, mit dem einzigartigen, patentierten **HEALY**, einem der kleinsten Gesundheitsysteme der Welt.



DAS EINZIGARTIGE MEDIZINPRODUKT

WEARABLE – für Gesundheit, Wohlbefinden und Balance

Dein Healy ist nur wenige Klicks entfernt!

Der Healy ist das **erste Wearable für Mikrostrom und Frequenztherapie**. Er **analysiert in Echtzeit die notwendigen Frequenzen**, die du gerade brauchst und überträgt diese auf deinen Körper. Genau dahin, wo Disbalancen ausgeglichen werden sollen.

Du hast Fragen zum Healy? Gerne beantworten wir dir alle Fragen per E-mail oder telefonisch.

Informationen unter:
info@engelmann-promotion.de
Telefon: 06301 - 79 64 55

ENGELMANNPROMOTION
360° AGENTUR





Setze Dich mit uns gemeinsam für eine nachhaltige Zukunft ein!

Die NordPfalzEnergie eG ist eine Bürger-Energie-Genossenschaft, ihre Mitglieder sind Bürger:innen, denen der Erhalt der Erde in einer lebensfreundlichen Form am Herzen liegt.

Ein wesentliches Ziel der Genoss:innen ist es, den Ausbau der Erneuerbaren Energien voranzutreiben, vor allem bei sich vor Ort in der Nordpfalz und am besten mit viel regionaler Wertschöpfung. Außerdem betreiben wir so viel wie möglich Bewusstseinsbildung, informieren also darüber, was alles möglich ist, um nachhaltiger zu leben.

Ganz viele Infos über uns, aber auch über zahlreiche Nachhaltigkeitsthemen aus den Bereichen Erneuerbare Energien, Mobilität, Bauen & Wohnen sowie Ernährung bieten wir Dir zum Beispiel am großen „NordPfälzer Sonnentag" am 16. Juli (siehe rechts).

Du willst am liebsten sofort aktiv werden?

Sehr gerne kannst Du natürlich – ganz einfach – Mitglied bei uns werden. Unser Beitrittsformular und alle nötigen Infos findest Du auf unserer Homepage.

Wenn Du außerdem günstig, einfach und kurzfristig Deinen eigenen Sonnenstrom produzieren möchtest, dann ist bestimmt unser Angebot für eine Stecker-PV-Anlage – auch Balkonkraftwerk genannt – interessant.

Mit diesem kleinen Solar-Kraftwerk kannst Du nicht nur Deinen eigenen Ökostrom produzieren, sondern noch dazu bares Geld sparen. Denn je nach Stromverbrauch hat sich die Anlage schon nach wenigen Jahren selbst bezahlt gemacht.

Eine Stecker-PV-Anlage besteht meist einfach aus zwei Solarmodulen, einem sogenannten Micro-Wechselrichter (er macht den Strom der Module passend für das Hausnetz) und einem Anschlusskabel. Zusätzlich braucht es dann nur noch Befestigungsmaterial für die Installation.

Unser Angebot besteht aus zwei Solarmodulen (400 Wp), einem Wechselrichter (600 W, Deye SUN600G3-EU-230 WIFI) sowie einem 4,5 m langen Anschlusskabel. Für Mitglieder kostet das Paket nur **555,- EUR**; für Nicht-Mitglieder fallen 50,- EUR zusätzlich an.

Alle weiteren Angebots- und Bestell-Infos findest Du natürlich auf unserer Homepage: www.nordpfalzenergie.de

Am NordPfälzer Sonnentag verlosen wir eine Stecker-PV-Anlage. Also noch ein Grund dabei zu sein.

NordPfalz Energie eG

Natürlich Energie gewinnen



NordPfalz
Energie eG

NORDPFÄLZER SONNENTAG

Nachhaltig Zukunft gestalten

Erneuerbare Energien | Mobilität | Bauen & Wohnen | Ernährung

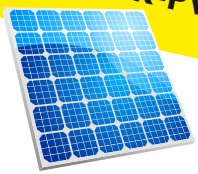
Sonntag, 16.07.23, 11 - 18 Uhr

in der Imsweiler Mühle

Mühlweg 1, 67808 Imsweiler

- Info- und Verkaufsstände
- Kurzvorträge
- Kinderprogramm
- Speisen & Getränke
- Live Musik mit Mississippi Tree

VERLOSUNG
EINER STECKER-PV-ANLAGE



In der Pfalz ganz oben
Donnersbergkreis

Weitere Infos unter:

www.nordpfalzenergie.de

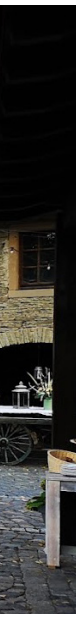
NORDPFÄLZER SONNENTAG am Son







ntag, 16.07. in der Imsweiler Mühle



Am Sonntag, 16.07.2023 findet in der Imsweiler Mühle der Sonnentag der Nordpfalz Energie eG statt!

Höhepunkt der Veranstaltung ist zweifellos, die Verlosung einer Stecker-PV Volta-Anlage im Wert von 605,00 €.

Wenn Sie sich die Chance auf den Gewinn einer Photovoltaikanlage nicht entgehen lassen wollen, dann kommen Sie zwischen 11:00 – 17:00 Uhr in die Imsweiler Mühle, und wenn Sie möchten, registrieren Sie sich vorab auf www.pfalzdigital/Gewinnspiele

Neben Info- und Verkaufsständen wird es ein buntes Kinderprogramm, Vorträge sowie Livemusik und natürlich lecker Speisen und Getränke im Mühlenhof und in der Mühlenscheune geben!

Sie kennen die Imsweiler Mühle noch nicht, dann schauen Sie sich ein wenig auf ihrer Homepage um. Die Mühle ist sehr beliebt und bekannt als Hochzeitslocation und ist offen für aller Art von Veranstaltungen, Geburtstage, Familienfeste und Seminare.



Das Ambiente und die Gastfreundlichkeit der Familie Täubert wird sie begeistern!

Freuen Sie sich auf einen bunten Nachmittag und notieren Sie sich gleich das Datum 16.07., damit Sie dieses tolle Event in der Imsweiler Mühle nicht verpassen!

Imsweiler Mühle
Susana Täubert
Mühlweg 1
67808 Imsweiler

E-Mail: info@imsweiler-muehle.de
www.imsweiler-muehle.de



Klassiker auf dem Rost - Wer ans Grillen denkt, denkt zwangsläufig auch an Bratwurst

(akz-o) Glühende Kohlen und der unwiderstehliche Duft bruzzelnder Steaks und Würstchen – Sommerzeit ist Grillzeit. Gerade Familien nutzen die warme Jahreszeit, um zusammen zu essen und die gemeinsame Zeit zu genießen. Dabei werden die Deutschen beim Grillen immer professioneller und stürzen sich mit Feuereifer auf neue Cuts und Gartechniken aus der ganzen Welt.

Thüringer, Merguez & Co.

Dennoch, wer ans Grillen denkt, denkt immer auch an Bratwurst. Umfragen zufolge gehören bei sieben von zehn Personen Bratwürste einfach dazu und bei Familien steht die knackige Leckerei nach wie vor ganz hoch in der Gunst. Regionale Rezepturen, handwerklich hergestellt vom Fleischer vor Ort, sind besonders gefragt. Hier treffen Thüringer, Nürnber-

ger & Co. natürlich voll ins Schwarze, aber auch die feurige Merguez vom Lamm, die luftgetrocknete Chorizo mit feuriger Paprika-Note oder die grobe Salsiccia begeistern die Hobbygriller. Mit über 1.800 verschiedenen Sorten sucht die Wurstvielfalt zwischen Flensburg und Garmisch ohnehin weltweit ihresgleichen. Bei der Wurstpelle achten immer mehr Verbraucher auf Natürlichkeit: Saitling statt Plastik, Schweinedarm statt Kunsthülle, so die Devise. Die Vorteile der „Edelhülle" liegen auf der Hand: Naturdarm lässt das Wurstaroma besonders gut zur Geltung kommen und sorgt für den knackigen Biss. Zudem ist der Darm von Schaf, Schwein und Rind eine ganz natürliche Ressource, muss nicht extra hergestellt werden und wird ganz einfach mitgegessen.

Grilltipps vom Fachmann

Die beste Wurst und das beste Equipment nutzen aber nichts, wenn man nicht weiß, wie man damit umgehen soll. „Beim Bratwurstgrillen ist Geduld gefragt", weiß Dirk Hübenbecker, Obermeister der Hamburger Fleischerinnung. Er empfiehlt:

-Erst mit dem Grillen zu beginnen, wenn die Kohle durchgeglüht ist.

-Der Abstand zwischen Glut und Rost sollte mindestens eine Handbreit betragen.

-Grillwürste vertragen keine allzu hohen Temperaturen. Bei über 160° C platzt die Pelle, das Fett tropft auf die Glut und fängt Feuer.

-Bratwurst sollte zunächst direkt über der Glut schön braun gegrillt werden. Danach lässt man sie etwas abseits der Glut bei niedrigerer Hitze fertig ziehen.

Und der Obermeister bestätigt: *Grillwürste im Naturdarm haben einen viel besseren Geschmack und diesen ganz besonders knackigen Biss."

■ *Besuchen Sie unseren neuen ONLINE-SHOP*
www.metzgerei-peter-braun.de

■ *Krisenfester Arbeitsplatz*
in unserer Region

Metzgerei BRAUN

Erlenhöhe 2 • 66871 Konken • Telefon: 06384-9215-0 • Telefax: 06384-921588
info@metzgerei-peter-braun.de • www.metzgerei-peter-braun.de
0160 99566262

Lust auf Meer - Je



Foto: Ursula Engelmann

rez de la Frontera



Blick auf Jerez de la Frontera

Alcázar und Kathedrale







Fotos: Ursula Engelmann







Plazar, Alcazar, Bistro



Fotos: Ursula Engelmann

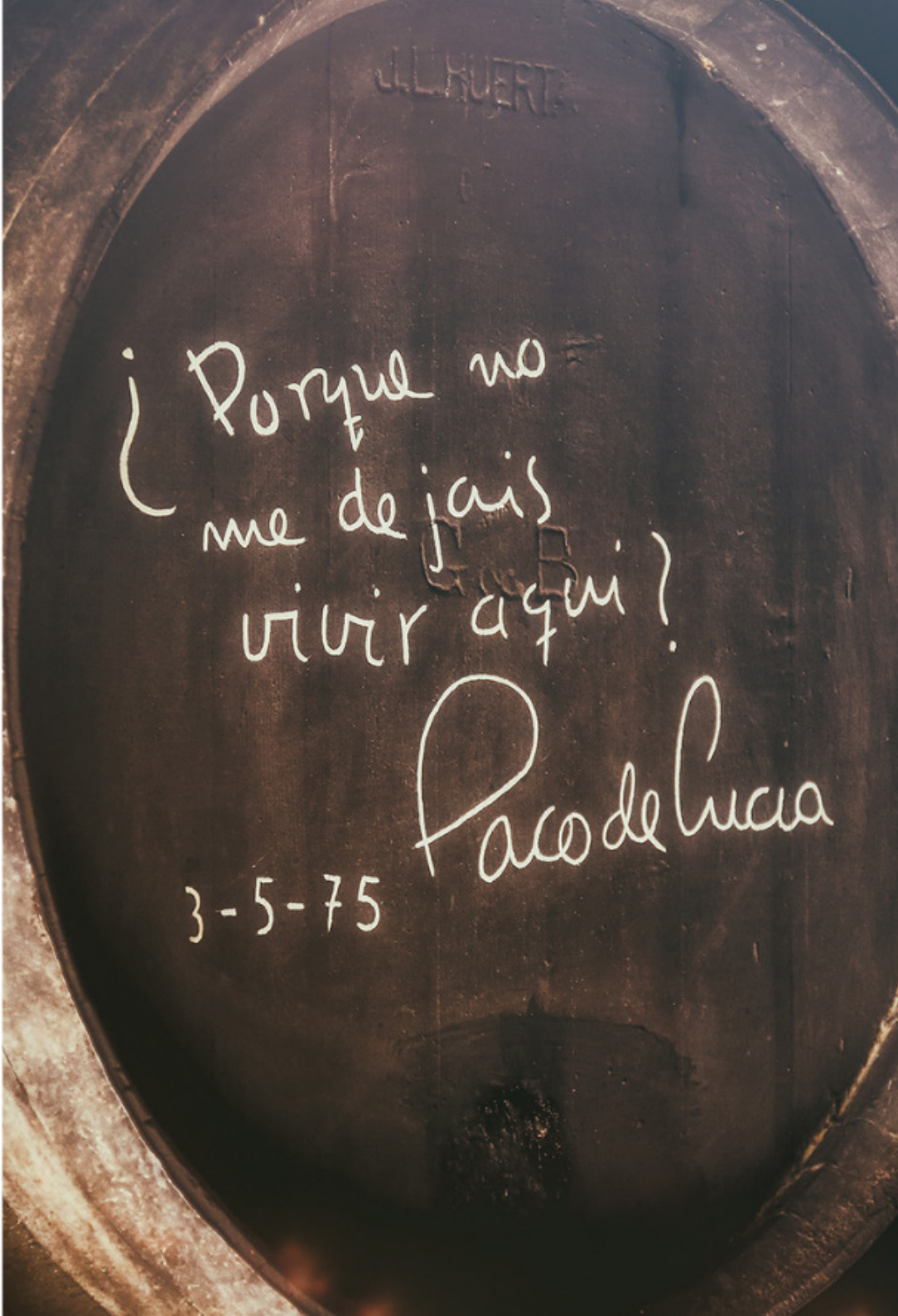




Sherrybrennerei Jerez Gonzalez Byass



Fotos: Ursula Engelmann


¿Porque no
me dejais
vivir aqui?
Paco de Lucia
3-5-75



Fotos: Ursula Engelmann





Fotos: Ursula Engelmann





Fotos: Ursula Engelmann



Ich liebe das Reisen!

Eine ganz besondere Reise, war die Reise mit der Artania eimen Kreuzfahrtschiff 2018, mit dem wir von Genua nach Spanien, Portugal – Madeira bis zu den Kanaren gefahren sind.

Es war eine großartige Reise und wir haben viel erlebt. Ein besonderes Erlebnis war der Aufenthalt in Jerez de la Frontera, der bekanntesten Ort Spaniens für die Herstellung Brandy bzw. Sherry. An jedem Ort an dem Wein hergestellt wird, gibt es einen eigenen Brandy. **Brandy de Jerez** ist ein geschützter Name. Der Unterschied zum Sherry liegt wohl in der Destillation und der Lagerung!

Heute geht es um Sherry, der Weinfamilie González Byass und um Mäuse, die cleverer sind als mancher Mensch, sie trinken Sherry!

Venenciador Pepe -José Gálvez Buzón arbeitete bis zu seiner Rente im Jahr 1956 er als Venenciador bei Jerezanischen Sherrybodega Gonzalez Byass. Er war ein einfacher, fleißiger Arbeiter und nahm sich täglich sein Brot mit zur Schicht. Eines Tages bemerkte er während seiner Pause dass die heruntergefallenen Brotkrumen von Mäusen die zwischen den Botas (Fässern) lebten weggeschnappt wurden. Pepe fand das amüsant und meinte, dass trockenes Brot für die Mäuse nicht reichte und so stellte er ihnen auch ein Glas mit süßem Sherry hin.

Bald bemerkte er, dass es sehr schwierig für die kleinen Nager war das obere Glasende zu erreichen, und so baute er Ihnen eine kleine Holzleiter. Von nun an konnten die Mäuse den köstlichen Sherrytrunk nach Herzenslust genießen.

Das tun sie bis heute. Dabei hinterlässt der Alkohol auch bei den possierlichen Tierchen seine Wirkung … Wenn man Glück hat kann man diesem Schauspiel bei einem Besuch der Bodega zuschauen.

Anscheinend hat es sich auch unter den Tieren herumgesprochen wie köstlich der Wein schmeckt und so kommen auch andere Besucher vorbei!

Eine andere Version, die uns bei dem Besuch der Brennerei erzählt wurde ist die, dass die kleinen Nager dazu genutzt werden um festzustellen wie hoch die Gasentwicklung in den Kellern mit den gelagerten Fässern ist. Liegt eine Maus neben der kleinen Leiter, sollte man den Raum nicht mehr betreten! Ob das heute noch so ist, bezweifele ich allerdings!



Fotos: Ursula Engelmann



MONTENEGRO

28.04. - 05.05.2024

von der ADRIA zum SCHWARZEN MEER– – die >>Schwarzen Berge << geben diesem wunderschönen Fleckchen Erde seinen Namen. Geschichtsträchtige 0rte - bekannte Städte, eine Zugfahrt ins Hinterland, Felsenkloster - Seen:einfach landschaftliche Vielfalt. Die durchaus erwähnenswerte Gastfreundschaft trägt mit dazu bei: MONTENEGRO schätzen und lieben zu lernen.

1.Tg vom Flughafen Anreise an die bezaubernde Riviera von Budva (Hotel Bracera oder gleichwertig)

2.Tg Ausflug Kolasin, Nationalpark Biogradska Gora und Kloster Moraca. Anreise mit dem Zug von Bar in den wunderschön gelegenen 0rt Kolasin. Umgeben von Bergen und Bergseen ist Kolasin eine der bedeutendsten Skiorte in Montenegro. Auf einem einheimischen Gut erfahren Sie, wie der bekannte Schinken hergestellt wird. Das nächste Ziel: Biogradska Gora, der älteste Naturpark Montenegros. Mehr als 2000 Pflanzenarten sind hier beheimatet. Sie besichtigen das in einer Schlucht gelegene Kloster Moraca. Aus römischer Zeit ist das Portal erhalten, etliche Fresken aus dem 13.Jh

3.Tg Cetinja, Bucht von Kotor, Njegusi und Budva. Der Ausflug beginnt mit dem Besuch von Cetinje, der ehemaligen Hauptstadt. 1871 entstand hier die Residenz des Königs, heute ein Museum mit Exponaten der königlichen Familie. Ein Spaziergang durch die Altstadt, bevor es weiter in Richtung Njegusi geht, das für seinen „Schinken" bekannt ist. Rückfahrt nach Budva. Venezianer, 0smanen,Serben, Kroaten und Slowenen prägten dieses Stadtbild.

4.Tg Porto Montenegro, Tivat, Perast und Kotor. Zuerst geht die heutige Route zum Porto Montenegro. Das immer noch im Bau befindliche Areal ist der erste umfassende hochmodernen Tiefwasser-Luxus-Yachthafen an der Adria. Weiter geht es zum Hafen von Tivat, um auf die Insel Gospa od Skrpjela zu gelangen. Zur Besichtigung stehen an: die prachtvolle Kirche aus dem 16. Jh in Carrara-Marmor, prächtige Skulpturen und über 2000 Votivtafeln zeigen das Leben der Bürger. Danach Bootsfahrt nach Perast, bevor Sie die faszinierende Altstadt von Kotor (UNESCO-Weltkulturerbe) besichtigen.

5.Tg Ausflug Skutari-See, Virpazar und Sveti Stefan.Wir besuchen zunächst den Park Skadarsko Jezero. Ein kurzer Rundgang durch das kleine Örtchen Virpazar, bevor es heißt: Leinen los !! die Bootsfahrt auf dem größten See des Balkans entführt den Besucher in eine Welt fernab jeglicher Zivilisation; glänzt mit einzigartigen Naturschönheiten und dient als Refugium für Pelikane. Weiter geht es dann nach Sveti Stefan zum Fotostopp - schlichtweg das Bilderbuchmotiv an der Küste.

6.TG Kloster Ostrog und Weingut Zenta. Am heutigen Tag sehen Sie die spektakulärste Sakralanlage und bedeutendste Pilgerstätte Montenegros: das Kloster Ostrog, welches malerisch in den Fels gehauen ist. Anschließend Fahrt zum Weingut Zenta mit Besichtigung und Verkostung.

7.Tg Ruhetag - zur individuellen Gestaltung - - wie wäre es mit einem Bummel durch die Altstadt von Budva ??

8.Tg Rückflug

Infos und Buchung:
www.hagspiel-reisen.de





DAS E-REZEPT KOMMT...
UND WIR KÖNNEN DAS AUCH.

Ab dem **erstem Juli** werden Ärzte Verordnungen als E-Rezepte ausstellen. Diese werden in Form eines QR-Codes oder als Ausdruck erstellt. Zur Bestellung in ihrer Apotheke vor Ort können dann verschiedene E-Rezept-Apps genutzt werden.
Oder sie kommen einfach persönlich bei uns vorbei.
Wir bieten auch weiterhin individuelle Beratung, persönlich oder per Telefon und bei Bedarf Lieferung Ihrer Medikamente nach Hause.

Sehr gerne sind wir auch in Zukunft für Sie da.

Pfaffplatz-Apotheke

Vital-Apotheke

Guten Tag® Apotheke

WIR SIND FÜR SIE DA!

Apotheken vor Ort sind gerade jetzt ein unverzichtbarer Bestandteil des Gesundheitssystems.

Trotz all der Beschränkungen der vergangenen Wochen sind wir weiter für unsere Kunden da und stehen helfend zur Seite.

Wir beliefern, beraten, beruhigen und betreuen. Persönlich vor Ort oder per Telefon.

Danke für Ihr Vertrauen.

PFAFFPLATZ APOTHEKE
Monika Behrend e.Kfr.
Aktiv für Ihre Gesundheit

Pfaffplatz 10 | 67655 Kaiserslautern
Tel. 0631-14311 | Fax 0631-17086
www.pfaffplatz-apotheke.de
direkt@pfaffplatz-apotheke.de

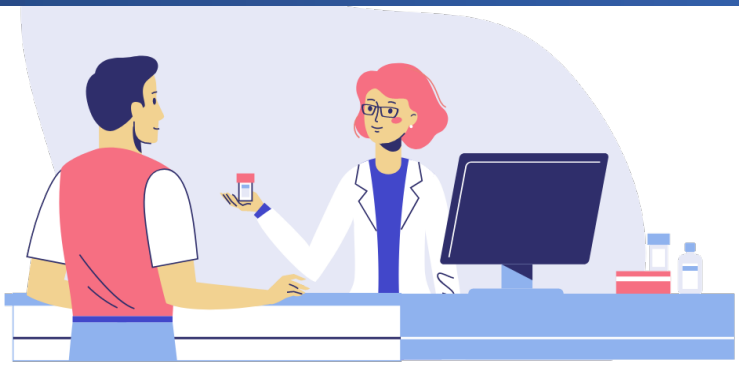
VITAL APOTHEKE
Monika Behrend e.Kfr.
Aktiv für Ihre Gesundheit

Bismarckstraße 74 | 67655 Kaiserslautern
Tel. 0631-97988 | Fax 0631-37100157
www.vitalapotheke-kl.de
info@vitalapotheke-kl.de

ALSENZ APOTHEKE
Monika Behrend e.Kfr.
Aktiv für Ihre Gesundheit

Schlossstraße 47 | 67722 Winnweiler
Tel. 06302-92220 | Fax 06302-922299
www.alsenz-apotheke.de
contact@alsenz-apotheke.de

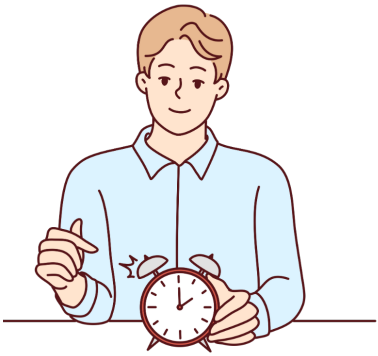
Die Vorteile des E-Rezepts



Die Einführung des neuen E-Rezepts am dem erstem Juli erleichtert viele Arzt- und Apothekengänge erheblich. Welche Vorteile das E-Rezept bietet, haben wir für Sie zusammengefasst.

Zeitersparnis und nie wieder Zettelwirtschaft!

Keine Sorge, wenn der Rezeptzettel einmal verloren geht. Alle E-Rezepte werden sicher gespeichert. Folgerezepte im laufenden Quartal können ohne zusätzlichen Arztbesuch direkt digital auf die App übermittelt werden.



Bequeme Beschaffung der Medikamente

Über die E-Rezept-App können Versicherte ihr Rezept an ihre bevorzugte Apotheke senden. Sie erfahren schnell, ob das gewünschte Medikament vorrätig ist. Medikamente können bequem von zu Hause aus vorbestellt und anschließend abgeholt oder geliefert werden - ganz nach den individuellen Bedürfnissen.



Suche nach der passenden Apotheke

Egal ob auf dem Weg zur Arbeit, beim Einkaufen oder unterwegs - mit der E-Rezept-App finden Patientinnen und Patienten immer die passende Apotheke in ihrer Nähe. Die App informiert über aktuelle Öffnungszeiten und zeigt an, ob eine Apotheke einen Botendienst anbietet.



Einlösen von Rezepten für Angehörige

Viele Versicherte kümmern sich um pflegebedürftige Angehörige, die den Weg zum Arzt oder zur Apotheke nicht allein bewältigen können. Mit der E-Rezept-App können sie die verschriebenen Medikamente für diese Angehörigen oder auch für Nachbarn abholen, sofern diese über eine elektronische Gesundheitskarte mit PIN verfügen. Dank der Familienfunktion können Versicherte auf ausdrücklichen Wunsch andere Personen in ihrer eigenen E-Rezept-App autorisieren, um deren Rezepte einzusehen und in der Apotheke einzulösen.

Datensicherheit

Vom Arzt bis zur Apotheke werden E-Rezepte bei der digitalen Übertragung mehrfach verschlüsselt und sicher gespeichert, um unbefugten Zugriff zu verhindern. Nur Personen im Besitz des Rezeptcodes haben Zugriff auf das E-Rezept. Dies sind die ausstellende Arztpraxis, die Apotheke, in der das Rezept eingelöst wird, und die Person, für die das Rezept bestimmt ist. Der Rezeptcode kann auch an ausgewählte Personen weitergegeben werden.

Lade dir jetzt eine E-Rezept in deinem App-Store runter!



Pollenzeit: Was hilft bei Heuschnupfen?

(spp-o) Beim Einatmen von Blütenpollen antwortet das Immunsystem von Menschen mit einer Pollenallergie mit einer Überreaktion. So als wollte unser Organismus Krankheitserreger abwehren, werden verschiedene Botenstoffe, zum Beispiel Histamin, ausgeschüttet.

Das versetzt den Körper in Alarmbereitschaft. Typische Heuschnupfensymptome wie Niesattacken, Schnupfen, tränende Augen und Juckreiz sind die Folge.

Bestimmte Medikamente, sogenannte Antihistaminika, können Abhilfe schaffen. Sie gehen jedoch teilweise mit Nebenwirkungen wie Kopfschmerzen oder Müdigkeit einher. Folgende Tipps können Betroffenen im Alltag helfen, entspannter durch die Pollenzeit zu kommen.

Um die Symptome zu lindern, gilt es, die Immunreaktion abzuschwächen, zum Beispiel, indem die Ausschüttung von Histamin gesenkt oder der Botenstoff schneller abgebaut wird.

Neben Antihistaminika gibt es auch bestimmte Vitamine, Mineralstoffe und andere natürliche Stoffe, die eine solche Wirkung haben. Allergiker können sie als Präparate (einzeln oder kombiniert) einnehmen.

Mehr Infos unter: www.vitamindoctor.com/Heuschnupfen



Events

Kaiserslautern

Fruchthalle

Fr. 07.07.2023, 20:00
Lesionada | Candela Capitan

Sa. 08.07.2023, 20:00
Lesionada

MPK

Sa. 17.06.2023, 18:00
„Lange nacht der Kultur"
Interaktive Führung und mehr.

Di. 20.06.2023, 18:00
Kuratorenführung

Mi. 21.06.2023, 12:30
DIE GRAPHISCHE SAMMLUNG PABLO PICASSO " – KABINETTAUSSTELLUNG ANLÄSSLICH SEINES 50. TODESTAGES!

Sa. 01.07.2023, 15:00
Bild des Monats & Treffen mit Freunden:
„Die neue Möbelserie des Foyers: Eine ungewöhnliche Verbindung von Kunst und Handwerk"

So. 02.07.2023, 11:00
Familienführung: „Natürlich schön"

Di. 04.07.2023, 18:00
Kuratorenführung: „KONKRET Kunst: Rundgang durch die Sonderausstellung"

Do. 06.07.2023, 19:00
Klima Talk „ Artists for Nature"
So. 16.07.2023, 11:00
Familienführung: „Optische Täuschung"

Di. 18.07.2023, 18:00
Kuratorenführung „Artists for Nature"

So. 23.07.2023, 10:30
Kunstgespräch & Buffet „Artists for Nature"

Salon Schmitt



Sa. 29.07.2023, 20:00
Kai & Funky feat. Birte Volta
Gibt es eine deutsche Rock-Band, von der die meisten Songs auch nach über 50 Jahren kaum etwas an Aktualität verloren haben? Wahrscheinlich nicht viele, aber mit Sicherheit eine: Ton Steine Scherben. Nach dem frühen Tod ihres Sängers Rio Reiser (†1996) stand die Band im neuen Jahrtausend in verschiedenen Formationen wieder auf der Bühne. Zwei Ur-Scherben touren noch bis heute durch deutschsprachige Länder: Gründungsmitglied Kai Sichtermann (Bass, seit 1970) und Drummer Funky K. Götzner (ab 1974, jetzt Cajón). Ab April 2023 spielen sie zusammen mit der Singer/Songwriterin-Nomadin Birte Volta (Gesang, Gitarre). Birte verinnerlicht sowohl den Folk- Blues als auch den daraus entstanden Rock`n`Roll mit Leidenschaft und Poesie und greift auf langjährige Strassen- und Bühnenerfahrung im In- und Ausland zurück, mit ihrem Solo-Projekt sowie als Sängerin und Gitarristin in diversen Formationen dieser Genres. Das Trio schöpft aus dem Repertoire Rio Reisers und der Scherben und hält die Erinnerungen an eine rebellische Zeit wach: Die Radikalität der Scherben, die eine gelebte Alltags-Radikalität war.

Sa. 01.07.2023, 20:15
SHAIAN-Open Air im Innenhof

Dexheim

Kulturscheune Dexheim

Fr. 16.06.2023, 20:00
Bryan Adams Tribute

Sa. 17.06.2023, 20:00
Night Fever-A Tribute To The Bee Gees

So. 18.06.2023, 18:00
voXXclub-Die Große Show

Sa. 24.06.2023, 23:00
Rodgau Monotones und The Sweet zur Niersteiner Sommernacht

So. 25.06.2023, 18:00
Irish Folk mit Cara

So. 06.05.2023, 20:00
Goldplay.Live

Sa. 01.07.2023. 14:00
Dexheimer Harkorennen

So. 16.07.2023, 11:00
WeinGroove Musik-Wein-Genuss

Sa. 05.08.2023, 19:00
Frontm3n

Sa. 12.08.2023, 19:00
Konstantin Wecker Trio

Saarbrücken

Garage

Fr. 16.06.2023, 19:00
Poetry Slam

Sa. 17.06.2023, 18:30
Lord Of The Lost feat. Special Guests

Sa. 17.06.2023, 23:00
80's VS. 90's

Do. 22.06.2023, 19:00
Monster Magnet

Sa. 24.06.2023, 23:00
2000 Plus mit DJ Jay-O

So. 25.06.2023, 18:30
Polaris Tour 2023

Sa. 01.07.2023, 18:00
Wolfmother-Summer Tour 2023

So. 02.07.2023, 15:00
Reality Bites Fest 2023

Mo. 03.07.2023, 19:00
The Interrupters

Mo. 07.08.2023, 18:00
Pennywise European Tour 2023

So. 11.06.2023, 19:00
Asking Alexandria – European Tour 2023
Di. 15.08.2023, 18:30
Sepultura Quadra Tour 2023

Deidesheim

Boulevardtheater Deidesheim

Do. 29.06.2023, 19:30
Loss mer moi Ruh
Loss mer moi Ruh-Männer, Schnupfen und andere Wehwechen.
Leidende Männer mitten in der Mildlife-Crisis!

Gerade mal in der Mitte des Lebens und schon stellen sich die ersten Wehwehchen

ein. Rheuma plagt in den Gelenken, Bandscheibenvorfall durch die harte Arbeit der letzten Jahre oder gar Bluthochdruck, durch den ewigen Stress. Was ist nun das Ende vom Lied? Man findet sich in einer Reha, zwischen all den anderen Leidenden wieder!

So geht es natürlich auch Gallen-Günther und Fettleber-Franz - zwei (schwerst) leidende Männer und komplett unterschiedliche Typen, die sich tagein, tagaus, nach anstrengenden Rehabehandlungen, auf ihrer schon (fast) reservierten Parkbank im idyllischen Kurpark treffen. Klar, dass bei so vielen Mitstreitern in der Klinik zuerst einmal geklärt werden muss, wer die größten Qualen erleidet, wer die meisten Tabletten schluckt und nicht zu vergessen: wer die hübscheste Therapeutin hat und somit vorne liegt im Midlife-Crises-Wettstreit. Dazu kann einer nur sagen: „Loss mer moi Ruh - da hilft kein Arzt mehr!"

Ein witziger, charmant-frecher Blick auf leidende Männer mitten in der Midlife-Crisis vor und nach überstandener Kurpackung!



Fr. 30.06.2023, 20:00
Sa. 01.07.2023, 17:00 & 20:00
Sa. 29.07.2023, 17:00 & 20:00
Single Camping - Wenn Amor dir die Stange hält

Fr. 07.07.2023, 20:00
Bleib doch zum Frühstück!

Do. 20.07.2023, 19:30
Do. 27.07.2023, 19:30
Fr. 04.08.2023, 20:00
So. 06.08.2023, 18:00
Mach dich naggisch-Bums un ferdisch!

So. 23.07.2023, 18:00
Die Leich im Rhoi

Bechtolsheim

KulturGut Bechtolsheim

Sa. 17.06.2023, 20:00
Marcus Eaton

Fr. 30.06.2023, 20:00
Zelia Fonseca & Magdalena Matthey

Fr. 14.07.2023, 20:00
Esskapaden mit Coolsville

Fr. 28.07.2023, 20:00
Christina Lux feat. Oliver George

Sa. 12.08.2023, 20:00
MO TOWN „ Summer Soul"

Idar Oberstein

Fr. 14.07.2023, 20:00
Staatsorchester Rheinische Philharmonie

Sa. 24.06.2023, 15:30
34. Idar-Obersteiner Altstadtlauf 2023

Sa. 24.06.2023, 19:30
Joseph Haydn „Die Jahreszeiten"

Do. 13.07.2023, 16:00
Messe Idar-Oberstein Kinder-Kultur-Party

Fr. 14.07.2023, 19:00
Messe Idar-Oberstein Thomas D & The KBCs

Waldfischbach-Burgalben

Bürgerhaus

Sa. 24.06.2023, 18:00
Feuerwehrfest

Neustadt an der Weinstraße

Do. 22.06.2023, 19:00
Lesung mit Katja Edelmann Meine Auszeiten/Pfalz

Fr. 23.06.2023, 21:00
100% Schlager Potpourri

Sa.25.03.2023, 15:30
HR Big Band - Pippi, Carlsson und Co im Sendesaal des HR Frankfurt
So.26.03.2023, 15:30
HR Big Band - Pippi, Carlsson und Co im Sendesaal des HR Frankfurt

Neunkirchen

Neue Gebläsehalle

Do, 22.06.2023, 18:30
Lionheart

Fr.23.06.2023, 20:00
Riverside

So. 02.07.2023, 19:30
Dr. Mark Benecke-Insekten auf Leichen



Fr. 21.07.2023, 18:00
1001 Nacht- Tanzmanufaktur

Am Freitag, dem 21. Juli, um 18 Uhr präsentiert die „Tanzmanufaktur – Akademie für Ballett und Modernen Tanz" die Uraufführung des Tanztheaters „1001 Nacht" in der Neuen Gebläsehalle Neunkirchen.

200 TänzerInnen entführen das Publikum in die bunte Welt des Orients und erzählen eine neue magische Geschichte in zwei Akten für Groß und Klein. Prächtige Kostüme, abwechslungsreiche Musik und spannende Charaktere versetzen den Zuschauer in eine einzigartige Welt voller Zauber und Magie. Die Besucher erwartet ein dramatisches Tanztheater mit Einflüssen aus Klassischem Ballett, Spitzentanz, Modern Dance und Contemporary, getanzt von Kindern bis semiprofessionellen TänzerInnen.

Die Tanzmanufaktur existiert seit 2018 unter der Leitung von Lisa Kilthau-Merscher und ist eine Tanzakademie für Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Kirkel-Limbach.
Ab dem Alter von vier Jahren können Kinder zunächst Preballett und kreativer Kindertanz, später klassisches Ballett, Modern Dance, Contemporary und Jazz Dance erlernen.

Mo, 24.07.2023, 20:00
Hania Rani



CENTRAL PARK BAND

Zwei Stimmen, die perfekt harmonieren, akustische Gitarren, die dies gefühlvoll unterstützen, Songs zwischen Folk und Pop, die Musikgeschichte geschrieben haben: Mrs. Robinson, Homeward Bound, The Boxer.

Ein magischer Moment – wenn ein ganzer Saal oder ein Marktplatz in den Refrain von „Bridge over troubled water" einstimmt!
All das hat die Central Park Band mit ihrem Tribute to Simon & Garfunkel zu bieten – aber es ist mehr als das! Eine Band mit Rock 'n' roll, Kraft, Energie und Dynamik sind die andere Seite der Songs von Paul Simon und Art Garfunkel und des Repertoires der Central Park Band: Baby driver, The sounds of silence, Call me Al.

Sei dabei, wenn die Central Park Band am 28.10.2023 live in der Fruchthalle auftritt! Sichere dir Tickets auf www.tickets.kunstgriff-event.de oder über den QR-Code.

Pfalz Digital verlost Freikarten! mehr dazu auf www.pfalzdigital.de oder auf Seite 11.

Altstadtfest
Kaiserslautern







Vom 30. Juni. bis 2. Juli verwandelt sich die Altstadt von Kaiserslautern drei Tage und zwei Nächte lang in eine riesige Open-Air-Landschaft.

Von Rockmusik bis Soul und Blues, von japanischer Kochkunst bis hin zu Pfälzer Spezialitäten, von hochwertigen Lederartikeln bis zum individuellen Schmuckstück - auf dem Altstadtfest ist für jeden Geschmack etwas dabei.

150.000 Besucherinnen und Besucher genießen diese bunte Mischung aus Unterhaltung, Kultur und kulinarischen Köstlichkeiten jedes Jahr im Sommer in der Lautrer Altstadt.

Wie so viele Feste, musste auch das Altstadtfest von 2019 bis 2022 ruhen. Daher freuen wir uns sehr, dass das Altstadtfest nach drei Jahren im Corona-Trockendock 2023 wieder in See stechen kann.

Auch Kunstgriff ist dieses Jahr wieder dabei. Wir bieten an allen Tagen Live-Musik von vielen tollen Künstlern! Unsere Bühne findest du auch dieses Jahr wieder in der Salzstraße vor Euronics Kafitz & Antes.







Das Programm der Kunstgriff Bühne:

Freitag, 30.06.

19:00 - 23:00 Offbeat S. 38

Samstag, 01.07

14:30 - 16:30 Rainbow Rockets S. 39
17:00 - 19:30 Country to Go S. 40
20:00 - 23:00 LIO S. 41

Sonntag, 02.07

12:00 - 13:30 Scarlett Musikschule S. 42
14:00 - 16:00 Steffie & the Backbeats S. 43
16:30 - 18:30 Crazy Heart Connection S. 44
19:00 - 22:00 Word up Band - Janet und Uli S. 45



FR 30.06 / 19^{00}-23^{00}

OFFBEAT

Bei dieser Band ist der Name nicht Programm, denn mit ihrer Live-Performance sind sie immer auf dem Punkt!

Die fünf aus Ramstein stammende Jungs zeigen mit ihrer Liederauswahl eine große Vielfalt verschiedener Musikrichtungen. Ob ZZ Top, Billy Idol, Linkin Park oder Eminem, für jeden ist etwas dabei. Egal ob Stadtfest, Kerwe oder private Veranstaltung, überall wird gefeiert und die Bühne gerockt.

Wie heißt die Band, die die Party rockt? Offbeat!



SA 01.07 / 14^{30}-16^{30}

Rainbow Rocket

Rainbow Rocket ist eine Formation, die alle musikalische Grenzen sprengt.

Mit Manuel Bastian an Gitarre und Gesang sowie Jonas Jenet am Bass und Gesang bieten sie ein bretes Repertoire, das sämtliche Stilrichtungen umfasst. Von Jazz bis Heavy Metal - bei Rainbow Rocket ist alles möglich.

Die Band hat die **Kunst perfektioniert, verschiedene Genres zu vereinen** und dabei ihren **einzigartigen Klang** zu bewahren.

Ein außergewöhnliches Merkmal von Rainbow Rocket ist die Tatsache, dass Manuel Bastian das Schlagzeug mit seinen Füßen spielt. Diese unkonventionelle Herangehensweise verleiht ihrer Musik eine einzigartige Dynamik und Tiefe, die das Publikum mitreißen.

Dank dieser innovativen Spielweise erzeugen sie den Sound einer vollständigen Band und lassen das Publikum staunen.



SA 01.07 / 17^{00}-19^{30}

CountryToGo

Der aus Fort Worth;Texas stammende Joe Hawkins und sein Freund Harry Hubrich waren viele Jahre mit der Country Rock Band NightHawk **auf den großen Bühnen in Deutschland und Europa** unterwegs.

Nach ihrem Austieg gewannen sie 2015 den International Country Music Award ; Best Duo und begeisterten als Opener bei Nashville Stars wie Buddy Jewell oder den Bellamy Brothers.

Seit 2017 werden Joe (Sänger/Bassist) und Harry (der gleichzeitig Gitarre und Schlagzeug spielt) , von Pit Trapp, einem der besten Gitarristen der Szene, verstärkt.

Ob Country Rock oder eher traditionell ; bei CTG finden sich alle Stile im Programm wieder. Durch ihre Natürlichkeit , gepaart mit musikalischer Professionalität, zaubern die Cowboys **eine unvergleichliche Saloon Atmosphäre von der Bühne.**



SA 01.07 / 20^{00}-23^{00}

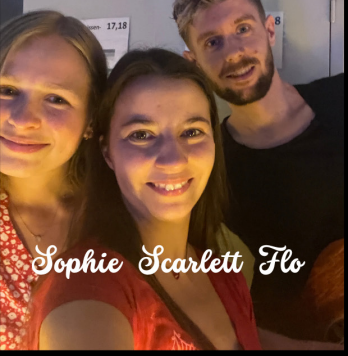
LIO

Wir sind eine Rockband aus dem Raum Kaiserslautern, die sich im Oktober 2015 gegründet hat und bestehen aus den Mitgliedern Leonard Stahl, Marco Gries, Alexander Bernhard und Christian Matzke.

Im unserem Set, das wir ständig verändern und ergänzen, befinden sich **selbstgeschriebene Titel und diverse Coversongs aus der gesamten Geschichte der Rockmusik.**















SO 02.07 / 12^{00}-13^{30}

SCARLETTS MUSIKSCHULE

Hier treffen und verbinden sich **Musiker aller Stilrichtungen** um gemeinsamen Musik zu machen. In unterschiedlichen Besetzungen traten sie bereits auf Veranstaltungen wie Hochzeiten und anderen Feierlichkeiten auf.

An diesem Tag werden Mitglieder aus dem ehrenamtlichen Chor und wetere Duo und Trio Besetzungen zu hören sein.

Wie die Musiker selbst, wird es ein facettenreiches Programm geben. Von ganz eigenen einfühlsamen Interpretationen bekannter Songs, über Musical Songs aus The Greatest Showman, bis hin zu Coversongs von Coldplay und vielen anderen populären Künstlern.



SO 02.07 / 14^{00}-16^{00}

STEFFI & THE BACKBEATS

Die drei Musikanten aus Kaiserslautern kennen sich schon lange aus verschiedenen Bands und haben festgestellt, dass sie viele gemeinsame „Lieblingssongs" mit coolen Backbeats haben.

Für eine private Geburtstagsfeier wurde passende Musik gesucht und „Steffi & the Backbeats" wurde geboren.

Das Repertoire erstreckt sich von der Neuzeit, Lady Gaga und Adele, über das Mittelalter, Sade und The Cure, bis zur Antike, Fleetwood Mac und The Beatles.

Viele Songs sind originell interpretiert, und wurden so noch nicht gehört.



SO 02.07 / 16^{30}-18^{30}

Crazy Heart Connection

Die „Crazy Heart Connection" steht für eigene, **authentische** Blues & Roots Musik und betrachtet Musik als kreativen, lebendigen Prozess mit ausreichend Raum für **Improvisation und Spontaneität**.

Ursprünglich als Duo gegründet hat sich die „Crazy Heart Connection" im Laufe der Jahre zu einer kompletten Band mit Ihrem eigenen Stil zwischen Blues und Rock entwickelt. Die Musik nimmt Euch mit auf eine Reise ausgehend von langsamem, atmosphärischem Blues über Bluesrock bis hin zu schnellem Rock mit psychedelischen Elementen und erzählt Geschichten von ausgedehnten Reisen, Rastlosigkeit und langen, blueslastigen Mitternachtsstunden. Zusammen mit Daniela Eger am Gesang, Sascha Giro an der Gitarre, Max Paul an Piano, Hammond Orgel und Steel – Gitarre, Marc Kambach am Schlagzeug und Michael „Blacky" Schwartz am Bass präsentieren wir eine Kombination aus selbstgeschriebenen Liedern und eigenständig interpretierten Blues- und Rocktiteln.



SO 02.07 / 19^{00}-22^{00}

WORD UP BAND - JANET UND ULI

Die aus Baltimore/USA stammende Sängerin Janet Taylor und ihre WORD UP BAND aus Frankfurt / Main / Hessen bietet Ihnen bundes-, europa- und weltweit professionelles **Live-Musik-Entertainment auf höchstem Niveau** voller Lebendigkeit und Energie auf immer angenehmen Lautstärkepegel.





HOME STAGING: IMMOBILIEN E

txn. Es ist nicht mehr so einfach, ein Haus oder die Eigentumswohnung zu verkaufen. Wer erfolgreich sein will, sollte einiges beachten – vor allem das professionelle Aufbereiten und Präsentieren der Immobilie ist wichtig. Denn nur so hebt sie sich von anderen Angeboten ab und wird für Kaufinteressenten attraktiver.

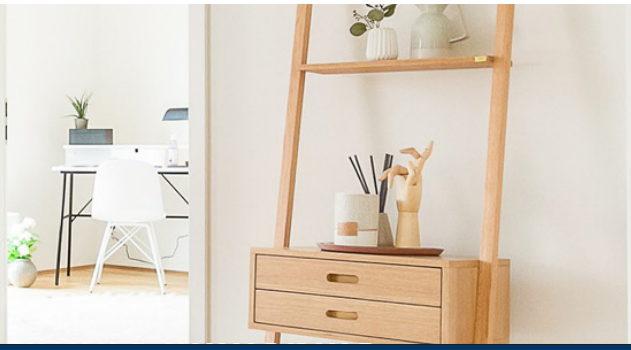
Der erste Eindruck muss stimmen, ob auf den Internet-Fotos oder bei der persönlichen Besichtigung. „Die besonderen Vorzüge der Immobilie sollten betont werden, damit sie sofort ins Auge fallen", erklärt Nadine Rieth von der Deutschen Gesellschaft für Home Staging und Redesign (DGHR). Das gelingt Home Stager*innen selbst bei bisher schwer verkäuflichen Immobilien.
Mit Ihrer Expertise gestalten Sie Räume, die ihre Wirkung sowohl in Immobilienportalen als auch vor Ort erzielen und Kaufinteressenten begeistern. ‚Hier möchte ich wohnen' sollte der erste Gedanke beim Betreten sein und dafür müssen die Räume aufgeräumt und großzügig wirken. Wer das Gefühl hat, sofort und ohne viel Arbeit einziehen zu können, ist deutlich kauffreudiger.



RFOLGREICH VERKAUFEN

Deswegen sorgen Home Stager*innen dafür, dass bei Bedarf entrümpelt und kleine Schönheitsreparaturen durchgeführt werden. Unnützes und Unmodernes wird ebenso aus den Räumen entfernt wie alles Persönliche. „Wir empfehlen, das Haus so neutral wie möglich zu präsentieren. Top renoviert in tadellosem Zustand", so Nadine Rieth. Mit einem frischen Anstrich und gut ausgeleuchtet, wirken Räume größer und heller, was ein wichtiges Kaufkriterium ist. Moderne Accessoires und dezente Möblierungen sollten optimal platziert sein.

Für alle Interessierten gibt es unter www.dghr-info.de zehn Tipps zum Selbermachen. Hier finden sich auch die Kontaktdaten von Home Staging-Profis vor Ort.



Für Ihre Immobilie
das beste Konzept!
Mehr-Ideen
Mehr-Präsenz
Mehr-Service
Tel. 0631 7500710
Schillerplatz 6 · 67655 KL
Tel. 0631 7500710
St. Martinsplatz 6 · 67657 KL
immobilien-kafitz.de
IMMOBILIEN
KAFITZ
Exklusiver Partner der Volksbank Kaiserslautern eG



UNSERE SERVICELEISTUNGEN.



Kärcher Shop
In unserem Kärcher Shop finden Sie sowohl Reinigungsgeräte und Zubehör für den Haus- und Gartenbedarf, als auch Reinigungslösungen für Gewerbekunden. Zudem helfen wir Ihnen gerne bei der Beschaffung von Verbrauchs- und Gebrauchsmaterial.



Werkstatt
Unsere Werkstatt bietet einen umfassenden Service für Ihre gewerblichen Kärcher-Geräte. Von Reparatur über Sicherheitsüberprüfung bis hin zur Wartung oder Full-Service ist hier alles möglich. Die Geräte können unkompliziert zu den Öffnungszeiten abgegeben oder bei Bedarf auch bei Ihnen abgeholt werden. Auch ein Service bei Ihnen vor Ort ist durch unseren Werkskundendienst realisierbar.



Großmaschinen-Werkstatt
Für Gebäudedienstleister, Kommunen und die Industrie, haben wir eine Großmaschinen-Werkstatt. Hier werden Scheuersaug- und Kehrmaschinen fachmännisch geprüft, gewartet und instandgesetzt.



Gewerbliche Geräte werden bei Auslieferung oder Abholung auf Wunsch entsprechend fachmännisch eingewiesen. Eine Unterweisung des Bedienpersonals ist ebenfalls nach Absprache vor Ort möglich – sprechen Sie uns auf diese individuellen Möglichkeiten gerne an.



Vo
Wi
Vo
las
kö
de
un
Re
un
fle
sp
We
Fir
Ve



Sc
In
tru
de
hi
Sc
ei
an
Int
ge



Tra
Sie
Ma
un
Pr
po



Be
Zu
bie
Fa
fü
Ihr
wi

KÄRCHER

Niederlassung Kaiserslautern
Mainzer Straße 87, 67657 Kaiserslautern
Telefon: +49 (0) 631 361 559-0
Fax: +49 (0) 631 361 559-10
Email: kaercher.kaiserslautern@vertrieb.kaercher.com
www.kaercher.de



rführ-Center und Mietpark
ir haben ein großes Sortiment an
rführmaschinen in unserer Nieder-
ssung vorrätig. Als Gewerbekunde
nnen Sie sich damit regional von
r Reinigungsleistung und Qualität
serer Produkte überzeugen. Viele
inigungsgeräte bieten wir über
seren bundesweiten Mietpark zum
xiblen Einsatz zur Miete an –
rechen Sie uns gerne bei Bedarf an.
eiterhin stehen Ihnen attraktive
nanzierungsmöglichkeiten zur
rfügung.

hulungszentrum
unserem eigenen Schulungszen-
um schulen wir Ihre Mitarbeiter an
n Kärcher Maschinen. Mit Blick
nter unserer Kulisse. Am Ende der
hulung erhalten Ihre Mitarbeiter
n Kärcher Zertifikat. Teilnehmer-
zahl ab 10 Personen. Für nähere
formationen stehen wir Ihnen
rne zur Verfügung.

ansport von Maschinen
e benötigen Ihre eigenen Kärcher
aschinen in einem anderen Objekt
d benötigen Unterstützung? Kein
oblem, wir übernehmen den Trans-
rt für Sie.

eratung
r Lösung Ihrer Reinigungsaufgabe
eten wir Ihnen eine entsprechende
chberatung vor Ort an. Das Vor-
hren und Testen von Geräten bei
nen rundet unsere Beratung ab und
rd Sie überzeugen.

REINIGEN WIE DIE PROFIS.

Die Kärcher Professional-Geräte können Sie ganz einfach mieten. Online oder direkt in Ihrer Kärcher Niederlassung Kaiserslautern. Wir freuen uns auf Sie!



ONLINE MIETEN – DIREKT BEI KÄRCHER.

1. QR-Code scannen
2. Gerät auswählen
3. Niederlassung und Zeitraum wählen
4. Kontaktdaten eingeben
5. Bestätigung erfolgt per E-Mail



WICHTIG:
Kaution muss hinterlegt und Personalausweis vorgezeigt werden.

43480

Öffnungszeiten
Montag–Freitag: 9.00–12.00 Uhr und 13.00–18.00 Uhr
Samstag: 9.00–13.00 Uhr

DR. RECH'S VITANAL



AUS PFLANZEN - FÜR PFLANZEN

biologische Dünger und Substrate für gesundes Pflanzenwachstum

- **hergestellt aus nachwachsenden Rohstoffen, vegan**
- **umweltfreundlich, ohne Chemie, frei von tierischen Bestandteilen**
- **anwendungsfreundlich, keine Gefahr der Überdüngung**

Pflanzengefäße | **Dünger und Substrate** | **Zubehör**

BESUCHEN SIE UNSEREN ONLINE-SHOP:

WWW.VITANAL.COM

WEILERBACHER STRASSE 94, 67661 KAISERSLAUTERN
TEL.: 0631 - 350 80 33 | E-MAIL: INFO@VITANAL.NET

Vitanal: Ein Leitfaden für erfolgreiches Düngen und optimales Pflanzenwachstum

Das Düngen spielt eine entscheidende Rolle in der landwirtschaftlichen und gärtnerischen Praxis, da es die Nährstoffversorgung von Pflanzen verbessert und somit ein gesundes und robustes Wachstum fördert. Ein Produkt, das in diesem Bereich besonders herausragt, ist Vitanal. In diesem Artikel werden wir die Bedeutung des Düngens beleuchten, die Rolle von Vitanal und die wichtigsten Punkte, die bei der Düngung beachtet werden sollten.

Warum ist Düngen wichtig?

Pflanzen benötigen eine ausgewogene Ernährung, um optimal zu wachsen und ihre volle Produktivität zu entfalten. Während Wasser und Licht grundlegende Bedürfnisse sind, sind Nährstoffe wie Stickstoff, Phosphor und Kalium (NPK) für eine gesunde Pflanzenentwicklung unerlässlich. Diese Nährstoffe sind oft nicht in ausreichenden Mengen im natürlichen Boden vorhanden, insbesondere in stark bewirtschafteten oder degradierten Böden. Hier kommt das Düngen ins Spiel.

Die Rolle von Vitanal:

Vitanal ist ein hochwertiger Dünger, der speziell entwickelt wurde, um Pflanzen mit den benötigten Nährstoffen zu versorgen und ihr Wachstum zu fördern. Er enthält eine ausgewogene Mischung von Makronährstoffen, Mikronährstoffen und anderen wichtigen Elementen. Vitanal zeichnet sich durch seine hohe Löslichkeit und schnelle Verfügbarkeit für die Pflanzen aus. Dadurch kann es effizient von den Wurzeln aufgenommen werden und liefert den Pflanzen die essentiellen Nährstoffe in einer optimalen Zusammensetzung.

Wichtige Punkte bei der Düngung mit Vitanal:

Die richtige Dosierung: Eine Über- oder Unterdüngung kann negative Auswirkungen auf das Pflanzenwachstum haben. Es ist wichtig, die empfohlenen Dosierungsrichtlinien zu beachten und die Düngung regelmäßig zu überprüfen. Vitanal bietet klare Anwendungsempfehlungen, die berücksichtigt werden sollten, um eine Über- oder Unterdüngung zu vermeiden.

Düngemittelwahl: Je nach Pflanzenart, Wachstumsstadium und Bodenbedingungen können unterschiedliche Düngemittel erforderlich

sein. Vitanal bietet eine breite Palette von Produkten, die speziell auf die Bedürfnisse verschiedener Pflanzen abgestimmt sind. Es ist ratsam, das richtige Produkt für den jeweiligen Anwendungszweck auszuwählen.

Zeitpunkt der Düngung: Der Zeitpunkt der Düngung ist ebenfalls entscheidend. In der Regel erfolgt die Düngung vor dem Pflanzenwachstum, während der Wachstumsphase und gegebenenfalls während der Blüte- oder Fruchtphase. Vitanal kann je nach Bedarf und Pflanzenart entsprechend angewendet werden.

Das Düngen spielt eine essenzielle Rolle bei der Förderung des gesunden Pflanzenwachstums und der Steigerung der Erträge. Vitanal ist ein hochwertiges Düngemittel, das den Pflanzen die benötigten Nährstoffe in optimaler Zusammensetzung liefert. Durch eine bodengerechte Dosierung, sorgfältige Auswahl des Düngemittels und Berücksichtigung des richtigen Zeitpunkts der Düngung kann eine effiziente und erfolgreiche Pflanzenkultivierung erreicht werden. Investieren Sie in die Gesundheit Ihrer Pflanzen mit Vitanal und ernten Sie die Vorteile eines starken und vitalen Pflanzenwachstums.

Unsere Produkte findest du auf: www.vitanal.com





Wandern im Pfälzerwald

Ein frischer Wind streift durch die dichten Baumkronen, während die Sonnenstrahlen sanft durch das Blätterdach des Pfälzer Waldes dringen. Der Geruch von Moos und Erde liegt in der Luft, während der Boden unter den wandernden Füßen knirscht. **Willkommen im Pfälzer Wald, einem Ort, der Abenteuerlustige aus aller Welt anzieht und ein Paradies für Wanderbegeisterte darstellt.**

Die Möglichkeiten zum Wandern im Pfälzer Wald sind **schier endlos.** Ob man sich für einen Tagesausflug oder eine mehrtägige Trekkingtour entscheidet, es gibt Routen für jeden Geschmack und jede Konditionsstufe. **Von gemütlichen Spaziergängen entlang der Weinberge bis hin zu anspruchsvollen Bergpfaden** – hier findet jeder seine passende Herausforderung.

Eine der bekanntesten Wanderstrecken im Pfälzer Wald ist der **Pfälzer Weinsteig.** Auf einer Gesamtlänge von 170 Kilometern führt dieser Fernwanderweg durch malerische Weinberge, dichte Wälder und idyllische Dörfer. Unterwegs laden gemütliche Weinstuben und Winzerhöfe zu einer **genussvollen Rast** ein, bei der man die regionalen Weine und kulinarischen Spezialitäten der Pfalz kennenlernen kann.

Für diejenigen, die sich nach einem echten Abenteuer sehnen, bietet **der Teufelstisch** bei Hinterweidenthal eine besondere Attraktion. Dieses **einzigartige Naturphänomen** ist ein gigantischer Sandsteinfelsen, der auf drei kleineren Steinen ruht und eine beeindruckende Höhe von 14 Metern erreicht. Die Wanderung zum Teufelstisch führt durch enge Schluchten und über schmale Pfade, die Nervenkitzel und **atemberaubende Ausblicke** bieten.

Neben der beeindruckenden Natur bietet der Pfälzer Wald auch **kulturelle Schätze**. Auf den Wanderungen trifft man immer wieder auf Burgruinen, historische Burgen und Fachwerkdörfer. Diese Zeugnisse vergangener Zeiten verleihen der Landschaft einen zusätzlichen Charme und machen das Wandern im Pfälzer Wald zu einer Zeitreise durch die Geschichte.

Service-Leistungen erleichtern den

txn. **On the road again** – für viele ist das Urlaubsgenuss pur. Ob die Balearen erkunden, mitten im Atlantik die Kanarischen Inseln erleben oder auf Fernreisen an den Küsten Australiens den Blick auf den Ozean genießen: Wer am Urlaubsort Land und Leute kennenlernen möchte, braucht ein gewisses Maß an **Mobilität**.

Kein Wunder also, dass Mietwagen im Urlaub **besonders beliebt** sind – tragen sie doch deutlich zum Vergnügen bei. Denn wer mobil unterwegs ist, erlebt **viel Freiheit** und lernt die Region in allen Facetten kennen. Das Wunschauto sollte aber nicht erst am Urlaubsort gebucht werden, sondern möglichst vorher. Online oder im Reisebüro kann dann ausgewählt werden, welche Zusatzausstattung benötigt wird – zum Beispiel Kindersitze oder Dachgepäckträger. „Wichtig ist auch vorher zu prüfen, dass wichtige Leistungen wie ausreichender Versicherungsschutz für alle Situationen, kostenfreie Änderung der Reservierung oder freie Kilometerleistungen inklusive sind", erläutert Thorsten Lehmann vom Ferienautospezialisten Sunny Cars.

Besonders interessant ist der Ohne-Kaution-Service. Mit dieser Zusatzleistung brauchen Urlauber beim lokalen Flottenanbieter keine Kaution für den Mietwagen zu hinterlegen – und benötigen damit auch keine Kreditkarte für die Fahrzeugübernahme. Mit dem Express-Service wiederum sparen sich Fahrer*innen lästige Wartezeiten ein und können sofort mit dem Ferienauto in den Urlaub starten.

Weitere Infos unter www.sunnycars.de.



txn. Mit dem richtigen Mietwagen wird eine Reise individueller, abwechslungsreicher und inspirierender. Urlauber sollten deshalb rechtzeitig buchen. Wer vor Ort am liebsten auf die Kautionszahlung verzichten möchte, kann den Ohne-Kaution-Service nutzen.
txn-Foto: koca777/Sunny Cars

Urlaub



IHR Autopflege Profi in Mehlingen
Am Wasserturm 13/Gewerbegebiet

FB AUTOPFLEGE

- Entfernung von Tierhaaren
- Nanoversiegelung, Polieren
- Farbauffrischung innen und außen
- Waschen/Saugen/Glasservice
- Motorwäsche, Innenreinigung
- Komplettaufbereitung

Telefon: 06303 921760 oder 0176 84866391 | E-Mail: FB-Autopflege@live.de

Durch die Innenreinigung mit Dampf mit bis zu 150° Grad
werden alle Viren und Bakterien abgetötet!

Gestalte deine Stadt

Worum geht´s?

Die Fläche direkt vor dem Pfalztheater liegt seit vielen Jahren brach. Jetzt wollen wir gemeinsam mit den Bürger:innen diesen freien Bereich mitten in der Innenstadt nutzen und neu gestalten. Ob Sportevent, Tanzabend, Konzert oder einfach als Ort für die Mittagspause – mit Sitzmöglichkeiten, Schattenplätze, Pflanzen, Sportmöglichkeiten und vielleicht einer kleinen Bühne, wollen wir hier einen neuen Ort für uns alle schaffen. Gemeinsam mit dem Citymanagement Kaiserslautern sind wir schon mitten in den Planungen.

Wie könnt ihr euch beteiligen?

Bereits im März haben wir in Bürgerworkshops Ideen zur Gestaltung, Nutzung und dem Namen der Fläche gesammelt.
Darauf aufbauend entwickeln Studierende der Raum und Umweltplanung mehrere Entwürfe für die Fläche. Über diese Entwürfe wird dann im Sommer auf www.klmitwirkung.de abgestimmt.



Wie geht´s dann weiter?

Danach wird der Gewinnerentwurf mit Unterstützung eines Planungsbüros umgesetzt. Dazu wird es ebenfalls eine Abstimmung geben. Dabei geht es z. B. darum, welche Sitzmöglichkeit gebaut oder auch welche Bepflanzungen umgesetzt wird.

Warum das alles?

Unsere Pläne zur Umgestaltung der Rasenfläche vor dem Pfalztheater gehören zum Projekt „Stadt.Raum.Wir." Wir wollen gemeinsam mit euch neue Ideen für den öffentlichen Raum gewinnen. Dabei geht es nicht nur um die Nutzung, sondern auch um die Gestaltung. Zeitgleich wollen wir auch viele verschiedene neue Aktivitäten und Events dort ausprobieren. Was gut funktioniert, soll dann auch in den nächsten Jahren weitergeführt werden.



Ihr wollt auf dem Laufenden bleiben?

Dann schaut auf: www.herzlich-digital.de/flaeche-vor-pfalztheater, meldet euch zum Newsletter an oder folgt uns auf Social Media.

@herzlichdigital

Das Kapital der Gesellschaft



Der Dortmunder Privatdetektiv Jupp Koslowski wacht halbtot im Krankenhaus wieder auf. Angefangen hat die ganze Sache mit einem Auftrag, bei dem zunächst alles nach dem Versuch aussieht, Jupps Klienten um das Erbteil an der Fluggesellschaft DLT – der Dortmunder Luft-Transport – zu bringen.

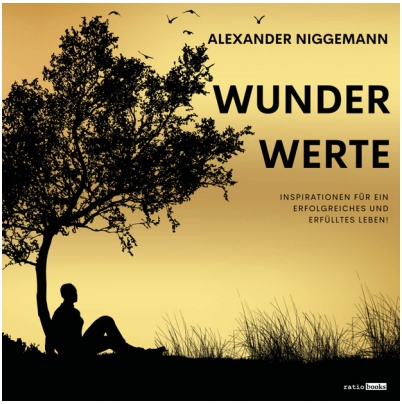
Schon bald sieht sich Koslowski einem verwirrenden Gestrüpp aus Investoren, Strohmännern, zwielichtigen Geschäftsleuten, Anwälten, Managern und Wirtschaftsprüfern gegenüber. Als Jupp dann bei der Beerdigung eines Prominenten auf alte Seilschaften und deren Verstrickungen mit der Politik der westdeutschen Bonner Republik stößt, wird klar, dass es um viel mehr geht, als um den Versuch von Wirtschaftskriminellen, ihr Schäflein ins Trockene zu bringen.

Während sich Schicht für Schicht vor Koslowski Machenschaften entblättern, die weit in Zeiten des kalten Krieges, der Erpressungen, Maulwürfe, Schläfer und Täuschungen zurückreichen, wird vor seinen Augen der erste Zeuge vergiftet und Jupp muss erkennen, dass die Hintermänner vor nichts zurückschrecken, damit Dunkles für immer dunkel und Stilles für immer still bleibt.

Wird Koslowski die Wahrheit finden, bevor alle Spuren verwischt, alle Beweise beseitigt und alle Zeugen tot sind

ratio books
Regionales • Kriminales • Vergnügliches

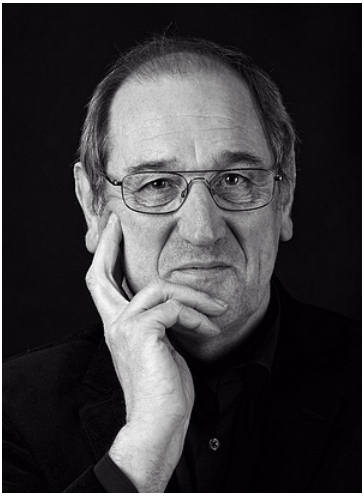
Schmutzige Geständnisse



Bist Du auf der Suche nach einer Möglichkeit, dein Leben auf sinnvolle Weise zu gestalten und dich persönlich und beruflich weiterzuentwickeln?
Dann ist „WunderWerte" das Buch, auf das du gewartet hast!

Der Autor stellt 55 inspirierende Werte vor, die dein Leben bereichern können - von Achtsamkeit und Dankbarkeit bis hin zu Mut und Selbstvertrauen. Die Werte werden nicht nur beschrieben, sondern auch anhand von praktischen Beispielen aus dem Alltag und der Geschäftswelt veranschaulicht. Lerne, wie du Werte aktiv in dein Leben integrieren und pflegen kannst, um in allen Lebensbereichen zu wachsen und dich zu stärken. Erfahre, wie du Werteorientierung und Geschäftserfolg in Einklang bringen und ein erfülltes Leben führen kannst. Dieses Buch ist eine Entdeckungsreise zu einer Welt voller positiver Werte, die dir helfen können, deine Ziele zu erreichen und deine Lebensqualität zu verbessern. Also lass dich inspirieren und entdecke deine eigenen Wunderwerte!

Franz König - Geschäftsführer ratio-books



Bücher waren und sind für mich etwas Besonderes. Weihnachten 1962 schenkten mir meine Eltern ein beachtlich dickes Buch: Wolfsblut von Jack London. Ich habe es geradezu verschlungen. Auch Schulbücher habe ich nicht wie andere Kinder nach der Schulentlassung entsorgt, sondern sie aufbewahrt. Büchertische faszinieren mich und auf Bücherflohmärkten finde ich immer etwas.

Seit vielen Jahren setze ich Wünsche eines Aachener Verlegers um, anfänglich wenige, dann aber zunehmend mehr. Anfang 2006 gründete ich den Verlag ratio-books in Lohmar. Hier verlege ich auf eigenes Risiko interessante Bücher und helfe angehenden Autoren bei der Herausgabe ihres Buches.



Entspannter Urlaub mit Hund

(mid/ak-o) **Wer die schönste Jahreszeit zusammen mit seinem Vierbeiner verbringen möchte, muss sich vorab gut informieren, denn andere Länder haben andere Regeln. So dürfen Hunde, wie zum Beispiel in Italien und Spanien, in der Regel nicht ins Restaurant und während der Ferienzeit nicht an den Strand. Wer sich rechtzeitig informiert ist auf der sicheren Seite.**

In europäischen Ländern muss man den blauen EU-Heimtierausweis, in dem unter anderem die Tollwutimpfung vermerkt ist, immer dabeihaben. Auch die Versicherungsnummer sollte man griffbereit haben. Hier ist vorab zu klären, ob der Hund auch im Ausland versichert ist. Zudem ist in der EU der elektronische Chip Pflicht. Zusätzlich muss der Hund den für das jeweilige Reiseland nötigen Impfschutz haben. Teilweise sind mehrere Impfinjektionen innerhalb mehrerer Wochen nötig.
Bei Reisen mit dem Auto gelten oft **besondere Beförderungsbestimmungen.** Hunde gelten als Ladung und müssen dementsprechend gesichert werden. Zum Beispiel in einer Transportbox oder mit speziellen Anschnallsystemen. Im Auto sollte **genügend Wasser** für den Hund sein, um ggf. Staus zu überbrücken. Alle zwei Stunden ist eine Pause einzulegen, damit der Hund ein paar Schritte gehen kann. Und: **Hunde niemals alleine im geparkten Auto lassen.** Sehr schnell wird es für den Hund im Autoinneren zu heiß und damit lebensgefährlich.

Wer sein Haustier im Zug, auf der Fähre oder im Flugzeug mitnehmen möchte, sollte sich vorab über die Beförderungsbestimmungen des jeweiligen Anbieters informieren. Hier gibt es Besonderheiten bezüglich Größe und Gewicht. Teilweise ist ein Maulkorb Pflicht. Oft fallen Zusatzkosten für den Transport an.
Damit dem Hund am Urlaubsort ein Nahrungswechsel erspart wird, sollte das gewohnte Futter eingepackt werden. Auf dem Halsband sollte am besten die Urlaubsadresse und Telefonnummer vermerkt werden, falls der Hund mal verloren geht. Bei gechipten Hunden können die Halterdaten europaweit ausgelesen werden.

GALAPPMÜHLE

Tagungs- & Freizeithaus

Seminare, Workshops, Schulungen, Gruppenangebote und vieles mehr





Kontakt: Susanne Runge
Tel. 0631 - 316 36 33 oder Tel. 0631 - 680 310 50
www.galappmuehle.de
E-Mail: susanne.runge@asz-kl.de



Sommerzeit ist Popcornzeit

(akz-o) Während der Sommer in Deutschland meist mit dem Jahresurlaub verbunden wird, beginnt im mittleren Westen der USA eine der reichsten Arbeitszeiten. Dort gilt: **Sommerzeit ist Popcornzeit.**

Der gentechnikfreie Anbau von Popcorn erreicht in den USA seinen Höhepunkt inmitten der warmen Jahreszeit. Von Anfang Mai bis Mitte Juni wird der amerikanische Puffmais gesät, sodass die Pflanzen in den sonnenreichsten Monaten des Jahres gedeihen und zum Ende des Sommers geerntet werden können. Die acht US-Bundesstaaten, die zum sogenannten „Maisgürtel der USA" gehören – Illinois, Indiana, Michigan, Kentucky, Iowa, Missouri, Nebraska und Idaho – zeichnen sich durch einen nährstoffreichen und fruchtbaren Boden sowie besonders weitläufige Flächen aus, die sich hervorragend für den Anbau eignen. Regelmäßige Niederschläge und ein ausgeklügeltes Bewässerungssystem der dort ansässigen Farmer sind weitere Gründe dafür, dass Popcorn vor allem im mittleren Westen der USA weit verbreitet ist.

Auch Verbraucher hierzulande profitieren von der Arbeit der amerikanischen Farmer durch ausgefallene, Rezeptideen wie beispielsweise einem feinem **Meeressalz-Karamell-Popcorn,** einem fruchtigen Popcornsnack mit Zitronenglasur und Mohnsamen oder köstliche Popcorn-Erdbeerriegel für unterwegs.

Entdecken Sie diese und viele weitere Ideen für die Zubereitung des gelben Korns und lassen Sie sich von einer großartigen Rezeptauswahl inspirieren: www.popcorn.org

Restaurant

Hotel

Biergarten

Feste feiern

...auf dem Bremerhof







Ansprechpartner

Tobias Maurer
tobias.maurer@bremerhof-kl.de



HOTEL ★★★
RESTAURANT
Bremerhof
BIERGARTEN

...die Idylle im Pfälzer Wald!

Bremerhof 1 I 67663 Kaiserslautern
Tel. (0631) 316320

www.bremerhof-kl.de



txn. Outdoor-Möbel aus Holz sind langlebig. Damit ihre natürliche Schönheit erhalten bleibt, brauchen sie regelmäßige Pflege: Leichte Verschmutzungen des Mobiliars mit Wasser und Naturseife entfernen. Anschließend empfiehlt sich eine Imprägnierung mit einem Terrassen-Öl auf Pflanzenbasis. Es schützt das Holz nachhaltig und frischt seine natürliche Schönheit langanhaltend auf.

Langlebigkeit und Schönheit bewahren

Trendsetter Holz im Garten

txn. **Im Outdoorbereich ist Holz nach wie vor beliebt: Als Terrassenboden oder Gartenmöbel setzt das natürliche Material charmante Highlights. Damit Holz seine Schönheit und Funktionalität behält, braucht es regelmäßig eine schonende Frischekur.**

Auf Hartholz-Möbeln lässt sich eine leichte Patina mit natürlicher Seifenlauge, Bürste oder Baumwolltuch entfernen. Sind hartnäckige Flecken auf Tischen oder Bänken hilft ein Tiefenreiniger wie die Bona Deep Clean Solution. Bei stark ergrauten Flächen empfiehlt sich ein sogenannter Holzentgrauer. Nach der Anwendung die Holzflächen mit klarem Wasser abspülen und mit einem Tuch gründlich trockenreiben.

Als Finish werden die Outdoor-Möbel mit einem pflanzlichen Öl imprägniert. Das Home Terrassen-Öl des schwedischen Holzspezialisten Bona eignet sich für alle Holzoberflächen im Freien. Die Mischung aus Pflanzenölen zieht tief ins Holz und schützt so vor Verschmutzung, Feuchtigkeit und Rissbildung. Einfach mit Pinsel oder Bürste in Richtung der Holzmaserung auftragen und anschließend gründlich mit einem Baumwolltuch polieren. So tritt auch die weiche Haptik und natürliche Schönheit des Holzes wieder hervor.

Bei Holzterrassen, die in der Fläche unansehnlich geworden sind, empfiehlt sich eine maschinelle Tiefenreinigung. Wer das mit einem Leihgerät nicht selbst machen möchte, kann dafür auch einen von Bona empfohlenen Handwerker beauftragen und die Terrasse sieht nach wenigen Stunden wieder wie neu aus.

Mehr Informationen gibt es unter www.bona.com.

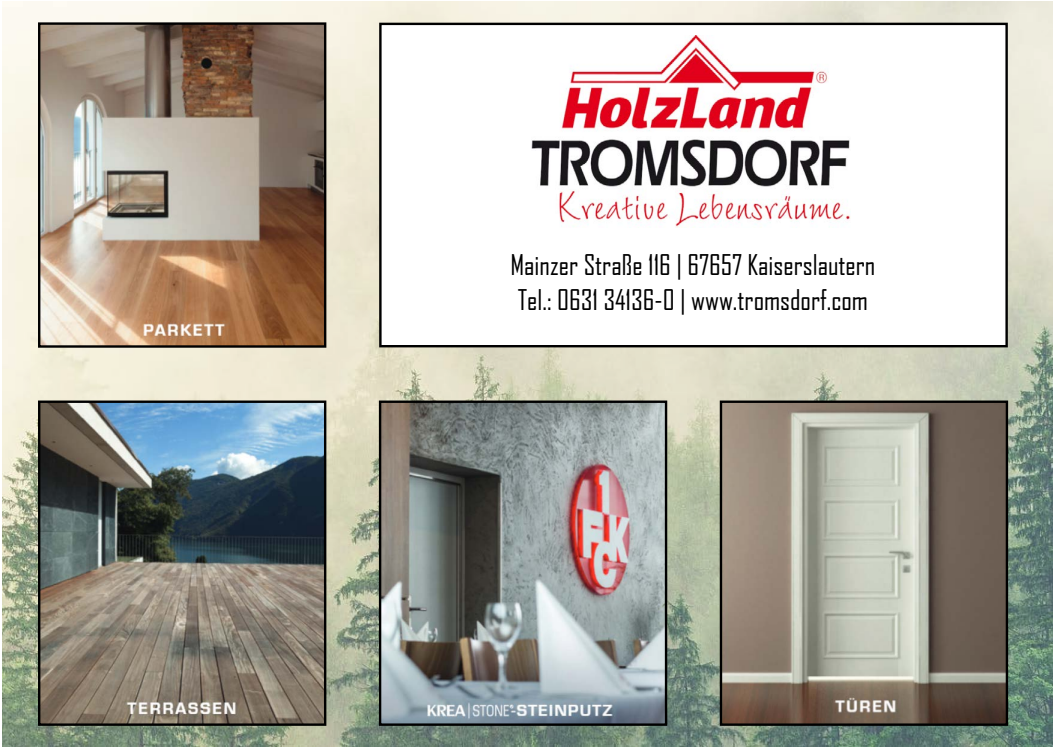


Foto: pexels.com/pixabay

Schritt für Schritt zur perfekten Gartenparty

txn. Egal ob Familienfest, Geburtstagsparty oder gemütlicher Abend mit Freunden – sobald das Wetter mitspielt, wird die Party nach draußen verlegt. Unter freiem Himmel den Grill anschmeißen, Getränke kaltstellen und eine schöne Zeit zusammen haben – was gibt es Besseres?

Wenn es aber mal mehr als fünf oder sechs Gäste werden, ist die Vorfreude zwar riesig, aber die Vorbereitungen für das private „Großereignis" mit Familie oder Freunden können schon mal stressig werden. Wer isst gerne Fleisch, wer mag es lieber vegetarisch, was gibt es zum Nachtisch und welche Getränke sind passend? Gibt es genug Sitzmöglichkeiten und welche Deko soll es sein?

Besonders hilfreich bei der Planung sind dann Checklisten – wer hier auf der Suche ist, wird online fündig. Auf dastelefonbuch.de gibt es beispielsweise die Checkliste „Geburtstag", die sich auch für jedes andere Fest prima eignet.

Hier gibt es eine gute Übersicht an Dingen, die man auf keinen Fall vergessen sollte: von der Gästeliste über Essen und Getränke bis hin zur kompletten Ausstattung wie Dekoration, Blumen, Musik und vieles mehr. Dazu gibt es entsprechende Links, durch die man direkt die richtigen Dienstleister und Ansprechpartner vor Ort finden kann.

Die Checkliste erinnert sogar daran, sich die Nummer eines Taxiunternehmens rauszusuchen, damit die Gäste gut nach Hause kommen, oder sich am Tag danach für Mitbringsel und Geschenke zu bedanken. Beste Voraussetzungen, damit die Party nicht nur für die Gäste, sondern auch für die Gastgeber etwas ganz Besonderes wird und alles entspannt abläuft. Im Internet gibt es unter www.dastelefonbuch.de übrigens eine ganze Reihe umfangreicher Themen-Checklisten, die kostenlos heruntergeladen und ausgedruckt oder auch per E-Mail verschickt werden können.

Hotel & Restaurant
RECKWEILERHOF

Reckweilerhof 8, 67752 Wolfstein
Telefon (06304) 618 oder 619
www.reckweilerhof.de
Familiengeführtes Hotel-Restaurant in der 5. Generation.
In 2 Restaurants mit insgesamt 100 Sitzplätzen bieten wir
von regionalen und hausgemachten Produkten ein umfangreiches Speisenangebot;
Terrasse, 20 Hotelzimmer und eine Sauna.
Über das Jahr bieten wir verschiedene Arrangements.
Das Wohlbefinden unserer Gäste ist unser Ziel!

Der Lautrer Nachtbus

Für unsere Nachtschwärmer



Der Nachtbus - das Angebot von Stadt und Landkreis Kaiserslautern für unsere Nachtschwärmer

Ein besonderer Service der SWK Stadtwerke Kaiserslautern Verkehrs-AG für alle Nachtschwärmer!

Nutzen Sie den Nachtbus für Ihre Heimfahrt von der Veranstaltung!

Der Lautrer Nachtbus verkehrt in den Nächten von Freitag auf Samstag und Samstag auf Sonntag meist stündlich in alle Stadtteile und in die meisten Umlandgemeinden.

Zusätzlich fährt der Nachtbus vor vielen Feiertagen.

VRN VERKEHRSVERBUND RHEIN-NECKAR

SWK Stadtwerke Kaiserslautern

Noch Fragen? Wir sind rund um die Uhr erreichbar:

SWK: (0631) 8001 5000 www.swk-kl.de

Ihre Busverbindung für die Rückfahrt vom Irish House:

Mit der N10 ab Eselsfürth um 01:00, 02:00 Uhr bis Stadtmitte B
Mit der N12 ab Eselsfürth um 00:53, 01:53 Uhr bis Stadtmitte B

Ihre Busverbindung für die Rückfahrt vom Lautrer Wirtshaus:

Mit der N1 ab Bahnheim um 02:00, 03:00 Uhr bis Stadtmitte E
Mit der N4 ab Bahnheim um 01:06, 01:54, 03:06 bis Stadtmitte E

Ihre Busverbindung für die Rückfahrt von der Feiermaus:

Mit der N1 ab Siegelbach Zoo über Weilerbach um 01:32, 02:32 Uhr bis Stadtmitte E.

„Letzte Runde wird zur Zeit nicht gefahren"

KUNSTGRIFF TEAM



Ursula Engelmann
Geschäftsführung



Jörg Kirsch
Techn. Leitung



Carmen Krasnowski
Back-Office



Eve Goj
Marketing/Vertrieb



Leonard Stahl, B.A.
Social Media Management
Marketing



Tim Eichhorn
Promotion



Daniel Preuß
Social Media Management
Mediengestaltung

KUNSTGRIFF PARTNER

ADticket MEIN TICKETPORTAL

RPR1. DAS ORIGINAL

KerkerDruck

ticket REGIONAL

Barbarossa

KIRSCH Veranstaltungstechnik

Partnerunternehmen im BVMW Bundesverband mittelständische Wirtschaft Unternehmerverband Deutschlands e.V.

Kostenlose App
aus dem Store laden und los gehts!
CityKit

Globus Kaiserslautern

MÜHLE AM SCHLOSSBERG

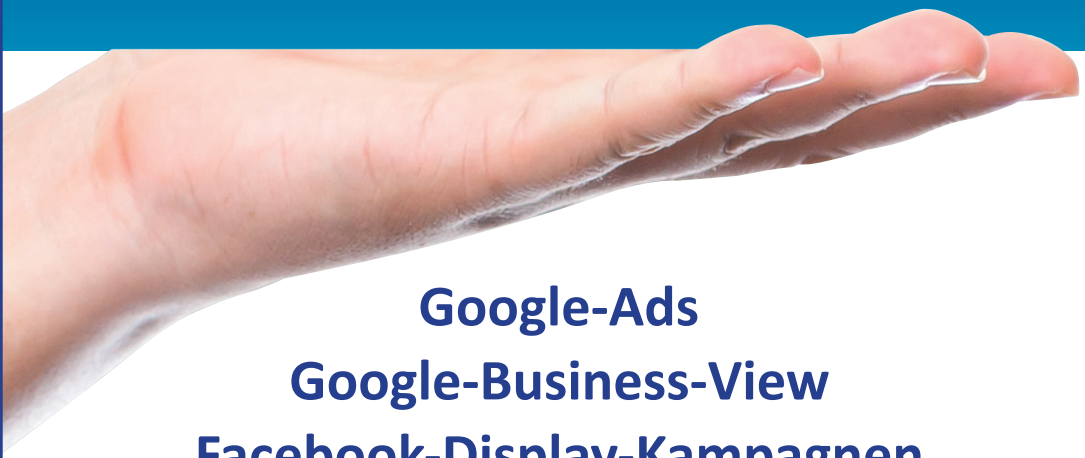
SWR



ANTENNE RADIO K'LAUTERN 96.9

URSULA ENGELMANN FOTOGRAFIE

Alles aus einer Hand – Lokale Suche und mehr



Google-Ads
Google-Business-View
Facebook-Display-Kampagnen
mobiloptimierte Home- u. Landingpages
pos-vision | Apps | Shops | Flyer
Visitenkarten | Briefpapier
Calltracking | Online-Branchenverzeichnis
Telefon- u. Branchenbuchanzeigen

PREMIER Google Partner

in Kooperation mit Local Performance

Telefon:
(0681) 502- 4840

E-Mail:
telemedia@sz-sb.de

TELEMEDIA

Ihr Spezialist für lokales Suchmarketing!


ENGELMANNPROMOTION
360° AGENTUR
FULLSERVICE AGENTUR
ONLINE U. EVENT MARKETING
WEBDESIGN U. WEBHOSTING
SEO- UND SEA OPTIMIERUNG
GRAFIKGESTALTUNG FÜR PRINT - UND WERBEMEDIEN
FOTOGRAFIE
SOCIAL MEDIA
WWW.ENGELMANN-PROMOTION.DE